

# 自立支援局だより

第46号 2022. 3発行

## 第42回リハ並木祭@ Web 開催いたしました

リハ並木祭実行委員会事務局

今年度の第42回リハ並木祭は、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、Web開催で令和3年12月1日（水）～12月15日（水）に行いました。

国立障害者リハビリテーションセンターホームページ内に特設ページを設け、自立支援局をはじめとする各部門の取組み等について紹介させていただきました。初めての試みではありましたが、自立支援局からは訓練紹介等の25企画を掲載しました。たくさんの方にご覧いただき、利用者、職員も嬉しく思っています。

「制作は大変だったけど、楽しかった。」「普段の訓練とは違って、ほかの人とも和気あいあいと話す機会が増えて良かった。」と利用者の声。また、視聴者アンケートからは「修了生ですが毎年並木祭に行くことを楽しみにしていました。今年はWebで見ることができ、とても嬉しかった。」と声が寄せられました。

来年度は新型コロナウイルスの感染が終息し、従来の来場型で実施できることを願っています。

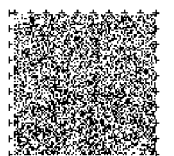
文責/加覧理子



### 音声コード掲載版

この冊子には、音声コード (Uni-Voice) が奇数ページは右下、偶数ページは左下に印刷されています。

自立支援局企画一覧  
(ホームページ画面より抜粋)



# 日常生活・調理訓練の用具紹介

視覚機能訓練課

第一自立訓練部の視覚機能訓練課では、見えにくくなったことで行いづらくなった身の回りのことや調理について、安全に効率良く行えるようにするための日常生活・調理訓練を実施しています。訓練は、それぞれのニーズに合わせて実施しており、内容は様々です。

ここでは実際の日常生活・調理訓練で使用している便利な道具を少しご紹介します。

## ① 調味料入れ・計量スプーン

ボトルタイプのはワンプッシュで一定量の液体調味料を出すことができます。また最近では、片手で砂糖等をすり切ることのできる計量スプーンもあります。どのタイプの商品も100円ショップでも取り扱っています。



## ② 白黒まな板・白いしゃもじ・黒いしゃもじ

黒いまな板に大根等の食材や淡い色の調理用具を置くとコントラストがはっきりとして確認しやすくなります。また、白いまな板に黒いものや色の濃い野菜等を置くことでも同様に確認がしやすくなります。



## ③ 硬貨の仕分けグッズ(コインホーム)

手のひらサイズのケースで500円、100円、50円、10円、5円、1円の硬貨を仕分けすることができるグッズです。ケースに凹凸のあるシール等を貼り付けることで、硬貨の選別がより行いやすくなります。

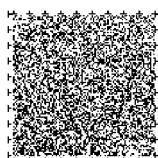


## ④ 電動爪やすり・ガラス爪やすり

爪切りを使用するのが不安な方や難しい方には、電動爪やすりやガラス製の爪やすりを紹介しています。どちらの商品も100円ショップでも取り扱いがあります。



文責／中村咲子



# 3Dプリンタで作製した自助具の紹介

肢体機能訓練課

## ① シャワーヘッド固定自助具

センター居室の洗面台は、掃除のしやすさと洗髪のしやすさを考え、シャワーヘッドが延びる仕様の洗面台（TOTOマーブライトカウンター）を設置しています。

利用者が洗髪をしようとする、片手でシャワーヘッドを持たなければならない、特に頸髄損傷の方は、髪の毛を洗うために体を前へ倒しながら、腕を上げることはとても難しい動作です。そのため洗面台での洗髪は難しい現状です。

そこで、3Dプリンタとアルミ平板を使い、シャワーヘッドの位置を固定するための自助具を作製しました。

必要に応じて取り外しも可能なように、シャワーの蛇腹部分とアルミ平板はマジックテープで固定しています。これにより、居室で洗髪をすることができるようになりました。



(取付け前)



(取付け後)

## ② 湯温調整自助具



(取付け前)



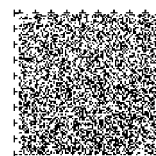
(取付け後)

センターのお風呂は、湯温調整ハンドルに安全装置のボタンがついています。40度を超える温度を出したい場合、ボタンを押しながら湯温調整ハンドルを回す必要があり、少し暖かいお湯を出す等の微調整が困難でした。

そこで、3Dプリンタとアルミ平板で湯温調整ハンドルの安全装置を押したままの状態を保持できる自助具を作製しました。アルミ平板で取っ手を長くすることで、より楽に微調整できるようにしました。

※補足：安全装置を解除することで火傷の問題がありますが、当センターでは、季節に応じて最高温度をあらかじめ設定しており、火傷にならないようにしています。また自助具が設置されていても湯温がどのくらい分かるように印をつけ、自助具を使用される方には、感覚のある部位でお湯の温度を確認することを説明し、安全に使用できることを確認しています。

文責／橋本珠美



# ホームページでの情報発信

総合相談課

総合相談課には、地元の所沢市、隣接する狭山市、川越市からだけではなく、埼玉県内や東京都内、その他遠方からも、多くの相談希望の方々にお越しいただいております。車やバス、特に、電車を利用して来られる方が多くいらっしゃいます。

その際に、これまでは個別に、最寄り駅である西武新宿線「航空公園駅」から当センターまでのルートをご説明してきましたが、今年度から、当センターのホームページ上に、最寄りの航空公園駅からの道順を掲載



航空公園駅改札

しました。具体的には、駅の改札から、当センターの本館受付に至るルートをわかりやすい写真と文章でまとめました。また、視覚に障害をお持ちの方々にもイメージを持って理解していただけるよう、音声データでの説明もごさいます。

