



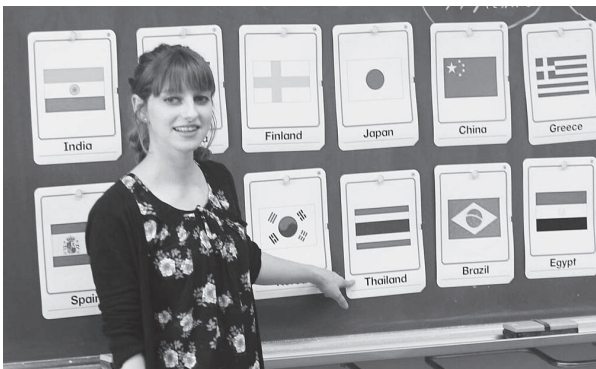
人権擁護委員による説明の様子

智頭中学校人権教室
7月9日(月)智頭中学校
人権擁護委員による人権教室が開催されました。
全国の中学生が書いた人権作文を参考にしたDVDを見た後、人権擁護委員さんが活動の説明やインターネットでのいじめ等の人権問題について話をされました。
人権について悩みや質問がある場合は、ぜひ人権擁護委員へ相談しましょう。秘密は守られます。



皆さんで歌に合わせて軽く運動

皆でふれあいを
6月23日(土)久志谷児童館
地域のつながりを深めるためにしゃべって、笑って、おいしく食べよう!と毎月開催しているふれあい食堂が6月で1年を迎え、ミニイベントが開催されました。
実行委員長の岸本ちえみさんは、「子どもからお年寄りまで幅広い世代でふれあい、繋がりをつくる機会となるようこれからも続けていきたい」と言われていました。



アレクシス先生(智頭小学校研究授業)

お別れのメッセージ
小中学校ALIT(外国語指導助手)のアレクシス先生が、任期を終えてアメリカへ帰国します。民泊マラソン参加や各種英会話教室開催をとおして、町民と幅広く関わってきました。
「二年間お世話になりました。私が智頭に来たとき、皆さんが温かく迎えてくださいました。いつも声をかけて優しくしてくださいました。ありがとうございます。智頭の皆さんのことは絶対に忘れません。」



土砂を撤去する様子

災害ボランティア
7月11日(水)〜13日(金)
7月の大雨で本町は各地域で甚大な被害を受けました。
社会福祉協議会がボランティアを募ったところ、町内の皆さんや鳥取大学の皆さんなど多数が参加してくださいました。
被災者からは「家族で何日か片づけをしたが大変で、何日かかるか分からなかったのでも助かります」と感謝の言葉をいただきました。

訪問リハビリの開始

「笑顔と元気の宅配便です。いつでも何処でも、すぐに行きます」でおなじみの訪問看護ステーションに、今年度新たな機能が加わりました。看護師さんによる訪問看護は定着しているよね。二十四時間体制で、緊急時など、必要な時に、即応しておられることは知っています。智頭町の地域包括ケアシステムに欠かせない機能だよネ！
 ？ 新たな機能？

訪問リハビリテーション、略称「訪問リハ」です。これまで、必要な方は病院で外来リハビリテーションを受けていました。「訪問リハ」は生活しておられる場に、専任の理学療法士（PT）が出かけます。

実生活の様子に即して、より実践的な支援を受けることが出来るようになるのです。確かに、リハビリテーションは、医療機関に出かけて受けるのが常識だよネ。「訪問リハ」は、機能が低下

している人を病院に送迎する手間が省けるし、生活の実態に合った支援が受けられるのかあ！ 具体的には？

智頭病院の「訪問リハ」は、訪問看護ステーションの一部門としての位置づけです。

訪問リハの内容

- 1 一人ひとりに合った適切な運動を提供
- 2 廃用症候群の予防
- 3 日常生活動作をスムーズに
- 4 家での家事、仕事、趣味活動などに挑戦
- 5 介護負担の軽減
- 6 福祉用具利用・住宅改修のアドバイス
- 7 看護職員と連携したチームアプローチ



内容が多いなあ…。

そうなのよ。訪問リハを受けられる人の機能回復は、身体面もですが、「生きる意欲」を引き出す働きかけをすることで、効果が高まるのね。そして、その人を支えておられるご家族にとっても、負担が軽減できるようにすれば、家族みんなの幸せ度を高める

ことにもなるわ。

廃用症候群。何となく分かるような気がするけど…。

廃用症候群は、原因となる病気を問わず、日々の生活の自立度・活動性が低下して生じた身体のような状態を言うのネ。「訪問リハ」は、寝たきりを予防し、できる限り活動性を維持して、自分らしい姿で最期までをめざした支援をします。

利用者の状況で、医療保険・介護保険での対応になります。サービスを利用されたい人、詳しく知りたい方は、訪問看護ステーションにお問い合わせください。直通電話があります。

また、パンフレットが病院の「受付」・「地域医療連携室」・「リハビリテーション室」・「五階病棟」に常備してあります。ホームページを見る人は、智頭病院「看護部」・「部門紹介」からリンクしている「訪問看護ステーション」をご覧ください。

猛暑の八月は、熱中症対

策なども大切になるよね。

大谷先生に聞きました。

戸外で運動・作業などの活動する人たちは、自分で熱中症対策を講じることが出来ます。

十分な水分、塩分摂取と、木陰や風通しの良い場所での休息、そして、水で濡らしたタオルで体を拭うなどして、皮膚を冷却することです。帽子、日焼け止めクリームなどの活用もね。

居室に長居する際は、室温に留意し、換気・空調の配慮をすることも大切になります。

乳幼児は、保護者が守ることが必須ですが、既述した大人への対処と共に、食欲の減退、つまり、消化管機能の低下にも留意します。高齢者を含め、消化し易く、大脳を活性化する観点からスープ類、ご飯や麺類や果物など炭水化物（でんぶん質）の摂取を心がけます。

乳幼児は代謝が盛んで、汗もかき易く、体温が上がり易いので、濡らしたタオル等で、こまめに体を拭きましょう。