**藤岡地域包括支援センター　担当**

* **日　時：　令和5年9月20日（水）午後13時30分～14時08分**
* **会　場：　栃木市役所大平総合支所　第３会議室**
* **事例数：　1ケース**
* **参加者数： 15名**

**事例提供者1名、サービス提供事業者１名、助言者7名、**

**包括職員2名、傍聴者5名**

糖尿病・慢性腎臓病・膝痛等があり、意欲低下がみられる血糖コントロールが必要な80代男性。

**〈目標〉１日：** 天気の良い日は外に出て太陽の光を浴びる。

**１年：** 病気を少しでも良くして元気でいる。

**利用サービス：通所リハビリ**

**《生活全般の解決すべき課題》**

・膝の痛み・筋力低下から歩行が不安定であり、転倒の可能性が高い。

・痛みが生じていることで動くことが億劫になり、意欲低下に繋がっている。

・トイレに行く回数が多く、睡眠導入剤服用により夜間のふらつきが原因で転倒に繋がっている。

・食事量が少ない。　・夫婦二人きりの為、緊急時に不安がある。

　　　・自宅内は段差が多く、掴まる箇所もない為危険である。

**《助言者からの助言内容》**

・訪問時ヘモグロビンA1Cについて確認し、本人が血糖値の自覚を持つようにすると良い

　　　・歯科受診し、頬粘膜を噛んでしまうことやかみ合わせの相談をすると良い。

　　　・食事の前に舌回し体操を行い、唾液の分泌量を上げることも効果がある。

　　　・自宅で血糖測定を行い、ノートに記載していくことにより低血糖を起こすタイミングが分かるので、医師に相談するとよい。

・畳から立つ所を写真に撮り、リハ職に確認してもらい、何が課題なのかを明確にして個別指導を受けてはか。

　　　・糖尿病や腎不全等の病気について理解をすることが必要。

**空腹時血糖測定等でコントロール状況を把握し、病気の理解や食事摂取方法等を本人に確認しながら、改善に**

**繋がるように支援していく。**

**☆地域課題（地域に不足、再構築を図りたい支援・サービス等）**

・高齢者が活躍できる場所、趣味を発表出来る場所が少ない。