

【議事録】 始良市地域ケア個別会議（令和3年7月 1事例目）

1. 開催日時

令和3年7月20日（火）18時30分～19時00分

2. 事例対象者

年齢	性別	要支援要介護度
89才	男性	要支援1

3. 生活行為に関する課題

【課題】

歩行が不安定で転倒を繰り返しているが、杖を使いたがらない。住宅改修も強引にやっという。車の運転も接触事故を数回起こしているが、「無いと不便で生活が成り立たないから」と続けている。物忘れも進行しており、血圧をノートに記録することができず、白内障の手術に至らない。また手術ができたとしても、点眼等はできないことが予想される。

【個人因子】

令和2年5月に妻が急死、独居となる。食事は作らずスーパーで総菜を買って済ませている。腰痛があり、下肢筋力低下も顕著。朝食は食わず、昼食と夜遅めの夕食（晩酌）で体重が増加中。訪問給食は束縛を嫌い利用に至らない。毎夜500m離れた温泉まで車で行くのが日課となっている。温泉から帰宅後、晩酌（缶ビール1本）をするのが何よりの楽しみとなっている。洗濯は1～2週に1回近くのコインランドリーまで車で行き乾燥まで済ませている。待っている間に新聞を読んだり買い物をしている。漠然とではあるが、最近自宅を売却し施設に入ることを視野に入れるようになった。

【環境因子】

独居であるが、東京の一人娘（娘は母親が亡くなるまでの30年間、帰省していなかった）に朝昼夕、安否確認の電話をしている。片付けや掃除ができず、娘が数カ月に1度帰省していたが、コロナ渦で帰省できず掃除ができていない。ヘルパー支援に関しては拒否がある。

4. 助言

【理学療法士】

難しい事例であるとの印象である。施設入所について家族、本人とも視野に入れているとの事なので、入所までの間にいかに転倒リスクを減らすかが重要。転倒リスクの軽減のため、杖の利用をいかに促すか、促すための手段として客観的なバランススケールという評価手法があり、その数値を示すのはどうか。また本人へ合うか分からないが、杖に見えない杖（傘型）の物もあるので、見た目を気にしているのであれば、提案してみてもいいのではないかと。

【作業療法士】

デイサービスで運転に必要な機能を調べたり、娘さんと協力して病院受診し、運転に危険はないか、能力を診てもらったことも必要ではないか。それに伴い生活の移動手段は必要なのでシニアカーの導入を考えた。ただ、夜乗ることができず、温泉に行って友人と会えなくなるのは課題と感じた。服薬について、娘さんが1日3回連絡することなので、その際に飲んだか確認をしてもらい、飲み忘れが減らせないか。また、洗濯についてはコインランドリーに行けなくなれば、自宅で洗濯乾燥機の活用もあるのではないかと。

【言語聴覚士】

運転が気になる。シニアカーのレンタル（軽度者も介護保険で利用可能な場合もある）はどうか。どうしてもというのであれば、夜間の運転を避け、日中の明るい時間に移動するなどしては。薬の管理について、娘さんの電話支援がもらえるのであれば、血圧測定の数値を聞いてもらったり、毎日が無理ならまとめて聞くなどの支援ができれば、血圧が安定し白内障の手術もでき、車の運転も変わってくるのではないかな。

【管理栄養士】

炊飯はできて、おかずは総菜、焼酎やビールを摂取し、体重増加があるとのことで、どのような物を摂取しているかが気になる。そのため、食事の状況把握が大事だと思う。遅めの夕食や総菜は、油っこい物が多く、野菜の摂取量が少ない。血圧管理がうまくいっていないとのことなので、味付けの濃いものや漬物があるので、食事内容の把握が大事である。それに合わせて、アルコールを楽しみにしているとのことであるが、休肝日を設けることも必要。状況把握をしたうえで、「出来ることから始めましょう。」「薄味・野菜を摂りましょう。」と声かけしてはどうか。休肝日を設けるなど、生活リズムに合った食事の摂り方の助言も重要ではないかな。

【歯科衛生士】

硬いものをしっかり食べられたり、口腔機能もあまり問題なく維持できている印象である。義歯を利用していないとの事で毎日歯磨きをしているが、歯ブラシ以外は利用していないとのこと。歯ブラシ以外も使って欲しいが、性格もなかなか頑固という事で難しいでしょうから、今の状態を維持できたらという感想です。残って入る歯がどれだけあるのか分からないが、転倒を繰り返している、歩行が不安定とのことで、あくまで予想であるが奥歯は左右しっかり噛めていないのではないかな。転倒と歯科の関係で、19歯（義歯も入れて）以下は3年後転倒のリスクが2.5倍。13歯以下は骨折のリスクが4.5倍と出ている。

【生活支援コーディネーター】

民生委員が2カ月に1回訪問するとのことでそれを続けていただく。グランドゴルフに誘われているとの事で、その方々にも訪問してもらい繋がりが切れないようにしてはどうか。近くにいきいきサロンがあるが参加者が女性ばかり。高齢者クラブが活動しており、本人が行きやすければ参加してみてもどうか。

【主任介護支援専門員】

支援の拒否があったり車の運転がやめられなかったりCMも困っていると感じた。支援拒否があるが、30年会っていなかった娘と今は連絡をしているとのことで、娘との関係性をもう少し紐解いて、本人の口から想いを出してもらうようにする。外との繋がりがデイぐらいしかないなので、本人の心を開くアプローチをしてみて、そこでCMと連携を図ってはどうか。また車の運転や物忘れの病状悪化などに備えるという事からも、今後も予測を図りながら支援側も娘との関係性を築いていったらどうだろうか。

5. 事例提供者の気づき、感想等

【介護支援専門員】

プライドが高いかたなので、今回杖にみえない杖を知り試してみようと思う。歯の本数と転倒リスクの関係性について驚いた、勉強になった。食事内容については痛感している。体重増加や高血圧などもあるので考えていきたい。また娘は母親と何かあった様だが、唯一の家族は娘しかいないので、関係性についてもっと深めていきたい。

【通所介護】

何故杖を使いたがらないのか、本人の意向を聞きながら、少しずつ興味は示しているので、タイミングを見逃さず、素早く杖を導入して、転倒のリスクを下げていきたい。またCMが居た時に本人の想いをもっと聞き出して共有し、体重減少や筋肉運動へ結び付けられるようにしていきたい。通所でも他の利用者と楽しく交流が持てるように関わりを工夫していきたい。

6. 地域課題、政策提言

高齢男性（独居）の生きがいづくりや通いの場の創出。また、元気なうちから男性向けに家事や料理教室などを開催する取り組み。