

「自立支援ケアに対する介護事業所の取り組みと課題」

(株)ライフリー

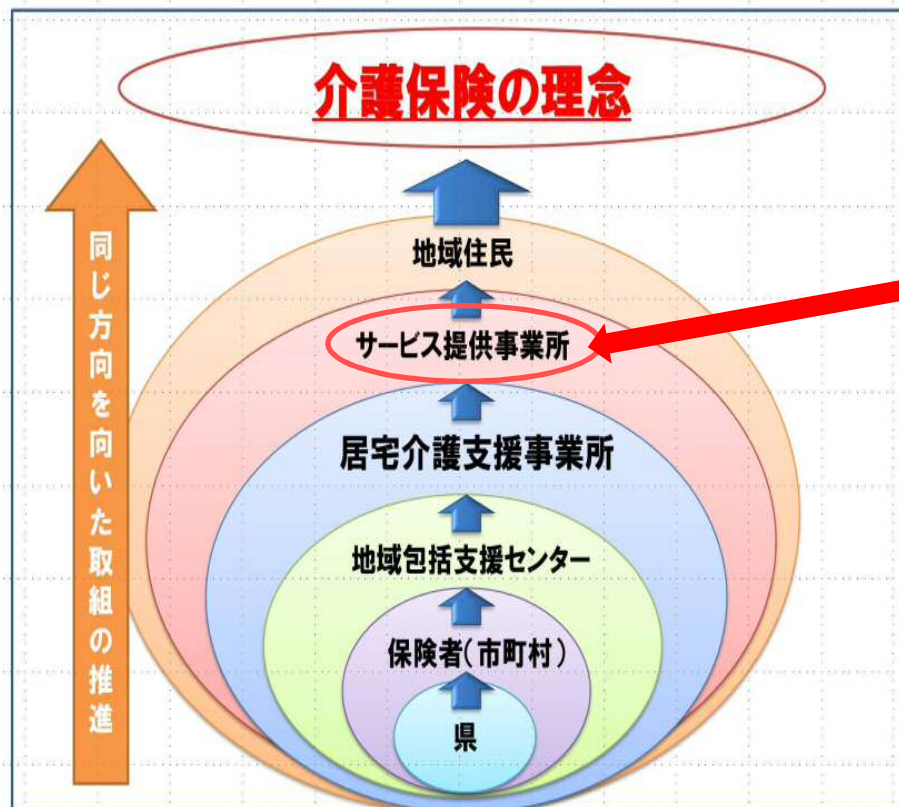
デイサービス楽

佐藤孝臣

介護保険の第1条(目的)では、介護サービスを提供する目的を「(要介護者が)尊厳を保持し、その有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができるよう、必要な保健医療サービス及び福祉サービスに係る給付を行う」と規定している。

介護保険の基本理念⇒自立支援⇒生活課題の解決

介護保険の理念の実現に向けて



本日の内容です

通所・訪問の事業所支援にリハ職が介入して介護保険の基本理念の実現に向けて取り組んだ報告をします。

介護予防拠点支援事業

通所型サービス事業所へ自立支援型サービス先進事業所職員やリハビリ専門職を派遣し、事業所職員に生活機能向上支援の知識・技術を習得させ、サービスの質の向上を図る。
また、地域内の事業所相互の連携強化を図るため連絡会議を開催する。

介護予防拠点の機能

介護予防・日常生活支援総合事業 通所型サービスイメージ

利用者：二次予防対象者～要支援2認定者まで
内容：①運動機能・身体機能向上を目的としたサービスの提供
ストレッチ、全身運動、筋力向上プログラム
栄養指導、口腔機能向上プログラム
②生活機能向上を目的としたサービス提供
専門職の訪問による生活機能評価、生活指導

機能回復した利用者をフォロー教室・地域サロン等へつなげる

専門職・アドバイザーの派遣

対象事業所：総合事業通所サービス受託事業所（モデル2市）
アドバイザー：デイサービス 楽 佐藤 孝臣氏
専門職（歯科衛生士・栄養士）

研修内容：

- (1) 講義・自立支援型サービス事業所実技研修
- (2) ケースカンファレンス
- (3) ①通所サービス実技指導
・体力測定、個人評価、個別プログラム立案、
運動機能向上プログラム実技指導
②訪問サービス実技指導
・生活機能評価・生活指導

