浦安宅配リハ実施ケース

実施日時　平成２３年１１月２６日　１７：００～１８：３０
実施場所　対象者自宅
担当職員　居森　萌

宅配リハ実施理由

週２回のデイサービス利用時のみ入浴をされている。利用開始初期は手すりのない浴槽への不安感がとても強かったが、最近は入浴のコツをつかみ不安感も落ち着かれている。

自宅での入浴希望があるが、入浴方法がわからず自宅で入浴できないと悩まれており今回訪問を行なった。

対象者情報

＜基本情報＞

・氏名：Ｈ．Ｔ
・年齢：８２歳
・性別：女性
・要介護度：要介護２（有効期間　平成２３年９月１日～平成２４年８月３１日）
　　※前回　要介護３
・現病歴・既往歴：平成２０年　左肩脱臼（転倒による）
　　平成２１年　骨粗鬆症性脊椎骨折
　　両下肢不全麻痺
　　左腕神経叢損傷
・世帯類別：単身
・住まい状況：民間賃貸住宅（４階、エレベーターあり）
　　平成２３年９月１日より独居。以前は２年間施設生活。
・サービス受給状況：訪問介護週３回
　　通所介護週２回
　　月間の介護費用　１３６０２円

＜ＡＤＬ等モニタリング情報＞

・基本動作、ＡＤＬに関して「片足での立位保持」「入浴」項目は一部介助。他は自立。
　※入浴は本人の不安感が強い場合、浴槽に入る際に一部介助を行なっている。
・移動：シルバーカー、一本杖使用
　　通所時はシルバーカーを使用するが、浴室内を杖なし歩行可能。

宅配リハ実施内容

１７時　対象者宅に到着

①オリエンテーション

宅配リハの内容説明、今日行なうことの確認を行なった。

②浴室、入浴方法を確認

今まで試みた浴槽への入り方を動きながら確認した。手すりがないことや、環境をどのように工夫するべきか悩まれていることを伺った。

浴室内の状況

浴槽台を浴槽の横につけ、浴槽台に座り右下肢より浴槽に入る動作を行なっていた。

しかし、浴槽台よりも浴槽が高さ１０cmほど高いことと、手すりがないことの不安感で浴槽に入ることが怖いと話され、動作を止めてしまった。

不安・訴え

・今までの施設や自宅では手すりがある浴槽だったが、ここには手すりがないため怖い。

・業者に依頼をし手すり設置を試みたが、手すりがあることにより両下肢がひっかかり、浴槽に入ることができなかった経験があり、浴槽に入ることを諦めている。

・独居のため、一人で入って転んでしまったことを考えると見守りがないと浴槽には入ることができないと思う。

希望

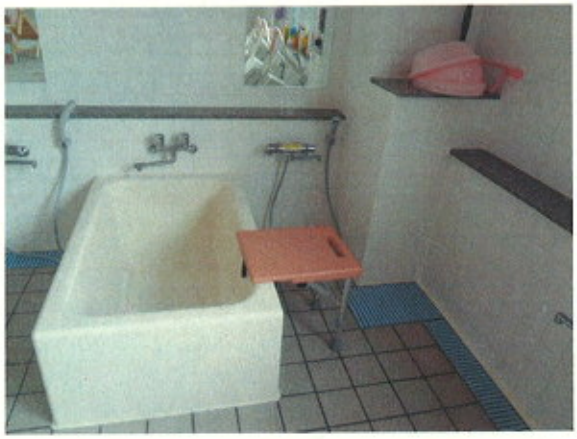
・今は通所時の週２回しか入浴できないが、自分が入りたい時に入りたい。

・息子に心配させないように、なるべく一人で何でもできるようにしたい。

・人と会う時に臭いを気にしないようになりたい。

③通所時の入浴方法の確認

通所時の入浴方法は左下肢から入っており、自宅の浴槽よりも手すりの代わりになるところが多いと話されていた。対象者宅の浴槽は、左下肢から入るためのスペースが蛇口によってふさがれており、通所時の入浴と異なるため悩まれていた。



