

栃木中央地域包括支援センター 担当

日 時： 令和7年5月20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： 15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4名

腰椎すべり症や左足背下垂のため転倒リスクが高い81歳の女性

〈目標〉1日:転倒を予防し、安全に歩け、好きな花の手入れが出来る。

1年:転倒、怪我等の事故を防ぐことができる。

利用サービス:通所型サービス、福祉用具貸与

《生活全般の解決すべき課題》

- ・散歩や運動を続けることで筋力がつき、転倒せずに過ごしたい。
- ・好きな庭に出て花の手入れがしたい。
- ・家では話す事が無いので、デイに行って楽しく会話したい。

《助言者からの助言内容》

- ・装具を使えば転倒しにくいので、自宅内でも装着した方が良い。
- ・オーラルフレイルや根面齲蝕の可能性があるので、歯科受診して検査などを受けた方が良い。
- ・薬の飲み合わせにより効果が減弱する場合があるので確認すると良い。
- ・自宅で万が一転倒した時は、座位がとれる場所まで居座りで移動し、一旦座ってからの方が立ち易い。
- ・お惣菜は早めに食べきる量を購入する。ご飯とおかずがセットになっている冷食も活用すると良い。
- ・傾聴ボランティアの利用や歌声喫茶への参加で、会話の機会やデイサービス以外の楽しみができるという。



・筋力や体力の低下を防ぎやりたい事を見出して、健康的な生活が送れるよう支援する。

☆地域課題（地域に不足、再構築を図りたい支援・サービス等）

家族と同居していても孤立感を感じている高齢者の居場所作りや声かけ