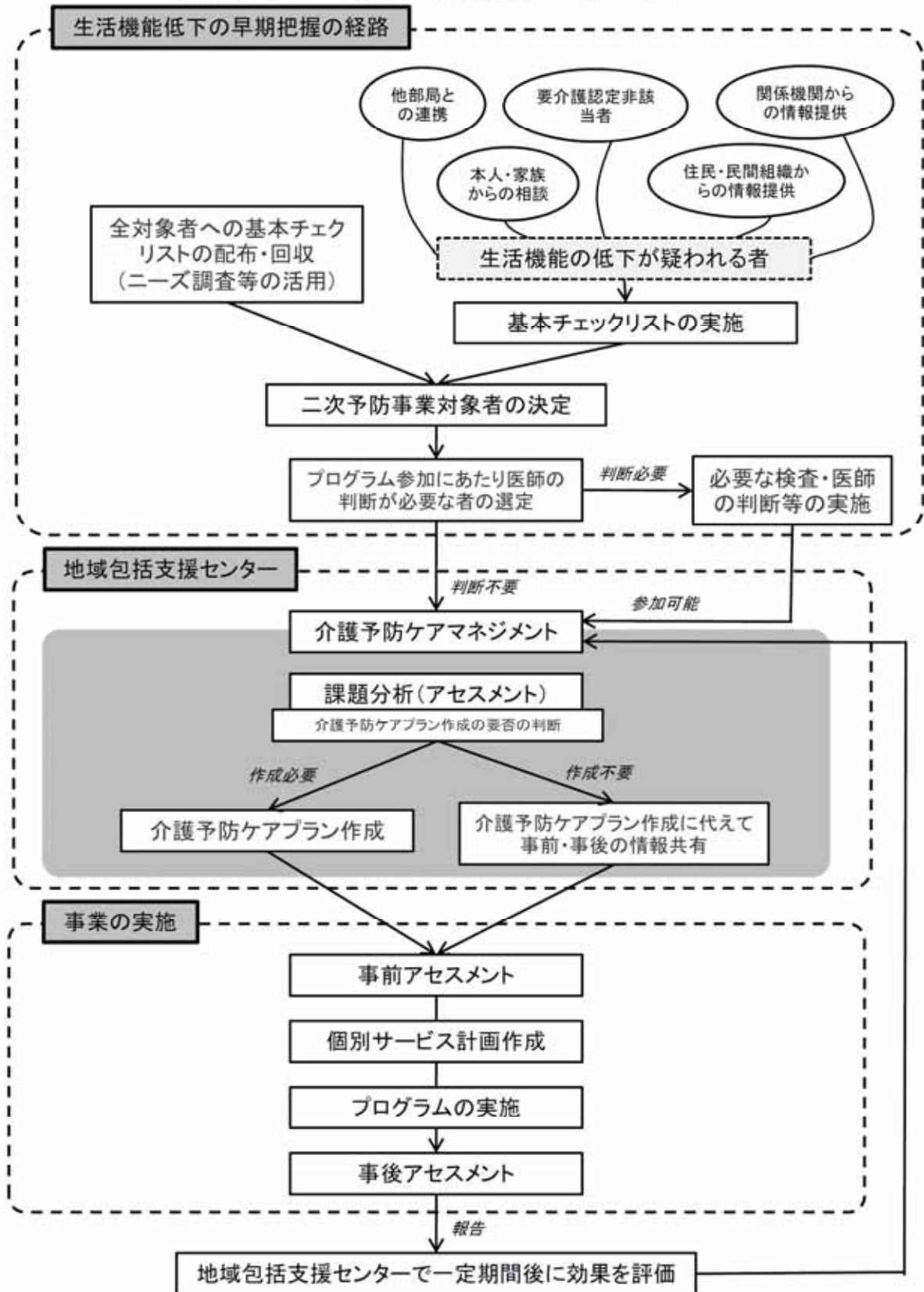


各専門部会指針作成のポイント

各専門部会指針作成のポイント

運動機能部会	<p>健康寿命を伸ばし質の高いQOLを得るには、運動機能を維持・向上させることがとても重要な要素になる。運動器の機能向上の目的は、筋力増強やバランス能力の向上のための運動などを手段として、対象者の自己実現の達成をめざすことにある。高齢者の生活行為や参加といった生活機能の向上を目指す手段のひとつとして運動機能向上サービスを位置づけ、栄養改善や口腔機能向上、閉じこもり予防などのプログラムと複合して実施することでより高い効果が期待される。また、運動器の機能向上が効果的に行われるためには、地域の中でそれぞれのプログラムがうまく関係づけられて実施される必要がある。</p> <p>そこで、運動機能を安全かつ効果的に向上させるための事業の実施方法及び評価方法についてまとめ、平成22年の地域支援事業実施要綱の改正に伴い、名称の変更とそれに伴う様式の見直しを行った。また、新たに「尿失禁予防のための骨盤底筋体操」を追加した。</p>
口腔機能部会	<p>高齢者が健康で生きがいのある自立した生活を送れるように、また、安全に楽しく食事ができるようにするためには、口腔清掃の自立・継続という生活習慣を維持していくことが大切である。</p> <p>一方で、口腔機能の状態が悪化するということは、低栄養や運動機能の低下、さらには重篤な全身疾患にもつながることから、食べること、飲み込むこと、唾液をたくさん出すことのような口腔機能の維持と向上という支援方法も重要になってくる。</p> <p>そういう観点から、高齢者を対象にした事業全体の流れやアセスメントを含め、事業に従事するものが活用しやすく、家庭でも取り組みやすいように具体的な指針を作成した。</p>
栄養改善部会	<p>高齢者にとって「食べること」は、低栄養状態の改善を図るだけでなく、楽しみや生き甲斐を保持する上からも重要であり、「食べること」への支援を通じて、低栄養を予防しその人らしい生活の質を維持することが大切である。</p> <p>そこで、高齢者の低栄養状態の予防・改善を図るため、食生活や食環境の実態把握、生活状況を踏まえた栄養相談など、効果的な実施方法及び評価方法等について、具体的に活用できる指針とした。</p>
