

~その人らしく生きるために~

HUMAN LIFE



社会医療法人 関愛会 在宅リハビリテーション通信

【冬号 vol.37】

2025年2月発行



早吸日女神社(佐賀県)



<http://sekiikai.jp/>



大野川河川敷



実践的な個別のリハビリが行える
生活行為向上リハビリテーションとは?

目標を持って取り組む屋外活動!



大在ふ頭



訪問リハビリ

訪問リハビリのできることで
事業所間連携

通所リハビリテーションで行える

「生活行為向上リハビリテーション」って知っていますか!?

リハビリテーションセンターもみの木では、生活行為向上リハビリテーションを行うために、全国デイケア協会が主催する生活行為向上リハビリテーション研修会に参加し、資格を取得した職員が、「生活行為向上リハビリテーション」に取り組んでいます。

生活行為とは、個人の活動として行う「排泄」「入浴」「調理」「買い物」「趣味活動」の行為のことをいいます。その生活行為が低下した者であって、6月以内の計画的なリハビリテーションによって生活行為が向上し、地域のサービスに移行することが見込まれる者に対して、医師または医師の指示を受けた理学療法士、作業療法士又は言語聴覚士がリハビリテーションを行った場合に算定します。

また、活動と参加の生活機能が低下した高齢者に対し、ADL（日常生活動作）、IADL（手段的日常生活動作）、社会参加などの生活行為の再獲得、向上を目的に行うものです。

生活行為向上リハビリテーションでは、「通所訓練期」と「社会適応期」の2段階でのアプローチが行えます。もみの木利用時に行うリハビリテーションに加えて、**実際の活動の場である自宅や地域に出向いて、練習を行うことで通所リハビリと訪問リハビリの役割を果たし、相乗効果が得られます。**リハビリテーションセンターもみの木では生活行為向上リハビリ実施加算を算定して、ご利用者様の「したい事」を支援しています。

【ADLの項目】日常生活動作

- 基本動作
起居動作（寝返り、起き上がり、立ち上がりなど）
- セルフケア
食事
整容（歯磨き、髭剃り、化粧など）
入浴（体洗、洗髪、浴槽移乗など）
更衣（ズボンや上着、下着の着脱など）
トイレ
- 移動・移乗
車椅子または歩行（杖歩行や歩行器歩行など）
階段
移乗（トイレ移乗、ベッド移乗など）

【IADLの項目】手段的日常生活動作

- 買い物
- 洗濯
- 掃除
- 料理
- 金銭管理
- 服薬管理
- 交通機関の利用
- 電話の応対

このようなニーズに個別に対応します!



自宅で料理をしたい

自宅でお風呂に入りたい



バスなど公共機関に乗って出かけたい

家族と一緒に買い物に行けるようになりたい



サッカーの応援やコンサート・映画など観に行きたい

グランドゴルフなど地域の行事に参加したい

生活の困りごと解決します!

生活行為向上リハビリテーション

このような困りごとは無いですか?

- 自宅でのお風呂の浴槽に入れなくて困っている。
- 包丁が使えず料理が出来なくて困っている。
- コンサートや旅行に行きたいけど不安がある。
- グランドゴルフに行きたいけど、出来るか不安だ。
- バスに乗って買い物に行きたいけど、バスに乗れるか不安だ。

そんな方にお勧めの生活行為向上リハビリテーション実施加算

疾患や加齢変化によって「排泄、入浴、調理、買い物、趣味活動等」生活行為に支障がある方に対して作業療法士、または研修を受けた理学療法士、言語聴覚士が計画を立て、ご利用者様の「したい事」をかなえる為のリハビリテーションです。

リハビリテーション会議等を通じて必要であればご提案もいたします。

単位数

通所リハビリテーション（要介護）
開始月から6か月以内 1250単位/月

介護予防通所リハビリテーション（要支援）
開始月から6か月以内 562単位/月

あなたの「したい」を応援します!



