

# わか草

第34回 平成27年4月1日  
発行 東京都立東部療育センター  
広報委員会  
東京都江東区新砂3-3-25

## 卒業式 (かもめ分教室)

三月十八日ブレイルームで「卒業を祝う会」がありました。小学部三名、中学部四名、高等部四名の方が卒業されました。先生や家族、センター職員に囲まれ、あたたかな卒業式になりました。

(卒業生 増田様より)  
学校に入ってから、初めて挑戦したことがたくさんありました。まずは、お料理です。クッキーや柏もち、ジャムを作りました。次に英語の勉強です。あいさつや天気も覚え



かもめ分教室 卒業式にて

ました。そして、トマトやお花を育てたことです。観察日記もつけました。  
楽しかった学校生活、仲間と♪上を向いて歩こうを歌った時は、小さい頃よく聴いていた曲で、とても懐しかったです。学校を卒業しても仲間を大切にしていきたいです。

## 卒園式 (通所)

三月二十七日ブレイルームで乳幼児通所の「卒園・修了式」がありました。

今年には四名の方が卒園(うち一名欠席)され、一名の方が修了されました。

(卒園者 清水琉就さんのお父様より)



院長より卒園証書を受け取る父  
卒園者の清水琉就さんとお子様

二〇一〇年七月七日から「ほれぼれ」に通い始めて約五年、本日無事卒園となりました。体調がとて悪いなかでの通院で、通園中も十回以上の嘔吐がありました。リハビリも通園も引受先の無いなかで、唯一、受け入れてくれた東部療育センターに感謝いたします。その後、一度も入院することなく順調に成長し、ぼれぼれを休むこともほとんどありませんでした。今では、嘔吐も一日数回になりました。四歳からは海外旅行にも行くようになり、今では十四ヶ国訪問、飛行機搭乗は三十四回となりました。

小学校に入学してからも月に数度は東部にお伺いします。よろしくお願いいたします。

## 成人式

一月十六日に通所にて三名の方の成人式がありました。

式は午前と午後の部に分かれて行われ、午前は式典で祝辞に続き、新成人の「二十年の軌跡」としてスライドショー形式で生い立ちを知りました。幼少の頃より、現在に至るまで様々な方たちに支えられて



新成人を取り囲んで (通所)

来たことに皆が心温まるエピソードをお聞かせ頂きました。利用者からは名前スタンプを散りばめた色紙・保護者会からは各々自分の欲しい物をプレゼントされて喜んでる表情が印象的でした。最後に「獅子の舞」を披露!太鼓・篠笛・獅子と職員の出し物を行いました。登場した時は皆様に驚いていましたが、獅子に噛んでもらえたりしてとても喜んでました。  
副院長、事務長、療育部長、センタースタッフ、墨東特別支援学校の先生方、家族等、多くの人達に囲まれて盛大にお祝いすることができました。成人おめでとうございます!



還暦を祝う会にて (二階南病棟)

## 還暦を祝う会

一月十四日に二階南病棟にて還暦を祝う会が行われました。

今年度、還暦を迎えられた方は一名でした。会ではかがみわりやスライド上映、大好きな歌のプレゼントがスタッフから贈られました。院長、副院長、事務長、療育部長をはじめセンターのスタッフ、かもめ分教室の先生方に囲まれて穏やかな会となりました。

## 『口を健康にして元気になろう!』

東京都立東部療育センター

歯科医長 中村 全宏

今年も暖かくなり、春が来ました。春は新たな気持ちにさせてくれる季節ですね。

こんにちは、歯科を担当しています中村全宏です。私は歯科医なので、お口の健康について書きたいと思います。口は体の中でも、感覚的にかなり運動面でも極めて巧みな動きをするところです。会話や愛情表現などのコミュニケーションにとって大切な役割です。おいしい食事を取るのにも関わってきます。また、「口」は訛や熟語にも多く用いられているのですが、いくつあげられますか?これをやると紙面が足りなくなるのでまたの機会にします。この口の健康が損なわれると、生活の質