閉じこもり・認知症部会	<p>今回は前回の「認知機能低下とその予防」に関連性の高いリスクとして捉えられる「閉じこもり予防」に焦点をあてた。要介護・死亡のハイリスク要因である閉じこもりは、認知症発症のリスクとなる可能性がある。またそれらは単独のものではなく相互に関連しあっていることから閉じこもりを解消することのみを目的とした取り組みではなく、他の事業、他の部門（保健や地域福祉など）との協力・連携が必要である。そのことから「閉じこもりの要因と位置付け」「閉じこもり予防と生きがい支援」等について図式、スケール等を使用し、できるだけ活用しやすい指針とした。</p> <p>また、関わるスタッフが現場で活用しやすい、プラス面をクローズアップする形での「キャッチコピー」を入れた。</p>

介護予防に係る二次予防事業の流れ



第5期介護保険事業(支援)計画の策定準備及び地域支援事業の見直しに係る会議資料から

利用者基本情報(表面)

作成担当者:

(基本情報)

相談日	年 月 日 ()	来所・電話 その他()	初回 再来(前 /)	
本人の現況	在宅・入院又は入所中()			
フリガナ 本人氏名		男・女	M・T・S 年 月 日生()歳	
住 所			Tel ()	
			Fax ()	
日常生活 自立度	障害高齢者の日常生活自立度	自立・J1・J2・A1・A2・B1・B2・C1・C2		
	認知症高齢者の日常生活自立度	自立・ a・ b・ a・ M		
認定情報	非該当・要支1・要支2・要介1・要介2・要介3・要介4・要介5 有効期限: 年 月 日 ~ 年 月 日 (前回の介護度)			
障害等認定	身障 ()、療育 ()、精神 ()、難病 ()、…()			
本人の 住居環境	自宅・借家・一戸建て・集合住宅・自室の有無()階、住宅改修の有無			
経済状況	国民年金・厚生年金・障害年金・生活保護・・・			
来所者 (相談者)			家族構成 =本人、 =女性、 =男性 =死亡、 =キーパーソン 主介護者に「主」 副介護者に「副」 (同居家族は で囲む)	
住所 連絡先	続柄			
緊急連絡先	氏名	続柄		住所・連絡先
家族関係等の状況				

