

【配布用】

2019年2月21日 埼玉県立大学 地域包括ケア推進セミナー
第3回自立支援のための方法論を学ぶ
～ADL/IADLの維持・向上に向けて～

【第2部】リハ職の評価の視点・方法を学ぶ

IADLに課題を有する生活障がい者に対する
評価・介入の方法について



埼玉県作業療法士会 副会長
株式会社ハート&アート 代表取締役・作業療法士
茂木有希子

事例(Aさん)

【基本情報】

- ・60歳代 女性
- ・主病名:脳腫瘍術後
- ・既往歴:脊柱管狭窄症、頸椎症
- ・要介護1



Aさんのイメージ

【社会的情報】

- ・家族:夫(定年)、息子、娘
- ・住環境:広々とした3階建て。義母が介護状態になった時に住宅改修し、寝室に浴室やトイレを設置(バリアフリー)。
- ・相談時のサービス利用状況:デイサービス週3回(うち2回は入浴あり)、週2回ヘルパー(洗濯、入浴)

【身体機能】

- ・左下肢に軽い麻痺
- ・両手のこわばりと使いにくさ、肩の上がりにくさあり

【ADL・IADL】

- ・移動：右手に1本杖を持ち施設内は独歩、自宅内は杖なしで可能、屋外は見守り必要
- ・入浴：脱衣所⇔洗い場が転びそうで怖い。病気以来、自宅での入浴の練習の経験なし。やり方もわからない。またぎが怖い。
- ・調理：手の回内外が難しく包丁を上手く使えず。トマト、きゅうりを切るくらい。夕食は配食サービスを利用。
- ・掃除：手伝う程度
- ・洗濯：手伝う程度

【利用目的】

- ・病気はどうなるかわからないので、介護1の今のうちにサービスを使い頑張って良くなりたい。**要支援になってもいいように今頑張っておきたい。**
- ・生活ではかがむことができず、下にある電子レンジを使えない。浴槽の掃除もできない。
- ・リハビリが出来る施設をケアマネに探してもらった。

【できるようになりたいこと】

- ・**自宅でお風呂に入れるなんて考えてもいなかった。やってみようものと思っていた。**でも、練習させてくれると聞き、やってみたいと思った。
- ・調理もやりたい。包丁が上手く使えない。**本当はお弁当は飽きてしまったし、夫も手料理を望んでいる。**

サービス提供の流れ

御用聞き型ケアマネジメント

見えている状況を課題とする



家族の困りごとを優先する



受けてくれる事業所をお願いする



事業所が何をすべきかが明確でない



個別的なプログラムではなく誰にでもあてはまるプログラム(個別支援計画)となる



エンドレスな介護保険の利用

自立支援型ケアマネジメント

課題の要因分析をする



家族に対して介護保険についての理解を得る



考えられる要因をもとに事業所を選定



事業所が何を求められているかが明確



個別的なプログラムの実施



目標の達成度合いが明確

サービス計画書の見直しと新たなプラン

Aさんの希望(1): 自宅での入浴

生活機能	今行っている方法 (している活動)	どうしてその方法なのか	できないことの具体的な理由
入浴	・デイサービスでの入浴 ・ヘルパーとの入浴	・脱衣所⇔洗い場で 転びそうで怖い ・またぎが怖い ・自宅での入浴を考 えていなかった	1. 左足軽度麻痺にて滑りやすい 2. (自宅)シャワー側に手すりがないためまたげない 3. シャワーの蛇口が回せない 4. シャワーフックの位置が高い

【評価】…いつ、どこで、誰が、何を？

- ①自宅の浴室(環境)で、OTやPTと介護士が、入浴方法を確認
- ②利用日に、施設内にて、OTやPTと介護士が、実際に入浴場面に立ち会う(介助)

【できない理由】

- 1. 左足軽度麻痺にて滑りやすい
- 2. (自宅)シャワー側に手すりがないためまたげない
- 3. シャワーの蛇口が回せない
- 4. シャワーフックの位置が高い

