

総合事業・一般介護予防事業

住民主体の通いの場における、作業療法の活用

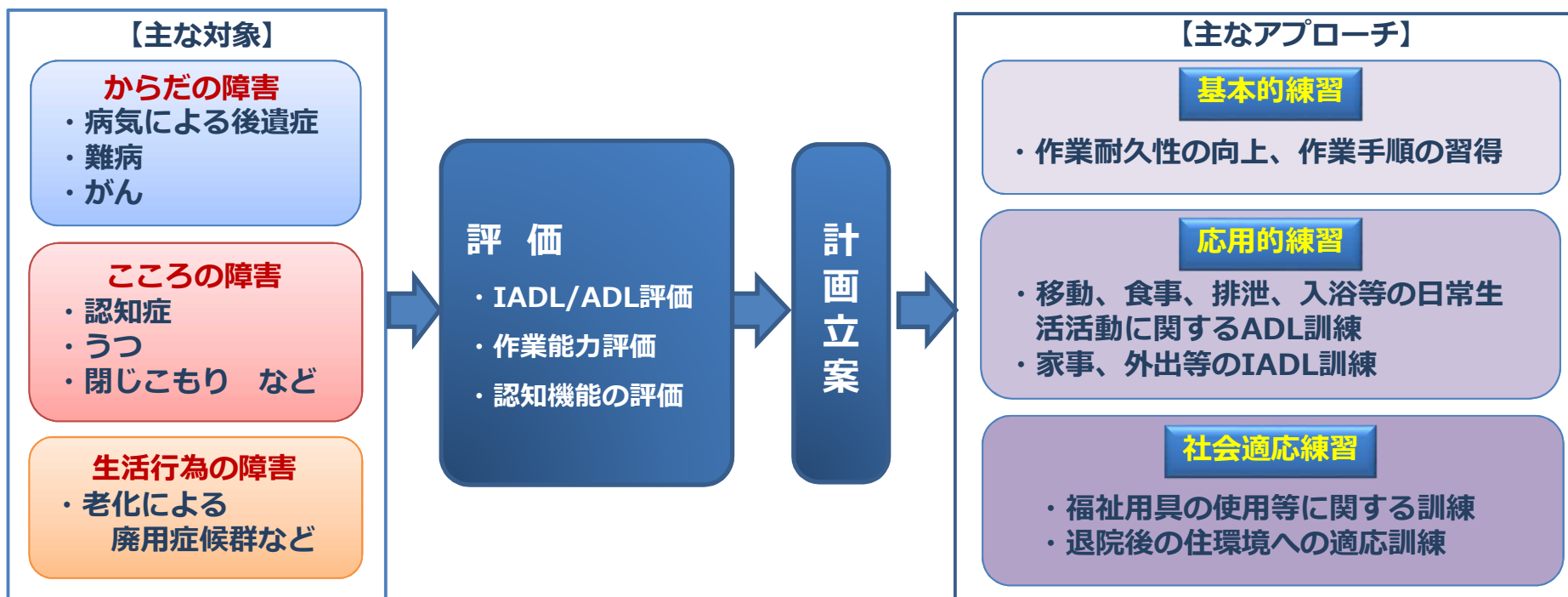
～いつまでも望む生活行為が継続できるために～

Contents

- I 作業療法士ができること
- II 一般高齢者に対する作業療法士の技術
- III 日本作業療法士協会の取り組み
- IV 住民主体の通いの場における、作業療法の活用
 - ・ 活用例の提示
- V 参考資料



I 作業療法士ができること（主に高齢者に向けて）



理学療法士・作業療法士法（抄）

○（定義）

第二条 この法律で「作業療法」とは、身体又は精神に障害のある者に対し、主としてその応用的動作能力又は社会的適応能力の回復を図るため、手芸、工作その他の作業を行なわせることをいう。

4 この法律で「作業療法士」とは、厚生労働大臣の免許を受けて、作業療法士の名称を用いて、医師の指示の下に、作業療法を行なうことを業とする者をいう。

○（業務）

第十五条 理学療法士又は作業療法士は、[保健師助産師看護師法](#)（昭和二十三年法律第二百三号）[第三十一条第一項](#)及び[第三十二条](#)の規定にかかわらず、診療の補助として理学療法又は作業療法を行なうことを業とすることができる。