職員が知識・
技術の習得



①運動機能向上プログラムによって身体機能向上を図る



+



②訪問指導により生活機能を評価・指導

日常生活動作の自立を図る

- ・料理や掃除が自分でできるようになる。
- ・献立をたて、買い物に行けるようになる。
- ・卒業後は地域サロンに通って運動を続けることができる。
- ・旅行や温泉に家族と出かけるようになる。

自立支援型サービス提供の手法・技術を、他の事業所へ拡大させる

通所型サービス事業所連絡会の開催（モデル2市内にて事業所による取り組み報告）
・地域内の通所型サービス事業所が集まり、自立支援型サービス提供について研鑽する場
内容：勉強会・実技研修・事例報告・取り組み報告・実技研修

介護予防拠点支援の内容

デイサービス楽にて15日間の実習

内容: 35時間の座学での研修(介護保険、生活不活発病、ICF、リハビリテーション、リスク管理、運動について、生活機能評価、因子分解、整形疾患、循環器疾患、脳神経、認知症、一般臨床医学、高次機能障害など)

座学以外の時間は実地研修

研修終了後は事業所へデイサービス楽 職員が支援

総合事業通所型サービスの様子



柔軟体操・下肢の運動・上肢の運動の様子



総合事業卒業式

広報・啓発(地元ケーブルテレビ)



利用者さんへのインタビュー

訪問による生活機能の評価・指導



カンファレンス(初回、中間、最終)



参加者は県、市町村、包括、事業所、**アドバイザー(リハ職)** 全ての事例にケアプラン、生活機能評価表、通所介護計画に基づいてカンファを実施

事例紹介（A氏）

80歳代 女性 要支援1

病歴：

左耳難聴、椎間板ヘルニア

帯状疱疹（腰部・左下肢に後遺症）、骨粗鬆症。

利用までの経緯：

以前は近隣に友人・知人が多く交流があったが、近年は腰痛・下肢痛があり歩行や立ち座りが不安定なことから外出は困難。屋内の移動も不安定。転倒に対する不安もある。友人の勧めで介護保険サービス利用を検討し、当施設の週1回利用を開始した。

興味関心チェックシートにて

「調理と買い物をしたい」「畑に行きたい」と希望あり。

生活機能評価 (A氏)

埼玉県和光市作成

自立度	自立		一部介助		全介助	
困難度と改善の可能性	楽にできる		改善可能性		改善可能性	
	普遍的	限定的	高い	低い	高い	低い
自立度判定	○1	○2	△1	△2	×1	×2

	生活機能	事前	事後予測	備考
A D L	室内歩行	△1	→ ○2	なんとか伝い歩き可能。這って歩く手前。土間には不可。
	屋外歩行	×1		不安でしていない。
	外出頻度	×1		不安でしていない。
	排泄	○1		和式トイレで前方のパイプにつかまって行う。洋式は嫌い。
	食事	○1		
	入浴	△1	→ ○2	娘の介助の元、つかまりながらなんとか可能。
	着脱衣	○1		


I A D L	掃除	△1	→ ○2	主に娘が行い、時々座って小さな掃除機をかけている
	洗濯	○2		
	買物	×1		娘、孫が買い出ししている
	調理	△1	→ ○2	レンジで温めるものを活用。台所には立たない。レンジを居室近くに置いている。
	整理	○1		
	ごみ出し	×2		息子が仕事に行く途中でだしてくれる。
	通院	△1		息子のつき添い。
	服薬	○1		
	金銭管理	○1		
	電話	○1		
	社会参加	×1		していない

ADL・IADL遂行状況チェックリスト

生活行為	工程	事前	内容	事後
入浴 自立度 【△1】	脱衣場まで歩く	△1	娘の介助あり	○2
	服を脱ぐ	○1		
	浴室まで歩く	△1	娘の介助あり	○2
	身体・髪を洗う	○1		
	浴槽をまたぐ	△1	娘の介助あり	○2
	浴槽の立ち座り	△1		○2
	身体を拭く	○1		
	服を着る	○1		
	髪を乾かす	○1		
掃除 自立度 【△1】	道具をとりにいく	△1	掃除機など重いものは困難	○2
	道具を準備する	△1	掃除機など重いものは困難	○2
	目的の場所まで移動	○2		
	姿勢を変える	×1	中腰や立位保持、四つ這いなど困難	○2
	掃除をする	×1	椅子座位でなら可能	○2
	姿勢を戻す	×1	中腰や立位保持、四つ這いなど困難	○2
	ごみの処理をする	○2	重いものは持ち運び困難	
	道具を片づける	△1	重いものは持ち運び困難	○2
	部屋に戻る	○2		

