

第3章

市町村支援の現状と課題

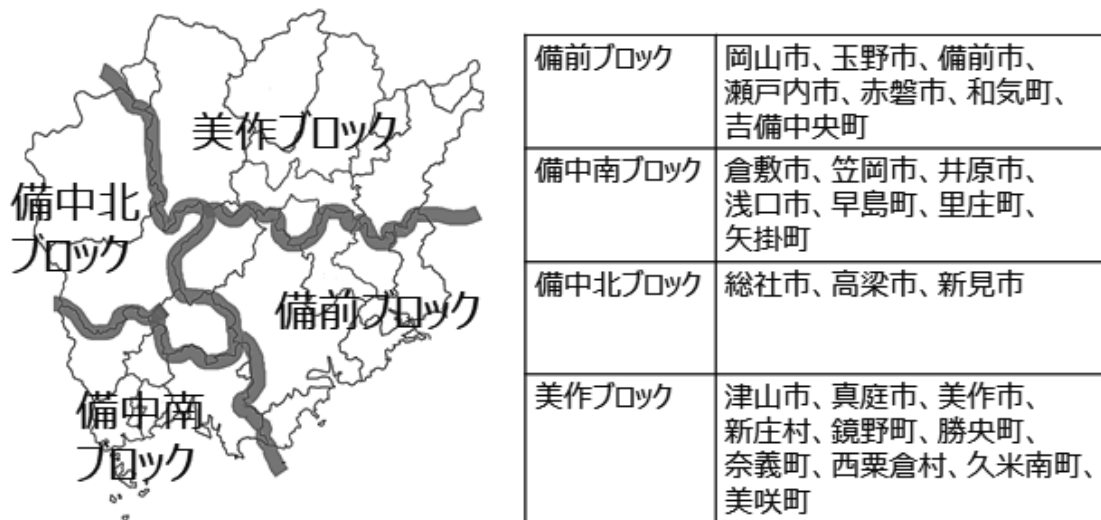
1 ブロック活動報告

リハ団体連絡会では、平成 27(2015)年の設立から平成 29(2017)年までの 3 年間で、全県において地域リハビリテーションリーダーを 63 名養成した。その後、各地域のフォローアップ体制を築くため、現在、県内4ブロックに分かれて活動を行っている。

これまでの経緯として、平成 30(2018)年度まで、「備前ブロック」、「備中ブロック」、「美作ブロック」の 3 ブロックにて活動してきた。その後、備中ブロック圏域でのリハ職に対する派遣依頼数が増加したため、備中ブロックを「備中南ブロック」と「備中北ブロック」に分割し、令和元(2019)年度から、「備前ブロック」、「備中南ブロック」、「備中北ブロック」、「美作ブロック」の 4 つのブロックにおいて活動を行っている。【図表1】

以下、各ブロックによる市町村支援や地域連絡会等の取り組みについて報告する。

【図表1】 ブロックごとの活動圏域



(1) 備前ブロック

① ブロックの概要

備前ブロックは岡山市、玉野市、備前市、瀬戸内市、赤磐市、和気町、吉備中央町の 7 市町からなる。

【図表2】

備前ブロック内の 7 市町に勤務先がある登録会員は、令和 2(2020)年 3 月末時点で 59 名おり、他ブロックと比較して多い。また、リハ団体連絡会が主催するリーダー研修・スタートアップ研修を修了した会員が県内で一番多いブロックである。しかし、市町村からリハ団体連絡会への派遣依頼は少なく、市町か

ら直接、当該市町の近隣施設(病院等)に依頼し、そこに所属するリハ職が中心となって市町村支援が進んできたという特徴がある。

以下、備前ブロックにおける、平成 30(2018)年度から令和 2(2020)年度までの市町村支援と地域連絡会の活動について報告する。

【図表2】 備前ブロック



② 活動報告

1. 市町村支援

平成 30(2018)年度から令和 2(2020)年度の期間で、備前ブロックの 7 市町のうち 4 市町から、地域ケア個別会議、地域包括支援センターとの同行訪問、介護予防・自立支援に関する研修講師の派遣依頼があった。【図表3】

備前ブロックでは、吉備中央町への派遣実績が最も多く、この 3 年間で 86 件の派遣を行った。その内訳は、地域ケア個別会議での助言とリハ職の同行訪問であり、近隣の施設に所属する OT と ST が中心に関与してきた(詳しくは第3章2. -(1)参照)。

備前市には、平成 30(2018)年と令和元(2019)年に、住民向けの研修講師として ST を派遣した。令和 2(2020)年からは、研修講師に加え、地域ケア個別会議にも ST を派遣している。

瀬戸内市ではこの 3 年間、研修講師としてリハ職を派遣している。その内容は総合事業の指定事業者への研修などであった。令和 2(2020)年度は、介護予防リーダーへの研修を実施する予定であったが、COVID-19 の影響により中止となった。

令和 2(2020)年度より、新たに玉野市から依頼があり、住民サポーター養成講座の研修講師として PT、OT、ST を派遣した。

【図表3】 備前ブロックの派遣実績

	平成30(2018)年度				令和元(2019)年度				令和2(2020)年度			
	ケア 会議	研修 講師	通所	訪問	ケア 会議	研修 講師	通所	訪問	ケア 会議	研修 講師	通所	訪問
岡山市	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
玉野市	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	0	0
備前市	0	8	0	0	0	8	0	0	11	11	0	0
瀬戸内市	0	2	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0
赤磐市	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
和気町	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
吉備中央町	11	2	0	11	11	0	0	11	20	0	0	20
計	11	12	0	11	11	10	0	11	31	14	0	20

※令和2(2020)年度は令和3(2021)年1月末時点の見込み数

2. 地域連絡会

備前ブロックでは、現状、リハ団体連絡会への依頼が他のブロックと比較して少ないが、今後、リハ職の派遣依頼があることを見込んでいる。また、依頼が多い他のブロックへの応援の準備も必要と考えている。そのため病院等で勤務するリハ職が、地域リハビリテーション活動支援事業に参加するまでに、各市町の情報を得る貴重な機会と捉えて地域連絡会を開催している。

1) 平成30(2018)年度の地域連絡会

a) 目的・ねらい

地域リハビリテーション活動支援事業に参加するにあたり、リハ職自身が、各市町の特徴や取り組みを知り、リハ団体連絡会のこれまでの市町村支援の実績から、高齢者の自立支援・重度化予防に寄与した取り組みの紹介を通して、備前ブロックの市町村にリハ団体連絡会の利用促進を図ることを目的とした(4市町担当者、地域包括支援センター、リハ職…41名参加)。

b) 感想・意見

リハ職から

* 退院後にどうなっているのか、後追いでできる人とできない人がいる。要支援者は地域包括支援センターが主体的に関わっているが、地域包括支援センターは多忙なイメージがある。病院サイドから地域包括支援センターへどこまで関わったらいいのかわからないのが現状である。リハ団体連絡会の中には、地域のために何かしたいというリハ職がそろっている。リハ職は病院や施設が所属主体の中で、個人的に市町村に「〇〇が手伝える」と伝えにくいと、市町村からリハ団体連絡

会へ気軽に依頼をしてほしい。その方が所属長の理解を得やすくなる。このような意見交換会の場で、垣根を少しずつ取り払っていききたい。

- *リハ職同士で関係づくりを行うのは比較的容易だが、地域課題の内容によっては、多職種で話し合う必要性を感じる。多職種を巻き込むのに、リハ職だけでハードルが高い場合は、行政の力を借りるのも一つの方法だと言える。

市町村・地域包括支援センターから

- *有償、無償に関わらず、リハ職が協力できそうなことがあれば市の方へ教えてもらいたい。地域資源の情報収集を行っているので、情報提供してもらえると助かる。リハ職も自分たちのフィールドで何ができるかを考えて主体的に動いてもらえると心強い。
- *介護予防のケアプランが、「お世話型」のプランとなったり、長期的な目標が抽象的になったりしやすい。地域ケア個別会議等での自立支援に向けた後方支援を行ってほしい。
- *地域ケア個別会議に、STの関与が少ないのが現状である。失語症や難聴の人は、デイサービスや地域の通いの場などの集団に参加することに消極的な場合がある。これが閉じこもりなどの原因で課題となっている場合もある。このようなときにSTのアドバイスが有効。実際に住民対象の研修会では、コミュニケーションや聴覚、補聴器などのテーマは、住民ニーズが高い。

2) 令和元(2019)年度の地域連絡会

まず、リハ職のみで意見交換会を開催し、それぞれの想いの共有を図ったうえで、市町との意見交換会を開催することとした。また、政令指定都市である岡山市とその他6市町とでは、事業内容や実施方法に違いがあると考えたため、それぞれに分けて地域連絡会を開催した。

2) - 1. 岡山市との地域連絡会

a) 目的・ねらい

岡山市については、岡山市から委託を受けたふれあい介護予防センター(以下、予防センター)が、高齢者の受け皿の役割をしている。岡山市の地域リハビリテーション活動支援事業は、予防センターで完結している実情がある。そこで、予防センターで働くリハ職と、岡山市内で働くリハ職のつながりを作り、退院後や退所後に介護予防センターにつながられるよう連携体制をつくることを目的に開催した(予防センター、岡山市で勤務しているリハ職…26名参加)。【図表4】

b) 感想や意見

- *現状では、地域の通いの場には予防センターの職員が講師で行っている。外部講師を呼ぶとすれば、予防センター内にいない職種(音楽療法士など)のみである。
- *岡山市内に勤務するリハ職は、予防センターのことを知る機会となり、予防センターのリハ職は、

他の地域資源について知る機会となった。連携方法として、まずは気軽にチラシなどを施設に置いたり、退院後の通い先の候補として介護予防教室を紹介したりすることができると思う。

* 予防センターのリハ職、岡山市内の医療機関等のリハ職それぞれが、お互いの想いや立場の違いを理解して行くことが大切だということがわかった。

* 政令指定都市のような大きな自治体では、現場の声を聞いてもすぐに反映することが難しいことも感じた。しかし、岡山市を良くしたいという想いが共通としてあることを蓄積し、少しずつできるところから連携をとっていくことが必要である。

【図表4】 岡山市との地域連絡会



2) -2. その他 6 市町(玉野市、備前市、瀬戸内市、赤磐市、和気町、吉備中央町) との地域連絡会

a) 目的・ねらい

地域支援を行っているリハ職が集まり、意見交換や悩みの共有ができるよう、地域連絡会を開催した。リハ団体連絡会を介さず市町村支援を行っているリハ職にも参加してもらい、リハ職が一丸となってより良い市町村支援が行えるよう、リハ団体連絡会の組織としての意義を認識できる会を目指した(リハ職…22名参加)。**【図表5～6】**

b) 感想や意見

* 地域に出ることに対して、所属長にどのように理解を促していったかについては、所属長の元々の考えによる部分が多い。しかし、所属長が変わってしまえば環境が変わってしまうかもしれないという面も同時に持ち合わせている。地域に出ることは、病院の宣伝にもつながり所属先のメリットにもつながることを伝えていくのがいい。地域の施設は、自身のブランド力が大事である。

* 地域包括支援センターやケアマネと話していると、対象になる高齢者の「やる気スイッチ」はどこにあるのかという話題になる。リハ職はその「やる気スイッチ」を見つけ、押す支援ができる職種ではないか。

【図表5】 6市町との地域連絡会①



【図表6】 6市町との地域連絡会②



2) - 3. 市町村とリハ職の地域連絡会

令和元(2019)年度は、以上の地域連絡会の他にも、各市町の担当者も含めて市町村とリハ職の意見交換会を開催する予定であったが、COVID-19 感染拡大防止のため中止となった。

3) 令和 2(2020)年度の地域連絡会

令和 2(2020)年度は、COVID-19 の影響により、市町の事業を休止したり、所属先からリハ職の対外支援が禁止されたりしたことで、思うように事業が進まなかったところも多い。今回は、コロナ禍でも足を止めずに地域支援を進めた市町の実績について共有する機会として、地域連絡会を年度末にオンラインで開催することに決定した。「新しい生活様式」に合わせて市町村とリハ職の連携を継続し、地域包括ケアシステムの構築を目指したい。

③ 今後の展望・課題

これまでの備前ブロックの地域連絡会は、各市町の現状や目指すことに触れるとともに、リハ職の立場からも市町村支援への想いや市町の役に立てそうなことを話せる機会となった。お互いの理解を得るためにも、このような機会が必要で、地域への想いが共有できれば、よりよい連携につながる。また、備前ブロックのリハ職の横のつながりを作ることで、悩み等の共有を行うことができた。様々な立場からの考えを取り入れられる機会となり、今後の市町村支援に還元したい。

現状、備前ブロックの市町においては、リハ団体連絡会への依頼が少なく、市町から直接、近隣の施設(病院等)に依頼し、そこに所属するリハ職が中心となって市町村支援が進んできた。特定のリハ職が関わっている場合、市町と特定のリハ職で関係が構築しやすく連携がとやすいというメリットがある。その反面、決まったメンバーが市町村支援を進めることになり、新たな発想や広がりが見られにくいことも考えられる。また、他のリハ職の育成が進まず、同じリハ職内でも思考に格差が生まれるというデメリットも同時に生じていると感じる。これらに危機感を感じているリハ職も多かった。今後も、市町村や地域包括支援センターとの意見交換を重ね、高齢者が住み慣れた地域で自分らしい暮らしが続けられるという目的を達成

するために、より良い方法を模索したい。

そのために現在、地域にリハビリテーションの視点が求められている。リハ職は、その人の自立支援や自分らしい暮らしを継続することに貢献できる専門職である。高齢者個人や住民同士が頑張ろうとしているところに、背中を押していけるよう、住民や地域包括支援センターの後方支援に取り組んでいきたい。

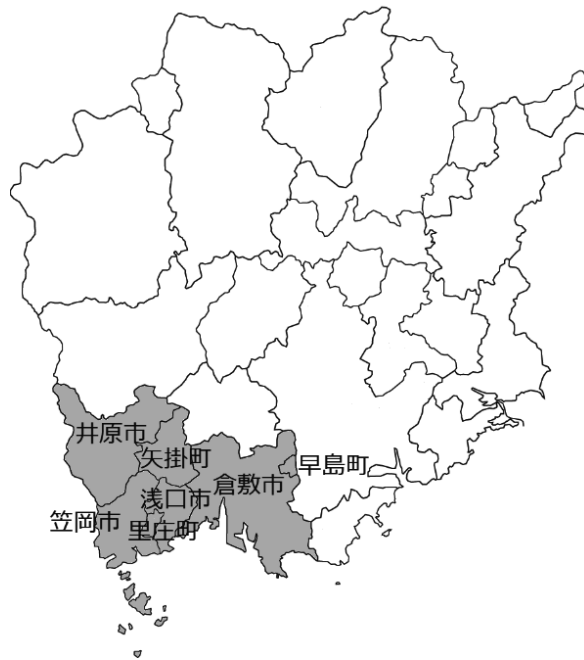
(2) 備中南ブロック

① ブロックの概要

現在、備中南ブロックは倉敷市、笠岡市、井原市、浅口市、早島町、里庄町、矢掛町の7市町を対象に派遣調整、地域連絡会の開催といった活動を行っている。【図表7】

備中南ブロックの7市町に勤務先がある登録会員は、令和2(2020)年3月末時点で67名となっており、内訳は倉敷市50名、笠岡市6名、井原市1名、浅口市2名、里庄町4名、矢掛町4名となっている。

【図表7】 備中南ブロック



② 活動報告

1. 市町村支援

平成30(2018)年度から令和2(2020)年度までに、備中南ブロックでは圏内7市町のうち5市町(倉敷市、笠岡市、浅口市、早島町、里庄町)からリハ職の派遣依頼があり、対応している。

平成30(2018)年度は3市町に対して合計70回、令和元(2019)年度は5市町に対して合計97回リ

ハ職を派遣した。令和 2(2020)年度は当初 5 市町から派遣依頼があったが、COVID-19 の影響による予定変更もあり、4 市町に対して 80 回の派遣を実施することとなった。【図表8】

各市町から依頼がある支援内容は、地域ケア個別会議への参加、通所型サービス事業での運動等の指導、住民向けの介護予防研修の講師等である。なお、令和 2(2020)年 4 月から 5 月は、COVID-19 感染拡大防止対策として、各市町が予定していた地域ケア個別会議等は中止になったが、多くの市町では 6 月より感染予防対策を徹底した形で再開されている。

倉敷市からは、平成 30(2018)年度から令和 2(2020)年度の間に、介護予防・自立支援に関する研修の講師依頼と、地域ケア個別会議への参加依頼があった。研修の講師として令和元(2019)年度に 8 回、令和 2(2020)年度に 3 回派遣を行っている。研修の内容は、住民を対象としたロコモティブシンドローム・フレイルの予防研修等である(詳細は第3章2.-(4)参照)。また、地域ケア個別会議は、市内 25 ヶ所にある地域包括支援センターで開催されるもので、各センターが年 2 回行うため、派遣依頼は 50 回以上となっている。地域ケア個別会議では歯科衛生士、薬剤師など多職種を招集して様々な地域ケア個別会議のあり方を模索している(第3章4.-(4)参照)。

笠岡市への派遣については、地域ケア個別会議や講演の講師依頼に対応している。また令和元(2019)年度は、笠岡諸島で開催するいきいき百歳体操の指導について依頼を受け、通所プログラムの指導助言を年 18 回行った。

浅口市への派遣実績は、平成 30(2018)年度まで地域ケア個別会議への参加が中心であったが、令和元(2019)年度から研修講師の依頼が加わった。研修内容は年 7 回開催の男性限定の介護予防教室(パワーアップ教室)であり、PT が運動指導を行った。令和 2(2020)年度も同様の研修を実施している(詳細は第3章4.-(5)参照)。地域ケア個別会議については、COVID-19 の影響により予定されていたものが中止となっていたが、令和 2(2020)年 11 月より再開となった。

早島町からは、令和元(2019)年度は年 4 回の介護予防教室の講師として派遣依頼があり、PT および OT が対応した。令和 2(2020)年度は PT に対して年 3 回の介護予防教室の講師依頼があったが、COVID-19 の影響により中止となった。

里庄町では、地域ケア個別会議への派遣依頼に対応しているが、令和元(2019)年度より町職員にリハ職が配置されたこともあり、依頼数は減少傾向である。歯科衛生士や管理栄養士など多職種を招集して様々な地域ケア個別会議のあり方を模索しており、リハ団体連絡会からは OT を派遣している。

井原市と矢掛町は、各市町の病院等に勤務するリハ職に直接依頼しており、リハ団体連絡会からの派遣は行われていない。

【図表8】 備中南ブロック派遣実績

	平成30(2018)年度				令和元(2019)年度				令和2(2020)年度			
	ケア 会議	研修 講師	通所	訪問	ケア 会議	研修 講師	通所	訪問	ケア 会議	研修 講師	通所	訪問
倉敷市	49	0	0	0	43	8	0	0	50	3	0	0
笠岡市	0	0	0	0	0	2	18	1	5	1	0	0
井原市	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
浅口市	6	0	0	0	5	11	0	0	3	14	0	0
早島町	0	0	0	0	0	1	3	0	0	0	0	0
里庄町	15	0	0	0	4	0	1	0	4	0	0	0
矢掛町	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
計	70	0	0	0	52	22	22	1	62	18	0	0

※令和2(2020)年度は令和3(2021)年1月末時点の見込み数

2. 地域連絡会

平成30(2018)年度は備中ブロック研修(現、地域連絡会)として開催した。市町村職員と市町村支援を行ったリハ職やこれから市町村支援に関わってみたいリハ職を対象に研修会を行った。研修会ではリハ職が市町村支援に参加するための手順や、同行訪問と地域ケア個別会議を連動して行った事例の紹介、顔が見える関係づくりをテーマに名刺交換やグループワークを行った。様々な意見交換が行われ、市町村にとってリハ職の特性が分かりにくいことや、市町村支援においてどのような専門性が求められているのか、派遣されるリハ職のマッチングが今後の課題として挙げられた。