医政発0430第2号及び第1号，平成22年4月30日

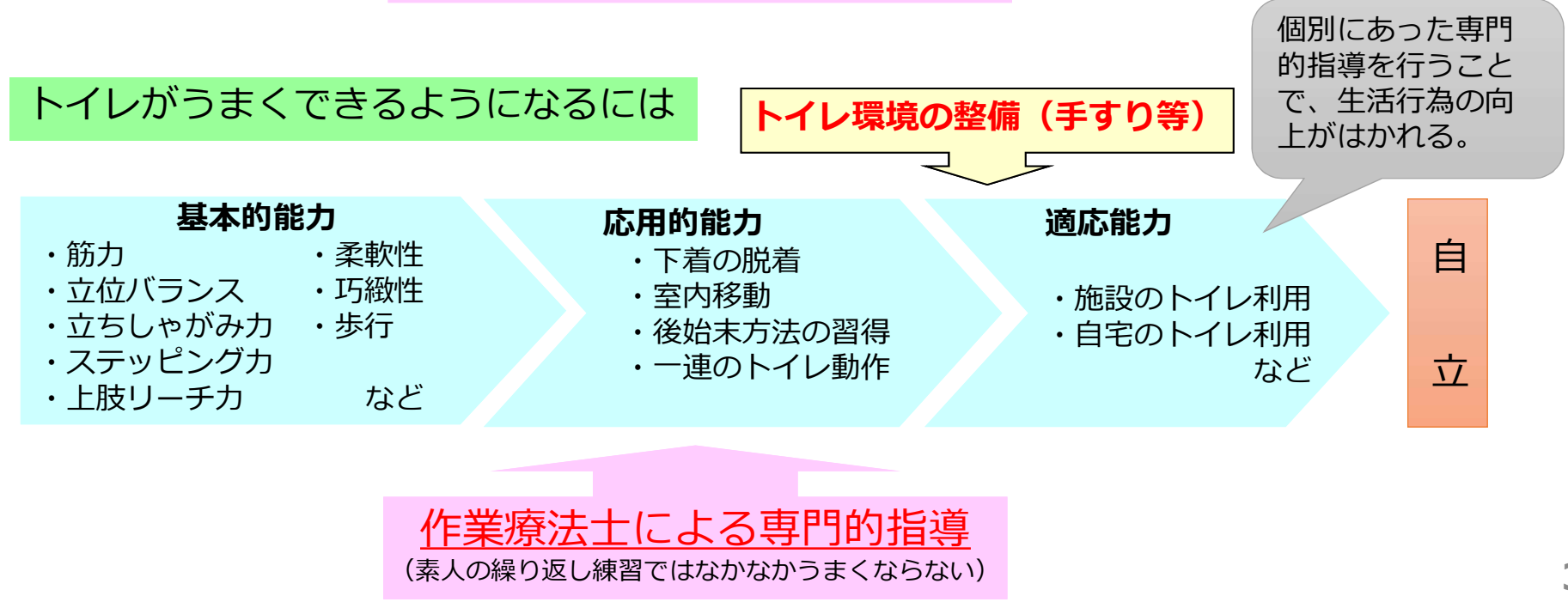
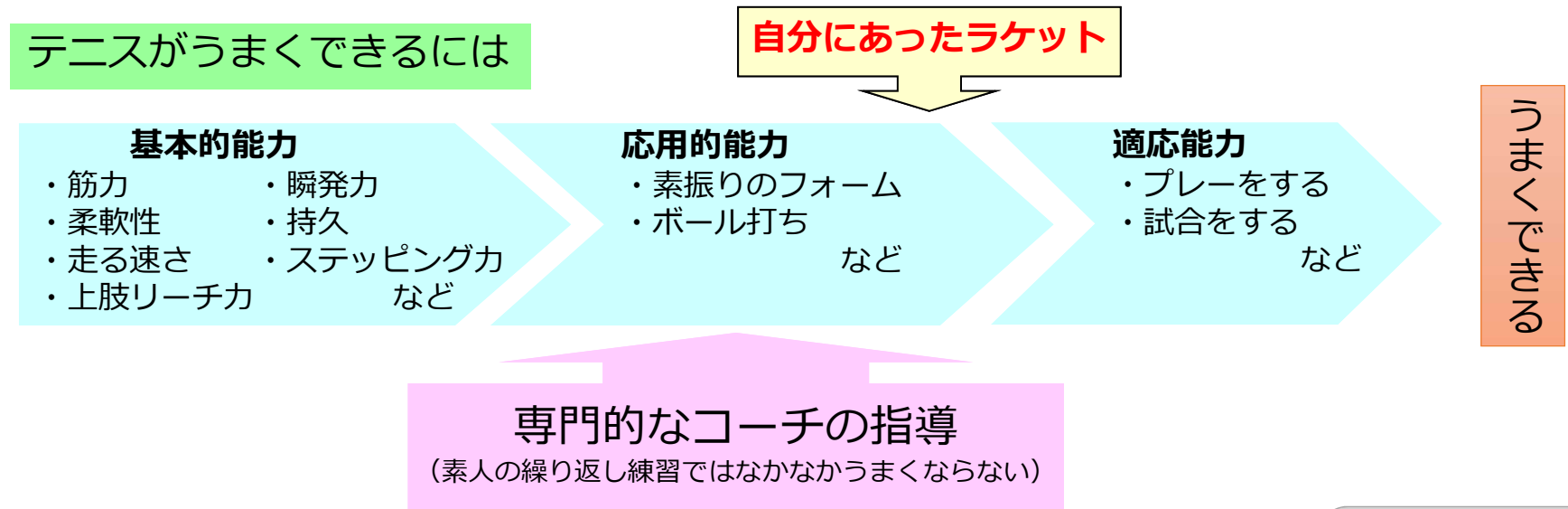
医療スタッフの協働・連携によるチーム医療の推進について

