

リハビリデイサービスnagomi桑名店

日常生活支援総合事業 通所型サービスC

『くらしいきいき教室』



1.介護予防事業実績

○nagomi概要

全国に150店舗を展開するリハビリデイサービスです。
機能訓練（生活リハビリ）を中心とした3時間のサービスです。
「在宅生活の“できる”を取り戻す！」をテーマに、理学療法士と
共同開発した運動プログラム（100種類以上のメニュー）を
1回180分にて提供します。

○桑名店事業実績

平成25年11月：機能訓練特化型デイサービス運営開始

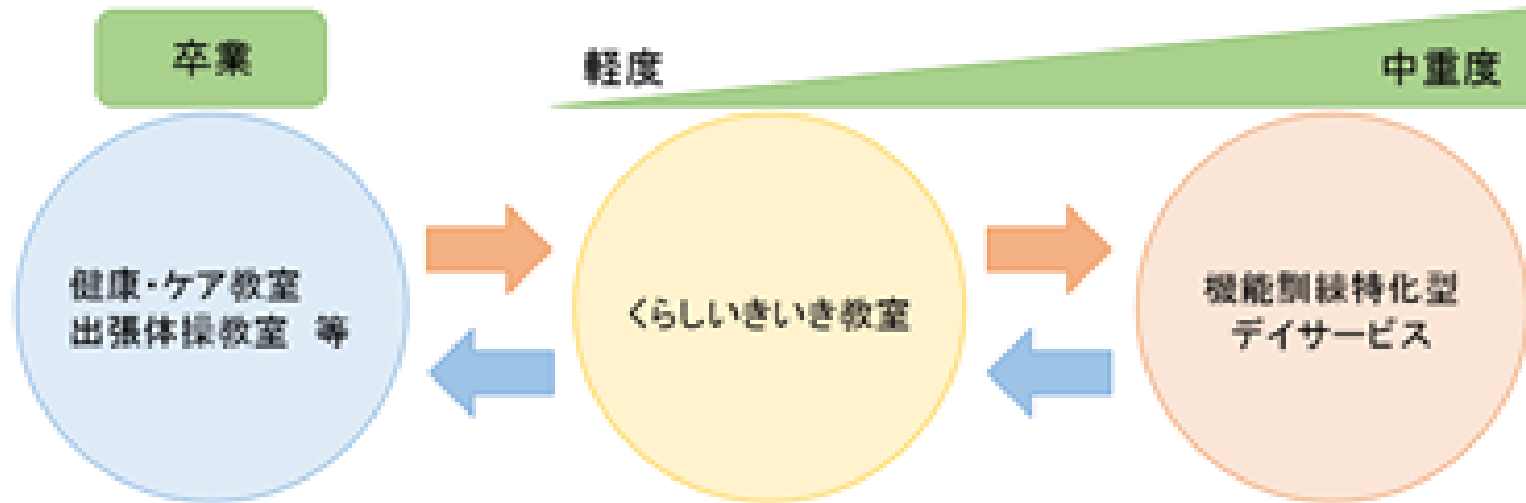
平成26年度：「からだいきいき教室」（桑名市二次予防事業）開催

平成27年10月：「健康・ケア教室」（桑名市通所型サービスB）開催

その他、依頼に応じて各地の公民館やサロンへの出張体操教室などを随時開催。

2.事業目的

◆目的



同一事業者が一体的にサービス提供を行うことで
利用者の状態像に応じて環境の変化無くサービスを
継続することができる。

◆目標

ADL・IADLを改善し、「社会参加」「役割の創出」を目指すとともに
中重度から軽度、軽度から保険卒業、そして卒業後までを一貫して
サービス提供が行える環境作り。

3.全体の流れ

◆全体フロー

① 生活応援会議

アセスメント内容・目標の確認
その他、専門職の意見を聞く

② 契約

自宅を訪問しADL・IADLの
アセスメントを実施する
在宅生活に合わせた目標を
設定する

③ 初回利用

計画書の内容や
目標を確認し署名を頂く
担当CMJにコピーを配布

④ サービス実施

計画書に基づき、ご利用者の
課題に応じた実践的訓練を
実施する

⑤ モニタリング

ご利用者宅に伺い、モニタリング
を実施すると共に
運動や動作の指導を行う

⑥ 更新

ご利用者宅に伺い
モニタリング・アセスメントを実施
計画の進捗確認、見直しを行う

4.アセスメント例

アセスメントシート

■IADL	できる	一部介助	できない・してない	してみたい	してみたい理由	課題				
掃除		●		●	自宅における役割を得たい。 普段は奥さんに頼ってばかりだから	■	□	□	□	□
						筋力	バランス	姿勢	柔軟	上肢
洗濯			●			□	□	□	□	□
						筋力	バランス	姿勢	柔軟	上肢
買物			●			□	□	□	□	□
						筋力	バランス	姿勢	柔軟	上肢
調理			●			□	□	□	□	□
						筋力	バランス	姿勢	柔軟	上肢
地域活動			●			□	□	□	□	□
						筋力	バランス	姿勢	柔軟	上肢
趣味活動			●			□	□	□	□	□
						筋力	バランス	姿勢	柔軟	上肢

- ① ADL・IADLのできる事、できない事をヒヤリングする
- ② できない事で、『してみたい事』をヒヤリングする
- ③ IADL実現の為の現状における課題を把握する

上記の例でいくと・・・

- ① 掃除が一部介助が必要であり、それ以外は『できない』『してない』に該当
- ② 『掃除』をしてみたい
- ③ ②の理由は、『奥さんにばかり頼ってられない。家庭参加（役割創出）をしたいから』

