

短期事業所 リ・エイブルメント

けいはん医療生活協同組合みいケアプランセンター



発表者氏名：大丸 孝 尾堂隼斗

事業所案内 《みいケアプランセンター》

ケアプランセンター事業目的

ご利用者からの相談に応じてご本人そのご家族の意向等もとに居宅サービス等利用できるようサービス計画作成。サービス事業所との連絡調整等行う。

ケアプランセンター の取り組み

- ・ 地域包括との連携
- ・ 熱中症調査
- ・ 脱水予防キャンペーン
- ・ 医療生協支部学習会講師など

医療生協での 取り組み

- ・ 医療事業
診療所3か所
「無料低額診療」事業
- ・ 介護事業
訪問看護、ヘルパー、定期巡回、
小規模多機能施設、デイサービス
デイケアなどの多様なサービス

事例（Kさん）

具体的長期目標＝3ヶ月後 手に入れた生活

- 毎日、家庭菜園を行い季節の野菜を作ることが出来る
- 週2回カラオケ喫茶、週1回は民謡教室に参加し、自信を持って人と話し、関わりを持つことが出来る

当初の課題

- カラオケ、民謡教室に通っていたが、人付き合いの面から参加する回数が減った
- 新しく過ごせる場所を探しているが、自信がないため参加出来ていない
- 活動量の少なさから体力低下がある

経過-1ヶ月目

状況

- 自宅での活動量、外出頻度の少なくなり体力低下の自覚がある
- 外出はしているが自信がなく自ら人と接する機会は少ない

アプローチ

- 運動、栄養、口腔アプローチ
 - ・Step1の運動、良く噛んで食べる、唾液分泌を促す運動
- セルフマネジメント／社会参加アプローチ
 - ・生活状況の整理
 - ・生活目標の変更
(家庭菜園、カラオケ、民謡教室で具体的な目標を持つ)

まとめ

- 基礎運動の定着から自信がついてカラオケ、民謡教室へ参加する意欲が出てきた
- 具体的な目標設定により家庭菜園、カラオケ、民謡教室で対応の仕方や問題解決をご自身で考える意欲が出てきた

経過-2ヶ月目

状況

- 家庭菜園で夏野菜を作る
- 週1～2回カラオケ、民謡教室に行っている

アプローチ

- 運動、栄養、口腔アプローチ
 - ・ Step2、脱水予防、唾液の分泌を促す運動
- セルフマネジメント／社会参加アプローチ
 - ・ 運動でいいねポイント、家庭菜園、カラオケ、民謡教室で成功体験の気づきをフィードバック
 - ・ 家庭菜園、カラオケ、民謡教室を継続する

まとめ

- 小さな成功体験、賞賛、気づきにより自信の向上に繋がった
(運動、栄養、口腔アプローチ、家庭菜園、カラオケ、民謡教室、旅行)
- 家庭菜園で**失敗を繰り返しながらも挑戦することが大切**なことに気づいた
- 少し自信がついて**他の人を気にすることなく、カラオケ喫茶に週2回行けた**

経過-3ヶ月目

状況

● **自分から笑顔で話しかける事が増えた**

● 興味があったグランドゴルフへの見学に行くことが出来た

アプローチ

● 運動、栄養、口腔アプローチ
・ Step3の運動、脱水予防、唾液の分泌を促す運動

● セルフマネジメント／社会参加アプローチ
・ カラオケ、民謡教室で自信がついた事の振り返り
・ 体力に合うグランドゴルフでの活動量を共有
・ 目標への挑戦、後押し

まとめ

● カラオケ、民謡教室で **自信を持って披露したり、自分から人と接することが出来た**

● グランドゴルフへ見学に行ったり、体力に合わせて段階的に実践していくことをイメージ化できことで、グランドゴルフに参加する目標ができた

● 「**何事も諦めないで挑戦することが大事！**」と前向きな気持ちになれた
(運動、栄養、口腔アプローチ、家庭菜園、カラオケ、民謡教室、旅行)

