

自立支援・重度化防止の取組報告書

法人名	社会福祉法人 正心会	事業所名	ハピネス川西シルバーデイサービス
サービス種類	通所介護	事業所住所	兵庫県川西市加茂3-13-26
取組分野		取組期間	令和5年4月1日～令和5年12月31日
☒ 機能訓練 ☐ リハビリテーション ☐ 口腔ケア ☐ 栄養ケア その他（ ）			
自立支援・重度化防止の取組（概要）			
市が主催する日常生活自立度改善インセンティブ事業への参加。 機能訓練: 外部講師の指導で月1回訓練計画を策定し実施。 手芸やゲームで手指運動を促進、独自ゲームで粗大運動を支援。 野菜や花を育て、収穫や調理を楽しむ体験を提供。			
自立支援・重度化防止の取組（具体的内容）			
タイトル	機能訓練とレクリエーションで心身の健康と活力を引き出す取り組み		
きっかけ（経緯）	利用者の自立支援と生活の質向上を目的に、身体機能の維持や社会的交流を促す取り組みを開始。		
取組の特徴	専門的な機能訓練と楽しめるレクリエーションで心身を支援し生活の質の向上を図る。		
内容、事例（詳細）			
1. 背景: 本施設では、市が主催する日常生活自立度改善インセンティブ事業で最高改善率を達成。			
2. 取組の概要: (1) 機能訓練: 外部講師の指導で月1回訓練計画を策定し実施。 (2) レクリエーション: 手芸やゲームで手指運動を促進、独自ゲームで粗大運動を支援。 (3) 園芸活動: 野菜や花を育て、収穫や調理を楽しむ体験を提供。			
3. 成果と評価: 市内で最高の改善率を達成し、利用者の身体的・精神的健康が向上。			
4. 今後の展望: レクリエーションや園芸活動の充実、外部講師との連携強化。			

内容、事例（詳細）

機能訓練では初回にアセスメントした情報を元に主に立ち上がりや歩行の安定性を目標にしADLの維持、向上を図り心身の健康と活力を引き出しいつでも自立した生活が続けられることを目標に実施しています。

月に1度、外部講師として理学療法士から以下のアプローチ技術を指導して頂き成果の向上を図っています。

1. 感覚入力の増加アプローチ

対象となる症状:脳卒中後の麻痺や筋力低下により、趣味や散歩、屋外への移動が難しい場合。

説明:感覚入力を増加させることで、大脳ネットワークを活性化し、運動制御の再学習を促します。これにより、階段の昇降や外出時の安定した移動を支援します。

主な目標:趣味活動や散歩ができるようになり、外出頻度を増やすことで自宅内での移動も含め生活の充実を目指します。

2. 大脳半球間抑制を活用

対象となる症状:片麻痺や筋緊張により、トイレ動作や屋内移動がスムーズに行えない場合。

説明:麻痺側の筋緊張を抑制し、脳の再教育を促すことで、立ち上がりや屋内での移動の安定性を改善します。特に転倒リスクを軽減し、安全な動作をサポートします。

主な目標:トイレや室内移動が安全にできるようになり、介助量を減らすことを目指します。

3. 骨盤前傾を活かした体幹機能向上

対象となる症状:体幹の不安定性や腰痛により、立ち上がりや歩行に苦労している場合。

説明:骨盤を前傾させる座位姿勢調整を通じて、腹横筋を中心とした体幹筋群を活性化します。これにより、立ち上がりや歩行時の姿勢制御能力を向上させます。

主な目標:立ち上がりがスムーズになり、安心して散歩や通院等の外出ができるようになることを目指します。

4. 適切な荷重刺激による体幹・下肢筋力の活性化

対象となる症状:立ち上がり動作や歩行が不安定で、屋内外での移動が困難な場合。

説明:適切な荷重刺激によって神経パルスを刺激し、立ち上がりや歩行動作に必要な筋肉と神経の協調を促進します。特に短距離の移動やトイレ動作に効果的です。

主な目標:転倒リスクを減らしトイレや室内移動、短距離の外出が自立して行えるようにすることを目指します。

内容、事例（詳細）

5.デルマトームを基盤とした施術

対象となる症状：

脊椎の歪みにより慢性的な疼痛、様々な症状を引き起こし動作に障害や支障をきたす場合。

説明：脊椎のアライメントを調整し神経症状を中心とした伝達の障害の改善を目指します。これにより、歩行のスムーズさや立位保持能力を高め、屋内外での移動が楽になるように実施します。

主な目標：

歩行の安定性を向上させ、通院や屋外での活動範囲を拡げれることを目指します。

全体の目標：これらの技術を活用し、趣味や散歩、通院、トイレ動作などの日常生活動作がより自立して行えるよう支援します。利用者の生活の質を向上させ、社会参加を増やすことを目的としています。

内容、事例（詳細）

園芸レクリエーション概要

はじめに

園芸レクリエーションは、利用者の方々が自然に触れ合いながら楽しむことができる活動として、10年以上にわたり取り組んでいます。季節ごとの作業や収穫の喜びを共有し、生活に彩りを加えることを目的としています。この活動は、機能訓練の一環として位置付けられ、身体的・精神的な健康の向上を図ることも重要な目標としています。

主な活動内容

1.じゃがいも栽培

苗植え：3月 収穫：6月

調理：収穫したじゃがいもを使っていももちを作り、皆で楽しみます。

目的：立ち上がり動作や歩行訓練を意識した作業姿勢の改善。

2.さつまいも栽培

苗植え：6月 収穫：11月

調理：収穫したさつまいもを使ってスイートポテトを作ります。

目的：手指の巧緻運動や立位での作業を通じたバランス訓練。

3.いちご栽培

苗植え：9月（予定） 収穫：3月

調理：収穫したいちごでジャムを作ります。

目的：屋内外での移動や家事動作の再現訓練。

4.玉ねぎ栽培

苗植え：11月 収穫：次年度の5月頃を予定。

目的：持続的な作業を通じた体力向上と協働作業の促進。

5.花の栽培

チューリップ：球根植えを秋に行い、春に開花を楽しみます。

ひまわり：種植えを春に行い、夏の開花を待ちます。

水やり：これらの植物の水やりを適宜利用者と一緒に行います。

目的：日常動作の一環としての習慣化と全身運動。

その他のレクリエーション活動

- ・季節ごとの花見：送迎車を利用して外出し、季節の花々を楽しみます。
- ・外食レク：年に一度、飲食店での外食を行い、非日常の楽しみを提供します。
- ・目的：外出動作や社会参加を意識した訓練。

まとめ

園芸レクは、利用者が自然に触れ、季節を感じる機会を提供するとともに、機能訓練としての役割も果たしています。収穫や調理を通じて達成感を得ることで、身体機能の維持・向上と心身の健康増進に寄与しています。今後も利用者と共に園芸レクを充実させ、機能訓練と結びつけた活動を継続していきます。

