

## 当院地域包括ケア病棟の現状と課題 －高齢化が進む地域での在宅復帰に向けて－

キーワード：地域ケア 地域生活移行支援 高齢者

和賀 祐樹<sup>1)</sup> 菅原 知佳子<sup>1)</sup>

1) 特定医療法人博愛会 一関病院

### 【はじめに】

厚生労働省は地域包括ケア病棟の役割をポストアキュート機能、在宅等緊急受入機能、在宅等予定受入機能、在宅復帰支援機能の4つの機能と示している。当院では地域包括ケア病棟として平成28年から稼働し始め、ポストアキュート、サブアキュートのどちらの機能も有する地域密着型の病院で139床にて稼働している。今回は地域包括ケア病棟の中での円滑な在宅復帰支援に向けて現状の課題について考察し、以下に報告する。

### 【目的】

当院は地域包括ケア病棟開設から4年が経過し、リハビリ対象の患者層も高齢患者が多く在宅復帰に難渋するケースも多い。市全体の高齢化率や特性を理解した上での当院のリハビリ対象患者の傾向を理解し、円滑な在宅復帰に向けての課題を検討する。

### 【方法】

平成31年4月1日～令和2年3月31日の当院地域包括ケア病棟入院患者のデータより入院患者数、平均年齢、在院日数、転帰先、在宅復帰率に加えて、リハビリ対象となった患者の平均年齢と疾患を算出した。また一関市の平成31年度の国勢調査結果より年代別人口と高齢化率を算出した。

### 【結果】

平成31年度の当院入院患者は1690名、平均年齢76.1歳、平均在院日数20.8日、在宅復帰率90.4%であった。そのうちリハビリ対象者は666名で平均年齢80.4歳、疾患割合は廃用症候群58%（387件）、運動器29%（193件）、脳血管11%（75件）、呼吸器2%（11件）となっている。廃用症候群の内訳は呼吸器64件、整形43件、脱水38件、脳血管28件、癌27件、心疾患19件、消化器18件、尿路系13件、その他163件。運動器は骨折112件、脊椎・脊髄疾患34件、関節症28件、ヘルニア14件、筋・腱損傷2件、その他3件であった。

また当院が位置する一関市の平成31年度の高齢化率は36.5%（岩手県は32.5%）で全国平均の28.1%を大きく上回る。

### 【考察】

地域の特性としても高齢化率が高く老々介護や独居も増加しADLの自立が在宅生活復帰の必須条件となる場合も多い。また地区によって使えるサービスが限られていることも在宅復帰の可否に大きく影響する。

当院の在宅復帰率は9割を超えてはいるもののリハビリ対象となる患者は平均年齢80.4歳と高齢で入院前からフレイル状態の方も多く、疾病に伴って著しい機能低下を起こす方も多い。その状態で地域包括ケア病棟の最大入院期間の60日ではADL自立が難しいことは現状の課題として挙げられる。

今後、円滑な在宅復帰支援に向けて、入院時からの明確な目標や居住地区等も踏まえ、他職種で早期の転帰先の検討を行い、退院までのスケジュールを立てることは引き続き必要と考える。また令和3年度から地域リハビリテーション広域支援センター協力病院としての活動も行っていくため予防事業にも着手し、フレイル等の予防も行い地域の健幸増進に繋げていきたい。

## 目標共有と実際の畑作業を介入に用いたことで 自宅での畑作業が再開できた事例

キーワード：意味のある作業 ADOC

菊田 唯人<sup>1)</sup>

1) 医療法人社団健育会 石巻健育会病院

### 【はじめに】

今回転倒により腰椎圧迫骨折を呈した本症例（以下本人）を担当した。本人は役割としていた畑作業の再開を希望していたが家族は事故再発を危惧していた。高齢者の役割や生きがいの喪失は生活の質を低下させ、事故再発の原因となるため OT は実際の畑作業の遂行を目標に設定し介入を行った。結果、実際の畑作業の遂行を目標にしたことで本人の内的報酬に繋がり意欲的にリハビリに取り組めた他、家族の意識変化に波及したため報告する。

本発表は本人の同意を得ており、当院倫理委員会の承認を得ている。

### 【事例紹介】

80 歳代女性。掃除中に転倒、X 年 Y 月 Z 日当院転院となり同日リハビリ開始となる。家族構成は夫・次男夫婦の 4 人暮らし。家族は自宅生活が安全に行えるようにと希望。

