

訪問リハビリテーション従事者による
活動・参加につながった事例集
完全版



公益社団法人 日本理学療法士協会
一般社団法人 日本作業療法士協会
一般社団法人 日本言語聴覚士協会

本事例集の作成にあたり

(一財) 訪問リハビリテーション振興財団

研修班 班長 露木 昭彰

訪問リハビリテーションが広く認知され、多くの方に利用されるようになってきたことは大変うれしく、誇らしいことです。しかし、未だ医療機関で行われているリハビリテーションの延長のように理解されていることは、確固たる在宅リハビリテーションの形が表現できていないからだと考えられます。理学療法士・作業療法士法が制定されてから 50 年が経ちました。これまでの傷病由来のリハビリテーションから、一人ひとりの人生由来のリハビリテーション、つまり「オーダーメイドのリハビリテーション」へと昇華していかなければなりません。そのヒントになればと「活動・参加につながるリハビリテーション」を基本として本誌を構成しました。

「痛みをとる」「麻痺した手を動かせるようにする」「歩けないから歩けるようにする」ということだけではなく、「何のために歩けるようになりたいのか」、この「何のために」という目的が個々人のヒストリーや人生観、思想などにより異なります。ここをしっかりと抽出することが大切で、あるいは本人が諦めかけていることをもう一度、掘り起こしていくことも必要なのです。我々は目の前の人、何に困っていて、何が課題か抽出するのは得意です。「悪いこと探し」をした上で、問題解決に入っていくという一方向の思考から、「いいこと探し」の思考を加えて、アセスメントし、マネジメントが出来るようなセラピストに向かっていかなければなりません。対象としている方の人生を俯瞰し、若い頃のことや仕事を頑張ってきたこと、趣味や興味など、その方を理解した上で、今関わっている時期はここなんだと意識を持って、対応していくことが真の個別対応ではないでしょうか。2 人として同じ人はいないのです。対応も同じになる訳がありません。

平成 27 年度、28 年度、29 年度と 3 ヶ年度をかけて、全国一体的に「活動・参加につながるリハビリテーション」に取り組んでまいりました。本誌は全国で活躍し、国民の生活、人生を守っている多くの仲間たちの産物であることをここにお伝えし、事例収集を行ったことで、より一層絆を深めることが出来たと強く感じております。この 3 年間、新たな「リハビリテーション」を模索してまいりましたが、ぼんやりと見てきた気がします。病院、施設も地域の一部です。入院生活も人生の中の一部です。それは急性期、回復期、生活期、予防を含めて、点ではなく線としての意識が必要なのです。このことが本当に理解され、実践されていくことに繋がれば、新しいリハビリテーションの形が描けていくと思います。

皆さんの力を結集して 1 つの作品が出来たことを喜び、全国で活躍している訪問リハビリテーション従事者の素晴らしい対応に心を揺らしてください。1 つ 1 つに物語があります。登場人物たちの生きている状況が見えてきます。これが、我々が従事している現場なのです。是非多くの仲間目を通していただけるようご活用ください。事例収集にご協力くださった多くの方々に心より感謝を申し上げます。また、本誌を編集するにあたり、多くの時間を割いて作成に励んでいただいた研修班のメンバーには信念を持った強い意志を表現していただき、この場をお借りしてお礼を申し上げます。このメンバーでなければ、ここまで来ることはできませんでした。

我々セラピストが提供するリハビリテーションってこんなに素晴らしいと感じてください。そして本誌を通じて、新しいリハビリテーションの形を皆さんと少しでも共有できれば幸いです。

日本の少子高齢社会対策として、心身機能に偏った訪問リハビリテーション（以下、リハ）から脱却し、活動・参加を今まで以上に促進するために、平成27年度より毎年47都道府県の訪問リハに従事するPT・OT・STより「活動・参加につながった事例」を募集し、成功モデルの事例分析を実施してきました。そこで得られた事例より、活動・参加につなぐ法則性や実効性のあるパラダイムシフトを確認できたのでご報告します。

＜平成27年度調査結果から得られた知見＞

全国から集まってきた事例から見えてきた活動・参加につなぐポイントとは、対象者の強みの活用です。うまく活用ができていない事例は活動・参加につながり、活用できていない事例はつながらない。もちろん、対象者の医学的重症度も影響しますが、それ以上に強みの活用の有無が大きく影響します。

＜平成28・29年度調査＞

平成28・29年度調査は、平成27年度調査で得られた知見を事例収集のフォーマットに落とし込みました。①従来の医学的な評価に追加して、強みの評価（表1）を行い、②その結果を実現したい意欲の出る生活目標に落とし込み、③尚且つリハプログラムにも絡めるというプロセスを書式化し（事例参照）、47都道府県の訪問業務に従事するPT・OT・STに事例報告の募集を実施しました。

