＜ 通所リハビリテーション ＞

施設名：介護老人保健施設 陽翠の里　　職種：理学療法士　氏名：橋本 雄二

■ 事業概要

事業内容	通所リハビリテーション、介護予防通所リハビリテーション、通所型サービスC型		
対象地域の特性	山間部から海まで広範囲のエリアであるため、冬季は積雪の影響により送迎が大変。 また、山間部では独居高齢者や老老介護で生活を送っている利用者が多い。		
利用者の特徴	要支援 1：1 名、要支援 2：3 名 要介護 1：7 名、要介護 2：11 名 要介護 3：14 名、要介護 4：11 名 要介護 5：4 名、合計：51 名	関わっている職種	理学療法士：3 名、作業療法士：1 名 言語聴覚士：0 名、その他：医師：2 名（兼務）、看護師 6 名（兼務）、 介護福祉士 7 名、相談員 2 名（兼務）
平時のプログラム（一日の流れ等）	8：30～ 来所　9：45～ 集団体操 or レク　11：30～ 昼食 12：30～ 午睡　13：15～ 入浴　14：00～ レク or 集団体操　16：00～ 帰宅 ※個別リハは、9：45～16：00 の時間帯に介入		

■ 緊急事態宣言期間中（令和2年4月13日～5月31日）の事業の取組み紹介

① 緊急事態宣言期間中の対応について

＜対応＞ 送迎前に自宅で検温、風邪症状の有無をチェック。37.5℃や風邪症状、近親者に陽性者や検査結果待ちの方、県外への外出や旅行した方がいた場合は利用中止。また、マスクや手指消毒の徹底。入所と通所のエリアを分割するためのゾーニング。利用者同士が向き合わないように、学校形式のテーブル配置に変更。サービス内容は集団体操やレッドコード、集団レクを中止し、個別での運動や机上作業中心のサービスとした。

＜結果＞ 通所利用されている方は、ほぼ通常通り休むことなく利用できた。

＜現在（継続や改善点）＞ 検温や風邪症状の有無のチェック。ゾーニング、学校形式のテーブル配置は継続。集団体操は椅子に着座し、ソーシャルディスタンスを保ちながら実施。レッドコードの替わりに、プーリー体操の場所を設け、個別で対応。

② ①の結果、利用者の心身等の変化について

＜心身等の変化＞ 活動の機会や量が減少したため、活動をしたいという要望する方が増えた。上肢（肩）が挙がらなくなった利用者が 3 名。2 名は食事の食べこぼしが増え、もう 1 名は自宅での洗濯物干しができなくなっていた。日常生活動作（ADL）や手段的日常生活動作（IADL）の能力は維持できていたが、10m歩行や Timed up & Go Test のデータを緊急事態宣言前後で比較すると、歩数、時間において低下がみられた。

＜対応＞ ソーシャルディスタンスを保ちながら、活動機会を増やす目的で、屋外での活動（①朝顔でのグリーンカーテン、②米作り）を開始した。レッドコードの替わりに、プーリー体操の場所を設け、個別で対応。

■ 事例報告

＜事例紹介＞ 80代後半、女性。病歴は両人工膝関節置換術後、腰椎圧迫骨折など多数の既往あり。生活状況はほぼ独居生活。入浴以外の ADL は自立。電子レンジを使用し食事の用意や食器洗い、洗濯を行う。要介護 2。通所リハは週2回、訪問介護週2回、配食サービスを利用。基本動作は自立。歩行：歩行車（リハモ）。ADL は入浴以外自立。認知機能面は MMSE；23/30 点、HDS-R；26/30 点

＜経過＞ 冬季の3カ月間は当施設に入所。その後、通所リハと訪問介護を利用し、在宅生活を再開。通所リハでは、個別リハ以外の活動は座位での運動レクと机上作業のみに減少。移動は屋内歩行自立であったが労作時息切れあり。自宅で徐々に転倒頻度が増加し、更衣困難、ベッドからの起き上がり困難、洗濯物干しが困難などの能力低下がみられた。

＜介入・結果＞ 更衣に対し、通所リハでの入浴・更衣場面で繰り返し実践するよう介護士に依頼。また、自身で工夫し道具を使用して、着替えが可能となる。ベッドからの起き上がりは、自宅に訪問しベッド周囲の環境の調整と動作指導を実施。また、自主トレの指導も追加。洗濯物の干しではプーリー体操を追加やヘルパーへの動作能力の伝達・指導を実施。環境は変更せず、洗濯物干しが継続できている。

＜考察＞ 運動活動が減少したことが、身体機能低下から生活動作に影響が生じた要因と考えられる。今後は、集団活動の制約等による運動活動の減少に伴い、利用者の生活動作への影響が生じる可能性を予測し、それを踏まえ自主トレの追加やサービスとの連携を行うなど、早期から予防的に介入することが重要であると考える。