④入浴方法の提案

通所時の入浴はご自分で出来ていることを職員と確認し、右下肢から入る方法を検討するために浴室内の環境を変化させ、身体の使い方を練習した。

・浴槽台の高さを高くし、浴槽の高さに近づける。
　→浴槽台そのものを高くすることと、タオルを引いて安定感を出した。
・浴槽台を置く位置、向きを変える。
　→対象者が入りやすく安心できるように変化させた。
・不安感により後ろに身体を反らしてしまうため、重心を前にもっていくように伝えた。

⇨ 提案しながら動作を行なったが、不安感への訴えは強く、浴槽に入ることは出来なかった。

⑤今後への提案

不安感への訴えは強くあったが入浴したい希望は強く持っておられるため、通所時に対象者宅と同じような環境設定をして、自宅での入浴のための練習を行なうことを提案した。

次回通所時に、浴槽への入り方の検討していく。

通所での能力と本人の自覚のギャップの有無（入浴）

通所での能力

浴槽に入る際のみ一部介助。

※しかし、本人の強い不安感がある場合のみで見守りのみもあり。

他動作は見守り。

本人の自覚（アンケート結果より）

お風呂場への移動をどのように行なっていますか

→介助を受けながらしている

お風呂に入った際、全身を洗う行為をどのように行なっていますか

→介助を受けながらしている

ギャップあり

浦安宅配リハ実施ケース（２回目）

実施場所　夢のみずうみ村浦安デイサービスセンター
担当職員　居森　萌

宅配リハ実施理由

自宅での入浴希望があるが、入浴方法がわからず自宅で入浴できないと悩まれており，１１月に自宅訪問を行った．自宅訪問した際，不安感への訴えは強くあったが，入浴したい希望は強く持っておられるため，通所時に対象者宅と同じような環境設定をして，自宅での入浴のための練習をデイサービスで行なうことを提案した．

デイサービス内での変化，今後どのように自宅で入浴を行うか，対象者と話した．

対象者情報

＜基本情報＞

・氏名：Ｈ．Ｔ
・年齢：８２歳
・性別：女性
・要介護度：要介護２（有効期間　平成２３年９月１日～平成２４年８月３１日）
　　※前回　要介護３
・現病歴・既往歴：平成２０年　左肩脱臼（転倒による）
　　平成２１年　骨粗鬆症性脊椎骨折
　　両下肢不全麻痺
　　左腕神経叢損傷
・世帯類別：単身
・住まい状況：民間賃貸住宅（４階、エレベーターあり）
　　平成２３年９月１日より独居。以前は２年間施設生活。
・サービス受給状況：訪問介護週３回
　　通所介護週２回
　　月間の介護費用　１３６０２円

＜ＡＤＬ等モニタリング情報＞

・基本動作、ＡＤＬに関して「片足での立位保持」「入浴」項目は一部介助。他は自立。
　※入浴は本人の不安感が強い場合、浴槽に入る際に一部介助を行なっている。
・移動：シルバーカー、一本杖使用
　　通所時はシルバーカーを使用するが、浴室内を杖なし歩行可能。

宅配リハ実施内容

1．夢のみずうみ村デイサービス内において

内容

職員間で自宅の様子，対象者の希望を共通認識した．

※全職員が入浴担当になるため

・浴槽の右側から，右下肢より浴槽内に入ることの提案

・ご自身に自信が持てるよう，できたことの再確認

結果

デイサービス内において，「対象者が自宅でお風呂に入るため」と意識の向上がみられ，自分から浴槽に一人で入ろうとする変化がみられた．

手するにもたよらず，自分の身体の使い方を学ぼうとする意識が生まれた．

2．対象者との話し

内容

自宅訪問をし，再度自宅での入浴方法の検討を行いたかったが，対象者ご本人から「まだ何も自宅では変わらないわ」との訴えがあった．

不安感⇒独居のため、一人で入って転んでしまうと怖い．

希望⇒冬場はよいが，夏までにはお風呂に入りたい希望はある．
もっとデイサービス内で練習していきたい．

結果

ご本人の意見もあり，今回は訪問せずに今後のデイサービス内で前向きに浴槽内での練習を取り組んでいくことで話しのみを行った．

３．まとめ

２回目の自宅訪問はできなかったが，対象者のデイサービス内における入浴行為には変化がみられた．ご本人の意思も「自宅で入りたい」との気持ちは変わっておらず，引き続き対象者の気持ちが向上し自信をもたれ，自宅で入浴することができるようにデイサービス内で取り組む必要があると感じた．

