

栃木中央地域包括支援センター 担当

日 時： 令和7年1月21日（火）午後2時10分～2時40分

会 場： 栃木市役所 401 会議室

事例数： 1 ケース

参加者数： 14 名

事例提供者 1 名、サービス提供事業者 2 名、助言者 6 名、
包括職員 2 名、傍聴者 3 名

大腿骨折後の歩行不安定により家事に不安がある 94 歳の男性

<目標> 1日:自宅敷地内で運動を行う。

1年:外出する機会を増やす。

利用サービス:通所型サービス、訪問型サービス

《生活全般の解決すべき課題》

- ・歩く機会を増やす。
- ・自分でできる家事を増やす。
- ・認知障害の進行を防ぐ。

《助言者からの助言内容》

- ・1日20~30分日光を浴びながら散歩し、骨強度の増強を図る。
- ・オーラルフレイルからフレイルへ繋がるリスクがあるため、歯科受診を勧める。
- ・薬の飲み忘れのないよう、お薬カレンダーやアラームを活用する。
- ・負荷をかけたリハビリを意識的に行うことで、立ち上がり動作に必要な筋力の維持・向上を図る。
- ・認知機能の状態を定期的に評価し、支援の見直しに活用する。
- ・近所の人と挨拶を通じた関係性を築き、見守りのある安心した生活を継続する。



口腔状態、リハビリ内容を含め見直し、家族と共有しながら支援していく。

☆地域課題(地域に不足、再構築を図りたい支援・サービス等)

近隣住民から独居高齢者への声掛けや見守り支援