

## 吹上地域包括支援センター 担当

日 時： 令和7年2月18日（火）午後2時00分～2時30分

会 場： 栃木市役所

事例数： 1ケース（令和6年8月20日検討した事例の振り返り）

参加者数： 11名

〔事例提供者1名、助言者6名、包括職員2名、傍聴者2名〕

**転倒が多く、ペースメーカーを入れたことで  
日常生活に不安を感じ活動量が減少した 85 歳女性**  
**〈目標〉1日：庭に出たり外出をして歩く機会を増やし運動する**  
**1年：家族と外出する機会を持ち、気分転換や楽しみを持ちたい**  
利用サービス：介護予防福祉用具貸与

《前回会議での支援策》

支援方針：不安を解消することで活動量を増やし、筋力低下など転倒リスクの軽減、社会参加の機会を増やす

助言内容：

- ①普通に活動するためにペースメーカーを入れたということを本人が理解できるとよい。
- ②口腔ケアを1日3回行うこと、口渇を防ぐために唾液腺マッサージなどを行う。
- ③下肢筋力低下を防ぐため、座ったままでできる運動などを実施する。
- ④安全に外出できるよう歩行器の使用頻度を増やし、習慣付けられるようにする。
- ⑤自身でおかず等を調理する場合、塩分に注意する。また、筋肉量が減らないよう、たんぱく質の摂取を意識する。
- ⑥地域とつながることで社会参加の機会や活動量を増やす。

《支援結果・状況》

- ①達成：ペースメーカーがあっても日常生活に支障がないことは理解している。
- ②未達成：歯科医師より磨く力が強いため2回/日でよいと指示があった。
- ③未達成：運動を提案するも「疲れてしまう」と継続できなかった。
- ④未達成：家族の支援があり外出機会は確保され、歩行状態も維持しているが、安全に移動するために歩行器の使用など提案するも使う様子がなく、転倒を繰り返している。
- ⑤達成：家族の支援もあり、たんぱく質を意識した食事をしている。
- ⑥未達成：本人が望まないため、社会参加の機会は増えていない。