



- 目次 -

- 1 第 29 号発行に添えて ~ご挨拶~  
センター長退任にあたって
- 2 熊本市北区拠点避難所へのリハ支援活動  
2016 年 5 月~7 月まで
- 3 平成 28 年熊本地震における  
ささえりあ清水・高平の対応について
- 4 地域住民が主体的に開催する  
体操サロンの立上げ
- 5 センター長就任にあたって  
編集後記

vol. 29

熊 本

地域リハビリテーション  
広域支援センターNEWS

- 略称・地域リハニュース -

発行日：2016 年 12 月 20 日

発行元：熊本地域リハビリテーション広域支援センター熊本機能病院

お問い合わせ：熊本機能病院内

〒860 - 8518 熊本市北区山室 6 丁目 8-1

TEL：096-341-0511 FAX：096-341-0512 Email：kc-chiikireha@juryo.or.jp

担当：東利雄（理学療法課 課長補佐）

## 第 29 号発行に添えて ~ご挨拶~ センター長退任にあたって

この度の熊本地震で亡くなられた方々のご冥福をお祈りするとともに被災された皆様に心からお見舞を申し上げます。この度、私儀、

平成 28 年 3 月をもって当センター長を辞し、4 月より中島雪彦新センター長が就任致しました。在任中に賜りましたご厚情に紙面を借りて厚く御礼を申し上げます。

東日本大震災から 1 年が経過した平成 24 年 3 月のご挨拶の折、我々が石巻にリハビリ支援に伺った時の感想を記させて頂きました。その最後を「震災は他人事ではありません。地球人である限り、いつ我が身に降りかかっても不思議ではありません。心構えを怠らずでき得る支援を継続していきましょう」と締めくくりました。しかしながら、5 年後に我々が支援されることになるとは思ってもいませんでした。

大震災後、当時の東日本大震災リハ支援関連 10 団体が発展し、大規模災害リハビリテーション支援関連団体連絡協議会（JRAT）が結成されて、全国的な組織化が進められました。本県では平成 27 年 4 月、KumamotoJRAT がスタートして同年 12 月に 2 回目の研修会を終了したばかりでした。5 年前に我々が初めて支援に入ったのは発災から 2 ヶ月が経過した平成 23 年 5 月でした。今回は前震の翌日 4 月 15 日には災害本部が立ち上がり、JRAT として全国から延べ千数百名に上る支援活動が行われました。震災自体は好ましくありませんが、震災に対する備えが功を奏したことに間違いはありません。

今後は、地域リハ広域支援センターが、被災された皆さんの生活再建に向けて大きな役割を担うことになると思います。熊本地域リハビリテーション広域支援センターが被災された皆さんの生活再建に向けての大きな役割を担うことになると思います。当センター並びに中島新センター長に対しまして旧倍のご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

熊本機能病院前センター長 中西 亮二

## 熊本市北区拠点避難所へのリハ支援活動 2016年5月～7月まで

熊本地震の発生後、熊本市北区内の被災情報収集に苦慮する中、5月10日に北区役所保健子ども課の保健師と情報交換を行い、北区内における拠点避難所へのリハビリテーション支援活動を実施することとしました。

北区内には、拠点避難所として武蔵塚武道場（写真1）、龍田公民館：龍田出張所（写真2）、龍田体育館（写真3）、植木文化センター（写真4）の4カ所が開所されており、5月17～18日で各拠点避難所の状況を把握するために訪問を行いました。武蔵塚武道場は屋外階段で2階まで上がる必要があり、アクセス上、比較的若い年齢層の方が多い状況でした。どの避難所も日中は、自宅の片付けや仕事に出かけておられ、龍田公民館（龍田出張所）、龍田体育館、植木文化センターでは高齢の方が数名残っておられるような状況でした。残っておられる方は、横になったり共有のテレビを見られたりと活動性が低い避難所生活を送っておられる印象でした。

5月24日より週1回のペースで龍田公民館（龍田出張所）、龍田体育館、植木文化センターを巡回し、エコノミークラス症候群や生活不活発病対策の指導・運動、膝痛や腰痛対策、避難所内の段差や段ボールベッド利用の検討などハード面での対応などにあたりました。

7月15日には、龍田公民館（龍田出張所）と植木文化センターの2ヶ所が閉所となり、7月末で残り2ヶ所の武蔵塚武道場と龍田体育館も閉所となり、北区内拠点避難所へのリハ支援活動を終了しました。12日間で述べ62名の方へリハ支援活動を実施しました。

被災された方々の生活を含め、1日でも早い熊本の復興を願っています。

熊本機能病院 理学療法士 東利雄



## 平成 28 年熊本地震における ささえりあ清水・高平の対応について

熊本地震から数か月が経過し、年もあらたまろうとしています。

ここで、あらためて、私達ささえりあ清水・高平の、前震発生直後から地域住民の避難生活後期までの動きを振り返ってみました。

前震発生は今年 4 月 14 日 21 時 26 分、本震はその 28 時間後、4 月 16 日 01 時 25 分、前震、本震は、私達の担当する清水校区、高平台校区も揺るがしました。

前震が発生した時間、くしくも困難事例に対応していた職員 2 名が事務所におり、自主的に併設の介護老人保健施設清雅苑の避難誘導に参加しました。

前震の翌日は、指定避難所や自主避難所の状況を確認に出かけたり、要支援 1、2 のケースへ電話で安否確認など行いました。連絡がつかないケースは自宅を訪問して確認を行うようにしました。

