

令和2年度に実施した内容 一部抜粋

テーマ		検討内容
1	自転車で転倒し外出がおっくうになった独居の支援	<ul style="list-style-type: none"> ● デイサービスにて自分でできる運動を実施。 ● 高齢者にあった食事について タンパク質の取り方の提案 ● 生きがい支援 本人宅が集える場になっている。本人宅でできることを提案。
2	90代で自立度の高い高齢者の自立支援の考え方	<ul style="list-style-type: none"> ● 本人ができて運動の可視化と専門職による運動評価を受ける。 ● 体重のモニタリングができるとうい。 ● 役割があることが生きがいにつながる。今後、人生会議（ACP）についても話題にしてもよいのでは。
3	膝痛があるが身の回りの動作は概ね自立であり、目標の旅行に行くことを達成するための支援	<ul style="list-style-type: none"> ● 膝痛は医療機関に相談し、対処療法やサポーターや杖の利用で痛みを軽減。 ● 高齢者にあった食事について タンパク質の取り方や間食を見直し。 ● 本人が日常的に目標を意識するとモチベーションアップに。
4	夫が急逝し生活意欲の低下や未受診。また、新型コロナウイルスの自粛にともない外出機会が減少している中での支援	<ul style="list-style-type: none"> ● 意欲をどう上げるかについて 外出機会のためヘルパーと身近な外出を。本人の関心を時間をかけて探っていく。 ● 持病による病気のリスクを本人へ伝える。訪問時に本人と身体状態の確認を行う。 ● 低栄養から意欲低下の可能性あり。水分も含めた食事量の確認及び摂取を促す。
5	大腿骨骨折あり、転倒に不安がある方のセルフケアについて	<ul style="list-style-type: none"> ● 散歩の回数を分けて歩数を無理なく増やす。結果の可視化。専門職による運動の指導・評価を行う。 ● 睡眠剤の効果が長いため、内服中の転倒のリスクの確認が必要。痛み止めの適正利用で動きやすさ上がる。 ● 持病による腎臓の機能低下あり塩分制限が必要なため栄養士による栄養指導が必要。
6	本人の強みを生かしていくための支援	<ul style="list-style-type: none"> ● 本人自身が強みに気づくように支援。家族が本人へ感謝を伝えることで生きがいに繋がる。他者との交流に自信がもてるとよい。
7	腰椎圧迫骨折の退院後で夫が施設入所中であり、本人の活動意欲が低下している方の支援	<ul style="list-style-type: none"> ● 運動は本人への動機付けが大切。 ● 低栄養は気力低下にもつながる。 ● 意欲：夫の施設へ在宅の見解を確認。在宅が可能であれば、本人が行う介護を具体的に提案することで本人の意欲向上につながる。夫を中心に本人の楽しみや生きがいを提案。
8	リハビリ意識や自立度は高いが、通所リハビリを利用することが日常化している方への今後の支援	<ul style="list-style-type: none"> ● 通所リハビリテーションでの運動評価が本人の意欲につながっている。地域でも運動評価及び指導等の後押しをするものが必要。 ● 通所リハビリテーションと地域の通いの場でコミュニティを形成できるとよい。
9	理解力の不安やコロナ禍の影響により外出・交流機会が減り、閉じこもりや物忘れの症状の進行が心配される方への支援について	<ul style="list-style-type: none"> ● 膝痛あるが軽減しており骨粗鬆症の薬も軽いため運動や外出に問題なし。 ● 食事量や栄養不足。汁物は塩分の過剰摂取に繋がるため具沢山の汁物を勧める。 ● 家族や友人と一緒に通える場を提案。身体状況を家族や本人へフィードバックすることで外出への不安軽減できる可能性がある。
10	年々衰えを感じ将来の不安を抱きながらも、一人暮らしを続けていきたい方への支援	<ul style="list-style-type: none"> ● すり足歩行を防ぐため、デイサービスで足首の可動域や姿勢の修正を行う。サポーターの着用を提案する。 ● 胃酸を抑える薬の処方があるが、カフェインは胃酸を増やすためコーヒー摂取に注意が必要。

事例提供事業所

令和2年度は、アウン介護保険サービスセンター、地域包括支援センターやすらぎ、地域包括支援センターコムネックスみづほ、地域包括支援センターアウン、地域包括支援センターちあき、地域包括支援センター萩の里、地域包括支援センター泰玄会、地域包括支援センターまちなかです。
事例提供、ありがとうございました。