

R . I . D i s t r i c t 2 6 7 0

高松南ロータリークラブ特報

2 0 0 9 ~ 2 0 1 0

ロータリーの未来はあなたの手の中に

R . I . 会長ジョン・ケニー 会長 三宅 弘 幹事 白井 克彦

10月度は職業奉仕月間でした。本年度職業奉仕賞はかがわ総合リハビリテーションセンター相談支援専門員の森川麻理さんが選任され、10月14日の例会で三宅会長から職業奉仕賞をご本人に贈られました。ひきつづき受賞者の専門的職業分野に因んで「高次脳機能障害について」をテーマに客話がありました。

10月14日客話「職業奉仕月間に因んで」「高次脳機能障害について」

かがわ総合リハビリテーションセンター 相談支援専門員 森川麻理氏

高次脳機能障害とは、脳梗塞やくも膜下出血等の脳血管障害や、交通事故等による外傷性脳損傷などを原因として、脳が損傷されたことによって起こる障害です。代表的症状として 記憶障害（すぐ忘れる、覚えられない等） 注意障害（ミスをする、気が散る等） 遂行機能障害（企画・立案・自主的行動等ができない） 社会的行動障害（感情コントロール制御、欲求の抑制等が困難）です。「見えない障害」「隠れた障害」と表現されることが良くあります。それは身体的後遺症がない場合、外見からはわかりにくく、本人の自覚もないことが多いからです。身近にいる家族の方が「何かおかしい」「以前と様子が違う」と少しでも感じたときはすぐに相談ください。

県の事業委託（相談支援・地域支援ネットワーク構築・障害についての普及・啓発）を受けています。相談窓口のある、かがわ総合リハビリテーションセンターの基本理念は（心）心の通いあいを大切にして、安心と満足が得られる医療・福祉サービスを提供します。（技）最新の技術を習得し、絶えず研鑽を重ねて、機能の回復と社会復帰に努めます。（総）総合的なリハビリテーションを更に充実させ、県域の中核施設をめざします。（活）全人的復権を目標に、健康で自立した生活を支援します。の4点です。基本方針は より良い療養環境 質の高いチームアプローチ 社会参加 個人情報保護 効率的な経営の5点です。

相談支援は、支援コーディネーターがご本人の状態、ライフステージに応じた支援策を検討し、情報提供します。相談は無料です。個人情報の取り扱いには万全を期しています。

平成21年度夏季集中研修会実施報告(概要)

永年、支援（高松南RC・四国コカ・コーラボトリング(株)・ブックス三條松本周平会員等）を続けている香川県ひまわり親の会・香川県動作法研究会主催の夏季集中研修会

の報告をします。会場は香川県立高松養護学校を中心に開催されました。

余暇活動集中研修会

日時 7月22日(水)～同24日(金) 3日間

内容

「おもちゃで遊ぼう班」

いろいろなスイッチを使っておもちゃ等を操作したり、いろいろな遊びを楽しむなかで興味の幅を広げたり、自分から何かに働きかけていく体験をする。

「ウイッシュ班」

自分の希望する活動を立案・計画し、それに沿って実際にボランティアヘルパーと校外で活動することによって、社会経験や行動範囲を広げる。

参加者

児童生徒15名 指導者24名 ボランティア13名 スタッフ延べ45名

動作学習・感覚運動指導集中研修会

日時 7月28日(火)～同31日(金) 4日間

内容

- ・動作法(障害児・者への体の動きを通して心と体のコントロール法を教えるための訓練方法)の考え方をベースに、「からだ」の正しい動かし方や、「こころ」と「からだ」の調和的なコントロールを学習します。
- ・感覚統合法の考え方をベースに、「遊び」を通して人や環境との適切なかわり方を学習します。

参加者

動作 児童生徒25名 指導者45名 スタッフ21名

感覚 児童生徒16名 指導者41名 スタッフ21名

心理リハビリテーション認定キャンプ「第11回高松ひまわりキャンプ」

日時 8月20日(木)～同25日(火) 5泊6日

内容

日本リハビリテーション心理学会が認定する動作法の研修キャンプです。

動作学習では、トレーニーが自分で動きを考えながら、今できる動きをより高めながら新たな動きにつなげていくことが中心になりました。

集団活動では、風船バレーやキャンドル作り等を楽しみました。

生活場面では、毎食変化のある食事メニューを保護者の方々が工夫して容易してくれました。

参加者

講師2名 トレーニー8名 トレーナー9名 サブトレーナー2名

保護者7名 スタッフ述べ29名

大変有意義な客話・卓話がつづいていますが、以下の2話は週報の限られたスペースでは掲載しきれませんので特報に掲載いたします。

7月22日卓話「脳健康 脳卒中で倒れないために - 」

長尾省吾 会員

私の話は、脳卒中の統計、種類、脳血管が詰まったり出血する病気とはどういうものか。次に、脳卒中で倒れないためにはどのようにすればよいかを話します。通常1時間半のものを20分です。その点を含んでお聞きください。

