

大平地域包括支援センター 担当

日 時： 令和7年7月16日（水）午後1時30分～午後2時00分

開催方法： 栃木市役所大平総合支所 第3会議室

事例数： 1 ケース

参加者数： 14名

事例提供者 1 名、助言者5名、サービス事業者2名
包括職員 2 名、傍聴者4名

転倒や腸閉塞の再発に不安に感じている81歳女性

〈目標〉1日:転倒に注意して階段の昇り降り動作を行う。

1年:病状や健康状態が悪化する事なく、自宅での生活を続けていける。

利用サービス:介護予防通所リハビリテーション、介護予防福祉用具貸与

〈生活全般の解決すべき課題〉

- ・健康管理や食事の管理をきちんと行い、腸閉塞が再発しない様にしたい。
- ・足腰が弱らない様に、定期的に運動したい。
- ・通いサービスや趣味活動を継続する事で、楽しみある生活を送りたい。
- ・転倒や事故がない様に生活したい。

〈助言者からの助言内容〉

- ・通所サービスや関係者で排便やADLの状況、体調の変化を見逃さず、早期発見・早期治療を心掛ける。
- ・シェーグレン症候群による唾液減少で飲み込みづらくなり、口内炎ができやすく、カンジタ菌が増えやすいので注意する。
- ・唾液減少の対策として、人工唾液の使用や口の中の刺激、唾液腺のマッサージを行う。
- ・複数の薬局の利用や薬の種類が多いため、自己管理が難しくなってきたら、自宅近くの薬局へ相談する。
- ・塩化ナトリウム摂取や下剤の服用の際には、水分を多めに摂る。
- ・階段昇降の多い自宅での生活を継続していくために、リハビリを通じて今後予測されるリスクを評価し、対策を検討していく。
- ・本人がやりたいと希望する外出や映画、お茶会等を実現するためのトレーニングを行う。
- ・BMI17.1であるが、無理に体重を増やそうとせずに、今の生活を継続していく。
- ・喉の渇きはシェーグレン症候群からの可能性もあるため、みそ汁を毎食から夜のみ麦茶に変えると良い。
- ・イレウス対策として、水分は十分摂取し、利尿作用の強いお茶やコーヒーではなく、白湯や麦茶を時間で飲むように心掛ける。
- ・よく噛んで食べるようにして、一日10品目チェック表を活用し、食べている物を確認する。
- ・あったかとちぎ体操やはつらつセンター事業について、居住地別に会場が異なるため、社協から実施場所等の情報提供ができる。



少しの変化も見逃さず、早期発見・早期治療を心掛け、本人のやりたいことを安全にできるよう支援する。

☆地域課題（地域に不足、再構築を図りたい支援・サービス等）

- ・地域の娯楽に参加するための交通手段が不足している。