ADL・IADL課題整理表

自立：○1(楽にできる) **普遍的自立**、○2(少し難しい) **限定的自立**
 一部介助：△1(改善可能性高い) △2(改善可能性低い)
 全介助：×1(改善可能性高い) ×2(改善可能性低い)
遂行状況チェックリストを反映させる

入浴				
自立度	工程	課題の抽出、目標の設定	動作工程イメージ	訓練の応用
	浴槽をまたぐ	<input type="checkbox"/> 湯の温度を確認できる <input type="checkbox"/> 座位にて片足でバランスを保持できる <input type="checkbox"/> 立位にて片足でバランスを保持できる <input type="checkbox"/> 下肢をうまく動かすことができる <input type="checkbox"/> 上肢をうまく使うことができる <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	浴槽への出入り訓練 	<input type="checkbox"/> 応用立位訓練 <input type="checkbox"/> 応用座位訓練 <input type="checkbox"/> 下肢訓練

- ・何が出来るようになれば、その工程が自立に近づくかを考える。
- ・「**できる**」を意識した形式。
- ・適当な項目がない場合は各々でつけ足し使用。

応用動作訓練や運動プログラムと連動する。 マニュアル内では別紙に応用動作訓練の参考例を添付している。

実施プログラム

自立支援塾

立位・歩行に
必要な筋力・
柔軟性向上!

下肢3点セット



上肢3点セット

3ヶ月後評価

生活機能評価 (A氏)

	生活機能	事前	事後予測	備考
ADL	室内歩行	○1		つかまらずに安定して可能。
	屋外歩行	○2 → ○1		杖使用にて家周辺の歩行や草むしりができる。
	外出頻度	×1 → △1		家族と買い物に行きカートを押して歩いている。
	排泄	○1		
	食事	○1		
	入浴	○1		つかまりながらできている。
	着脱衣	○1		
IADL	掃除	○1		掃除機をかけたり、週に1、2回床拭きができている。
	洗濯	○2		シーツを2、3日に1度洗濯して干している。
	買物	△2		家族と一緒にいる。カート使用。
	調理	○1		お弁当や食事を自分で作っている。
	整理	○1		
	ごみ出し	×2		息子さんが仕事に行く途中でだしてくれる。
	通院	△1		息子さんのつき添い。タクシー。
	服薬	○1		
	金銭管理	○1		
	電話	○1		
	社会参加	×1	○2	



3ヶ月後



「家の周りでなら
なんでもできる！」
活動性向上！！

- ・生活不活発病が著名で立ち座りや移動に困難を来していた。
- ・屋内でのADL・IADL(特に立位・歩行)に焦点をあてた。
- ・数回の利用で変化がみられてきた。
- ・「良くなっていくのが楽しみになった」
- ・「家でもできる運動をしている」
- ・利用時にも歩行が安定し、前かがみだった姿勢が真っ直ぐ伸びてきた
- ・家でも活動的になり、「なすを5本うえた！」「梅を8kgつけた！」と喜んでいる。
- ・以前行えていた、作ったものを近隣・友人に配る楽しみもできた。
- ・1日の活動量は利用開始時と比較しても随分増え、生活不活発からの脱却ができています

運動の習慣化、食欲増加などの健康面の変化も認められた

「買い物をしたい」「畑に行きたい」の思いの実現

生活機能向上支援マニュアル

自立支援型通所サービス 生活機能向上支援マニュアル

平成26年7月

大分県福祉保健部高齢者福祉課

生活機能向上支援マニュアル目次

- はじめに
- 介護保険法に基づく自立支援

第1章. 生活機能向上支援マニュアル概要

- 1 生活機能向上支援マニュアルの特徴
- 2 マニュアルの活用方法
- 3 自立支援型サービスの実際

第2章. リスク管理

- 1 トレーニング中に遭遇しやすい急変（リスク場面）とその対応
- 2 薬剤によるリスク
- 3 転倒を回避するためには
- 4 痛みの評価と対応

第3章. 運動・口腔・栄養プログラムと認定機能のアセスメント

【運動機能向上プログラム】

- 1 運動機能のアセスメント
- 2 運動機能向上プログラムの実施方法
- 3 リハビリ職（理学療法士・作業療法士）の活用について

【口腔機能向上プログラム】

- 1 口腔機能のアセスメント
- 2 口腔機能向上プログラムの実施方法
- 3 専門職（歯科衛生士・言語聴覚士）の活用について

【栄養改善プログラム】

- 1 栄養アセスメント
- 2 栄養改善プログラムの実施方法
- 3 専門職（栄養士）の活用について

【認知機能のアセスメント】

第4章. ADL・IADLの評価

- 1 ADL/IADLの評価
- 2 ADL/IADLの課題整理表の活用方法
- 3 生活機能向上プログラム（応用動作訓練）

第5章. 緊急時の対応

- 1 緊急時の対応マニュアル

構成員：自立支援型サービス事業所職員、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、歯科衛生士、栄養士、保険者各代表