宅配ビリテーション実施の流れ

対象者氏名　Ｉ　Ａ　氏

年齢　57 歳

現在の介護度　要介護２

既往歴　　平成 14 年 11 月脳出血 49 歳

約 2 年間病院や施設での療養

平成 16 年在宅生活開始

平成 18 年 1 月よりデイサービス利用

（利用開始時の介護度：要介護３）

平成 21 年 12 月の更新（平成 21 年 12 月 01 日～平成 23 年 11 月 30 日）

以後、要介護２

居宅サービス計画書より

利用者及び家族の意向

本人：大好きなデイサービスを今後も利用し、元気に生活していきたい。

家族：毎日をとても楽しく過ごしている。今後も体調を崩すことなく、元気に過ごして欲しい。

生活全般の解決すべき課題	長期目標	短期目標
・毎日を楽しく過ごしていきたい	・楽しく過ごす ・人とのコミュニケーションを広げていきたい	・健康を維持する ・リハビリを行っていく ・趣味を持っていく ・旅行に参加する ・自立した動きができる（寝返りや起き上がり） ・積極的に人と関わるようにする

宅配ビリテーション実施項目　自宅での入浴（洗体、浴槽の出入り）

実施に至るまでの経緯及び選定理由

平成 23 年 1 月 17 日、平成 23 年 2 月 21 日に生活のコツ訪問サービスを実施している

実施内容：床からの立ち上がり

転倒時、1 人で立ち上がりたい、旅行先の和室にて 1 人で立ち上がりたい

リビングで転倒するも、1 人で立ち上がれた

デイサービスで練習を続けている

この訪問時にご自宅での入浴の話が出る。

今回の選定に関して

デイサービスでの状況：シャワー浴

対象者はプール後、浴室の椅子に座り、柄の付いたブラシを用い、「自立」で洗体を行っている。洗体後は、装具を着けず、一本杖にて更衣室まで移動している。

職員によるモニタリング票：入浴「自立」

ご自宅での状況

現在、週 5 日間のデイ利用時に入浴をされるため、ご自宅での入浴の機会自体がほとんど無い。

ご自宅で入浴を行う場合、対象者が脱衣場でシャワーチェアーに座り、更衣を一部介助で行う。その後、家族がシャワーチェアーを押し、浴室へ入り、洗体を介助にて行っている。

アンケート調査の結果

ご本人：「問 5、Q3．全身を洗う行為をどのようにおこなっていますか」

「介助を受けながらしている」

ご家族：「10 入浴」

「介助している」　「とても負担」

現在の状況、アンケート結果からの「家族の目と職員の目のギャップ」がある。

またご本人より、シャワー浴でもよいので自宅でも入浴したいとの意向がある。

以上より、ご家族への指導という形で選定

平成 23 年 11 月 28 日（初回の訪問）

実際に浴室にて、柄の付いたブラシを用いて模擬的に洗体を行う。また、シャワーチェアーからの立ち上がり、浴室内の移動も行う。

洗体では、ブラシを用いることで各部位に届くこと、非麻痺側である左上肢は、左大腿部とチェアーとでブラシの柄を挟むことで行っていることをみていただく。

ご家族・ご本人からの質問および要望

浴槽へ入ることも可能かと質問があり、可能であるなら浴槽に入りたいとの要望が出る。

平成 23 年 12 月の更新（平成 23 年 12 月 01 日～平成 25 年 11 月 30 日）

要介護２

居宅サービス計画書より

利用者及び家族の意向

本人：友人がたくさんいるので夢のみずうみ村に行く事がとても楽しい。プールで平泳ぎやクロールで泳いだりしてリハビリを頑張っています。これからも週5回利用したい。夢のみずうみ村の旅行には行きたいと思います。