理学療法士及び作業療法士法第2条第2項の「作業療法」については、同項の「手芸、工作」という文言から、「医療現場において手芸を行わせること」といった認識が広がっている。

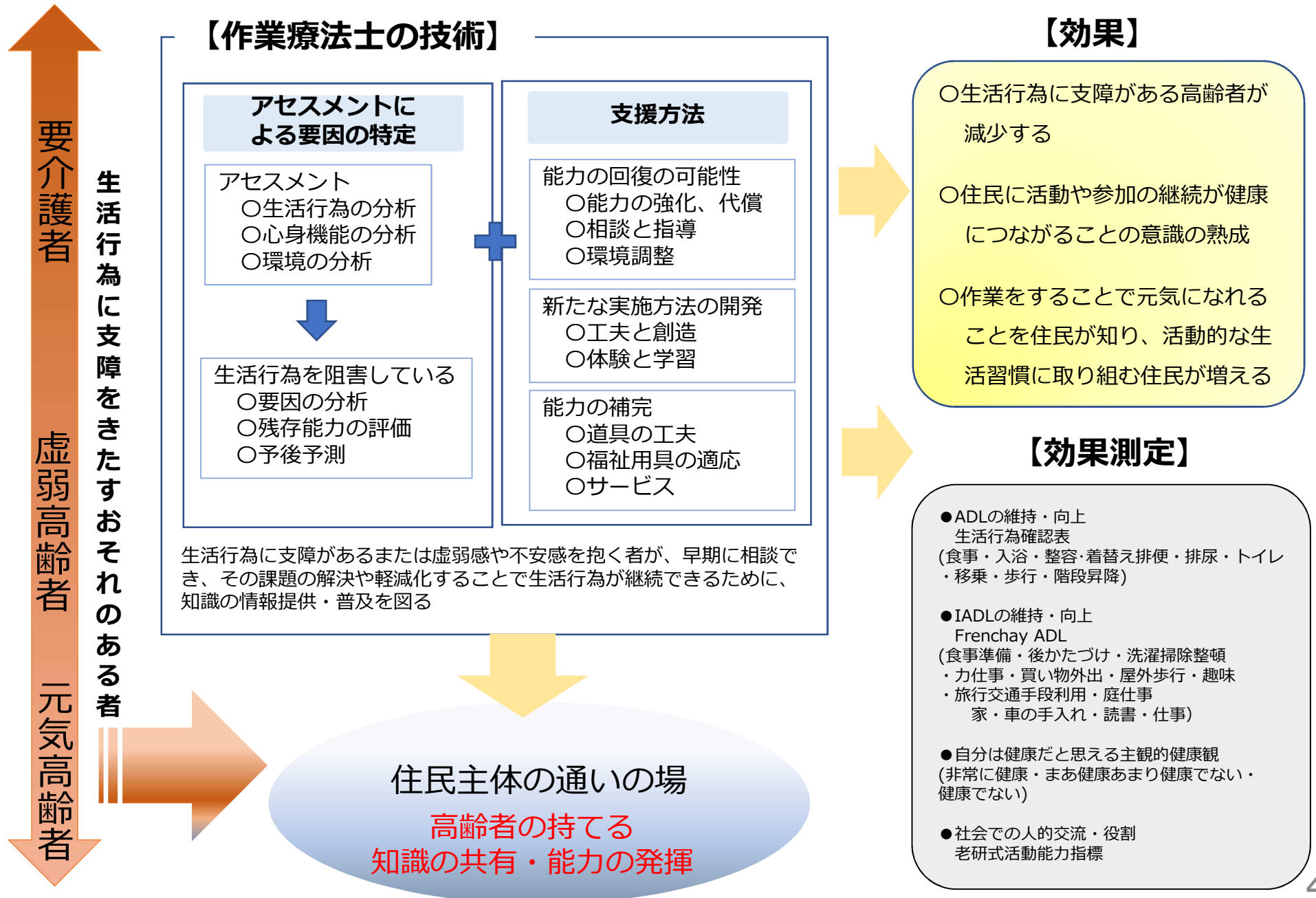
以下に掲げる業務については、理学療法士及び作業療法士法第2条第1項の「作業療法」に含まれるものであることから、作業療法士を積極的に活用することが望まれる。

