

〈グループワークによる主な意見〉

〔対象者の特性〕

痛みがありながらも、フレイル教室(旧介護予防教室)や運動系通所型リハビリのサービスに取り組もうとする前向きな姿勢は本人の強味。また、看護師としての職を一度辞したのちに、筋力低下を懸念して再び医療機関での就労機会を得るところにも、本人が抱く危惧と、筋肉量増強に係る熱意が感じられる。しかし、信頼を寄せる関与者の助言には傾注するものの、他者からの助言には呼応しないといった傾向がみられる。“通所することが目標”となっているケースは、その方向性を見直しが必要。

〔目標プランの設定〕

整形リハビリ担当者により、目標とする具体的な生活レベルの達成に係る指導内容を明確化し、通所型リハビリの卒業見込みを視野に入れた実施期間を定める。併せて運動指導付き訪問マッサージの導入や、高齢者のフィットネス等のワンコイン指導、「すわっこランド」施設での運動のほか、自宅で取り組むことのできる Youtube 体操などの自律機能訓練を導入するといった手法が考えられる。

〔自発行動等の取り組み〕

買物が楽しく思えるようになるための筋力レベル向上の取り組みのほか、同じく腰痛の症状を抱える夫とともに、フレイル予防教室への再挑戦を課題として設定し、継続して取り組む目標設定を行う。

ケース検討

事例2

〈ケースの概要〉

本人の状況	<ul style="list-style-type: none"> ・92歳男性、要介護区分：要支援1 ・[身長] 155 cm、[体重] 51 kg、[BMI] 21.22 ・腰椎圧迫骨折(2年ほど前)に起因する円背と、それによる起居動作時の腰痛。 ・外出機会の減少→活動量低下→筋力低下→自宅浴槽内における立ち上がり動作“－” ・友人の機能訓練型デイ通所を知り、妻の勧めもあり新規申請となる。
家族の状況	市街地(平坦地)にある自宅で妻と二人暮らし。近隣自治体に娘夫婦が居住、関係は良好。
医療受診	内科：慢性腎不全、高カリウム血症(通院治療。以下、同じ。) 整形外科：圧迫骨折
服薬情報	内科：ロケルマ混濁用分散包、アゾセミド、アセトアミノフェン 整形外科：ロキソニンテープ
生活課題	<ul style="list-style-type: none"> ・円背に起因する起居動作時の腰痛はあるが、身の回りのことは自立。 ・自宅内の段差は固定物に掴まり昇降動作も可能だが、下肢筋力の低下から椅子の生活。 ・かかりつけ医まで 200mの距離は、自立移動による受診が可能だが、それ以外の外出は娘や息子の送迎により対応している。 ・腰痛により、活動量及び外出機会は減り、買物や家事全般は妻による。 ・長年に亘り俳句の講師として地元サロンに徒歩で 2回/月参加してきたが、体力面での限界を感じ、申請中の通所サービスの利用開始に伴う引退を検討している。
望む暮らし	<ul style="list-style-type: none"> ・腰痛はあっても、身辺自立の生活は続けたい。 ・俳句講師を辞すると外出が減るため、定期的な外出機会としてサービスを利用したい。

〈事例の選定理由〉

妥協的に希望していた通所サービスであったが、俳句サロンの受講者の協力によって移動手段が確保され、フォーマルサービスの提供が不要となった。本人が希望する趣味活動が継続可能となり、満足度も高い。こうしたケースの地域課題として、外出支援のインフォーマルサービス構築について、意見交換を行いたい。