一般介護予防事業等の 推進方策に関する検討会 (第7回)

資料2-3

総合事業・一般介護予防事業

令和元年10月21日

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



2019年10月21日 ·般社団法人 日本作業療法士協会

I 作業療法士ができること(主に高齢者に向けて)

計

画

立

案

【主な対象】

からだの障害

- ・病気による後遺症
- ・難病
- ・がん

こころの障害

- ・認知症
- ・うつ
- ・閉じこもり など

生活行為の障害

・老化による 廃用症候群など

評価

- · IADL/ADL評価
- ・作業能力評価
- ・認知機能の評価

【主なアプローチ】

基本的練習

・作業耐久性の向上、作業手順の習得

応用的練習

- ・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

社会適応練習

- ・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

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 <u>師法</u> (昭和二十三年法律第二百三号) <u>第三十一条第一項</u> 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 工芸を行わせること」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

筋力はあってもテニスはうまくなれない

テニスがうまくできるには

自分にあったラケット

基本的能力

- 筋力
- ・瞬発力
- 柔軟性持久
- ・走る速さ ・ステッピングカ
- ・上肢リーチカ

応用的能力

- 素振りのフォーム
- ・ボール打ち

など

適応能力

- ・プレーをする
- 試合をする

など

うまくできる

専門的なコーチの指導

(素人の繰り返し練習ではなかなかうまくならない)

トイレがうまくできるようになるには

など

トイレ環境の整備(手すり等)

個別にあった専門 的指導を行うこと で、生活行為の向 上がはかれる。

基本的能力

• 筋力

- ・柔軟性
- ・立位バランス・巧緻性
- ・立ちしゃがみ力・歩行
- ・ステッピングカ
- など ト肢リーチカ

応用的能力

- ・下着の脱着
- 室内移動
- 後始末方法の習得
- ・一連のトイレ動作

滴応能力

- ・施設のトイレ利用
- ・自宅のトイレ利用

など

立

自

作業療法士による専門的指導

(素人の繰り返し練習ではなかなかうまくならない)

生

活

行

為

に

支

障

を

き た

す

お

そ

n

മ

あ

る

者

【作業療法士の技術】

アセスメントに よる要因の特定

アセスメント

- 〇生活行為の分析
- ○心身機能の分析
- ○環境の分析



生活行為を阻害している

- 〇要因の分析
- ○残存能力の評価
- 〇予後予測

支援方法

能力の回復の可能性

- ○能力の強化、代償
- ○相談と指導
- ○環境調整

新たな実施方法の開発

- OT夫と創造
- ○体験と学習

能力の補完

- 〇道具の丁夫
- 〇福祉用具の適応
- Oサービス

き、その課題の解決や軽減化することで生活行為が継続できるために、

生活行為に支障があるまたは虚弱感や不安感を抱く者が、早期に相談で 知識の情報提供・普及を図る

住民主体の通いの場

高齢者の持てる 知識の共有・能力の発揮

【効果】

- 〇生活行為に支障がある高齢者が 減少する
- ○住民に活動や参加の継続が健康 につながることの意識の熟成
- O作業をすることで元気になれる ことを住民が知り、活動的な生 活習慣に取り組む住民が増える

【効果測定】

●ADLの維持・向上 牛活行為確認表

(食事・入浴・整容・着替え排便・排尿・トイレ ・移乗・歩行・階段昇降)

●IADLの維持・向上 Frenchay ADL

(食事準備・後かたづけ・洗濯掃除整頓

- ・力什事・買い物外出・屋外歩行・趣味
- · 旅行交通手段利用 · 庭仕事 家・車の手入れ・読書・仕事)
- ●自分は健康だと思える主観的健康観 (非常に健康・まあ健康あまり健康でない・ 健康でない)
- ◆社会での人的交流・役割 老研式活動能力指標

