【様式 13】

岩舟地域包括支援センター　担当

- 日　　時：　令和８年７月１５日（水）午後２時００分～２時２５分
- 会　　場：　栃木市役所大平総合支所 ２階会議室
- 事 例 数：　１ケース
- 参加者数：　１９名

（事例提供者１名、助言者６名、包括職員２名、傍聴者 10 名）

腰痛の為に日常生活動作に支障が生じている 80 歳の男性

〈目標〉1 日：転倒しない生活を送る。

1 年：腰痛が和らいでまた公共施設のお風呂に入りに行ける。

利用サービス：介護予防通所リハビリ、福祉用具貸与

《生活全般の解決すべき課題》

- 自宅で生活を続けたい　・栄養バランスの良い食事を摂りたい
- 清潔な生活を維持したい　・健康状態を維持したい
- 地域とのつながりを持ちながら生活したい

《助言者からの助言内容》

- 痛み止めを使用し、デイケアでリハビリを継続する。
- 総義歯のメンテナンスを行い、固い物が食べられるようにする。
- 抗凝固剤の飲み忘れを防止し、副作用が出た時にはかかりつけ医に相談する。
- 前屈みで作業をしない環境づくりや、コルセットを使用し活動量を減らさない工夫をする。
- たんぱく質や水分、食物繊維を摂れる食事の工夫をする。
- 地域の集いの場に参加し、近隣の方との関係をつくる。

内服やリハビリの継続により身体機能の低下を予防し、身近な交流の場に参加することで近隣住民と親交を深め孤立を防ぐ。

☆地域課題（地域に不足、再構築を図りたい支援・サービス等）

- 自宅から歩いて行ける範囲に社会参加ができる交流の場が不足している。