

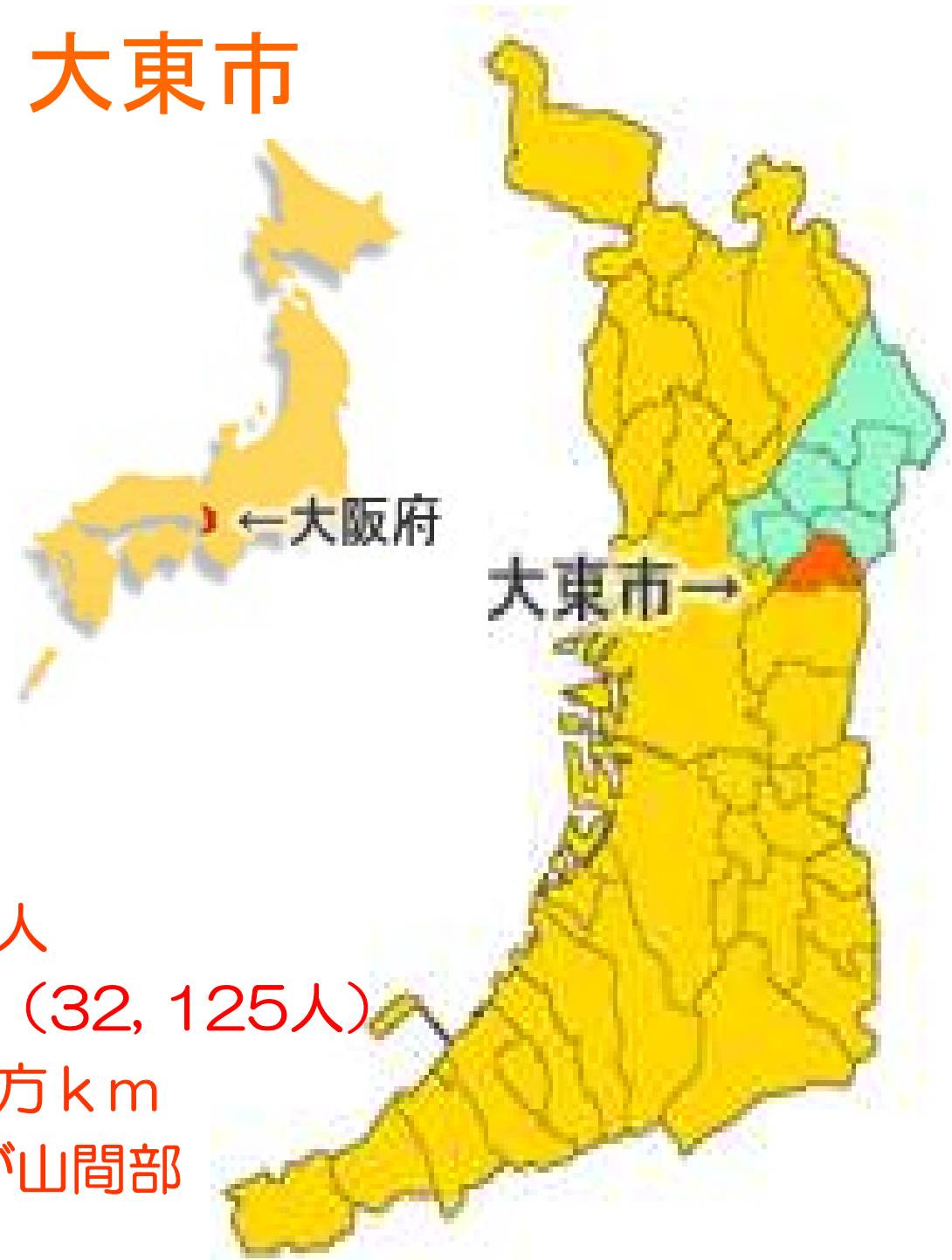
平成30年8月29日 日本ヘルスサポート学会学術集会・総会

リハビリ専門職による地域づくり

大東市保健医療部高齢介護室兼地方創生局
理学療法士 逢坂伸子



大東市



- 平成30年3月末現在
- 人口 121,337人
- 高齢化率 26.48% (32,125人)
- 市の面積 18.27平方km
1/3が山間部

増え続ける高齢者 減り続けるマンパワーと財源

これをなんとかするためには
専門職はより専門性の高いことに集中
そのための新たな担い手の確保
介護を必要とする高齢者の増加をくい止める
一度は介護が必要な状態に陥っても再び自立した生活
を目指す介護予防を推進

