

6-10

在宅において自立した日々に導く訓練とは

～障害があっても喜べる日々が送れることを目指して～

在宅QOL向上

生活自立訓練

北区立堀船高齢者在宅サービスセンター

看護職員 鈴木 稔

北区堀船 2-25-2-101

TEL 03-3927-7557

E-mail takahashi@o-kousyouden.com

FAX 03-3927-7571

URL <http://www.o-kousyouden.com>

今回の発表の施設
またはサービスの
概要

北区より委託を受け、閉鎖された保育園を利用し平成12年8月に開設しました。
一般型ディサービスで、現利用者登録人数は80名、一日の定員登録利用人数は、
30名となっています。機械浴の対応が可能な、重度の介護に対応した施設です。

〈取り組んだ課題〉

○重介護にならないために、ADLの維持を目的として
リハビリ体操（自立生活技能訓練）を今年度実施。
○リハビリ体操実施におけるADL維持の有無を、評価
尺度で明確化していないため評価修正ができない。

〈具体的な取り組み〉

○利用者中、参加希望者全員、1セッション平均15名。
○4月から6月にかけて、健康の話し実施時に30分実
施。
○看護師による健康の話しの中で、合間を使って実施。
○取り組んだ職員は看護師1名。
○ホワイトボードとマイク、机、椅子を利用。
○各上肢の親指の重要性を理解できるよう、親指が動か
せない状態に設定。
・他の指で書字、箸を持つ動作の体験。
○親指が重要と理解された後、リュウマチ体操から引用
した、親指の可動域拡大を実施。
○立位動作は各利用者が机に向かい椅子着座。
・足を、そろえて立つよりできるだけ横に開き基底面
積を広くすることが、安定して立てることを利用者
一人ずつが体験。
・机に向かうと両手で身体が支持され安定する。
・倒れそうになっても机が転倒を防ぐ。
・少し前傾姿勢になり立つことで、人間が立位バラン
スを自然にしていることの体験。
・このリハビリ体操は、時間場所を選ばずいつでも好
きなときにできることを強調。
・解剖生理学的、物理学的な専門知識は、簡潔に理解
できるよう省略。

〈活動の成果と評価〉

○リハビリ体操への参加率は平均77%。
○利用者のリハビリ体操に対する反応。
・参加者の平均88%が積極的、且つ一人一人が説明
に沿って実施。
・生活に直接関係する手の自由、移動の自由は多くの
利用者にとって関心事。
・在宅において利用者がリハビリ体操で得た知識を利
用し、体操の反復を行っているかは未調査、且つ効
果も不明。

〈今後の課題〉

○リハビリ体操実施後の変化を客観的に評価できるスケ
ールの早期作成が必要。
○その結果と、在宅において活用されているか、若しく
は効果があるかの調査。
○調査結果から修正を加えて内容を充実させていくこと
の必要性。

〈参考資料など〉

系統看護学講座 別巻3 リハビリテーション看護
高橋 美智著 医学書院