

# ふくおか元気向上チャレンジ（在宅高齢者の要介護状態改善事業）



## 第1期（令和4年6月～12月）取組事例紹介

### ケース1

## 「制止の介護」から「我慢の介護」へ

### 要介護4



### 要介護2

転倒による骨折から、歩行障害、認知機能の低下がみられるようになり、住宅型有料老人ホームに入所して、車椅子の生活をされていました。

昔のように、娘さんのご家族と一緒に暮らしたいという希望があり、「早く元気になって娘家族と一緒に生活したい」「楽しく、やりがいや役割を感じられる生活がしたい」をチームの目標に取組みをスタートしました。

デイサービスでは、筋力低下を防止するための運動や「洗濯物たたみ」「配膳」といった生活リハビリを行いました。もともと世話好きという性格もあり、他の利用者の方と積極的に関わってもらうことで、ご本人の自信と他の利用者との交流に繋げ、職員のお手伝いをするまで元気になりました。

取組みを進める中、ご本人が回復していくのを見て、チーム方針も「ちょっと待って」の「制止の介護」から、「見守りも介助の一環」といった「我慢の介護」に方針転換。

それからは活動量も増えていき、徐々に下肢筋力も安定。車椅子から立ち上がる場面が日常茶飯事になっていきました。

転倒も減り、見守りのもと自分で移動できるまで改善されました。ご本人から「こんなに元気になるとは思っていなかった」と聞いた時は、「見守り続けることも介護であり、粘り強く見守ることで、利用者の自信に繋がる」ことに気づかされ、「やりがい」を感じました。

まだ「一緒に生活したい」という目標は実現していませんが、今でもその目標に向かって、日々を送られています。

### チーム構成

美野島

ケアプランセンター  
(居宅介護支援)

ほっと・ふぁみりい  
(通所介護)

薬院内科循環器  
クリニック  
(居宅療養管理指導)

きらり薬局桧原店  
(居宅療養管理指導)

しらきはら歯科  
(居宅療養管理指導)

### ケース2

## 成功体験を積み重ね、取組みの意欲を持続

### 要介護5



### 要介護2

ご夫婦ともに歩行時の転倒リスクや飲み物を飲む時の誤嚥リスクから、ご自宅での生活を安全に過ごして行けるか、不安を感じておられました。

そこで「ふくおか元気向上チャレンジ」への参加をご提案。「好きなものを好きなだけ食べられるようになりたい」「妻の介護負担をなくしたい」という目標を設定。

日常生活において、自分でできることが少なくなっていたため、自信をなくされていました。そのため、嚥下可能な食材や運動の難易度を調整しながら、成功体験を積むことができる支援内容にしました。

歩行安定と体力の向上を目的にした個別リハビリと自主トレーニング、自宅での入浴動作の訓練や嚥下機能の訓練を行いました。

また、福祉用具を導入した住環境の改善や、感染症を発症した際、かかりつけ医や薬剤師に介入を行ってもらうことで、悪化を防ぐことに繋がってきました。

その他、身体状況や健康状態、自宅での活動状況をチームや家族間で共有しました。

その結果、お餅やクッキーなど、難易度の高い食材を飲み込むまで良くなられ、ご家族と同じ外食を楽しめるようになりました。

ご家族からは、「血圧などの管理も夫が自分でできるようになり、私の負担が軽くなった」「一緒に食事ができるようになり嬉しい」などのお声も出ています。

表情も明るく、前向きな発言も多くなり「もっと良くなって、バスに乗れるようになりたい」と次の目標を次々提案されています。

### チーム構成

桜十字福岡病院  
ケアプランセンター  
(居宅介護支援)

桜十字福岡病院  
訪問看護ステーション  
(訪問看護)

介護老人保健施設レ・ハピリス  
桜十字デイケアセンター  
(通所リハビリテーション)

薬院内科循環器  
クリニック  
(居宅療養管理指導)

大賀薬局西鉄福岡店  
(居宅療養管理指導)



### ケース3

## 見守りの援助による外出支援で、体力も意欲も向上

### 要介護3



### 要支援2

長年一人暮らしで元気に過ごされていましたが、骨折して入院。退院してから下肢筋力の低下により、歩行が不安定で、転倒をしないことを最優先に生活され、外出はほとんどない状況でした。

そうした中、ご自宅を訪問した際の何気ない会話の中で、「色々なビールや美味しそうな食べ物のCMがある」「自分で好きなものを選んで買うのは楽しいやろうな」と話されていました。

「お酒は減らしてでも死ぬまで飲みたい」「本当は自分で選んで買い物をしたい」という希望があり、「ふくか元気向上チャレンジ」への参加を提案。すると、「よし、頑張ろう」との前向きな発言がありました。

ハードナリハビリは、「一人で買い物に行くため」と声掛けしながら取り組みました。また、コンビニの新品や品ぞろえの情報をお伝することで、ご本人の意欲の継続にも心掛けました。

外出支援による歩行訓練では、コンビニまでの道のりや動線を確認しながら、一緒に歩いて移動しました。「段差は、一旦手前で止まる、呼吸を整えて足を上げる、坂はなるべく避ける」など、一人で歩くことを前提に、安全に配慮したアドバイスを行うようにしました。

その結果、歩行も安定し、いつも休憩していた場所に来て、息切れすることもなく、ご本人も体力の向上を実感されるまでに。今では、近くのコンビニまで一人で買い物に行けるようになりました。

「次は近くのスーパーまで一人で行けるように頑張る」「自分でできることは自分でする」と話されており、ご本人の気持ちの変化もみられるようになりました。

### チーム構成

アップルハート福岡東  
ケアセンター  
(訪問介護)

アップルハート福岡東  
ケアプランセンター  
(居宅介護支援)

貝塚病院  
通所リハビリテーション  
(通所リハビリテーション)

## 金賞受賞事業所一覧(順不同)

### ケース1

- ・美野島ケアプランセンター
- ・ほっと・ふぁみりい
- ・薬院内科循環器クリニック
- ・きらり薬局桧原店
- ・しらきはら歯科



### ケース2

- ・桜十字福岡病院ケアプランサービス
- ・桜十字福岡病院訪問看護ステーション
- ・介護老人保健施設レ・ハビリス桜十字デイケアセンター
- ・薬院内科循環器クリニック
- ・大賀薬局西鉄福岡店

### ケース3

- ・アップルハート福岡東ケアセンター
- ・アップルハート福岡東ケアプランセンター
- ・貝塚病院通所リハビリテーション