令和元(2019)年度は備中南ブロックとして、地域連絡会を開催した(対象者は前年度と同様)。PT・OT・STの専門性や、参加した市町村の取り組みなどを紹介し、市町村職員を交えてグループワークを行った。それぞれの職種の専門性を紹介することにより、市町村からは「地域ケア個別会議などで派遣依頼する職種を選びやすくなった」等の意見を聞くことができた。リハ職からは、「地域ケア個別会議に参加して意見を言ったが、その意見が正しいものだったのか?振り返りをしてほしい」ことや、これから参加するリハ職から、「うまく提案ができるか不安になった」等の意見を聞くことができた。

令和2(2020)年度の地域連絡会は、COVID-19の感染拡大を防止するために、オンライン会議を利用する等、様々な形態での実施を模索している状況である。以前に行われた地域連絡会での課題も含め、リハ職のフォローアップと市町村との連携をテーマに開催を検討している。

③ 今後の展望・課題

備中南ブロックはリハ職の分布が偏った地域である。倉敷市は大きな都市であり、病院・施設数も多く、リハ職の数も多い。しかし、それ以外の地域では病院や施設の数に限られており、リハ職の数も十分とは

言い難い。平成 30(2018)年度以降の地域連絡会開催の主軸として、市町村支援をリハ職に広く知ってもらい、参加するリハ職の絶対数を増やすということを常に考えてきた。令和 2(2020)年度の派遣を依頼するにあたり、以前より派遣調整はしやすくなったものの、まだまだ調整が難しいこともある。今後も広報し、リハ職の参加協力を促していきたいと考える。もう一つ、備中南ブロックとして、令和元(2019)年度より重点を置いて行ってきたことは、ST の派遣数を増やすことである。地域ケア個別会議でも PT・OT の派遣がほとんどである。令和 2(2020)年度は地域ケア個別会議に派遣されている PT・OT に ST が同行し、意見交換を行った。今後も ST の専門性を理解してもらおうとともに、地域ケア個別会議の試験的導入も試みながら、ST の活用をより増やしていきたいと考える。

最後に令和 2(2020)年度はコロナ禍での市町村支援を行う年となったが、地域ケア個別会議等の派遣調整において、病院・施設側から派遣中止を要請されることも増え、難渋することもあった。そのためオンラインで形式での会議開催を検討するなど、リハ職が参加しやすい環境整備を進めていくことが今後の課題であると考ええる。

(3)備中北ブロック

① ブロックの概要

備中北ブロックは、総社市、高梁市、新見市による 3 市からなる。【図表 9】令和 2(2020)年 3 月末時点で、備中北ブロック内の 3 市に勤務先がある登録会員は総社市 2 名、高梁市 1 名、新見市 8 名の計 11 名であった。また、会員台帳登録時、「市町村支援への協力意向」の項目で「参加可能な市町村」として、備中北ブロック内の 3 市を挙げた登録会員は 40 名(令和 2(2020)年 3 月末時点)で、総社市への協力は 33 名、高梁市への協力は 7 名、新見市への協力は 13 名が可能としている。このように、備中北ブロック内だけではなく近隣市町の会員からの協力を得て会員の市町村事業への派遣を調整している状況がある。

【図表 9】 備中北ブロック



② 活動報告

1. 市町村支援

備中北ブロックの3市は、いずれも地域ケア個別会議に対してリハ職の派遣を希望している。【図表10】

総社市は地域包括支援センターが市内に6ヶ所あり、各地域包括支援センターが毎月1回地域ケア個別会議を開催するため、リハ職の派遣依頼は月6回、年間60回程度にのぼる。

高梁市は毎月1回の地域ケア個別会議に対してOTの派遣を希望しており、高梁市に勤務するリハ職が対応している。

新見市では令和2(2020)年5月から地域ケア個別会議を毎月1回開催している。現在、新見市内在勤のPTとOTが隔月で対応している。

備中北ブロックの市町村支援の詳細については、後述の「第3章-2. -(2) 地域ケア個別会議／新見市」や「第3章-4. -(1) 総社市」の項も参照されたい。

【図表10】 備中北ブロックの派遣実績

	平成30(2018)年度				令和元(2019)年度				令和2(2020)年度			
	ケア会議	研修講師	通所	訪問	ケア会議	研修講師	通所	訪問	ケア会議	研修講師	通所	訪問
総社市	67	0	0	0	58	0	0	0	51	0	0	0
高梁市	11	0	0	0	11	0	0	0	11	0	0	0
新見市	0	0	0	0	4	0	0	0	8	0	0	0
計	78	0	0	0	73	0	0	0	70	0	0	0

※令和2(2020)年度は令和3(2021)年1月末時点の見込み数

2. 地域連絡会

市町村支援に参加しているリハ職と市町村の職員が情報共有をする機会として地域連絡会を設けているが、備中南ブロックの項目で述べたとおり、平成30(2018)年度は備中ブロックとして「備中ブロック研修」を開催した。

令和元(2019)年度は、備中北ブロックとして「備中北ブロック(総社・高梁・新見)地域連絡会」を高梁市の高梁総合福祉センターで開催し、シンポジウム形式で取り組み発表や意見交換会を行った。シンポジウムのテーマは「地域支援事業における市とリハ職の連携強化に向けて～他市との情報共有～」であり、市町村からは総社市1名、高梁市1名、新見市1名、岡山県1名、リハ職はPT3名、OT5名、ST1名の合計13名が参加した。各市町村の取り組み発表では、各地域の特性、地域支援事業における課題、地域ケア個別会議の運用について、現在の地域支援事業に至るまでの経緯、地域ケア

個別会議で意識していること、市としてどのようなまちを目指しているか、どのようなリハ職人材に派遣に来てほしいか、住民に対して自立を伝える工夫といった話題が提供された。また、リハ職からは、地域ケア個別会議に参加するにあたり意識していること、リハ職が感じる地域ケア個別会議の課題、地域ケア個別会議に参加することで普段の業務へ活かすことができていること、リハ職としてできる地域貢献について情報共有が行われた。意見交換会では、どのようなリハ職が地域に出て行けば活躍できるのか、地域ケア個別会議に参加するリハ職はどのくらい社会資源を理解する必要があるのか、人材育成の必要性について等が話し合われた。市町村の職員とリハ職が顔をあわせ情報共有、意見交換を行う貴重な機会となった。

③ 今後の展望・課題

備中北ブロックの課題として、市町村支援に協力できるリハ職の少なさが挙げられる。総社市では市内在住・在勤のリハ職の参加が少なく、他市や他ブロックの会員から協力を得ているが、参加可能な会員の調整がつかず、地域ケア個別会議にリハ職が不在となることもある。高梁市においては、特定のリハ職に地域ケア個別会議への参加が依頼されている状況である。高梁市はリハ職の数が少なく、市内の病院に所属するリハ職からは協力が難しいという意見もあった。新見市については、市内のリハ職との関係性は築けているが地域的にリハ職の数が少ない。また、令和2(2020)年5月から毎月1回の地域ケア個別会議が開始されたこともあり、地域ケア個別会議の限られた時間内で適切なアドバイスができる人材の育成が今後の課題である。

派遣要請に対応できるリハ職の発掘は重要な取り組みであるが、当該地域に在住・在勤するリハ職の数そのものが少ないうえ、所属先から活動するための許可が得られないことも対応が困難な原因の一つとして考えられる。所属先から協力が得られない背景には、人件費の問題やリハ職個人の活動による勤務への影響に対する懸念等がある。この状況を解消するためには、地域で活動することでリハ職のスキルが向上し、それらのスキルが現場に還元された事例を発信する等、市町村支援にリハ職が参画したことで各人の所属先が得るメリットを提示し、地域リハビリテーションの魅力を感じてもらえるような働きかけができれば良いのではないかと考える。

また、備中北ブロックの3市はいずれも地域ケア個別会議へのリハ職の派遣を希望している。なかでも総社市、新見市では地域ケア個別会議に対して「理学療法士または作業療法士のいずれか」を派遣の条件としており、実際の地域ケア個別会議では専門領域を超えてリハ職として幅広い見識から意見を求められることもある。より質の高い支援を行うためには、各自治体の目指す地域ケア個別会議の姿をリハ職が共有し理解した上で参加し、適切な助言をできることが重要だと考える。そのためには、自治体の職員とリハ職が顔を合わせる地域連絡会のような機会を活用し、関係性を築き、連携を深め、互いに質を高めていく必要がある。

(4)美作ブロック

① ブロックの概要

美作ブロックは津山市、真庭市、美作市、新庄村、鏡野町、勝央町、奈義町、西粟倉村、久米南町、美咲町の10市町村で構成されている。【図表11】岡山県の県北部に位置し、県南に比べ人口は少なく高齢化率が高い状況にある。それに対して、リハ職の人数は他のブロックに比べて少ないのが現状である。

美作ブロックで市町村支援を行ったリハ職は、平成27(2015)年度から平成28(2016)年度までの最初の2年間で約20名程度であった。令和2(2020)年3月末時点の会員登録状況は、美作ブロック内の市町村に在勤の会員はPT36名、OT15名、ST1名の計52名となった。また、美作ブロック以外の登録会員も含め、美作ブロック内のいずれかの市町村で協力が可能と答えた登録会員は、PT38名、OT16名、ST3名の計57名となり、以前に比べ派遣の分担が行いやすくなっている。しかし、1人のリハ職が対応している回数が多いというのが現状である。会員登録者から希望に応じて派遣調整を行っているが、派遣されるリハ職は固定化されつつある。

【図表11】 美作ブロック



② 活動報告

1. 市町村支援

美作ブロックでは平成30(2018)年度から令和2(2020)年度にかけて、美作ブロック内の6市町村に対して主に地域ケア個別会議をはじめ、講演や訪問、通所支援について会員の派遣を行った。【図表12】

地域によって派遣状況は異なっており、津山市に対しては、地域ケア個別会議へのPTとOTの派遣を年間50回程度行っている。

真庭市は地域ケア個別会議へのPTとOTの派遣のほか、平成30(2018)年度と令和元(2019)年度

には同行訪問も実施した。また、平成30(2018)年度は介護予防・自立支援に関する研修会への講師派遣も行った。

美作市からは毎月1回の地域ケア個別会議へのリハ職の派遣希望があり、PTを中心に対応している。

西粟倉村には平成30(2018)年度と令和元(2019)年度に地域ケア個別会議と同行訪問へ会員を派遣した。

久米南町に対しては、令和元(2019)年度から地域ケア個別会議へ年4回の派遣を行っている。

美咲町では毎月1回の地域ケア個別会議へのPTの派遣の他に、通所プログラムの指導を行っている。また、令和元(2019)年度は研修講師の派遣も行った。

新庄村、鏡野町、勝央町、奈義町はここ3年間の派遣実績はなかった。

なお、後述の「第3章-2. -(3) 通所支援／美咲町」では、美咲町における通所支援について、「第3章-4. -(2) 真庭市」「同(3) 津山市」では、津山市および真庭市の市町村支援について詳しく述べているので、そちらも参考にしていきたい。

【図表12】 美作ブロックの派遣実績

	平成30(2018)年度				令和元(2019)年度				令和2(2020)年度			
	ケア 会議	研修 講師	通所	訪問	ケア 会議	研修 講師	通所	訪問	ケア 会議	研修 講師	通所	訪問
津山市	50	0	0	0	49	0	0	0	38	0	0	0
真庭市	10	4	0	15	24	0	0	8	16	0	0	0
美作市	12	0	0	0	11	0	0	0	10	0	0	0
新庄村	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
鏡野町	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
勝央町	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
奈義町	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
西粟倉村	11	0	0	3	17	0	0	0	0	0	0	0
久米南町	0	0	0	0	4	0	0	0	4	0	0	0
美咲町	11	0	16	0	11	1	14	0	8	0	12	0
計	94	4	16	18	116	1	14	8	76	0	12	0

※令和2(2020)年度は令和3(2021)年1月末時点の見込み数

2. 地域連絡会

美作ブロック各市町村の担当者とブロックリーダーやサブリーダー、地域支援事業に関わっているリハ職とのつながりの継続や、会議を通じた意見交換や情報共有、協力体制の構築を目的として地域連絡会を毎年度1回開催している。各ブロックのリーダー・サブリーダーが企画し、リハ職や各市町村担

当者への案内、出欠確認、当日の進行を担当している。【図表13】

主な参加者は、美作ブロックのリーダー及びサブリーダー、美作ブロックのリハ職、各市町村担当職員、県職員(長寿社会課)である。平成30(2018)年度は27名が参加した。令和元(2019)年度は18名が参加した。また、令和2(2020)年度はオンラインでの開催を予定している。

【図表13】 美作ブロック地域連絡会概要

開催年度	内容
平成30 (2018) 年度	(1) 岡山県リハビリテーション専門職団体連絡会より市町村支援の報告 津山市(地域ケア個別会議) 美咲町(通所) 西粟倉村(サロン) 吉備中央町(住民向け講座) 真庭市(効果判定会議) (2) 市町村へのアンケート結果報告 (事前アンケートからリハ団体の市町村支援の感想、リハ団体を活用していない市町村からの疑問などを報告) (3) グループワーク(4グループに分かれてディスカッション) テーマ1 地域の社会資源について テーマ2 市町村からリハ職を活用してみたいの感想
令和元 (2019) 年度	(1) 自己紹介 (2) 岡山県リハビリテーション専門職団体連絡会2019年度の実施体制について説明 (3) 各市町村における新総合事業の現状、取り組み、課題などについて報告 (4) その他 岡山県リハビリテーション専門職団体連絡会のホームページの紹介、活用方法の説明など
令和2 (2020) 年度 * 予定	①リハ団体からの報告 ②各市町村からの報告(派遣状況や支援内容確認) ③フリーディスカッション ④ブロックでの研修開催の検討

③ 今後の展望・課題

美作ブロックでは市町村からの派遣依頼件数に比べて、対応できるリハ職が少ないという問題点が生じていた。しかし、特定のリハ職が継続して支援を行った方が、意見のばらつきがなく一貫した意見がもらえるためありがたいという声が市町村から上がった。各市町村の要望に可能な範囲で応えながら派遣調整を行ってきた。岡山県地域リハビリテーションリーダー育成・広域派遣事業は令和2(2020)年度で6年が経過し、美作ブロックの派遣登録者は約60名になった。派遣の分担が以前に比べ行いやすくなっているが、1人のリハ職が対応している回数が多い状況には変わりはない。美作ブロックの専門職として、各市町村の意見も配慮しながら、今後も美作ブロック内の登録者から派遣調整を行っていききたい。

毎年度開催している地域連絡会では、地域ケア個別会議における対象者のその後のフィードバックをしてほしい、リハ職のアドバイス内容に違いがある、内容の引継ぎの方法などの課題が挙げられた。これに対して、津山市では毎年アドバイザー研修会を開催している。津山市の目指す地域ケア個別会議の説明やアドバイスのフィードバックをテーマにした研修の開催や模擬地域ケア個別会議を定期的に行っている。定期的に研修会を行うことにより、アドバイスの情報が得られ、アドバイスのフィードバックや市町村

側から求められていることも認識することができている。このように美作ブロック全体でも地域連絡会やフォローアップ研修を通じて、助言者としてのスキルアップや情報交換、連絡体制の構築を行い、リハ職と市町村職員が切れ目なく協力していける体制を考えていきたい。

現在はコロナ禍であるため、地域支援事業への参加許可が得られない病院や施設もある。派遣できる人材の発掘や支援方法の転換などが今後の課題になってくることが予想される。課題に対応しながら、地域支援事業本来の目的である「被保険者が要介護状態又は要支援状態となることを予防し、社会に参加しつつ、地域において自立した日常生活を営むことができるよう支援すること」に対して、地域におけるリハ職が専門性を活かした活動を通じて、他職種との連携をもって社会に貢献していけるようにリハ団体連絡会および美作ブロックは進んで行かなければならない。

2 市町村支援の実際

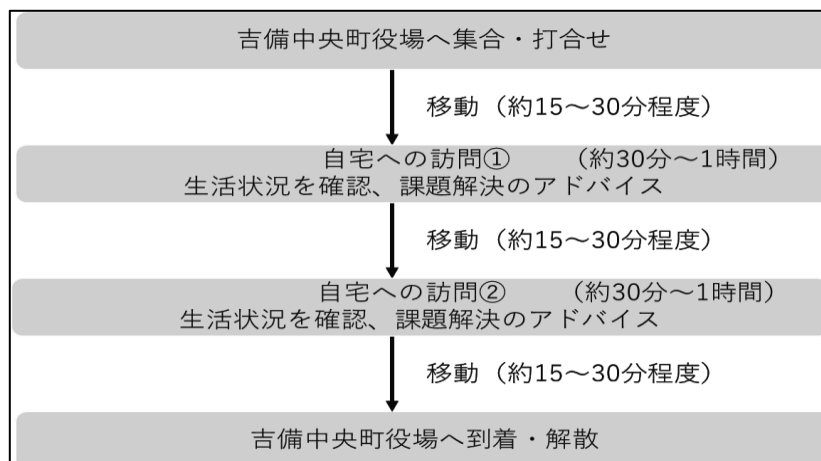
(1) 同行訪問／吉備中央町

吉備中央町は、平成 25(2013)年 5 月より、地域ケア個別会議の検討事例について、月 1 回の頻度で地域包括支援センターと OT が同行訪問を行っている。平成 31(2019)年 4 月からは、ST も同行訪問に参加している。吉備中央町における動向訪問の対象者は、地域ケア個別会議で生活行為の実施状況や環境について実際の場面での確認が必要とされた方や、総合事業の利用予定者で地域包括支援センター職員だけでなくリハビリテーションの観点からもアセスメントが必要と判断された方である。訪問件数は、1 月あたり 1～3 件、自宅での生活状況を確認の上、課題解決の具体的方法をアドバイスしている。

自立支援を念頭に置いた生活行為のアセスメントでは、生活行為の工程、環境、必要な能力について分析を行っていく。地域ケア個別会議の帳票では、入浴、食事といった生活行為の中で、どの項目に支援が必要かということは示されているものの、実際の手順の中でどの部分の動作に支援が必要なのかについては検討されていないことが多い。そのため、実際にどのような動作が困難なのかを分析し、課題を明らかにする必要がある。自立を阻害する要因や環境要因を検討し、自立の可能性を探っていかなければならない。自立を阻害する要因の検討では、対象者を取り巻く様々な要因の中から、本質的な問題は何かを探る視点が必要である。環境要因については、住環境や福祉用具にとどまらず、制度面における環境因子など、総合的に捉えていくことが必要である。

アセスメントの結果を踏まえ、自立を妨げている要因を明らかにし、解決方法について具体的に助言を行う。助言にあたっては、誰が、いつ、どこで、何を、どのように(5W1H)を意識し、具体的な介入方法の提案が必要である。また、どのようなリスクに注意して行うかも忘れてはならない。助言内容は、動作方法、道具や環境調整、家族への関わり方等多岐に渡る。環境調整では、本人が希望する生活行為について主体的に「できるかもしれない」と思わせる環境を提供することも重要である。【図表 1】

【図表 1】 同行訪問の流れ



① リハビリテーション専門職による支援

地域ケア個別会議の第一の目的は、自立支援・介護予防の観点から地域ケア個別会議を活用することである。「要支援者の生活行為の課題の解決等、状態の改善に導き、自立を促すこと」ひいては「高齢者の QOL の向上」(厚生労働省:2017)と言われており、同行訪問においても同様の視点が必要である。同行訪問における専門職の役割として、対象者のニーズや生活行為の課題などを踏まえ、自立に資する助言が求められている。さらに、幅広い視点で事例の課題を解決することが求められる。自身の専門分野や今までの経験を踏まえつつ、全体の優先順位を考慮する必要がある。【図表2】

