

保健事業・介護予防 リハビリテーション専門職 活用ガイド

三重県リハビリテーション情報センター

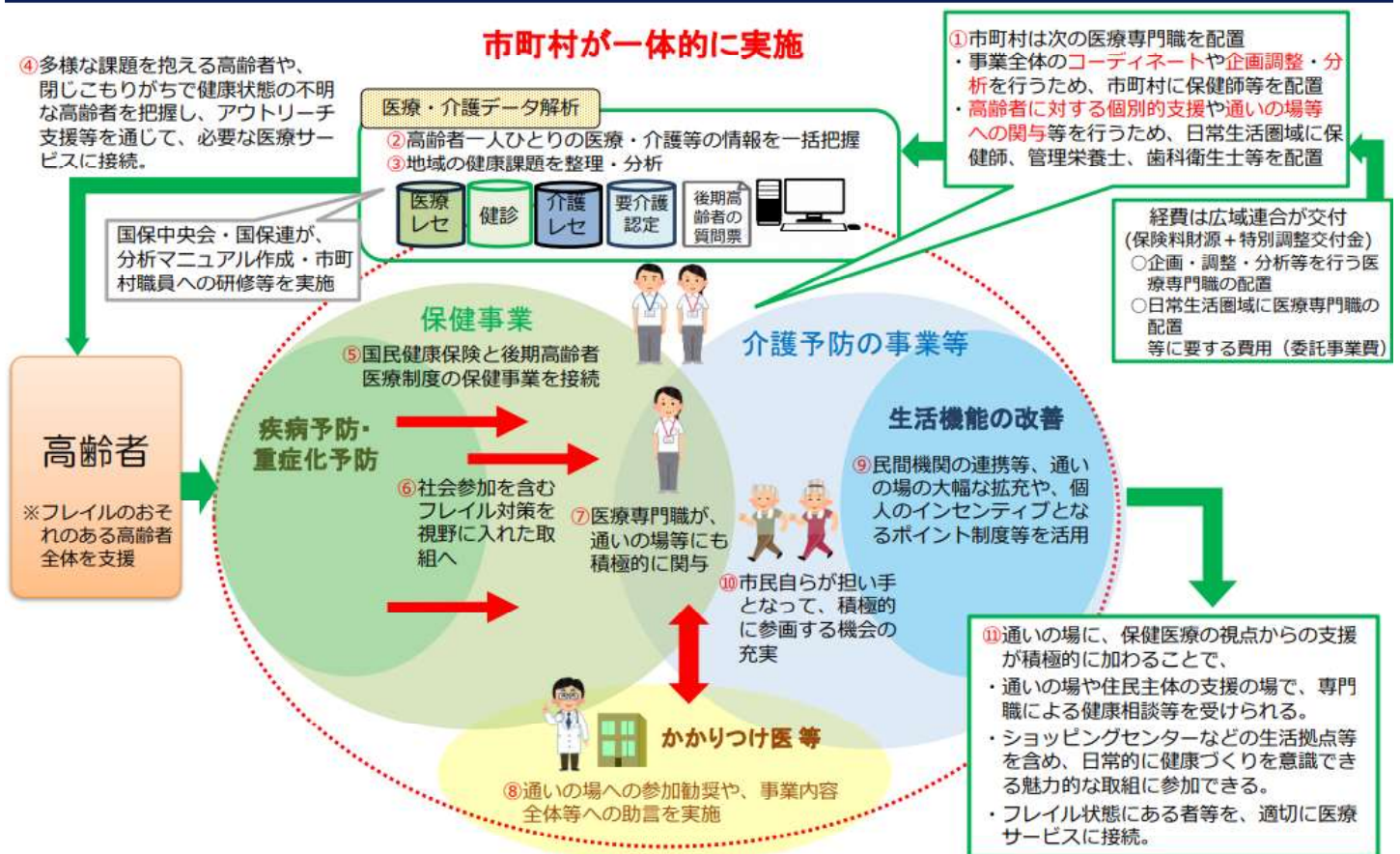


高齢者の 保健事業と介護予防の一体的な実施(概要)

