

高齢者の自立に向けて取り組んだこと



桑名市西部地域包括支援センター

2016年2月5日

発表者 山田 多津子

卒業されたケースの取り組み①

☆Yさんの場合☆

83歳 女性 夫と息子と3人暮らし

**二次予防事業、宅老所、友人宅に行くなど、
活動的な生活を送られていた**



支援が必要となったきっかけ

自宅で転倒！

閉じこもりとなる



主な支援の経過

H24年5月
H24年7月

介護保険申請、
閉じこもり予防、リハビリのため通所介護利用



H25年4月



* 突然歩行困難、ろれつ不全にて
4月3日～4月15日まで入院
下肢筋力はさらに低下

* 退院後、閉じこもり予防と、運動目的
で通所サービス再開



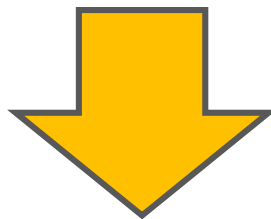
H25年5月

* 自宅内では自立した生活ができているが、
意欲低下と一人での外出が困難

自宅内での生活は自立しているが、 「通所サービスを卒業できない」理由

1、デイサービスが本人の中での**楽しみ**となっている

2、外出したい気持ちはあるが、転倒の不安や、腰痛、
下肢のしびれなどにより、一人で**外出する自信**がない



卒業にむけての支援のポイント



デイサービス以外での**楽しみ**と、
不安なく外出できる**からだ作り**が必要

卒業にむけての支援① ～一人で外出できる～

《友人宅へ行くことができる》

H25年5月 一人で外出することに自信をつけるため
近隣の友人宅へ行くように声かけする



H25年6月 近隣の友人宅へ一人でいけるようになり
少し**自信**をもてる



25年8月 一人で**積極的**に友人宅へいけるようになる



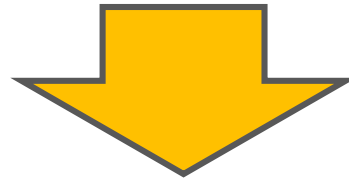
卒業にむけての支援② ～電車に乗りたい～

《夫と電車に乗り名古屋に行きたい》

H25年12月 通所サービスで電車の乗降が安心して
できるよう**バランス訓練**を依頼



H26年12月 **電車**に乗って夫と出かけることができた



**宅老所に行けるようになり、
介護保険卒業を目指す！**



デイサービスが楽しみ



これからもずっと
デイサービスを利用
したい

卒業にむけての支援③

～通所サービス以外の通いの場～

《一人で宅老所に行けるようになる》

H26年12月

* 本人はもちろんケアマネ、デイサービススタッフが「卒業」ということを意識する



デイサービスで、歩行の持久力向上を目指したリハビリを依頼



H27年3月

本人から「宅老所に行ってみようか」と前向きな発言がみられるようになる



H27年5月

近隣の友人に誘ってもらいコミュニティバスに乗って宅老所に行ける

卒業にむけての支援④ ～介護保険卒業～

《本人卒業に対するモチベーションUP》

本人の卒業に対するモチベーションUPのため頻回に声かけする



H27年7月

毎週は行けないが一人でバスに乗って
宅老所に行けるようになる



H27年8月

卒業にむけてデイサービスPTに本人が
自宅でも運動できるように指導をお願いする



H27年12月

介護保険卒業



現在の様子



卒業されたケースの取り組み②

☆Mさんの場合☆

81歳 男性 妻と2人暮らし

**妻から夫が半年前から閉じこもりでほとんど
布団で生活している
どうしたらいい？**



卒業にむけての支援①



《精神的支援》

H25年7月

原因不明のめまい、食欲不振、頭痛などにより歩行機能も低下し、ほぼ寝たきりの生活



温泉好きである、カラオケが得意である



H25年12月

**Mさんにあったデイサービスを選定。
デイサービス利用**

卒業にむけての支援②

《移動動作の向上》

H26年11月 休まずデイサービスを利用し、食欲増進、
日中も離床し生活できる



移動動作の向上を目指すため、リハビリ中心の
デイサービス事業所を変更



H27年4月 家庭菜園、自転車やバス電車で乗って
外出できるようになる



H27年10月 介護保険卒業





本人の状態変化

H25年10月

H25年12月

*** 介護保険申請、
閉じこもり予防、運動のため通所介護利用**



H26年2月

うつ症状も改善し、食欲増進、頭痛軽減



H26年4月

日中離床できるようになる



H26年11月

**庭で野菜を育てる。自転車で近隣なら外出
できる**

デイサービス事業所を変更



H27年7月

バスや電車に乗り外出、歩行も安定



H27年10月

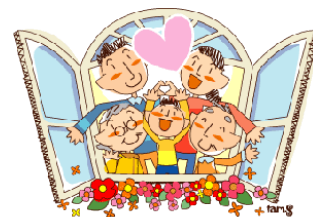
介護保険卒業



現在の様子



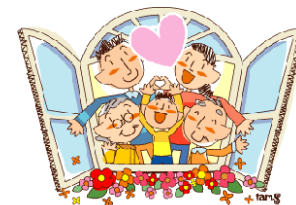
卒業できた支援のポイント①



《Yさんの場合》

- 1、本人の外出意欲がでたときの**タイミング**で、近隣の仲のいい**友人**に外出支援の**協力**を得たこと
- 2、通所サービスで本人の**状態の変化**にあわせて**リハビリ内容**を**変更**して行ったこと
- 3、本人に「**卒業**」という**意識**をもってもらえるよう**積極的に声かけ**を行ったこと

卒業できた支援のポイント②



《Mさんの場合》

- 1 最初に、本人の**興味のあること**を支援してもらえるデイサービスを**選定**したこと
- 2、本人の**状態の変化**にあわせて、デイサービス事業所を**変更**したこと

「希望ヶ丘いきいきサロン」創設にむけての支援

《希望ヶ丘住民との関わり》

H24年5月～11月 「閉じこもり予防教室」開催
その後、毎年6回コースにて3回、計18回教室を開催する



現在の「希望ヶ丘いきいきサロン」

希望ヶ丘センター



希望ヶ丘いきいきサロン運営チーム



現在の活動の様子





ご清聴ありがとうございました