本震発生直後は、朝から民生委員、児童委員や家族からの問い合わせに対応したり、地域住民からの要請で、自宅から避難所に移動できない方を避難所に誘導したり、夕方遅くまで対応に追われました。また、地域交流館が避難所となったため、地域包括支援センターの職員も夜勤体制を組み対応しました。

避難生活前期～中期にかけては、福祉避難所や宿泊施設に関する情報を提供したり、ボランティアセンターや弁護士会などの各社会資源情報を関係機関から収集し拡散するなどに努めました。

その他、長く避難所生活を強いられている方々のために、朝日野総合病院や地域リハビリテーション広域支援センターの協力のもと、避難所においてエコノミークラス症候群予防体操の実施、避難所での相談コーナーの開設等を行いました。

避難所に滞在していたボランティアの医療チームと連携できたことで、医療や介護が必要な方を選定し、早期に介入することができました。余震が続く中、ゴールデンウィークも交替で出勤体制をとって電話対応を行いました。

今回の反省点として、民生委員、児童委員や当センターが把握できていなかった要援護者がおられ、その方々を把握し支援するまでに時間がかかった事、ライフラインの把握に手間取った事、自主避難先の物資ニーズの把握やその提供方法について混乱した事があげられます。

今後の課題として、地域の体制づくりをするにあたって、隣同志が日頃から見守りあうような関係が構築できるように工夫をする事があげられます。そのために、住民に対する啓発活動も必要と思われれます。

ささえりあ清水・高平 向井睦美

## 地域住民が主体的に開催する体操サロンの立上げ

住み慣れた地域でいつまでもいきいき生活するためには、介護予防のための体づくりが必要になります。また、住民同士の支え合いも大切です。現在、清水・高平台校区では介護予防のために地域住民が主体的に開催する体操サロン「かたんなっせ」が広がっています。まだ5地区程度ですが、「かたんなっせ体操」を皆で実施したり、介護予防のための体力測定を実施したりしています。また、専門スタッフにより血圧測定や健康相談も行っています。地域の民生委員や老人会などが中心になり、月に1回程度ですが楽しく開催しています。

「かたんなっせ」では、体操リーダーさん2～3名が中心となり「1・2、3・4」と号令をかけながらみんなで体操をしています。各地域の体操リーダーさんは、創意工夫をしながら「かたんなっせ」を盛り上げています。例えば、健康弁当を注文して楽しく食事をしたり、にぎやかにレクリエーションをしたり、認知症予防のための頭の体操を行ったりしています。体操リーダーさんは、地域の健康を守るトレーナーになっています。

今後は、住民が主体となり地域住民が集まる体操サロンが更に重要になってきます。地域の拠り所的な体操サロンが、今後益々増えるように住民の皆様と手を取りながら楽しく体操の輪を広げていきたいと思えます。

熊本機能病院併設 熊本健康・体力づくりセンター  
山下 亮、荒井 久仁子



## ～ご挨拶～ センター長就任にあたって

この度の熊本地震により犠牲になられた方々に心よりご冥福をお祈り申し上げます。また思い出深いご自宅の被害に遭われ避難を余儀なくされた皆様に心よりお見舞い申し上げます。地震から半年以上を過ぎた今もなお復興にはまだまだ時間を要する状況です。くれぐれもご自愛下さい。

さて、今年度より前任の中西に代わりセンター長を拝命することになりました。平成12年のセンター立ち上げから関わった事が拝命の理由なのかと思っております。今年度は地域包括ケアシステムづくりに向けた大事な時期と認識し、皆様と一致団結しながら活動に取り組む所存です。また折りしも巨大な震災を受け、避難所での生活をされている方々や仮設住宅に入居された方々の介護予防にも努めてまいります。

地域包括ケアシステムには地域リハビリテーションの観点では「自助」「互助」が重要で、私は特に「互助」に注目しています。ハーバード大学のイチロ・カワチ教授は日本の長寿はソーシャルキャピタル度が高いためだと結論付けています。つまりこれは地域の結束「絆」のことです。これには互いに相手の事を思い助け合う「互助」の精神が重要です。これからは地域づくりにも広域支援センターとして力を注いでいかなければと思っております。人口減少で地域での絆が失われつつある今、新たな視点で活動して参ります。

皆様のご支援ご協力をよろしくお願い致します。

熊本機能病院 センター長 中島雪彦

仮設住宅建築現場



熊本型復興住宅



## 編集後記

私事ですが、今回の地震で震源地の益城町にある実家が全壊してしまいました。地震直後からボランティアさんや地域の皆さんなど多くの方々に助けていただき、感謝の気持ちでいっぱいです。助けて下さった方々は、産廃業者さん、建設コンサルタントの方、調理師さん、電気屋さん等々、実に多方面にわたり、あらためていろんな専門分野がある事に気が付きました。運送業のボランティアさんが、短時間で崩れかけた家の中から大量の家財道具を運び出しトラックに積み込まれる様子などは、まさに神業でした。皆さん、何か自分達にできる事をしなくては！と考えて下さっているように感じました。私達も、リハビリテーションという専門分野を通して、新たな地域づくりに貢献できるように努めていきたいと思えます。(言語聴覚士 井上理恵子)