### 【作業療法評価】

受傷前は家事、夫と畑作業を行っていた。腰部痛あり NRS7/10。MMT 上下肢 4 体幹 3、著明な可動域制限はなし。HDS-R28 点。

ADOCpaper 版を使用し初回面接では夫と一緒に畑作業をすることが主目標だったが数日後夫が急性期病院に入院。自宅復帰困難となり一緒に行く畑作業は不可能となった。本人は「あの人とやった畑がまたやりたい」と畑作業の希望は強く「1 人で畑作業をすること」を合意目標とした。だが「腰が痛くて 1 人で出来るか不安」と後ろ向きな発言が聞かれ満足度は 1/5。

### 【経過・結果】

作業療法介入では下肢体幹の筋力強化、立位での畑作業の模擬練習を中心に行い Z+26 日後院内の畑での練習を導入。土の上で足踏み、歩行やしゃがみ動作で不整地での動きを反復しながら苗植えや肥料撒きの実動作を行った。バランスを崩す様子や腰部痛の憎悪は無く (NRS2/10)「帰ったらできるかも」と発言があった。

退院前の満足度は自宅から畑の距離は約 170m でその移動に不安なこと、実際の畑作業は 1 時間以上行うため 4/5 であった。

本人に退院後は 1 時間以上の畑作業を行う際は椅子を使用して行うよう指導。またご家族に入院中の経過を説明、畑までの送迎を依頼し了承していただいた。Z+44 日自宅退院。退院後は畑までの移動と作業耐久性の向上を目的に週 2 回当院通所リハビリ利用開始。その後家族の援助を受けながら畑作業を再開。退院から半年後には独歩で畑までの移動、畑作業は約 2 時間継続して可能になり育てた野菜を通所スタッフに渡すなど楽しく畑作業を続けていると報告があった。

### 【考察】

本人は畑作業の再開に不安を抱き内的欲求が低い状態であった。ADOCpaper 版を使用し本人と畑作業を継続するという目標を設定したことで外的・内的動機づけができ、練習を積み重ね本人に“できるかもしれない”という予測報酬から内的欲求の向上に影響したと考える。また骨折の再発予防には継続的な運動が必要である。複数の訓練要素を含んだものに効果があるとされ、実際の畑作業を介入に用いたことは有効であり、その経過を家族に伝え理解と協力を得られたことで本人にとって意味のある作業が再開できたと考える。

## 入所者の余暇活動で提供した作業活動の効果について

キーワード：余暇活動 QOL 作業活動

熊野 桂也<sup>1)</sup> 島田 志帆<sup>1)</sup>

1) 介護老人保健施設はくじゅ

### 【はじめに】

当施設の入所者に対しフロア、リハビリスタッフで協働し余暇活動を提供しているが、人員や時間にも余裕がない中で様々な疾患や障害を持った入所者に対する余暇活動種目の選択は難渋することが多い。施設生活が長期にわたる入所者にとって、余暇活動を充実させることはQOLの向上につながる為必要性が高い。今回は一つの活動として利用者様同士の交流を持てることを目的に「すごろく」を提供し、作業活動としての効果を検証した。また、今後の作業提供にあたり考慮すべき事柄を合わせて考察した為報告する。尚、本報告は参加者の同意を得ている。

### 【目的】

本研究は今回提供した作業を通じて、入所者のQOL向上につながる余暇活動を提供するうえでの着目点を他職種と共有する。

### 【方法】

対象者は50～80歳代の女性4名（HDS-R20～25点の軽度認知症）で、障害の有無は問わない。すごろくの内容は話題にしやすい一年間の行事を辿るものとし、マスを辿りながら得点を稼ぎ、最後に一番多い人の勝利となるルールで行う。提供回数は4回で、週1回、40～50分間実施した。提供者は行事の話題を振り会話を引き出すようにした。初回実施前と4回目実施後に、つながりの評価（他者との関わりを数値化するもの）、PGCモラルスケールを評価し、実施中の発言や観察の評価も毎週行った。