平成30年の介護報酬改定から、要支援の方々も対象となり、次ページの事例や7月の大東もみの木の取り組みを見てもらえばわかるようにもみの木内だけではなし得ない、実践的なリハビリテーションが行えます。

生活行為向上リハビリテーションに 取り組んでみた感想を聞いてみました！

半年間毎月、自宅での進捗状況の話し合いの場が、もてた事が一番のメリットだったと思います。
要支援の方は、要介護の方のように、リハビリ会議を行っていませんが、「生活行為向上リハ加算」を算定することで、リハビリ会議のような話し合いが出来たことにより、アプローチがしやすかったです。最後の達成の瞬間まで立ち会えることが、自分にとっても、とても嬉しかったです！（認定理学療法士/地域 板井）



トキハまで、行けた当日も自宅から幸崎駅まで不安で・・・行けるのかなと思っていただけ、幸崎駅で待ってくれている板井さんの姿を見て勇気が出ました！
そこから電車に乗り大分駅からトキハまで「板井さんは連れて行ってくれるんじゃないかと、支えてくれると思って、安心して行けました。後ろから見守ってくれてるんだと思うと心強く、不安もなくトキハまで行けました。

そのときの自信が今に繋がっているようで、今度は「別府のトキハに地域の方々と行ってくる」と笑顔で話されていました。また、妹さんのいる「福岡にも行きたい」とも話されていました！
S様は身体的には能力のある方ですが、不安から出来ることも出来なくなってしまうことがあります。身体面の向上だけでは、その人を変える事はできません。生活行為という6ヶ月間を通し、細かいことから話し合い、一つ一つクリアしてきた事がS様の自信に繋がり、不安を解消していったのだと思います。精神的な面を支える事、気持ちを動かす事が、改めて大切だなと実感しました。



YouTube

電車で目指せ！トキハ本店への挑戦！

「したいこと」を応援する実践的リハビリテーション！



- 本人の希望：「自宅周囲や畑で草取りをしたい」
- 課題：自宅周囲や畑で移動する時や草取りをする時に転倒の危険性がある
→「ご家族様と一緒に、自宅周囲や畑で安全に草取りができる」
- 通所訓練期（デイケアでの生活行為の模擬練習等・前半3か月）
 - ・もみの木の施設周囲や畑での草取り練習
→立位と椅座位で練習を繰り返し、適宜助言
 - ・歩行訓練（不整地・坂道）
 - ・運搬動作訓練（作業時に使用する椅子の運搬）
- 社会適応訓練期（実行場所での生活行為練習等・後半3か月）
 - ・自宅での実地練習（2週間に1回）ご家族様と一緒に取り組む
 - ・自宅周囲の草取り→急勾配の坂での草取りを中心に実施
 - ・立位での作業、椅座位での作業を確認
→立位・座位とも安定しており、本人の意向に合わせて立位と椅座位を使い分けて対応できるようになる

もみの木での練習を経て、自宅での練習に移行していききました。自宅の畑の草取りでは、もみの木の畑に比べ柔らかい土でしたが、立位でバランスを崩すことなく取り組む事ができ、会話をしながらの対応も可能でした。また、畑での移動も独歩でふらつき・躓きなく対応する事ができた為、ご家族様から、「安定しているのが安心しました」という感想をいただきました。
今回の取り組みの結果、運動機能の変化も見られ、全体的に改善が認められ、現状の身体機能であれば問題なく対応できると判断でき、目標が達成されました。



YouTube

「草取りをしたい！」通所リハビリで行う生活行為向上リハビリテーション

生活行為向上リハビリテーションの利点は、社会適応期に2週間に1回程度、ご自宅でリハビリテーションを実施できることです。これにより、施設では確認しづらい、実際の生活環境での動作課題を具体的に把握することができます。
また、ご本人様・ご家族様の不安感を軽減し、リハビリテーションへの意欲を高め、自信や安心感に繋げることができると思います。（理学療法士 堀）