家族：とても楽しそうに夢のみずうみ村に行っています。リハビリのおかげでどんどん良くなっていきますが、言葉が出ないので何を言っているのか分からずイライラします。

今年は夢のみずうみ村の旅行は我慢してもらったので来年は行かせようと思っています。

生活全般の解決すべき課題	長期目標	短期目標
・これまでずっとリハビリを頑張ってきたおかげでかなり身体の動きが良くなってきた気がする。自分でできることを増やしていきたい。	・病気で倒れる以前に近いまでに身体機能が回復する事が出来る。	・積極的に身体を動かしてもっと身体が動くようになる。 ・自宅で入浴が出来るようになる。 →夢のみずうみ村でのサービス内容：浴槽またぎや洗身洗髪などの動作について確認し安全に入浴が出来るようにリハビリ・助言などを行う。
・脳出血を起こして身体が不自由になってしまった。これからは健康的に元気に過ごしていきたい。	・大きい病気をせずに生活を送る。	・現在の健康状態を維持する事が出来る。

初回の訪問以後、デイサービスにて浴槽の出入りを開始する

デイサービスでの状況

桟橋に座る。浴槽の縁に設置してある手すりを使用し、左下肢（非麻痺側）からまたいでいる。

職員は浴槽の縁をまたぐ際に下肢を持ち上げる介助をしている。

平成24年3月9日（2度目の訪問）

シャワー浴に関して

ご家族より

・今は季節的にもデイサービスでの入浴で充分だと思う。

・前回の訪問で理解したつもりでいたが、忘れたことや確認したいこともあり、不安もある。

・更衣自体の自立は承知しているが、脱衣場に椅子を置くと狭く動きにくいのではないか。

・前回、新しいシャワーチェアーをレンタルしようと思ったが、まだしていない。

今あるチェアーで可能なのか。浴室内の移動はチェアーで介助するのか。どこに置くと良いのか。

現在あるシャワーチェアーでの洗体動作、脱衣場及び浴室での移動の確認を行う。

浴槽の出入りに関して

ご自宅の浴槽では、縁が広くなっている場所があるため、ここに座り、下肢を持ち上げ縁をまたぐことを行う。

今後の課題の確認

・対象者が立位のまま、浴槽の縁をまたごうとするので、デイサービスと同様の方法で行う方が安全であることを指導する。

・浴槽の縁をまたぐ動作はデイサービスでも部分介助にて行っている。今後自立にて行えるように練習していく。

・座る部分の形状や狭さを対象者が気にし、不安定なまま行っている。デイサービスで桟橋を使わず、ご自宅に近い環境で練習し、向上を図る

訪問を終えて

ご家族より

浴槽へ入ることは残念だが、今のままでは大変そうだと思う。正直なところ自宅での入浴が絶対に必要ではないが、それでも今後の目標とするのは、本人の性格からも良いことだと思う。