5.個別機能訓練詳細例

◆個別機能訓練動作別（詳細）

A-1 実践的訓練①

① 

② 

動作

① 左手を「腰」
② 右手を「胸の前」
③ 右手を「斜め上」
④ 右手を「戻して」

**左右
合計4往復**

※動作説明、注意点をマニュアル化。

⇒利用者様の課題や生活環境に合わせて作成し、ご自宅でも行える内容となっている。

6.サービス提供の流れ

◆1日の流れ（運動プログラム）

こことちヨガ

エクササイズ

セルフケア

個別機能訓練の実施

個別機能訓練の実施

※1クラス10名以上の場合は、ヨガ後のティータイム時（再検後）に実践的訓練を行う




◆個別機能訓練（短期集中型訓練）

- ◎実施時間帯 : イスdeエクササイズ / セルフケア / 体力測定待機中
- ◎実施場所 : 機能訓練室
- ◎担当者 : 看護師（機能訓練指導員）



7. ポジショニングマップ

リハビリを行うデイサービスのポジショニングマップ

	マッサージ・個別リハ型 	nagomi 	マシンリハ・パワリハ 
イメージ	整体・接骨医院・デイケア	ヨガ・体操教室	トレーニングジム
付加強度	弱（中、重度者向き）	中（軽度、中度者向き）	強（軽度者向き）
分類	<ul style="list-style-type: none"> 他動運動が中心 (他の人、医療器具にやってもらうリハビリ) リラクゼーション要素が強い 	<ul style="list-style-type: none"> 抵抗運動（一部） 自動運動 (自分で自発的に行うリハビリ) 	<ul style="list-style-type: none"> 抵抗運動 他動運動が中心 (他のモノに負荷をかけてもらうリハビリ)
強み	<ul style="list-style-type: none"> 関節の柔軟性・可動域改善 気持ちいい 人や医療器具にやってもらえる PT、OT等セラピストがいる 	<ul style="list-style-type: none"> 総合的な機能改善を安全に行える 専門機関とPTがメニュー開発 自宅でも自ら運動継続が可能 生活リハビリ（ADL、IADL改善） 	<ul style="list-style-type: none"> 「筋力強化」に効果的 運動したという「やった感」あり ピンポイントでの筋力強化 PT、OT等セラピストがいる
弱み	<ul style="list-style-type: none"> 筋力強化に弱い 施術者がいないと出来ない 訪問系のPT・OTと意見がぶつかる 	<ul style="list-style-type: none"> 運動内容や効果がイメージしにくい 体験しないと理解が難しい 	<ul style="list-style-type: none"> 疾患によっては実施困難 個人との戦い（継続にハードル） 自宅で行うことは難しい
主な対象	<ul style="list-style-type: none"> 比較的重度者向き どちらかというとな女性に人気 コミュニケーションが苦手な方 	<ul style="list-style-type: none"> どなたでも参加可能 麻痺のある方や痛みのある方等向き 整形疾患や骨粗鬆症のある方 みんなとお話も楽しみたい方 	<ul style="list-style-type: none"> 軽度者向き どちらかというとな男性に人気 筋トレを強めに行いたい方 リハビリ不十分（急性期⇒亜急性期）

◆リハビリデイサービスnagomiの運動の特徴

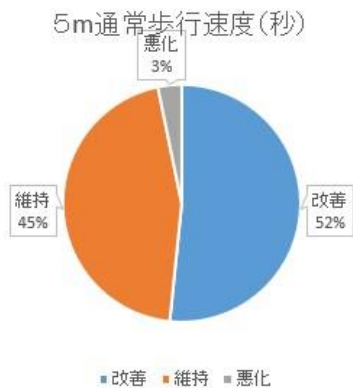
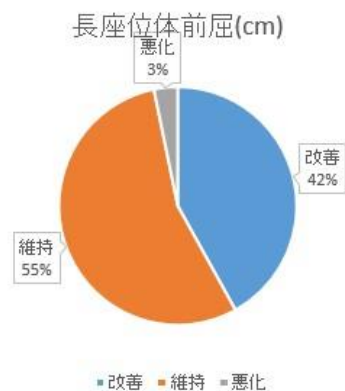
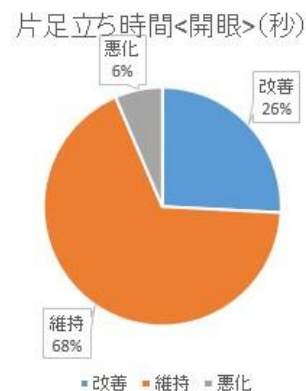
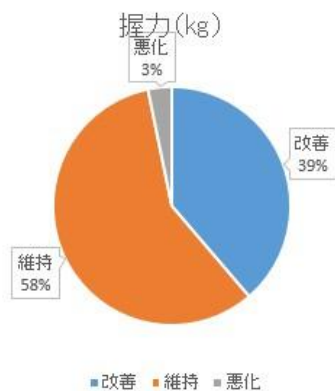
・自分で行う自立支援、自体重負荷運動によりマシンは一切使いません。(道具は3種:ソフトボール/セラバンド/ステップ台)

・ヨガ風ストレッチによる全身筋肉ほぐし→筋力強化の体幹強化運動 と ご自宅で取り組める継続運動の3

リハビリデイサービスnagomiチェーン本部



8. H26年度「からだいきいき教室」の実績



ご清聴ありがとうございました。

今後も、桑名市のご利用者の健康維持・改善のため邁進してまいりますので、ご指導・ご鞭撻のほど、よろしくお願いいたします。