人生100年時代を見据え、健康寿命を延伸するため、高齢者の予防・健康づくりを推進することが重要となります。高齢者の有病率は高く、早期発見・早期対応とともに、重症化予防が課題です。また、生活機能も急速に低下し、高齢者が参加しやすい活動の場の拡大や、フレイル対策を含めたプログラムの充実が必要とされています。

これまで介護予防と生活習慣病対策・フレイル対策は実施主体が別であり、高齢者を中心として提供されるよう連携が課題でした。このため、フレイル対策等の介護予防と生活習慣病等の疾病予防・重症化予防を一体的に実施する枠組みが構築されました。

高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施（市町村における実施のイメージ図）

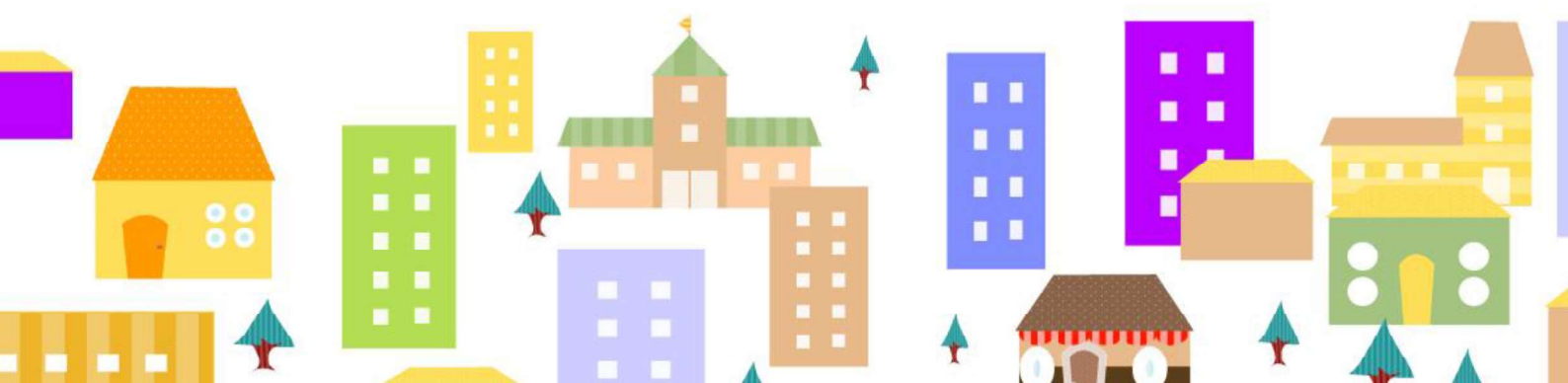


～2024年度までに全ての市区町村において一体的な実施を展開(健康寿命延伸プラン工程表)～



目次

1. はじめに.....	1
2. 三重県リハビリテーション情報センター.....	2
3. リハビリテーション専門職の支援内容.....	3
4. リハビリテーション専門職に求めていること.....	4



1. はじめに

平成26年に「介護予防・日常生活支援総合事業」、令和元年には「高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施」の取り組みがはじまり、地域包括支援センターや自治体によって、地域課題に合わせたさまざまな事業が始まっています。これらの取り組みの中で、リハビリテーション専門職の積極的な活用が求められています。本書ではリハビリテーション専門職の役割や活用、支援案をご紹介します。地域包括支援センターや自治体が介護予防や高齢者の保健事業に取り組む際に、リハビリテーション専門職との連携のきっかけづくりとしてご活用いただくとともに、リハビリテーション専門職にも参考としていただけることを願って作成しました。

リハビリテーション専門職

理学療法士(PT:Physical Therapist)

寝返る、起き上がる、立ち上がる、歩くなど、日常生活を行う上で基本となる動作の維持や改善、障害の悪化予防を目的に、関節可動域の拡大、筋力強化、動作練習、歩行練習などの運動療法を用い、自立した日常生活が送れるよう支援します。

作業療法士(OT:Occupational Therapist)

食事や入浴などの日常生活動作だけでなく、趣味や仕事、生きがい活動など、人の暮らしに関わる全ての諸活動を「作業」と呼び、「作業」を通じて人や社会とつながることを目指します。

