

# 通所介護事業所における要支援対象者への リハビリ提供方法の再考

－利用満足度を下げず自主トレーニングへ移行するために－



医療法人社団らぽーる新潟

楽しいちデイサービス

北澤友子(PT) 熊倉範子(PT) 梅澤恵理子(OT)

中川由子(OT) 北村礼子(Ns)

**日本デイケア学会 第23回年次大会千葉大会  
筆頭演者のCOI開示**

**筆頭演者氏名： 北澤 友子**

**演題発表に関連し、開示すべきCOI関係にある企業等はありません。**

# 施設紹介



医療法人社団らぽーる新潟  
楽しいちデイサービス  
(通所介護・予防通所介護)

定員: 45名(土曜: 25名)

利用時間: 9:15~16:15



- 介護士による集団体操
- 各種レクリエーション
- 季節ごとのイベント
- 専門職による個別機能訓練  
(PT・OT・ST)
- レッグプレス・エルゴメーター  
などのマシントレーニング

# 背景

## 平成30年度介護報酬改定

### 【通所介護】

- アウトカム評価を導入、ADL維持等加算が新設
- サービス提供時間区分を2時間単位から1時間単位に見直し、大規模型事業所は基本報酬引き下げ

	改定前	改定後
要介護1	645単位	617単位 (-28)
要介護2	762単位	729単位 (-33)
要介護3	883単位	844単位 (-39)
要介護4	1004単位	960単位 (-44)
要介護5	1125単位	1076単位 (-49)

# 背景

介護報酬は**基本報酬から加算報酬へ**

当施設の課題

- 業務効率化による人員体制の見直し
- 成果を出しアウトプットする仕組み作り

リハビリにおける課題

業務の時間効率化を図り**実施人数を増やす**  
**リハビリ成果を出す仕組み作り**

# 背景

## 当施設におけるリハビリ加算

個別機能  
訓練加算Ⅰ  
46単位／日

目的 : 身体機能の維持向上  
対象 : **全利用者**  
内容 : 鍼灸師による個別マッサージ  
集団体操

個別機能  
訓練加算Ⅱ  
56単位／日

目的 : ADL能力向上・社会活動参加  
対象 : **要介護**利用者  
内容 : PT・OT・STによる具体的なADL練習  
身体機能アプローチ、小集団体操

