

短 報

特別養護老人ホームにおける
生活リハビリの必要性

～できること、したいことに注目した生活支援を～

旭川敬老園*

藤井 伸吾・高河 真奈
大竹 勲・寺村 等子
森 繁樹

キーワード 生活リハビリ 機能維持 再構築 残存機能

1. はじめに

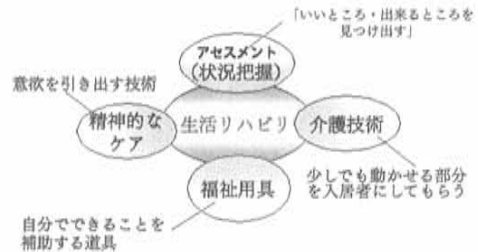
「生活リハビリ」という言葉は、治療から予防へという考えが普及した頃から広く使われるようになった。特養では、機能向上は難しいが、身体機能が悪化してから対処するのではなく、悪くなる前に予防をするという見方が大切である。しかし、敬老園（以下、当園）では重度の入居者や機能変化のある入居者への対応は十分とはいえず、できる能力を発揮しないまま機能低下をおこしていることもあった。「最期まで、その人らしい生活を送れるように」を目標に生活リハビリ推進委員会（以下、委員会）を発足させた経過と今後の課題も含めて報告する。

2. 生活リハビリの考え方

生活リハビリは「アセスメント」「介護技術」「福祉用具」「指針的なケア」の4つの領域に分けて考えられる。アセスメントは、どの程度の身体能力が残っていれば何が出来るのか等、いいところ・出来るところを見つけ出す作業であり、介護技術は、日常生活での基本動作を少しでも入居者自身にやっていただけるように支援することである。その介護技術を支える為、利用者自身の出来ることを補助する

「福祉用具」があり、他者との関係・社会性を再構築し、本人の意欲を引き出していく技術の「精神的なケア」がある。¹⁾（図1）

図1



3. 生活リハビリ推進委員会

委員会の目的は、リハビリテーションの発想を取り入れた日常的な介護を行うことにより、入居者の機能維持、介護負担の軽減をめざすものである。委員会の委員は、ユニットリーダー・ケアマネージャー・機能訓練指導員等の多職種で構成される。

各ユニットで入居者に対してアセスメント・目標設定を立案、実施する。2ヵ月後モニタリングを実施し、目標達成時は新規目標を設定し、出来なかった場合は目標の見直しを行う。

委員会は隔月で開催され、生活リハビリの推進が円滑に行えるよう情報共有を行う。

4. 敬老園の現状

当園の入居者は、80代以上が全体の77.2%、3人に1人は90代である。要介護5の方が50%以上を占め、高齢で重度の施設となっている。目標設定の内容を項目別に行くと、姿勢保持・移動、整容、離床・交流の順に多くみられた。また、重度の入居者には整容・コミュニケーションが多く、軽度の入居者は洗濯物たたみ等IADLが多く選ばれる傾向があった。

（図2・図3）

社会福祉法人旭川荘（理事長 末光 茂博士）

*特別養護老人ホーム

図2

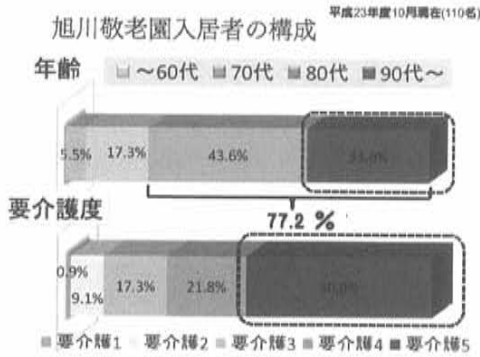


図3

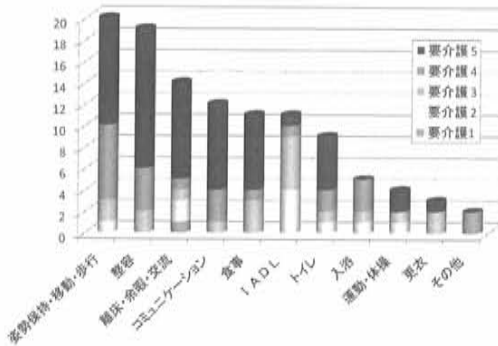


図4



Bさん：80代・要介護3

日中は車椅子に座りっぱなしでよく姿勢が崩れていた為、リビングで過ごされる際に椅子へ座り直していただいた。椅子と車椅子間の移動が立位訓練となり、日々の積み重ねによって、立位保持が容易になり、リフト浴から一般浴に入れるようになった。車椅子は移動の福祉用具であり、座っておく為のものではない。また、椅子も福祉用具として機能することを学んだ事例であった。(図5)

5. 事例紹介 (5例)