Aさんの希望(1): 自宅での入浴

生活機能	今行っている方法 (している活動)	どうしてその方法な のか	できないことの具体的な理由	頑張ればできそうなこと (できる活動)
入浴	・デイサービスでの入浴 ・ヘルパーとの入浴	・脱衣所⇄洗い場で転びそうで怖い ・またぎが怖い ・自宅での入浴を考えていなかった	1. 左足軽度麻痺にて滑りやすい 2. (自宅)シャワー側に手すりがないためまたげない 3. シャワーの蛇口が回せない 4. シャワーフックの位置が高い	自宅にて家族の見守りのもとで入浴 Aさんの 具体的目標

【期間】

施設にて4回練習、その後、自宅にて訪問介護士の前でOTと実施

具体的プログラム

できない(難しい)部分をできるようにする ＝具体的プログラム

1. 左足軽度麻痺にて滑りやすい

- ①足先を意識した歩き方の練習
- ②滑りやすい場所での伝い歩きの練習

回復モデル

2. (自宅)シャワー側に手すりがないためまたげない

習得モデル

最初からシャワーチェアを手すり側を向けて洗体・洗髪

3. シャワーの蛇口が回せない

シャワーヘッドをワンタッチボタン式に交換

代償モデル

4. シャワーフックの位置が高い

シャワーヘッドをワンタッチボタン式に交換

代償モデル

支援の方法

参考：作業療法介入プロセスモデル

(Occupational Therapy Intervention Process Model、OTIPM)

【回復モデル】

筋肉やバランス能力を鍛えなおしたりする方法

【習得モデル】

上手くできるようになりたいことを繰り返し練習する方法

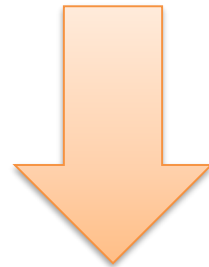
【代償モデル】

便利な道具などを利用して上手くできるようにする方法

【教育モデル】

家族や一般の方に向けた講習会を行って介助者に幅広い知識を持ってもらい、上手く支援してもらう方法

目標(1): 自宅に
達成
守りのもとで入浴



希望(2): 自宅で調理がしたい

Aさんの希望(2): 自宅で調理がしたい

生活機能	今行っている方法 (している活動)	どうして その方法なのか	できないことの具体的な理由
調理	・夫が実施 ・夕食は配食サービス	・家族も本人もできないと思っている ・やる機会がない ・道具もない(病気になり処分)	1. 手の回内外が難しく包丁を上手く使えず 2. 上肢の筋力が低く、重いものやフライパンを持ったり、硬いものを切ることができない 3. 長時間同じ姿勢だと肩・上肢の痛みが出現 4. 調理道具(フライパン、フライ返し、鍋)がない 5. 電子レンジが下にあるため、かがめない 6. すでにキッチンが夫の使いやすいようになっている

【評価】…いつ、どこで、誰が、何を？

①利用日に、施設内にて、OTやPTが、上肢・手の機能を評価

②利用日に、施設内にて、OTやPTと、簡単な調理を実施

【できない理由】

1. 手の回内外が難しく包丁を上手く使えず
2. 上肢の筋力が低く、重いものやフライパンを持ったり、硬いものを切ることができない
3. 長時間同じ姿勢だと肩・上肢の痛みが出現
4. 調理道具(フライパン、フライ返し、鍋)がない
5. 電子レンジが下にあるため、かがめない
6. すでにキッチンが夫の使いやすいようになっている

Aさんの希望(2): 自宅で調理がしたい

生活機能	今行っている方法 (している活動)	どうしてその方法なの か	できないことの具体的な理由	頑張ればできそうなこと (できる活動)
調理	・夫が実施 ・夕食は配食サービス	・家族も本人もできないと思っている ・やる機会がない ・道具もない(病気になり処分)	1. 手の回内外が難しく包丁を上手く使えず 2. 上肢の筋力が低く、重いものやフライパンを持ったり、硬いものを切ることができない 3. 長時間同じ姿勢だと肩・上肢の痛みが出現 4. 調理道具(フライパン、フライ返し、鍋)がない 5. 電子レンジが下にあるため、かがめない 6. すでにキッチンが夫の使いやすくなっている	週に2~3回 自宅にて一人で 夕食を作る Aさんの 具体的目標