### 【結果】

PGCモラルスケールでは4人中3人が1～2点向上し、4人中3人が「年をとるに従い悪くなっていくか」「若い時のように幸福か」の項目で肯定的に変化した。つながりの評価では4人中3人が3～8点向上し、「若い時と比べ祖先を身近に感じる」、「困難に直面した時助けてくれる人がいる」の項目が肯定的に変化した。低下した項目は人により一貫性がなかった。すごろく実施後に、もやもやした気持ちが晴れた、止まったマスの内容から昔話に発展し会話が弾んだ。しかし、すごろく盤が見えづらい、ゲームが複雑だなどの発言や手が届かない、難聴によって聞き取れず進みがよくない場面があり、提供者が内容を説明したり、何度も大きな声で伝えるなどの対応が必要であった。

### 【考察】

すごろくは簡単で誰でもなじみのある作業であり、サイコロを振ることや止まったマスがどんなイベントであるかの高揚感、そして進んだマスで盛り上がるなど、すごろくにしかないゲーム性が交流を深めた要因と考える。そして、老いに対する捉え方に変化がみられたのは、一年行事を通し対象者同士で話題を共有できたことで孤独感の解消に繋がり自己肯定感が増した為と考える。実施に伴う留意点として、難聴の方やゲームの進行がわからなくなる、手が届かない人がいる為その都度対応が必要である。しかし、過介助にならないよう、行える範囲は参加者が行う必要がある。選択するすごろくは高齢者に適したものを選ぶ。そしてすごろくのゲーム性を活かし、利用者様に楽しんでもらえるよう接して頂ければと思う。

## デュアルタスクエクササイズを活用した認知症予防事業の有効性

キーワード：地域活動 認知症予防 高齢者

久米 裕<sup>1)</sup> 富田 和優美<sup>2)</sup>

1) 秋田大学大学院医学系研究科保健学専攻作業療法学講座 2) 由利本荘市健康福祉部地域包括支援センター

## 【はじめに】

秋田県における認知症施策では地域の医療機関と地域包括支援センター等の連携強化だけでなく、初期の包括的および集中的支援が推進されている。先述の背景に基づいて、演者は由利本荘市地域包括支援センターの認知症予防事業に参画し、デュアルタスクエクササイズを活用した半年間の介入による有効性を検証した。

## 【目的】

本研究の目的は、デュアルタスクエクササイズによる介入が地域高齢者の心身機能および睡眠習慣に対して有効であるかについて明らかにすることであった。

## 【方法】

対象は同市広報誌によって公募された地域住民 20 名であった。同事業におけるデュアルタスクエクササイズを活用した講座は 1 回あたり 90 分間（柔軟体操、筋力トレーニング、有酸素運動、デュアルタスクエクササイズ、クールダウン）で構成され、1 回/2 週の頻度、計 10 回 6 ヶ月間で実施された。また、初回および第 9 回の講座では身体機能（握力 [kg]、通常歩行速度 [m/s]、Sit to Stand-five test:SS-5 [秒]、Timed Up and Go test:TUG [秒]）認知機能（言語性記憶 [点]、注意力 [秒]、実行力 [秒]、情報処理能力 [点]）、ウェアラブル端末（Philips 社製 Actiwatch Spectrum Plus）による睡眠習慣（睡眠効率 [%]、夜間中途覚醒時間 [分]、夜間睡眠時間 [分]）が評価され、第 10 回目の講座では介入結果が個別にフィードバックされた。本研究は秋田大学保健学研究倫理審査委員会より承認された（承認番号 2236）。

統計学的検討には IBM SPSSver.26.0 が使用され、介入前後の各評価指標に対して正規性が確認された後、対応のある t 検定が適用された。なお、統計学的有意水準は 5% に設定された。

## 【結果】

分析対象は 15 名（平均年齢 ± 標準偏差 [SD]、72.5 ± 4.0 歳；性別、すべて女性；平均教育年数 ± SD、12.8 ± 1.8 年；平均 Body mass index ± SD、23.2 ± 3.0 kg/m<sup>2</sup>）であった。6 か月間の介入前後における各評価指標を比較した結果、握力（平均値 ± SD；介入前および介入後の順に、24.8 ± 4.0kg、25.8 ± 3.4kg；p=0.03）、SS-5（5.9 ± 1.4 秒、4.6 ± 0.7 秒；p=0.003）、情報処理能力（49.8 ± 7.0 点、53.1 ± 8.9 点；p=0.02）、夜間の睡眠効率（87.0%、89.6%；p=0.002）、中途覚醒時間（40.9 ± 10.8 分、34.6 ± 11.3 分；p=0.002）、睡眠時間（386.2 ± 34.1 分、414.6 ± 42.5 分；p=0.04）が有意に改善された。