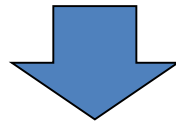
運動器機能  
向上加算  
225単位／月

目的 : 身体機能の維持向上  
対象 : **要支援**利用者  
内容 : PT・OT・STによる身体機能アプローチ

# 目的

課題：**要支援**と**要介護**対象者の  
リハビリの差別化が図れていない

要支援対象者のリハビリ  
個別対応中心⇒**自主トレーニング中心に移行**



**業務の時間的な効率化**  
対象者の**自立支援・運動習慣の定着・機能向上**

リハビリ＝「してもらうもの」⇒「**自分で行うもの**」

# 移行までの流れ

実施期間

平成30年  
5月下旬～  
6月上旬

運動メニューの作成、環境整備

6月中旬

新体制リハビリのお試し

6月下旬

利用者様へのアンケート調査



ご家族・ケアマネージャーへの報告



7月～

新体制リハビリへの移行





# 自主トレメニューの作成

## 下肢・体幹の筋力トレーニング

目的：下肢、骨盤周りの筋肉を鍛えます 姿勢を改善します

各20回

### 骨盤を前後に傾ける



①タオルを横向きに置きます



②お尻の坐骨の下にタオルを入れます



③骨盤を後ろに傾けます



④骨盤を前へ傾け背筋を伸ばします

## 呼吸体操

息を吐きながら体を左右にひねります。  
(ゆっくり行うこと) ※左右あわせて2~4回

吐きながらひねる



吐きながらひねる

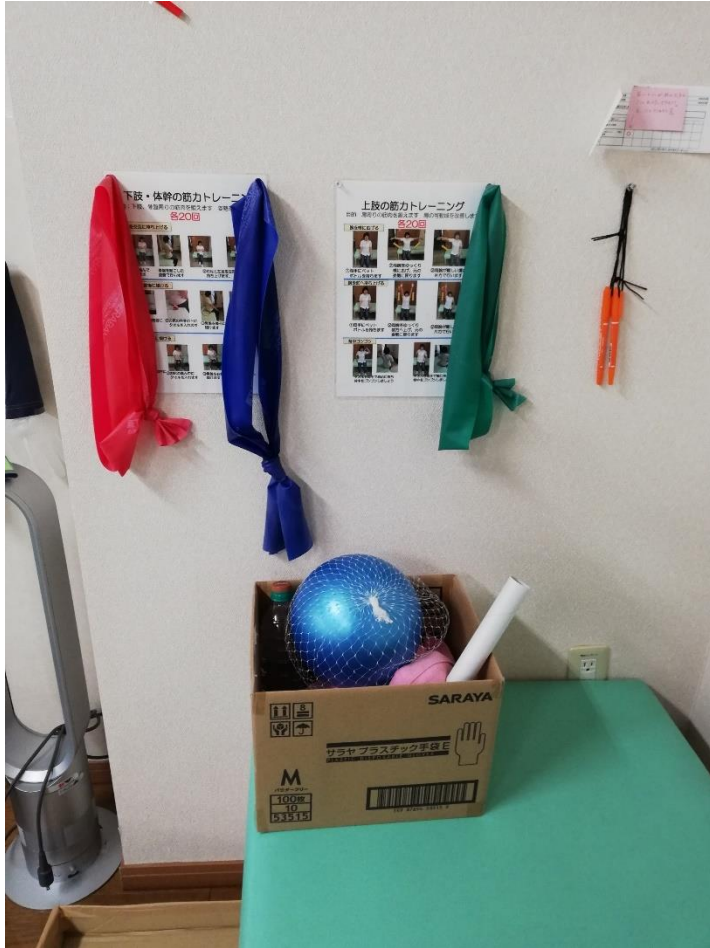


吸いながら戻す

- 上下肢・体幹筋力強化練習
- 呼吸体操
- 手指機能(洗濯ばさみ、箸)
- 立位バランス練習

等

# 自主ストレススペースの確保





# 小集団体操メニューの拡充

## 要介護対象



座位にて安全に行える運動

- 膝痛予防体操
- 呼吸機能改善体操 等

## 要支援対象



活動量に応じた立位での運動

- 下肢筋力強化練習
- 立位バランス練習 等

# 目標設定シートの使用

名前		運動実施・目標シート									
	長期目標(計画書)									※職員使用欄	
	短期目標(計画書)									※職員使用欄	
短期目標を達成するために自分がすべきこと											
<div style="border: 1px solid black; height: 80px;"></div>											
	選択メニュー	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
健康いきいき体操	健康いきいき体操										
筋力増強プログラム	上肢とごしごし・ 下肢と骨盤										
日常生活動作練習											

目標設定シートを用い、月に1回利用者様と目標設定、運動メニューの選択を行う。

利用者様は運動実施したらチェックを入れる。



# 要支援利用者のタイムスケジュール

9:15	到着・体調チェック お茶タイム
10:00	集団体操、入浴
12:00	昼食
13:00	休憩・コーヒータイム
13:30	個別訓練、各種プログラム
15:00	休憩・お茶タイム
15:30	各種教室
16:15	帰りの会