【期間】

- ①月に1回施設(個別)にて調理訓練(3回)
- ②月に2回施設(個別)にて調理訓練(10月~)
- ③毎週(水)自宅にて一人で夕食を作る(11月~)
- ④週に2~3回自宅にて一人で夕食を作る(4月~)
- ⑤④が定着したらプログラム終了

具体的プログラム

できない(難しい)部分をできるようにする ＝具体的プログラム

1. 手の回内外が難しく包丁を上手く使えず
・体幹・肩・上肢全体の動きの練習 → 回復モデル
2. 上肢の筋力が低く、重いものやフライパンを持ったり、硬いものを切ることができない
 - ①体幹・肩・上肢全体の筋力強化練習 → 回復モデル
 - ②道具の使い方の工夫 → 習得モデル
3. 長時間同じ姿勢だと肩・上肢の痛みが出現
 - ①体幹・肩・上肢全体の動きの練習 → 回復モデル
 - ②バランス練習 → 習得モデル
4. 調理道具(フライパン、フライ返し、鍋)がない
・夫の理解を得て購入 → 教育モデル
5. 電子レンジが下にあるため、かがめない
・夫の理解を得て購入、使いやすい場所に設置 → 教育モデル
→ 代償モデル
6. すでにキッチンが夫の使いやすいようになっている
・夫の理解を得てAさんの使いやすいように戻していく → 教育モデル

◎段階づけたプログラムの立案

①基本的プログラム

1ヶ月の6／8回実施

心身機能に対するアプローチ

（筋力増強、関節可動域拡大、立ち座り練習等）

②応用的プログラム

1ヶ月の2／8回実施

具体的生活行為のシミュレーションを伴う活動と参加に関するアプローチ

（歩行練習、身辺動作練習調理活動、趣味活動等）

③社会適応プログラム

環境因子によって影響を受ける生活行為をその環境に適応できるよう働きかけるまたは環境因子そのものに対するアプローチ

（自宅での練習、公共交通機関を利用したの買い物練習等）

1ヶ月のうち自宅で2～3回実施→週に2～3回実施へ

心と生活の変化

6月18日 今日からは手のリハビリを中心にやるようになり、料理が出来るように練習していくことになりました。**道のりは長い**です。

6月25日 七夕の短冊に目標を書くことになっているのですが、まだ書いていません。**たくさんありすぎて迷っています**。
調理でオムレツを作りました。あまり上手くできなかったけれど味は美味しくできました。

8月13日 来週までに調理の献立を決めなくてはなりません。魚料理なので自身がないので、kさんとも話しました。**スーパーの魚売り場を見に行かないと何が旬かわからないと思いました**。

8月27日 来週は調理です。**心配ですが、頑張りたいと思います**。
体のほうは左半身がかたく固まっているので、左手もあげにくいし、左の足首あたりもむくんでいます。

9月3日 思ったより上手くできました。じゃがいもの皮をむくのがだんだん上手になりました。

分量より多かったので少しキムチは辛かったけれど、たらのあっさり
とじゃがいものほっこりで**久しぶりにおかずを食べたと思えました。**
もちろん家族にも好評でした。

