

栃木中央地域包括支援センター

日 時： 令和7年2月18日（火）午後1時30分～2時00分

会 場： 栃木市役所

事例数： 1ケース（令和6年7月16日検討した事例の振り返り）

参加者数： 10名

〔事例提供者1名、助言者6名、包括職員2名、傍聴者1名〕

食欲低下による体重減少、呼吸苦と腰痛で 活動意欲が低下した 83 歳女性

〈目標〉 1日:家の近くを5分間歩く。

1年:雷の時期を乗り切り今の生活を継続する。

利用サービス：通所型独自サービス（従前）、訪問型独自サービス（従前）、福祉用具貸与

《前回会議での支援策》

支援方針：体重減少や体力低下の予防、精神的な不安を軽減し、在宅生活を継続できるよう支援する。

助言内容：

- ①舌を鍛えながら唾液がでる体操、舌を回す体操、あいうべ体操で口周りの筋力を高められると良い。
- ②内服薬は本人の状況に合わせて調整しているため、きちんと内服するよう説明する
- ③毎日の散歩時間を5分から10分に増やすなど、日常生活での活動量を増やせると良い。
- ④体重減少については、コンビニデザートでタンパク源を確保したり、小さなおにぎりやデザート類で間食を増やすと良い。
- ⑤傾聴ボランティアやオレンジカフェの利用で楽しみが増えるといい。

《支援結果・状況》

- ①未達成：あいうべ体操と舌を上下左右に動かす体操を指導したが、積極的に実施できていない。
- ②達成：服薬内容を確認し自己調整しないこと、効果が出ないことを説明すると、処方通りに内服出来た。
- ③達成：歩行器を軽量タイプへ変更することで負担だった出し入れが楽になり、散歩に行きたいとの意欲が増加。外を歩くことが増えた。
- ④達成：デイサービスでの弁当の提供、食事指導、食事量・体重の記録、ヘルパーの調理支援により、食べる喜びや楽しみを感じ食欲が高まった。
- ⑤未達成：自らタクシーを利用しての外出や他者との交流に抵抗を示す。