

## 【議事録】始良市地域ケア個別会議（令和3年7月 3事例目）

### 1. 開催日時

令和3年7月20日（火）19時30分～20時00分

### 2. 事例対象者

年齢	性別	要支援要介護度
93才	女性	要介護1

### 3. 生活行為に関する課題

#### 【課題】

平成23年以降、腰部圧迫骨折を10回以上繰り返している。腰痛が持続していることや骨折の再発を不安視するあまり活動量が減っている。日々、慎重に行動しているが時に”どすん”と座ってしまう事があり心配。デイサービスでは聞こえるように話をすればコミュニケーションが図れ、楽しく過ごせるが、家族には「そんなに大きな声を出さなくてもいい」と機嫌を悪くすることが多く、家族の介護疲れに繋がってしまう。

#### 【個人因子】

超高齢のため加齢による筋力低下がみられる。腰部コルセットを常時着用し、転倒しないよう慎重に行動している。難聴や老年期うつ病の診断もあり、誤解や被害妄想に繋がりがやすい。

#### 【環境因子】

娘夫婦と孫との5人暮らし。玄関上り框に住宅改修で手すり、踏み台を設置済み。各居室の敷居にスロープ設置済み。自宅内はシルバーカーで移動している。”どすん”と座らないようベッドサイドに手すりをレンタルしている。

### 4. 助言

#### 【理学療法士】

筋力をつけるのが課題であるが、自宅での自主訓練は紙媒体（プリント）ではなく動画なども利用。筋力を余分に落とさせないという視点を持ち、コルセットの使用は装着時と外して過ごす時のメリハリをつけて行くことも必要。”いつの間にか骨折”の可能性も考えられる。急な着座を控えたり椅子の高さなどを調整する。急に背筋を伸ばすなどの動作は避ける。レク等で行わる風船バレーなど、動作や姿勢など影響があることをスタッフ間でも周知しておく事も必要。

#### 【作業療法士】

・本人がリハビリに対して意欲がある点や家族と一緒に外出している所など良い。デイサービスでリハビリスタッフの介入があることも良い。本人が一人で出来るアクティビティの取り組み（洗濯物など）や自宅で出来る活動を家族にも協力してもらおうと良いのでは。コミュニケーションは「もしもしフォン」の活用なども良い。聞こえやすくなると会話や話をする機会が増えるのではないかな。

#### 【言語聴覚士】

不顕性誤嚥も気になる。固形物と水分が混ざったもの（麺類やみそ汁）は飲み込みのタイミングがずれてむせこみやすい。それぞれ別にして食べることも良い。喉まわりの筋力を落とさないために、開口訓練など10秒間5回2セットなど取り入れてみてもよい。コミュニケーションに関して、「こえとら」（聴覚障害者支援アプリ）等の利用もよいのでは。

#### 【管理栄養士】

食事摂取は自立している。食形態に気をつけることも大事（ゼリー状、刻み等）。食事量が多く摂れないと体力低下につながるので食事量に気をつけて栄養補助食品など取り入れることも良い。レンジの活用やインスタントラーメンを自分で作ることが出来るのは良いこと。

#### 【歯科衛生士】

自分では口腔に関して不自由を感じていないところが問題点とも捉えられる。衛生面から食事後の義歯の手入れは必要。昼寝の時など上義歯のみつけたまま寝ていたら誤嚥性肺炎に繋がったり、義歯が落ちて飲み込む可能性もある。外して休む習慣も大事。朝1回うがいの習慣をつけるなども良い。抜歯後、むせこみが減ったとのことだが、抜歯したことで舌の置き場ができ、飲み込みやすさにつながったのかもしれない。

#### 【生活支援コーディネーター】

独居ではないので民生委員の訪問はない可能性もある。今後、家族との交流も含め民生委員の訪問など検討しても良いのでは。社協でもDVD体操の貸し出しを行っているので活用してみるのも良い。難聴に関してはホワイトボードやマグネットタイプのボードなどの活用も良いのでは。地域活動として、サロンはないが、独自で定期的集まる運動グループがある。

#### 【主任介護支援専門員】

デイでも個別リハの取り組みがある。「娘さんの家事の手伝い」を、本人の家族の中での役割と位置付けてみてはどうか。生活する上での生きがいに繋がっていきけるよう、役割やニーズの視点から家事動作の検討などケアプランの中で出来ればよいのでは。

### 5. 事例提供者の気づき、感想等

#### 【介護支援専門員】

風船バレーなどレクも急に腕を上げる動作への留意や、もしもしフォン、開口訓練、口腔や義歯管理などとても学びになった。交流の機会は少ないと思うので今後民生委員とも連携を図りたい。家族の中の一員として役割を持つという視点を今後に取り入れていきたい。

#### 【通所介護】

椅子の高さの調整を行うなど、転倒・骨折のリスク回避に繋がると改めて感じた。サービス事業者としてデイサービスでの活動の中で、楽しんでもらいたいという思いがあるが、レク活動の中で風船バレーでの急な動作など、もしかしたら身体的に危険な動きや動作もあるかなと感じた。他の利用者のかたも高齢であるので、注意していきたい。

#### 【福祉用具貸与】

安全に動作が出来るように今後も福祉用具の選定を行っていきます。住環境の整備も必要に応じて対応していきたい。

### 6. 地域課題、政策提言

本市の要介護の主な要因の1位は骨折・転倒の22%であり、元気高齢者へ予防の呼びかけ、体操教室を開催し筋力低下への啓発等の実施。