人の性質・性格	技能・才能	関心・願望	環境
正直である	金銭管理が正確	温泉が好き	家族がいる
思いやりがある	記憶力が高い	魚釣りが好き	ペットがいる
親切である	花をいけられる	孫が好き	自宅が住みやすい
辛抱強い	裁縫が得意	人の役に立ちたい	親友がいる
感性が豊か	人生経験が豊富	料理を教えたい	信頼できるケアマネ
話し好き	歌が好き	将来の夢がある	経済的余裕がある
世話好き	家庭で役割がある	旅行に行きたい	近くに商店街がある
几帳面である	絵がうまい	仕事が好き	サロン仲間がいる

出典：チャールズ・A・ワグ「ストレングスモデル」一部改定

表1 強みの種類

＜結果＞

全国より約400事例の活動・参加につながった事例の応募があり、その中から事例集用に厳選し、130事例を掲載しました。活動・参加の集計結果としては、表2の通りで、活動・参加を再開した報告が最も多く、外出や給付抑制、地域活動が多い結果となっていました。

それぞれの事例において、心身機能、活動・参加、環境への働きかけがバランスよく行っており、高齢者や障がい者の生活期リハビリテーションの可能性を実感することができる報告となっています。

n=130

活動・参加のカテゴリ分類	件数
1：地域活動	10
2：外出	24
3：再開・開始（再）獲得	43
4：給付抑制	16
5：幸福度の形成	9
6：他職種連携	10
7：介護負担軽減	8
8：独居生活継続・獲得	6
9：ターミナル	2
10：その他	2

表2 活動・参加の集計結果

訪問リハ事例	No.56	うつ状態から興味ある活動を引き出し就労へと繋がった
事例	51歳男性・要介護2・左被殻出血・右片麻痺・感覚性失語・うつ病 生活歴：自営トラックで工具の訪問販売 本人希望：外出して人と交流したい、働きたい	経過 回復期病院で経鼻経管栄養から経口摂取となる。文レベルでの聞き誤りあり。発病後ストレスでうつ病あり。ADL向上を目指し、訪問リハ開始。
開始時の状態と活動・参加	屋内歩行は独歩、自宅内でのADLは自立しているが、失語症とうつによって活動性が低下して訪問リハを休むこともあった。また、半盲やめまいがあり、受診以外は一人で外出する事は殆どなかった。	実現したい生活目標（予後予測） 友人と温泉旅行に行く・趣味のバンドが行える・就労して収入を得たり、人と交流が図れる
強み評価	就労の意欲があり・几帳面・辛抱強い・自己分析ができる・温泉が好き・バイクや写真・バンドが趣味・仲間がいる	訪問リハアプローチ内容 ○訪問リハ（週3回） ・屋外歩行にて写真撮影や買い物等、興味のある活動を引き出す。 ・言語訓練を行い理解力の向上とスムーズなコミュニケーションの向上を図る。 (回数を段階的に週3回⇒週1回へ変更) ・就労支援として障害者相談センターに同行して身体・精神機能などの情報提供・共有をする。
まとめ	開始時はうつだったが徐々に表情も明るくなった。特に興味・趣味からの介入が心情変化のきっかけになった。就労継続支援から開始する事を提案したが、本人の意思が強く一般雇用から就職活動を開始し見事に就労へ至った。これは本人の性格の強みにより勝ち取れた結果と考える。現在も休むことなく仕事を続けている。	アプローチ後の活動・参加 うつ状態も落ち着き、自転車やバスを使用して外出自立。求人や職場の情報収集を本人が行い、履歴書も作成し、障害についての説明をした上で採用。釣り具屋で週4回のパート勤務開始。友人と日帰りの温泉旅行にも行っている。仕事に伴いリハ終了（約2年間）。 
		分類 3

訪問リハ事例		No.22	聞き取りで、リハ目的を明確にしたことで1つ1つ獲得できるようになった	
事例	75歳女性・要支援2・糖尿病・人工膝関節術後・左下腿打撲 生活歴：瓦修理の仕事・畑作業・お寺巡り 本人希望：四国八十八か所巡り、高野山へ行く	経過	3年前にTKRを行って以降、歩行時の膝の痛み、立ち仕事時の腰痛が出現し、近隣のお寺参りができず、自宅に閉じこもりがち。道で転落、左下腿打撲後、さらに活動性低下のため訪問リハ開始。	
開始時の状態と活動・参加		実現したい生活目標（予後予測）		アプローチ後の活動・参加
自宅内は伝い歩き。屋外は歩行器で短距離歩行可能。ADLは自立、家事も可能であるが、膝と腰の痛みが伴う。痛みのため、お寺へ歩いて行くことが困難な状況。 		・亡くなった旦那さんの供養がしたい。 近くのお寺へ毎月いけるようになりたい。 四国八十八か所や高野山へ行きたい。		下肢機能向上。床からの立上り・立ち仕事時の腰痛消失。畑作業が座位から立位へ。スーパーへの野菜の出荷。近くのお寺へ1人で行け、家族と一泊温泉旅行や四国八十八か所の残りの場所へ行けるようになった。  (写真：火渡行事への参加)
強み評価		訪問リハアプローチ内容		
前向き・負けず嫌い・世話好き 孫の世話が好き・温泉が好き・仕事が好き・畑作業ができる・料理が好き・お金を稼がたい・夫の供養したい		○訪問リハ（週2回） 自己管理のための体への気づきの促し、自主トレ、結果のフィードバック、床動作練習、畑作業練習、エスカレーター練習など。 ○地区体操への参加 親友以外との交流 参加者への体操指導 イベントへの出品など。 		
まとめ	介入効果のポイントとしては、目標の聞き取りの中で、最初は、「足の力をつけたい」が希望であったが、その理由を1つ1つ確認し、「歩けるようになりたい」→「近くのお寺へ行きたい」→「四国八十八か所巡りをしたい」→「旦那さんの供養をしたい」という本当の思いが語られたことで、リハの目的が明確になったことである。			分類 2

