

全国の現場から / 施設紹介



特長ある施設を
ご紹介します！

デイサービス

非営利一般社団法人 あっとほーむいなしき

デイサービス「太陽と鳩たち」

生活行為向上 マネジメントを行う デイサービス

「日本一結果を出す機能訓練」を目指す

デイサービス太陽と鳩たち(以下、“太陽と鳩たち”)の管理者である浅野有子さんは、以前、介護老人保健施設涼風苑で作業療法士・介護支援専門員として働きながら、「生活行為向上リハビリテーション実施加算」の要件にある「生活行為向上マネジメント研修」の講師もしていました。そして「通所リハのように生活行為向上マネジメントを行い、機能訓練の結果を出せる地域に身近なデイサービスをつくりたい」という思いが強くなり、2018年1月1日に定員19名の民家改修型デイサービスを開設しました。

“太陽と鳩たち”のモットーは「至らない・尽くさない」で、過介助にならないように心掛け、自立を促しています。ご利用者には個別機能訓練加算Ⅰ・Ⅱを実施した結果、半年間で3名のご利用者の介護度が改善しました。

リハビリの効果を上げるためには「食事」と「適切なリハビリ」が大切と考え、次のような取り組みをしています。



「一緒に撮って」と入ってこられたご利用者(右)を含む職員の皆さん(左上がお話を伺った管理者の浅野さん)



自主トレに取り組むご利用者とそれを応援するご利用者、見守る介護職(右端)

リハビリの効果を上げる食事のポイント

“太陽と鳩たち”では、利用受付時に「服用している薬の薬効に影響する禁止食品」「アレルギーの有無」「脂質代謝異常に応じた摂取カロリーの目安」「食べられない食材や嗜好」を聴取し、お一人おひとりの食事に配慮するほか、右記の点に留意して食事を提供しています。



15品目以上の食品を使った昼食。左のような四角い小鉢は片麻痺の方や手の力の弱い方でも持ちやすい

また、嚥下機能が低下している方には「うどんはやわらかくゆでて短く切って提供する」など、ご利用者の摂食嚥下機能を多職種で評価し対応しています(表1)。「食べることは生きること。みんなと楽しく、おいしく食べることは暮らしの大切な原動力になります」と話す浅野さんは、ホームページでもその取り組みを公開し、地域の管理栄養士・薬剤師・介護支援専門員や支援事業所の仲間たちと情報共有をしています。

食事提供における留意点

- ◎ 昼食は一汁四菜を基本とし、野菜を中心に15品目以上の食品を召し上がっていただけるような高タンパク低カロリーの献立を用意(通常のごはん盛で550kcal・おやつは100kcalを目安に提供)
- ◎ 糖尿病の方には小盛りのセットも用意しており、おやつも0kcalのゼリーや低脂肪ヨーグルトなどを提供
- ◎ 認知症を予防するといわれる食品や栄養素(例えば大豆レシチンやビタミンD・C・E群)を加え、強化している
- ◎ ブロccoliは蒸して使うなど栄養素を効果的に摂取するような調理方法に留意
- ◎ 片麻痺の方や手の力の弱い方には持ち手のついた食器や片手でもすくいやすい四角い小鉢を使用し、ご自分で食べられるように工夫



ご利用者の嚥下機能に合わせたおやつの例

〈表1〉 多職種による食事のアセスメントと援助場面での役割分担

| 担当専門職種 | アセスメントの視点 | 援助場面での役割 |
|-----------|---|---|
| 本人・家族 | 嗜好や現病歴、自宅での食事状況、食事やおやつについての意見を述べる など | 食事に関する意見や提案、一緒により良い食事を考える |
| 担当介護支援専門員 | 服薬内容、医師の指示、健康上の配慮内容、自宅での食事や服薬の状況、“太陽と鳩たち”の利用者本人や家族の意見聴取 など | ケアプランやサービス担当者会議を通じたマスタープランの提案・調整 |
| 看護師 | 健康状況、体調、食欲、摂食嚥下状況、体重の変化 など | 健康状況の把握、不調時の対応判断 栄養助言、療養支援 |
| 介護士 | 食事の席の配置への配慮、食事の状況、食の進み、提供した食事の好き嫌い、食事摂取量、食事に関し意見を伺う、食形態の配慮 など | できるだけ自立を支援し、楽しく食事をするための工夫・助言 食事を共にし、安全な摂食を見守る |
| 作業療法士 | 食事姿勢、上肢や口腔周囲の麻痺の状況、認知機能や失認失行状況、咀嚼・嚥下機能、食器や用具の適合など | 座位の工夫(体幹・頸部の支持強化練習・シーティングの工夫)・両上肢の機能改善・口腔周囲の機能改善 食器用具の工夫調整 |