に直結するので、かなり不快な思いをすることに なります。むし歯の痛みだけでなく、お肉などを食べた後に歯と歯の間に食物繊維が挟まってとれなかつたり、ちよつとした口内炎があるだけで、一日の気分が暗くなることは経験済みだと思います。でも、日本人は歯を大切にしない人種と言われている。しかし最近では、定期健診の重要性だけでなく、口の健康と全身の健康の関連性や介護予防での口腔ケアの大切さが話題になったり、子供のむし歯の減少や歯列矯正の希望者が増加しています。とは言っても、口の中の調子が悪いのに歯科受診してない人がまだまだ多いと言われています。

最近、みなさんは専門家に診てもらいましたか?口の中の病気はむし歯と歯槽膿漏が二大疾患と言われ、その予防については本などがたくさん出ていますので、そちらをらん下さい。咀嚼については、「長く噛んで食べなさい!」とお母さんに注意されたり、「三十回以上噛んで・・・」などと、良く噛んで食べましょう!と言ったことを聞いたことがあると思います。たくさん噛んで食べ物を細かくして唾液と混ぜると消化が良くなるとか、噛むことによって大脳を刺激して血流が良くなりボケ防止になるとか、良いことばかりです。食事以外でも、野球やサッカーの選手がガムをモグモグ噛んでいるのをよく見ます。また、長距離ドライブの眠気覚ましや渋滞のイライラ緩和にガムを噛んだりすると思います。さて、この噛むことを

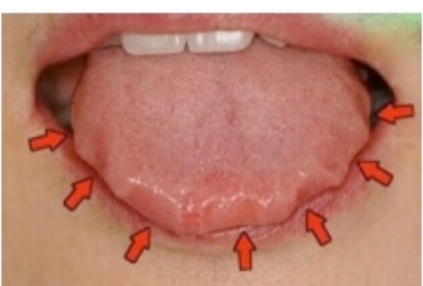
繰り返すリズム運動がなせ良いのでしょうか?この常同運動で神経伝達物質であるセロトニンが増えるからです。  
最近、歯列接触癖という言葉が見受けられるようになってきました。新しい言葉です。上下の歯を持続的に接触させる癖のことです。本来上下の歯は会話、食物の咀嚼、食物の嚥下という動作をするときに瞬間的に触るだけです。接触時間は一日に合計して二十分以下が正常と言われています。それ以外のときは1〜2mmすき間があるのが正常な状態です。近頃、歯ぎしりや食いしばりも含めて、無意識のうちの上下の歯の軽い接触をしている人が急増しています。これは、「良く噛みなさい」といった意識や習慣からきていたり、いろ

いろなストレスが原因かもしれません。考え事をしている時やテレビを見ている時などに、たとえ強く噛んでいなくても、上下を軽く接触させただけで口を閉じる筋肉は働いています。上下の歯の接触時間が長くなると筋肉の緊張や疲労、顎関節への負担が増えます。原因不明の頭痛、肩こり、首こり、腰痛、顎の痛み、耳鳴り、めまいなどが症状です。舌のふちに歯型(写真一)がついている人や、頬の内側に白い線のような盛り上がり(写真二)がある人は、噛み続けが起きている証拠なので要注意です。自分で確認できますので、鏡で見て下さい。私も実は舌縁に歯型が付いていることがあります。やはり、何事もしすぎるのと良いことはないようです。当センターも開所して十年が過ぎました。みな

さんも頑張っていて、食いしばって仕事を続けてきたと思います。これからの十年も元気で仕事を続けるには、必要以上に歯を接触させないことが秘訣かもしれません。

(写真一)

舌のふちの歯型



(写真二)

