

8-12		主題	曾孫と一緒に歩きたい	
リハビリ		副題	個別に行ったりハビリ	
個別ケア				
研究期間	4ヶ月	事業所	特別養護老人ホーム シャローム東久留米	
発表者：フロアーリーダー 遠藤誠			アドバイザー：理学療法士 青木修二	
共同研究者：生活介護課長 望月太敦、統括リーダー 堀之内克哉、軽介護検討チーム一同				
電 話	042-467-1561	メール		
FAX	042-467-3040	URL		

今回発表の事業所やサービスの紹介	社会福祉法人三育ライフが運営し、平成4年5月1日に東京都東久留米市に開設。特別養護老人ホームは、長期入所82床と短期入所10床の合計92床の事業所であり、同じ建物内には、通所介護、訪問介護、居宅介護支援事業所の4部門がある。他に市内に通所介護、地域包括支援センター、グループホームの3部門と杉並区にグループホーム1部門の事業を展開している。
------------------	--

《研究前の状況と課題》 利用者の方の中には週に1回程度PTによるリハビリを受けている方がいる。しかし、ご本人の思いや、目標に対してリハビリの回数は多いわけではなく、「もっとやりたい」との声が聞かれていた。PTの人数は1人しかいない為、利用者の方の思いに答えられていない状況があった。フロアで勤務しているスタッフもリハビリに対しての知識が不足しているため、利用者の方にとって足りないリハビリを補う事ができずにいた。	《研究の目標と期待する成果》 一番の目標はご本人の「曾孫と一緒に歩きたい」という思いを実現することであった。短期間で歩行までは難しくても、現在よりADLの改善をできるのではないかと思い研究を始めた。フロアで業務をしているスタッフがPTの指導を受け通常の業務の中に個別に対応するリハビリを取り組み、利用者の方の思いを実現できるように取り組みを行った。
--	--

《具体的な取り組みの内容》

○廊下の手すりを利用した下肢筋力訓練の方法をPTより指導を受けた。

○対象者1名を決め、1月よりフロアスタッフが通常業務の中に下肢筋力訓練を組み込み、取り組みを行った。

＜対象者紹介＞

- ・Aさん 女性
- ・視力障害：ほぼ全盲で明るさがわかる程度
- ・移動時は車椅子を使用。
- ・手すりを利用した立ち上がりは可。
- ・腰痛（日によって変動があり）

＜PTによるリハビリ＞

- ・週1回実施
 - ・腰部マッサージ
 - ・膝、足関節の間接稼動域訓練
 - ・立ち上がり、立位保持訓練
 - ・ベットと車椅子の移乗動作訓練
 - ・歩行器による介助歩行
- （体力、持久力維持向上目標）

＜フロアでのリハビリ＞

- ① 廊下の手すりを利用して、立ち上がりのリハビリを行う。PTのリハビリと重ならないように実施日を調整し、2～3日おきに行う。時間は、5～10分程度。
- ② 昼食前にフロアにて椅子体操を行う。ほぼ毎日おこなう。時間は20分程度。

《取り組みの結果と評価》

（1月）

- ・立ち上がりの回数は5,6回程度。
 - ・1月の後半から10回程度。
 - ・ウエスト部分支えてやっと立っている。
- ご本人：「足が重い、腰が痛い」との声あり。

（2月）

- ・徐々に回数が増え20回出来る日もあり。
- ・立ち上がりの動作が軽くなってきた
- ・ウエスト部分の支えも要らない様子
- ・2月の後半からPT付き添いの下、歩行器を利用して歩行を行う
- ・25メートル歩行をし、そのうち5メートルは自力にて歩行をすることができる。

PT：「足の運びに関しては軽くなった」

ご本人：「立ちやすくなりました」

「このままいけば、また、歩けるようになりますね」

《まとめ》

- ・普段の生活の中にリハビリとなるような動きを取り入れることはできないか？
- ・利用者の方の能力の把握をし、出来ること、できない事、お手伝いをすれば出来ることをしっかりと見極め、利用者の方を支援する。

《参考文献》

原田 律子 編著

『高齢者も楽しい 車イスでできる健康体操&レク』

（いかだ社 2005）

《提案と発信》

毎年「施設内研究発表会」を開催し、近隣の他事業所や行政担当者、福祉系学校関係者、家族の方、オンブズパーソン、遠くは横須賀、横浜、千葉の施設からも来られ、我々が取り組んだ研究や実践報告を発信している。日常生活の中で介護職がリハビリを取り入れることは、機能の維持・向上に効果があり利用者の意欲向上につながるため、技能を身につけていく必要がある。

【メモ欄】追加資料 有 無

注：参加者が自由に記入できるスペースです。空欄のまま提出下さい。