

介護予防通所サービスの提供における 目標設定・実績評価について（平成 31 年度実施分報告）

1. 目的

介護予防通所サービスの提供において、サービスの目的である「利用者の心身機能の維持回復や生活機能の維持向上」に意識して取り組んでいただき、取組内容を常に改善し、自立支援に資するサービス提供を行っていただくため。

2. 評価の基準

評価用チェックリスト（15 項目）

理由：「生活機能」、「運動機能」、「栄養改善」、「認知機能」、「うつ」などを総合的に評価できるため

※これまでチェックリストの項目が多く、利用者自身に書かせることが負担であるといった意見があり、昨年、負担軽減のためチェックリストの項目を見直し、25 項目から 15 項目へと項目を絞って簡素化。

また、利用者本人に聞き取って記入する項目と、本人が直接記入する項目、スタッフが主観で記入する項目に分け、本人に聞き取りする以外は対面実施でなくても可能。

3. 概要

- ・年度当初時点の利用者（要支援者及び事業対象者）に対して、評価用チェックリストを実施し、利用者の状態を評価する。
（年度途中の新規利用者は、受け入れの都度、実施する。）
- ・年度当初に 1 年間の利用者全体の状態の維持改善に関する目標を設定する。
- ・年度末にも評価用チェックリストを実施し、年度当初と比較し、利用者ごとに改善、維持、悪化の判定を行う。
- ・年度当初に設定した目標の達成状況について要因分析を行うとともに、翌年度の目標を設定し、目標達成に向けた取組をレポートに記載する。

4. レポート提出数

418 事業所（市外 9 事業所含む）

5. 提出されたレポートの概要

（1）主な維持、改善の要因

①デイサービスにおける要因

○全体

- ・デイサービスでの運動機会が確保できたことで、歩行の安定性が向上した。
- ・出席率の高い方は、継続的に運動することで、身体機能や精神面の維持改善に良い影響が出ている。

○生活機能、運動機能

- ・ナース指導によるエクササイズを増やしたことで、肩回りや腰背部の動きが

軽くなったと自覚した利用者が増え、その結果、「もっと運動したい」と自発性を生みだすことができた。ただ「体を動かしましょう」とお声がけするだけでなく、この自発性を誘発することが継続性にも繋がる。

- ・3か月おきに体力測定を実施し、個別アドバイスを行っていることから、自身の身体状況を把握し、生活の中で運動不足にならないよう、利用者自身が心がけていることが、運動機能の維持・向上に繋がっている。
- ・日常生活の運動や外出頻度が維持できているほど、身体機能の維持や精神面の安定化が行えている傾向にあり、生活環境や状態に即した練習が効果をあげた。

○口腔機能

- ・食事前の姿勢保持、口腔体操をしっかりと行うことで、安全に食事をしている事が、口腔機能の改善に繋がった。
- ・30年度より開始した口腔機能訓練により、半数の方が口腔機能が改善した。
- ・口腔体操の実施、音楽療法士による発声の訓練等により改善の要因した。

○閉じこもり

- ・デイサービスに通うことで、閉じこもりを予防し、社会参加していることを実感できていると考えられる。特に独居の方から、「一人で寂しかったけど、ここに来るようになって寂しさが紛れる」と言った声も挙がっており、精神面に良い影響を与えている。
- ・閉じこもりを解消できたことで少しずつ外出することへの勇気を得ることに成功し、かつての友人関係も取り戻すことができた良い例であった。

○認知機能

- ・認知機能及びうつの項目で、大きな改善を示しており、当事業所の方針である、失語症者に対する機能向上及び、社会参加促進が良い影響を与えた。
- ・デイサービスで、他者と交流することにより、認知機能が活性化されたり、楽しみが増えた。

○うつ

- ・うつの改善は様々なレクリエーションを提供したこと、個人の得意とする分野（歌、楽器演奏、脳トレ問題等）を提案し、取り組んでいただいた。
- ・デイサービスでの運動及び他者との気分転換に繋がり、うつの抑制に対して効果が生まれた。また、利用者ごとに身体面・精神面に配慮し、運動メニューの作成を行ったことも要因である。
- ・うつに関する項目での改善が目立った。「デイサービスに来ることで、他者との関わり合いが増える」「ここに来るのが楽しみ」という声が聞け、社会との関わりを通して、気持ちが前向きになっていた。