通所・訪問サービス計画担当者&管理者研修(応用課程) 研修風景

全ての研修にPT・OT・ST・管理栄養士・歯科衛生士・保健師が講師、アドバイザー、コーディネーターで参加

受講者:延べ人数1200名以上(基礎課程含め)

— 1日目 —

午前 講義

午後 事例検討・事例選出



— 2日目 —

「やってみよう! 自立支援に向けた
ケースカンファレンス」

アセスメント、計画立案、見通し



— 3日目 —

「実証! 元気になる自立支援ケースカ
ンファレンス」検証、再評価



— 4日目 —

実践事例発表&事例に関連してミニレクチャー



発表者の皆さん

自立支援型ヘルパー実施支援

リハ職同行訪問

自立支援ヘルパー実施支援

動作確認の様子



Aさんヘルパー介入はどの部分に必要か？



運動指導の様子



訪問介護事業所にて振り返り
(カンファレンス)

保健師

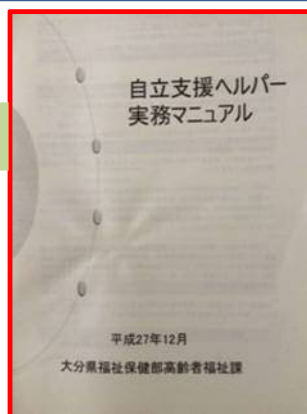
OT

担当ヘルパー

担当CMさん

訪問介護事業所
管理者

市町村



マニュアル内容

- ①ADL・IADL課題整理
- ②家庭でできる筋力アップトレーニング
- ③栄養改善の基本的知識
- ④口腔ケアに関する基本的知識
- ⑤家事動作訓練
(掃除、調理、洗濯、買い物)
- ⑥自助具、家事用具の工夫
- ⑦自立支援型訪問介護サービス事例集

結果：掃除自立



* お世話型の介護



* ADL・IADLの改善に向けた支援

メッツ日常生活動作表

活

動

量

1~2
メッツ



食事



安静
座位

2~3
メッツ



調理

モップ
がけ

床ふき

3~4
メッツ



やや
ゆっくりと
した
歩行

普通
の歩行

4~5
メッツ



自転車



やや
早めの歩行



早い
歩行

5~6
メッツ



草むしり

布団干し



入浴

洗たくもの
干し

日常生活動作

メッツとは
安静座位を1として
その何倍の酸素消費量
にあたるかを示す

平成26年度 圏域通所サービス事業所 実践力向上研修

通所型サービス事業所で活用できる生活機能向上支援実務マニュアルを作成するとともに、事業所職員の資質向上研修を開催する。

*** 3日間コース 県内8会場開催 受講者：延 約3,080名**

対象：通所介護・通所リハ事業所（地域によって、居宅介護支援事業所職員、訪問介護事業所職員含）

研修カリキュラム

	内容	講師
1 日 目	①圏域内の介護保険の現状、 介護保険制度改正について ②生活機能評価、ADL・IADLの アセスメント ③生活機能向上支援プログラムと評価	市町村 保健所 作業療法協会
2 日 目	・リスク管理 ・運動機能向上プログラムと評価	理学療法士協会
3 日 目	・栄養改善プログラムと評価 ・口腔機能向上プログラムと評価	栄養士会 歯科衛生士会



研修参加者

H26年度対象市町：モデル市町村

市町村	参加者 (延)
別府市	327名
国東市・姫島村	273名
津久見市	162名
由布市	203名
佐伯市	734名
竹田市（豊後大野市一部）	803名
九重町・玖珠町	207名
中津市（宇佐市・豊後高田市一部）	371名



平成27年度は上記を
除く市町村対象実施

総合事業卒業 → デイサービスのボランティア

- 総合事業卒業
- 興味関心チェックリスト
(ボランティア → してみたい)
- デイサービスの作業工程分析
- 昼食の準備 → 合意形成
- デイサービスでの
ボランティア開始