9月24日 **電子レンジを買いました。**

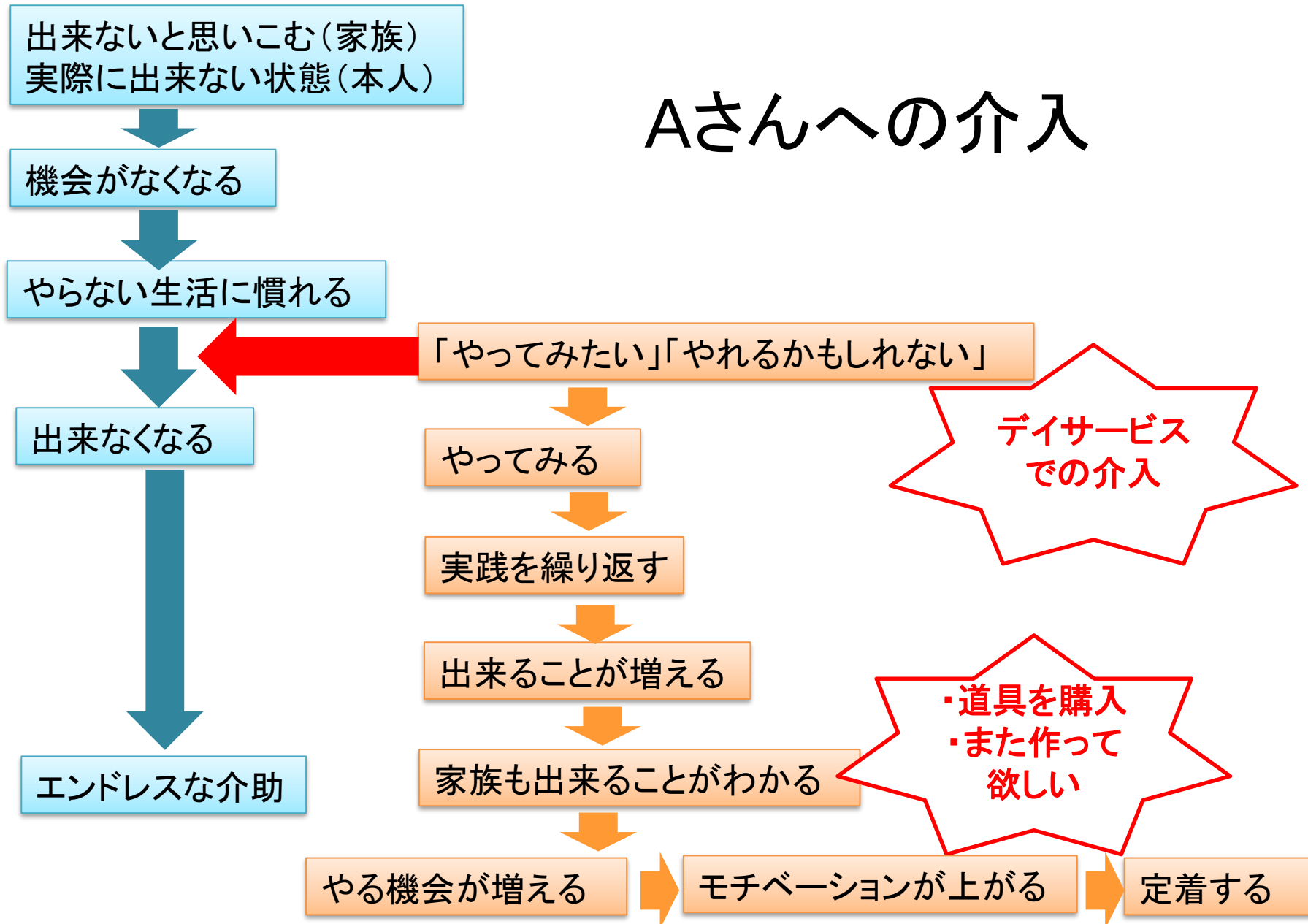
10月22日 **何度もおかわりをされ、ご飯が足りなくなり好評でした。**
レンジでチンするごはんを食べました。