リハビリの効果をもつめる事業所間連携による新たな気づき

M様は転倒による右上腕骨骨折の為、2ヶ月入院しご自宅に退院されましたが、右上肢に動作時痛や可動域制限が見られた為、週2回の訪問リハビリを開始しました。訪問リハビリでは、右上肢の機能改善だけでなく、転倒防止も目的とした介入を実施しました。開始から約半年で右肩の動作時痛はほぼ消失し、更衣動作も自立できるまで回復しました。また、下肢の支持性も改善した為、歩行車を使った屋外歩行練習も可能になりました。このような中、担当者会議でM様が利用する「はなそのデイサービスセンター」の職員様と情報交換を行い、デイサービスでのリハビリ内容についてお聞きする機会がありました。その上で、M様が**デイサービスでどのように過**

はなそのデイサービスでの活動を確認してみました！
デイサービスの職員様との情報共有の様子です。



ごしているのかを直接見学させて頂く事を提案し、了承を得ました。見学当日、M様は体操や作業活動に積極的に参加しており、他の利用者様や職員様との交流を楽しむ姿が印象的でした。ご自宅では休む時間が多く、活動量が少ない傾向があるM様ですが、デイサービスでは職員様の優しい対応もあり、リハビリへの意欲が高く、元気に活動されていました。見学時、デイサービスの職員様から「朝のお迎え時に足取りが悪いことがある」との報告を受けました。訪問リハビリでは特にそのような問題を感じていなかった為、**実際の送迎場面を見学**させて頂く事にしました。送迎時には職員様が段差や傾斜に注意して事前に声かけを行い、安全にサポートされていましたが、M様の姿勢はやや前傾し、歩行も少し不安定な部分が見られました。この原因として、朝は活動量が少なく、全身の筋力が十分に発揮されていないことが考えられました。この**見学を通じて**、朝の時間帯における下肢の筋力発揮の不足や、手引き歩行での安定

性向上が課題であることに**気づき**ました。そのため、今後の訪問リハビリでは、歩行車を用いた歩行練習だけでなく、玄関先での手引き歩行練習を取り入れる工夫が必要と感じました。

今回の経験から、実際にデイサービスに足を運び、**他事業所との情報共有**の重要性を再確認しました。デイサービスでは、M様が他のご利用者様との交流を楽しみながら活動している一方で、訪問リハビリではご自宅での生活に即した運動を行っています。それぞれが異なる目的を持ちながらも、**情報共有を通じて相乗効果を生み出し**、M様の生活の質向上につながっています。「はなそのデイサービスセンター」の施設では、リハビリ、作業創作、脳トレコーナーなど、ご利用者様が自分に合った活動を選べる工夫がされています。また入浴では、100%天然温泉のかけ流しを利用しており、ご利用者様から非常に好評のようです。M様の事例からも、**訪問リハビリと他事業所との連携が利用者一人ひとりに最適な支援を可能にすることが分かります**。今後も事業所間で情報共有を深め、M様のリハビリをさらに効果的に進めていきたいと考えています。

デイサービスの送迎時の動作確認を行いました。
移動時の歩行評価や送迎車への昇降動作の確認の様子です。



訪問リハビリと他事業所との情報共有や連携がご利用者様1人ひとりに最適な支援を可能にします！



今年も 初詣へ



人生活き生道場

今回の外出プログラムでは、毎年恒例の早吸日女神社への初詣に行ってきました。今回の参加者は22名のご利用者様です。移動中の車内では、ご利用者様同士で会話が弾み、穏やかな雰囲気になっていました。「佐賀関に住んでいるけど、一度も行ったことがなかった」とお話しされる方もいらっしゃいましたが、「今日はお天気も良くて本当に良かった」と笑顔で感想を述べられる場面も見受けられました。今回の外出プログラムでは、参加者の1人ひとりに合わせたサポートを行ない、全員が無事に初詣を終えることができました。この体験を通じて、ご利用者様が自信を持つきっかけや今後の目標を見つける場となったと感じています。こうざきもみの木では、今後もご利用者様の生活を支援するプログラムやリハビリ活動を計画し、地域での自立した生活をサポートしていきます。