## 【新体制】

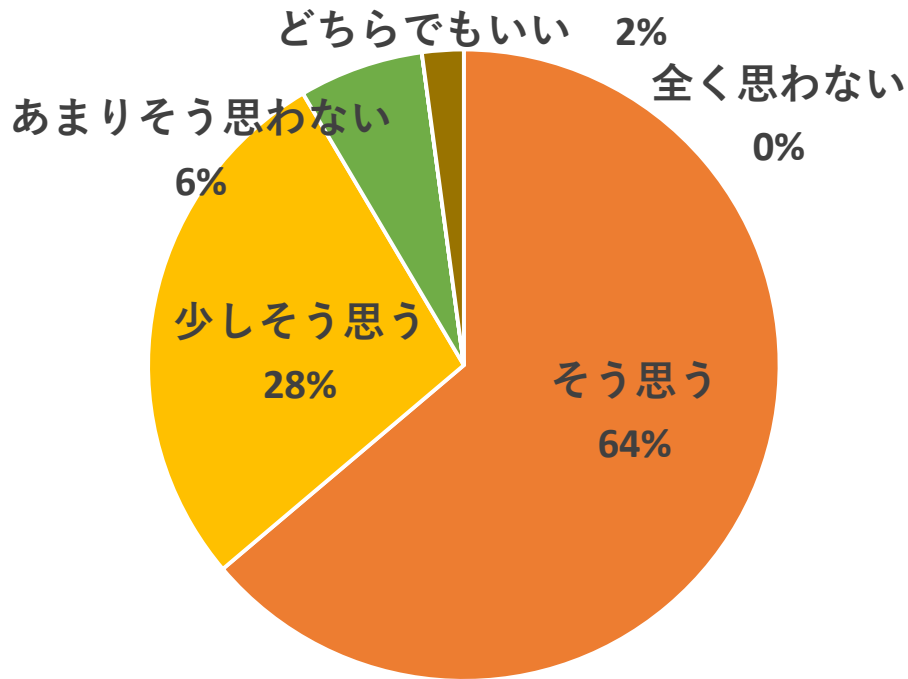
自主トレメニュー、  
小集団体操が追加



# アンケート調査

対象：要支援利用者の中でアンケート回答が得られた47名

質問：今後、新しいリハビリ体制に取り組みたいと思いますか？



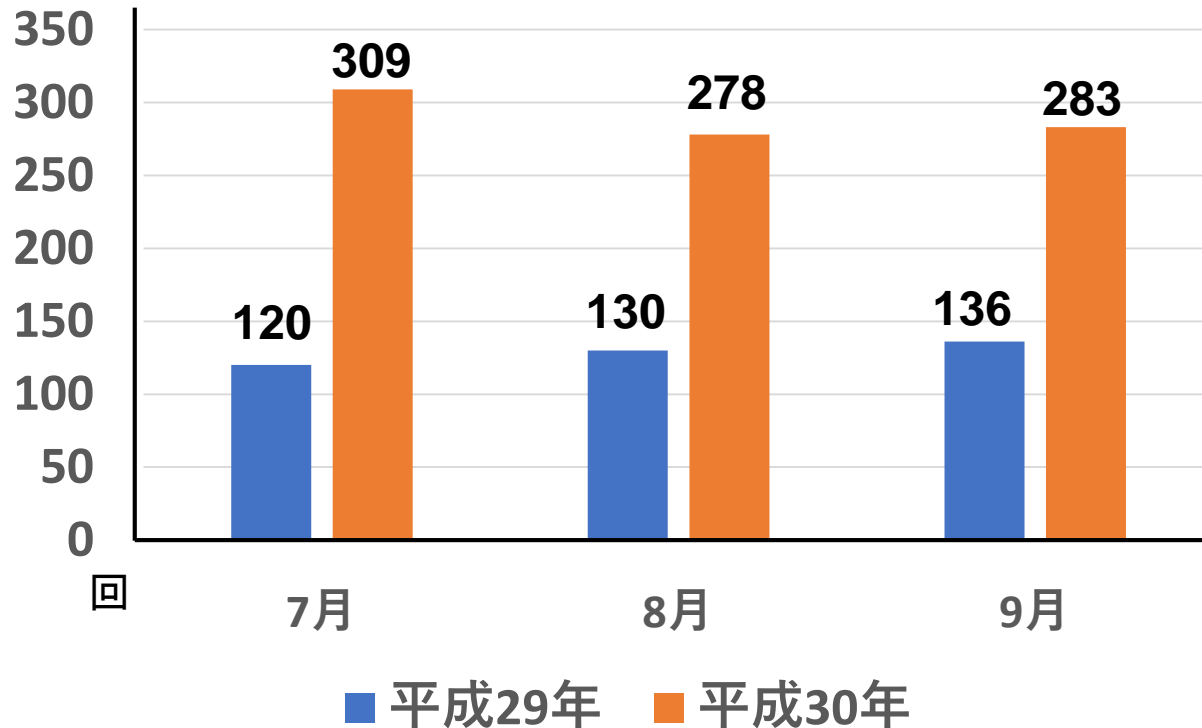
**92%の利用者様が新しい体制に対して好意的であった**

## 自由回答例

- 小集団体操と午前の集団体操の内容が重なる、**内容が簡単すぎた**
- 小集団体操は立っているのが**大変だった**
- 一人では(筋力強化練習や日常生活動作の練習)**行えない**
- 人差し指、手が動かなくて困った
- 体にずしっとくるけど、**体に良さそう**
- 小集団体操は今まで行ったことがなかったが**楽しかった**
- 自主トレで既に自分でやっていることが、体操よりも厳しいことをやっているのも**今も自主トレでできている**
- 高齢のため、**あまり無理はしたくない**。内容は自分でもできそう

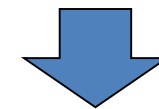
# 加算算定数と個別対応時間

## 運動器機能向上加算算定回数／月



個別リハビリ平均時間／1人

施行前: 16.0分



施行後: **13.1分**

加算算定回数は前年度に比べ**約2.3倍増**、  
個別対応時間は**平均3分短縮**することができた

# まとめ

利用者

自主トレーニング  
メニューへの移行

施設側

- 運動量の向上
- 運動を自己管理し、  
目的意識の向上

「自分でしていく  
リハビリ」

- 業務の効率化
- 加算算定数の増加
- リハビリの目的意識  
の向上

「機能的で  
効率的なリハビリ」

## 今後の課題

- 「疾患・症状に応じた運動メニューの充足」
- 「運動機能改善に対する結果のアウトプット」

