

## 令和3年度に実施した内容 一部抜粋

テーマ	検討内容
1 糖尿病の合併症に気をつけて、自身の役割や楽しみをもって生活できるように	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 糖尿病の人の身体状況の把握               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 散歩は、血糖コントロールのため空腹時ではなく食後1時間程度経過してから行う。</li> <li>・ 合併症予防には食事指導が重要。家族も一緒に指導を受けるとよい。</li> <li>・ 健康食品は疾患や内服薬に影響を及ぼす可能性があるため、事前に医師や薬剤師に相談する。</li> </ul> </li> <li>● 今後の支援に必要な視点               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 地域との繋がりを把握。</li> </ul> </li> </ul>
2 夫の逝去後、ひとり暮らしへの不安が強くなった方への支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 精神面へ不安がある人への介護サービス終了の考え方               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ デイサービスから地域資源へ徐々に移行する。</li> <li>・ 興味関心シートを活用し新たな発見ができるとよい。</li> </ul> </li> <li>● 健康状態の把握、健康な人への支援               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 食事摂取量が少ないため、体重定期的に確認。</li> <li>・ 鉄分の摂取量が少ないため赤身の魚（鯉、鮪）や大豆製品を摂る。</li> </ul> </li> </ul>
3 自分らしさを保ち続けている、ジェントルマンへの支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 身体機能の維持について               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 姿勢に関してノルディックウォークなど2本杖を利用するとよい。背中や腰の筋力強化をデイサービスで助言をもらう。</li> <li>・ たんぱく質の摂取について 間食で補うのもよい。</li> <li>・ 疼痛コントロールは医師や薬剤師へ相談できる。</li> </ul> </li> <li>● 円背や老いを理由に外出頻度が低下している方の支援               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 趣味の盆栽を主催者として教える活動を提案。家族の協力を得て、盆栽の写真をインスタ等にアップする。</li> <li>・ 服装をゆったりした物にすると体形(円背)のカバーできる。</li> </ul> </li> </ul>
4 妻から自立して一人で自宅生活したい78歳男性	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 腰痛はあるが、受診できていない人へのアプローチ               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 腰痛の原因をはっきりさせることが大切。やりたいことに着眼して受診勧奨を。内服薬の適応もあるかもしれない。</li> <li>・ 本人の好きなことを日常生活の中でやらせてみて実際の困り感を確認してみよう。</li> </ul> </li> <li>● 今後の支援に必要な視点               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 食事は、妻がいる時のようなことはできない。出来合いのものを上手く活用する工夫が必要。</li> <li>・ 現在の地域との交流をエコマップ化するとよい。</li> </ul> </li> </ul>
5 楽しみや生きがいを続けていくために	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 現在の身体状況から               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ タンパク質の摂取状況は少ない。調理をしている人の理解が必要。</li> <li>・ 自宅の環境も考えていけるとよい。</li> <li>・ インドアな方という印象がある。デイサービスの運動の提案、いきいき訪問を提案してみよう。</li> </ul> </li> <li>● 楽しみや生きがいの発見について               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 傾聴ボランティアなど全く違うフィールドで交流の場が見つかるのではないかな。</li> </ul> </li> </ul>
6 90歳の誕生日に運転免許の返納。それを機にセニアカーをレンタルし、今後の買い物等不自由なく過ごしたいと思っている事例	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 身体機能の維持について               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 高齢のため転倒の危険はある。労働と運動は違うので、体力維持のためにデイサービスの利用を提案してはどうか。</li> <li>・ やせがあり、タンパク質不足。菓子パンよりも総菜パン、うどんにタンパク質のものを1つ足す。電子レンジ調理の提案。</li> <li>・ 腎機能のデータがよくない。食事でタンパク質をどうとるかは課題。主治医に確認を。</li> </ul> </li> <li>● 生活の維持について               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 地域の状況から同じ悩みを抱えている人がいるかもしれない。他のケアマネと共有し、地域資源の開発ができるとよい。</li> <li>・ 高齢者のセニアカーは事故も心配。交通量など把握して、利用する道の選択などを助言するとよい。</li> </ul> </li> </ul>
7 高齢者に伴う運転免許の返納などによる行動範囲が狭くなっている人が、自分の生活スタイルを変えないで独居生活を継続するための支援を考える	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 転倒予防のポイントについて               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 転倒は自宅が多いので、家屋の問題の有無を確認（小さな段差、常夜灯の利用など）</li> <li>・ 筋力、骨量アップのために、タンパク質とカルシウム摂取を。便秘傾向もあるので、食物繊維の摂取を。</li> </ul> </li> <li>● 独居生活維持のために               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 地域との交流は、本人の作品を展示する方法もある。バザーなどで出品することも気持ちの張りにつながる。</li> </ul> </li> </ul>
8 2号保険者（64歳未満）の人ができる介護予防（重症化予防）と社会資源の活用を考える	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 身体状況のアセスメントについて               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 失語症には、タイプがある。運動性の失語のため聴理解はできている。絵などの媒体を利用して説明するとよい。</li> <li>・ 装具の見直し等で短距離の歩行も安定する。</li> <li>・ 朝夕のタンパク質が少ない。休肝日を設けてほしい。</li> </ul> </li> <li>● 社会資源の活用について               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 本人の作った作品の展示やパソコン教室もある。本人の希望する内容で社会福祉協議会はマッチングできる。</li> <li>・ 失語症のサロンがある。</li> <li>・ 若い人なので、病院や障害相談等専門家へ間口を広げて相談を。</li> </ul> </li> </ul>

### 事例提供事業所

令和3年度はウエルコートみづほ居宅介護支援事業所、居宅支援事業所西御堂の里三笠、アースサポート一宮、居宅支援事業所サンリバー、ヴィオレットケアサポート、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。