- ・ 移動、食事、排泄、入浴等の日常生活活動に関するADL訓練
- ・ 家事、外出等のIADL訓練
- ・ 作業耐久性の向上、作業手順の習得、就労環境への適応等の職業関連活動の訓練
- ・ 福祉用具の使用等に関する訓練
- ・ 退院後の住環境への適応訓練
- ・ 発達障害や高次脳機能障害等に対するリハビリテーション

筋力があってもテニスはうまくなれない



Ⅱ 一般高齢者に対する作業療法士の技術



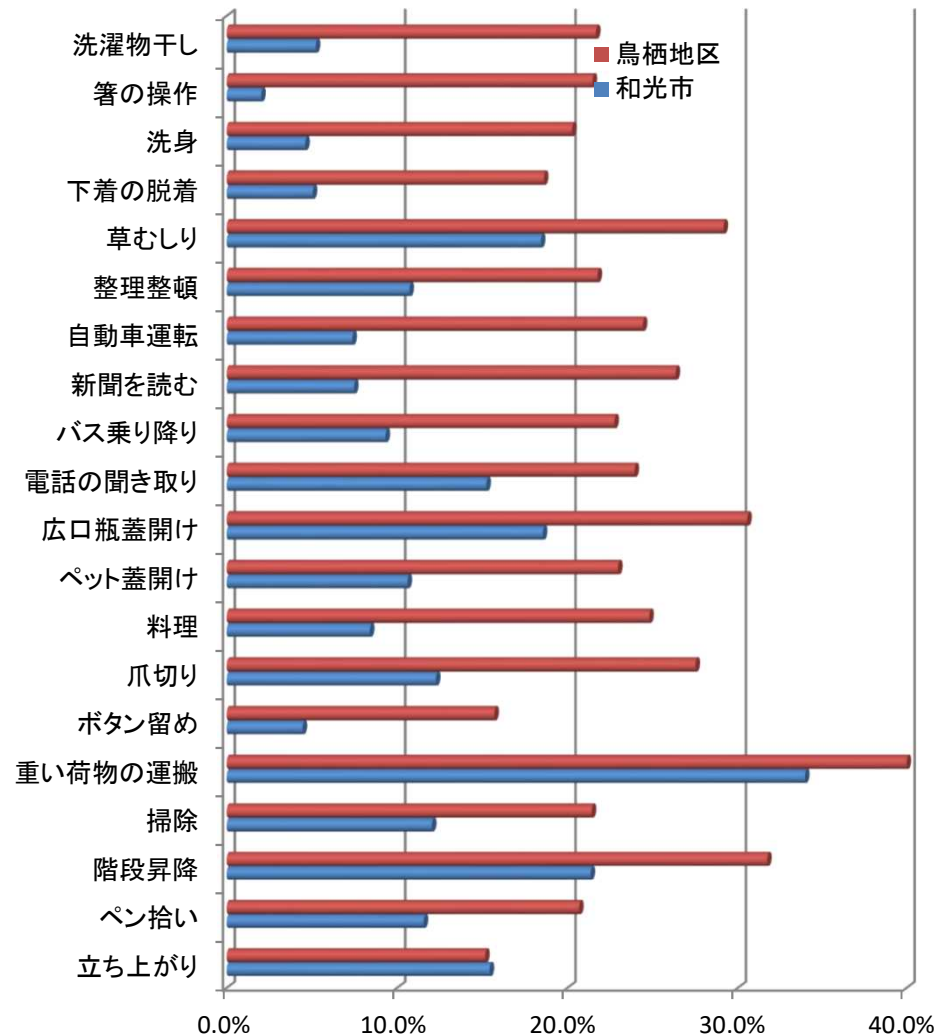
Ⅲ 一般高齢者に対する日本作業療法士協会の取り組み【その1】

— 生活行為確認表による生活行為の不自由さ —

○鳥栖市鳥栖地区、和光市の平成25年度日常生活圏域調査に併せて、生活行為確認表による調査を行った

○一般高齢者では、様々な生活行為に支障を感じている者がいることや地域によっても生活行為で支障が異なることがわかる

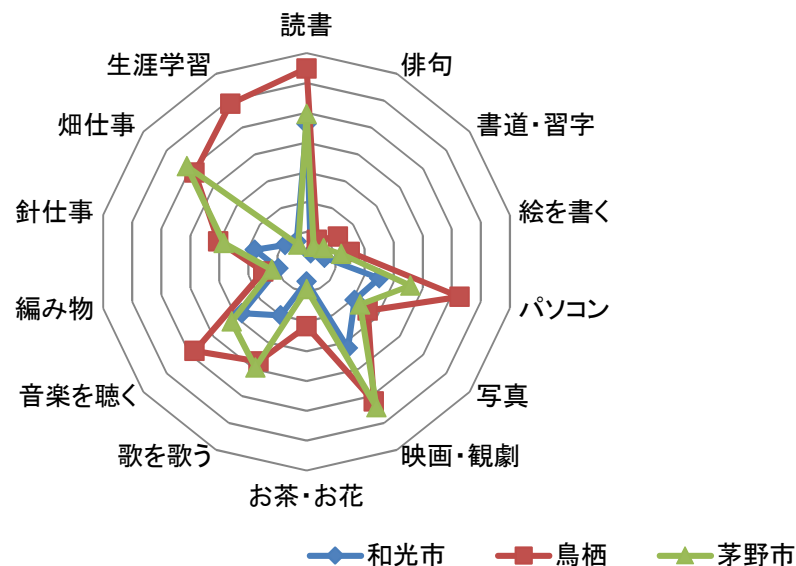
○因子構造の分析によって生活行為確認表の内的整合性が確認され、高齢者の生活の不自由感の評価に適したツールであることが判明した