【図表2】 ST(筆者)が行った支援の一例

事例	90代後半、男性、一人暮らし、介護認定なし
相談内容	地域の方からの相談があった。 ・最近集いの場に来なくなった。耳が遠いのも原因ではないか。 ・本人に会うと、補聴器がピーピー鳴っている。
生活状況	以前から、聞こえにくさもあり、およそ3ヶ月前に耳掛け型補聴器を購入。難聴の程度は、中等度。補聴器は、両耳とも外出の際にしか装着していない。イヤモーラド(耳穴の形に合わせて作成した耳栓部分)に多量の耳垢付着あり。集いの場に行くことを控えているのは、咳が出やすく、コロナ禍で他人へ迷惑をかけてはいけないと思っているとのことであった。
支援内容	補聴器に関しては、普段から装着することのメリットを説明し、理解を得た。また、改めて補聴器の装着方法を練習し、手入れも一緒に行うことで理解を促した。外出を控えていることに関しては、本人の思いも尊重し、様子を見ることとなった。

② 吉備中央町の同行訪問に参加して

同行訪問に参加し、実際の生活の場を訪れることで、地域の高齢者がどういった価値観で、どのように生活しているかが具体的に見えてきた。一人ひとりが最後まで住み慣れた場所で、その人らしく生きていけるようにする必要があり、それを実現するためには、自治体や専門職だけでなく、住民の理解が不可欠であると感じた。各々の住民が、他人事ではなく自分事として捉えられるように、支援者は専門領域を超えて、目的を共有し、一人ひとりの思いを引き出す関わりが求められていることを実感した。

また、同行訪問への参加は、他職種の視点を理解できる学びの場であると感じている。移動時間には多くの他職種と情報交換や連携を深めることができ、地域資源を知る機会が増えた。そのような小さい情報の積み重ねが、自身の学びの場でもあり、自立支援をより良いものにする基礎となっていると感じている。

(1) 参考文献・URL

- 厚生労働省老健局老人保健課:介護予防活動普及展開事業専門職向け手引き(2017)
<https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-12300000-Roukenkyoku/0000179799.pdf>

(2) 地域ケア個別会議／新見市

① 事業の概要【図表3～5】

新見市の概要

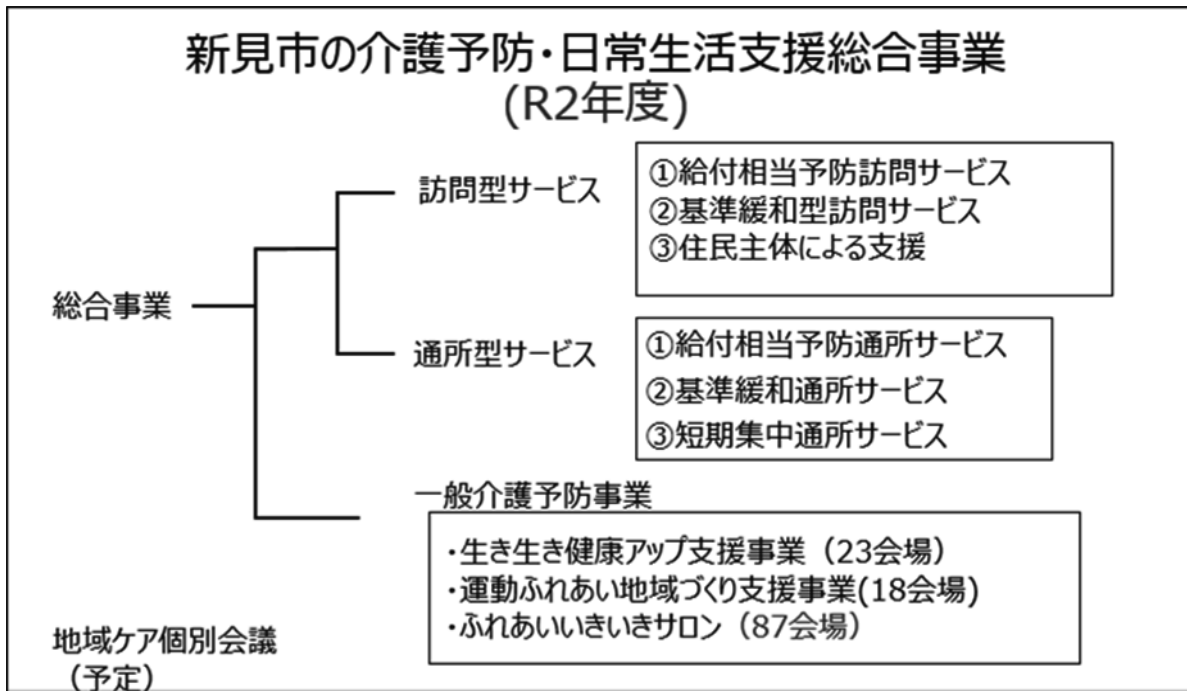
【図表3】 新見市の位置



【図表4】 新見市の基本情報

総面積	793.29Km
人口	28,786人 男:13,789人 女:14,997人 (R2.3月末)
高齢化率	41.7% (R2.3月末)
要介護認定率	22.7% (R2.3月末)
地域包括支援センター	1箇所(直営)

【図表5】 新見市の介護予防・日常生活支援総合事業



② 地域特性

新見市は、若者世代の都会への流出や、少子高齢化による自然減などに起因する人口減少・過疎化が最大課題である。

市域が広く起伏の多い地形であり、周辺部に住む移動手段を持たない高齢者・障がい者の外出機会や移動手段の確保が必要となっている。また、今後ますます独居や高齢者世帯、認知症高齢者の増加が予想され、地域での見守り体制がより一層重要になっている。

③ 支援の内容(地域ケア個別会議)

1. 開始前にしたこと

・先進地視察

リハ職と行政担当者が吉備中央町、総社市の地域ケア個別会議を視察研修した。

・新見市地域ケア個別会議説明会の開催

アドバイザーとして参加するリハ職の派遣調整について、新見市からリハ団体連絡会に委託して行うことが説明された。それに伴い、会議に参加する予定のリハ職には、リハ団体連絡会の派遣者台帳への登録依頼があった。

・模擬会議の実施

参加スタッフが会議の趣旨を理解するために、多職種による自立支援および重度化予防に向けたケース検討の会議をイメージした模擬会議が実施された。多職種多分野の集まる会議になることから話しやすい雰囲気を心がけるとともに次のようなポイントに注意した。①自立支援を目指す②理想論だけを語るのではなく実用的かつ具体的なアドバイスを行う③専門用語を使わないようにする④地域の課題を発見する⑤ゴールとしてサービス利用からの卒業を目指す。

2. 開始から現在まで

新見市の地域ケア個別会議は令和2(2020)年5月から開始されている。地域ケア個別会議の開始に先立ち、地域包括支援センターが市内各施設のリハ職代表者を集めて、当地域の地域ケア個別会議について方法や趣旨を説明した。リハ団体連絡会の会員台帳に登録している市内のリハ職が、輪番でアドバイザーとして参加する方針となった。

新見市の地域ケア個別会議は毎月1回3～7事例を取り上げ、1事例20分程度で検討する形で行われている。事例検討のための資料は、会議当日初見で確認する。構成メンバーは、地域包括支援センター職員(社会福祉士、保健師、主任ケアマネ等)、総合事業サービス提供事業者、第1層生活支援コーディネーター、市の栄養士、リハ職である。総合事業を利用する要支援1・2の方々を対象に通所介護(デイサービス)や訪問介護(ホームヘルパー)の利用者の現状を把握し、今のサービス継続が望ましいのか、それとも今後卒業に繋がるのかどうかを検証しアドバイスを提供している。

具体的には、基本情報、アセスメントシート、ケアプランを踏まえた上で口頭での情報提供を受け、リ

ハ職の視点から今後必要と思われることを伝えている。1 事例の時間配分は、事例提供者(地域包括支援センター)よりケース紹介 5 分、事業所から 5 分、後半部分の 10 分で情報交換、アドバイス、まとめといった流れで進行する。会議参加者のルールとして、質問のみに終わらず助言を具体的にを行うこと、ケアプランの検証ではないので良い部分を探し追加提案を行い、本人の自立支援につながる会議であると同時に、支援者自身も「頑張ってる人を応援していこう」とモチベーションが上がるような場にするを共通理解とした上で、事例ごとに課題を整理しつつ目標と期間の提案を行っている。また課題への具体的な解決・対応方法の助言や、サービス提供事業者に対する介助や運動方法等の助言も行っている。終了後、資料は回収される。

1)リハ職の参加

市内のリハ職は 40 人程度である。地域の実情を踏まえて医療や介護の立場から助言や提案をしていく地域ケア個別会議の参加スタッフに、当圏域のリハ職が参加することで、以前からある地域の課題を肌で感じ、リハ職の専門知識や技術を問題解決に活かすことができると考えた。施設間連携も大切と考え、各施設から代表を出す形で輪番制とした。現在参加施設は 2 施設である。参加者はリハ団体連絡会への会員登録を条件とした。令和 2(2020)年 1 月の時点で、登録者は 2 施設 8 名である。

2)連絡帳の活用

地域ケア個別会議後にリハ職が連絡帳を作成し、情報を共有している。事例を外部に持ち出すことができないため、次回の会議に参加するリハ職に情報をつなぐために行うことにした。内容は会議へのリハ職の参加姿勢に対する評価表の記入が主である。内容はわかりやすい言葉で伝えられたか? 具体的な助言ができたか? 良い点を伝えることができたか? など課題の解決につながるような意図のある質問ができたかどうかを自身に問いかける内容となっている。もう 1 つは、対象者の自立支援に向けた課題抽出ができたか? 卒業など今後の見通しについて検討できたか? である。その他は当地域の課題であるタウンモビリティの悪さ、サービス提供数の限界、地域で埋もれていた資源の発見も共有することができた。

④ 事例紹介

事例1

90 代・女性 要支援 1 既往歴(高血圧・骨粗鬆症・難聴)

独居。膝痛、筋力低下が原因で普段から転倒が多い。移動は杖なしで自立だが、家に閉じこもりがちな様子。年齢に比し、歩行速度が速く急ぎ足で移動する。他者との関わりは少ない。サービスとしては、週1回デイサービスを利用し、入浴も行っている。自主的に日記をつけたり、九九を唱和したり、自ら頭を使うことを心掛けている様子。

(アドバイザーとしての発言要約)

リハ職として、歩行速度が速くなり転倒のリスクが高まっている点に注目した。そこで、抑速機能付き

歩行器等を用いて歩行速度を抑えながらの歩行を促すことで、筋力強化につながり、転倒リスクが減る可能性を提案した。浴槽をまたぐことが可能で、洗身動作も自立していることから、在宅での入浴動作も可能ではないかと思われたが、デイサービスでの入浴を温泉に行く感覚でとても楽しみにされており、他者との交流や生きる意欲という点で介護予防に寄与していると考え、現状のサービスを受けながら経過観察することを勧めた。

事例2

80代・女性 要支援1 既往歴(不眠症・高血圧・変形性腰椎症・逆流性食道炎)

夫(要介護3)・息子と3人暮らし。尿臭あり。最近物忘れが目立っている。家庭内の電化製品はIHに変更している。火を消し忘れることもあり、最近は調理をせず総菜を買ってくることが多い。買い物は息子が担当している。ベッドサイドで食事を摂ることもあり、食べ残しが床に落ちていることが多い。身の回りのADLは自立しているものの、認知機能の低下が観察される。お酒(特にビール)が好きで目に入る所に置くとすぐに飲んでしまう。サービスとしては、服薬管理と掃除支援を主な目的に、週1回ホームヘルパーを利用している。

(アドバイザーとしての発言要約)

服薬管理が正しく行われていないことに注目し、まずは薬の必要性を指導した。さらに飲み方(お酒ではなく水で飲む等)を適切に指導しながらも、認知機能面での問題を抱えているため、代償のリハビリテーションアプローチとして、お薬カレンダーの導入が可能かどうか検討していくことも必要ではないかと提案した。本人だけでなく家族の諸問題も含まれており、解決すべき課題が多数あったため時間内での検討が難しく、本会議だけでは未解決の事例となった。

事例3

80代・女性 要支援2 既往歴(糖尿病・抹消神経障害・慢性腎臓病)

独居。足の痺れ、痛み、筋力低下が出現しており、移動手段としては屋内では杖または伝い歩き、屋外ではシルバーカーを利用している。足の上がりが悪く歩幅も狭い。自力で靴下を履くことも難しいという状態。屋内環境は住宅改修で手すり設置済み。自分自身で調理はできている。屋外環境は、周囲が坂道でゴミ捨ても危ない状況とのこと。週1回、掃除支援を目的にホームヘルパーを利用。他者との関わりが少なく、通院は近隣在住の姪が担当している。血糖値は落ち着いているが、腎機能の低下がみられる。間食等、食への関心はかなり高い。

(アドバイザーとしての発言要約)

外出する機会が少ない上に、在宅ではテレビ鑑賞を中心に過ごすことが多く、絶対的な運動量が不足していることに注目した。本人が糖尿病や運動不足に対してどのように感じているのか不明ではあるが、ロコモティブシンドローム(運動器症候群:運動器の障害のために移動機能の低下をきたした状態)のリスクを軽減させるため、疼痛をなるべく抑えながら在宅で安全に運動を行うことを提案した。具体例

としては家庭用エアロバイクを導入し、疼痛を抑制しながら有酸素運動を行うことを勧めた。さらに地域資源のひとつであるサロンへの参加を勧めた。

⑤ 今後の展望、課題等

地域包括支援センター、第1層生活支援コーディネーター、栄養士、アドバイザーそれぞれの視点で活発な意見を交わすことから情報を共有し、課題抽出や解決に向けた働きかけを行っている。リハ職として、心身機能のみならず、活動と社会参加、環境調整の面で少なからず貢献ができたのではないかと考える。しかし、新見市での活動はまだ始まったばかりであり、リハ職の存在意義や価値を住民にもっと示していく必要がある。

今後については、限られた時間で適切なアドバイスができる人材育成が急務である。また、地域ケア個別会議だけでは具体的な解決が難しいこともあるので、同行訪問の場での確かな助言ができるように研鑽を積む必要があると考える。

最後になるが、令和2(2020)年度に始まった地域ケア個別会議が、絵に描いた餅にならないよう、リハ職として長期的に関わっていくことで、新見市の高齢者における自立支援に貢献していきたいと考える。

(3) 通所支援／美咲町

美咲町は令和2(2020)年9月1日時点で、人口13,741人、高齢化率41%の岡山県北部の地域である。【図表6】介護保険サービス事業所も少なく、高齢者の受け皿確保と介護予防が大きな課題である。その中で平成28(2016)年度から美咲町介護予防・日常生活支援総合事業短期集中予防サービス（以下、短期集中）が実施され、PTが介入している。

【図表6】美咲町の位置



対象者と利用・介入頻度は以下の通り。

対象者:要支援1・2の方、チェックリストの該当者のうち希望される方

利用:毎週木曜 13:30～15:30、1クール3ヶ月の11回

そのうちPTは1ヶ月目と3ヶ月目に各2回(計4回)介入

卒業者:月1回のフォロー教室(月末木曜 10:00～12:00)

介入するPTは1クール(3ヶ月)毎に交代して対応している。対応期間中、別日程で実施される地域ケア個別会議に出席し、対象となる利用者について説明を行う。介入方法は利用時、健康運動指導士による集団体操(美咲町独自の体操、以下コロバン体操)から対象者を順次呼び出し、評価・問診を行い、助言・指導・提案等を行っている。【図表7】

【図表7】集団体操の様子



評価項目については毎年検討のうえ、変更しながら対応している。開始時から継続している項目は片脚立位とTimed Up and Go(TUG)、問診、認知症テストとしてMini-Mental State Examination(MMSE)である。

これらの評価は、医療保険における運動器リハビリテーション処方の際にも、医師との共通評価として用いられているため導入した。問診は生活動作上困っていることや改善したいことを聴取し、必要に応じて助言や動作指導を行っている。自助具で改善可能な場合は提案も行う。問診時に必要に応じて個別評価を行い、コロバン体操の中で特に行ってほしい運動を自主運動として提案することも行っている。自主運動の種類をコロバン体操の運動の中から提案するのは、利用者の継続性を考慮してのことである。昨今、テレビ等で多くの健康体操・介護予防体操に関する情報が提供されているが、普段から行っているコロバン体操は親しみやすく継続しやすいのではないかと考えている。【図表8～9】

【図表8】 歩行評価の様子



【図表9】 自主運動の提案の様子



現在、1クール(3ヶ月)の後半に介入した際は、地域の通いの場への促しも行うことがある。以前はこの通いの場への促しについて行えていなかった。これは介入しているPTごとに美咲町における提供可能な資源の理解に差があったためである。

そのため、平成31(2019)年1月22日に美咲町通いの場の担当者と情報共有の場を設けた。参加者は美咲町通いの場担当者、地域包括支援センターの職員、短期集中事業の担当者、介入しているPTである。このことでPTも各通いの場での介護力や、どの地域でどんなことを実施しているのかなど大きな情報を得ることができた。中には、要介護認定者でも受け入れ可能な介助能力を有する住民中心の通いの場もあり、担当職員も熱心にサポートしていることが理解でき、美咲町内の介護予防に対する熱意を感じた。

問診に関しては、介入当初は困難な生活動作のみを聴取し、動作指導等を実施していたが、それだけでは生活の改善・継続に不十分なことも多く、問診内容の統一を図った。はじめは日本整形外科学会が作成した、ロコモティブシンドロームの判定に使用されるロコモ度テストの一つ「ロコモ25」を実施したが、質問項目も多く、内容も関係性が構築できていない初対面時には聴取が困難であることが介入者間で共有された。翌年からはよりシンプルな認知・生活機能質問票(DASC-8)を導入したが、令和2(2020)年はCOVID-19の影響で、短期集中事業が中止になることもあり検証には至っていない。問診はPTと短期集中事業担当者で行っている。その際、生活が困難になっている要因と思われる視力や痛み、痺れなどについて専門医の受診ができていないといった新たな情報を得ることができるため、今後もこの形での問診を継続することが必要と考えている。【図表10～11】

現在介入しているPTは4名で、SNS(ソーシャルネットワーキングサービス)のグループ機能を活用しながら情報交換、意見交換を行っている。今後も密に連絡を取りながら、問診の変更や改善を図りたい。

【図表10】 個別の問診・評価票①

令和2年度		クール目短期集中介護予防教室	
氏名			
課題 (CMと相談)			
生活目標 (CMと相談)			
教室での目標 (PT・CMと相談)			

【図表11】 個別の問診・評価票②

評価							
PT	開眼片脚立位 右：	左：					
(/)	TUG：						
	DASC-8：						
その他	(指導内容)						
PT	開眼片脚立位 右：	左：					
(/)	TUG：						
	DASC-8：						
結果(PT・CMとの面談)							
教室の継続希望 (有 ・ 無 ・ 検討中 理由:)							
今後の方針(PT・CMとの面談)							

短期集中事業担当者は、介護保険認定者であればケアマネだけでなく、必要に応じて医師、家族からも情報収集を行っている。町内の介護保険サービスが少ないことで調整が困難な中、ケアマネからも様々な情報が提供されている。また家族の情報として、利用者の現在の状況をどのように理解しているのかといった情報も共有される。PTも情報を伝える際は専門用語ばかり使用するのではなく、できるだけ伝わりやすい表現で伝達するように心がけている。問診や評価におけるPTの意図もできる限り伝えるように心がけている。