○宅配リハ再評価（山口）

＜基本情報＞

・氏名：M・I

・年齢：

・性別：男性

・要介護度：要介護１（有効期間　平成 23 年 6 月 1 日～平成 23 年 11 月 30 日まで）

・現病歴・既往歴：H22 年 10 月　脳梗塞後遺症（右片麻痺）

H22 年１１月　糖尿病

高血圧

高脂血症

・世帯類別：夫婦のみ

・住まい状況：持ち家（２階建て　生活場所は１階）

・サービス受給状況：通所介護　週３回

月間の介護費用　９，６９８円

＜ADL 等モニタリング情報＞

・基本動作、ADL に関しては自立。

（※椅子からの立ち上がりは自立だが、床からの立ち上がりは一部介助が必要）

移動：一本杖使用。

11 月に初回訪問を行い今回、畳からの立ち上がり、立位姿勢から畳への座位姿勢のみ 3 か月経過しての再評価を実施した。

【宅配リハ実施内容】

日時：2011. 2.28

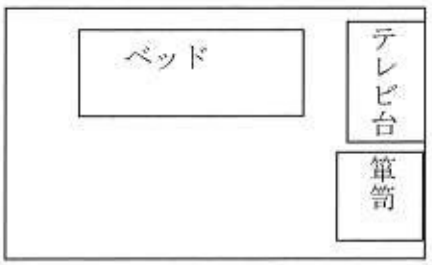
１８時　ケース宅到着

① オリエンテーション

初回訪問から自宅での畳からの立ち上がり、座り込み、ベッドからの起き上がりを再評価させて頂くことを説明。

② 活空間の環境確認

寝室は畳部屋で以下の配置図になっている。



③ 宅配リハの再評価

初回訪問時と異なる部分は環境として初回時は畳上で行ったが、今回は畳にカーペットが敷かれていた点である。

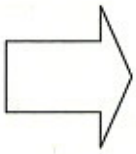
＜立位→長座位＞

① 健側上肢を床について、膝を曲げ床につく。

→左手をつくポイントを押さえていた為、迷いなく行うことができていた。

①

② 腰を下ろして、健側の膝を伸ばし長座位になる。



②

＜立ち上がり：座位→立位＞

① 健側の膝を曲げて麻痺側大腿の下に入れる。

①

② 頭、上半身を前傾させ、健側の膝をついて腰を持ち上げ足を背屈位にする。
→初回時にアプローチした頸を十分に前傾させ頭部を下方に下げることを意識しながら行えていた。

③ 足先と膝に力を入れて健側上肢を床につき、バランスを保ちながら立ち上がる。
→立ち上がる際も自分に適した方法が身につきバランスも安定した状態で立ち上がることが可能。

②

③

○宅配リハ実施ケース（山口）

＜基本情報＞

・氏名：O・E

・年齢：６９歳

・性別：男性

・要介護度：要介護２（有効期間　平成２３年１１月１日～平成２４年１０月３１日まで）

・現病歴・既往歴：H２２年３月　脳梗塞後遺症（左片麻痺）

H１２年　　不整脈　肥大型心筋症疑い

・世帯類別：夫婦のみ

・住まい状況：持ち家（１階建て）

・サービス受給状況：通所介護　週３回

通所リハ　週１回

月間の介護費用　１６，３９６円

＜ADL 等モニタリング情報＞

・基本動作は自立。ＡＤＬは更衣動作着衣のみ部分介助必要。

（※椅子からの立ち上がりは自立だが、床からの立ち上がりは一部介助が必要）

移動：一本杖使用。

【○できる　△介助を受けながらしている　×していない】

本人・家族向けアンケートより

【問５】　日常生活活動②について	本人	家族	通所
Q7　ズボンやパンツを脱いだり着たりする行為を、どのように行っていますか。	△	△	△（着衣のみ）

【実施理由】

昨年のモデル事業より利用者のコツ者が対象者宅へ訪問する対象者側として上着を着る方法の指導を受けた。その後の様子を山口デイでプールへ参加される際の更衣動作を拝見し確認すると脱衣は可能だが、着衣に問題点が生じていた。再度、ご家族に自宅での更衣の様子を確認したところ、「着衣が出来ない。自分で出来ると送迎前の時間に余裕ができるのでは」という意見が出た。ケースも、もう一度やり方を習得したいという意欲が発言から感じられた。

【宅配リハ実施内容：ジャージの着用】

１６時　ケース宅到着

・オリエンテーション

事前にケースの家族には電話にて今回の訪問の趣旨は説明済みであったが、再度ケースと家族に宅配リハの目的、内容を資料と口頭にて説明し、本日行う内容を確認。

家族の不安・訴え・希望
・昨年、習ったことができていないので、もう一度やり方を習って感覚を覚えてほしい。 ・通所時、送迎車が到着前に慌てて服を着るようになるため、どうしても介助量が増えてしまう。自分でできるようになると時間を意識しての行動ができるのではないだろうか。
本人の不安・訴え・希望
・脱衣は簡単にできるが、着衣になると服の表裏が分からなくなってしまう。 ・妻や職員の方の介助を受けずに服がスムーズに着れるコツを再度、学びたい。

＜宅配リハ開始＞

① ジャージの表裏を確認する。

→ケースはジャージの表裏の判断に困ることがある為、目印として襟のタグが自分に見えることを意識させ両足を広げしっかりジャージが広がった状態を作ることを伝えた。しかし注意力が散漫している部分が見られ、示す手本に一時的に視線は向くが、自分のジャージに視線が戻ってしまい、口頭での指示も注意力が散漫している状態でなかなか入ってこない状態であった。数回の確認のもと理解を示すことができた。