リハ職の介入





元気いきいき！めじろん元気アップ体操をしよう！



4種類（ビッグ4）の運動を続けましょう

効果

1

立つ、階段が楽になります。動いても疲れ難くなります

2

転び難くなります
歩きが元気になります

3

バランスが良くなります。歩くのが楽になります

4

転び難くなります
歩きが元気になります

弱い運動

膝伸ばし



- ・椅子に座り、片脚を伸ばす
- ・膝が伸びた状態でさらに伸ばすつもりで大腿に力を入れ続ける

足踏み・膝上げ



- ・座って足踏みをする
- ・あるいは、片膝ずつ上げて止める

片足立ち



- ・椅子の横に立ち、片手を背もたれにそえる
- ・椅子と反対側の膝を上げて止める

つま先立ち



- ・椅子の後ろに立ち、両手で背もたれをもつ
- ・かかとを高く上げて数秒間止める

強い運動

椅子座り立ち



- ・椅子にゆっくり座ったり立ったりする
- ・可能なら、椅子に座る直前に立ち上がるか、椅子なしで行う

もも上げ歩き



- ・大腿を高く上げながら、ゆっくり歩く
- ・できれば、大腿を上げたところでしばらく静止する

片足立ち



- ・片手指先を壁に軽く着き、壁と反対側の脚を上げて止める
- ・できれば、手を壁から離す

つま先歩き



- ・かかとをできるだけ高く上げてつま先で歩く
- ・できる範囲で長く歩く

【注意】

- ①無理はしない、人と競争しない
- ②呼吸を止めないです
- ③寒い朝、起きてすぐ食後すぐはしない
- ④痛くなったら中断、専門家に相談する
- ⑤運動実施記録（日記）をつける

【運動の強さや回数について】

- ①ゆっくり動かし、筋肉を意識する
- ②止める時間は2～3秒、慣れたら数秒
- ③回数はできる範囲で多めにする
- ④楽になったら、回数や時間を増やす
- ⑤できるだけ毎日、少なくとも週2、3回

大分県



通所事業所成功事例報告会(自主的勉強会)



参加者数
600名



大分県内の事業所が集まり自立支援に向けて取り組んだ事例の報告会を開催。基調講演と8演題の成功事例の報告を行った。

テーマ【生活行為のアセスメントから目標設定まで】

講義、GW(工程表を作成)⇒参加 30事業所:102名



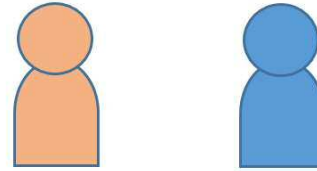
総合事業

主な関わり
その意識

OT 対象者

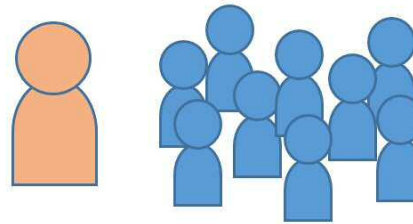
1対1

1対1



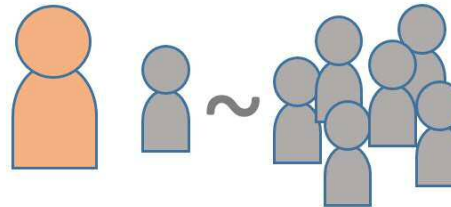
- ◎ 訪問C型
- 通所型C型
- 現行の通所相当

1対多



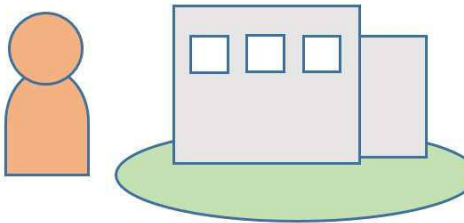
- ◎ 通所型C型
- ◎ 通所A・B型
- ◎ 現行の訪問・通所相当
- 介護予防普及啓発事業
- 地域介護予防活動支援事業

1対職員
(他職種)



