

REHAB Salon Doo (通所介護施設) における介護予防の取り組みについて

有限会社 W;WORKS 介護事業部 理学療法士
大野智也, 小林真紀, 植木誠

【背景】

介護保険制度の導入後、介護保険のサービス受給者数は年々増加傾向にある。新潟圏域の状況も同様であり、その中でも居宅サービス系の利用者は大幅な伸びを示している¹⁾。この間、通所系サービスの提供施設も増加の一途を辿り、現在、新潟圏域では約 200 もの施設がしのぎを削っている。当施設は、ソフト・ハードの両面において、リハビリテーションに特化し、利用者の介護予防実践の場として、「自立支援」「機能回復」「重症化予防」をテーマに、「セルフケアの獲得」を主眼においたプログラムの提供を行っている。今回、当施設の介護予防プログラムを消化した利用者の身体機能面について、定期的な体力測定値の変化をもとに、その傾向を報告する。

【方法】

平成 21 年 1 月から平成 21 年 6 月の間に、当施設にて定期的な体力測定を行なった利用者 81 名（男性 37 名、女性 44 名）に対し、①体幹の回旋角度、②Timed Up&Go Test (TUG)、③Functional Reach (FR) の 3 項目について、その変化の傾向を「改善傾向」、「維持傾向」、「低下傾向」の 3 群に分類し、身体機能面における変化の傾向を検討した。

【結果】

6 か月間の各評価項目における数値の変化傾向は、①体幹の回旋角度が、「改善傾向」53%、「維持傾向」26%、「低下傾向」21%、②TUG が、「改善傾向」49%、「維持傾向」20%、「低下傾向」31%、FR は、「改善傾向」52%、「維持傾向」30%、「低下傾向」18%であった。

【考察】

当施設は、「REHAB Salon Doo Original Curriculum」コンセプトの下、介護予防の実践種目である「コア・プログラム」による「体の動き」、「体の力」、「体の感覚」を主眼においたメニューを毎回実施している。その中では、重心の前後左右方向への移動、体幹の回旋運動、骨盤の前後屈運動といった要素を取り入れたプログラムを消化している。また、個別のメニューとして提案する「テラーメイド・プログラム」の中では、「レッドコード」(スリングエクササイズセラピー：インターリハ株式会社)を活用した、座位による上肢誘導の「体幹回旋」、「上肢の左右前方リーチ運動」を推奨している。利用者はこれらの種目を組み合わせることで、消化したことで、全体的な傾向として、各評価項目ともに 60%強が「現状維持」～「改善傾向」の結果を得ることができたのではないかと考える。今後は、より精度の高い分析によるプログラムの再評価により、根拠のあるメニューの提案、実施を実現していきたい。

【文献】

- 1) 新潟市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画（平成 21 年度～平成 23 年度）、新潟市、2008