② 麻痺側（左上肢）の袖を通す。

→袖口に通すことをケースは意識しているが、通そうということに必死となってしまい袖口ではない箇所に左上肢を移動させてしまう傾向が見られた為、注意を向けることを伝えると慌てることなく袖口を探し通すことが可能となった。

③袖を通し肩まで上げる。

→肘の辺りで服が引っ掛かることもあったが数をこなしていくうちにスムーズに肩まで通すことが可能になった。

④ジャージの襟元を左から右へ移動させる。

→特に問題なく上手に移動させることが可能であった。

⑤ 右手の袖を通す。

→こちらも特に問題なくスムーズに袖口に腕を通すことが可能であった。

まとめ

今回、約１時間実施したが当初はこちらの指示、動きを示してもなかなか理解が出来ず、注意力も散漫していたため、まず介助をしながら動きの流れを掴むことから始めた。数回の確認は必要ではあったが、数をこなしていくことで、感覚が体にしみついてきた為か終了前には、指示なく行うことが可能であった。ケースの課題は以前から服表裏の判別が出来ていない点にあり、目印を付けることで、この問題は解消されたと感じている。家族の方がコツを覚えたことにより自宅においても自主練習を行うことを勧めた。

コツを掴むことによって動作もスムーズになってきた為、毎日の反復により体で動きを覚えることがケースに適していると考えられる。今後、通所においても経過を追いながら自立へ向けた支援を行っていく。

○宅配リハ実施ケース（富山）

＜基本　　＞

・氏名：Ｎ．Ｅ

・年齢：６７歳

・性別：女性

・要介護度：要介護４（有効期間　平成２２年２月１日～平成２４年１月３１日）

※前回　平成２２年３月からの利用のため不明

・現病歴・既往歴：平成１０年　高血圧

平成２１年３/２９　脳幹部出血

・世帯類別：同居世帯(夫)

・住まい状況：持家（２階建て）生活全般は１階にて

・サービス受給状況：通所介護週３回　第２・４週目は週４回

通所リハビリ週２回

月間の介護費用　１４６６２円

＜ＡＤＬ等モニタリング情報＞

基本動作　「寝返り」「立ち上がり(手すり使用にて)」自立　「起き上がり」「座位保持」見守り

ＡＤＬ　「屋内移動(車いす)」「整容」自立　「移乗」見守り「トイレ動作」「屋外移動」一部介助

【実施理由】

通所リハ利用当初、起居動作は一部介助であった。

しかし練習を重ね体の使い方を習得され、見守り・声掛け～自立で行えるようになったが、自宅では旦那様が全て介助されている。本人様から「自分で出来るようになったから、やりたいとは思う。しかし家ではベッドが柔らかいし、手すりもないし…お父さんに甘えてしまう。好きなときに起きられたら良いんだけど。」との話が聞かれた。

環境設定を確認し、旦那様との動作確認を行うために今回訪問を行なった。

【○できる　△介助を受けながらしている　×できない】

【問３】　基本的な動作について	本人	家族	通所
Ｑ１　寝返りはできますか	×	△	見守り
Ｑ２　寝た状態から起き上がることはできますか	×	△	見守り

【宅配リハ実施内容】

１５：４０　対象者宅に到着

①オリエンテーション

宅配リハの内容説明、今日行なうことの確認を行なった。

②起居動作方法を確認

現在されている介助方法で起き上がり動作を行う。旦那様は「お母さんにも力を入れてもらわなければならないのは分かっているが、かわいそうだし、自分が介助した方が早いから全部やってしまう。」と、複雑な心境を語ってくださる。

現在の介助方法

体位変換から起き上がりまで、Ｎ様はベッド柵を把持しているのみ。
旦那様が全介助されている。

③起居動作方法の提案

提案した起き上がり方法

（介助）Ｎ様が広いスペースを使用して、動作を行なえるよう、
掛け布団を出来るだけ端の方に寄せる。

（Ｎ様）ベッド柵を把持し、両足を下ろす。

（介助）腹筋を使いやすくするために、膝上部分を押さえて頂く。

（N様）肘をついて上体を起こした後、ベッド柵から手を離し、ベッドに手をつき肘を伸ばしながら起き上がる。

＊ 端座位になった際、フローリングが滑りやすく、N様の不安感が強いため、足元に滑り止めマットを敷くことを提案する。

＊ N様は切迫性失禁で悩んでおられるため、起き上がり時に出来るだけ腹筋を使ってもらうようにする。

＊ 訪問前にN様が話されていたマットレスの柔らかさについては、通所でリハビリを行う際に使用しているリハベッドに比べ、少々柔らかいものの、現在のN様の起居動作時に障害となる程ではない事を説明した。

