

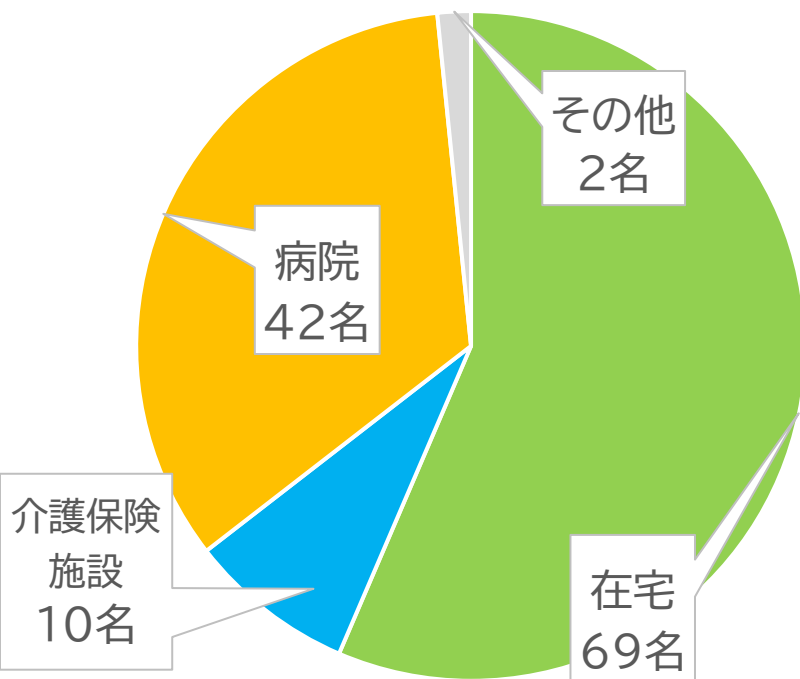
生活リハビリセンター事業報告

「多職種共通視点での生活行為評価と方法」

三鷹市生活リハビリセンター

生活リハビリセンター 利用実績(2023年12月1日~2025年8月31日)