生活リハビリの視点から、利用者との関わり方・介助の方法を変えることでADL等が向上した事例を紹介する。

Aさん：90代・要介護5

入居時は寝たきりという情報だったが、車椅子・ベッド上での座位保持が出来た為離床し、介助でミキサー食を摂って頂くようにした。リビングにいる時間と比例して関わる時間が増えることで、手も器用に動かせることに気づく。咀嚼・嚥下共に良く、他者の食べている刻み食にも興味を持たれるようになり、自力摂取まで出来るようになった。先入観にとらわれただけの介護ではなく、しっかりと関わり観察することで見えてくるものがあることを教わった事例であった。(図4)

図5



Cさん：80代・要介護3

自分で何でも出来る方で、手伝いをしたい希望があったが、職員がお客様として対応していた為場面作りが出来ていなかった。清拭たたみや洗濯物・ご飯を盛り付ける等、今まで自分がしてきたことを手伝いとして行なっていただいた。自分に出来る事へ積極的に取り組んでいただけるようになり、他の事

への意欲にもつながり、他入居者とのコミュニケーションを図ることで社会参加にもつながった。(図6)

図6



Dさん：70代・要介護5

四肢麻痺で、ベッド上での生活が主である。残された右手の残存機能維持を目標に、整容を自己で行って頂く様にした。しかし、理解力が伴っていなかった為、同じところを軽く動かす程度でブラッシングとなっておらず、目標達成が困難であった。その為、ブラッシング含め整容の動作を行っていただけるようにして、職員が最後に介助するように目標変更を行った。立案した目標が本人にとって適当なのか、能力の変化等その都度アセスメントをしっかりと行なう必要があり、その為には丁寧な関わりや場面作りを行なっていくかなければならないことがわかった。(図7)

図7



Eさん：90代・要介護5

全介助を要する寝たきりの状態であり、いつ急変してもおかしくないターミナルの入居者である。自発的な動きが少ない為、具体的な目標設定に悩んだが、毎日リビングに出て頂き、コミュニケーション

をしっかりと図れるように関わった。すると、覚醒している時間も伸び、表情も柔らかい時が多くなった。自己決定が難しく、訴えが読み取りにくい重度の方でも、生活の幅を広げることでよい表情ができる事に気づき、その顔を見た他者から声をかけられること、それがこの方の能力であり出来る事でもある。(図8)

図8



6. 考察

事例や委員会を通して感じた事は、生活レベルがアップした入居者を見ると、隠れていた機能ややる気に改めて気づき「これはできないだろうか」といった視点で介護をすることができるようになったことである。

また、どんなに重度の方でも、的確な機能把握や場面作りを行うなど介護者の工夫次第で、生活の幅を広げることは十分可能であることもわかった。そして、やる気を引き出して自発的に動くのを待ち、車いすから椅子に何度も移乗するなど一見手間と時間のかかることでも、長い目でみると機能低下の予防になり、介護の負担軽減につながっている事を再認出来た。以上のことは、今までも取り組んできたことだが、委員会を立ち上げることにより、情報を共有・言語化でき、改めて気づけた点である。

その人が今まで生きてきたような生活が、施設に入って途切れるのではなく、継続して送れることが大切であり、身体機能の悪化を予防し、機能維持を図ることで、少しでも長く元気な生活を送っていただけると考える。また、入居者の主体性や持てる力を無視した今までの献身的介護ではなく、その人の力を引き出し、活かした介護を行うことで介護者の負担も減り、今までよりも質の高い支援が提供でき

るのではないだろうか。そして、介護とリハビリの連携により、専門職の視点で取り組むことで、入居者と職員に無理のない生活に沿ったものを提供することができると思われる。

2) 森繁樹(介護のちから) 中央法規出版株式会社
2011年4月10日発行

7. 課題

今後の課題は、「職員の統一した介護・意識改革の徹底」である。職員に生活リハビリの必要性について理解し、継続して行ってもらえるような工夫が不十分な為、今後も考えていく必要がある。

次に「生活に沿った目標設定」である。設定が高すぎたり、生活に密着していなかったりと、達成困難なケースがあった。目標が適当ではなかった事や、身体機能や体調が変化した場合には、再度見直しを行い、柔軟に対応することが必要だと感じた。そして「入居者個々の的確な残存機能の把握」である。残存機能を引き出す為には十分なアセスメントが大切であり、見つけた能力を活かすことによって入居者の生活レベルややる気が向上した時には、介護者にとっても自信につながるはずである。

8. まとめ

特養はいわゆる「終の棲家」というイメージが強いが、施設に入所しても今まで生きてきたような生活が少しでも長く続けられるような、そんな人間らしい生活を再構築する場でありたいと考える。確かに高齢者は年齢にともなって身体機能は衰えていく一方であり、機能を向上させることは困難だが、それをいかに維持し「悪くなる前に予防をする」ことで、その方の生活はより豊かなものになるのではないだろうか。

これまでの「お世話中心の介護」から「入居者のできることやしたいことを活かす介護」²⁾へ、残存機能を維持し、最期まで生きる力を持って元気で生活していただく、それが私たちの願いでありこれからの目標でもある。そして、特養における生活リハビリの必要性だと考える。

参考文献

- 1) どうした介護保険 第14回 月間ケアマネジメ
ント2001年5月号(環境新聞社)