

栃木中央地域包括支援センター 担当

日 時： 令和7年6月17日（火）午後1時30分～1時50分

会 場： 栃木市役所 401 会議室

事例数： 1 ケース（令和6年12月17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7名、包括職員2名、傍聴者1名

下肢の慢性的な痛みから外出の機会が減っている83歳の女性

<目標> 1日:毎日散歩をする。

1年:一人暮らしを続けることができる。

利用サービス：通所型サービス、訪問型サービス

《前回会議での支援策》

支援方針

- ①主治医や関係者と情報共有し、医療情報を整理したうえで本人へ情報提供を行う。
- ②痛みに対する主観的評価や筋力測定を行い、痛みを広い視野で捉えて支援する。
- ③口腔機能維持の為、歯科検診や自宅での口腔体操を促す。

助言内容

- ①動脈硬化を予防するためには、処方に基づいて内服することが最も大切である。
自己判断で内服を中断することのないよう、処方薬には理由があることを伝えて安心して内服してもらう。
- ②身体の痛みそのものではなく、生活リズムや睡眠、生活上の不安などの生活環境から痛みに影響する可能性があるという視点を持ち、主観的評価や筋力測定を検討できると良い。調理工程の負担を減らすため、カット野菜やミールキットを活用できると良い。
- ③口腔機能の維持のため、口腔清掃、タンパク質の摂取、歯科検診や自宅での口腔体操を勧められると良い。

《支援結果・状況》

- ①達成：内服の必要性について説明したことで不安が解消され、処方薬の内服を継続することが出来ている。
- ②達成：イエローフラッグの視点から痛みについて確認を行ったが、精神的不安の訴えは確認されなかった。
カット野菜やミールキットの活用を勧め、カット野菜を使用することで調理に対するハードルが下がり、以前より調理をする頻度が増えた。
- ③達成：定期的な歯科受診や自宅での健口体操を提案し、実施することで口腔機能を維持することができている。