

1-6					
主題	コロナ禍における身体機能低下を防ぐ機能訓練の見直しとリラクゼーションの相乗効果				
副題	身体機能向上を図ることによってADL維持等加算Ⅱの算定を目指して				
キーワード 1	ADL 維持等加算	キーワード 2	身体機能向上	研究(実践)期間	12ヶ月

法人名・事業所名	社福) 同胞互助会 昭島市高齢者在宅サービスセンター愛全園
発表者(職種)	北條祐貴子(介護職員)
共同研究(実践)者	岡部玲子(理学療法士)

電 話	042-545-8011	F A X	042-545-8012
-----	--------------	-------	--------------

事業所紹介	社会福祉法人同胞互助会を母体としています。愛全園(デイ・特養)では、介護の他、診療所併設の医療、栄養、機能訓練、口腔に力を入れた総合的な支援が特徴です。デイでは、通所(総合事業、一般)、地域密着(認知症対応型)を提供しています。上記に加え、アクティビティ活動が盛んに実施されています。
-------	--

### 《1. 研究(実践)前の状況と課題》

新型コロナウイルス感染症の影響により、3密(密閉・密集・密接)を避ける生活となり、デイサービスでも運動や活動に制限が生じた。利用者によっては感染予防のため数か月間デイサービスを休み、閉じこもりの生活となり、身体機能低下とADL低下が生じた。さらに、デイサービス内での制限によって利用者の意欲の低下から、以前よりも活動性が低下し、さらなる機能の低下が生じる悪循環を生じ始めていた。この状態が継続した場合、転倒のリスクと介護負担度が増大すると推察した。このような状況を改善するために、身体機能とADLを向上させていくことが課題となった。

### 《2. 研究(実践)の目的ならびに仮説》

当デイサービス(通所)では、機能訓練を重視し、常勤の理学療法士を配置している。令和3年度の介護保険改定から、LIFEへの参入も開始し、個別機能訓練加算Ⅰ及びⅡ、ADL維持等加算Ⅰを算定している。全国老協のデータによれば、デイサービスで、この加算を取得しているのは24.7%と少ない。新型コロナウイルス感染症の影響で、算定している当デイサービスにおいても、現状を踏まえるとADLの算定が出来なくなる恐れが生じた。そこで、利用者の身体機能及びADLの維持及び向上や自立支援を目的に機能訓練のリニューアルに取り組んだ。

### 《3. 具体的な取り組みの内容》

通所(一般)42名を対象に行った。3か月に1回の理学療法評価(体力測定)で、立位バランス低下が多く認められてきていた(片脚立位時間の短縮)ため、既存で行っていた歩行練習やリカンベントバイク運動等に加え、立位バランス練習(片足立ち練習や中殿筋の筋力トレーニング等)を追加した。また、利用者全員に同じ機能訓練が行えるよう全体の流れを改良した。利用者の機能訓練への意欲を強化するために、機能訓練後にリラクゼーションを実施し

た。リラクゼーションの種類も充実させ、オンとオフを明確にした。さらに、介護職全員が同一の体操指導が提供できるように、分かりやすい動画を作成して教育と周知をした。Barthel Index (BI) 評価は 6 カ月に 1 回行い、ADL の状況を確認した。

#### 《4. 取り組みの結果》

今回、統計学的には BI の値に有意な差は生じなかったが、割合に注目すると ADL 維持及び向上は 35 人/42 人中 (83.3%) で認められ、ADL 維持等加算 I から II への算定が可能となった。また、34 人/42 人中 (81.1%) で、立位バランス (片脚立位時間の延長) の維持及び向上が認められた。

排泄動作に介助が必要であった利用者が、立位バランスの向上によって、ズボンの上げ下げが行えるようになって自立となった。また、車椅子移動であった利用者がシルバーカーで歩行できるようになった。半数の利用者は、「痛みがなくなった」「体が楽になった」などの効果が得られた。体操で頑張った後のリラクゼーションは通所の利用満足度の増加にも繋がった。

介護職員についても、機能訓練の正しい知識を得て、より効果的に体操を行えるようになった。

#### 《5. 考察、まとめ》

身体機能と ADL の関連は、医学的リハビリテーション分野においては周知の事実である。今回は、デイサービスで週に 2~3 回の機能訓練によって身体機能の向上を認め、ADL が向上した。新しい取り組みは、積極的に機能訓練に参加した後にリラクゼーションの併用によって、痛みの軽減や快適感が得られ、より機能訓練を強化する事が出来た。生活期は、環境調整や適切な福祉用具の選定が重要だが、加えて個人の能力に即した機能訓練とそれを継続して行うことが出来る仕掛け作りが ADL の維持及び向上につながる事が確認できた。今回の取り組みにより、機能訓練の内容と機能訓練の実施を強化する仕掛け作りの重要性が分かった。

高齢者の骨折後は顕著な身体機能及び ADL 低下を生じ、元の ADL に回復しない状態で自宅復帰になるケースがある。退院後、介護者の問題から外来通院で機能訓練が行えず、ADL 低下が継続する場合もある。今回の結果から、入院期に元の ADL まで回復せずに自宅復帰に至ったとしても、デイサービスで機能訓練を行う事で ADL 向上が図れることが明らかになった。

今後は、医療と介護・福祉の連携で、有効に介護保険を利用し、利用者の ADL の自立度向上によって、介護度が軽度化すれば、介護保険費の削減にも寄与できると考えられた。

#### 《6. 倫理的配慮に関する事項》

なお、本研究(実践)発表を行うにあたり、ご本人(ご家族)に口頭にて確認をし、本発表以外では使用しないこと、それにより不利益を被ることはないことを説明し、回答をもって同意を得たこととした。

#### 《7. 参考文献》

公益社団法人全国老人福祉施設協議会

<https://www.roushikyo.or.jp/index.html?p=we-page-entry&spot=437462>

これならわかる<スッキリ図解>LIFE 科学的介護情報システム

#### 《8. 提案と発信》

ADL 維持等加算は、ケアマネや家族の理解が得られにくい場合もあるが、適切な機能訓練の実施は、身体機能や ADL 維持向上が図れることを理解して頂きたいと感じた。また、ADL の改善は利用者にとって、デイサービスを選ぶ際の指標にすることが出来ると考えられた。