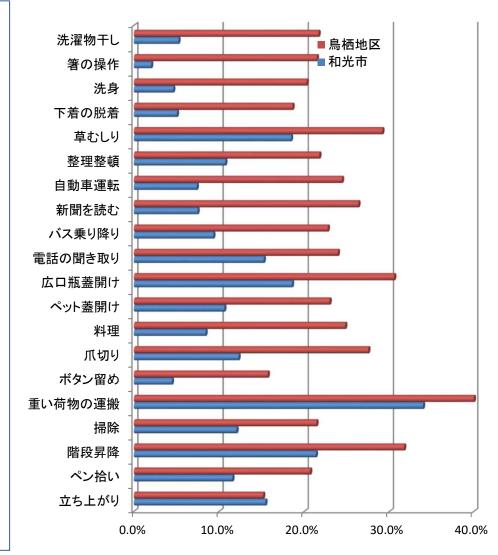
一般高齢者に対する日本作業療法士協会の取り組み【その1】

生活行為確認表による生活行為の不自由さ

〇鳥栖市鳥栖地区、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

〇一般高齢者では、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

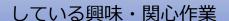
○因子構造の分析によって生活行為確認 表の内的整合性が確認され、高齢者の生 活の不自由感の評価に適したツールであ ることが判明した

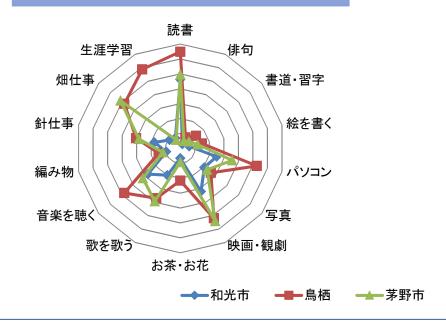


2014年 老人保健健康增進等事業

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】 Ш

一般高齢者の興味・関心調査





してみたい興味関心作業



- 〇興味・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。
- 〇高齢者の興味・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、自身の持て持てる力を伸ばし、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】

仲間で挑戦、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)

靴下が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





背中のファスナーの開閉を用意にするために:ファスナーストラップ _______





背中の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二一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二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

趣味活動などを通し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. 参考資料

生活行為確認表

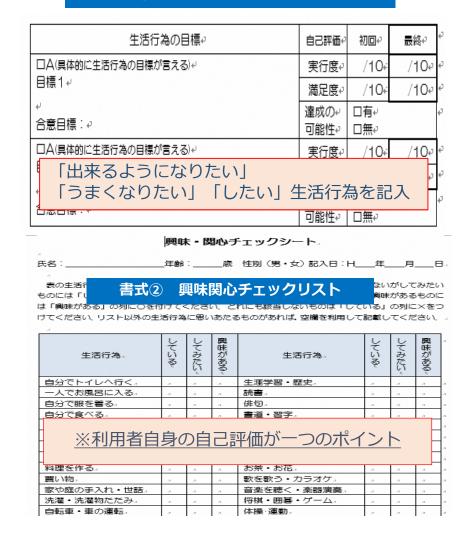
氏名	:			年齢	:	. 粮 性	別 (男・女) 記	入日:H_	_年	月日
■生活行為についてあてはまるものに○をし、対処/工夫していることがあれば教えてください										
(3:	とても感	じる	2:少し意	Bじる 1:8	あまり感	じない	0:感じない)	対処/工	失してい	ること
1	床から!	なち上	がるのに	不自由を見	とじます	4.5				
	(:	3	2	1	0)				
2	床から	ベンを	拾うのに	不自由を見	とじます	4.5				
	(:	3	2	1	0)				
3	17.7		0.00	由を感じ	5 5					
	(;	3	2	1	0)				
4	階段の	早時に	不自由を							
	- //			1						
5	2kg Ø	荷物(4	1 () ()	を持ち帰る	のに不	自由を	感じますか ?			
_	,			1)				
6				を感じます		1000				
				1						
7				由を感じ						
				1						
8	COLUMN TO SERVICE			のに不自			?			
			2		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?									
	-			1						$\overline{}$
10			12 12 12	由を感じる	7					
	-			1						
11			THE REAL PROPERTY.)をするの!			まずか?			
_				1		,				
12				じますか?						
13				1		,				
			不自由を							
_							丁は使わない)			
14				けるのにろ			ים קי			
\vdash				1 の# た明:			を感じますか?			
15				の蓋を開い 1			と欲しまりか?			
	(,	,	2	1	u	,				