④今後の課題

・ 通所リハ利用時に、自宅での起き上がり動作の確認を行う。また通所利用時のように、自宅でも起き上がり動作が自立し、好きな時に座ってテレビを見たり、本を読んだりできるよう練習をすすめる。

・ 介護者である旦那様の精神面、肉体面（現在腰痛等の身体症状はなし）のフォロー

・ 靴・装具の着脱や移乗動作等、デイでは見守り～一部介助で行えている部分に対して、自宅では全介助状態となっている。しかし旦那様は、やってやりたい、自分がやった方が早いという気持ちをお持ちで、今までの夫婦の関係性もある。どこは自力でできるか？どこに介助していただくか？自力で行うことのメリット等を少しずつお伝えすることも課題の１つか。

⑤訪問を行って…

メリット

・ 利用者様と介護者とのお互いの気持ちをお聞き出来、雰囲気を感じ取れるため、今までの介護の背景が分かりやすい。

・ 介助者の体格、介助方法を直接見せていただけるため、環境設定や介助方法の提案がしやすい。

デメリット

・ 時間を要す。

４．生活行為訪問サービスの実施

○宅配リハ実施ケース（富山）

＜基本情報＞

・氏名：Ｋ．Ｆ

・年齢：６８歳

・性別：女性

・要介護度：要介護２（有効期間　平成２３年８月２５日～平成２４年２月２９日）

・　現病歴・既往歴：　高血圧（若い頃からと言われているが、治療を自分でやめてしまう）糖尿病
平成２３年　左脳出血

・世帯類別：長男

・住まい状況：民間賃貸住宅（2 階、エレベーターなし）
長男と同居しているが、就労のため 7 時から 22 時までは一人となる。

・サービス受給状況：通所介護週３回
訪問リハビリ週１回

＜ＡＤＬ等モニタリング情報＞

・基本動作、ＡＤＬに関して「片足での立位保持」項目は一部介助。他は自立。

・移動：ピックアップ、四点杖練習中
通所時は職員見守りにて、四点杖歩行可能（30m）

【実施理由】

・　自宅で転倒や座り損ないした際、床・畳で起き上がることが困難で家人やヘルパーが来るまで、ベットに戻ることが出来ない。転倒の不安から生活動作が困難と悩まれており、今回の訪問となった。

【問 2】　転倒予防について	本人	家族	通所
Q１　この一年間に転んだことがありますか	はい	非実施	自立
Q2　転倒に対する不安は大きいですか	はい	非実施	自立

通所では、自立で歩行を行い転倒も一度もなく、長距離（100m以上）可能であるが、自宅では転倒に対する不安も大きく活動量が著しく低くギャップを感じた。

室内の状況【宅配リハ実施内容】

１７時　対象者宅に到着

①オリエンテーション

宅配リハの内容説明、今日行なうことの確認を行なった。

②畳からベットへの移乗動作を確認

床からベットへの移乗の動きを確認した。ベットに介助バーはあるが、介護用ベットではないのでクッションが柔らかい（フランスベット）

（自宅）

畳からの立ち上がり動作は行ったことなく、どのようにしてベットから畳に座ったらいいのか不安を感じ動きが止まった。

不安・訴え

・今までは転倒した際は、介助員がくるまでは畳で待っていた。どのようにして立ち上がりを行ったらよいかわからない。

・初めて行う動作なので、怪我をしたら嫌なので人の見守りがないと不安である。

希望

・　自宅で転倒や座り損ないした際、床・畳で起き上がることが困難で家人やヘルパーが来るまで、ベットに戻ることが出来ないので、転倒や座り損ないした際に、一人で立ち上がりたい。

