

在宅生活を諦めない —いつまでも家族と一緒に—

神奈川県藤沢市
株式会社ツクイ
ツクイ藤沢羽鳥デイサービスセンター
生活相談員 ○佐藤 里美
守屋 基子

1 はじめに

JR 東海道線辻堂駅から徒歩 20 分の所に「ツクイ藤沢羽鳥」があり、デイサービスと訪問入浴を併設し、社訓に「顧客重視・個人尊重・チームワーク」を掲げ、日々運営しております。当施設は平成 24 年度の介護保険法の改正に伴い 7 時間以上 9 時間未満の長時間のサービス提供や重度化予防の為に個別機能訓練加算Ⅱを算定し、取り組んでいます。

個別機能訓練加算Ⅱは身体機能そのものの回復を目的とする訓練ではなく、残存機能を活用して生活機能維持・向上を図り、お客様が自宅で可能な限り自立して暮らし続けられる事を目的として実施しております。実施するにあたって、お客様のニーズに合わせて適切なアセスメントを行い、お客様の目標に合わせて実践的な個別機能訓練を専門職が行っています。段階的に目標が達成できるように計画を立て、定期的にあセスメントを行い、見直して、お客様に合った個別機能訓練を行っております。

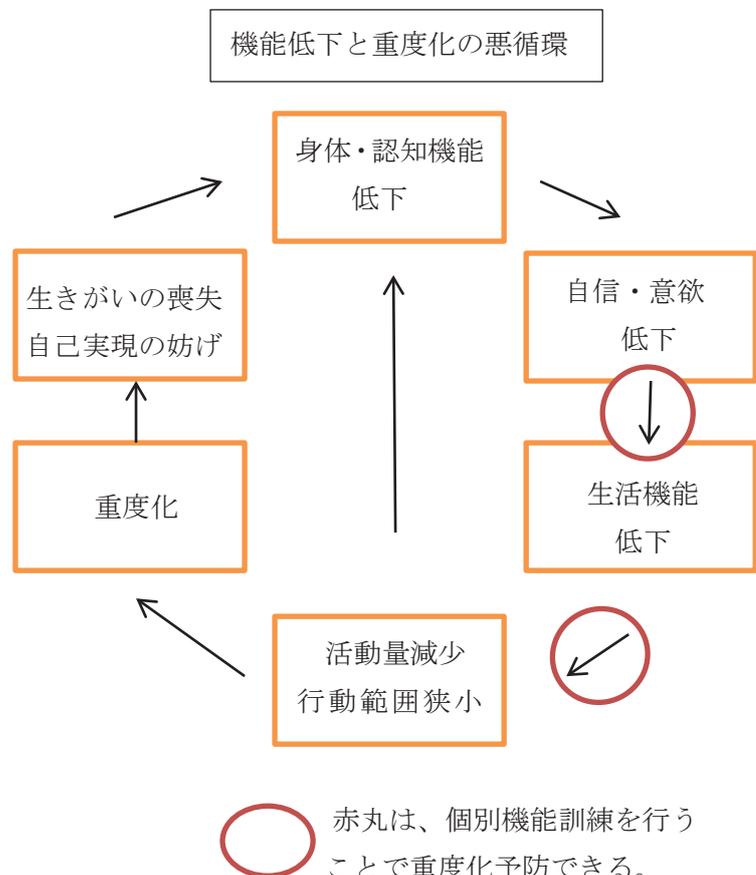
2 取り組みの紹介

個別機能訓練の実施に伴い、お客様それぞれの日常生活状況を把握することが大切です。

そのために、アセスメントから生活機能上の問題を把握することが重要となります。

多くの高齢者は、加齢による身体機能の低下により、転倒した事で自信を失くします。骨折などをすれば生活機能も低下していきます。そして、活動量も減少し、図のような悪循環が生じます。

生活機能とは、歩行・食事・排泄・入浴や着脱衣など、自立した日常生活を営む為に必要な能力のことを言います。自立した生活を続けていく為に私達は自信・意欲の向上と生活機能を上げる取り組みを行ってきま



した。

これからひとつの事例をご紹介します。

89歳 Aさんは長男家族と同居。家族関係は良好。要介護1。

既往歴は腰部脊柱管狭窄症、変形性脊椎症、両変形性膝関節症。

腰痛・膝痛がある為、長距離の歩行は困難ですが、自宅では何かに掴まりながら歩行されています。また、両肩関節拘縮と両肩から上腕にかけての可動域制限があり、家事を行うことは困難です。

同市内で引越しすることになり、引っ越してきてからは外出も少なく、近所に知り合いもいませんでした。家族は就労しており、日中独居となる為、環境が変わった家での日中の生活が心配であることや他者との交流を持って生きがいを見つけて欲しいとのご家族からの要望もあり、デイサービスを利用することとなりました。

