

## 演題 24

### 短期集中予防サービス（サービス C）にてリハビリノートを活用した結果運動意欲及び社会参加意欲が向上した症例

○片山 和馬<sup>1,2)</sup> 加藤 康太<sup>1,2)</sup> 水谷 智恵美<sup>1)</sup> 中 猛則<sup>3)</sup>

- 1) 主体会病院 総合リハビリテーションセンター
- 2) 四日市市介護予防等拠点施設（ステップ四日市）
- 3) 四日市市役所 健康福祉部高齢福祉課

短期集中予防サービス（サービス C） 行動変容 社会参加

【はじめに】介護予防・生活支援サービス事業の一つである短期集中予防サービス（サービス C）は、専門職が約3ヵ月という短期間で、通所型もしくは訪問型で機能向上等の介護予防プログラムを行うサービスであり、その目的として、運動習慣の構築や地域の通いの場への参加が挙げられる。今回、サービスの提供にあたり、リハビリノートを活用することで運動意欲及び社会参加意欲が向上した症例を経験したため報告する。

【症例紹介】80歳代前半の女性、夫と二人暮らしで、要支援1。日常生活動作は概ね自立していたが、腰椎圧迫骨折を受傷後、外出等の活動量が低下しており、運動習慣の獲得や地域の通いの場への参加を目標にサービスの利用が開始となった。

【初期評価】握力は右12.0kg、左10.0kg、5m快適歩行速度は0.87m/秒、5m最大歩行速度は1.16m/秒、5回立ち上がりテストは7.87秒、Timed up & go test（以下TUG）は12.4秒、片脚立位時間は右9.62秒、左14.9秒、基本チェックリストは11点で、外出頻度の低下や生活に充実感がない等の項目が該当した。主観的健康観は「あまり良くない」であった。

【方法・結果】初期評価の結果をもとに、本症例とともに1ヵ月毎に達成可能な目標の立案と自主練習の提供、目標達成度と毎日の運動実施状況等を記載するリハビリノートを作成し、本症例に毎日記載してもらい、利用日に持参してもらった。約3ヵ月間、通所型サービスを週1回、訪問型サービスを月1回の頻度で実施し、運動の実施状況と目標達成度合いに対するフィードバックを行った結果、握力が右14.5kg、左13.5kg、5m快適歩行速度が1.08m/秒、5m最大歩行速度が1.40m/秒、5回立ち上がりテストが5.50秒、TUGが8.58秒、片脚立位時間が右19.5秒、左25.9秒となり、下肢筋力とバランス能力の向上を認めた。また、基本チェックリストは閉じこもり度やうつ傾向が改善し、5点となり、主観的健康観も「良い」と改善を認めた。修了時には、本症例自ら地域の通いの場を利用したいという社会参加意欲がみられ、各関係者との検討の結果、介護予防や交流を目的とする基準緩和通所型サービス（サービス A）を利用することとなった。

【考察】リハビリノートを活用することで、約3ヵ月間の本症例自身の状態や目標、運動の実施経過を可視化でき、行動変容を促すツールとして効果的であったことが示唆された。また、期間中随時、専門職からの適切なフィードバックを行うことで「運動をして元気になったからこれからも続けたい」との発言が聞かれたことから、短期集中予防サービス（サービス C）の目的である、運動意欲の向上や自信の獲得、社会参加意欲の向上にも繋がったと考える。

【倫理的配慮】本症例に対して、口頭及び文面にて本報告の趣旨を説明し同意を得た。