これを実現するために
地域の状況把握⇒地域課題の原因追究とその対策
地域資源の洗い出し⇒どうすれば活用できるのか、機能の変更、追加、資源と資源をつなぐ、足りなければ新たに創る

を徹底して進めてきた

市のリハビリ専門職が中心となり 大東市の介護サービス（特に予防給付）の現状把握

- 平成26年度1年間の予防通所介護、訪問介護のプランの点検
- 予防通所介護、訪問介護のサービス提供の現場確認
- 予防通所介護、訪問介護の現場確認及びサービス計画の確認
- 予防訪問介護のサービス内容の項目確認
- 予防通所介護の入浴目的の人数確認（見守りのみ、身体介護）
- 予防通所介護、訪問介護利用者の改善、維持、悪化率
- ケアマネ、包括、通所介護事業所機能訓練士の高齢者のトレーニング知識の確認テスト

などなど

現状把握から見えてきたこと

- ケアマネもサービス事業者たちは高齢者が元気になるために必要なこと（筋トレ方法など）を知らない
- 介護保険サービスは予防給付でも使い続けるものだと思い込んでいる（住民も含めて）
- ヘルパーサービスは利用者のできないことをお手伝いするだけのサービスになってしまっている
- デイサービスは楽しいこと、気持ちいいことをしてもらうだけのサービスになってしまっている
- ケアマネは利用者のできること、できないことの整理や、なぜできないのかの原因分析、どうすればできるようになるのかを考える力が不足している

などなど

見えてきた地域課題への対応 自立支援の推進のために

- 地域ケアの関係者向け自立支援研修を開催
- 総合事業の全プランをリハビリ専門職からのアドバイス
- 多職種による事例検討会（多職種アドバイス会議）
- サービス事業者への自立支援技術研修会を開催
- 住民への啓発として出前講座

大東元気でまっせ体操
効きまっせ 若うなりまっせ
寝たきりならんで儲かりまっせ

住民主体の通いの場
平成17年度スタート



市内114団体、約2,200名（高齢者人口の7%）が参加

- 要支援レベルの高齢者でも歩いていける範囲に通いの場があるから、デイサービスに行かなくても大丈夫な人がたくさんいる
- 介護サービスから自立となった人の受皿
- 会場は自治会館、民家、空き店舗、空き家、病院や鍼灸院の空きスペース、フィットネスクラブのロビー、信用金庫、生命保険会社のセミナールーム、有料老人ホーム、サービス時間外のデイサービスなど

次の狙いは送迎をプラスしたコンビニ、スーパー、商店街、薬局での通いの場

半年間

半年間

半年間

地域の体操グループ (大東元気でまっせ体操+健口体操)

体力測定+25項目チェックリスト

スタート応援講座

体力測定+口腔機能評価+25項目チェックリスト

派遣型介護予防講座

体力測定+25項目チェックリスト

体力測定+口腔機能評価+25項目チェックリスト

派遣型介護予防講座

5回派遣型介護予防講座プログラム(1年目グループ向け)

1回目	月日	介護予防評価(大東市元気でまっせ体操活動支援事業)60～90分	
4週間 自主グループ活動			
2回目	月日	体力測定の結果説明と運動講話(運動の効果と転倒予防について) 重りの使い方 60分	
1週間 自主グループ活動			
3回目	月日	口腔評価結果説明と口腔機能低下の講話と 顔体操の説明 40分	日常生活での認知症予防
1週間 自主グループ活動			
4回目	月日	栄養講話 30分	でまっせ体操と顔体操の間に 栄養個別アセスメント
1週間 自主グループ活動			
5回目	月日	口腔 歯磨き体験 30分	GW 大目標 30分

3回派遣型介護予防講座プログラム(2年目以上グループ向け)

1回目	月日	介護予防評価(大東市元気でまっせ体操活動支援事業)60～90分	
4週間 自主グループ活動			
2回目	月日	体力測定の結果説明(20分)	口腔評価結果説明と口腔機能低下の講話と顔体操の説明(30分)
1週間 自主グループ活動			
3回目	月日	栄養講話 (30分)	でまっせ体操と顔体操の間に 栄養個別アセスメント