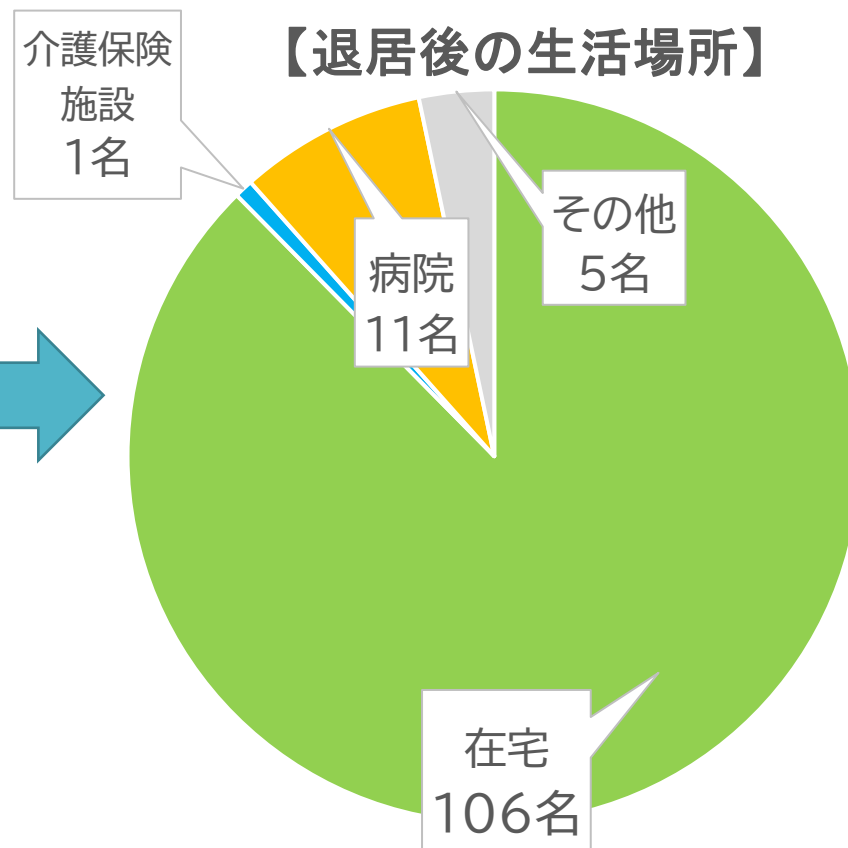
【入居前の生活場所】



【令和5年度 22名利用】
平均介護度 1.27
在宅復帰率 75.0%



【退居後の生活場所】



【令和6年度 71名利用】
平均介護度 1.31
在宅復帰率 92.0%

【令和7年度 4~8月 36名利用】
平均介護度 1.08
在宅復帰率 89.6%

【平均入居期間(日)】

令和5年度	23.2
令和6年度 (11月末まで)	25.3
令和7年度 (4～8月まで)	23.8

【入居率(%)】

令和5年度	58.4
令和6年度	73.8
令和7年度 (4～8月まで)	84.2

➤在宅復帰する方の平均利用日数が一ヶ月以内となっており、個別性を重視した関わりで、心身の機能や生活行為の早期改善に繋げることができました。

※ただし、生活リハビリセンター利用の方の中には未認定の方が多く、認定を待って在宅に戻る方もいます。

➤在宅へ戻るにあたり、事前に本人、家族、担当ケアマネジャー等の関係者でカンファレンスを行い、在宅生活に必要なサービス調整を行います。

排泄に関する環境面について

- ・各居室にトイレを設置(対面式、横向き) トイレ扉は2タイプ(引き戸、外開き戸)
- ・センサー設置によりトイレへ入室したことが把握できる
→ライフリズム・ナビの導入
- ・利用者さんの状態に合わせて手すりの設置ができる →ベストポジションバーの導入
- ・できるだけ自宅環境に合わせ、トイレまでの動線を構築
- ・利用者さんの身体状況に合わせた環境面の提案 手すりや排泄関連の道具等の提案

排泄に関する主な課題について

- ・独居の親の排泄行為を評価してもらいたい
- ・トイレまでの移動が不安定
- ・排泄動作が不安定
- ・トイレに向かう習慣が身に付かないため汚染がみられる (汚染の認識が乏しいなど)
- ・汚染しても手順が分からず交換ができない
- ・衣服等が汚染しているが身体的に交換ができない
- ・トイレの場所が分からない
- ・便秘
- ・バルーンカテーテル留置による尿廃棄の手順や人工肛門造設により適切な手順を獲得したい など

排泄を中心とした課題の方 26名

尿失禁の消失や自力で交換ができるようになった方 15名

一日一回もしくは声を掛ければ自己交換可能 11名

【観察ポイント】

- ・尿/便意の感覚はあるか
- ・トイレの場所の認識があるか
- ・在宅のトイレの扉は引き戸？開き戸？ 手すりの位置は？
- ・安全に排泄動作が行えるか
例：回転動作、下衣の上げ下げ等
- ・現在使用しているパッドやパンツのサイズはどうか
- ・パッドやリハビリパンツが汚染していた場合に気付けるのか
- ・汚染を不快に感じる事ができるか
- ・下衣の着脱と交換行為はできるか
- ・トイレ後に手洗いや消毒の習慣や意識はあるか
- ・自らトイレに向かう意思はあるか
- ・トイレまでの移動手段は？独歩？歩行器？歩行車？車いす？
- ・昼夜の排尿間隔は？ また、排便間隔は？
(バルーンカテーテルや人工肛門等)
- ・排泄後に陰部や肛門を拭く習慣や洗浄は身に付いているか
- ・布パンツへの移行は可能か
- ・トイレ内の床や便器/便座周囲の衛生面に意識はあるか
- ・交換用に新しいリハビリパンツやパッドを事前に準備できるか
- ・汚染したものを廃棄することができるか