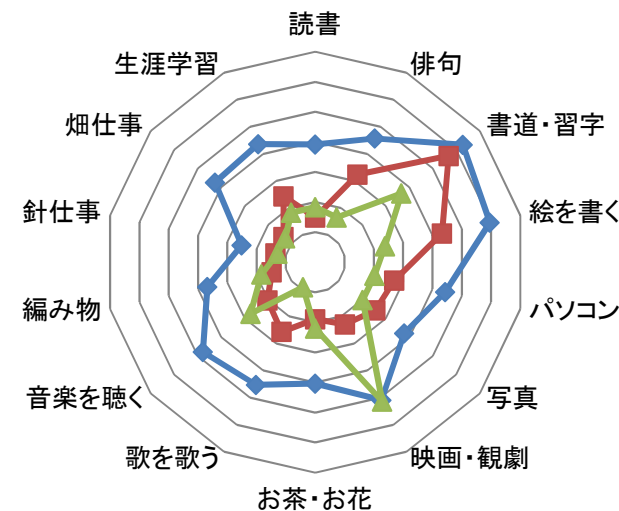
Ⅲ 一般高齢者に対する日本作業療法士協会の取り組み【その2】

— 一般高齢者の興味・関心調査 —

している興味・関心作業



してみたい興味関心作業



○興味・関心チェックリストを使って健康高齢者109名の生活の不自由感と参加したい作業を調査した。

○高齢者の興味・関心は、その人の住む地域の歴史や社会資源に影響をうけることがわかった。そのため、地域の社会資源と高齢者のニーズを結び付けていく働きかけが大切である。

IV 住民主体の通いの場における、作業療法の活用

～いつまでも望む生活行為が継続できるために～

ねらい：高齢者がしづらくなかった生活行為を把握しできるようになるためには、生活行為を高めるための運動機能の向上の他、参加者同士で生活行為の工夫などについて情報交換を促し、自身の持つ力を伸ばし、発揮できるように支援すること。

【方法】

以下の①～⑤について、知識や技術（解決方法等）を届けるとともに、住民相互の関係づくりが築けるようコーディネートを行う。

- ①大切な生活行為を知る
興味関心チェックシート、生活行為確認表を活用し、したい生活行為、困っている生活行為について、話し合いの場を持つ。
- ②自分の力・環境を組み合わせる
- ③便利な生活用具を使う
- ④その上で対処方法について、お互いの経験などを交換する。
- ⑤共通の取り組み希望がある場合には、仲間とともに体験の場を設け、取り組んでみる。

【仲間とともに体験】

仲間と挑戦、料理をしてみよう！



コミュニティバスに乗って買い物に行ってみよう！

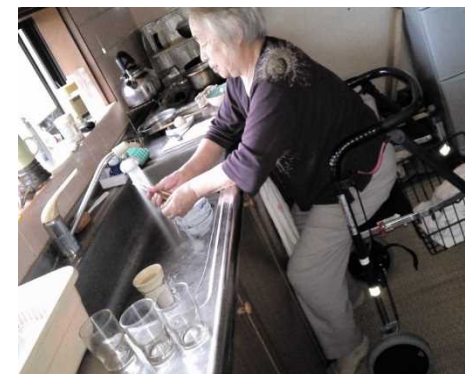


【個人の経験の交換】

缶やビンを開けやすくする道具を紹介しよう！



歩行車を活用した生活行為の仕方を紹介しよう！



老化によってしづらくなってきた生活行為を助ける道具の紹介（例）

靴下をはきやすくなるために：ストッキングエイド



：靴を履きやすくするために：折りたたみ靴べら



ペットボトルや瓶の蓋を開けやすくするために：シリコンシート



洋服のボタンが留めやすくなるために：ボタンエイド



背中ファスナーの開閉を用意するために：ファスナーストラップ



背中洗体がしやすくなる：輪付きタオル



作業療法士が協力できる内容

(1) 通所型介護予防事業

ADL・IADLなど生活行為の応用動作能力や社会参加などの社会適応能力の評価と予後予測

(2) 訪問型介護予防事業

保健師との同行訪問を通じて、閉じこもりや認知症、うつの方に対し、ADL・IADLなどの生活行為の改善を助言・指導（環境調整・福祉用具の活用等）

(3) 介護予防普及啓発事業での介護予防教室

- ① 「生活行為確認表」による、住民の生活行為の不自由さのニーズ把握と具体的助言・指導（環境調整・生活用具の活用等）
- ② 「興味・関心チェックリスト」を活用した、趣味などの社会参加ニーズの把握と活動の場づくりへの助言・支援
- ③ 地域特性を考慮した体操の開発・指導（「生活行為向上体操」等）