体力測定、スタート応援、派遣講座は・・・

体力測定・・・市のPTがマニュアルを作成し、委託先の運動指導員1人＋アルバイト2人で対応している。

口腔機能評価・・・当初は市内のリハ病院の協力により歯科医師とSTが行い、評価シートと測定マニュアルを作成、府の歯科衛生士協会会員向けに評価方法の研修を開催。
現在は府の歯科衛生士協会会員が行っている。

スタート応援講座・・・当初は市のPTが講座を行い、講座の様子をビデオ撮影で記録するとともにマニュアルを作成。
現在は委託先の運動指導員が行っている。

派遣講座・・・当初は、リハビリ専門職や歯科医師、管理栄養士により行っていた。ビデオ撮影とともにマニュアルを作成。
現在は委託先の運動指導員、歯科衛生士、栄養士が行っている。

これらの支援の結果から、
また住民さんからのSOSで市のリハビリ専門職が動きます

住民主体の通いの場では、 こんないいことが起こっています

1. 多くの虚弱高齢者が元気になります。
2. それも、その活動はずっと継続することができます。
3. 週1回の体操に集まるだけの活動から様々な活動に
広がっていきます。
4. ご近所同士が仲良くなります。
5. 住民の見守りの目が育ちます。
6. 地域の支えあいが生まれます