測定結果

	項目		介入前	介入後	変化内容
1	主観的健康観（1. とてもよい 2. まあよい 3. あまりよくない 4. よくない）		2	1	↑
2	希望もてない（1. はい 2. いいえ）		2	2	-
3	何もつかまらず（1. できるし、している 2. できるけどしていない 3. できない）		1	1	-
4	1日平均歩く時間（1. 30分未満 2. 30~59分 3. 60~89分 4. 90分以上）		1	2	↑
5	手段徒歩（0. いいえ 1. はい）		0	1	↑
6	食事の用意（1. できるし、している 2. できるけど、していない 3. できない）		2	2	-
7	近所付き合い（1. 生活面で協力しあっている人もいる 2 日常的に立ち話をする程度 3. あいさつ程度の最小限 4. 全くしていない）		3	3	-
8	相談相手 地域包括支援センター・役所・役場（0. いいえ 1. はい）		1	1	-
9	相談相手 ケアマネージャー（0. いいえ 1. はい）		1	1	-
10	外出 町内（1. はい 2. いいえ）		1	1	-
11	運動機能	①握力（右）	33.8（kg）	33.9（kg）	↑
		①握力（左）	36.7（kg）	40.0（kg）	↑
		②TUG	9.4（秒）	10.3（秒）	↓
		③5m歩行（できるだけ早く）	3.5（秒）	3.6（秒）	↓

ケアマネジャーの視点

「(言葉少なに)自分で申し込みをした…。短い期間
やけど…。行ってみようと思う…。」

前



本人発言
の変化！



「(目を輝かせて)行って良かった！いろんなことを教えてくれた！
(今まで行っていた)デイケアに行かなくてもいいと思う！
自信がついたように思う。」

後

前

- ・ケアマネジャーが訪問し、話をする時、笑顔なく言葉少なに話される。
- ・自宅近くで会っても挨拶程度で会話を交わすことがなかった。



本人行動
の変化！

後

- ・いきいきとした目で話をされる。話しをされる表情が笑顔。
- ・近くを歩くご本人と何度か遭遇、立ち止まって話し、去り際笑顔で手を振る。

まとめ

利用開始時

- ・ 週1回カラオケ喫茶
- ・ 週2、3回の外出
- ・ 人付き合いが少し苦手
- ・ 外出はしている
- ・ 体力低下がある



終了時

- ・ 週1~2回カラオケ喫茶
- ・ 週3、4回の外出
- ・ 人付き合いに自信が持てる
- ・ 外出して人と接することの楽しさが分かった
- ・ 社会参加で体力向上した

考察

家庭菜園・カラオケ・民謡教室 Try & Errorの繰り返し

- ・家庭菜園では育てる課程で失敗することも多くあった
⇒ 必要な材料、育て方を失敗しながらも野菜を作れた
- ・カラオケに参加していたが、人付き合いの面で回数が減った
⇒ 周りの目を気にしなくなり好きなカラオケに行く回数が増えた
- ・民謡教室では上手な人についていけるか不安だった
⇒ 日々、深く追求して勉強し、自信がついた
デイケアではなく自分の集いの場所へ
カラオケ、民謡教室へ自信を持って行ける

結果...

人付き合いに自信が持てた！

諦めないで挑戦することが大事だと気づいた！

新しい目標が出来た！

どのような多職種連携を行なったか

1ヶ月

CM
介助員
管理栄養士
歯科衛生士

長期目標の共有、計画書で短期目標の達成状況を報告
運動のポイント、利用者さんの発言を共有
アセスメント、アプローチ内容の共有

2ヶ月

CM
介助員
管理栄養士
歯科衛生士

担当者会議で利用者さんの可能性・発言を共有
計画書で短期目標の達成状況を報告
運動のポイント、社会資源の聞き取り
モニタリング

3ヶ月

CM
介助員
管理栄養士
歯科衛生士

計画書、電話対応、地域ケア会議で3ヶ月の総評を報告
社会参加への後押し
アセスメント

短期集中事業について思うこと

利用開始時

短期間で変わることはないだろう・・・何よりも終わった後が心配・・・



終了時

これまでのサービスはマンネリ化？
メリハリつけることと細やかなアセスメントが重要？（個人差あり）

なぜ変化があったのか

自分が（身体が）今どういう状態か？知らされているが**ご本人の中で実感できなかった。実生活と結びつけることができなかった。**細やかな測定、丁寧な聞き取りとアセスメント、短期間で集中し参加、実践することで...



- ・ 漠然とした不安から、具体的なことがみえるようになった。生活を絡めた目標を見つけることができた。本人もそれを自覚できた。
- ・ 自分が変わっていることが実感することができた。自信、喜びにつながった。自分づくりが意識できるようになった。