Aさんは、自分の事は出来る限り自分で行おうと、とても意欲的な方です。平成24年10月からご利用され当時は要支援2でした。デイサービスも週2回利用し、顔なじみの方もできましたが、あまり楽しそうにはされていませんでした。デイサービスを利用してから、7ヶ月が経つ頃、原因不明の下痢が続き入院され、退院後すぐに軽度の心不全の為、再入院されました。退院して間もなく胸水の為、入院と約半年程の間に、3度の入退院を繰り返されました。心臓の手術もされ、精神面も大きなダメージを受けました。

平成25年10月の退院後は体力も気力も低下し、要介護2の認定となりました。今まで通り、週2回ご利用頂き、個別機能訓練を開始しました。訓練内容は、入院が続いた為、下肢筋力が低下し、下腹部の痛みが続きトイレの回数も多く、居室からトイレまでの歩行状態が不安定なので、歩行訓練と外出する為の玄関の上がり框の昇降が出来るよう、段差昇降訓練を行いました。Aさん自身が前向きに取り組めなかった時期もありましたが、少しずつ看護師の助言を受け入れて下さり、Aさんも職員に思っている事を話して下さるようになり、根気よく気長に取り組みました。

2か月後には週4日利用となり、体調に合わせて個別機能訓練を行いました。徐々に体力もつき、次第に笑顔も見られるようになりました。職員とも笑顔で話をされ、看護師には不安なことがあると相談されるなど、信頼関係も構築できました。

歩行も安定し、歩く速度も少しずつ速くなり、常に下を向いて歩き、円背だった姿勢も背筋が伸び、今では歩行時に真っ直ぐ前を見て歩けるようにまで回復しました。好きな物も食べられるようになり、入退院を繰り返されていた時のAさんの様子が嘘のように思えます。

要介護2の認定から1年が経ち、ご本人様の自信・意欲・生活機能の低下の予防が出来たこと、日頃からケアマネジャーやご家族様にご本人様の状況報告を密に行い、連携を図り取り組んだ所、平成26年10月の要介護認定更新で要介護1と認定が軽くなる結果となりました。

3 考察

引っ越しされる前は、同市内にある弊社のデイサービスをご利用されていました。もともと詩吟が趣味で、皆様の前で披露して下さり、カラオケや手作業、工作など率先して取り組まれていました。当施設をご利用され、デイサービスの雰囲気にも慣れた頃に入退院や手術があり、ご利用再開時には、「もう死んでしまいたい、もうどうでもいいの・・・」など前向きの言葉は出ませんでした。お腹の調子も良くないし、食べたいものも食べられない。「機能低下と重度化の悪循環」の図にある「生きがいの喪失・自己実現の妨げ」の状況に陥ってしまいました。そんなAさんの声に常に耳を傾けました。精神的なダメージが強く、家族には弱音を言えなかったのですが、私達の前では少しずつ本音を話して下さるようになりました。

個別機能訓練を行い、維持され続けていることは、「ご自身で出来ることはしっかり行う意欲がある」

こと。向上していることは、表情が明るくなり、気持ちが前向きなったこと」です。お化粧して、おしゃれなお洋服を着て、きれいなネックレスなどを身に付け、身だしなみを整えて来所され、職員に笑顔で挨拶される程になりました。Aさんから顔なじみの方に声を掛け、トイレに行かれた時には、トイレットペーパーの先を三角に折り、次にトイレを使用した方の為に取りやすくする等、周囲への気遣いもして下さいます。

体調に合わせて、Aさんの気持ちに寄り添い、毎日出来る事を少しずつ、気長に実践する事を心がけ、継続出来たことが今回の成功事例に至ったポイントだと考えます。

4 おわりに

今、私たちに求められている事は何だろう。どんな工夫をしたら喜んで頂けるだろう。住み慣れた地域で暮らし続ける為に、私たちに出来ることは何だろう。常にお客様にまっすぐ向き合える存在でありたいと思っています。

当施設では、看護師を機能訓練指導員として配置しており、お客様のニーズに合わせた個別機能訓練を行っております。提供時間内の限られた時間の中で、他職種との連携を図り、サービス提供や個別機能訓練が円滑に行えるようにしております。女性の職員が多く、社訓に掲げられているチームワークがとても良い職場です。これからも、お客様の声に耳を傾け、いつまでも住み慣れた地域・自宅で暮らしていかれるように支援して参りたいと思います。

また、この事例発表会をきっかけに改めて、お客様の重度化予防をする為には、しっかりとアセスメントを行うことが重要と再認識しました。日常生活で困っていることに対して、そして「今」出来ていることを継続していく為に取り組み、これからも、お客様に合った個別機能訓練を実施し、いつまでも在宅生活が継続出来るように、各職種との連携を図り、サポートしていきたいと考えます。