1.「居宅訪問、百聞は一見に如かず！！」
2. 医療法人三九会　三九朗病院リハビリデイサービス颯とよた
3. 地域密着型通所介護事業所
4. 生活相談員
5. 田中一成

【リハビリデイサービス颯とよたはこんな事業所です】
定員 18 名、午前・午後 2 部制のリハビリデイサービスです。
私たち職員が大切にしている考えが 3 つあります。一つ目は、役割を通じた主体性の発揮。2 つ目は、客体から主体へ。3 つ目は、HAND ON から HANDS　OFF へ。
通所介護の目的は自立支援と重度化防止です。この目的を遂行するためには、
利用者様の暮らしぶりを把握するだけにとどまらず、これまでの人生の歩みを共有させていただき、活動と参加につなげる事が重要だと捉えています。利用者様の目標達成につなげるためのプロセスにおける居宅訪問の重要性・必要性を日々利用者様とのやり取りを通して痛感する日々です。そこで、今回、居宅訪問を通して得られた発見や可能性についてお伝えしたいと思います。

【居宅訪問で行っていること】
① ホームワークの確認と提案
② ご家族も一緒に直近 3 カ月の生活、想いを振り返る。アウトカムスケールの聴取
③ 自宅周辺の社会資源の確認、発掘

① ホームワークの確認と提案
　今後の高齢者を取り巻く環境において、「互助」「自助」の果たす要素がとても大切になってくると考えており、リハビリデイサービスの取り組みに当てはめて考えると、「自分の身体の事は自分(家族)でケア出来るようになる」と言い換えることが出来るのではと考えています。つまり、自分にとって必要なケア・運動習慣を利用者自身が体得し継続してそれを取り組むことで生活機能を向上させることができるような支援を提供する必要があります。そこに重要な役割を果たしているのが「ホームワーク」です。
　ホームワークは理学療法士が利用者それぞれの目標と現在の身体状況や生活を評価し、目標達成に必要な機能・動作を獲得するために自宅で取り組むものです。ホームワークの内容は、身体機能にフォーカスした運動(狭義のホームワーク)にとどまらず、家事や散歩など(広義のホームワーク)もホームワークに含めています。
　居宅訪問の際に、「どこで」「どのように」ホームワークを行っているのかを確認し、新しい運動の提案なども行います。例えば、自宅周辺を散歩する事がホームワークになっている方などは、実際にその散歩コースを一緒に歩き、どのような環境の中でそれを行っているの

かを確認します。このような取り組みは、「一緒にやってみる→出来る→もう一度やってみよう→続ける→次はこんなことをしよう」とプラスのサイクルにつながり動機付けにもなります。実際に、居宅訪問実施以降、散歩やホームワークを継続して取り組むようになった利用者様もいます。ホームワークが生活機能の向上につながり、近所の喫茶店へモーニングに通うなどの生活目標達成につながりました。

【実際に居宅訪問で一緒に散歩した時の様子】

【毎日の運動回数を記載した自作カレンダー】

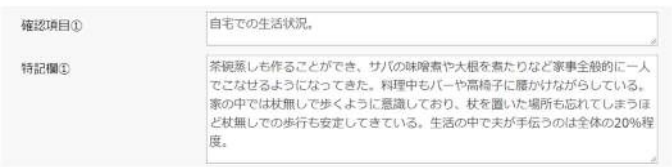
② ご家族も一緒に直近 3 カ月の生活、想いを振り返る

自宅では、利用者様も色々なお話をして下さいます。家族との関係性も伺い知ることができます。そして、何より腹をわってじっくりと話すことが出来るのでデイサービスでの取り組みや日頃思っていることを情報共有し意見を交換する重要な場所として居宅訪問を利用しています。

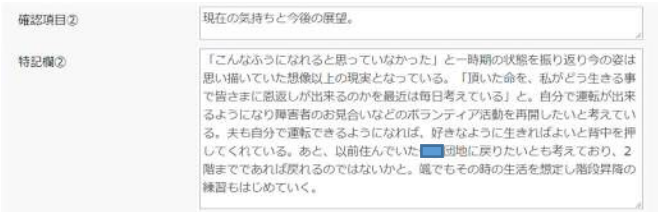
その際に心がけていることは、利用者様の色々な思いを聞くだけでなく、その思いをまとめ言語化し、また利用者様の心に返すようにしています。そうする事で、利用者様も気持ちの整理ができ、真に願っていた思いに気づくける事があります。

リハビリデイサービス颯とよたでは、身体機能が衰えても、最期の瞬間まで、「自分らしく生きる」「誰か(何か)のために生きる」姿勢や生き様をアウトカムとして測れないかという思いから、「活動・参加・主体性」の 3 つを軸としたアウトカムスケールを取り入れています。これらのアウトカムスケールを、本人様やご家族も一緒に対話しながら聴取し、活動と参加につながる、“その方らしい目標”の設定につなげています。

【生活を振り返り、真に願っている想いを共有】



確認項目①	自宅での生活状況。
特記欄①	茶碗蒸しも作ることができ、サバの味噌煮や大根を煮たりなど家事全般的に一人でこなせるようになってきた。料理中もバーや高椅子に腰かけながらしている。家の中では杖無しで歩くように意識しており、杖を置いた場所も忘れてしまうほど杖無しでの歩行も安定してきている。生活の中で夫が手伝うのは全体の20%程度。