11月12日 **料理、初めてほめられました。少し自身がつきました。**

11月17日 **やっとフライパンとフライ返しを買いました。**

1月14日 **昨夜娘と料理をしました。以前ダイアリーで作ったハヤシ**
ライスです。ほとんど私が作ったようなもので少し手が痛みます。で
も今日料理です。

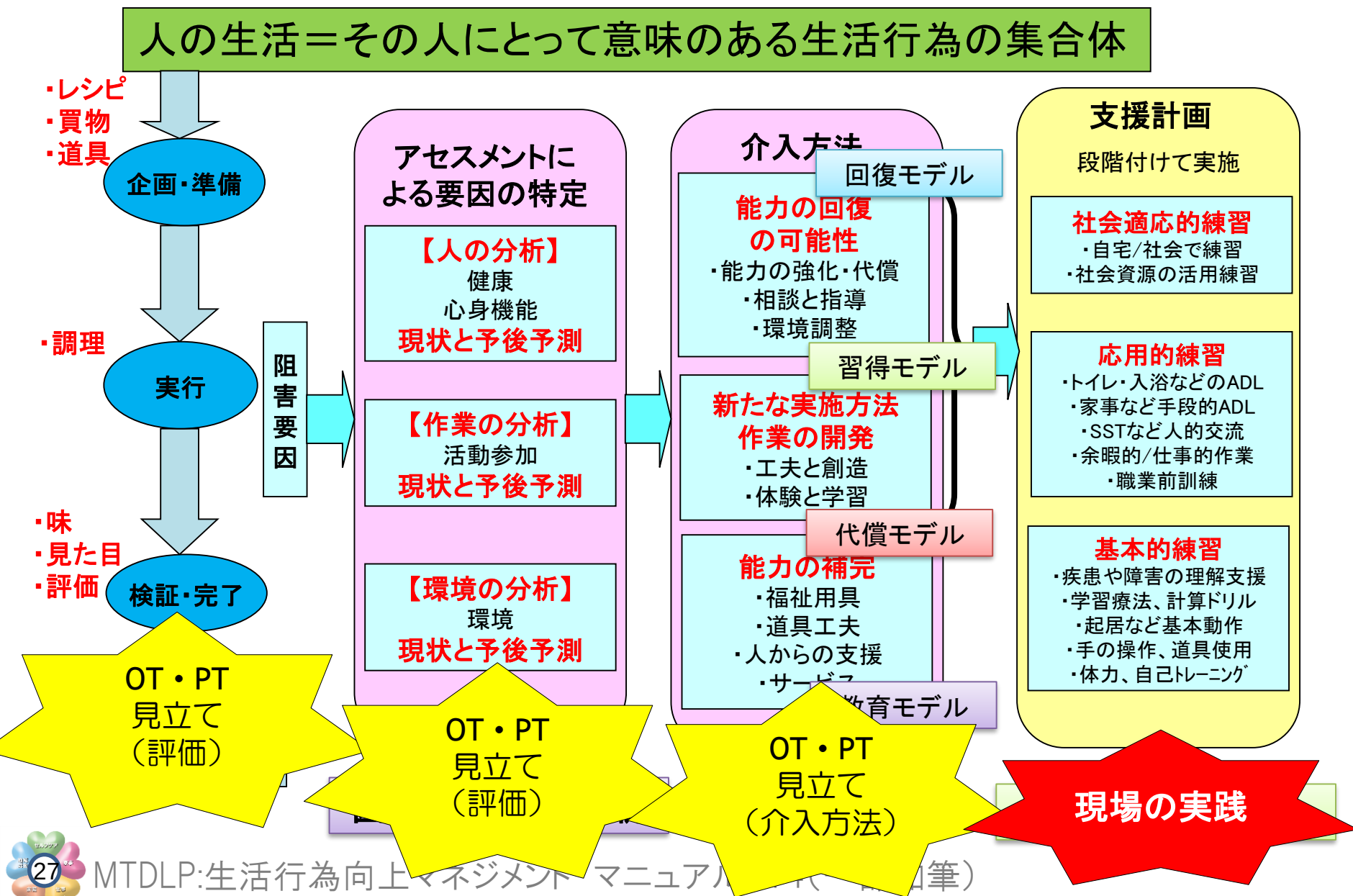
Aさんへの介入



IADLの評価・介入のポイント

- ・自立支援とは周囲の人間が決めるものではない
- ・自立できる方法を出来る限り多く提示し、実例を紹介し、可能性を説明すること
- ・対象者が「役割を持つこと」を念頭に置く(=そのIADLは何のため(why)に行うのか?)
- ・評価・介入(プログラム実施)は「誰が(who)、いつ(when)、どこで(where)、何を(what)、どのように(how)」行うのかを明確にする
- ・自宅で実践・継続・定着できて初めて達成といえる
- ・対象者の心理的・精神的な変化を常に関心すること

生活行為(IADL)の障害に対する評価と介入方法





助け合い、尊敬し合う

自分らしさ

利用者

自己実現
存在意義

職員

夢・目的

「支えている」と思ったらいつの間にか「支えられていた」

対象者「に」何ができるかではなく、
対象者「と」何ができるかを考える



ご清聴ありがとうございました