個別機能訓練では「ご利用者・ご家族も努力する」ことを確認

“太陽と鳩たち”ではご利用者の目標を確認し、個別機能訓練加算Ⅰ・Ⅱを算定して機能訓練を行っていますが、個別機能訓練計画書には「これまでの経緯」「ご本人・ご家族・ケアマネジャーの希望」「アセスメント内容と個別機能訓練の内容」を記載するとともに、「ご利用者・ご家族の取り組み」が記載されており、「一緒に目標に向かって進む」ということを確認しています。

本人・家族・ケアマネジャーの希望

アセスメント内容と個別機能訓練の内容

「ご本人・ご家族の取り組み」を明記

「上記の説明を受け、承認し、スタッフと共に健康で、より自立した暮らしを目指します」という宣言の下にご利用者自身に署名していただく

通所介護太陽と鳩たち 個別機能訓練経過・方向性 No.2 (H30年〇月〇日 策定)

メンバー氏名 A 殿 (〇才) (要介護3) 担当介護支援専門員 △ △ 氏

機能改善目標: 筋委縮性側索硬化症 **生活障害:** 入浴見守りが必要・摂食嚥下に支障が出ている
 頸部・上肢部・体幹支持力低下 発語嚥下障害 ⇒ 歩行不全・家事。趣味行為の困難・外出時の不自由

自宅での生活機能・状況 (生活自立度 A2) (認知症自立度 正常)
 布団から自分で起き 自宅内は歩歩で過ごす。自分でトイレへ行く。近位で見守れば30cm〜50cmほど歩くことができる。捕まれば20cmの台を上り下りできる。右手でスプーンを保持し何とか左手で支え食事ができている。右肩は固く仰臥位90度屈曲位で保持できなかったが改善傾向。(他動で右肩伸上80度→140度へ改善) テーブル上で両手を保持し握りはなし。つまみはなし ひも結びや紙漉工ができるが耐久性低い。手首の姿勢保持機能不十分で練習中。調嚥・流涎心配しきか月前には胃ろうを増設したが摂食機能改善。自宅では起居移動・トイレ自立。入浴支援下自力。夜話の世話を簡単な掃除 簡単な調理を担える可能性が出てきた。床からの立ち上がり 一人での散歩は不安。支援下で外出するが泊りがけの旅行は不安とのこと

本人の望む暮らし・希望される機能改善内容: 本人: トイレ・入浴は自立機能を保ち、美味しく口から食べたい。元気に家族に負担をかけることなく自宅で過ごしたい。買い物・レジャーでスムーズに歩く。80代を越えたい
 家族の意向: もともと静かに穏やかに 元気に生活してほしい。調理や散歩はまだ危険があるのではと不安だ。転ばずに安全に動作してほしい。家のことでは頼りにしていきたい。
 担当ケアマネジャーさん依頼: 希望をもって例ら前に前向きに過ごしてほしい家事役割果たし機能改善を。

支援計画(5/31)策定(〇才)

