

## 第5弾

シートを使っておさらいをしよう

OT推進チーム

## 前回の演習課題について

あなたが通所リハ担当OTRになったとして…

課題①: 生活行為アセスメント演習シートを記入してみよう

課題②: アセスメント結果と事例の情報を基に

生活行為向上プラン演習シートを記入してみよう

さっそく、シートの記入に進んでいきます

# 生活行為アセスメント演習シート解説

# 対象者のあげた生活行為の目標は？

「衣裳部屋の掃除がしたい。片づけができれば、色々な服をきて外出したい」

## ★ポイント★

- 病前にはおしゃれをして出かけていた様子を想像
- 「おしゃれができれば近所の顔なじみの所にも出かけた」との発言あり
- 外出や参加へのつながりのきっかけとなる
- 家人からの希望は「元気に過ごして欲しい。現状の能力維持の希望」となっている
- 廃用防止や認知機能低下防止等のためにも、心を許せる他者とのつながりはとても大切

# 生活行為を妨げている要因および強み①

## 【心身機能】

- 軽度の右片麻痺
- 右膝の痛み
- 軽度の注意力障害
- 麻痺は軽度であり日常生活に大きな支障なし
- 左上下肢の筋力に問題なし
- 左手を上手に使用出来ている
- 注意力障害は日常に支障がないほどまで改善
- 意欲(やりたいことの表出等もあり)が見られる

## 生活行為を妨げている要因および強み②

### 【活動・参加】

- T字杖300mほどの歩行で疼痛・疲労あり
- 料理や掃除は退院後に行ったことがない
- 自宅入浴は発症後使用したことがなく子供から禁止されている
- 多くのADLが自立
- 床への立ちしゃがみ動作も台があれば可能
- 掃除や洗濯は行えている
- スーパーへも必要に応じて出かけられている

# 生活行為を妨げている要因および強み③

## 【環境】

- 家人が危ないと思う活動は禁止されている
- 自宅階段は手すりがない
- 公共交通機関に乏しい
- 公民館への移動は1kmの距離があり
- 要介護2、独居での生活
- 訪問介護は利用せず、通所リハ・介護を利用
- 家族関係良好で頻回な訪問あり。支援に協力的
- 顔なじみの知人がいる
- 公民館はバリアフリー化されている

# 予後予測を考える①

★ICFを用いて予後予測を考える過程がとても重要となります！！

- 掃除や衣服の整理整頓を遂行できる身体機能や知的能力はある
- 痛みや疲労に留意しながら活動量を増やしていくことで、公民館へいき、お茶会参加後に帰宅できるだけの体力をつけることは可能
- 衣服の整理整頓は必要に迫られず、経験不足によりできなかったのでは？
- 痛みの管理能力や体力がつけば、友人宅や公民館まで歩いていくことは可能



## 予後予測を考える②

- 歩行補助車の利用等を検討することで歩行距離を伸ばせ、荷物をもった際のバランス不良も改善できる
- 通所リハビリで掃除や整理整頓、歩行補助具の評価を行い、通所介護でも訓練として取り入れることで能力向上に移行できる
- できることを家族に伝え、見守りのもと一緒に行っていくことで衣装部屋の掃除ができ近隣の友人宅や公民館活動へ参加できるようになる

# 事例の希望する目標に対して合意目標を！！

3か月程度で達成できる目標として

1. 衣服の整理整頓を経験して衣裳部屋を片づける。着たい服を見つけ、まずは通所利用時や買い物の時などに着て出かける

事例の希望する訴えと、予後予測から評価した現実的な目標を立案する。  
事例と共有した際に、具体的で分かりやすい目標にすることが大切！！

# 生活行為向上プラン演習シート

# まずはPLAN 「いつ、誰と、どこで、どのような方法で、何の準備が必要か」

①どこから片づける？②どんな種類に分ける？③どうやって収納？

基本的プログラム	応用的プログラム	社会適応プログラム
<ul style="list-style-type: none"><li>①右上下肢筋力訓練</li><li>②持久力向上のための訓練</li><li>③疼痛や疲労を知るためのセルフモニタリング</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>①片づけ場所の決定</li><li>②収納場所の決定</li><li>③整理整頓(畳みどうさ練習)</li><li>④ほうき利用練習</li><li>⑤掃除機の利用練習</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>①片づけ場所の決定</li><li>②収納場所の決定</li><li>③整理整頓</li><li>④道具の利用</li><li>⑤着る場所の決定</li></ul>

上記は本人のプログラムになります。MTDLPでは周囲の人と一緒にその人の生活を作り上げていく視点が重要です。そのために今回は「家族」「支援者」にもそれぞれプログラムを作成しましょう！！

## 次にDO 「実際に実施するうえで必要となる能力」

①衣服を種類、必要度に分類する、②畳む、③ハンガーにつるす

④不要なものを捨てる、⑤着たい服を選ぶ、⑥部屋のゴミを掃除する

基本プログラム	応用プログラム	社会適応プログラム
①通所リハビリにて適切な実施方法を学ぶ ⇒自主訓練 ⇒自宅でも実施	①②通所リハや介護利用時に、物品を片づける機会に積極的に参加する ③タオルや衣類などで実践 ④⑤通所リハでできたことを通所介護や自宅でも実施	①～⑥通所リハ利用時に一緒に自宅で実施。⑤は多職種と連携し通所介護や買い物時に実施

# 最後にSEE

上手く進んでいるか検証し、よい方法に途中で気付いて修正する能力

- ①次はどこを片づけるか考える、②着たい服をいつどこに来ていくのか考える、③着たい服を着て出かける

この段階では支援者同士の連携が特に必要。本人を中心とし、家族や通所スタッフ等とできる能力をきちんと評価・報告し、生活にきちんと汎化していく過程が重要になります。連続した過程のイメージを忘れずに！！

シートを使ってみてどうでしたか？

幅広い、自由な視点、「その人らしさ」を中心とした  
マネジメントの実践に向けて、早速臨床に取り入れてみませんか？

## 参考・引用文献等

- 一般社団法人日本作業療法士協会：事例で学ぶ生活行為向上マネジメント. 医歯薬出版株式会社, 2015.
- 日本作業療法協会ホームページ <https://www.jaot.or.jp/> 2022/06/01