- ◎ 現行の訪問・通所相当
- ◎ 通所型C型
- 通所A・B型
- 訪問型C型

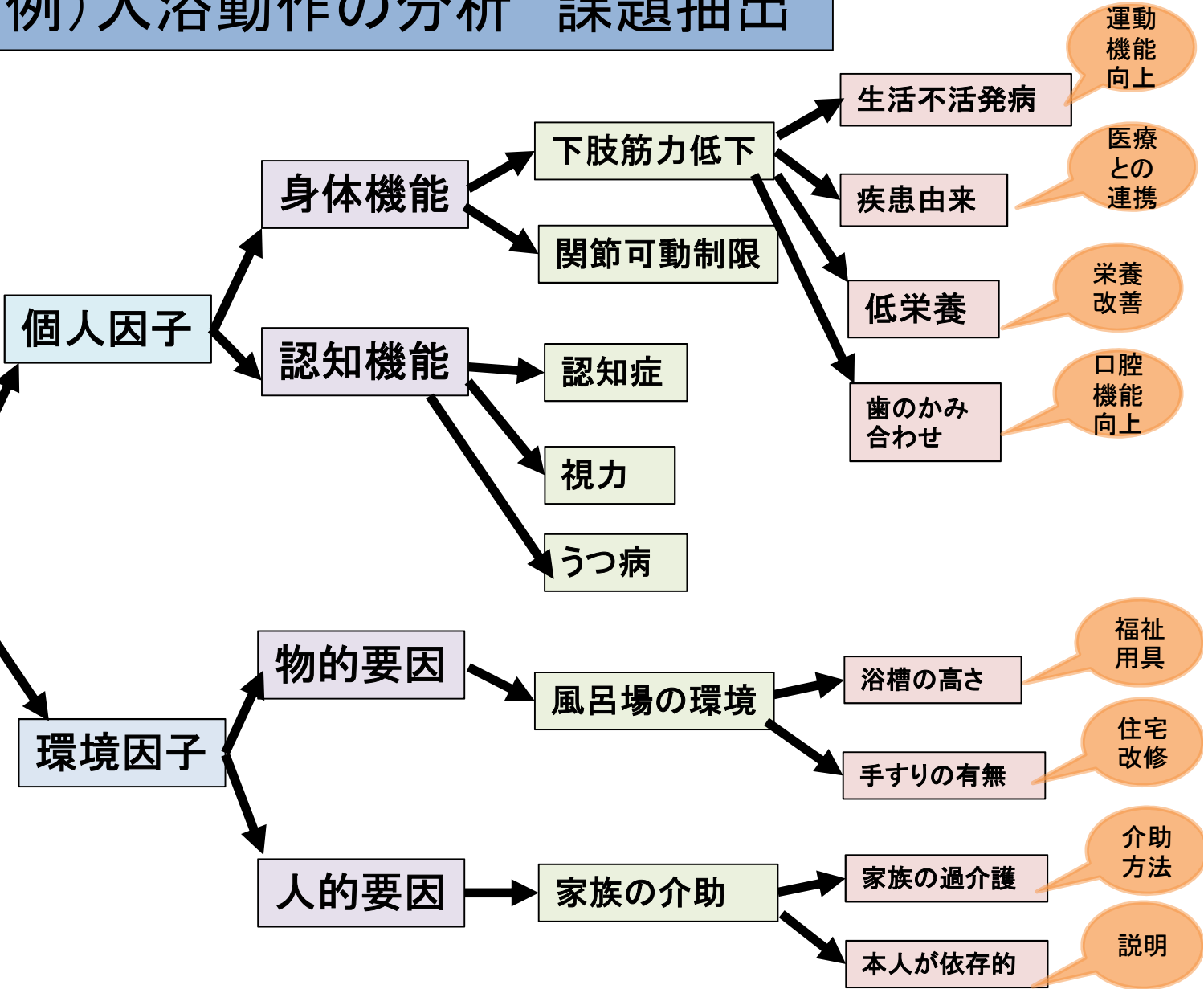
1対行政



- ◎ 地域ケア会議
- ◎ 介護予防ケアマネジメント
- 地域介護予防活動支援事業

例) 入浴動作の分析 課題抽出

- 移動
- 衣服着脱
- 浴室移動
- かけ湯
- またぎ**
- 浴槽内姿勢
- 洗身
- 洗髪



(株)ライフリー10周年記念講演資料より

まとめ

- リハ職が介入することで通所・訪問の事業所のスキルが高まった。
- リハ職はサラリーマンがほとんどでフレキシブルな動きが困難
- リハ職の介入は1対多の対応が主
- リハ職の質の担保
- 事業所の意識は高い
- 自立支援型事業所のビジネスモデルが確立できない
- 医療との連携が重要

課題

- ・リハ職が動ける環境
- ・リハ職の質の担保
- ・自立支援型事業所のビジネスモデルの確立

ご清聴ありがとうございました。



別府温泉



湯布院温泉



大分県応援団“鳥”
めじろん



関アジ



鳥天



日本一の

おんせん県おおいた

みりよく

味力も満載