(4) 地域介護予防活動支援事業での地域活動組織への支援・協力等

趣味活動などを通じた自主活動に向けた支援

(5) 地域ケア会議

① 個別地域ケア会議

ADL・IADLなど生活行為を向上させるためのアセスメントと予後予測、方法について助言・指導

② 地域ケア推進会議

高齢者の余暇活動や社会参加のニーズ把握や活動の場などの地域づくり、バリアフリーのまちづくりなど地域課題と解決方法の提案

V. 參考資料

生活行為確認表

氏名：_____ 年齢：_____歳 性別(男・女) 記入日：H_____年____月____日

■生活行為について当てはまるものに○をし、対処/工夫していることがあれば教えてください

	(3:とても感じる 2:少し感じる 1:あまり感じない 0:感じない)	対処/工夫していること
1	床から立ち上がるのに不自由を感じますか? (3 2 1 0)	
2	床からペンを拾うのに不自由を感じますか? (3 2 1 0)	
3	15分ほど歩くのに不自由を感じますか? (3 2 1 0)	
4	階段の昇降に不自由を感じますか? (3 2 1 0)	
5	2kgの荷物(牛乳2ℓ)を持ち帰るのに不自由を感じますか? (3 2 1 0)	
6	浴槽の出入りに不自由を感じますか? (3 2 1 0)	
7	洗濯物を干すのに不自由を感じますか? (3 2 1 0)	
8	洋服のボタンを留めるのに不自由を感じますか? (3 2 1 0)	
9	洋服のファスナーを上下するのに不自由を感じますか? (3 2 1 0)	
10	足の爪を切るのに不自由を感じますか? (3 2 1 0)	
11	掃除(掃除機・雑巾がけ)をするのに不自由を感じますか? (3 2 1 0)	
12	釜の操作に不自由を感じますか? (3 2 1 0)	
13	包丁の操作に不自由を感じますか? (3 2 1 0) (包丁は使わない)	
14	ペットボトルの蓋を開けるのに不自由を感じますか? (3 2 1 0)	
15	ジャムなどの広口びんの蓋を開けるのに不自由を感じますか? (3 2 1 0)	

	(3:とても感じる 2:少し感じる 1:あまり感じない 0:感じない)	対処/工夫していること
16	ヨーグルトやヤクルトの蓋を開けるのに不自由を感じますか? (3 2 1 0)	
17	新聞や回覧板を読むのに不自由を感じますか? (3 2 1 0)	
18	電話や会話の聞き取りに不自由を感じますか? (3 2 1 0)	
19	テレビなどのリモコン操作に不自由を感じますか? (3 2 1 0)	
20	料理の献立を考えるのに不自由を感じますか? (3 2 1 0) (料理はしない)	
21	薬の管理に不自由を感じますか?(飲み忘れ/他) (3 2 1 0) (薬は飲んでない)	
22	買い物で小銭の支払いに不自由を感じますか? (3 2 1 0)	
23	自動車やバイクの運転に不自由を感じますか? (3 2 1 0) (運転はしない)	
24	外出がおっくうになったと感じますか? (3 2 1 0)	
25	趣味の活動をしなくなったと感じますか? (3 2 1 0)	
26	雪かき(除雪)をするのに不自由を感じますか? (3 2 1 0)	
27	ストーブに灯油を入れるのに不自由を感じますか? (3 2 1 0) (灯油は使わない)	
28	草むしり(除草)をするのに不自由を感じますか? (3 2 1 0) (除草はしない)	
29	うつっぽくなるが増えたと感じますか? (3 2 1 0)	
30	もの忘れが増えたと感じますか? (3 2 1 0)	

■主観的な健康感について当てはまるものに○をしてください

3 とても健康 2 少し健康 1 あまり健康でない 0 健康ではない

「生活行為向上マネジメント」の紹介

○「生活行為向上マネジメント」は、作業療法の対象者が「したい生活行為」に焦点を当て、目標達成のための阻害要因をICFに基づいたアセスメントを行い、「心身機能」「活動」「参加」の要素に介入するマネジメント手法を取り入れた「作業療法の手法の一つ」である。

