

(別紙様式6)

# 生活行為向上リハビリテーション実施計画(例)

利用者氏名 ○○ △△ 殿

作成年月日 28年4月○日 認印

作成担当者 OT 浅野有子 涼風苑

本人の生活行為の目標		夫を助けて家事を少しでもこなしたい。店の手伝いもしたい。石川県の孫に会いに行きたい。	
家族の目標		転ばずに安全に生活してほしい。無理をせず明るい気持ちで生活してほしい。	
実施期間		通所訓練期 (28・4・○ ~28・6・○)	社会適応訓練期 (28・7・○ ~28・9・○)
		【通所頻度】 3回/週	【デイケア通所頻度】 2回/週 デイサービス併用
活動	プログラム	* 自宅と苑内でのトイレ排泄の安全な自立。 * 屋内での杖歩行の安全な確立 屋外でのウォーカー歩行の実用性の拡大。 * 立位での食器洗い、タオルやふきんを洗って干すまでの活動練習。 * 座位でおかずを盛り付ける。下ごしらえの手伝いが出来る練習。 * 畳の上であぐら位で洗濯物を仕分けてたたむことが出来る練習。 * 屋内用物干し活用し安全なものを干す練習。	* ご飯を炊くこと。座位で刻んだ又は半調理済の食材を炒める、煮る。(訪問リハ・訪問介護と検討) * コロコロを活用し 台所の床、フローリング部分を掃除する練習。 * 外出時での様々なトイレ形態でのトイレ行為練習。 * 屋外の様々な環境での応用歩行練習・ご家族の歩行移動時の支援の仕方のコツを共有する支援。 * 旅館等を想定した床動作練習 入浴動作練習。 * 一緒に旅行時の工程や行為課題を確認し、対処方法を主体的に考えていただき必要な練習をする。
	自己訓練	* 座位でテーブルを拭く 食器をお盆に乗せる * 机の上で小物をたたむ。 * 見守り下でトイレ活動を気を付けて行う。 * ルーフトオルを用いて洗体は自分で行う。 * 孫と絵手紙、メールで交流する応援できる。	* 更衣・整容は安全に気を付けて自分で行う。 * 家族と協力して日常のものを扱いやすく整理し、安全に自分で準備や後片付けをしていく。 * 安全第一でうまく頼ることもできることは大切です。
心身機能	プログラム	* 左上下肢の痙性の抑制、左手で体を支える両手を協調し使う、しっかり立つ 立って手を使ってもバランスを崩さないような無意識でも安全に立てる練習。* 左手の分離練習。握る・話す・押さえる・つかんでおく等補助種機能の拡大練習。* 高次脳機能を改善する課題作業練習。	* 歩行機能拡大。床動作のための四つ這い・横すわり・高膝立ち練習。 * 両手協働、交互使用、複雑判断を加えた上肢の活用練習。 立位での両上肢の活用練習。
	自己訓練	* 両上肢でしっかり机上面を支持しての 立ち座り・重心を左右に移動する ゆっくり足踏みをする。左麻痺足支持で10秒の片足立ちまで(自己トレカード) * 両手を肘を伸ばしてしっかり打ち合わせる。机上のワイピング練習は自己トレーニングで行う。	* 複雑な工程の制作課題。(高次脳機能賦活) * 長い時間の応用動作練習。(体力課題) * 畳の上でできる 安全な自己ストレッチ、腰痛予防体操が身に付き習慣化される。
参加	プログラム	* 訪問指導時 出来る家事活動を調整し 主婦として安全に取り組める範囲を決めて 段階的に出来ることを増やす協働。 * 近隣の友人を含めて 安全に動くことの大切さを話し合いする。	* 近隣の1泊旅行に夫・娘家族と(家族の負担少なく)出かけて楽しむことが出来る。 * 半日を店で過ごし、お客さんと話をしたり会計をする。
	自己訓練	* 絵手紙クラブで活動する。 * おやつ作り課題の際に座位で参加する。 * 近隣の友人が来た際は 友人にお茶の準備を気軽に頼み 交流を朗らかに楽しむ。	* 無理をせずに 一つ一つを気を付けながら楽しむという心掛けが出来る。 * 周囲の助言を受けながら 体調に応じた参加が広がる。周囲と相談して待つこともできる。

## 【支援内容の評価】 再評価予定 28年7月10日頃 前半のプログラムの進行の確認と後半の再検討

- \* 生活の実態と課題については担当ケアマネジャー○○氏と連携しつつモニタリングさせていただきます。
- \* 心身機能向上課題は後半ではデイサービスの個別機能訓練とも連動して取り組んでまいります。
- \* 前半から後半にかけて家事活動を具体的に拡大する際は訪問のリハビリや訪問介護との自立連携が効果的と思われる。



