16	(3:	とても感じる	2:少し!	きじる 1:8	まり感	じない	0:感じない)	対処/工夫して	いること	
17							を感じますか?			
17	10	(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?								
18 (3 2 1 0) 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) (料理はしない) 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) 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) (運転はしない) か出がおっくうになったと感じますか? (3 2 1 0) 旋味の活動をしなくなったと感じますか? (3 2 1 0) を味の活動をしなくなったと感じますか? (3 2 1 0) を味の活動をしなくなったと感じますか? (3 2 1 0) を味の活動をしなくなったと感じますか? (3 2 1 0) をない活動をしなくなったと感じますか? (3 2 1 0) をない活動をしなくなったと感じますか? (3 2 1 0) をないに不自由を感じますか? (3 2 1 0) 「対油は使わない) ないり(除ತ)をするのに不自由を感じますか? (3 2 1 0) (除草はしない) プラつっぽくなることが増えたと感じますか? (3 2 1 0) 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〇をしてください		(3	2	1	0)				
19	18	電話や会話の	聞き取り							
19 (3 2 1 0) 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) 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) 20 買い物で小妹の支払いに不自由を感じますか? (3 2 1 0)(運転はしない) 21 自動車やパイクの運転に不自由を感じますか? (3 2 1 0) 22 が出がおっくうになったと感じますか? (3 2 1 0) 23 を味の活動をしなくなったと感じますか? (3 2 1 0) 24 なった診園をしなくなったと感じますか? (3 2 1 0) 25 を味の活動をしなくなったと感じますか? (3 2 1 0) 26 なった診園をあ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)(対油は使わない) 28 ないり(除事)をするのに不自由を感じますか? (3 2 1 0)(対油は使わない) 29 うつっぽくなることが増えたと感じますか? (3 2 1 0) 4 の忘れが増えたと感じますか? (3 2 1 0) 5 もの忘れが増えたと感じますか? (3 2 1 0)		(3	2	1	0)				
料理の献立を考えるのに不自由を感じますか?	19	テレビなどの	リモコン	操作に不自	白を感	じますが	,3			
20 (3 2 1 0)(料理はしない) 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) 21 買い物で小銭の支払いに不自由を感じますか?				72. 2.1.2						
葉の管理に不自由を感じますか?(飲み忘れ/他)	20									
21 (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?							程はしない)			
22 買い物で小銭の支払いに不自由を感じますか?	21	100								
22 (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 煙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 うつっぽくなることが増えたと感じますか? (3 2 1 0) 10 もの忘れが増えたと感じますか? (3 2 1 0) 11 もの忘れが増えたと感じますか? (3 2 1 0)							は飲んでない)			
自動車やバイクの運転に不自由を感じますか?	22	DESCRIPTION OF STREET								
23 (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 歴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) (好油は使わない) 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) (好油は使わない) 章むしり(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) うつっぽくなることが増えたと感じますか? (3 2 1 0) 1 もの忘れが増えたと感じますか? (3 2 1 0) 1 もの忘れが増えたと感じますか? (3 2 1 0) 1 もの忘れが増えたと感じますか?										
外出がおっくうになったと感じますか? (3 2 1 0)	23									
24 (3 2 1 0)					A110 / 12 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10		伝はしない)			
25	24									
25 (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 うつっぽくなることが増えたと感じますか? (3 2 1 0) ■ もの忘れが増えたと感じますか? (3 2 1 0) ■主般的な健康感について当てはまるものに○をしてください	_									
### 25	25									
26 (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) うつっぽくなることが増えたと感じますか? (3 2 1 0) もの忘れが増えたと感じますか? (3 2 1 0) ■主報的な健康感について当てはまるものに○をしてください	_									
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) 章むしり(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) 30 つっぽくなることが増えたと感じますか? (3 2 1 0) ■主報的な健康感について当てはまるものに○をしてください	26									
27 (3 2 1 0)(灯油は使わない) 28		-					h.2			
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) うつっぽくなることが増えたと感じますか? (3 2 1 0) もの忘れが増えたと感じますか? (3 2 1 0) ■主報的な健康感について当てはまるものに○をしてください	27			ACCOUNT OF THE PARTY OF THE PAR			Per executar of the			
28 (3 2 1 0)(除草はしない) 29 (3 2 1 0) 40 の忘れが増えたと感じますか? (3 2 1 0) ■主報的な健康感について当てはまるものに○をしてください										
29 うつっぽくなること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) ■主報的な健康感について当てはまるものに○をしてください	28			SOURS ELECTRICATE		200				
29 (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	29									
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										
30 (3 2 1 0) ■主報的な健康感について当てはまるものに○をしてください		, -				,				
■主観的な健康感について当てはまるものにOをしてください	30)				
	= ±						ください			
のでくれる後 とうこしをは 1 あまり難保でない () 軽度ではない								0 健康ではなり	,	