言語聴覚士(ST:Speech-Language-Hearing Therapist)

話す、聞く、表現する、食べるなど、ことばによるコミュニケーションや嚥下の維持や改善を目指します。

2. 三重県リハビリテーション情報センター

【概要】

平成26年度の介護保険法改正において、介護予防事業へのリハビリテーション専門職の積極的な関与が推奨されました。その推進のため、一般社団法人三重県理学療法士会では、県行政、一般社団法人三重県作業療法士会、三重県言語聴覚士会と連携して「三重県リハビリテーション情報センター」を設立しました。三重県リハビリテーション情報センターは、県内リハビリテーション施設・サービスの情報提供を行うとともに、地域リハビリテーション活動支援事業への協力・相談窓口となり、市町等へのリハビリテーション専門職の派遣や、リハビリテーション専門職を対象とした研修の開催、県民へのリハビリテーションの普及啓発等に取り組んでいます。地域で暮らしているすべての方がいきいきと暮らせるように「自立支援」に協力し、体力と健康を維持できるように支援しています。

【役割】

①リハビリテーション施設・サービス情報提供

三重県内のリハビリテーションを提供している施設を調査し、ホームページで紹介しています。ホームページでは、地域や専門分野で絞り込むことや、キーワードを入れて検索することができます。

②リハビリテーション専門職人材バンクの管理

リハビリテーション専門職(理学療法士・作業療法士・言語聴覚士)の人材バンクを構築し、行政・地域包括支援センター・関連団体からのリハビリテーション専門職の派遣依頼に対応しています。また趣旨に賛同いただいた協力施設にも、ご支援いただいています。

③地域包括支援センター支援・地域リハビリテーション活動支援事業(図1)

市町(広域連合を含む)及び地域包括支援センターと協力し、地域ケア会議、住民運営の会の場、認知症初期集中支援チーム、認知症カフェ、認知症の人と家族の会のつどい等へのリハビリテーション専門職の関与を促進しています。市町等が必要とするリハビリテーション専門職を派遣し、地域の実情に応じた地域リハビリテーション活動、医療・介護等の多職種連携に協力しています。

④人材育成事業

介護予防や自立支援などをテーマに、定期的に研修会を開催しています。地域リハビリテーションを支えられるリハビリテーション専門職の育成だけでなく、地域包括支援センターや介護支援専門員の方とともに学び、連携を深めています。

介護予防事業を支えます

理学療法士



高齢者はひとりひとり身体機能が違います。関節に痛みのある方もいます。集団への指導とともに、個別に身体機能を評価し、効果的な運動や生活動作・地域活動等を具体的にアドバイスします。

作業療法士



一人ひとりのその人らしい生活が継続できるよう、心身の機能、活動のバランス、生活環境などを評価し、認知機能低下の予防や生活の工夫・地域資源の活用についてアドバイスします。

言語聴覚士



聴覚・言語・嚥下機能の評価や指導とアドバイスを行います。また、口腔体操の紹介や失語症でお困りの方々への後方支援など、コミュニケーション面をサポートします。

地域ケア会議をサポートします

理学療法士



高齢者の自立した生活を視点に、個々の病気や身体機能を考慮した予後予測・生活指導（移動・移乗方法など）・住環境の整備等、「自立支援」につながる実施方法をアドバイスします。

作業療法士



日常生活動作を向上させるためのアセスメントと予後予測、方法、環境調整について助言・指導を行います。また、高齢者の余暇活動や社会参加のニーズ把握、活動の場・バリアフリーのまちづくりなど、地域課題の抽出と解決方法の提案をします。

言語聴覚士



聴覚や嚥下機能の個別相談や安全な食事環境の提供、コミュニケーションの環境づくりを提案・助言し、より良いコミュニケーション活動についてアドバイスします。

地域支援に向けた各種講座の講師を派遣します

理学療法士



住民の方や専門職の方へ、老年症候群を予防し「元気で生活」するために何が必要で、何をしなければいけないのか、運動機能向上がなぜ必要なのか、わかりやすくお伝えします。