書式① 生活行為聞き取りシート

生活行為の目標 ^①	自己評価 ^②	初回 ^③	最終 ^④
<input type="checkbox"/> A(具体的に生活行為の目標が言える) ^⑤	実行度 ^⑥	/10 ^⑦	/10 ^⑧
目標1 ^⑨	満足度 ^⑩	/10 ^⑪	/10 ^⑫
合意目標： ^⑬	達成の ^⑭	<input type="checkbox"/> 有 ^⑮	
	可能性 ^⑯	<input type="checkbox"/> 無 ^⑰	
<input type="checkbox"/> A(具体的に生活行為の目標が言える) ^⑱	実行度 ^⑲	/10 ^⑳	/10 ^㉑
<div style="border: 2px solid red; padding: 5px; display: inline-block;"> 「出来るようになりたい」 「うまくなりしたい」「したい」生活行為を記入 </div>			
	可能性 ^㉒	<input type="checkbox"/> 無 ^㉓	

興味・関心チェックシート

氏名： _____ 年齢： _____ 歳 性別（男・女）記入日：H _____ 年 _____ 月 _____ 日

表の生活行為の中には「興味があるもの」がいくつかあるものがあります。興味があるものには「興味がある」の列に○を付けてください。それにも該当しないものは「している」の列に×をつけてください。リスト以外の生活行為に思いあたるものがあれば、空欄を利用して記載してください。

書式② 興味関心チェックリスト

生活行為	興味がある			生活行為	興味がある		
	○	△	×		○	△	×
自分でトイレへ行く				生涯学習・歴史			
一人でお風呂に入る				読書			
自分で服を着る				俳句			
自分で食べる				書道・習字			
<div style="border: 2px solid red; padding: 5px; display: inline-block;"> ※利用者自身の自己評価が一つのポイント </div>							
料理を作る				お茶・お花			
買い物				歌を歌う・カラオケ			
家や庭の手入れ・世話				音楽を聴く・楽器演奏			
洗濯・洗濯物たたみ				将棋・囲碁・ゲーム			
自転車・車の運転				体操・運動			

書式③ 生活行為向上マネジメントシート

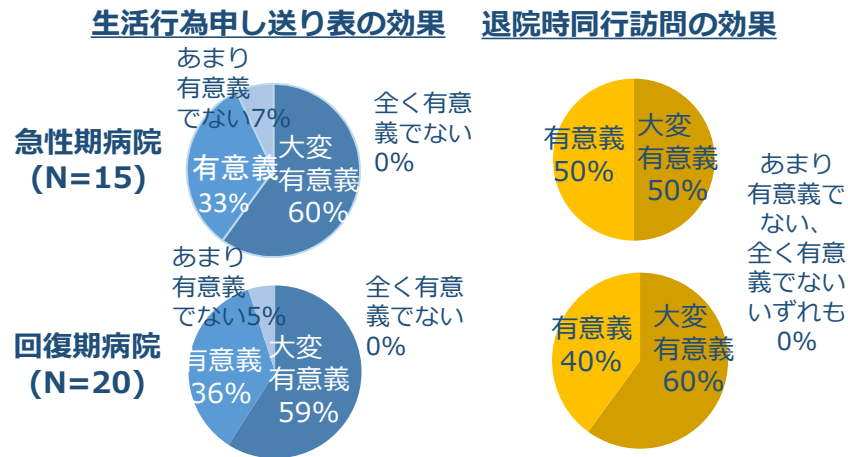
生活行為目標 ^①		合意した目標 ^②	
アセスメント項目 ^③		心身機能・構造の分析 ^④	活動と参加の分析 ^⑤
生活行為を妨げている要因 ^⑥		環境因子の分析 ^⑦	
生活行為目標達成の理由と機軸 ^⑧		ICFで課題を整理	
予後予測 ^⑨			
合意した目標	生活行為工程分析 ^⑩	基本的プログラム ^⑪	応用的プログラム ^⑫
企業準備力PLAN ^⑬	生活行為向上マネジメントプログラム ^⑭		
検証完了力SEE ^⑮	生活行為向上マネジメントプログラム ^⑯		
達成		<input type="checkbox"/> 達成 <input type="checkbox"/> 部分達成 <input type="checkbox"/> 未達成（理由： _____ ） <input type="checkbox"/> 中止	
【結果サマリー】			