こうざき校区「ハマユウサロン」ミニハードルと住環境を踏まえた転倒予防



★こうざきもみの木での取り組みの今年度のサロン紹介です★

今年度は14回地域の方々と活動を共にしてまいりました。その一例のサロンの様子を紹介します。今回は「ハマユウサロン」にお邪魔してきました。10名の方に参加いただき、そのうち過半数がもみの木ご利用者様でした。地域の活動に積極的に参加されている姿を見ることができ、とても嬉しかったです。今回は新たに導入したミニハードルを使って動的バランス練習を行いました。皆様、積極的に取り組んでくださり、笑いも交えながら楽しく運動することができました。運動の合間には、住環境に焦点を当てた「転倒予防」についてお話ししました。コタツや電気ストーブなどの暖房器具の使用により、住環境の変化が転倒リスクを高める可能性があります。新年を元気に迎えるためにできる対策を皆様と一緒に考える時間を設けました。講話の後には皆さんで和やかに歓談されていました。こうした地域行事への参加が、継続して健康な体作りのお手伝いになればと思います。今後も地域の方が益々元気になる活動をして行きたいと思っております！！

編集後記：

ご利用者の皆様、とても明るい笑顔で写真撮影に応じていただきありがとうございます。今年も元気で素敵な笑顔の皆様を撮影できることを楽しみにしています。広報誌を通じて、もみの木での活動を知っていただければと思います。

手指動作の向上を目指してしめ縄を作成！！

A様は1度頑張ると決めた事は熱量を下げる事無く頑張られる方です。そんなA様ですが、もみの木ご利用中は机上課題をされている事が多く、何か手指動作の向上に繋がるようなチャレンジができないかと考えました。チャレンジを立案した3か月後が年末年始だったので「車いすの駆動やズボンの上げ下ろし等、手を使う動作がスムーズに行えるようになる為に、お正月に向けて折り紙でしめ縄を作る。」という目標を掲げました！

11月にしめ縄作りを本格的に始めていく中で、「折り紙をA様と一緒に選びたいので買いにいきませんか」と提案したところ、「行く」と大きな声で返答が聞かれた為、坂ノ市のダイソーへ買い物プログラムに挑戦しました。狭い店内を、手引き歩行をしながら商品を選び、自動会計機の操作や小銭の投入等、一連の作業を見守りにて行う事ができました！



買い物動作もバッチリ！



いよいよしめ縄製作を開始！折り紙は折り進めれば進めるほど固くなる事から指先の力を必要とします。作業中、A様は「疲れた…」と言いながらも少しずつ完成に近づけていき、ついに12月中旬、試作を含めて全部で3つのしめ縄を完成させる事ができました！！1つはご自宅に持ち帰り、ご主人様が玄関ではなく居間に飾ってくれたようです。もう1つはもみの木のホール内に展示する事になり、ホールがとても明るく華やかになりました。それだけではなく、元々もみの木のホール内は車椅子介助での移動でしたが、現在では当初の目標どおり手指を使う事によって自走するようになりました。



今回の取り組みは、手指動作の向上だけでなく、ご主人様との会話のきっかけ作りにもなりました。今後は更衣等にも支援を行い、A様が出来る事を少しずつ増やしていきたいと思えます。

素敵なしめ縄が出来ました★



【グランドゴルフ復帰を目指して】

A様はご主人様を無くされ20年以上一人暮らしをされている要支援1の方です。かつては社会的でアクティブな生活を送られていましたが、坐骨神経痛により身体機能が低下し、日常生活に支障が出ていました。

そこで、A様は大東もみの木に通い始め、グランドゴルフの再会を目標にリハビリに取り組む事になりました。しかし、施設内でのリハビリだけでは限界があった為、より実践的なリハビリを行う為に、『**生活行為向上リハビリテーション**』を算定し、リハビリに励みました。