地域ケア個別会議で方針が決定した利用者には、後半の介入の際に1クールの効果判定とともに専門職として伝えるべき点は伝えるようにしている。利用者自身の身体機能と希望目標が一致しておらず、今後も達成困難と予想される動作や活動に関しては、やり方の変更や不可能であることを伝えることも必要である。罹患している疾患や現在の身体機能、動作能力から明確な予後予測をすることも必要である。その予後予測を利用者に説明することや転倒リスクを理解してもらうことはリハ職にしかできない内容ではないかと考えている。これが自治体からリハ職に協力要請がある意義ではないかと理解し、リハ職でなければ伝えにくいことやケアマネ、担当者に予後予測を伝えるようにしている。地域ケア個別会議出席時には医師への説明も行う。ケアマネや医師、家族に説明する内容を短期集中事業担当者と検討することもある。医学的知識や介護保険の知識、生活動作の知識や代償方法など、リハ職としての専門性を活かしながら、あくまで利用者を中心とした自治体の方針実行の補助員であることを忘れてはならない。情報を各方面から収集し提供していただけることに敬意を表することを忘れず、今後も自治体からの協力要請に対応していきたい。

(4)研修講師／倉敷市

① 活動の経緯

倉敷市には約700ヶ所の通いの場・サロンがあり、地域住民が主体となって食事会、茶話会、レクリエーションや体操などの活動が行われている（くらしき「通いの場」ガイドブック第二版より引用）。活発な活動が行われている一方、通いの場・サロンの運営者からは、通いの場の取り組み内容に悩む、後継者が不足しているといった意見や、通いの場の参加者が独自に実施している体操等について、方法や評価を相談する専門家がいない状況で実施しているといった現状が、通いの場の運営・維持における課題として倉敷市に寄せられていた。通いの場・サロンに効果的な運動を取り入れることにより、活動の継続・活性化および介護予防につながることを目的として、平成29(2017)年度よりリハ職による介護予防、運動指導を主体とした講習会が開催されている。

② 活動の概要

1. 対象となる通いの場・サロンと活動日程

平成29(2017)年度より、倉敷市の通いの場・サロンのうち、生活支援コーディネーターがニーズを

把握している通いの場・サロンの代表者を対象として実施した。平成 29(2017)年度は倉敷地区 5 サロン、児島地区 1 サロン、玉島地区 3 サロン、水島地区 2 サロン、船穂地区 1 サロンの計 12 サロンの代表者 16 名、高齢者支援センターのスタッフ 15 名の合計 31 名を対象に研修会を実施した。【図表12】年度ごとに 3 回の教室を 7 月~12 月に企画して実施する予定であったが、平成 30(2018)年度は西日本豪雨災害の影響により、平成 31(2019)年 2 月 1 日、2 月 13 日、3 月 11 日に倉敷市児島地域の 8 サロン約 13 名を対象に実施することになった。令和元(2019)年度は令和元(2019)年 11 月 6 日、令和 2(2020)年 1 月 24 日、3 月 13 日の開催を予定していたが、COVID-19 の感染拡大防止のため 3 回目が実施できず、2 回のみ倉敷市玉島地域の 12 サロン 24 名を対象に実施した。

【図表12】平成 29(2017)年度研修会についての新聞掲載記事(山陽新聞社提供)

2017年7月20日(木) 山陽新聞[倉敷・総社圏版]

片足を床から5センチ上げる / 両足かかとを上下

高齢者が集まって体を動かしたり話をしたりする「通いの場」が倉敷市内で好評を博する中、市は19日、通いの場の運営者らに効果的な運動の仕方を伝える研修会を初めて

開いた。それぞれが独自に取り組んでいるケースが目立つ介護予防の体操について、科学的根拠に基づいたやり方を知ってもらおう狙い。12月まであと2回開く。(石井聡)

倉敷市「通いの場」運営者ら研修会

市内11カ所の通いの場運営者16人と、同14カ所の高齢者支援センター職員15人が参加。川崎医療福祉大(同市松島)医療技術学部の講師で、理学療法士の大坂裕さん(35)が講演した。

大坂さんは、骨や筋肉の機能が衰えた状態「ロコモティブシンドローム」(運動器症候群、ロコモ)に陥ると、要介護のリスクが高まると指摘。「片足立ちで靴下をはけない」「家の中でつまづく」といった状態の人は、ロコモの可能性があると説明した。

ロコモを防ぐ体操として、片足を床から約5センチ上げる「開眼片足立ち」大きく踏み出して腰を下ろしたりする「ヒーヒー」といった起立した状態「通

介護予防体操効果的に



2. 活動内容

講習会の内容については、平成 29 (2017) 年度からの開始に際し、倉敷市健康長寿課地域包括ケア推進室の担当者と PT である筆者が協議を行い、参加者同士のグループワークによる情報交換、通いの場・サロンへの効果的な運動や介護予防につながる知識を持ち帰っていただくための PT による講習、講習会を通しての自己および通いの場・サロンの目標設定、終了時の達成状況確認を行うこととした。「多くの通いの場・サロンにていきいき百歳体操などの運動を取り入れている」と生活支援コーディネーターから得た事前情報を基に、通常の通いの場・サロンでの体操に加えて、簡便に実施が可能なロコモティブシンドロームを予防・改善するロコモーショントレーニング(以下、ロコトレ)の指導を中心に、介護予防のための運動習慣の重要性を伝える講習会として、「サロンからの元気発信！目指せ・健康長寿」として 3 回の講習会を企画した。ロコモティブシンドロームの自己チェック、予防・改善のためのロコトレについては講習会で直接参加者に指導を行うとともに、通いの場・サロンで活用しやすいように上記内容を含めたロコトレ指導についての DVD を作成し、参加者に配布した。【図表13】 PT による講習では、ロコモティブシンドロームのみでなく、健康寿命、介護予防、サルコペニア、フレイルなどの解説を含めて行った。令和元(2019)年度からは管理栄養士による食事・栄養面の重要性についての講習も加えて実施した。

【図表13】 ロコトレ指導についての DVD



③ 令和2(2020)年度の活動内容

1. 対象地域、通いの場について

令和2(2020)年度は倉敷市真備地区の通いの場・サロンの代表者を対象として、令和2(2020)年10月21日から2週間おきに4回の講習会を実施し、そのうち3回にPTである筆者が講師として参加した。講習会には倉敷市真備地区の11サロンより代表者22名が参加した。参加したサロンの多くが、平成30年西日本豪雨災害で被災しており、1年前頃から会場を自宅などに変更し活動を再開できたということであった。加えて令和2(2020)年はCOVID-19感染拡大防止による休止期間があったため、多くのサロンが感染予防対策を徹底し再開できてはいたものの、中にはまだ再開に至っていないサロンもあった。

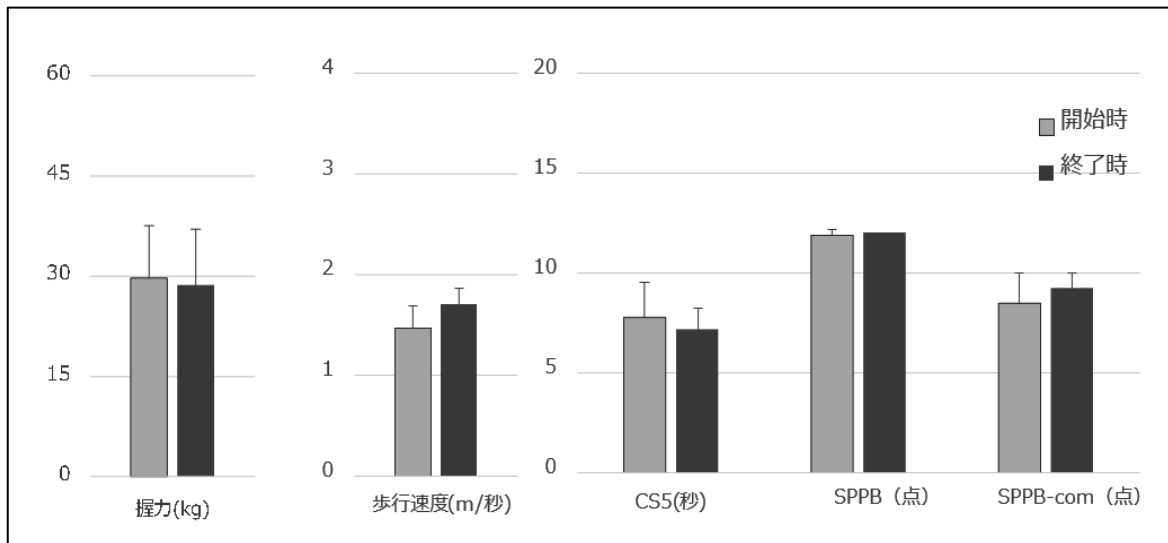
2. 体力測定

令和2(2020)年度の講習会では、これまで実施した内容に加えて、初回(開始時)と終了時に参加者の体力測定を実施した。通いの場・サロンの活動内容として、ほとんどの箇所では体操などの運動を取り入れているが、体力測定は主体的に実施されていないため、簡便に実施できるスクリーニングを含めた体力測定を実施し、健康増進、介護予防への意識づけを行った。

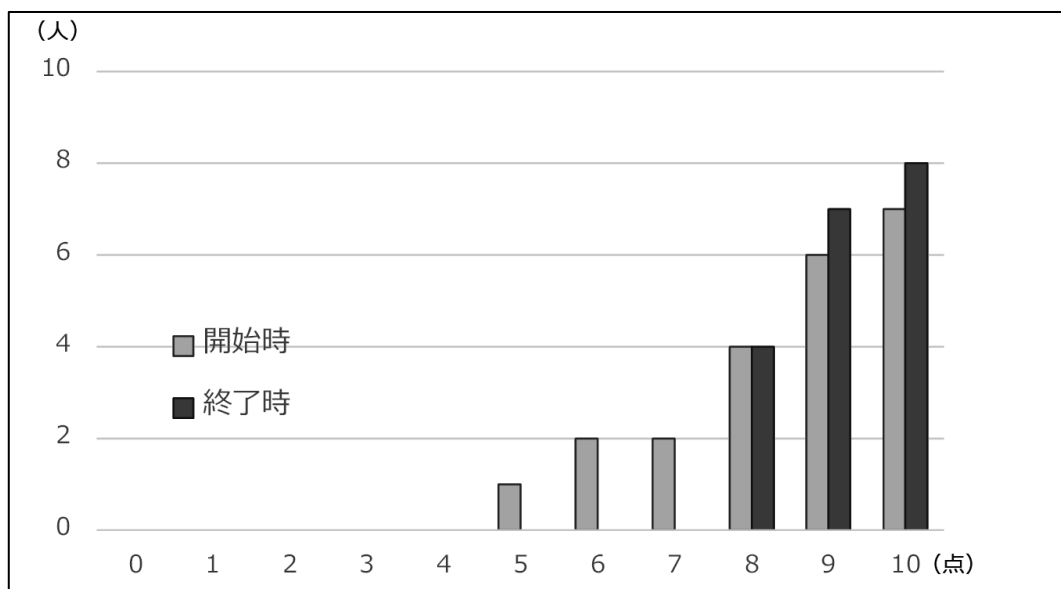
体力測定の項目は握力、歩行速度と5回椅子立ち上がりテスト(CS5)にタンデム立位(片足のつま先にもう一方の足の踵をくっつけて立位を保持する)時間を含めた Short Physical Performance Battery (SPPB)とした。SPPBは歩行、下肢筋力、立位バランスを包括的に評価する下肢機能評価指標であり、サルコペニアのスクリーニングにも用いられている。SPPBに握力の測定を加え、フレイルとサルコペニアのスクリーニングについても講習会にて実施した。初回の結果として、参加者は22名(男性7名、女性15名)、握力は男性 39.6 ± 5.6 kg、女性 25.2 ± 2.8 kg、歩行速度 1.5 ± 0.2 m/秒、5回椅子立ち上がりテスト 7.8 ± 1.7 秒、SPPB 11.9 ± 0.3 点(平均 \pm SD)であり、いずれの参加者もフレイルの判定基準とサルコペニアのスクリーニングにおいてフレイル、サルコペニアには該当しなかった。

令和2(2020)年は、初回(開始時)にロコトレの指導や日常生活における注意点に加えて、COVID-19の影響による生活不活発病予防のための運動指導を実施し、6週間後の最終の講習会にて再度体力測定を行った。終了時の結果として、参加者は19名(男性6名、女性13名)、握力は男性 39.0 ± 6.8 kg、女性 23.3 ± 3.0 kg、歩行速度 1.7 ± 0.2 m/秒、5回椅子立ち上がりテスト 7.2 ± 1.1 秒、SPPB 12.0 ± 0.0 点(平均 \pm SD)であり、歩行速度は開始時と比較して終了時に有意な増加を認めた。握力については平均的に減少したが、それ以外の項目は改善を認めた。SPPBは初回の測定にて概ね満点である12点を獲得する対象者が多かったため、地域在住高齢者を対象として10点満点に換算する修正版のSPPB-com(牧迫ら、2017)を使用し算出した結果、開始時は 8.5 ± 1.5 点、終了時は 9.2 ± 0.8 点と改善を認めた。【図表14】得点分布も2年後の要支援・要介護発生のリスクが高まる8点未満に該当する対象者が初回は5名みられたが、終了時ではいずれの対象者も8点以上であった。【図表15】

【図表14】 開始時と終了時の体力測定結果



【図表15】 開始時と終了時の SPPB-com 点数分布



3. 令和 2(2020)年度活動の総括

参加した真備地区の通いの場・サロンは、西日本豪雨災害後は休止を余儀なくされていたが、徐々に再開され活発に活動されているのが印象的であった。参加者はみな過去1年の転倒経験もなく、非フレイル・サルコペニアのロバスト(強靱で健康な状態)に該当すると思われた。開始時と終了時で体力測定の結果、身体機能面の改善がみられたが、今回指導した運動の実施による影響というよりは意識の高まり、行動変容による影響や測定への慣れといった要因が考えられる。終了時にはより前向きで意欲的な発言が参加者から得られており、引き続き通いの場・サロンでの運動の継続や日常生活での運動習慣の取り入れを行っていただきたいと考える。

④ 活動を通しての総括

通いの場・サロンへの地域在住高齢者の参加は、要支援・要介護状態の予防に効果的であり、インフォーマルな社会資源としての役割も重要であると考え。研修会では参加者によるグループワークを活用したことで、アクティブ・ラーニング(能動的な学習)を促すことができ(上村ら、2019)、健康や運動についての受動的な知識の取り入れのみでなく、参加者同士の情報交換や他の通いの場・サロンの活動を参考にするといった取り組みが行えた。短期的にはあるが、リハ職が関わることにより通いの場・サロンでの運動の取り入れや活動の活性化につながるよう、今後も市町村、地域包括支援センターと協同した働きかけを行っていきたいと考える。

(4)引用文献・URL

1. 上村一貴、山田実、岡本啓:フレイル予防に向けたアクティブ・ラーニング型健康教室介入の効果ー高齢者を対象としたランダム化比較試験ー、理学療法学、46、209-217 (2019)
2. 倉敷市保健福祉局地域包括ケア推進室:くらしき「通いの場」ガイドブック第二版
<https://www.city.kurashiki.okayama.jp/30653.htm> (2020年12月1日閲覧)
3. 牧迫飛雄馬、島田裕之、土井剛彦、堤本広大、堀田亮、中窪翔、牧野圭太郎、鈴木 隆雄:地域在住日本人高齢者に適した Short Physical Performance Battery の算出方法の修正、理学療法学、44、197-206 (2017)

3 市町村支援のポイント

リハ団体連絡会のリハ職派遣は、県内各市町村からの派遣依頼に基づいて行われている。この項では、リハ団体連絡会のリハ職派遣を利用している2市町の地域リハビリテーション活動支援事業担当者から、実際に行われている事業の概要やリハ職の関わり、今後の事業展開やリハ職への要望等について報告をお願いした。

(1)真庭市

真庭市がリハ団体連絡会にリハ職の派遣を依頼している事業は、基準緩和通所デイサービスである「元気はつらつデイサービス」における運営支援(デイサービス従事者研修会、効果判定会議、自宅生活指導)である。

① 元気はつらつデイサービス(基準緩和通所サービス)の概要

1. 概要

真庭市の総合事業は平成28(2016)年度から開始しており、基準緩和通所サービスとして新設された「元気はつらつデイサービス」がある。【図表1】現在は、9ヶ月の利用期間が設定されており、運動プログラムに参加し、生活機能を回復することで元気に生活するための機能を習得するデイサービスである。9ヶ月後は効果判定に基づいてサービスを終結することとしている。

真庭市は、元気はつらつデイサービスの提供事業者に、あらかじめ、自立支援の考え方や具体的な支援方法を学ぶ研修の受講を義務づけている。

【図表1】 元気はつらつデイサービス風景

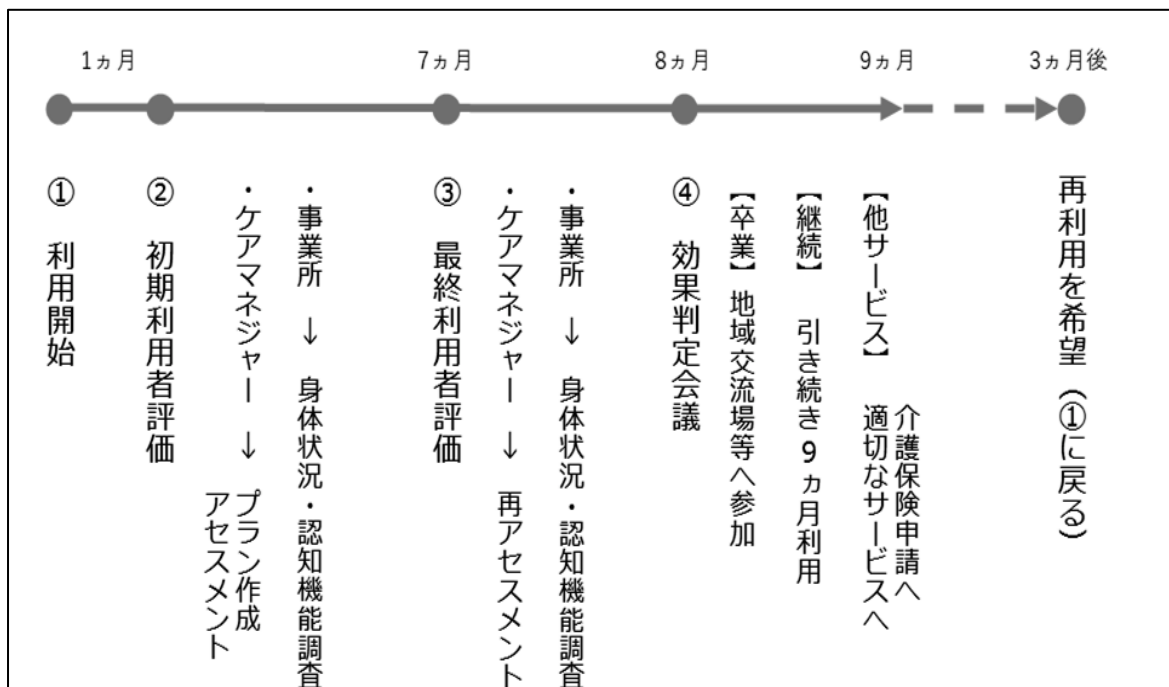


2. 事業の流れ

事業の流れとしては、ケアマネと事業所が利用者に対し生活状況調査、身体状況調査、認知機能状況調査を初回と7ヶ月目に行い評価する。この結果を基に、市職員と各種専門職(保健師、主任ケアマネ、PT、OT、ST)が集まり、効果判定会議を実施する。協議により、元気はつらつデイサービス利用者に対し卒業、継続、他サービスの利用のいずれかを判断し決定する。