頬の内側に白い線のような盛り上がり



東部療育センターは平成二十七年四月一日から新たな指定管理期間に入りました(平成三十三年三月三十一日まで五年間)。

当センターは、全国重症心身障害児(者)を守る会の「最も弱いものをひとりももれなく守る」という基本理念の基に、引き続き手厚い医療・看護と介護が必要な都内の超(準超)重症児を積極的に受け入れるとともに、区部東部地域の障害児(者)を支援する中核的施設としての役割を担っていきます。年々増加傾向にある超(準超)重症児を支援するため、当センターでの努力は申すまでもなく、行政や地域関係機関との連携も図りながら対応を進めていきます。

規模はこれまでと同様、入所・入院は、長期入所九十床、短期入所二十四床、医療入院六床。通所は、成人、乳幼児合わせて一日三十五人(成人と乳幼児の枠は弾力的に運営します)。外来は一日百人です。

今年度は、「日本福祉サービス評価機構」に依頼して第三者評価を行いました。評価方法は、定められた評価基準と手順を基に行われ、場面観察やご家族の皆様・職員のアンケート結果なども評価の参考としています。ここでは、全体の評価講評について報告します。

### 平成二十六年 福祉サービス第三者評価 結果概要

今年度は、「日本福祉サービス評価機構」に依頼して第三者評価を行いました。評価方法は、定められた評価基準と手順を基に行われ、場面観察やご家族の皆様・職員のアンケート結果なども評価の参考としています。ここでは、全体の評価講評について報告します。

【入所】(特に良いと評価された点)

- ①医療的に重症度の高い利用者を積極的に受け入れ、安全・安心の療育サービスを提供している。
  - ②利用者の日常生活の活性化、生活経験の拡大などを目的に多様な行事を行っている。
  - ③特別支援学校の分教室が設置され、センターと連携して入所児童が教育を受けている。
- 【通所】(特に良いと評価された点)
- ①多くの専門スタッフが協力し、利用者一人ひとりの状況に合わせて安全・



新しくなった待合のテーブルとイス

#### 【お知らせ】

売店與の待合が新しくなりました!

三月十五日、待合のテーブルとイスを新しくしました。開設してから九年四ヵ月の間に、テーブルが傷つき補修テープだらけ、イスの張り地が薄くなり、所々破れて中の綿が出てくる状態になっていました。

運営します。医療安全や感染症予防には特に注意を払い、個々の利用者様の病状や年齢、成長に合わせて生活の質の向上を目指した療育に努めます。また、地域への支援や連携を強化するとともに情報発信にも力を入れていきます。

また、今年度、新たな指定管理に合わせてセンターの長期計画の見直しを行うほか、新たに、特に在宅医療が必要な方を対象とした訪問診療にも取り組んでいきます。更に東京都の重症心身障害児(者)在宅医療ケア体制整備モデル事業が最終年となりますので、そのまともも行います。

また、職員の確保・定着や資質の向上に向けた取り組みを進めていきます。

なお、今年十二月一日にはセンター開設十周年を迎えます。開設当初からこれまでの取り組みや成果を振り返り、これから更に全職員が一致協力して、安全・安心な療育に努めてまいります。

安心の療育サービスを提供している。②季節を感じるレクリエーション、家族・職員との交流などを目的に多様な行事を行っている。③家族と連携し、利用者が安全であり豊かな生活を送ることができるよう支援を行っている。(さらなる改善が望まれる点) ①療育の一層の充実のために職員の資質の向上に計画的に取り組むこと ②関係機関と協力して在宅医療ケア体制の整備や地域の通所施設への支援に努力すること ③引き続き人材の確保・定着に努力すること

