

## 都賀地域包括支援センター 担当

日 時： 令和6年12月17日（火）午後1時30分～2時00分

会 場： 栃木市役所401会議室

事例数： 1ケース

参加者数： 13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3名、

## 独居で難聴や糖尿病がある94歳の男性

〈目標〉1日:体力・筋力にあった運動を行う。

1年:安心した毎日を送る。

利用サービス:訪問介護サービス、配食サービス

### 《生活全般の解決すべき課題》

- ・歩行時のふらつきがあるため、転倒のリスクが軽減できるよう、住環境を整備する必要がある。
- ・妻を亡くした喪失感から意欲低下となり、自ら家事を行うことが難しくなっている。
- ・他者との交流をすることで、不安なく生活が送れる。
- ・受診や運動を行うことで身体機能を維持し、在宅生活を継続できる。

### 《助言者からの助言内容》

- ・難聴の方の受診は、医師の話がわからない、聞き取れない等の困り感が本人にあれば付き添いが必要。
- ・義歯は、義歯ブラシで毎食後に清掃をする。夜間は、きれいな状態の義歯をしたまま就寝すると良い。
- ・お口の筋力トレーニングのためにブクブクうがいを行うと良い。唾液腺マッサージや健口体操も良い。
- ・個人病院を予約なしで定期受診できているのであれば、服薬は出来ていると考えて良い。
- ・現在行っている自転車を継続し、散歩も取り入れると効果的。歩数計やカレンダーに記録し見える化することでモチベーションにも繋がる。
- ・糖尿病の血糖コントロールに対して、自転車は大腿部の筋力を使うため効果的なので続けてほしい。水分摂取量や配食サービスの摂取量も確認できると、本人の栄養状態の把握ができる。
- ・男性が多く所属する団体があり、スポーツや研修旅行にも行っているため、参加すれば楽しめると思う。



現在、下肢の痺れにより、掃除などの家事が難しい状態になっているため、訪問介護の利用により、日常生活上の必要な支援を行いながら、出来ることは自身で行えるよう支援していく。

☆地域課題（地域に不足、再構築を図りたい支援・サービス等）  
特になし。