【方法】

- ・排泄状況や排尿等の間隔を把握する

例：排泄状況の確認、毎食後トイレへの誘導

- ・トイレ場所や便座に座ることへの掲示

- ・室内の環境面の整備を行い、トイレまでの安全な動線の確保

- ・汚染に対するリスクの説明（皮膚トラブルや感染症等）

- ・パッドやパンツが汚染した際に、実際に尿を吸収したパッド等

を本人に持ってもらい尿の重さを感じてもらう。

- ・リハビリパンツから布パンツへの移行を積極的に勧める

- ・排泄に関する道具の提案（ウォシュレット、ポータブルトイレ等）

- ・排便間隔を把握し、必要に応じて食事による対応や主治医への相談により下剤の処方、定期的な運動機会の確保を行う

- ・定期的な運動機会の確保により身体機能の改善

（移動や移乗動作、下衣の上げ下げ、前屈姿勢等）

- ・トイレ動作の手順を説明する

例：ベッドや家具、手すり等の整備

- ・トイレ内に汚染パッド廃棄バケツと新しいパッドを設置する

- ・パッドやパンツのサイズ選定を行う

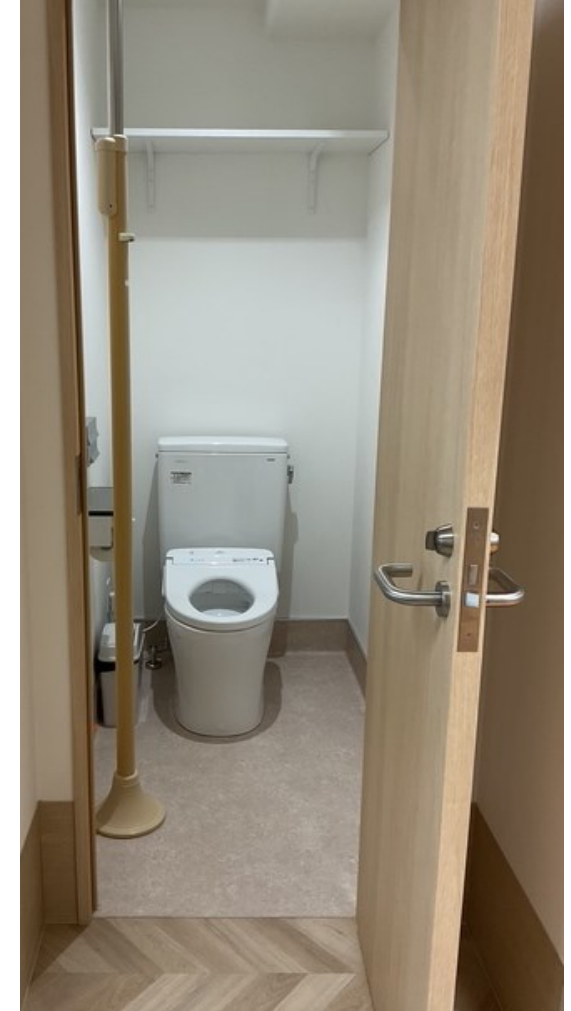
- ・衣服交換動作練習

- ・バルーンカテーテルや人工肛門等の適切な手順を説明する

観察ポイントや方法の一例

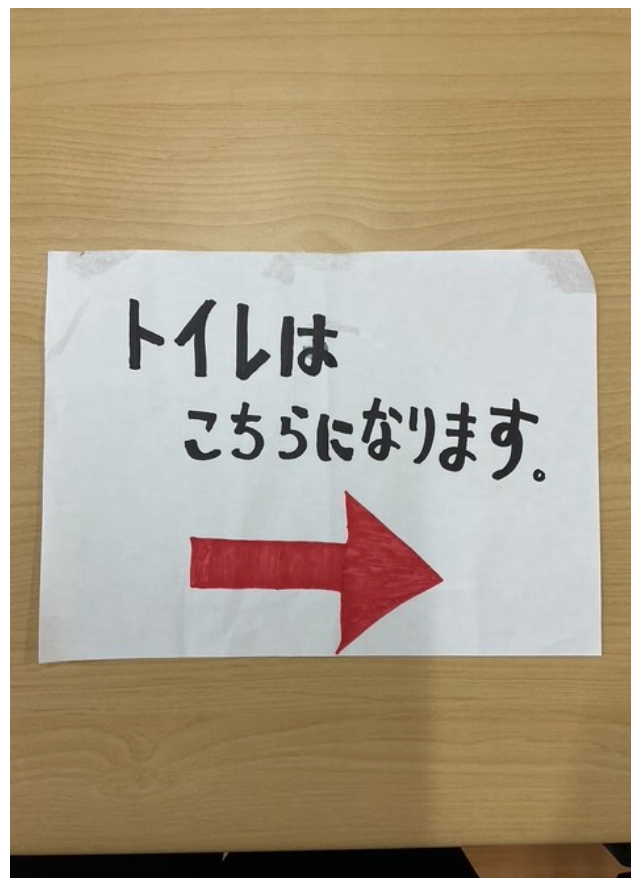


- ベッドや食卓からのトイレ動線の確保
できるだけ自宅の環境に合わせて距離やベッドの向き等を合わせていきます。
- 自宅の環境や本人の状態に合わせて福祉用具を活用します。