| | |
|---|---|
| 起居、移乗 ベッドやいすから立ち上がるには不安定であったが頸部の支持も改善してきている | 基礎訓練: 臥位での肩周囲はぐし。両手の支持運動促進 骨盤・体幹周囲のせうげいん。両手実用練習 |
| 移動、歩行 自宅内散歩。屋外歩行が500m可能となる 右肩は支持性がなく 使いにくかったが改善傾向 荒削み食 右手でスプーンを少し握り噛み砕き改善 | 基本作業、練習: 端坐位からしゃがみ立ち練習 床からの立ち上がり練習 片足を支持するためのステップ練習 片足立ち |
| 食事 トイレで自立。手すりなくても洋式トイレなら可能となる スポソンの上げ下ろし。ホックがやや不全 | (自宅生活での生活行為への支援) 応用作業、活動: 歩行練習・段差登りがあり・登り越え 入浴行為の練習 手芸 食事の練習 (常食・糊類も練習) |
| 入浴 自宅で家族の見守り半介助下で入浴している。 またぎ越しや片足立ち練習中 組までは両手が届く | 社会的交流、活動、支援: 近隣の友人との交流が多い。太陽と鳩たちの仲間も 良く助ましてくださる。社会的な会話を広げ呼吸器機能改善外出や交流の広がり 制作活動 |
| 個別機能訓練 肩周囲の硬さの緩和。頸部・肩甲骨 支持促進 体を柔らかくし動きやすさの基礎を作る 体幹・骨盤周囲支持性改善 歩行練習・入浴行為向上 | 社会的交流、活動、支援: 社会的交流拡大・同年代での交流支援 |
| 活動 近隣の友人との交流が多い。太陽と鳩たちの仲間も良く助ましてくださる。社会的な会話を広げ呼吸器機能改善外出や交流の広がり 制作活動 | |

太陽と鳩たち事業所内検核者 機能訓練担当: ケア担当: 管理者:

総合的な個別機能改善・支援方向性
 自宅で家族に負担をかけるずに 身の回りのことを自分で行い、外出や孫たちとの交流も気軽にできる

| | | | |
|----------------|--------------------------------|-------------------|---------------------------------|
| 機能改善の課題 | 個別機能訓練・個別支援 | 事業所内活動 | 御本人・家族の取り組み |
| 肩周囲の硬さ 体幹の弱さ | 関節・筋肉のほぐし・ストレッチ 体幹 肩・股支持性強化 | 自己トレーニング、エアロバイク | 両手で棒を保持し手のほぐし 何かにつかまっていた片足立ち |
| 口腔機能の弱さ | 嚥下 嚥下練習 | ブレーダー等で 神経・筋賦活 | 文章を書く・制作活動 会話 外食 旅行 ビデオ |

御利用状況・連携事項・生活支援への提言等 担当ケアマネとの連携

簡易な家事行為が安全にできるよう旅行に行けるようお役に立てるよう努力

上記の説明を受け、承認し、スタッフと共に健康で、より自立した暮らしを目指します

年 月 日 本人 家族

個別機能訓練経過・方向性

重度の方の個別機能訓練実施については状況の報告を心掛け、医師の指示を仰ぐ

重度の方の個別機能訓練実施の際はケアマネジャーを通して右のような書類を医師へ渡し、指示を仰いでいます。浅野さんが通所リハに勤務していた際は医師のリハビリテーション計画書に沿ってリハビリを行い、リハビリテーションマネジメント加算などを通して定期的に医師の注意事項を得ることができていたため、デイサービスでもご利用者の疾患によっては必要と感じているからです。

浅野さんは普段から医師会の活動などにも参加し、顔の見える関係づくりを行っているため、こうして医師に情報提供をすることで、注意事項とともに検査結果の共有を提案していただける場合もあります。

「機能状況を適時報告ください 呼吸器機能の維持は重要と思われ当院でも検査した際は報告します」という医師からの意見を得られた

通所介護 御報告 指示依頼 2018/〇/〇

A 氏 主治医 〇〇先生 御待史

平素より 小さな通所介護太陽と鳩たちの地域リハビリテーション活動につきましてご理解、ご支援をいただき 深く感謝申し上げます。
 貴院通院中の A 様 (70 才代 〇〇市在住)
 担当介護支援専門員 △ △ 様のご支援をいただき当通所介護の個別機能訓練ご利用を頂いております。
 つきましては 当事業所での生活機能改善へ向けたアセスメントの御報告をさせていただきます。今後の個別機能訓練・生活支援のプログラムにつきましてご意見・御指示をいただきたくお願い申し上げます。