セルフモニタリング

「心身機能」
「活動」「参加」
の介入計画

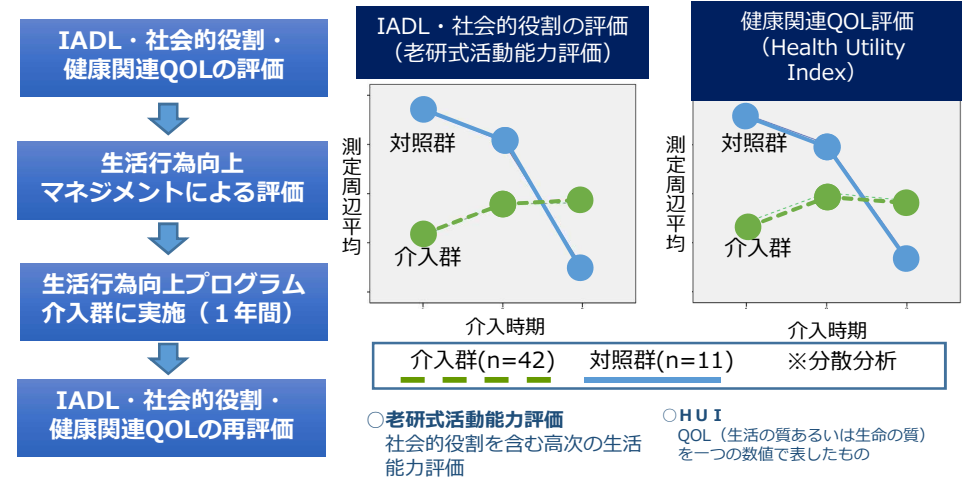
生活行為向上マネジメントと介護保険領域における効果

◎病院と介護支援専門員との連携効果



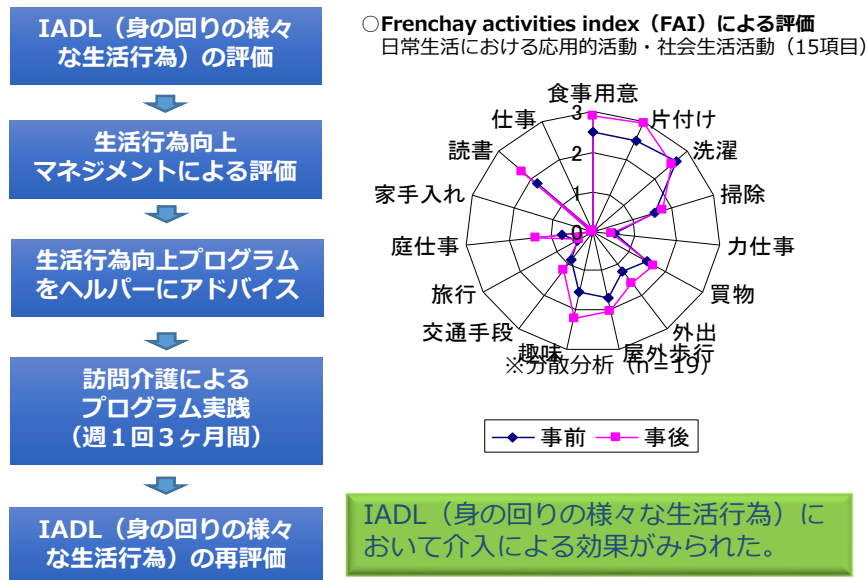
生活行為申し送り表の活用は90%以上、退院時同行訪問は全員が有意義と回答。

◎通所リハビリテーションでの効果



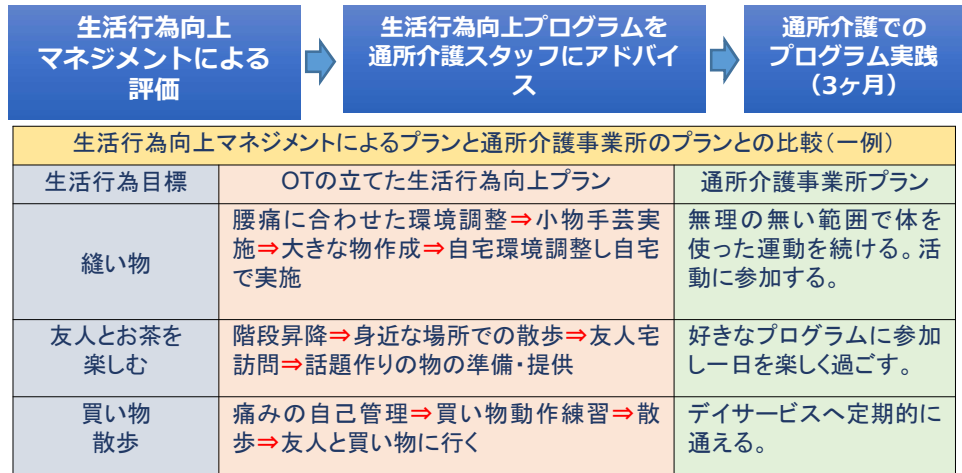
IADL・社会的役割・QOLは、対照群が有意に低下したのに対し、介入群は有意に維持され、介入による効果を認めた。

◎訪問介護との連携による効果



IADL (身の回りの様々な生活行為)において介入による効果がみられた。

◎通所介護との連携による効果



OTプランでは本人の望む生活行為に対して、通所で練習し、その後自宅での実行につなぐプランを立案した。