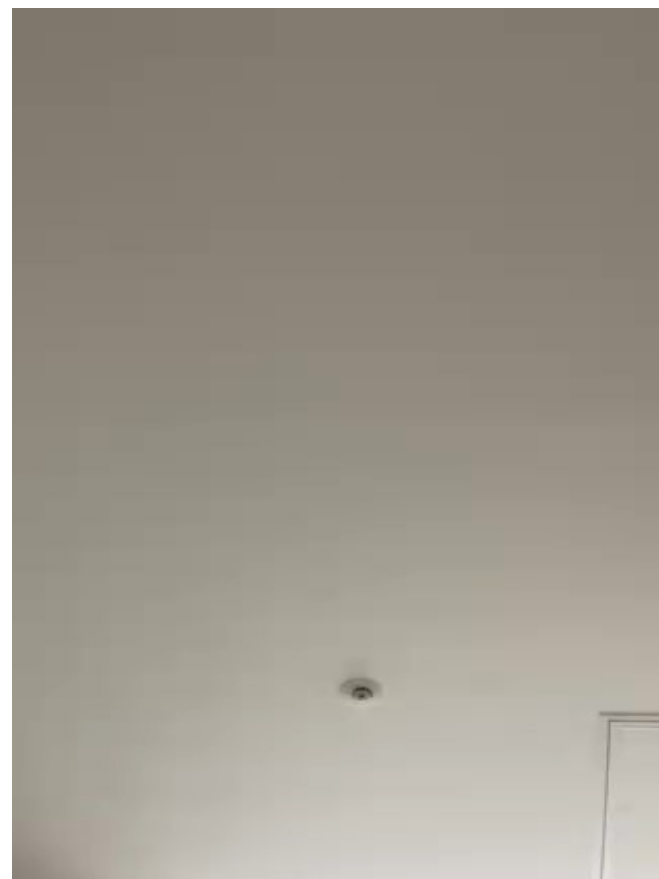


- トイレ内の環境作り
- 自宅の環境や本人の状態に合わせて手すり等を設置します。

トイレ場所の表記と工夫

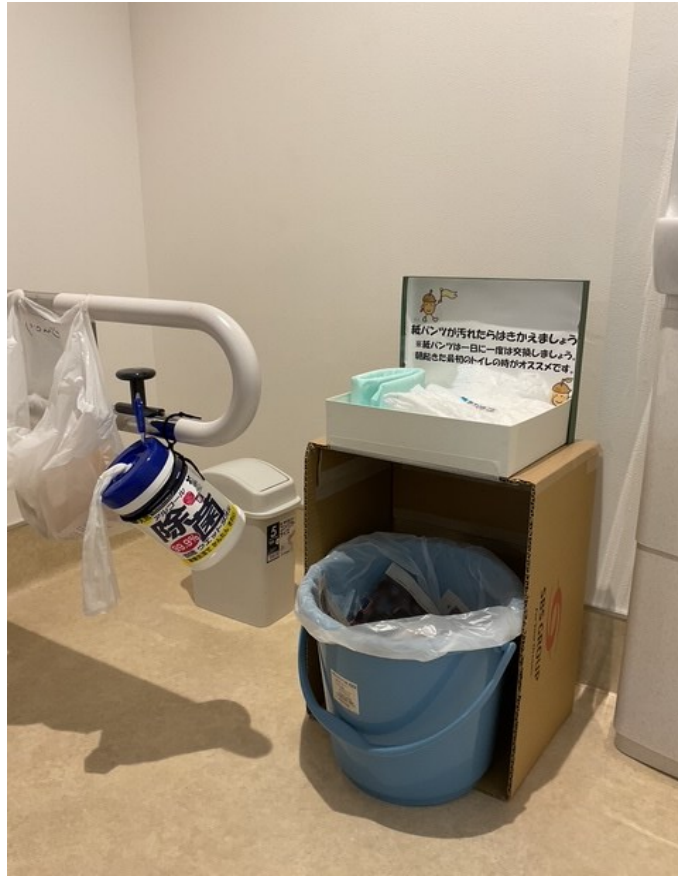


利用者さん目線となると…



- ・本人や家族の希望に応じて、便座に座る習慣を身に付ける練習も行います。
- ・トイレの場所を表記することで、安心してトイレに向かうことを目指します。

トイレ内の廃棄バケツの工夫



- ・自宅のトイレでも使用していくことを目的に、汚染したパッド等が廃棄できたり、パンツや衣服の交換練習をしています。
- ・自宅でもなるべくお金を掛けずに空き箱等を利用しています。

生活リハビリセンターで大切にしていること

- 利用者さんの在宅での日常生活を理解する。ご本人がセンター利用後の生活をどのように過ごしていきたいのかを知る。“その人らしい生活を考える”
- 専門職の考えを押し付けせず、様々な提案をすることで選択肢を増やし、利用者さんの身体機能等に合わせたサービスの提案を行う。
- 食事や栄養面、生活スタイルを専門的なアドバイスの他に、食習慣(一日2食や間食)や起床・就寝時間、住環境を含めて利用者さんの意思を尊重する取り組みが、心身の向上に繋がっている。
- 自宅に取り入れることを前提に、日常の身近な物を利用しながら、お金をかけず工夫できることを提案していく(電子レンジボタン、ソックスエイドなど)