<事例から見てきた成功事例の法則>

在宅の高齢者や療養者、障がい者の退院後の心身機能の低下のきっかけは、生活場面における失敗体験に起因することが少なくありません。ももとの役割の喪失、出来ていた日常生活動作の要介護状態、尿便失禁、転倒などの失敗体験が、対象者の自信を奪い、自己効力感を極端に低下させます。従来の医学モデルに基づく、身体機能偏重のその人の弱点に焦点を当て問題解決をはかるウィークネスアプローチのみだと、生活における失敗体験が重なってくるので、次第に抑うつ状態が増してきます（図1）。

しかし、一方で、対象者の強みの評価をし、強みを活かした意欲の出る生活目標を設定したり、リハプログラムに絡めることにより、様々な成功体験をしやすくなります。家庭や地域での役割の再獲得につながったり、できないと思っていた生活行為ができたり、加齢や病気、障害による機能低下があっても幸せと感じられたり。そのような成功体験によって、自信が少しずつ回復し、自己効力感が向上し、その結果精神的なストレスの軽減が図られ、抑うつや軽減や自宅内、および自宅外での行動が拡大します。生活意欲や生活活動性が高まることにより、生活機能全体が少しずつ改善していくので、効果的な自立支援につながります（図2）。

<活動・参加につなげるための生活期リハのパラダイムシフト>

これまでの心身機能低下に焦点を当てたウィークネスアプローチ一辺倒では、対象者の日常生活における失敗体験を防ぎきることはできず、結果次第に生活機能が低下していく状態が散見されました。そのため、抑うつを予防・改善させることを視野に入れたストレングスアプローチの併用が生活期リハにおいてきわめて重要になります（図3）。

従来のリハ評価にプラスして、対象者の強みの評価を行い、強みをより具体的な生活目標に落とし込み、なおかつリハプログラムにも絡めていくことで、日常生活における成功体験を促し、その結果、抑うつを軽減し、日常の行動を拡大させます。

このように、従来のウィークネスアプローチにストレングスアプローチを併用する形が、効果的な自立支援につながり、結果、活動・参加を促し、さらには社会保障費の抑制にも寄与します。

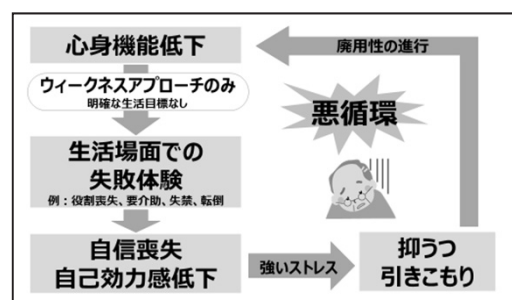


図1 ウィークネスアプローチのみの悪循環



図2 ストレングスアプローチ併用の良循環

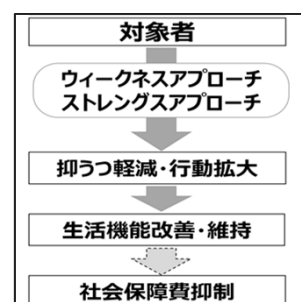


図3 これからの生活期リハ

一 目 次

訪問リハビリテーション従事者による活動・参加の事例集

活動・参加に繋がった事例集 概要版

事例集作成にあたって

露木 昭彰（一般財団法人訪問リハビリテーション振興財団 研修班 班長）

第 1 章 「活動・参加に必要なマネジメント」……………5

第 2 章 事例集作成フォーマットのねらいと開設……………11

第 3 章 活動・参加に繋げる社会資源（フォーマル、インフォーマル）……………15

第 4 章 事 例 集……………22

第 5 章 提出事例の総括と今後の課題、そして可能性……………100

第 6 章 参考資料

資料①事例入力フォーム

資料②事例入力例

資料③強みの種類

資料④あなたの強みの種類

資料⑤活動・参加促進レシピ

資料⑥カテゴリー一覧