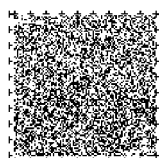


当センター 本館受付

これによって、今まで以上に当センターを皆様に身近に感じていただき、どなたでも、アクセスがしやすくなるように思っております。

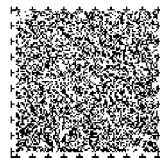
総合相談課では、平日毎日、皆さまからの利用相談を承っております。当センターのサービス利用をご希望またはご検討中の方は、是非、電話またはメールにてお問い合わせ下さい。

文責／春日井中



# あん摩マッサージ指圧基礎実習Ⅰ

理療教育課



当センターの理療教育は、視覚に障害のある利用者に対して、あん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師の国家資格取得を目的とした就労移行支援（養成施設）です。利用者は、専門課程で3年間、高等課程で5年間または3年間の授業に参加し、単位を修得することで卒業または修了と同時に国家試験を受験します。

授業は、それぞれの課程で、学科科目と実技実習の授業がカリキュラムに沿ってクラス単位で行われています。あん摩マッサージ指圧基礎実習Ⅰは、実技実習科目として、両課程とも1年次に配当されており、授業内容はあん摩の実技です。

あん摩は、中国から日本に伝えられた手法で、はり、きゅう、湯液などの漢方医術の一科として、経絡・経穴理論をもとに体系づけられ、今日に至っているとされています。あん摩の語源は、抑按調摩（よくあんちょうま）「押すことによって機能を抑制し、なでることによって機能を整える」であり、抑按の「按」と調摩の「摩」をとって按摩（あん摩）というようになったようです。あん摩は、基本手技として、軽擦法、揉捏法、圧迫法、振せん法、叩打法、曲手及び運動法があり、これらを用いて全身に施術をします。



杉山和一（1610～1694）は全盲で管に鍼を通して施術する管鍼法を発明し、あん摩にも優れており、このころから視覚障害者があん摩、はり、きゅうの道に携わるようになり、視覚障害者の職業として発展してきたようです。

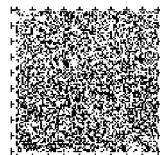
現在、我が国において視覚障害者のあん摩マッサージ指圧師の養成を行っているのは、全国の特別支援学校（盲学校）や大学と当センターのような就労移行支援施設です。

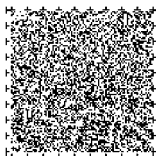
皆さまは、街を歩いているとマッサージやリラクゼーションなどという看板を目にしたことがあると思います。また、実際に心身の疲れを癒すために体験したり、定期的に通ったりしているのではないのでしょうか。そして、これらの多くは、マッサージと呼んでいませんか。あん摩も同じようにマッサージと呼ばれることが多いのです。

私たちの国家資格は、あん摩マッサージ指圧師といい、あん摩とマッサージそして指圧の施術技術を併せ持った資格です。実技の授業では、あん摩、マッサージ、指圧それぞれの手技を練習し、知識や技術を習得しています。基礎実習の単位を修得した後は、2年次の応用実習、3年次の臨床実習へと進みます。当センターでは、治療院を想定した施術室を開設しており、臨床実習の授業で、地域の皆さまに施術をさせていただきながら就労に向けて臨床家となるための準備をしています。

当センター卒業・修了生は、国家資格を取得しあん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師として活躍しています。地域にお住まいの皆さまの肩こりや腰痛などが少しでも楽になってほしいと思いながら施術をしています。

文責／浮田正貴





# 利用者募集のご案内

## 視覚障害のある方の自立した生活に向けて

### 自立訓練（機能訓練）

視覚障害により日常生活や就労等を目指す上で困っていること等がある方に対し、白杖を使用した歩行訓練や日常生活訓練、学習や就労等で活用可能な音声パソコン、録音機器等の操作方法習得のための訓練等を提供しています。

### 就労移行支援（養成施設）

国家資格である「あん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師」の資格取得を目指し、授業（講義、実技実習、臨床実習等）の提供のほか、資格取得後の就労に向けた支援を提供しています。

## 頸髄損傷等の方の自立した生活に向けて

### 自立訓練（機能訓練）

主に頸髄損傷等による重度の肢体不自由の方が地域や家庭、職場などで補装具や自助具の活用や環境を調整することによりできる動作を身に付け、より充実した社会生活を送ることができるよう、理学療法、作業療法、リハビリテーション体育、職能訓練等の訓練を提供しています。

## 高次脳機能障害のある方が自分らしく暮らすために

### 自立訓練（生活訓練）

高次脳機能障害に伴う記憶障害、注意障害、遂行機能障害等による生活課題に対し、メモリーノート等の代償手段の活用によりスケジュール管理等の生活能力を高められるよう、個々の生活状況に応じて支援します。個別又は集団で訓練を提供しています。

## 障害のある方の「働きたい」を支援します

### 就労移行支援

就労が見込まれる主に身体に障害のある方、高次脳機能障害のある方、発達障害のある方に、一般就労や復職に向けて、就労のための技能習得（事務、作業等）及び模擬的な職場体験訓練を提供しています。就職活動に向けては、職場見学や職場実習のほか、履歴書の作成や面接練習なども実施し、面接会の同行等の就職活動も支援しています。

※遠方のため通所で上記サービスを利用することが困難な方には、施設入所支援（宿舍）を提供しています。発達障害の方は通所利用のみです。

**<問合せ先>** 国立障害者リハビリテーションセンター 自立支援局 総合相談課

〒359-8555 埼玉県所沢市並木4-1

TEL：04-2995-3100（代表） FAX：04-2992-4525（直通）

E-mail：rehab-soudan@mhlw.go.jp URL：http://www.rehab.go.jp/

※利用相談は平日（月～金 8:30～17:15）受け付けています。

※施設利用申込書（様式）は当センターホームページからダウンロードできます。