(1) 脳卒中の種類

脳血管が詰まる脳梗塞(脳血栓・脳塞栓) 脳卒中の7割

脳血管が破れる脳出血(高血圧性脳内出血・くも膜下出血)

(2) 一過性脳虚血発作(TIA)

脳梗塞の前ぶれとして・手足の麻痺・手足のしびれ・口がもつれる・言葉がでなくなる・物が二重に見える・片側の目が見えなくなる・視野の半分が見えなくなる・めまい、ふらつき等の症状がでて1日以内に治ってしまうものです。何回も起こるのは危険信号。最近では、tPAという薬がでて発作3時間以内に投与するとつまった血管が再開通して、劇的に症状が回復し、約4割の人が社会復帰ができています。

(3) 脳の血管が破れる脳出血

大きく分けて、脳実質の中を通る細い血管(穿通枝せんつうし)から出血する高血圧性脳出血と、脳表面の太い血管にできる脳動脈瘤(りゅう)が破れるくも膜下出血の2つがある。

脳出血は一般に高血圧があり、40~60歳で日中活動時におこり易い。脳梗塞に比べ頭痛が強く、吐き気を伴い、手足のしびれ、言語・意識障害が急激に進行する。診断は簡単にでき、高血圧性脳出血は出血が大きいと手術によって摘出します。

脳動脈瘤の破裂によるくも膜下出血では、できるだけ早く手術で瘤のクリッピングをして再出血を防ぐ必要があります。現在、脳神経外科の手術は顕微鏡下でおこなわれ、安全・確実な手術ができるようになりました。

(4) 脳卒中でたおれないためには 脳卒中になる危険因子を知り、予防あるいは治療する 日常生活での注意(食事、酒、たばこ、運動、ストレスなど) 脳卒中の前ぶれ(一過性脳虚血発作)があればすぐ専門医へ 脳ドック・・・潜在病変の発見と予防的処置

(5) 脳卒中で倒れる危険因子

血圧症 高齢者は140/90mmHg 若い人130/85mmHgの血圧維持がすすめられる。高血圧をコントロールしないと脳卒中再発率も高い。

高脂血症 動物性脂肪を制限し、植物性、魚の比率を高める

心疾患 心臓の異常を言われている人は早めの治療が必要

糖尿病 血糖値の正常化に努めましょう。

(6) 日常生活での注意

食事 1日の食塩の量を10g以下に 塩味から酢・レモン・香辛味へ

酒・たばこ 過度の習慣性飲酒以外は脳卒中とあまり関係ありません。タバコは脳血流を減少させる報告あり、1日10本程度

肥満・運動・ストレス 肥満度が大きくなると脳卒中の危険度が増します標準体重 = 身長(cm) $100(\text{cm}) \times 0.9(\text{Kg})$ 過度の運動は特に高血圧症の人はひかえねばなりません。

脱水 朝起き抜け一番の冷水コップ1杯がお勧め

すすんでとりたい食品

エイコサペンタエン酸の多い食品(イワシ、マグロ、サバ、サンマ、シャケ、ハマチ)

不飽和脂肪酸の多い食品(コーン油、ゴマ油、大豆油、紅花油)

ひかえたい食品

コレステロールの多い食品(卵、すじこ・かずのこ・たらこ、牛・豚レバー・とりもつ、あさり・かき(貝類) うなぎ・いか・たこ・えび、マヨネーズ・バター、カステラ)

飽和脂肪酸の多い食品(豚・牛肉の死亡の多い部分、チーズ、生クリーム、チョコレート)

(7) 脳ドッグ 苦痛なく脳病変の診断が可能になりました。予防的手術も行われています。早期発見・早期治療です。

10月7日卓話「権利のための闘争」(その後) 弁護士 吉田茂 会員

約18年前、同じ題名で卓話をしました。「権利のために闘うことは、法のため、正義のために闘うことであり、これこそ法を存立させるものである」ということを伝えたかったです。

では、次の例はどうでしょうか。Aに対して2000万円の債務を負っているBとその妻Cは、離婚する際BがCに自宅の半分を譲渡し、さらに月額20万円の慰謝料をBが60歳になるまで10年余り支払うという公正証書を作成しました。Cの言い分は、離婚後、Cが生活できないおそれがあるので、Bから生活費を補助してもらわなければならないということです。Cは、自分の権利を守るために十分に闘っていると思います。しかし、BはCに支払いをしなければならぬためにAに支払いをすることができず、給料の差押さえを受けることや自己破産をすることを余儀なくされています。Cの権利はBの犠牲のうえに守られていることになりそうです。それでは、法と正義のための闘いとはいえないのでしょうか。