## 【考察】

デュアルタスクエクササイズを活用した認知症予防事業を 6 ヶ月間実施した結果、上下肢の身体機能、情報処理能力を含む認知機能および夜間の睡眠指標が有意に改善された。2019 年度同市住民 12 名（平均年齢 ± SD、71.8 ± 4.2 歳；性別、すべて女性）を対象とした介入研究（90 分間/回、1 回/週、計 10 回 3 ヶ月間）では、SS-5（p=0.001）、情報処理能力（p=0.04）、睡眠効率（p=0.03）および夜間睡眠時間（p=0.02）の有意な改善<sup>1)</sup>が認められ、同エクササイズにおける国内外介入研究<sup>2,3)</sup>および本研究と概ね一致する結果となった。しかしながら、先行研究の多くでは対象の選択バイアスによる影響が指摘されており<sup>2,3)</sup>、本研究デザインは性別や社会的活動も踏まえて今後検討される必要がある。

## 【参考文献】

- 1) 久米裕. 短期間の Dual-Task Exercise Program が地域高齢者の身体・認知機能および夜間睡眠状態に及ぼす影響. 第 57 回日本リハビリテーション医学会学術集会. 2020 年 8 月. 京都府.
- 2) Banno M et al. (2018). Exercise can improve sleep quality: a systematic review and meta-analysis. PeerJ. 6; e5172.
- 3) Plummer P et al. (2015). Effects of Physical Exercise Interventions on Gait-Related Dual-Task Interference in Older Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis. Gerontology. 62; 94-117.



## 地域交流サロン「お茶っこサロン」における取り組みの有効性について

キーワード：介護老人保健施設 地域支援 多職種連携

久米 愛 (OT)<sup>1)</sup> 小杉 美和 (OT)<sup>1)</sup> 鈴木 美穂 (PT)<sup>1)</sup> 久米 裕 (OT)<sup>2)</sup>

1) 介護老人保健施設桜の園 2) 秋田大学大学院医学系研究科保健学専攻作業療法学講座

### 【はじめに】

当法人の地域包括支援センターが地域住民より地域における集いの場の提供に関する要望を受け、同施設が地域貢献活動の一つである地域交流サロン「お茶っこサロン」を実施することとなった。取り組みは現在3年目に入り、これまで継続されてきた。

### 【目的】

本研究の目的は、これまで継続されてきた「お茶っこサロン」による取り組みの有効性について身体機能と同サロン参加者が語る内容から検証することであった。

### 【方法】

対象は地域 A の住民であり、参加形式は自由参加と設定された。同サロンの構成員には民生委員が含まれており地域住民へ参加者を募る役割を担った。同サロンは月1回の頻度、1回30分間で定期的実施されており、同法人施設の作業療法士（以下、OT）、理学療法士（以下、PT）、栄養士、相談員を含む多職種によって運営された。OTは自宅でできる運動指導、老年期症候群の予防啓発を担った。また、同サロンでは当該年度の初回（毎年3月）と最終回前月（毎年10月）に身体機能評価が実施されており、その評価項目は握力、Timed up & go test（以下、TUG）、開眼片足立位保持テスト、5回立ち座りテスト（以下、SS-5）で構成された。そして、同評価結果は翌月のサロン開催時にフィードバック資料として個別に返却され、OT・PTによって解説された。

統計学的検討について、反復測定分散分析または対応のある t 検定が適用された。なお、解析ソフトウェアは SPSSver.26 を使用し、統計学的有意水準は 5% に設定された。

### 【結果】

分析対象は 2018 年 3 月～2020 年 11 月までの期間に同サロンへ参加した 15 名であった。対象の年齢層は 40 代～80 代であり、1 回あたりの参加人数は平均 7.8 人であった。