元気高齢者と虚弱高齢者
が一緒に参加しているから
起こること
デイサービスでは
起こらない

行政・包括は

よい動きをしている地域の活動を他に地域にも広げるコーディネイト役

生活サポート事業

住民主体の生活支援
平成26年度スタート

家事援助

介護保険で認められているサービス



生活支援

窓ふき、大型ゴミ、
庭の手入れなど



利用料30分以内250円

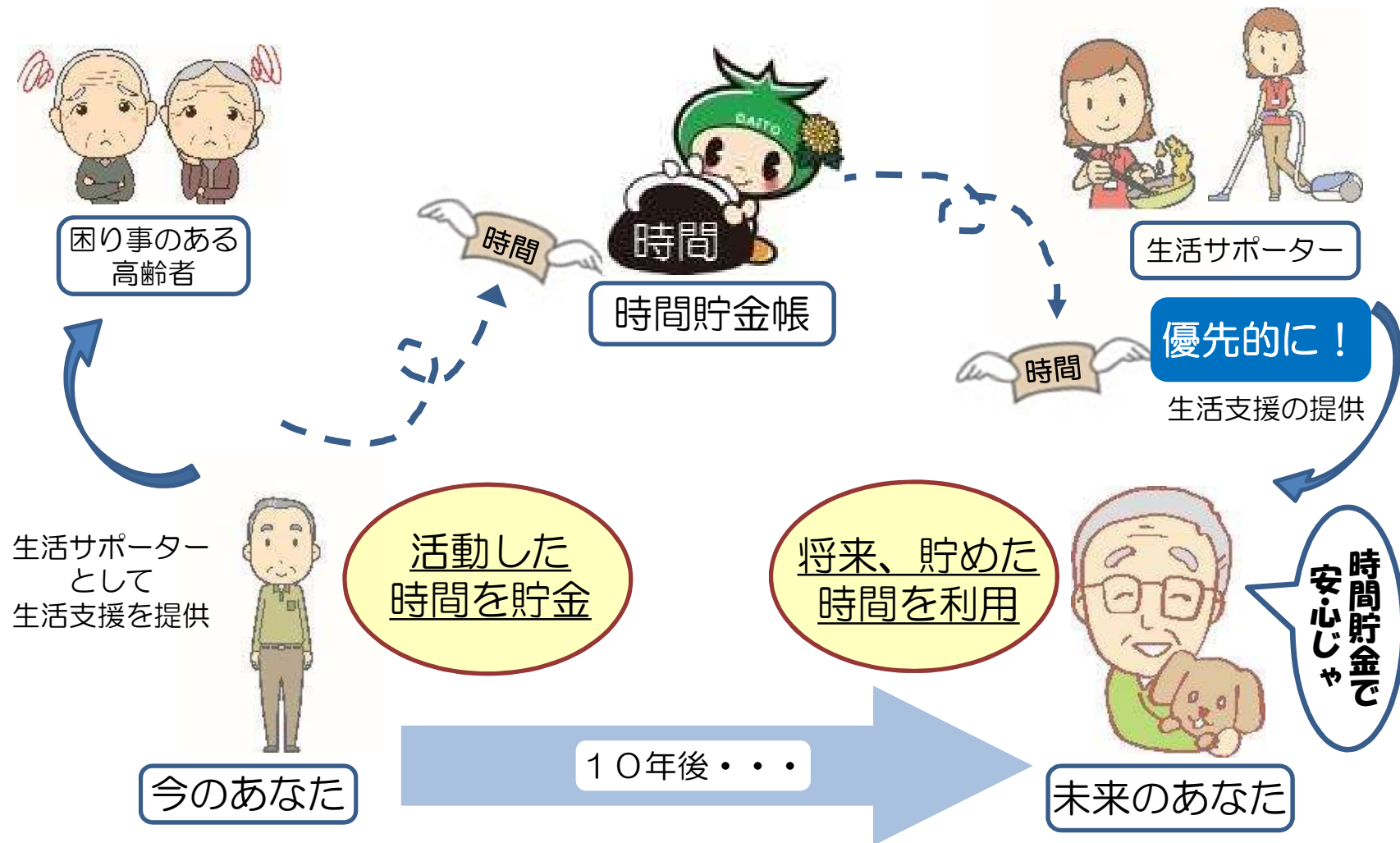
○謝礼金

○時間貯金

平成30年7月現在 生活サポーターの登録は571人

139人が利用（要支援レベルが殆ど、自立や介護4の方も利用中）

時間貯金 ～今、動ける時間を将来のために貯金～



大東市短期集中自立支援型サービス (訪問Cと通所Cの合体版)

また自分でできるようになるための道標をリハビリ専門職が示し、一緒に考え、本人が努力するチャレンジコース

再びできるようになるための応援



(利用料は無料)

自立できても、見守りと活動性の担保がないと悪化する
二次予防事業の二の舞にならないように

通所C＝通いの場：大東元気でまっせ体操
介護サービスがなくても地域の見守りの中で、
元気で暮らし続けるために

大東市のサービスC

利用期間：3か月から6か月（期間内はサービス回数に上限無）

実施者：リハビリ専門職（医療・介護分野の法人と委託契約）

訪問

- 生活機能評価
- 生活方法、支援方法へのアドバイス
- 環境設定
- セルフトレーニング

（週1回以上の大東元気でまっせ体操のアレンジ）

通所＝通いの場

- 地域の通いの場へつなぐ
- サービスC利用者だけでなく、他の参加者も安全に参加できる環境を整える
- 通いの場では全ての参加者からの相談を受ける

* 自宅から徒歩圏内に大東元気でまっせ体操の拠点がない場合には通所サービスA（送迎付き大東元気でまっせ体操）を代替えサービスとして利用

【症例】 基本情報

年齢：82歳 性別：女性

介護度：要支援2

利用サービス：通所介護で入浴、訪問介護で掃除、買い物

疾患名：H29.4右膝人工関節置換術後

趣味・関心事：日本舞踊

本人家族希望：早く良くなって、買い物
や踊りに行きたい。

	初回～1ヶ月	2ヶ月目	3ヶ月目	4ヶ月目	5ヶ月目	6ヶ月目
指導内容	動作確認 元気でまっせ体操 プリント指導 DVDプレイヤー操作指導 両下肢自主トレメニュー指導	元気でまっせ体操 座位指導 両下肢筋トレメニュー継続	元気でまっせと自主トレの継続 ディサービス同行打合せ 入浴動作指導	歩行車歩行評価 買い物同行 ATM同行 自主トレ継続	通いの場同行 自主トレ継続	通いの場の継続と毎日を楽しむことの継続
	訪問回数4回	訪問3回	訪問3回	訪問3回	訪問3回	訪問2回
参加	通院とディのみ	自宅周辺外出	踊りサークル再開	買い物再開	通いの場開始	踊り、通いの場継続参加
IADL	調理 シャワー浴	調理、掃除 シャワー浴	調理、掃除 シャワー浴	調理、買い物、掃除、浴槽入浴	元の生活に戻る	
身心状況	転倒不安から座椅子に座していることが多く運動不足状態	自宅周辺を歩いた後、右膝外側に痛みあり	踊りを再開してから、痛みの訴え減少	買い物後の痛みの訴えなく、疲労感あり	実働を重ねることで手ごたえと自信を得る	
評価	TUG 24秒					TUG14秒

サービスCの利用実績

平成28年度、29年度の2年間で324人が利用、
内268人が終了

通いの場につながった70人

自宅での活動性が上がった27人

家事動作自立度向上15人

自宅入浴自立3人

リハサービスなどの新規サービスにつながった21人

サービスCがもたらした副産物

ケアマネジャーの意識が変化

ケアマネジャーたちが自立を目指すリハビリ専門職の活用を知った。

利用者の意識が変化

「やってもらいうリハビリ」から「自らが努力するリハビリ」こそが動きやすくなる、できなかったことができるようになることを知った。医療やマッサージへの依存が無くなる人も出てきた。

