

## 川口市自立支援型地域ケア会議の改善事例 心身機能・活動・参加・環境因子・個人因子が好転したケース

### ケース概要

- ・要支援1 男性 80代 （妻と二人の高齢者夫婦世帯）
- ・大腸がん、第4腰椎圧迫骨折、両変形性膝関節症・両膝人工骨置換術、肺炎等の疾患歴がある。
- ・2階建て住居に妻と二人暮らしで、膝が悪くなる前は2階で布団を敷き就寝していたが、階段昇降（特に下りるとき）に恐怖を感じ、現在は1階のリビングで特殊寝台を使用し就寝している。
- ・不特定多数の人との関りが好きではない。
- ・円背や膝の湾曲を気にしながらも、親密な関係の人との関わりや趣味の時間を大切に、妻との旅行に行けるように日々の日課を継続的に取り組んでいる。

### 専門職からの助言

**理学療法士：**筋力不足の可能性がある。O脚は個人差があり、治らない場合もあるが、膝やお尻の筋肉を鍛えることで姿勢がよくなり改善する余地があるかもしれない。人工関節OPEした方は、特に階段下りが怖いのでリハビリするといい。散歩はゆっくりだと筋力はつきにくいので、早歩きや足を高く上げる、坂道を歩くなど負荷をかけるといい。

**作業療法士：**認知面・身体機能面がすばらしく、精神面の強さもある。この方のキーワードは「段差」。これに対して痛みをどうコントロールするかで、希望の旅行に結びつくと思う。

**薬剤師：**すごく頑張られている。年齢を考えれば本当に素晴らしい。

**管理栄養士：**口内炎は亜鉛不足や入れ歯があっていない、カンジタの可能性もある。亜鉛不足であれば血液検査ですぐにわかり、処方薬で改善可能。

**歯科衛生士：**口内炎は亜鉛不足や味覚障害を伴っていることもある。口内炎の乾燥や入れ歯があっていないことが原因なこともある。歯科受診やマウスピースの使用の継続は望ましい。

### 自立支援型地域ケア会議を経ての支援の経過

#### 【課題に対する具体策の提案】

- ①安定して歩行できるようになる。  
自宅内の環境を整える。

#### \* 具体策 \*

介護保険サービスで手すりを設置する。百歳体操に行く。健康運動教室に参加する。

#### 【具体策に対する本人の意向】

自信をもって歩けるように散歩やリハビリ体操をして自分で努力しようと思う。百歳体操は自分に合っていると思っているので続けていきたい。あれこれ手を出してしまうと中途半端になってしまうので、健康運動教室は見送りたい。散歩がおっくうにならないように、玄関の手すりをお願いしたい。

#### 【現在の生活状況】

- ・百歳体操は1度も休むことなく参加し参加者と顔なじみになった。
- ・バスで駅前に行くことが増え、ロータリーはエスカレーターを使わず階段で上り下りできるようになる。
- ・県外に住んでいた娘が市内に転居され、娘夫婦との関わりが増えている。娘夫婦と出かけることも増えている。
- ・当初の要支援2から要支援1に！！

改善