今後、この評価を踏まえサービス改善に努めてまいります。詳細については、外来、病棟でファイルが閲覧できます。また、インターネット「福祉ナビ」でもご覧いただけます。

そこで、待ち合いを使う方が少しでも快適に過ごせることと、安全性を考慮して更新することになりました。

加我院長がイスの張り地を選び、暖色系の色に決定。難溶性で抗菌加工が施され、ビニール製で清掃もしやすい素材です。テーブルは安定性を考え、四本足のものにしました。

張り地が派手ではないかと思いましたが、落ちていた明るい雰囲気になり、利用する方の評判もいよいよです。

次は、薄汚れてきている待合の壁紙の張替えを計画したいと思います。

この事業は、中央区、墨田区、江東区、江戸川区をモデル地域として、医療的なケアが必要な在宅の重症心身障害児(者)の方々の診療に携わる医療機関との連携構築や、役割分担の推進を図る取り組みを行うことにより、かかりつけ医を増やしていくことを目的としています。

平成二十六年度は、モデル地域在住の当センター利用の方々のご家族に、医療機関(病院、診療所)や医療・福



第七回院内研究報告 (三月十一日(水)開催)  
今回、受賞された皆さん(上段左から)鈴木MSW、村松美紀(酒井医師代理)、加我院長、太田医師(酒井医師代理)、山本看護師、野村看護師

#### 第七回院内研究報告

(三月十一日(水)開催)

社サービスの利用についての意見や希望等を聴き取り調査しました。結果、全体の半数以上の方が、病院のみでなく地域の診療所やクリニックで、風邪などの軽い症状の時や予防接種、他科(歯科、耳鼻科、皮膚科等)等をそれぞれの必要に応じて利用されていると。それぞれの方によって、病院や診療所への要望は異なり、医療機関の役割は多様化していることも分かりました。また各種サービス(訪問看護、

今回は口頭発表が十五題となり、研究・実践・改善のテーマから報告がありました。有効性の高い研究や着眼点が良く、今後の研究に期待がもてる内容等が多々ありました。発表時間は七分でその後、質疑応答を行いました。

審査は抄録、発表資料、発表内容、質疑応答をポイントとし、審査委員により総合的に評価を行いました。受賞者は次のとおりです。

【最優秀賞】  
「当センター長期入所者における骨粗鬆症の状況」 医局 酒井朋子 さん

【優秀賞】  
「通所における重症心身障害児(者)の褥瘡予防のための情報共有ノートの効果」 外来 山本ひろみ さん

【敢闘賞】  
「短期入所の実態について」 地域療育支援室 鈴木美紀 さん

【特別賞】  
「有効なカルニチン摂取方法の検討」 栄養科 村松かおる さん

#### 東部あねね

一月から三月の話題です。

##### 【一月】

未(ひつじ)年の新年が明け、入所者の方は、おせち料理で新年を祝いました。十四日は病棟で還暦を祝う会を、十六日には通所で成人式を行いました。二十一日と二十八日はかもめ分教室主催のもちつき大会が病棟で行われ、臼と杵を使って皆で協力して餅をつきました。つきたてのお餅の美味しかったこと。



みんなで餅つき!

##### 【二月】

四日と六日に行われた江東区障害者作品展に、ちこゆりMJKモジュールが作成したマイルモサイク(センターのロゴマークをデザ



##### 【三月】

三日のひな祭りには、お昼にテラス寿司の行事食が振舞われ、皆の食欲も絶好調でした。二月から三月にかけて、大学等から保育実習の方が病棟や通所で学んでいきました。実習生も利用者も始めは緊張気味でしたが、実習の後半にはお互い仲良くなりました。卒業後は当センターでは是非働いて欲しいと思います。



センター正面玄関に飾られたひな壇

#### 編集後記

新年度を迎え、新たに各種の仲間がセンターにみえました。編集後記も次号からは担当が替わります。これまでのその時々の思いを筆に託してきましたが、思い返してみると楽しいことが、悲しいことが思い出されます。センターも今年度は開設十周年を迎えます。また、指定管理期間も四月から新たに五年となります。今年も色々なことが起こると思います。が、「わか草」愛読者の皆様、センター利用者の方々のために、更なるご協力をお願いします。

←これまでのわか草をご覧になりたい方はこちらからどうぞ