作業療法士



住民の方へ日常生活のなかで「やりたい」活動を続け、心身の健康を維持するための工夫を紹介します。専門職やボランティアスタッフの方へ、日常生活動作の自立支援の考え方や、認知症の人を含む高齢者へのかかわり方をお伝えします。

言語聴覚士



住民の方へ、失語症や摂食嚥下障害、その具体的な対応策を紹介します。専門職の方へ、コミュニケーション障害を抱える方との接し方や誤嚥性肺炎予防への取り組みをお伝えします。

図1 地域包括支援センター支援・地域リハビリテーション活動支援事業

三重県リハビリテーション情報センター

〒514-8552

三重県津市桜橋2丁目131番地

三重県理学療法士会事務局内

TEL:070-4101-6233

E-mail:info.pt.mie@kdn.biglobe.ne.jp

ホームページ:http://mie-riha-info.jp

○リハビリテーション専門職の派遣依頼

○人材バンクの登録

○地域リハビリテーション活動支援事業に関する活動報告

○県内リハビリテーション施設・サービスの情報検索



3. リハビリテーション専門職の支援内容

「介護予防・日常生活支援総合事業」や「高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施」に関して、リハビリテーション専門職が支援できる内容をパターン化しました。このパターン以外にも、パターンの応用や組み合わせなど、たくさんの連携が考えられます。地域の介護予防や自立支援ニーズに応じて、話し合いをしながら、より効果的な事業を作り上げることが出来ます。

A 集団支援

リハビリテーション専門職が高齢者の通いの場(サロンや介護予防教室など)に訪問して、一般的なリハビリテーションや介護予防などの知識や技術を広くお伝えします。通いの場の参加者特性(身体能力、活動状況)や希望の内容をお伝えいただくことで、より効果的な内容の提案が可能となります。

A-1 評価

個人の評価を行うことを通して、通いの場の特性(身体機能状況、要望、取り組み状況など)について評価します。その評価をもとに、次の取り組みにつなげていきます。

A-2 活動内容の提案

心身機能や活動状態に合わせて、無理なく実施できる活動内容、種目、環境設定を提案します。(例: 摂食・嚥下体操、ストレッチ、筋力増強練習、趣味活動、回想法、認知機能低下予防活動など)

A-3 参加場面での助言と指導

提案した活動に参加しながら、実際の活動場面で助言と指導を行います。摂食・嚥下や体力のセルフチェック方法を指導するなど、従来の活動にリハビリテーションの技術や視点を取り入れることが可能となります。(例: 食事を一緒に取りながら栄養や摂食・嚥下について助言するなど)

A-4 環境調整

多くの高齢者が利用する場所の環境評価を行い、必要に応じて段差の解消や用具の選択、活動を引き出すための介入方法などの改善策を提案します。

A-5 講演・情報の周知

健康づくりから社会受容の啓蒙まで、幅広く情報を発信することで、地域づくりに貢献します。(例: 認知症、摂食・嚥下、腰痛、ひざ痛など身体的なことや、老化、障がいについてなど)

B 個別支援

リハビリテーション専門職が生活課題と生活状態を評価し、個別性の高いアドバイスをを行います。必要があれば自宅や活動場面へ訪問して実施します。

B-1 評価	個人の身体能力、認知機能、活動遂行能力、摂食・嚥下、コミュニケーション、社会参加について評価し、次の取り組みにつなげていきます。
B-2 活動内容の提案	対象者に合った自主練習メニューを作成や日常生活動作・活動をする際の工夫の提案します。食事に関すること(食材の硬さ、形状、調理方法など)や摂食・嚥下の助言も提案します。
B-3 参加場面での助言と指導	現地に訪問して、個人の参加・活動場面に即した助言と指導を行います。(例:動作や作業方法の改善などの助言指導を行うことで、希望する活動の実現を目指します。)
B-4 環境調整	家屋の改修や福祉用具(手すりだけでなく、食器なども含む)などの選定から、装具や杖、靴などの調整を行います。また、ご家族にかかわり方のコツや地域資源の活用方法について提案します。