②デイサービス以外の要因

- ・改善された方は、デイサービス以外での外出も多くされており、毎日のように何かしらの楽しみがあることが改善の要因になった。
- ・デイサービスでの出来事を家族等に話すことで会話量が増え、気持ちが明るくなったという利用者もいた。

(2) 前年度の実績や要因分析を受け次年度の目標達成に向けた取組内容の改善案

○意欲への働きかけ

- ・おやつ作り、集団体操や講義、園の畑へ出て気分転換（収穫）等を取り入れ、意欲の向上や楽しみに繋げていくことで、目標を目指す。
- ・疾患の進行、認知機能の低下による活動性の低下がみられ、精神的な意欲低下も大きな要因としてあげられる為、日常の室内での訓練内容にもゲーム感覚で取り組める工夫を入れ、屋外での訓練にも個別性に加え、グループで行うことにより、相乗効果が期待できるような内容へと変更し、活動意欲の向上へ向けた取り組みを実施する。
- ・運動プログラムだけではなく、職員が積極的に利用者間や職員との橋渡しを行い、利用することが楽しみになり、意欲の向上や精神的な支援につなげる。
- ・身だしなみが気になるようになる、デイサービスに行く為におしゃれをする、お化粧をする、何を来て行こうか楽しみになる、など他者と関わりの中で得られる、社会性を引き出すことで意欲の向上が生まれ、生活機能や閉じこもりの改善を目指す。

○欠席の防止

- ・欠席しがちな方の出席率を上げるよう体調管理方法の提案、自宅でも安全簡単に出来る運動の提案に取り組む。
- ・生活に密着した活動（屋外歩行活動、金銭管理練習）を提供し、デイが生活の一部となり、欠席の防止、来所する価値を作っていく。
- ・意欲低下が欠席や、運動機能の取り組みの低下の原因になっていることも考えられるので、楽しみの持てるプログラムを提供し、参加意欲が向上できる取り組みを行う。

○運動機能、生活機能

- ・筋力運動や、ストレッチ体操による身体機能の維持・向上も継続していくが、併せて日常動作（立ち上がり、歩行、移乗等）を確認した上で、動作訓練を行い、現状の身体の状態にあった動作方法について助言をすると共に、その変化を家族や担当ケアマネジャーに報告・相談して必要に応じて対策検討の協力を要請する等利用者が安全に生活できる様配慮していく。
- ・活動プログラムの中での身体的運動量の増加・可動域ストレッチを意識した体操や運動レクリエーション（室内プログラム等）を毎日企画・実施していくことで、対象者の運動機能・体力の維持・向上を目指す。
- ・運動機能をより改善することで、自信を取り戻していただき、自分から積極的に外出したり、生活の中で楽しみを見つけることができる等、生活全般におけるの改善を目標とする。
- ・基本的な体調を整えるための提案やアドバイスを行い、自宅での実践状況をモニタリングして、段階的に総合的な改善に繋げていく。
- ・グループ体操などに時間をかけ、1人ひとりの目標にあった運動を取り入れる。
- ・従来の内容を見直し日常生活を意識した動き、筋力の向上を目的とした内容に変更する。

- ・サービス提供時以外での活動量増加への声かけ、また地域等の社会参加して頂く為の声かけや、地域行事・サークル等への参加を勧める。
- ・前年度に個々の状況に合わせ、運動メニューを変更することにより、新たに運動への意欲が高まったため、個々に応じた運動に取り組み、下肢筋力が維持できるような歩行訓練や、運動を提案していく。

○閉じこもり

- ・「閉じこもり」と「うつ」の改善に向けて、従来のプール・フィットネス運動に加え、3ヶ月に1回の体力測定を個人的に詳細に分析し、より個別指導を徹底していく。地域での行事等の情報を提供し、参加を促す。
- ・外出する機会が少なくなっている利用者が多いため、季節感を味わえるような、外出企画を考えていく。

