

都賀地域包括支援センター 担当

日 時： 令和8年7月21日（火）午後13時30分～13時45分

会 場： 栃木市役所 401 会議室

事例数： 1 ケース（令和8年1月20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

糖尿病があり、肩の痛み、変形性膝関節症による両膝の痛みのある88歳女性

〈目標〉1日:家の中で自立した生活を送りたい

1年:家で1人で生活していきたい。

利用サービス：通所型サービス

《前回会議での支援策》

支援方針

- ・整形外科、歯科医院で再評価していただき、必要なケアやリハビリに繋げる。
- ・血糖値に留意して、極端に下がったときの対応を主治医に確認し、家族と共有する。

助言内容

- ①転倒に注意し、膝の痛みに関しては筋力をつけることや痛み止めで改善を図る。
- ②歯周病と糖尿病との相関関係に注意し歯磨きを行う。口腔機能の検査を勧める。
- ③薬剤師が自宅を訪問し、薬のセットや残薬調整などを行うことができるため、かかりつけ薬局に相談するとよい。
- ④肩の痛みについて整形外科で状態を診てもらうこと、握りながらのスクワット、座位でのお尻回り・ふくらはぎ、仰臥位での肩の運動を提案。
- ⑤糖尿病の内服をされている方が、身体の痛みにより食事量が減ると血糖値が下がり過ぎてしまうこともあるため、その場合は医師に相談する。蛋白質を摂り、汁物や漬物は1日1回にできるとよい。
- ⑥社会参加が身体機能の維持向上となるため外出の機会を多く持っていただきたい。地域内の買い物サービスについて、移動スーパーや社協のふれあい在宅福祉サービスを紹介。

《支援結果・状況》

- ①達成：庭でシルバーカーを押して歩くなど意識的に運動をしている。
- ②未達成：義歯に支障なく、本人、家族とも歯科受診の希望なし。
- ③未達成：現在薬は長男が残薬を確認しており、情報提供のみに留まっている。
- ④達成：整形外科の受診を確認。自宅で肩の運動ができている。
- ⑤未達成：食事量は変化なし。食欲がない際は医師に相談するとの返答あり。
- ⑥達成：地域の味噌づくりに参加できた。