

## 吹上地域包括支援センター 担当

日 時： 令和 7 年 1 2 月 1 6 日（火）午後 2 時 1 7 分～2 時 4 5 分

会 場： 栃木市役所

事 例 数： 1 ケース

参加者数： 1 3 名

事例提供者 1 名、サービス提供事業所 3 名、助言者 7 名、  
包括職員 2 名

**転倒を繰り返しているため、生活意欲の低下がみられるが、独居生活を希望している 90 歳女性**

**〈目標〉1 日：転ばないように気を付けて過ごす。**

**1 年：娘さんや息子さんと出かけたり、孫たちとも会う。**

利用サービス：介護予防訪問介護  
介護予防通所型サービス  
介護予防福祉用具貸与

#### 《生活全般の解決すべき課題》

- ・在宅生活を続ける
- ・転倒予防をする
- ・社会性を維持する

#### 《助言者からの助言内容》

- ・下肢の浮腫みへの対応は、足を高くして寝るだけでも改善される。
- ・年齢的なこともあるため、機会があれば、ACP 会議をして、最期を確認できると良い。
- ・歯科医院を受診し、義歯を作り直すことを勧める。
- ・かかとの上げ下げやタオルを使った万歳運動を本人ができる範囲で行う。
- ・90 歳は食事をおいしく食べることが重要。食事制限より、ゆで野菜（色の付いたもの）や牛乳等を足してみる程度の栄養バランスで良い。



- ・家族の協力や介護保険サービスを利用し、在宅生活を続ける。
- ・歯科医院受診を促し、義歯を作り直すことを勧め、栄養改善を図る。

☆地域課題（地域に不足、再構築を図りたい支援・サービス等）

1 人で歩いて行ける範囲に集まる場所がない。