このリハビリでは、A様の自宅やグランドゴルフ場など、実際の生活空間でリハビリを行い、歩行訓練や道具の取り扱いなど、グランドゴルフに必要な動作を段階的に練習しました。A様は積極的に練習に取り組まれましたが、目標達成間近になって、身体の痛みなどからリハビリを続ける事に不安を感じてしまう場面もありました。それでも周囲の励ましもあり、A様はグランドゴルフの再会を決意し、他のメンバーと笑顔でプレーする事が出来ました。メンバーからは、「Aさんが来るのをずっと待ってたよ」、「またここで会えてよかった」との声かけに、「諦めずに来て良かった…」と喜びを噛みしめているA様の姿はとても印象的でした。

今回の事例を通し、リハビリには身体的な回復だけではなく、精神的なサポートも重要であると感じました。

今回は貴重な機会を頂けて有り難いです。このような取り組みがあることは、全く知りませんでした。これは他の皆さんにもやっていることなんですか？是非、皆さんも同じように取り組んで、リハビリに励んでもらいたと思います。

私たちにとっては、とても重要で素晴らしい取り組みだと感じました。この取り組みのおかげで、またグラウンドゴルフに行くことができるようになったので、もみの木の職員さんには感謝しています。大東もみの木を選んで本当に良かったです。ありがとうございました。



記念撮影



目標達成

【ダンボールでツリー作り！】

B様は慢性硬膜下血腫の後遺症により、軽度の麻痺と巧緻動作機能の低下があります。ある日、段ボール工作の本に触発され、A様は新たな目標を見つけました。かつて細かい作業を楽しまれていたA様は、段ボールでクリスマスツリーを作る事に挑戦。設計図を見ながら丁寧に採寸し、パーツを組み立てる作業に熱中されました。飾りも自宅から持参し、飾る方法も色々と工夫されていました。今回の制作では、几帳面に長さを図る、切る、組み立てるという過程で手指の巧緻性の練習に繋がりました。出来上がったツリーをもみの木の玄関から入ってすぐの所に置き、ご利用者様を始め他の部署の職員からも感嘆の声が聞かれ、とても素敵な笑顔で完成の喜びを味わう事が出来ました。

今回の生き生きチャレンジを通して、ご本人様は出来なくなったことが増えてきている事を実感されていました。その状態の中で、責任感を持ち、ご自分のやる事と認識され、リハビリの合間に製作途中のツリーに取り組む姿は、とても生き生きとされていました。



「リハビリテーションセンターもみの木」の活動がわかるオフィシャルサイト開設！

各事業所や地域での取り組みをわかりやすく表記。

リハビリテーションセンターもみの木では、2024年4月に「三重東リハビリテーションセンターもみの木」を開設し、大分県下に4つの通所リハビリテーション「もみの木」を運営しています。各事業所での情報や取り組みが分かりやすいように、オフィシャルサイトを開設し、ページを分けて情報を発信しています。

またその他にも「訪問リハビリテーション（こうざき・坂ノ市）」のページ、介護予防や地域活動の取り組みのページも設けており、取り組みが分かりやすいようにいたしました。こちらのサイトから、YouTube動画等にも繋がっていきますので、ぜひご登録ください。



もみの木 リハビリ 検索

◆通所リハビリテーション（介護保険サービス） ※写真を選択すると事業所のページに移動します。

			
こうざきデイケア・リハビリテーションセンターもみの木	坂ノ市リハビリテーションセンターもみの木	大東リハビリテーションセンターもみの木	三重東リハビリテーションセンターもみの木

NEW! 2024年4月1日OPEN!



YouTubeチャンネル

もみの木 生き生きリハ★チャンネル

www.youtube.com/channel/UC8XkAtbyJUFx4yeNE1F-w

リハビリの効果や運動などを発信しています。チャンネル登録よろしくお願います。

YouTube **もみの木 生き生きリハ★チャンネル**



twitter @mominoki_reha

もみの木 オフィシャルブログ「もみの木の木の下で」
 ☆もみの木や訪問リハビリでの出来事を情報発信中！
 アドレス：http://livedoor.jp/mominoki_reha/



QRコード

Instagram @zaitaku_rehabilitation

facebook @zaitaku_rehabilitation

もみの木 リハビリ 検索