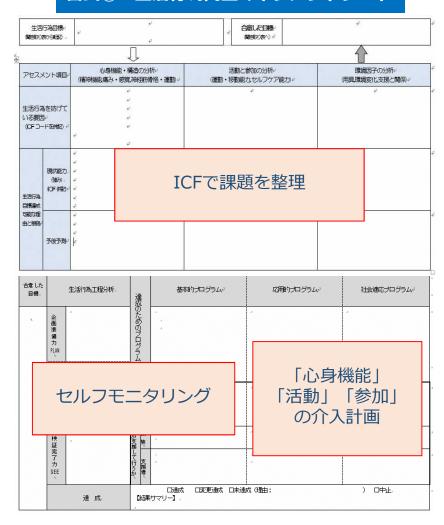
「生活行為向上マネジメント」の紹介

〇「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



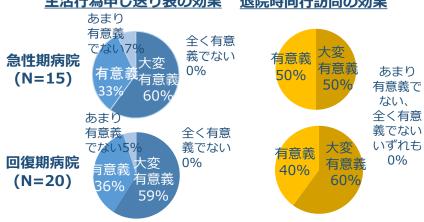
書式③ 生活行為向上マネジメントシート



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効果 退院時同行訪問の効果



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。

◎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) の評価

U

生活行為向上 マネジメントによる評価

—

生活行為向上プログラム をヘルパーにアドバイス

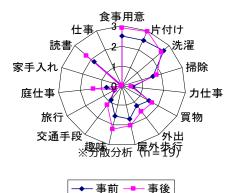


訪問介護による プログラム実践 (週1回3ヶ月間)

—

IADL(身の回りの様々 な生活行為)の再評価

○Frenchay activities index (FAI) による評価 日常生活における応用的活動・社会生活活動(15項目)



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。

◎通所リハビリテーションでの効果

IADL·社会的役割。 健康関連OOLの評価



生活行為向上 マネジメントによる評価



生活行為向上プログラム 介入群に実施(1年間)



IADL·社会的役割· 健康関連OOLの再評価

IADL・社会的役割の評価 (老研式活動能力評価) 対照群 測定周辺平均 介入群

健康関連OOL評価 (Health Utility Index) 対照群 測定周辺平均 介入群

介入群(n=42)

対照群(n=11) ※分散分析

○老研式活動能力評価

社会的役割を含む高次の生活 能力評価

介入時期

OHUI

QOL (生活の質あるいは生命の質) を一つの数値で表したもの

介入時期

IADL・社会的役割・OOL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。

◎通所介護との連携による効果

生活行為向上 マネジメントによる 評価



生活行為向上プログラムを 通所介護スタッフにアドバイ ス



通所介護での プログラム実践 (3ヶ月)

生活行為向上マインメントによるノフンと週間介護事業間のノフンとの比較(一例)							
生活行為目標	OTの立てた生活行為向上プラン	通所介護事業所プラン					
	腰痛に合わせた環境調整⇒小物手芸実	無理の無い範囲で体を					

サスクサウ レッカン・ハーレス プーン レヌボ 人業 古来す のプランしの レゼノ

使った運動を続ける。活 施⇒大きな物作成⇒自宅環境調整し自宅│ 縫い物 で実施 動に参加する。 友人とお茶を 階段昇降⇒身近な場所での散歩⇒友人宅 好きなプログラムに参加 訪問⇒話題作りの物の準備・提供 し一日を楽しく過ごす。 楽しむ 買い物 痛みの自己管理⇒買い物動作練習⇒散 デイサービスへ定期的に 散歩 歩⇒友人と買い物に行く 通える。

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。