分析の結果、2018 年 10 月、2019 年 3 月、2019 年 10 月、2020 年 7 月、2020 年 10 月の順に、握力の平均値は 24.4kg、24.5kg、22.5kg、22.5kg、24.0kg であり、TUG の平均値は 7.7 秒、6.7 秒、7.3 秒、5.8 秒、5.7 秒で有意差は認められなかった。また、開眼片足立位保持テストの平均値は 2018 年 10 月 (46.9 秒)、2019 年 3 月 (41.0 秒)、2019 年 10 月 (52.6 秒) の間において有意差は認められなかった。一方で、2020 年 7 月、2020 年 10 月に実施された SS-5 の平均値は順に 7.5 秒、5.4 秒であり有意差が認められた ( $p = 0.01$ )。

経過に応じて、対象者は同サロンに対するニーズを表出するようになり、サロン以外で旅行や健康診断と一緒にいくなど社会的活動の拡大にも繋がっていた。

### 【考察】

本研究の結果より、同サロンによる継続的な取り組みは対象者による下肢の運動パフォーマンス向上、社会的活動の拡大に寄与したと考えられる。さらに介入経過に応じて、対象コミュニティは参加者同士や施設関連職種に慣れ、自らの意向を示しやすい環境へ変化したと推察された。

## 岩手県作業療法士会宮古支部 2 年間の歩みと展望

キーワード：地域包括ケア 障がい者スポーツ 多職種連携

湊谷 真理

医療法人正清会 三陸病院

### 【はじめに】

令和元年度、県士会の支部再編で、宮古支部が新設された。その後の2年間で圏域内の作業療法士（以下 OT）が地域包括ケア事業に関わり始めた経緯と、その中で支部連携、多職種連携の重要性を実感する機会を得たのでここに報告する。

### 【支部発足の経緯】

平成 30 年度まで宮古圏域は沿岸支部の一部で、職場の OT 以外は、互いの顔が見えない関係だった。令和元年度、地域局の指示を受け、支部員の名簿作成と支部組織編成を行う。令和元年 6 月、第 1 回支部会、懇親会を開催。

令和元年 4 月現在、在籍 OT 施設は 10 施設。

### 【活動内容】

#### 1. 域包括ケア会議

令和元年 6 月、市主催の講習会で介護保険課の方と話す機会を得て、宮古支部の発足と地域支援事業への協力体制が整った旨を伝えた。3 日後に地域ケア会議担当者から地域ケア個別会議助言者として OT が対応可能かという問い合わせを頂き、正式に助言者選定の要請を受ける。懇親会時に作った宮古支部グループ LINE にて、経緯と選考条件を共有し、OT 2 名を選定。

令和 2 年度より、会議に参加している。

#### 2. 障がい者スポーツ

障がい児者スポーツ担当 OT が窓口となり、県身障者スポーツ協会、県士会関連スポーツイベントへの協力要請を、支部グループ LINE 上でアナウンスしてもらう。令和 1 年度は 10 イベント延べ 28 名の支部内 OT が参加した。

#### 3. 多職種連携

宮古圏域内にある団体（広域支援センター、みやこりハ.net、ケアカフェ 385 等）の主催する研修会、懇親会には積極的に参加し、多職種と関わり、新設した OT 支部をアピールした。

結果として、介護保険課主催の介護サービス従業者研修会や圏域内リハ職向け「認知症」研修会での講師、認知症カフェでの講話、中学校キャリア教育における講師等に他職種を通してお話を頂き、其々都合のつく OT を派遣できた。

令和 2 年度より市の事業となるシルバーリハビリ事業にもリハ専門職として協力していくことになった。

### 【考察】

宮古支部発足は OT 同志の顔の見える関係作りのきっかけとなり、グループ LINE は関係を深めるツールとして役立った。更に多職種と連携し支部をアピールしたことで圏域の OT が地域と関わる糸口が見え始めてきた。

支部会議では、OT が地域の中で何が出来るか活発に意見が交わされ、勉強会の発案も複数出された。潜在的にあった「地域の役に立ちたい」という其々の OT の想いが、支部という組織の力で実現し始め、更に「地域に必要とされたい」という意欲に繋がったのではないだろうか。

### 【終わりに】

宮古支部の地域支援活動は始まったばかりである。そして実際は其々の OT が、職場業務と地域支援との両立で苦戦している。各々が職場業務を調整し、更に OT 同志で連携して出来ることを分担し合いながら、今後も宮古支部として、宮古圏域の地域包括ケア事業に精一杯協力して行けたらと考える。