介護サービス従事者の意識が変化

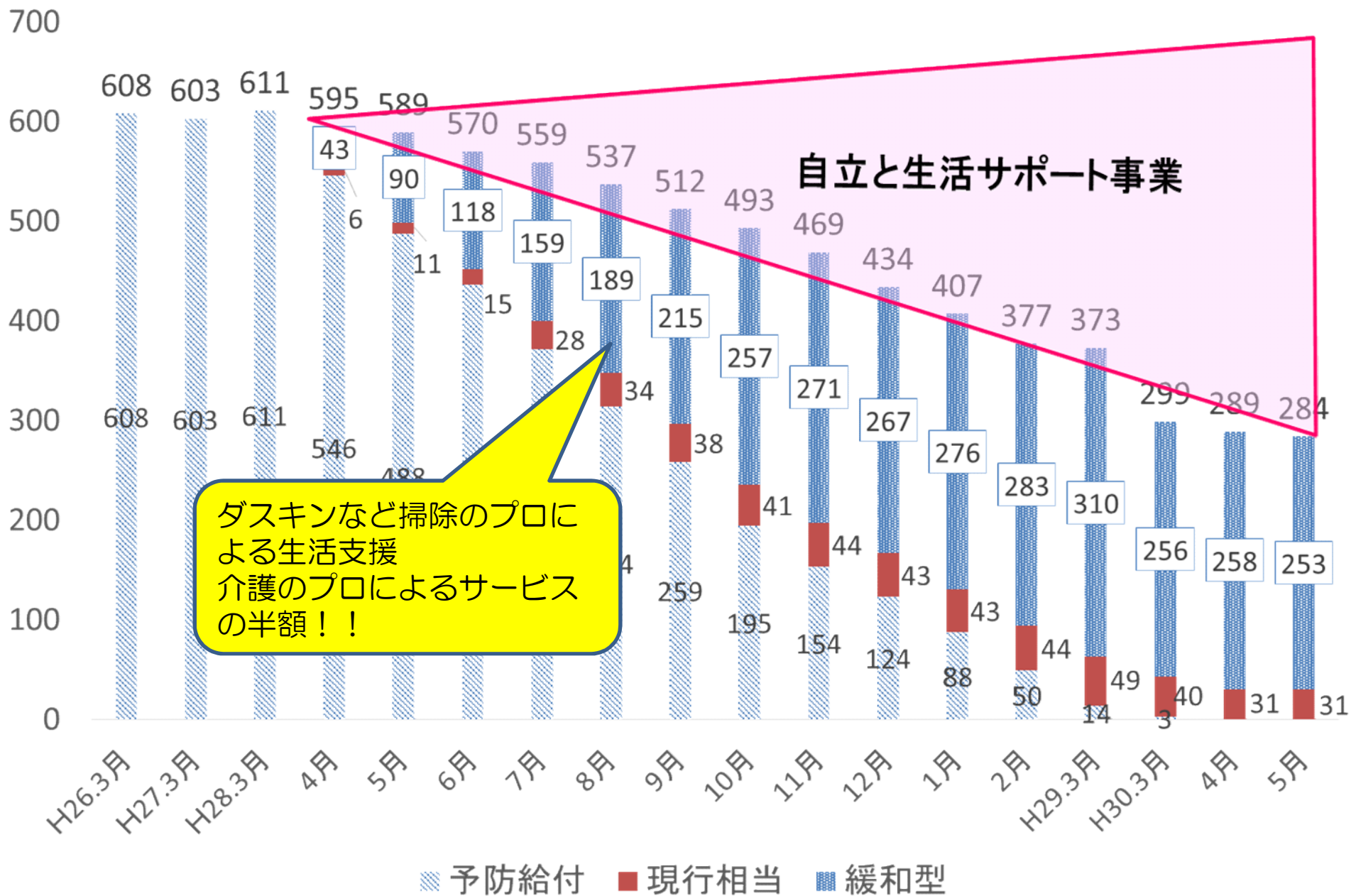
サービス従事者たちが生活課題を軽減、解決するためのサービスを意識するようになった。