(相談内容と対応)

相談経路	からの紹介		
相談内容			
他機関での相談状況			
対 応	緊急・通常・継続(回目)・情報提供のみ・終了		
	支援計画 (概要)		
	相談継続	つなぎ先:	担当者:
		内容:	
		日時: 年 月 日 () 時/TEL・FAX・Mail	
相談継続	次回予約日:あり 月 日 () 時/ なし 担当:		
モニタリ ング	不要		
	必要	年 月 日頃:確認先[福祉保健センター]1~2ヶ月後	

生活状況を把握するためのアセスメントシート

様

記入者:

日付: 年 月 日

領域	視 点	アセスメント項目						
A 運動・移動 について	自ら行きたい場所に移動するための手段を取れるかどうか。乗り物を操作する歩く、走る、昇降する、様々な交通を用いることによる移動を行っているかどうか。	運動機能(支えの必要性)	立ち上がり: なし あり 片足立ち: なし あり					
		歩行状況(歩行レベル)	室内() 屋外()					
		転倒傾向	転倒() つまずき()					
		移動範囲	近隣中心 区内・市内くらい 市外まで					
		移動手段	電車 バス タクシー 自転車 車(運転) 車(同乗) 徒歩					
		買い物	自分 家族 知人 ヘルパー等					
B 日常生活・家庭生活 について	家事(買い物・調理・掃除・洗濯・ごみ捨て等)や、住居、経済の管理、花木やペットの世話などを行っているかどうかの状況。	献立を考える	自分 家族					
		調理	自分 家族 知人 ヘルパー等 配食サービス 惣菜購入					
		食べる楽しみ	感じる あまり感じない()					
		洗濯	自分 家族 知人 ヘルパー等 していない					
		掃除	自分 家族 知人 ヘルパー等 していない					
		整理整頓・ごみ捨て	自分 家族 知人 ヘルパー等 していない					
		身だしなみへの関心	高い 普通 低い					
		電気機器類の操作	できる 迷う 難しい(何が:)					
		火の始末	心配ない 心配している 火の消し忘れ等の経験がある					
		電話の利用	できる できない(理由:)					
		金銭管理(家計の管理)	できる できない(理由:)					
		役所や金融機関等の手続き	一人でできる 人に尋ねながらしている できない していない					
		悪質商法への注意	注意している 注意していない 被害経験がある					
		情報への関心	新聞 テレビ・ラジオ 入づて 近隣の広報 関心がない					
		C 社会参加・対人関係 について	状況に見合った社会的に適切な方法で人々と交流しているか、また家族・近隣の人との人間関係が保たれているか。仕事やボランティア活動、老人クラブや町内会行事への参加の状況や家族内や近隣における役割の有無などの内容や程度はどうか。	社会参加 活動性	趣味や楽しみがある() 仕事をしている 特にない			
社会参加 外出頻度	ほぼ毎日 週2~3回 週1回程度 月に2~3回 殆ど出ない							
社会参加 外出目的	趣味・楽しみ 仕事 地域活動等への参加 その他()							
対人関係 家族との交流	状況:							
対人関係 近隣との交流	状況:							
対人関係 友人・知人との交流	状況:							
コミュニケーション	自己の意思の表出ができる 他者の話の内容が理解できる							
D 健康管理 について	清潔・整容と服薬・定期受診が行われているかどうか。また飲酒や喫煙のコントロール、食事や運動、休養など健康の自己管理の観点から必要と思われる場合、この領域でアセスメントする必要がある。(自己管理または家族による管理)	受診の状況	定期的に受診している 必要時に受診している 受診しない					
		服薬管理の状況	指示通り飲む 他者の指示があれば飲む できない					
		健診の状況	健康診断を受けている 受けていない					
		口腔機能の状況	痛みがある(歯 歯ぐき 粘膜) 義歯が合わない ぐちの湯き 硬い物が食べにくい むせる 飲み込みにくい 臭いが気になる					
		歯の手入れ(義歯含む)	頻度(回/日・週・月) 方法()					
		食生活・栄養状況	回数(回/日) 状況: バランスに気をつけている 偏っている 食事量減少 関心がない					
		水分摂取の状況	気をつけている() 特に気をつけていない					
		飲酒状況・喫煙状況	飲酒:頻度(回/日・週) 量(/回) 喫煙:量(本/日・週)					
		適度な運動	している() していない(理由:)					
		適度な休養	心がけている つい無理をしてしまう					
		排泄の状況	支障がない 尿漏れ・尿失禁がある (気がかりなこと)					
		入浴の状況	頻度(回/週・月) 方法: 入浴 シャワー 清拭など					
		生活リズム	保たれている(起床: 時/就寝: 時) あまり保たれていない()					
		物忘れの状況	物忘れ: ある なし 本人の認識: あり なし					
		E その他	生活状況全体を理解するために必要な項目を、聞き取りや観察から、ここでアセスメントする。	居住環境	室内() 屋外()			
				経済状況	収入(円) 主な使途() 心配なこと()			
				家族の状況	()			
家族の介護力	期待できる 期待できない(理由:)							
虐待の可能性	みられない 要注意(根拠:)							
精神的な不安・意欲低下	ない みられる(内容:)							
見守りの状況	ある(家族 民生委員等 近隣住人 IT見守り その他) ない							
緊急時のSOS発信	自分なりの対応ができる 自信がない 特に考えていない 緊急性の判断: できる できにくい							
価値観	大切にしたいこと() 嫌なこと()							
本人の主訴や意向								
家族の主訴や意向								
これからの生活についての希望								
現在利用しているサービスなど								
全体的な印象								

