

栃木中央地域包括支援センター 担当

日 時： 令和8年2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7年8月19日検討した事例の振り返り）

参加者数： 10 名

事例提供者 1 名、助言者 6 名、包括職員 2 名、傍聴者 1 名

日中一人で過ごす時間の寂しさから、飲酒回数が増えている86歳の女性

〈目標〉 1日: 転ばないように気を付けたい。

1年: 食事の片づけや洗濯などのできる家事は続けて、息子に迷惑をかけないように過ごしたい。

利用サービス: 福祉用具貸与

《前回会議での支援策》

支援方針

- ・不安を解消し、外出の機会や他者との交流を増やすことで減酒し、健康を維持する。
- ・夜の歯磨き習慣や口腔体操の実施で口腔機能を維持する。

助言内容

- ①家にこもると活動量も減るため、家族の協力を得ての散歩など家を出る機会を作り、筋力をつけられると良い。
- ②骨粗鬆症予防のために緑黄色野菜とたんぱく質を摂るようにする。
- ③口腔機能検査を受ける他、夜の歯磨き習慣や口腔体操の実施で口腔機能を維持する。
- ④降圧剤とお酒の相互作用による悪影響があることを伝える。飲酒に対する罪悪感もあるようなので、通所のご褒美や何かの成果として美味しく飲むことなどを提案する。
- ⑤外出の機会ともなるため、デイサービスでカラオケをするなど提案する。

《支援結果・状況》

- ①達成: 外出や身体を動かすよう助言した。散歩は難しいが自宅内廊下を歩いている。
- ②達成: 食事量は変わらないが、緑黄色野菜の総菜を取り入れる工夫を始めた。デイの利用でバランスの良い食事が期待できる。
- ③一部達成: 口腔機能検査を歯科定期健診時に主治医に相談し、実施を検討中。夜の歯磨きは忘れてしまうことが多い。
- ④達成: 降圧剤と飲酒の相互作用の説明やご褒美としての飲酒を勧め、週3回~4回に飲酒回数を減らす努力をしている。
- ⑤一部達成: 外出や運動のためデイサービス利用を勧め、結果的には戸締りの不安により利用には至らなかったが、利用に前向きであり、戸締りの課題解決に向けて検討していきたい。