卒業の場合は、地域の通いの場等への参加を促す。継続の場合は引き続き9ヶ月間の利用を継続し、利用者の希望や必要性に応じて、継続期間中にリハ職による自宅での生活指導を実施する。他サービス利用の場合は介護保険申請等を行う。また、卒業後も3ヶ月の期間をおいた場合は再利用の申請が可能となる。【図表2】

【図表2】 事業の流れ



② 派遣依頼の経緯

平成28(2016)年度より開始した「元気はつらつデイサービス」において、当初の課題として市職員にリハ職がおらず、関係者に対して専門的なアドバイスが行えないという課題があった。このため、リハ団体連絡会に、真庭市における地域リハビリテーション活動支援事業を支援してもらう目的で派遣依頼を行っている。

「元気はつらつデイサービス」利用者の現在の生活状況(日常生活、運動、社会参加、医療)を把握する目的で調査を行った。この結果、上下肢の運動器疾患が原因で段差昇降や歩行が困難となっている場合が多いということが明らかになった。【図表3～4】この結果により、日常生活において運動器疾患での制限が大きく、リハ職の支援や意見がいかに重要であるかが明確となった。

【図表3】 問題なしが多かった項目

第1位	服薬(57%)
第2位	ゴミだし・分別(56%)
第3位	受診(55%)

【図表4】 問題ありが多かった項目

第1位	玄関等の段差の昇り降り(72%)
第2位	歩き方(68%)
第3位	外出の頻度(67%)

③ 派遣依頼の効果

真庭市では、リハ職の支援があることで様々な効果が得られている。

効果判定会議においては、専門的な助言により、より厳密な判定が可能となった。また、判定において継続となった利用者に対し実際に訪問してもらうことで、ハイリスク者の早期発見、早期サービスの提供につながるケースや、住宅改修及び福祉用具レンタルに対する専門的な助言を行うことが可能となった。

デイサービス事業者研修においては、専門的な視点から事業者に対し指導を行うことで、専門的な知識を習得することができ、各事業所で活かされている。

④ 現在の課題

真庭市における、「元気はつらつデイサービス」は事業を開始して4年間経過したが、事業を進めるとともに徐々に課題が浮かび上がってきた。利用者(家族)、事業所、リハ職それぞれの視点からみた意見を参考に、効果的・効率的な事業の運営を目指している。

1. 利用者および家族の意見

- 1) 卒業後、独居や交通手段のない場合は引きこもりがちになる
- 2) 切れ目のないサービスが良い
- 3) 友人と気軽に集まる場所がなくなってしまう
- 4) 3ヶ月休んでいる間に、認知症の症状がひどくなったように感じる
- 5) 家族はデイサービスに行っていることで安心する

2. 事業所の意見

- 1) 卒業制度があるため、卒業し利用者が減ると経営難になる
- 2) 人数が安定していないため、送迎の段取りが難しい
- 3) 事業を行ってみたが、利用者がいない

3. リハ職の意見

- 1) 実際に本人に会っているわけではないので書面のみでは評価判断が困難
- 2) 卒業後に行く場所があれば安心して卒業判定ができるが、整っていないので判断が難しい
- 3) 90代の利用者が多く卒業とその他のサービス利用が紙一重となっている
- 4) 冬期に卒業する利用者においては、外出頻度の減少が見られ体力低下が懸念されるため何らかの対応が必要
- 5) 実際に訪問してみると紙面との差がある
良い例: 訪問を行ったことで、自宅の様子が分かり早期発見、早期サービス提供につながった
悪い例: 思っていたほど悪くなく、外出を良くされる方だった

このように、未だ本事業においては課題が多い。特に、本事業が「卒業」制度となっていることが利用者や事業者にとって問題となっているため、今後も「卒業制度」の検討が必要である。

⑤ 今後の事業展開とリハ職への要望

現在、真庭市においては第8期高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画に向けた体制整備を行っている。真庭市においても高齢化が問題となっており、高齢者が積極的に地域や社会に参画し、お互いを支え合い、高齢者が「いつまでも元気でいきいきと暮らせる」地域作りを目指している。

このため、第8期計画においてリハ職の支援が重要な役割を果たすと考えている。

1. 「集いの場」の拡大支援

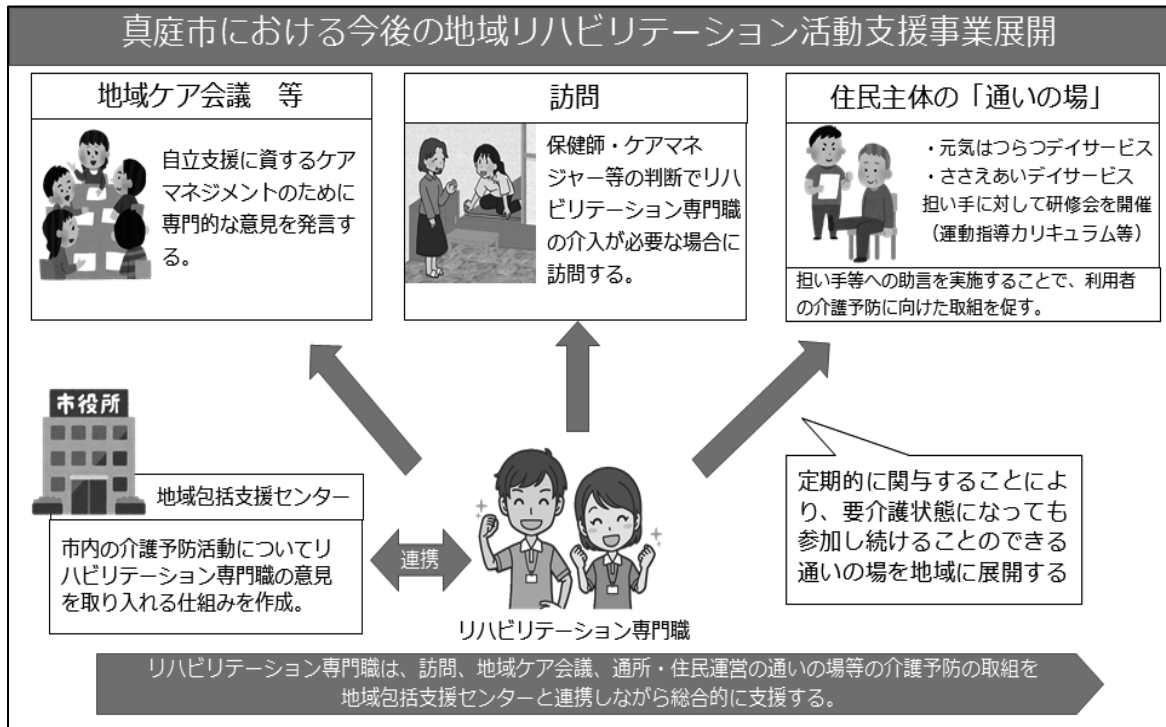
今後の真庭市における事業展開としては、介護予防・日常生活支援総合事業である、住民主体で週1回集まる「集いの場」の数を拡大させることを目指している。現在真庭市における「集いの場」は、令和2(2020)年11月末時点で50ヶ所あり、2025年までに120ヶ所を目標としている。

真庭市において「集いの場」の拡大とともに参加者の拡大を推進する上で、リハ職の専門的関与は大変重要であり、連携を進めていきたい。

2. 地域ケア個別会議への参画依頼

現在、真庭市は地域ケア個別会議の開催が少ない状態である。高齢者個人の課題に対して、支援に係わる関係者、専門職、地域住民を交え、多角的な視点から協議を行い、高齢者が地域で自立した生活が継続できることを目指したい。また、個別ケースの検討を通じ、ケアマネの自立支援に資するケアマネジメントの実践力強化の支援も進めたい。その目的達成のためリハ職の参画を是非お願いしたい。【図表5】

【図表5】 真庭市における今後の地域リハビリテーション活動支援事業展開



(2) 吉備中央町

① 地域ケア個別会議での支援

1. 概要

吉備中央町では、リハ団体連絡会を通じて毎回2名のリハ職に参加を依頼し、地域ケア個別会議で専門的な視点からの助言を得ている。会議は毎月開催し、事例は総合事業を利用する(予定)の方のみで、毎回2～3事例を検討している。

2. 会議の目的

対象者が総合事業を通して、その人らしく、元気になって地域で自立した生活ができるようにする。

3. 地域ケア個別会議 構成メンバー【図表6】

PT、OT、ST

薬剤師、管理栄養士、事業所担当者

社会福祉協議会、福祉課、地域包括支援センター

【図表6】 会議の様子



4. 地域ケア個別会議の流れ

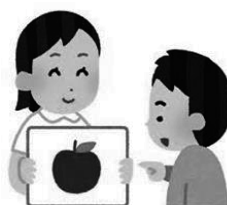
- 1) 会議1週間前に資料を配布
- 2) 会議当日、事例提供者からの事例の説明
- 3) 専門職からの助言
- 4) 助言を得て、事例提供者と目標の確認
- 5) まとめ

5. 地域ケア個別会議における専門職に期待される役割

事例提供者のみではなく、会議に参加しているメンバー全員が各専門領域における疾患や障害の特性のポイントを把握できるように、わかりやすい意見で発言してもらおう。また日常生活で役立つようなちょっとした専門的アドバイスを出してもらおうことで、メンバーのスキルアップにつながる。【図表7】

【図表7】 リハ職によるアセスメントの視点

職 種	専門職によるアセスメントの視点
PT	アセスメントにおける主に ADL の課題 <ul style="list-style-type: none"> ・ 起居・移動 ・ 食事動作 ・ 排泄動作 ・ 更衣 ・ 入浴動作等
OT	アセスメントにおける主に IADL の課題 <ul style="list-style-type: none"> ・ 炊事 ・ 掃除・整理 ・ 洗濯 ・ 買い物・金銭管理 ・ 電話動作等
ST	アセスメントにおける主に口腔・嚥下、水分摂取などの課題 <ul style="list-style-type: none"> ・ 口腔ケア ・ 飲み込み ・ 歯の状態 ・ 水分摂取量等



② 地域ケア個別会議対象者へのリハ職同行訪問

1. リハ職同行訪問の概要

吉備中央町では、地域ケア個別会議で取り上げられた対象者に対して、リハ団体連絡会より派遣されたリハ職と担当ケアマネで訪問を行っている。そこで実際の家庭生活を見てもらい、困りごとや不安なことについての助言を得ている。専門職からの視点で助言を得ることで、対象者本人、家族の不安やケアマネのアセスメントの視点など多くの気づきを得ることができている。【図表8～9】

【図表8】 対象者宅への移動の様子



【図表9】 同行訪問の様子



2. 訪問支援における専門職に期待される役割

訪問支援は、主に OT、ST による訪問で、それぞれの視点からの助言を得ている。家庭生活でも実践できるような助言は、対象者も簡単に取り組むことができ、課題の解決につながる。【図表10】

【図表10】 訪問支援でのポイント

職 種	専門職の訪問支援でのポイント
OT	<ul style="list-style-type: none"> ・ 日常生活における動作の確認 ・ 浴槽やトイレ等の環境面の確認 ・ 炊事場等の作業・環境面の確認
ST	<ul style="list-style-type: none"> ・ 口腔状態の把握 ・ 嚥下の機能の把握

③ リハ職支援のポイント・要望等(地域ケア個別会議、リハ職同行訪問における専門職の必要性)

地域ケア個別会議では、それぞれの専門的立場から対象者への助言を得ることができる。そのためメンバーは対象者のアセスメントや支援内容のこと等、多くの気づきを得ることができる。またその気づきをメンバーが実践することで、メンバー全体のスキルアップにつながると感じる。次に対象者の総合事業の目標について、その人の身体面の部分だけでなく、精神面や環境面など多面的な視点から助言を得る

ことができる。目標については、その対象者が総合事業を通して、半年後どのようになりたいかを具体的に明記するもので、事例提供者も身体面ばかりに目がいきがちである。そのため助言によって事例提供者の視野も広がり、対象者の半年後だけではなく、その後の生活まで見通しを立てることができる。今後も継続して、地域ケア個別会議において、多面的な意見や助言をお願いしたいと思う。

リハ職の同行訪問では、専門職が実際に対象者と話をしたり、家屋状況を見たりと、直接的な助言を得ることができる。また事前に会議で、対象者のことを把握しているため、訪問時にアセスメントのポイントや見立ての指導を受けることができる。

今後も引き続き、リハ団体連絡会からの派遣により、専門職からの助言・支援を受け地域ケア個別会議、リハ職同行訪問等地域で自分らしいより良い生活ができるように支援をしていきたい。

4 市町村支援のモデルケース

リハ団体連絡会にリハ職の派遣を依頼し、市町村支援事業を行っている市町村は年々増えてきている。今回、複数年継続した派遣依頼のある市町村の中から、5つの市町をモデルケースとして、リハ職が関わる事業の内容や継続した支援がどのように活かされているかといった点について報告を行う。

前回の報告書に「市町村支援の実際」として活動報告が掲載された総社市、真庭市、津山市については、その後3年間の取り組みを報告する。倉敷市、浅口市については、新たな取り組みを中心に報告を行う。また、今後も引き続き支援を行っていくために、現在の課題や展望についても述べる。

(1) 総社市

① 総社市の概要・地域特性【図表1】

【図表1】 総社市の基本情報

総社市の基本情報

R2.4月末時点

面積	211.90 km ²
人口	69,353人
高齢者人口(率)	19,488人(28.1%)
前期高齢者数(率)	9,743人(14.0%)
後期高齢者数(率)	9,745人(14.1%)
第1号要介護認定者数(率)	3,667人(18.8%)
地域包括支援センター	委託 本所6箇所
保健師等	6人
社会福祉士等	6人
主任介護支援専門員等	6人



総社市の中心部である市役所周辺は人口増加傾向であり、高齢化率は平成29(2017)年9月30日時点で24.3%である。一方で北部などの山間部地域の高齢化率は46.3%と、中心部と比べて著しく高い。また、北部の山間地域では、自宅が坂道に面している家も多く、膝痛や筋力低下など、身体機能障害の有無やその程度が外出困難に直結しやすい環境である。

このように、総社市は高齢化の地域差、環境の違いが大きいという特性を有している。そのため、市内でも派遣される地域包括支援センター圏域毎に、その特徴が異なるため、各地区の特性を視野に入れた

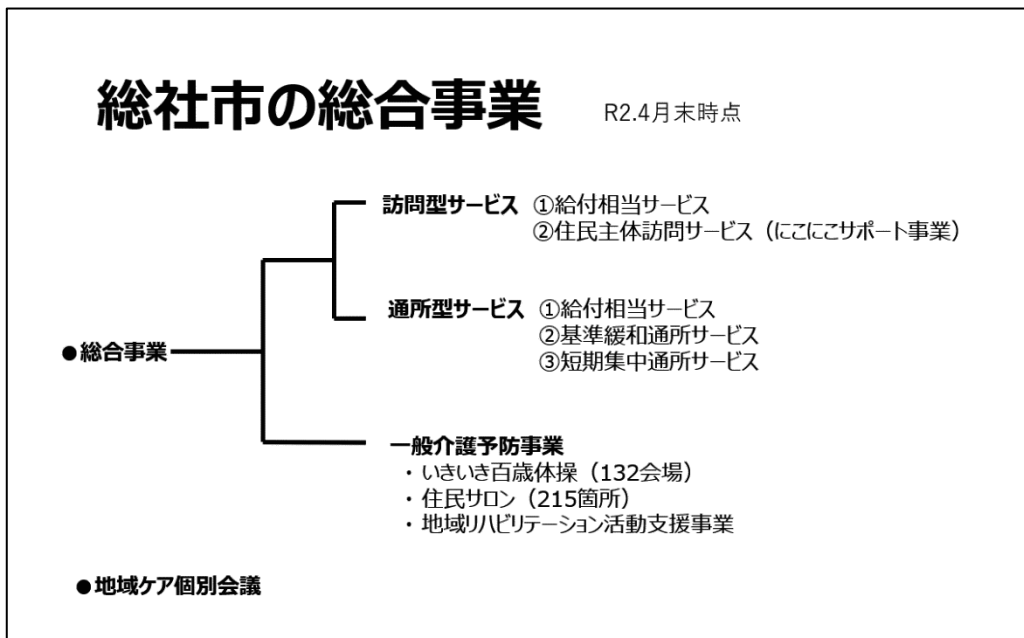
上で、地域リハビリテーション活動支援事業(以下、地域リハ支援事業)に参画することが望ましい。地区ごとの高齢化率や、総合事業サービスの量などの情報は、総社市の介護保険事業計画で確認することができる(総社市のホームページからダウンロードが可能)。

② 市町村の介護予防事業・日常生活支援総合事業について【図表2】

住民主体訪問サービス(にこにこサポート事業)

- 1) サービス提供者: 全6回の講座を終了したサポーターである地域住民
- 2) 対象: 事業対象者または要支援1・2の方
- 3) サービス内容: 自宅へ訪問し、掃除や簡単な家事、買い物、外出時の付き添いを行う

【図表2】 総社市の総合事業



「給付相当介護予防訪問介護」は、支援者が介護の専門職であるのに対して、「にこにこサポート事業」はサービス提供者を、介護予防や生活支援に関心があり生活支援サポーターとして活動できる「地域住民」としており、令和元(2019)年の時点で登録140名、実働人数は約60名となっている(総社市社会福祉協議会のチラシ【図表3】を参照)。

「給付相当介護予防訪問介護」の利用は、事例が以下のa)～d)のような状態にあり、支援者側のコミュニケーションスキル、身体介護スキルが必要な場合に検討されることが多い。

- a) 精神疾患があり症状が出ている状態
- b) 認知機能低下または周辺症状が著明な状態
- c) 脳血管疾患等の身体障害があり個別性が高い状態
- d) 性格などの個人因子に強い特徴がある場合

対して、「にこにこサポート事業」は、介護の専門職による支援までは必要とせず、心身機能に比較的問題がない者を対象とし、少しのお手伝いや付き添いながら一緒にできる活動を支援することを目的として検討される。

「にこにこサポート事業」のサービス提供者のメリットとしては、社会参加の機会を作り、地域で役割を担いつつ、自身の介護予防にもつながっていることであると考えられる。サービス利用者側のメリットとしては、安価であることに加えて、「給付相当介護予防訪問介護」では実施できない、電球の交換や季節衣類等の出し入れ、買い物の同行、地域の通いの場や病院への付き添いといったサービスを受けられることである。

【図表3】 総社市社会福祉協議会チラシ


「笑顔」でつながる 支え合い活動をめざします!

総社市 生活支援

にこにこサポート事業


(住民ボランティア)

高齢者の日常生活において
「ちょっと困っている…」ことや
「誰かといっしょならできる…」など
『豊かな自立した生活』のお手伝いをす
る応援団です。



にこにこ
サポーター

例えば、こんな時…



- お部屋の掃除やお風呂の掃除を手伝ってほしい…
- 買い物に困っている…
- 電球交換や季節衣類等の出し入れが不安…など

♪ にこにこサポーターがお手伝いします!