確認項目②	現在の気持ちと今後の展望。
特記欄②	「こんなふうになれると思っていなかった」と一時期の状態を振り返り今の姿は思い描いていた想像以上の現実となっている。「頂いた命を、私がどう生きる事で皆さまに恩返しが出来るのかを最近は毎日考えている」と。自分で運転が出来るようになり障害者のお見合いなどのボランティア活動を再開したいと考えている。夫も自分で運転できるようになれば、好きなように生きればよいと背中を押してくれている。あと、以前住んでいた[redacted]地に戻りたいとも考えており、2階までであれば戻れるのではないかと。嘱でもその時の生活を想定し階段昇降の練習もはじめていく。

③ 自宅周辺の社会資源の確認、発掘

居宅訪問は、平成 27 年介護報酬改定において個別機能訓練加算を算定する条件の一つとして加わりました。居宅訪問の目的は、どうすれば利用者様が「住み慣れた地域で、在宅での生活を続けていく」ことができるかを考え、利用者様の自宅における実際の

能力、問題点や目標を見極めるためとされています。利用者様の自立支援、活動と参加を推し進めるにあたり、利用者様の目標は自宅内だけには留まりません。例えば、一人で近所の病院へ通院できるようになることが目標であれば、自宅から病院までの動線や状況、一人で通院する際に考えられる問題点を具体化し問題解決に向けてデイサービスで取り組む必要があります。その際の、社会資源の発掘や確認、それらの社会資源を使いこなすことが出来るかなどの評価にも居宅訪問は有効であると考えています。

【自宅を飛び出して社会資源の確認】

確認項目①	自宅から[redacted]病院までの移動・[redacted]病院内での移動について。
特記欄①	自宅を10時に出発し歩行にて[redacted]病院まで。20分程度で到着。道中はやや不整地な場所や、排水溝上のブロックの上での歩行、信号のない交差点の伏況判断も適切に処理し行えている。[redacted]病院内では、受診票を出す自動受付機の場所は理解されており、受付機の横にはクラークもおり対処が可能。その受付票を提出するボックスの場所も理解されている。

確認項目②	[redacted]病院から薬局まで。
特記欄②	薬は、病院横の薬局ではなく[redacted]薬局を利用されている。薬剤師の方とお話しすることが出来、[redacted]様や奥様の事もよく御存知であるとのこと。薬を一包化しているが（[redacted]病院からFAXしてくれればお待たせする時間も短い）、時間がかかるときは自宅まで届けるなどの対応もして下さる。

これらの居宅訪問を行うにあたって大切な大前提があります。居宅訪問はすべての職種が行うことに意味があり、他職種の視点が持ち寄られることで人生の過ごし方をより多面的に見る事ができます。そして、職員一人一人目的を意識した対話ができるかが重要なポイントになってくると考えています。目的を意識した対話を通して職員自身の問いかける質を高めていく必要があります。居宅訪問などで得られた具体的かつ豊かな情報を基に日々の会話を通してモニタリングをすることが出来れば、自ずと情報の質も高まり、これらの情報を他職種で共有ができればサービス自体の質も向上すると考えています。目標をしっかりと意識して、その達成のために関わる専門職になれれば遣り甲斐にも直結するのではと思っています。

【問いかけの質を高めることで豊かな情報を聞き出すことができる】

確認項目②	本人・奥様の意向。
特記欄②	透析へ出かける時、帰ってきた時など玄関を一人で上り下りできる今の状態を継続して維持できている。新聞の切り抜きをたまに読んでもらっている。その時、奥様が指摘すると嫌がり、言うことを聞いてもらえない。なのでリハビリの時に声をだす練習をしてもらえてるのがとてもありがたいと奥様がおっしゃっていました。奥様は、もう少しいっしょに外出したいけれど週3回の透析やリハビリで忙しいのでゆっくりしてもらっている。

↑　この時は介護職が伺いました　→

確認項目③	今最も注目していること。
特記欄③	プロ野球は、中日を応援しています。スポーツ全般好きで、マラソンや駅伝も好きでTVで見ています。地図を見るのも好きで、ニュースを見て他の国の場所を地図で確認したりしています。
メモ	前は、白浜公園へ行ってお散歩したりしていた。最近は、透析やリハビリで外出が増えたからか面倒くさがって散歩に行きたがらない。でも奥様がたまにうどん屋さんへ誘ったりしていっしょに外出します。最近、香嵐渓の紅葉誘ったら断られました。透析へ行ったときに挨拶するようになって、変わったねと言われます。奥様が外出するのも何も言うことなく自由に買い物など外出しています。南さんは、もともと無口でとても優しい人でご飯が遅くなっても文句も言わないそうです。14年生きたワンちゃんが亡くなり、今のワンちゃんは2代目。南さんも奥様も犬のランちゃん２歳に癒やされています。

最後に、活動と参加を進めていくうえで欠かすことのできない居宅訪問。個別機能訓練は身体機能の回復だけにとどまらず、生活機能の向上を他職種連携で取り組むことが求められています。そして、居宅訪問は、個別機能訓練計画書の目標を達成に導く近道を見つけていく有効な手段であると思います。今後も居宅訪問を有効活用し、一人でも多くの利用者様が「自分らしく生きられる」よう、背中をそっと押してあげられる事業所になれるよう邁進していきたいと思います。