サービスCに関わったリハビリ専門職の意識が変化

医療や介護分野のリハビリ専門職が地域資源に直接関与する機会ができたことで、本来業務でも地域資源を活用するようになった。

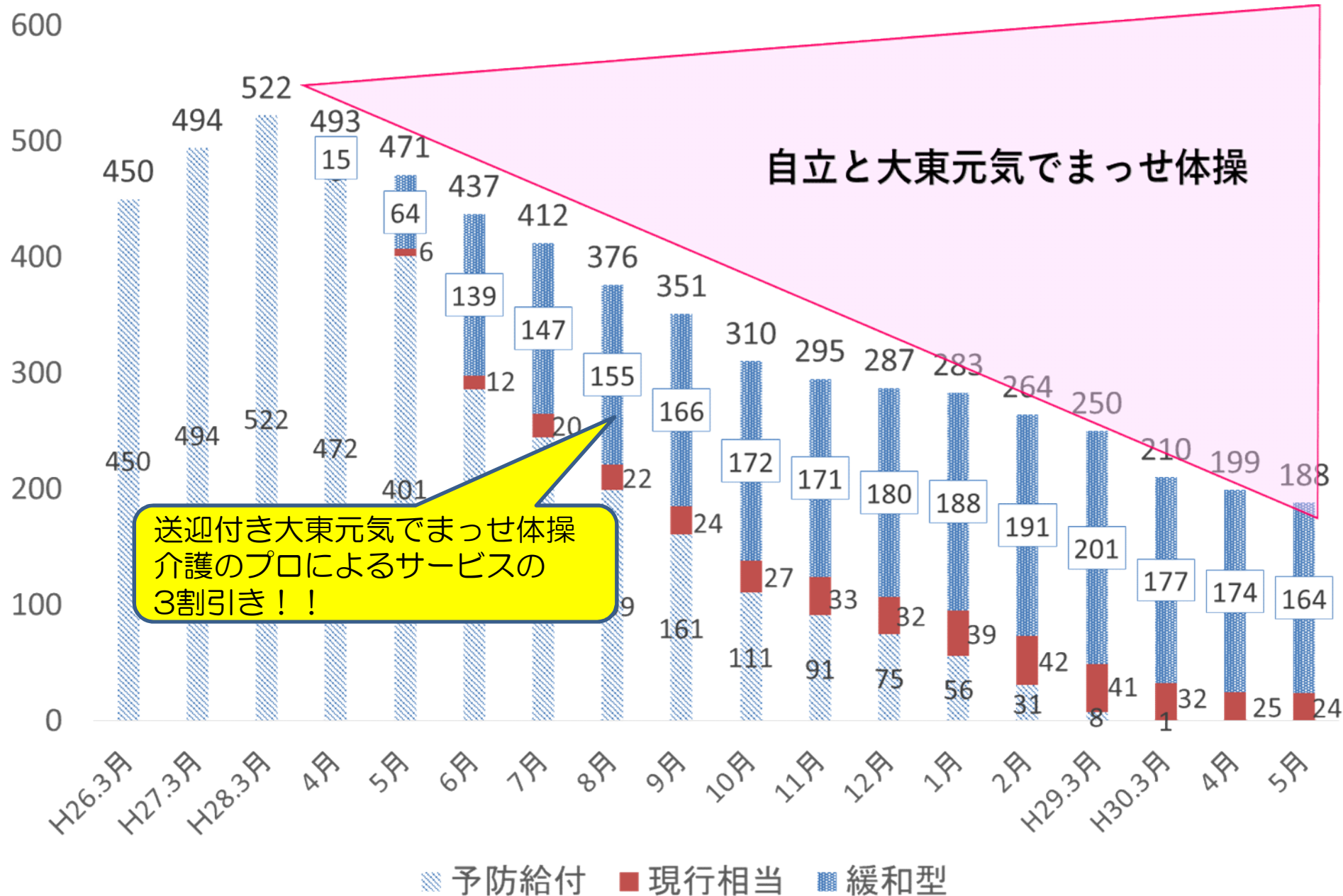
(人)

訪問型サービス



(人)

通所型サービス



大東市の総合事業で生み出された財源と人材

平成28年度移行年で約1億3千万円

平成29年度には約2億8千万円

2年間で4億以上の介護給付費が削減！

（平成27年度までの3年間の平均伸び率からの推計値と実績との差額）

要支援1，2につぎ込まれていた

介護職は重度者へシフト！！

ご清聴いただき、
誠にありがとうございました