①掃除 ②簡単な家事 ③買い物 ④外出時の付き添い
⑤その他(自立した生活を支えるために必要なお手伝い)



	【曜日・時間】	1時間まで	30分まで
【利用料金】	◆月曜日～金曜日 (AM 8:00～PM 5:00)	500円	300円

※利用時間は、原則、1時間単位を基本とする(要相談)
※年末年始(12/29～1/3)、土日・祝日は除く

にこにこサポーターに関するお問い合わせ

社会福祉法人 総社市社会福祉協議会
〒719-1131 総社市中央一丁目1番3号
TEL : 0866 (92) 8552 FAX : 0866 (94) 0089

③ リハ団体連絡会による支援の実際

1. 総社市地域ケア個別会議の概要【図表4】

総社市は地域包括支援センター(以下、支援センター)が委託で6ヶ所あり、毎月1回各支援センターで地域ケア個別会議が開催されている。地域ケア個別会議の概要は下記のようになっている。

【図表4】 地域ケア個別会議の様子(平成 29(2017)年)



1) 参加者

- ・地域包括支援センター職員(ケアマネ、主任ケアマネ、保健師、社会福祉士)
- ・保険者(市職員1名)
- ・介護サービス事業所(事例が介護サービスを利用している場合)
- ・リハ職(PT または OT のいずれか1名)

2) 対象となる事例

- ・事業対象者
- ・要支援 1、要支援 2

上記の条件を満たし、かつ、通所型サービスまたは訪問型サービスを利用予定、または利用している者

3) 事例数、検討時間など

- ・1事例 15～30 分程度
- ・1 回の個別会議で 2～9 事例

4) 地域ケア個別会議の流れ【図表5】

【図表5】 地域ケア個別会議の流れ

- | |
|--|
| <p>① 事例の読み込み：2分
※総社市は事前の資料配布なし(支援センターによっては読み込み時間がない場合もある)</p> <p>② 事例担当ケアマネジャーより補足説明：2分</p> <p>③ 司会進行により課題の抽出：2分</p> <p>④ リハ専門職、市職員より質問および助言：5～8分</p> <p>⑤ 司会より まとめ：2分</p> |
|--|

2. 総社市の地域ケア個別会議でアドバイザー(リハ職)に求められること

県内の他市町村では、地域ケア個別会議にアドバイザーとしてリハ職のほか、管理栄養士や歯科衛生士などの職種が派遣されているところもある。市町村によってアドバイザーの人数や職種は異なる

が、総社市の地域ケア個別会議に派遣されるアドバイザーはリハ職のみであり、PT または OT のいずれかである(令和2(2020)年12月時点)。そのため、地域ケア個別会議では、PT・OTそれぞれの専門領域を超え、リハビリテーションの視点を持つ専門職として幅広い見識から意見を求められる事もある。このことから、各職種の専門性の違いの理解を地域ケア個別会議参加者に求める事も重要ではあるが、一方で参加者全員が事例の課題解決において、専門家の観点を中心とした事例の評価や縦割支援ではなく、生活モデルを基盤とし、専門領域の垣根を越えた相互理解を深めていけるような意見交換の場に発展させる事が肝要である。

総社市では、長寿介護課にPTが在籍しており、リハ職の意向が伝わりやすいという点で、参加者間の相互理解の中心的な存在となっている。

次に、多くの市町村に通ずる内容もあるが、総社市の個別会議でリハ職に求められることを述べる。

【図表6】

【図表6】 総社市の個別会議でリハ職に求められること

- | |
|---|
| <ol style="list-style-type: none">1) 課題の抽出2) 課題解決に向けた具体的な助言3) 目標および期間の設定4) 短期集中通所サービス事業の推進5) 介護サービス事業所への運動方法やリスク管理方法の助言6) 参加者のマネジメント能力向上 |
|---|

1)課題の抽出

課題の整理および抽出は、主に司会進行を務める支援センタースタッフによって行われる。ただし、複雑な事例など課題が明確にならないまま会議が進行していくこともある。そのような場合にも、リハ職はその事例がどのような事に困っているか、何をしたいか、どのような事なら主体的に取り組めるかを自立支援の視点から考察し、事例の優先すべき課題を、疾患や経過、個人因子、環境因子を考慮し整理していく。そして、会議の流れを大きく乱さないよう注意しながら、優先すべき課題を提案することも時には必要である。その場合には、提案した優先すべき課題が、他の参加者の視点から見ても、同様に優先すべき課題であるか意見を交わしながら、独りよがりにならず、会議参加者の合意を得た上で、力を合わせて進めていく姿勢が重要である。

2)課題解決に向けた具体的な助言

事例の課題が解決できるように回復モデル、習得モデル、代償モデルなど支援方法を整理しながら、理想論でなく、「すぐに活用できること」を意識した助言も時には求められる。

3) 目標および期間の設定

事例の目標設定は具体的、かつ、できれば効果判定ができるものが望ましいが、目標設定に難渋する事例も散見される。具体的な目標設定ができていないと感じるときは、事例の問題点が十分に絞り込めておらず、抽出された課題が問題点を反映していない場合が多い。

例えば、「住民主体の通いの場への参加を再開できる」という目標が設定されていた場合、この目標は一見具体的なようであるが、通いの場に参加できなくなった理由と、できなくなったことによる問題点が明確になっているかが重要になってくる。その理由が、「生活不活発病による歩行耐久性低下」と絞り込むことができれば、

- ・いつ頃を目処に？
- ・どのような方法で？
- ・短期目標としては、どれくらいの距離を、いつ頃までに実行するのか？

を検討することも可能となり、目標が「3ヶ月後に約300mの歩行ができるまで耐久性を改善し、通いの場に参加できるようになる」と具体性が増す。加えて、基礎疾患とその経過、現状の身体機能、環境因子にまで視点を広げると更に新たな目標が浮かび上がってくる。

このように地域ケア個別会議において、リハ職は、PT・OTなど職種の違いはあるが、対象者の問題点を絞り込むためのリハ的視点、ICFモデルの理解においては共通する部分であり、意見を求められるところでもある。

4) 短期集中通所サービス事業の推進

総社市の総合事業には短期集中通所サービス事業がある。これは、短期間での生活機能の改善もしくは向上の意志を明確に持ち、短期間で訓練後において地域活動の促進が期待でき、自己管理による介護予防への取り組みの継続が期待できる者等に対して、リハ職による専門的支援を概ね3ヶ月実施するものである。地域在住の要支援者等が、再び地域活動などの社会参加へつながる効果的な事業と思われるが、令和2(2020)年12月時点で、この事業の活用件数は、年間目標値よりも下回っている。要因としては、短期集中通所サービス事業の対象像が、意欲があること、短期間で改善可能性があること、地域活動へ参加が考えられることなど、求められる要件が多いことが考えられる。

実際には生活課題を抱える事例に対しても、この事業を積極的に活用して良いと市の意向もあるが、それがケアマネへ十分周知されていないことも要因の一つと考えられる。

市より、リハ職に対して、地域活動への参加が今後期待できそうな事例に加えて、生活課題を回復モデルで解決できそうな事例、あるいは改善可能性のある事例などには、リハ職から短期集中通所サービス事業の活用の提案を積極的にしてほしいという要望がある。現状では、このサービスの対象であるかの評価については、地域ケア個別会議での参加者による協議や、保険者である市職員の判断によってなされている。

ケアマネがケアプランを立案する際、この短期集中通所サービスの活用の視点が加わること、そし

てリハ職は事例の改善可能性を分析し、このサービスによってどのようなことが実現可能になるのかを考えた上で、短期集中通所サービスを効果的に活用するための動機づけや目標設定を一緒に考えていくことも役割となる。

5) 介護サービス事業所への運動方法やリスク管理方法の助言

総社市では、地域ケア個別会議に挙げた事例で給付相当介護予防訪問介護（以下、訪問介護）、給付相当介護予防通所介護（以下、通所介護）などのサービスを利用している場合には、その事業所のスタッフが地域ケア個別会議に参加している。介護サービス事業所からは利用中の様子などの情報提供がされる。

通所介護では、身体機能評価測定を行ってればデータの確認や、運動の実施内容の確認をしていく。そして、事例の課題や生活状況、動作能力に適した運動を実施できているか分析し、運動方法の提案や、あるいは内部疾患の状態が不安定な場合にはリスク管理方法の助言が求められる。

訪問介護では、家事援助などの生活行為のサポートが過剰になっていないか、本人のできる工程の増減の検討などを行っていく。しかしながら、介護スタッフやケアマネからの情報提供だけを頼りに、助言をしていくのは困難な場合もある。そのため実際の動作場面を確認した上でケアマネへ助言や提案を行うため、事例に応じて「同行訪問」を活用することも検討する。

6) 参加者のマネジメント能力の向上

上記1)から5)のプロセスによって、事例の個別支援の充実を図ることは大きな目的であるが、それらを通して、参加者のマネジメント能力向上の場であることや、参加者が互いに「気付き」につながる場であることも意識しておく。そしてリハ職自身も、このような場に参加することは、学びや貴重な経験となっており、地域ケア個別会議は「ケアマネの指導の場」ではなく「学び合いの場」として市、支援センター、リハ職で協働していく姿勢でありたい。

3. 同行訪問について

総社市には、ケアマネの要望や地域ケア個別会議からの提案で、事例の自宅等へリハ職とケアマネが訪問する「同行訪問」がある。対象は地域ケア個別会議と同様である。

1) 同行訪問の目的

- ・事例のアセスメントを深めること
- ・課題解決に向けた検討をリハ職も交えて行うこと

2) 主な実施内容

- ・日常生活動作の評価
- ・福祉用具に関する助言
- ・通いの場までの移動方法の検討

※この際、事例に直接触れる介入は行わない。

総社市の同行訪問では、リハ職は事例本人への直接的な助言をするのではなく、ケアマネに同行さ

せていただき、問題点を共有し、より適切な支援につなげていくための提案をする立場であるということである。コロナ禍以前の平成 29 (2017) 年から、この同行訪問は積極的な活用に至らず、活用件数は伸び悩んでいた。そこで、総社市の個別会議に関わるリハ職の連絡会であるアドバイザー連絡会議 (次項「③-4. 総社市アドバイザー連絡会議」を参照) において、同行訪問でリハ職ができること、できないことをまとめたチラシを作成した。【図表7～8】このチラシは総社市 6 ヶ所の支援センターで回覧された。また主任ケアマネミーティングでチラシをもとに、同行訪問を活用することでリハ職の機能がより発揮されることや事例の課題解決につながる一助になることのプレゼンテーションを行った。結果、同行訪問をどのように活用したら良いかという支援センターの理解につながり、活用件数は徐々に増加した。令和 2 (2020) 年度は COVID-19 感染拡大の影響により、活用件数は少なくなったものの、今後の状況に合わせて、また十分な感染予防対策を行ったうえで、再び活用が推進されることに期待したい。

【図表7】 アドバイザー連絡会議チラシ①

総社市地域ケア個別会議

リハ職との『同行訪問』
どう活用したらいいんだろう...!?

同行訪問の目的は？

- ・ケースのアセスメントを深めること。
- ・課題解決に向けた検討をリハ職とともに行うこと。

リハ職は、対象者へ直接助言してくれるの？

- ・対象者への直接的な助言、支援ではありません。
- 支援者(ケアマネジャー等)への支援です。

同行訪問で何が出来るの？

- 日常生活動作評価
- 福祉用具に関する助言
- 通いの場までの移動方法の検討

何ができないの？

- 直接お体に触って評価や治療することはできません。
- 必要性に応じて、その方に合ったサービスと一緒に検討します。

同行訪問で、支援者の皆様のお手伝いができれば幸いです。

総社市アドバイザー連絡会議
(総社市地域ケア個別会議に関わるリハ職の連絡会)
問い合わせ先: 総社市役所 長寿介護課 Tel.0866-92-8373

【図表8】 アドバイザー連絡会議チラシ②

支援者に対して

こんなことができます

日常生活動作評価

- ・安全な入浴動作の方法や浴室環境調整の提案をすることができます。
- ・転倒しやすい浴室やトイレでの安全な掃除の方法、腰痛が生じにくい掃除機
の掛け方など家事動作において、対象者の方に合った提案ができます。
- ・課題解決に向けた運動メニューの提案ができます。

福祉用具に関する提案

- ・個別会議だけでは、どのタイプの歩行器が適正であるか検討することは難しい
です。実際の環境を見ることが、対象者の現状に合った歩行器の提案や、必
要に応じて手すりの設置箇所の検討ができます。

通いの場までの移動方法の検討

- ・通いの場までの移動方法の検討ができます。また、休憩ポイントの確認、屋外
の段差昇降や歩行器が使えない場所での移動方法などを一緒に提案させてい
たできます。

その他、上記以外にも支援する上での達成したい課題や様々な困りごと
など、生活する場面だからこそできる検討、提案をさせていただきます。

4. 総社市アドバイザー連絡会議(総社市の地域ケア個別会議に関わるリハ職の連絡会)

1) 立ち上げの背景

総社市は支援センターが 6 ヶ所(委託)あり、毎月各センターで地域ケア個別会議が開催され、年間約 72 件リハ職への派遣依頼がある。この件数は県内で最も多い。総社市に関わるリハ職は 10 数名おり、その多くは勤務地が異なる。この事業に参加協力する中で、地域ケア個別会議の運営上の課題や、同行訪問へのつながりにくさ、会議の際に行った助言の結果がわからないなど、参加するリハ職個人がそれぞれ感じる課題や疑問、不安はあったものの、共有し発信する場がなかった。そ

のため、総社市の地域ケア個別会議に参加するリハ職の連絡会を平成30(2018)年4月に立ち上げた。この連絡会議には総社市職員も参加するため、リハ職の意向を直接伝えられる場にもなっている。

2) 総社市アドバイザー連絡会議の目的

- ・総社市の地域支援事業の充実に寄与すること
- ・総社市の地域ケア個別会議へ参加協力するリハ職の相談の場となること

3) 取り組みの内容

a) 同行訪問の活用件数増加に向けた検討

詳細は前項「③-3. 同行訪問について」を参照

b) 地域ケア個別会議運営上の課題に関する検討および市への発信

総社市には【図表2】のように多様な総合事業の資源がある。それゆえに、地域ケア個別会議の議題として、事例の「困っていること」や「ニーズ」に焦点を当てた議論よりも、どのサービスが適正であるかが主題となりやすい場合がある。「利用サービスの適正化」が会議の目的になってしまう場面もあり、疑問を感じるがあった。そのため、再度総社市の目指す地域ケア個別会議の姿が、どのようなものであるか確認を求めたところ、市としては、事例の困っていること、したいことの検討に注力していきたい意向であるという認識を共有することができた。また、このような本連絡会議からの発信によって、6ヶ所の支援センターの主任ケアマネと市職員で、総社市の地域ケア個別会議の目指す姿について意見交換がされることになり、地域ケア個別会議のあり方の検討の結果、会議の事例情報の様式に「達成目標(本人のしたいこと)」の項目が追加されることとなった。

c) 介護保険事業計画への意見

令和2(2020)年度は第8期介護保険事業計画が行われる。前項「③-2. -4) 短期集中通所サービス事業の推進」で述べたが、総社市では第7期計画の目玉となる短期集中通所サービス事業が十分に活用されていない。活用に向けて市より、リハ職への意見聴取が本連絡会議を通じて行われた。そこで、短期集中通所サービス事業対象像の整理や、支援センターへの周知、ならびにアドバイザーであるリハ職から積極的に活用を提案するという方針となった。

d) リハ職のスキルアップ

アドバイザーであるリハ職においても、経験年数、普段働いている病院、施設などの状況が異なるため、各々のスキルアップを目的に、議題数によって不定期ではあるが、事例検討を行っている(令和元(2019)年度は年2回実施)。リハ的視点を伴うケアマネジメントの考え方を養う機会を設け、自身とは異なる考えを聞いたり、相談したりすることで、助言の質を高めていくことを目的に実施している。

4) 連絡会議の頻度

- ・3ヶ月に1回程度 19時より1時間30分程度
- ・令和2(2020)年度はWEBで実施

④ 市町村支援を通じて思うこと(前回報告からの発展、課題、感想など)

1. 前回報告からの発展

平成 29(2017)年度より、総社市の地域ケア個別会議へリハ職が参画するようになって 3 年が経過しようとしている。この取り組みが地域ケア個別会議にどのような影響を与えることになっているのかを以下にまとめる。

1) 各介護サービス事業所の「利用者の自立支援」という視点を踏まえたサービス提供への意識向上

総社市には、訪問型サービスでは給付相当の訪問介護、住民主体型のここにサポート事業があること、通所型サービスでは給付相当の通所介護と、基準緩和通所サービスがあることは、【図表 2】で示した。これらの中で、地域住民と共に、専門職も自立支援のために関わると意識のもとでサービスが提供されるようになりつつあることは、地域ケア個別会議での自立支援に向けた検討や総合事業サービス整備の成果と考えられる。

2) 事例提供におけるケアマネの積極性の向上

支援センタースタッフ以外に外部から専門職が参加する地域ケア個別会議に、担当として事例を挙げることを苦手を感じるケアマネがいることも想定される。しかし総社市では、毎月 6 ヶ所のセンターで会議が実施されているためか、会議前には談笑も交えながら、非常に和やかな雰囲気、会議を開催することができるようになっている。こういった空気感や参加者の関係作りができていることは、外部から参加するリハ職にとっては、とてもありがたいと感じる。

3) WEB の活用

総社市のリハ職への派遣依頼件数は県内で最も多く、もともと派遣調整が容易でないことがあったが、令和 2(2020)年度は COVID-19 の影響でそれがさらに顕著となった。所属機関の感染予防対策として対面での参加が不可能なリハ職が増え派遣調整に苦慮していることや WEB 参加の導入について、アドバイザー連絡会議から市職員へ伝えた。その結果令和 3(2021)年 1 月から 3 月のリハ職派遣は、一部の支援センターで WEB による参加が可能となった(この件に関して、精力的に市や各支援センターへ働きかけていただいた市職員の方々には厚く感謝を申し上げます)。

今回、実現に至った WEB 地域ケア個別会議の運営方法を COVID-19 終息後にも活かすことで、リハ職の派遣、参加が容易になることも考えられる。今回の経験が今後の会議運営の効率化と活性化につながることを期待している。

2. 課題、感想、展望

現在、総社市の地域ケア個別会議に参加するリハ職は、市内の病院、施設等に勤務している者、あるいは市内在住の者が少ない。そのため、今後は総社市にゆかりのあるリハ職が、その地の地域支援事業に参加することで、地域包括ケアシステムを理解し、支えていける形を構築していくことも課題の一つとして考えている。そのために市内のリハ職を対象に、地域リハ支援事業に関する研修会を市とアドバイザー連絡会議で企画、開催することも一つの役目であると思われる。

加えて、総社市は地域ケア個別会議の開催件数が多く、その結果として、参加者間の良い関係性や和やかな雰囲気作りが構築できており、スムーズな進行につながっている。今後は更に会議の質の向上に取り組むために、目標の立て方や興味関心チェックシートの活用方法などについて、支援センターや市職員、リハ職での意見交換や研修企画も検討していきたい。

今後も引き続き、総社市に協力するリハ職が横のつながりを持ち、地域支援事業に微力ながら寄与できるように、総社市の住民や支援者の仲間と、共に歩み、成長しながら、これからも尽力していきたい。