- コミュニケーションを活発に行い、利用者さんの想いや悩み等に寄り添い、ご本人から信頼を得る関係作り。“生活リハビリセンターで一番に大切なところ”
- リハビリテーションは、生活に則した生活行為動作や生活支援等のアドバイスを中心に行う。
- 体調への不安や悩みを聞き取り、体調管理方法を主治医と連携を図りながら、取り組んでいく。特に内服は自己管理を目標に様々な工夫で取り組んでいく。

生活リハビリセンターだからできたこと

- 目標に合わせた個別性重視の支援方法で、早期に心身の改善を図ることができる。
- 在宅へ戻るにあたり、どのような日常を送っていくのか、生活イメージを職員と共に考え、生活を送りながら実践していく。“その人らしい生活を考える姿勢”
- 在宅に近い環境下での生活課題に合わせた生活行為ができる
 - ・福祉用具使用にて伝い歩きの環境作り
 - ・家電や家具など自宅の状況に近い環境作り
- 過介護にならないように、本人のできることを見極め、生活動作を見守りながら行為評価を行う。“日常生活や生活行為を見守る姿勢”
- 身近な課題に合わせた生活行為練習ができる
例：排泄/入浴/更衣動作、内服、インターフォン・ATM・スマートフォン操作等
- 生活行為評価を行うことで、在宅生活への適切なサービス導入ができる。

➤ 令和5年12月～令和7年8月31日時点

・相談件数 319件

本人	9件
家族	66件
病院(三鷹市、武蔵野市内中心)	28件
居宅介護支援事業所	86件
地域包括支援センター	104件
市役所	9件
介護保険施設等	11件
その他	6件

・そのうち入居に繋がった件数 129件