○うつ

- ・「うつ」において一部、悪化が見られたため、今年度は不安の解消、脳トレや作業活動による、認知機能の維持改善や、作業活動で達成感を感じていただき、自己効力感が向上することで、うつ傾向を解消する。
- ・7項目のチェックリストから、当デイサービスがうつに対する支援に強みがあり、運動機能については通所回数やデイサービス内で支援できる範囲にも限りがあり、改善を目標としていくことに困難さがある事が理解できた。担当ケアマネジャーやキーパーソン等の介護者と細かく情報交換や連携を行い、多方面からアプローチをかけて心身機能の維持回復を図っていく。
- ・うつの悪化を踏まえ、各スタッフが利用者のニーズや思いを汲み取れるように関わっていくことを意識する。

○認知機能

- ・レクリエーションや全体での体操、他者との交流によって、認知機能の低下予防に繋がっていることを考え、定期的なイベントの計画や、身体機能・認知機能を維持、向上することを目的としたレクリエーションを行っていく。
- ・折り紙を取り入れることにより、認知機能の改善が見られた。引き続き、季節の折り紙を取り入れ、維持改善につなげる。

○口腔機能

- ・「口腔機能」に関して早期受診や定期健診の促し、口腔ケアに関する勉強会を開催することで維持・改善に繋げる。
- ・毎回行っている食前の口腔体操の際に、利用者とその目的も伝えると共に、同じ体操を自宅でも行ってみよう啓発していく。
- ・口腔ケア研修を充実させ、センター内で肺炎等防止していく。
- ・言語聴覚士による口腔機能体操や、個別の嚥下機能低下に対する取り組みも検討する。

6. 考察

前年度に比べ、前向きな記載が多く、サービス提供に関する内容の振り返りや、実績評価の結果分析が盛り込まれていた。

特に目立った点

- ・前年度の実績評価と比べてサービスの質を上げようとする取り組みが複数見られた。
- ・利用者の転倒に関する評価項目の回答結果に注目して、転倒防止に向けたサービスの取り組みが複数見られた。

(気づきの例)

- ・3つの項目が悪化傾向にあったため、それぞれの課題に特化した取り組みが必要であると感じた。
- ・運動機能向上をQOL向上や認知機能向上に繋げるのは、本当に難しい事だと改めて実感するとともに、今後の課題であると感じた。
- ・項目別得点率を出してみると、運動器項目と口腔機能項目の得点率が高く、運動器と口腔機能に課題を抱えている者が多い事がわかった。
- ・「悪化」要因で一番大きかった運動機能を向上していくことが重要であり、週1,2回のデイサービス内の運動だけでは、補えない。そのため、自宅で出来る筋力アップの運動を利用者に覚えてもらう取り組みをしていく。
- ・目標が達成できそうになると、気持ちの向上も見受けられた。それに伴い、生活面でも活気が出てきている。毎月の評価を取り入れたことは、意欲の向上に繋がった。
- ・対象者と全人的に関わると共に生活全般への配慮なくして目標達成は難しいと考える。そこで、スタッフ全員の気づきの力やアセスメント力を高め、主介護者やケアマネジャー等との連携を強め、生活相談員がケアマネジャーに提供している情報に対して介護職員や現場職員がチェック機能を担い、情報の精度を高める。
- ・利用者が出来ないことを単に補う形でのサービス提供は、利用者の生活機能の低下を引き起こす可能性があるため、利用者の自立の可能性を最大限に引き出す支援を行うことを基本として、サービス提供を行う。
- ・自宅や外出先での転倒・骨折したとの報告が多くあったので「転倒に対する不安」を解消できるようにバランス訓練や下肢の運動指導の機会を増やして、歩行能力の向上に力を入れていきたい。
- ・要支援、事前対象者とされた方々にも、ご自身の体と向き合って、まだまだ改善できるという思いを持ち、意識した訓練によって、今現在の生活の質を高めることが可能であると理解できた。

など、介護予防通所サービスの目的である「利用者の心身機能の維持回復や生活機能の維持向上」に意識して取り組んでいただいております。課題の把握や利用者の状態変化を捉えて分析し、取り組み内容を改善するなど、努力していただいていることが見受けられる。

今後も、引き続き取り組み内容を常に改善し、自立支援に資するサービス提供を行っていただきたい。