(2)真庭市

① 真庭市の概要【図表9】

【図表9】 真庭市の基本情報

真庭市の基本情報

R2.4月末時点

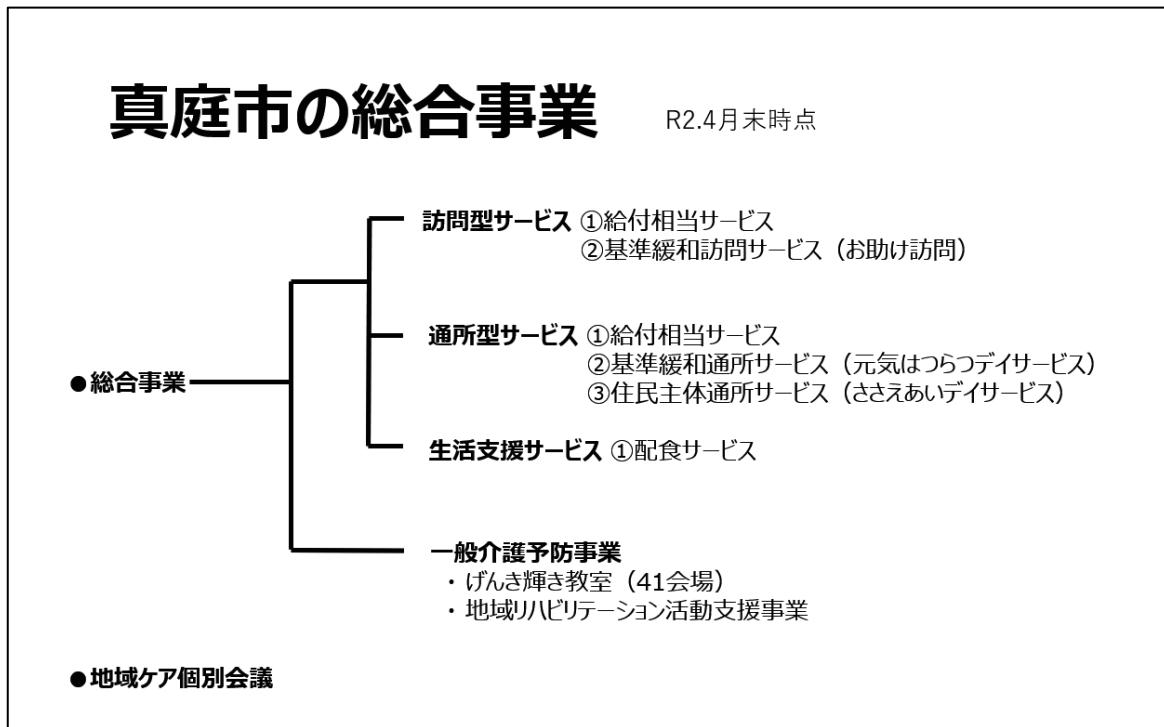
面積	828.53km ²
人口	44,527人
高齢者人口(率)	17,232人(38.7%)
前期高齢者数(率)	7,643人(17.2%)
後期高齢者数(率)	9,589人(21.5%)
第1号要介護認定者数(率)	3,373人(19.6%)
地域包括支援センター	直営 本所1箇所、サブセンター6箇所
保健師等	5人
社会福祉士等	2人
主任介護支援専門員等	3人



② 真庭市の総合事業【図表10】

真庭市の依頼でリハ職が支援している事業は、元気はつらつデイサービスの運営支援(①デイサービス従事者研修会、②効果判定会議、③自宅生活指導)である。

【図表10】 真庭市の総合事業



③ 元気はつらつデイサービスの概要

元気はつらつデイサービス(基準緩和通所サービス)は、生活機能を回復し元気に生活するための方法を習得できるサービスであり、9ヶ月の利用期間が設定されており、効果判定に基づいてサービスを終結する。【図表11】

支援方法は修正を重ねながら継続してきた。前回報告時から主な変更点が二つある。

1. 利用期間の変更(利用期間を6ヶ月から9ヶ月へ変更)

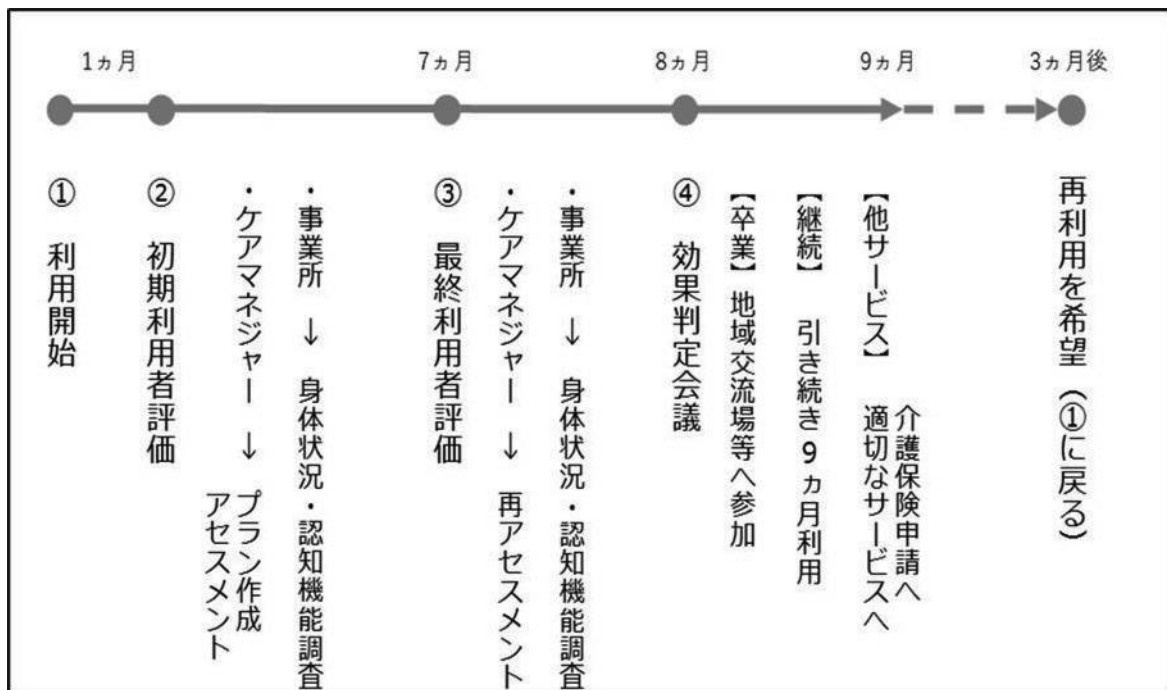
前回報告時、利用期間は6ヶ月であった。その場合、初回評価日と最終評価日との間が3～4ヶ月と短く、利用者の「現状維持」の割合が多い状態となっていた。そこで、より効果を出すため、利用期間を9ヶ月へ変更した。

2. 卒業判定区分の変更(「集中指導」を廃止し、「継続」を新設)

地域の集いの場がないなど卒業後に閉じこもりがちになり、継続した支援が必要な利用者が増えてきたため、「継続(通常利用9ヶ月に加え引き続き9ヶ月の継続利用)」を新設した。「集中指導」の内容であるリハ職による自宅生活指導については、利用者の希望や必要性に応じて実施することとなった。

上述の変更点を踏まえ、元気はつらつデイサービスでは、定期的な評価結果から9ヶ月の利用で効果判定を行い、①卒業(卒業後は集いの場への移行、またはご自宅での過ごし方を提案)、②継続(プラス9ヶ月)、③他サービス利用検討(介護保険申請等の紹介)を提案している。

【図表11】 事業の流れ



④ リハ職の支援内容(元気はつらつデイサービスの運営支援)

1. 元気はつらつデイサービス従事者研修会(「総合事業(緩和基準事業)運動指導カリキュラム」及び「運動指導スキルアップセミナー」)

令和元(2019)年度の支援は COVID-19 感染拡大防止の観点から実施が見送られたため、平成 30(2018)年度の内容を示す。

目的:元気はつらつデイサービス、ささえあいデイサービス(住民主体デイサービス)等において、高齢者に対して効果的に介護予防を指導できる人材を育成する。

対象:総合事業(緩和基準事業)運動指導カリキュラム。

→元気はつらつデイサービス、ささえあいデイサービス等で指導にあたる者または新規事業所職員。

講師:市内医療機関の PT、OT、ST それぞれ 1 名。

内容:主に PT は「運動指導のための基礎知識と実技」について、OT は「生活課題の捉え方、その人らしさを支援する基礎知識と実技」について、ST は「聴覚・口腔機能向上のための基礎知識と実技」についての講話を行った。【図表12】

アンケート結果:20 代～70 代の計 19 名からアンケートの回答を得られた。各講義の理解度はみな「十分理解できた」もしくは「理解できた」であった。

【図表12】リハ職による研修内容

理学療法士 (PT)	作業療法士 (OT)	言語聴覚士 (ST)
運動指導のための 基礎知識と実技	生活課題のとらえ方、 その人らしさを支援する	聴覚・口腔機能向上の ための基礎知識と実技
<ul style="list-style-type: none"> ・体力を構成する要素 ・加齢による変化 ・高齢者のための運動プログラム ・安全な運動のためのリスク管理 ・効果測定 等 	<ul style="list-style-type: none"> ・生活行為の成り立ち ・興味・関心の顕在化と支援 ・生活目標の設定 ・環境への働きかけ ・目標達成のための段階付け 等 	<ul style="list-style-type: none"> ・摂食嚥下のしくみ ・高齢者の誤嚥 ・口腔機能向上プログラム ・聴力低下とコミュニケーション ・聴こえをカバーする方法 等

2. 効果判定会議

目的:定期的に評価を行い9ヶ月の利用後に効果判定を行い、卒業、継続支援、他サービス利用検討を提案する。

会議メンバー:高齢者支援課担当職員、保健師、主任ケアマネ、リハ職。

頻度:毎月1～2回開催、1回の会議で20名程度の効果判定を行う。

内容:効果判定には「元気はつらつデイサービス問診・評価表」と「モニタリング結果報告書」の2種類の帳票を用いる。高齢者支援課担当職員の進行で、各職種がそれぞれの立場から見解を述べ、卒業、継続、他サービスの検討を行う。リハ職は、特に帳票内の体力測定、ことばと飲み込み、認知・精神機能評価の変化を疾患や生活状況と照らし合わせながら、利用者の生活をイメージすることに重点を置いている。

3. 自宅生活指導

令和元(2019)年度のみ実施。

目的:卒業判定区分の変更によりリハ職が自宅生活指導に赴く、従来の「集中指導」がなくなった。

そこで利用者の希望や担当ケアマネ、保健師が必要と考えるケースに応じて実施した。

メンバー:リハ職、保健師、ケアマネ、栄養士(必要に応じて)。

回数:対象者ごとに1～2回。

内容:事前に利用者の基本情報やケアプランを共有し、利用者宅またはデイサービスに訪問した。

回数は対象者によって1～2回であった。1回のみであれば利用者の主訴や今後の生活行為目標を伺い、その場でできる作業方法の変更や環境調整、生活指導を行った。2回の場合は、1回目の指導後の状況確認を行い、課題が解決できなかった場合は新たな対応策を提案した。訪問後は保健師・ケアマネへリハ職の見解を伝え、今後の支援策を検討した。

⑤ 市町村支援を通じて思うこと(感想、展望、課題など)

真庭市は、岡山県北中部に位置し、面積は県内で最大となる。高齢化率が約 39%と高いうえに人口に偏りがある。また、エリアごとで地域資源に差があり、これを考慮した助言が必要となる(効果判定会議で例えれば、この地域であれば元気はつらつデイサービスを卒業してもささえあいデイサービスに通える。そうであれば会議で卒業の選択をしても他者との交流は維持できる、など)。市全体としても住民主体型デイサービスの数は少なく、元気はつらつデイサービス卒業後の行き先がないため、結果として数ヶ月後には元気はつらつデイサービスに戻ってしまうという現状がある。今後は、住民主体型デイサービスの数を増やし、元気はつらつデイサービス卒業後の受け皿を増やす必要があると考える。

これまで真庭市に対するリハ職の支援について、ほとんどが市内の医療機関に所属するリハ職が行ってきた。しかし、市の担当職員はおよそ 1 年ごとに担当が変わるため、次年度へ向けての細かな調整が困難であり、リハ職側は対応に戸惑うこともあった。また、リハ職同士の情報共有にも課題があった。これを解決するため平成 30(2018)年度末からは、市の担当者を含めた全体会議の場を設けるなど気軽にコミュニケーションを取ることができる関係作りを目指している。

(2) 引用文献

真庭市地域リハビリテーション情報交換会資料(2019.3.15)

(3)津山市

① 津山市の概要【図表13】

【図表13】 津山市の基本情報

津山市の基本情報

R2.4月末時点

面積	506.33km ²
人口	100,112人
高齢者人口(率)	30,638人(30.6%)
前期高齢者数(率)	14,521人(14.5%)
後期高齢者数(率)	16,117人(16.1%)
第1号要介護認定者数(率)	6,162人(20.1%)
地域包括支援センター	委託 本所1箇所、サブセンター8箇所
保健師等	4人
社会福祉士等	12人
主任介護支援専門員等	4人

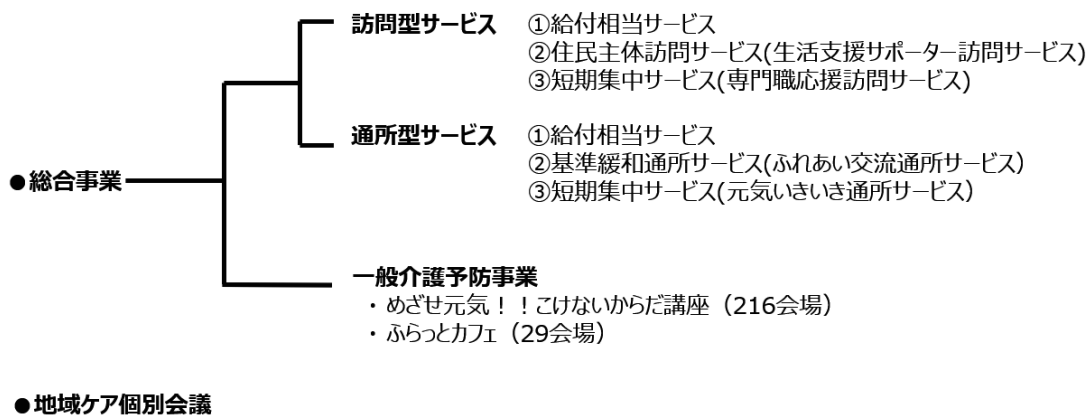


② 津山市の総合事業【図表14】

【図表14】 津山市の総合事業

津山市の総合事業

R2.4月末時点



③ 津山市の目指す方向性

（津山市担当職員からリハ職へ期待すること、アドバイザー研修を実施している思いについて）

津山市が、地域ケア個別会議で大切にしていることは、「当事者の不安を安心に変える」・「本人の生活目標を達成する支援」・「当事者が健康になる」ことである。そのために助言者の皆さんには、具体的・現実的・実現可能な助言をお願いしている。

これからの助言者に期待することとして、助言者全体にいえることだが、専門職からの助言は、事例提供をしているケアマネが良い助言であると感じ、当事者に伝え、当事者が行動変容してはじめて良い助言といえる。その行動変容に立ち会うという気持ちを持って助言いただければと思っている。

リハ職に限って言うと、PT は、実際の基本動作の様子や疾病の状況から、先の運動機能の予後予測と、自宅や介護保険のサービス利用時に何をすべきか的確に話してくれる力は、とてもありがたい。一方、助言が抽象的で、なぜその体操は必要なのか、その運動をすることで当事者が望む生活の何につながっているのか、具体性に欠ける時がある。生活目標に紐づく助言をいただければありがたい。

OT は、具体的な生活場面のイメージ化と、現実即した「できそう」を「できる」に変えていく引き出しの多さは、会議の場面ですばらしいと感じる。一方で生活の阻害要因に強くフォーカスがあたり、当事者の「強み」にもう少し言及してもらいたいと感じる時もある。

助言者としてリハ職が発言する場面は多く、それだけに事例提供者への影響も大きい。当事者を主語に置き、当事者の行動変容が起こる助言をお願いできれば幸いである。

④ リハ団体連絡会からの支援の実際

1. 津山市地域ケア個別会議開催回数・事例数

津山市では年間約 50 回の地域ケア個別会議を開催し、検討事例数は増加傾向にある。【図表 15】

【図表 15】 津山市地域ケア個別会議開催回数・事例数

	開催回数	検討事例数
平成 30 (2018) 年度	49 回	164 例
令和元 (2019) 年度	49 回	204 例
令和 2 (2020) 年度	37 回	187 例
※11 月までの実績		

2. 地域ケア個別会議への参加状況

津山市ではリハ団体連絡会から PT と OT が派遣されている。【図表 16】で表すように、約 20～25 名のリハ職で年間の派遣を調整している。一人あたりの平均派遣回数は 3 年間で 1.9～2.7 回であり、最も多いリハ職で年 5 回～7 回派遣されている。新規で派遣されるリハ職もいるが、派遣されているリハ職は固定化されてきている傾向がある。【図表 16】

その他、地域ケア個別会議後に専門職応援サポート(【図表14】参照)の活用実績がある(平成30(2018)年度に2件の実績)。派遣した職種はOT1名。

【図表16】津山市地域ケア個別会議へのリハ職派遣状況

	地域ケア個別会議に派遣されたリハ職の内訳 職種：回数(対応人数)	リハ職一人あたりの 平均派遣回数
平成30年度	PT:32回(7名) OT:17回(12名)	2.6回
令和元年度	PT:35回(17名) OT:14回(8名)	1.9回
令和2年度	PT:36回(12名) OT:14回(7名)	2.7回

3. 定期的な研修会への参加状況【図表17】

津山市では毎年アドバイザー研修会を2～3回開催している。メンバーは、地域ケア個別会議に参加している薬剤師、リハ職、歯科衛生士、栄養士、津山市地域包括支援センターの職員、津山市の職員である。多職種で参加し、「参加型」模擬地域ケア個別会議などを行い、意見交換や過去の会議のフィードバックなどができ、グループでの有意義な話し合いができています。

⑤ 市町村支援を通じて思うこと

リハ職の人数が限られている津山市では、1人のリハ職の対応回数が増えているのが現状である。登録者から希望に応じて派遣調整を行っているが、派遣されるリハ職は固定化されつつある。これは地域特性の一つでもあり、リハ職間や市職員がつながりを持ちやすく、意見交換や急な日程調整などが行いやすいなどのメリットがある。令和2(2020)年度は、所属機関のCOVID-19感染予防対策で、急に派遣が行えなくなったケースもあったが、津山市に派遣されているリハ職の中で対応することができた。

前回の報告書で問題点がいくつか挙がっていた。同じリハ職が担当するとアドバイスの幅が広がらない、地域ケア個別会議でのアドバイスがその後どうなったのかわからない、フィードバックがあった方がいい、各事業所やケアマネによってケアプランや報告内容に差がある、同様にリハ職もアドバイザーとしての力量の差が生じているなどの問題点が挙がった。これに対して津山市では毎年アドバイザー研修会を開催しており、津山市の目指す地域ケア個別会議の説明や「アドバイスのフィードバック～どうなった？あのアドバイス～」をテーマにした研修の開催や模擬地域ケア個別会議を定期的に行っている。これによりアドバイザーとして助言した内容がフィードバックされ、次からの助言にも活かせることができるようになった。

津山市では多職種が参加している中で、リハ職としてより専門的な発言が求められる。実際に地域ケア個別会議を通して求められる助言内容は重なっている場合も多い。腰痛や膝痛に対する対応方法、歩行補助具の選定、転倒に関すること、家屋環境についてなどの助言を求められることが多い印象である。各職種で助言内容の多いものや、助言に難渋したテーマを設定した研修会の開催を計画しても良いの

ではないかと考えている。これまでに積み重ねた経験やデータをもとに、津山市とリハ団体連絡会が協力して取り組み、津山市独自に開催しているアドバイザー研修などを通じて情報の共有を行い、今後も相互理解を深め、連携体制を強化していくことができると考える。