C ボランティア・スタッフ支援

地域力の向上、地域づくりを促進するという観点から、ボランティアやスタッフの育成と支援をします。

C-1 相談	介助方法やかかわり方のコツ、身体の痛みなどの心配事について、ボランティアやスタッフからの相談を受け付けます。
C-2 ボランティア養成支援	ボランティア養成講座での講師として、リハビリテーションや自立支援の理念、介助方法論、老化や障がい、認知症に関する講義を行います。
C-3 イベント支援	リハビリテーションの知識や技術を応用して、イベントの支援を行います。(例:ウォーキングプログラムの際にイベントに同行してコンディショニングや障がい予防、応急手当、回想法を活用した認知機能低下予防と地域づくりなど)

D カンファレンス支援

多職種連携の情報交換の場で、身体能力、認知機能、活動可能性、環境調整などの観点から、情報提供を行います。

D-1 情報交換

個別指導や集団指導で評価した内容をもとに、身体能力、認知機能、活動可能性、環境調整などについて意見交換を行います。また評価を行っていない方に関するカンファレンスでは、一般的に想定できることを提案します

E その他

リハビリテーション専門職は、固有の知識や技能等を持っています。支援内容に縛りはありませんので、地域に即した支援内容を創出してください。

E-1 その他

各現場で相談しながら、様々な支援内容を創出します。



4. リハビリテーション専門職に求めていること

これまでに三重県リハビリテーション情報センターにご相談があった内容をもとに、三重県リハビリテーション情報センターが支援できる内容をまとめました。市町や地域の課題解決に向けて、リハビリテーション専門職を活用する際の参考としてご参照ください。

市町が求めていること

○介護予防事業(高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施)を始めたいが、どのような事業を行ったらいいかわからない。

○介護予防事業(高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施)を実施しているが、もっと効果のあるものにしたい。

1

三重県リハビリテーション情報センターが支援できること

○介護予防や健康づくりに効果がある事業とするために、トレーニング方法や体力測定の方法、認知機能や環境面への評価など、専門的なノウハウを提供します。

○従来から取り組まれている事業についても、より効果的な事業となるようアドバイスをを行います。

市町が求めていること

○介護予防事業(高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施)を実施したいがスタッフがいない。

2

三重県リハビリテーション情報センターが支援できること

○介護予防事業や保健事業の講師や体力測定時のスタッフなどを派遣します。

市町が求めていること

○介護予防事業(高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施)を手伝ってもらおうボランティアを養成したい。

3

三重県リハビリテーション情報センターが支援できること

○介護予防事業や保健事業を円滑に実施できるよう、ボランティア育成のための研修会を行います。

市町が求めていること

○介護予防事業(高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施)を実施したいが、しっかりと効果の上がる事業としたい。

4

三重県リハビリテーション情報センターが支援できること

○三重県リハビリテーション情報センター運営・協力団体が直接事業を受託することもできます。地域でのモデル事業として、プログラム内容や評価方法など、他の事業を実施する際の参考となります。

市町が求めていること

○介護予防事業(高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施)の評価をしたいが、どのように実施していいかわからない。

5

三重県リハビリテーションテーション情報センターが支援できること

○事業の効果について評価を行うためには、体力測定の商品、方法の統一など、平準化を図るなどするとともに、事業結果の分析等についてもアドバイスを行います。

市町が求めていること

○介護予防・日常生活支援総合事業を実施している事業所を指導したい。

6

三重県リハビリテーションテーション情報センターが支援できること

○サービス事業所を対象とした研修会を開催します。またプログラム内容等について個別の相談や指導を行います。

市町が求めていること

○介護予防事業(高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施)を効果的に実施するためにプログラムに活用できる教材が欲しい。

7

三重県リハビリテーションテーション情報センターが支援できること

○オリジナルの介護予防体操の開発や、体操指導のマニュアルやポスターなどの作成も可能です。



保健事業・介護予防 リハビリテーション専門職活用ガイド

2021年3月1日 発行

編集 一般社団法人三重県理学療法士会
一般社団法人三重県作業療法士会
三重県言語聴覚士会

発行 三重県リハビリテーション情報センター
〒514-8552
三重県津市桜橋2丁目131番地
三重県理学療法士会事務局内
TEL:070-4101-6233
E-mail:info.pt.mie@kdn.biglobe.ne.jp
ホームページ <http://mie-riha-info.jp>