・　転倒のリスクを気にしないで、自分の出来ることを増やしたい（料理・家事）

家族の意見として

自宅で一人で過ごしているときに、事故や怪我を起こさずにいてほしい。

出来ることを増やして、できるだけ前の生活に戻ってほしい。

③通所時の立ち上がり方法の確認

通所時の立ち上がり方法はベットから立ち上がりを行い、両手をベットにつき、床に座りこむ動作とする。立ち上がりは手すりを使わず立ち上がる動作とし（今後、椅子等の移乗も行いたいため）、クッションを両手で押しながら立ち上がることとする。

④立ち上がり動作方法の提案

通所時は床からベットに座る動作の確認し練習した。

両手を椅子につけ、回転するように伝えた。
→回転時に姿勢が安定した。
立ち上がり時は、健側から出すように声かけを行った。
→対象者がどちらからの脚を出していいのか混乱を招かないようにした。。

⇨ 提案しながら動作を行なった。上手くできることもあるが患側足を先にだし、動作も見受けられたので、自宅での練習を行うことを提案した。

⑤今後への提案

転倒に対する不安感は消えていくが、自宅での出来る動作を増やしていくためにその都度不安感が出てくると思うので、一つひとつ確認を行いながら動作の確認を行っていく。料理や洗濯を行いたいという意思があり、不安感は通所で訓練し自信をつけ、生活に繋げていく支援を行っていく。

【今後の検討内容】

(1) 事前に宅配リハに関わるための職員対する視点やポイントの説明をどのように行うか。
(2) 在宅プログラムにどのようにして確認をしていくのか
(3) 内容によっては、個別リハになってくるのでプログラムや人員配置をどのように行っていくか
(4) アンケートから読み取れない問題点はどのようにしていくか。

経過

在宅で日中独居となること、もっとよくなりたいという希望もあり、11月よりデイサービスの利用が週三回となる。声かけを毎回行い、プログラムにてのびのび運動【マット体操】を1ヶ月行う。自宅でも床での立ち上がりが出来るようになったことで、床でご飯を食べたり、洗濯をたたんだりと自主的に行う動作が増えてきる。転倒に対する恐怖感が軽減をしてきたものと自信が持てるようになったことが要因と思われる。

結果

開始当初は、施設でも課題に向けての声かけを行うが「またやるがけ。やらんなあかんがやろ、足痛くなったがいぜ」等々気持ちが下がる言葉が多かったので、プラスになる声かけを多く行い、心を支える関わり方を行った。宅配リハを行う事が、きっかけで生活動作が増えてくると同時に、次々にやりたいことが増えていった。「次は外出をしたい、もと働いていたところに行きたい」等々の話が出るようになった。

一つの課題を克服や達成をすると、次の夢が生まれてくるのを、目の辺りに出来たことが嬉しかった。「いつまで来ればいいが？」と前向きな言葉もある。

要介護2→要介護1となり、区分変更もあり訪問リハが中止となる。

今後の課題

自宅でも、転倒なく生活を行い、電磁調理器にて料理も行うようになった。生活動作が広がったことも外出をしたいという希望がでてくる。エレベーターもなく、ピックアップ歩行器という事もあるため、階段をどのようにして降りるか検討が必要。現在、四点杖にて練習中。

友人の力も借り、花見や食事等々のドライブ企画を提案する。

考察

デイサービスが在宅サービスの位置づけとなっているが、実際に自宅にいき、行動の評価や生活動作を直接みる事により、今まで見えなかった、感じなかった在宅の厳しさを知ることが出来た。知ることが出来たことで、施設はまだまだ守ってばかりの対応が多く、デイでのサービス作り（プログラム設定　環境設定）の幅を広げれるきっかけにも勉強になった。宅配リハを制度化及び広めるに当たり、夢のみずうみ村は、自己選択・自己決定にて活動の自由、意思の尊重が許されており、利用者の「している・出来る・出来そう」を評価し、「やりたい・こうしたい・なりたい」という希望を叶えようとしているが、他施設では活動制限を行っているのが多く、利用者＝お客様となりチャレンジできない、職員がやってしまうお手伝いサービスが先行している現状がある。またケアワーカーは生活動作に対する見方も低い為、アンケートの取り方・見方の見直し、評価はセラピストが入り助言するといった必要性もあるのではないかと感じた。