【図表17】 アドバイザー研修会の開催経過

	年月日	内容	参加者(人)					
			薬剤	リハ	歯科	栄養	包括市	
H30	H30.5.18	<ul style="list-style-type: none"> 津山市のめざすこれからの地域ケア個別会議 効果的な地域ケア個別会議の運営方法について 意見交換 	37	14 PT 7 OT 7	2	3	10	8
	H30.12.18	<ul style="list-style-type: none"> アドバイスのフィードバック ～どうなった？あのアドバイス～ 「参加型」模擬地域ケア個別会議 	19	13 PT 8 OT 5	2	5	14	7
	H31.3.7	<ul style="list-style-type: none"> 津山市の介護予防・日常生活支援総合事業 地域ケア個別会議から見えてきた地域課題 「参加型」模擬地域ケア個別会議 	22	14 PT 8 OT 6	3	2	13	8
R1	R1.7.29	<ul style="list-style-type: none"> 津山市の目指す地域ケア個別会議について 地域ケア個別会議の実践 模擬地域ケア個別会議、グループでの話し合い 	20	14 PT11 OT 3	3	3	12	8
R2	R2.7.30	<ul style="list-style-type: none"> 初任者向け研修 津山市の目指す「地域ケア個別会議」 津山市版介護予防・日常生活支援総合事業 模擬地域ケア個別会議・職域別グループ話し合い 	30	11 PT 4 OT 7	2	4	5	5
	R2.8.28	<ul style="list-style-type: none"> 地域ケア個別会議に向けた各職能団体の活動紹介 リハビリ専門職から・歯科衛生士から 模擬地域ケア個別会議及びグループワーク 	24	10 PT 6 OT 4	3	4	8	8

(4)倉敷市

① 倉敷市の概要【図表18】

【図表18】 倉敷市の基本情報

倉敷市の基本情報

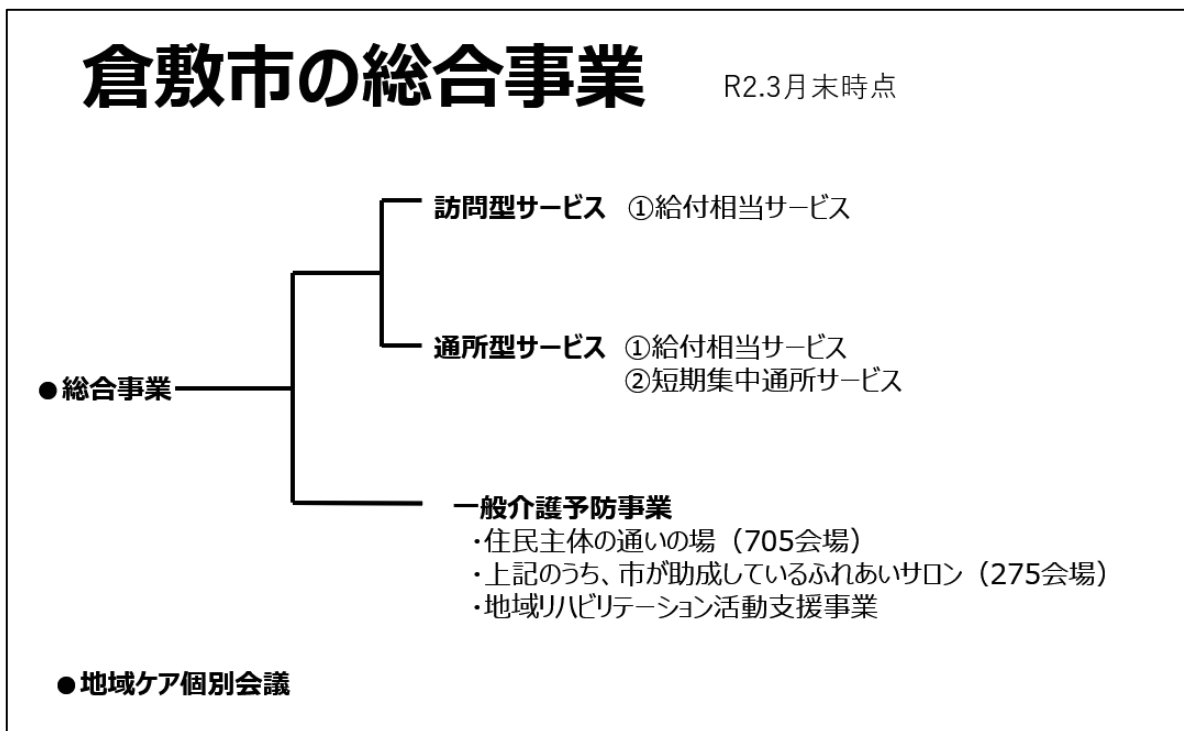
R2.3月末時点

面積	355.63 km ²
人口	481,542人
高齢者人口(率)	131,609人(27.3%)
前期高齢者人口(率)	63,793人(13.2%)
後期高齢者人口(率)	67,816人(14.1%)
第1号要介護認定者数(率)	27,940人(21.2%)
地域包括支援センター	委託 本所25箇所、ブランチ4箇所
保健師等	33人
社会福祉士等	37人
主任介護支援専門員等	36人



② 倉敷市の総合事業【図表19】

【図表19】 倉敷市の総合事業



③ 地域ケア個別会議

倉敷市の地域ケア個別会議は市内 25 ヶ所の地域包括支援センターにおいて、平成 30 (2018) 年度より実施されている。【図表20】開催当初は、1 時間 30 分の間に 2 事例の自立支援について検討が行われていた。頻度は各地域包括支援センターで半年に 1 回、年間 50 回開催されている。参加職種は、地域包括支援センター職員、リハ職 (PT・OT)、管理栄養士、市の担当職員で行われ、約 1 週間前に当日の資料が届くシステムとなっている。「生活目標達成のためにプラン作成者が気になっていること、感じていること」が記載されている資料と利用者基本情報、基本チェックリスト、介護予防サービス・支援計画表が配布され、対象者の状況や生活目標だけではなく、支援者が悩んでいること、どのように支援を考えているのかを知ることができる。また、地域ケア個別会議後には、リハ職に対し事前情報で不足していた情報の有無と内容、リハ職や管理栄養士以外に参加してほしい他職種の有無についてのアンケートが実施される。一方、年度末には参加したリハ職へ、アドバイス後の支援内容や対象者の生活における変化について情報が提供されるなど、地域包括支援センター職員とリハ職の双方が自身の支援内容を振り返ることができる内容となっている。他にも、地域ケア個別会議における参加者の資質向上を目的に、地域包括支援センター職員の合同研修会が年 1 回行われており、倉敷市で支援をしているリハ職も参加することができる。また、リハ職同士のつながりとして、困ったことや不安の共有、市や地域包括支援センターの期待に応えられる人材を育成することを目的として有志で集まる勉強会も行われている。

【図表20】 倉敷市の地域包括支援センター一覧

事業所名	住所	事業所名	住所
倉敷地域		玉島・真備地域	
倉敷市倉敷北高齢者支援センター	倉敷市下庄700-1	倉敷市玉島中部高齢者支援センター	倉敷市玉島中央町1-4-8
倉敷市倉敷西高齢者支援センター	倉敷市中770-1	倉敷市玉島南高齢者支援センター	倉敷市玉島勇崎1044
倉敷市倉敷南高齢者支援センター	倉敷市粒江2500-1	倉敷市玉島北高齢者支援センター	倉敷市玉島陶856-1
倉敷市倉敷中部高齢者支援センター	倉敷市鶴形1丁目9-7	倉敷市玉島東高齢者支援センター	倉敷市玉島1334-1
倉敷市老松・中洲高齢者支援センター	倉敷市老松町4-4-7	倉敷市船穂高齢者支援センター	倉敷市船穂町船穂1861-1
倉敷市天城・茶屋町高齢者支援センター	倉敷市藤戸町藤戸1573-1	倉敷市真備高齢者支援センター	倉敷市真備町箭田1130
倉敷市大高高齢者支援センター	倉敷市新田2689	水島地域	
倉敷市帯江・豊洲高齢者支援センター	倉敷市龜山679-1	倉敷市連島高齢者支援センター	倉敷市神田2-3-27
倉敷市庄北高齢者支援センター	倉敷市山地1297番地	倉敷市福田高齢者支援センター	倉敷市東塚5丁目4番50号
倉敷市中庄高齢者支援センター	倉敷市徳芳504	倉敷市水島高齢者支援センター	倉敷市水島南春日町1-2
児島地域			
倉敷市下津井高齢者支援センター	倉敷市下津井吹上2丁目6番4号		
倉敷市郷内高齢者支援センター	倉敷市串田660		
倉敷市琴浦高齢者支援センター	倉敷市児島下の町5丁目2-17		
倉敷市児島中部高齢者支援センター	倉敷市児島柳田町355-1		
倉敷市赤崎高齢者支援センター	倉敷市児島阿津2丁目7-53		
倉敷市児島西高齢者支援センター	倉敷市児島駅前4-83-2		

令和元(2019)年からは、地域ケア個別会議の提供ケース概要【図表21】が追加され、事例についてより個別的な状況を共有しながら、自立支援について意見交換を行うことができるようになった。また、令和2(2020)年には検討する事例を増やし、1 回の地域ケア個別会議において 3 事例の検討が行われている。

現在、有志で集まる勉強会は COVID-19 の影響により開催できていないが、倉敷市のみならず近隣市町村に在住・勤務する 17 施設 26 人のリハ職 (PT7 名・OT18 名・ST1 名) によって倉敷市地域ケア個別会議の派遣要請に対応をしている。また、事前に倉敷市の担当者と担当地域包括支援センターへの確認は必要となるが、同行見学も可能であり、地域ケア個別会議への参加が未経験な方も安心して参加することができるシステムを構築している。

【図表21】 地域ケア個別会議提供ケース概要

地域ケア個別会議 提供ケース概要													
記入日: 令和 年 月 日													
提出者: 所属:													
ケースの題名													
この方へ一言で書くと!													
1年前と比べて変わったことは?													
住んでいる地域を一言で書くと! <small>(住宅地 田園地帯 助け合える 近所付き合い少ない 交通機関無し 等)</small>													
現在の状況、支援内容等を、どう感じている? これからどうしたい? (〇〇が△△になればいいな!)													
本人の思い													
家族の思い													
支援者の思い													
助言を受けたこと等	①												
	②												
	③												
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 10%;"></th> <th style="width: 50%;">本当は必要だが、行うことが出来ない支援・提案したが拒否された支援等 (本人、家族、近隣などのインフォーマル含む)</th> <th style="width: 40%;">なぜ、行なえていない?(本人の意欲 家族の意欲 金銭 必要なサービスが無い等)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>①</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>②</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>③</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>			本当は必要だが、行うことが出来ない支援・提案したが拒否された支援等 (本人、家族、近隣などのインフォーマル含む)	なぜ、行なえていない?(本人の意欲 家族の意欲 金銭 必要なサービスが無い等)	①			②			③		
	本当は必要だが、行うことが出来ない支援・提案したが拒否された支援等 (本人、家族、近隣などのインフォーマル含む)	なぜ、行なえていない?(本人の意欲 家族の意欲 金銭 必要なサービスが無い等)											
①													
②													
③													
この方にとっての自立とは?													
現時点で到達したい位置													

(5) 浅口市

① 浅口市の概要【図表22】

【図表22】 浅口市の基本情報

浅口市の基本情報

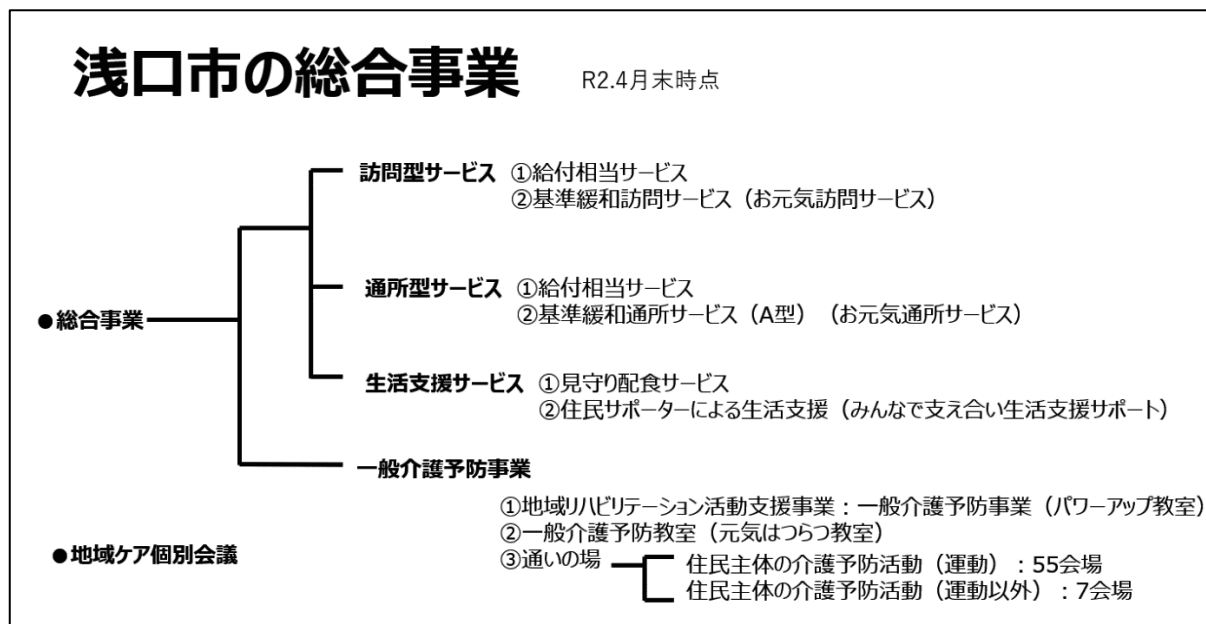
R2.4月末時点

面積	66.46km ²
人口	34,135人
高齢者人口(率)	12,426人(36.4%)
前期高齢者数(率)	5,542人(16.2%)
後期高齢者数(率)	6,884人(20.2%)
第1号要介護認定者数(率)	1,487人(12.0%)
地域包括支援センター	直営 本所1箇所、ブランチ2箇所
保健師等	3人
社会福祉士	3人
主任介護支援専門員等	3人



② 浅口市の総合事業【図表23】

【図表23】 浅口市の総合事業



③ リハ団体連絡会による支援の実際

<通所事業 ～男性限定！～ パワーアップ教室>

本教室の目的は、退職後自分のやりたいことが見つからず家に閉じこもりがちの方や、何かを始めたいと一緒に楽しむ仲間が欲しいといった男性を対象に、仲間づくりや生きがいの発見等のきっかけ作りの場とすることと、運動プログラムの中から自分に合った実践方法を学び、日々の生活に活かすことである。具体的には、体力測定を行い自分の現在の体力を認識し、PT の指導の下に個別プログラムを計画・実施している。

参加者は 65 歳～74 歳、男性限定。実施期間は 6 ヶ月間で計 7 回。初回と最終回に文部科学省・新体力測定(①握力②開眼片足立ち③長座体前屈④上体起こし⑤10m障害物歩行⑥6 分間歩行の 6 項目)を実施。段階付けは各テストを 50 点満点で点数化し、良い方から順に A～E までの 5 段階評価を行う。2 回目以降は作成した個別プログラムをもとに、参加者に運動を指導した。【図表24】

【図表24】 体力測定の様子



運動メニューとしては、セラバンド(ゴム製のトレーニング器具)を使用した上肢、下肢、体幹の筋力増強訓練、およびセルフストレッチの指導を 90 分間実施。また、体力テストの点数やその他身体的特徴をもとに、個別にプログラムを立案し、自主トレーニングとして自宅などで行うように指導を行った。自宅で行った運動を毎日記録し、教室開催日に PT や市の保健師などがチェックし、各人にフィードバックを行った。【図表25～26】 体力測定の結果を【図27】に示す。

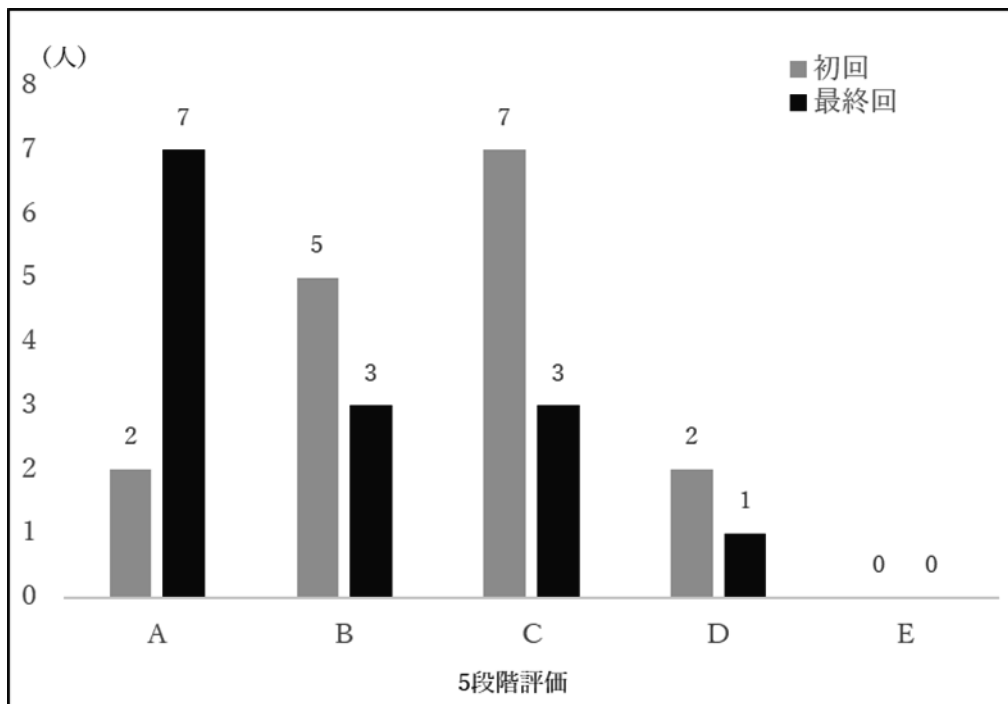
【図表25】 筋力増強訓練の様子



【図表26】 セラバンドを使用した訓練の様子



【図表27】 体力測定結果



12名が点数向上、2名が同点数であった。

④ 市町村支援を通じて思うこと

本事業は令和元(2019)年度が初開催であり、参加者は自ら申し込んだ方が多く、運動に関しては積極的な様子であった。また運動後、PTに個々に質問に来るようなこともあったため、自分の健康に関心がある印象を強く持った。しかしながら「男性」ということもあり、開催当初は参加者同士の横のつながりはほとんど見られず、無言の教室であった。回を重ねるにつれ、徐々に参加者同士がコミュニケーションをとるようになり、一人がPTに質問してくると、他の利用者もその話を聞きに近づき、話が広がるようになってきた。教室最終回後には、参加者同士で連絡を取り合い“飲みニケーション”を行ったとのことである。また少数ながら横のつながりから、他のサークルに出向かれた参加者もいた。

参加者は前期高齢者ということもあり、障害を有しているわけではなく、体力面にもばらつきがあった。そのため運動の種類や負荷量の設定が難しい点があった。しかし、セラバンドの強度の調整といった指導を行い、参加者それぞれが負荷量を自分で調節し毎日実施してもらうことができた。その結果、体力テストでは12名の点数が向上した。

支援に関しては、令和元(2019)年度は筆者であるPT1名で対応していたため、先行して指導内容を作成するという課題や、自身の体調管理を徹底する必要があった。その反面、参加者や市町村担当者との関係は密になり運営もスムーズであった。令和2(2020)年からはPT2名体制で実施できており、今後はPT同士での参加者の情報共有が課題であると考えます。

本教室は、一期のみの参加(次年度の参加はできない)が原則であったが、一期目の参加者の強い希望もあり、半数は令和2(2020)年度も継続して参加している。今後の展望としては、本教室参加者の中から

らリーダーとなる存在を発掘し、PT が指導した内容を参加者の前で実践する者を育成、住民同士で教室の運営ができることが望ましいと考える。令和 2(2020)年度の最終回には、参加者の中から 1 名に依頼し、デモンストレーションとして実際に指導していただく予定にしている。令和 3(2021)年度以降は、評価や指導内容の選定などはリハ職が行うが、それ以外は参加者で開催することが目標である。さらに参加者はこの経験をもとに、運動することの重要性を十分に理解し、地域住民に広く周知する役割を担ってもらいたいと考えている。