基本チェックリスト

No.	質問項目	回答 (いずれかに を お付け下さい)	
		0.はい	1.いいえ
1	バスや電車で1人で外出していますか	0.はい	1.いいえ
2	日用品の買物をしていますか	0.はい	1.いいえ
3	預貯金の出し入れをしていますか	0.はい	1.いいえ
4	友人の家を訪ねていますか	0.はい	1.いいえ
5	家族や友人の相談にのっていますか	0.はい	1.いいえ
6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	0.はい	1.いいえ
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	0.はい	1.いいえ
8	15分位続けて歩いていますか	0.はい	1.いいえ
9	この1年間に転んだことがありますか	1.はい	0.いいえ
10	転倒に対する不安は大きいですか	1.はい	0.いいえ
11	6ヵ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	1.はい	0.いいえ
12	身長 c m 体重 kg (BMI =)(注)		
13	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	1.はい	0.いいえ
14	お茶や汁物等でむせることがありますか	1.はい	0.いいえ
15	口の渇きが気になりますか	1.はい	0.いいえ
16	週に1回以上は外出していますか	0.はい	1.いいえ
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	1.はい	0.いいえ
18	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあるとされますか	1.はい	0.いいえ
19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	0.はい	1.いいえ
20	今日が何月何日かわからない時がありますか	1.はい	0.いいえ
21	(ここ2週間)毎日の生活に充実感がない	1.はい	0.いいえ
22	(ここ2週間)これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	1.はい	0.いいえ
23	(ここ2週間)以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	1.はい	0.いいえ
24	(ここ2週間)自分が役に立つ人間だと思えない	1.はい	0.いいえ
25	(ここ2週間)わけもなく疲れたような感じがする	1.はい	0.いいえ

(注) BMI = 体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m) が 18.5 未満の場合に該当とする。

基本チェックリストにおいて、次の から までのいずれかに該当する者を、要介護状態等となるおそれの高い状態にあると認められる者として、二次予防事業の対象者とする。

1 から 20 までの項目のうち 10 項目以上に該当する者

6 から 10 までの5項目のうち3項目以上に該当する者

11 及び 12 の2項目すべてに該当する者

13 から 15 までの3項目のうち2項目以上に該当する者

なお、上記に該当する者のうち、基本チェックリストの 16 の項目に該当する者、18 から 20 のいずれかに該当する者、21 から 25 までの項目のうち2項目以上に該当する者については、うつ・閉じこもり・認知症の予防や支援にも考慮する必要がある。