作業療法士による 生活課題 (解決すべき生活のニーズ) 抽出

| |
|--|
| 自宅から立ち上がり 自由に歩き 一人でトイレへ行くことができる |
| 肩周囲がほぐれ両手が生活にうまく使える。ズボンパンツの上げ下げ 食事時スプーン操作 食器の支えができ 簡単な制作活動を楽しむことができる |
| 骨盤周囲・体幹・下肢支持性・バランスが向上することで屋外へも家族と一緒に出られる |
| 呼吸器機能 口腔周囲機能 嚥下機能を改善し おいしく食べて 楽しくしゃべる |

個別機能訓練・生活支援に際しての留意点 (原案)

| |
|---|
| 一般的には進行性の疾患です 状況に応じて転倒・関節周囲を痛めること・誤嚥を防ぐ |
| ご本人 家族の心理的支援 機能を維持しながら良い時間を過ごす支援 に留意します |

リハビリテーションプログラム (原案)

| |
|---|
| 別紙をご参照くださいませ |
| しっかりと基礎練習をしたのち スタッフの見守りのもと摂食嚥下の練習をしています |
| 無理のない範囲で アクティブ (自動運動) で動きを改善していきたいと考えます |
| 作業療法士・理学療法士が 慎重に行いますので ご許可いただけますでしょうか |

上記プログラム案 個別機能訓練につきましては常動作療法士1名・非常動作療法士3名・非常勤理学療法士2名で担当いたします。ご承認をいただけますでしょうか。
 又、留意すべき点につきましては御指示いただけましたら幸いです。

主治医先生 ご意見・ご指示

機能状況を適時報告ください 呼吸器機能の維持は重要と思われ当院でも検査した際は報告します

医師印
 認印またはサインをお願いいたします

医師へのご報告と指示依頼

ご自宅でもできる訓練を実施し、介護度を改善

ご利用者のAさんは疾患により全身の筋力低下が進行しています。中でも上肢近位、頸背部に麻痺が強く、嚥下機能の低下がご自宅での生活を継続する上で障害となっていました。そこで、個別機能訓練では浅野さんの徒手による可動域改善などに加え、「歌を歌いながら行うクッションを利用した肩・上肢の可動域訓練」や「吸引力が必要な飲み物を飲む（シェークやスムージーが最適）」といったご自宅でもできる上肢訓練・嚥下訓練を行い、自主トレにも取り組んでいた結果、口から食べられるようになり、要介護度が5から3へ改善しました。

“太陽と鳩たち”ではご自宅でもご利用者に取り組んでいただけるように、浅野さんの作業療法士としての経験と介護職のアイデアを生かし、手軽で効果的な訓練を行っています（図2）。浅野さんの「効果が出

ない場合は訓練内容が合っていないこともある。きちんと評価して適した練習を行い、必ず生活機能を向上させたい」という言葉が印象的でした。



介護度が下がり、ケアマネジャー（中央）と計画の見直しをするAさん（右）と浅野さん（左）。Aさんからは「歌舞伎を見に行けるようになりたいわ」と新たな目標が聞かれた。

手軽で効果的な訓練例(図2)



持ち上げるタイプの歩行器は腹筋も鍛えられる



トイレットペーパーの芯を積み上げる作業は高くなるにつれて背筋が伸び、自然と立ち上がる動作につながる



テーブルの上にクッションを置き、肩の可動域を改善。歌いながら行うことで嚥下機能も改善できる

事業所概要



非営利一般社団法人 あっとほーむいなしき デイサービス太陽と鳩たち

〒300-0508 茨城県稲敷市佐倉1032

TEL: 029-834-5881

FAX: 029-834-5882

◎開設年月日/平成30年1月1日

◎営業日/月～金曜日:8:30～16:30

(ご家族のご要望に応じて19:00まで延長)

土曜日:8:30～13:30

(ご家族のご要望に応じて14:00まで延長)

◎定員/19人

◎平均介護度/2.7

| 職員配置 | 常勤 | 非常勤 |
|-------|----|-----|
| 管理者 | 1 | |
| 生活相談員 | 1 | |
| 看護師 | | 4 |
| 作業療法士 | 1 | 3 |
| 介護職員 | 1 | 3 |
| 運転手 | | 3 |

【算定加算】

◎個別機能訓練加算Ⅰ・Ⅱ

◎介護職員処遇改善加算Ⅰ

◎サービス提供体制強化加算Ⅰ