

「目標と改善の見える化でモチベーションアップ」

市町村名：名古屋市昭和区

事業所名：グッドリハ 鶴舞

役職：生活相談員

名前： 國谷 祐介

<当施設のご紹介>

「グッドリハ 鶴舞」は機能訓練に特化したデイサービスです。サービス提供時間は午前・午後とも約3時間、定員は午前・午後共に10名です。

「元氣になったその先まで見据えたリハビリを提供したい」をコンセプトとして、お一人お一人に合わせた機能訓練を提供するために、人員面では理学療法士を2名配置、ハード面では各種トレーニングマシンの他、歩行補助ロボットも導入しています。

<はじめに>

昨今、病院側の「在院日数の削減」、「リハビリの日数制限」、また介護側の「自立支援」の促進など、社会的にも在宅レベルで心身機能の維持・改善の必要性が高まっています。

また、医療保険下のリハビリで思うように回復できなかつた方は、気持ちが落ち込んでおり、ご家族の利用希望が高くてもご自身が精神的に落ち込んでおり、機能回復をすることをあきらめていらっしゃる方も見受けられます。

このような状況下で当施設では利用者様ご自身が諦めていた願いを少しでも叶えるためには「モチベーション（やる気）を引き出し、機能訓練を継続してもらうこと」が重要と考え日々サービス提供を行っています。

<モチベーション向上と機能訓練を継続していただくために実践したこと①>

当施設では利用前のアセスメントで心身機能はもちろん、ご本人やご家族ともしっかりお話をして具体的な目標を設定します。その目標は初回利用時にカードに記入していただき、施設にある「目標の木」に掲示していきます

（ご利用者A様の場合：3月に家族と京都旅行に行くまでに杖で歩けるようになりたい！）

この「目標見える化」をすることによって利用者様だけではなくご家族、ケアマネージャー、そして施設スタッフと「目標の共有」が可能になります。因みに、この目標の木は施設職員各自の目標も掲示していますので、職員自身も目標の実現を頑張っていることを利用者に訴求しています。（職員は、ダイエットやフルマラソン完走など目標は様々です。）

このようにモチベーションが下がった時や休みがちになったときなどに目標の木を見て頂き、もう一度、モチベーションを上げて継続する様に声掛けしています。



職員の目標です



<モチベーション向上と機能訓練を継続していただくために実践したこと②>

利用者様のニーズの中で最も多いのは「もう一度買い物に行きたい」「散歩に行きたい」など**歩行に関するニーズが多数**です。しかしデイサービスではどうしてもトレーニングマシンや個別訓練で立ち上がりや姿勢は改善しても、歩行は平行棒での訓練程度となってしまう、特に脳卒中中等の後遺症で片麻痺になられた方に対して有効な訓練が提供できない現状でありましたが「歩行補助ロボット」を導入することにより、歩行訓練の質は大きく向上しました。

ロボットは難しく考えられがちですが介護スタッフでも操作は可能です。何より、毎回正確な動作を何度も繰り返して行うことができるため、人間では提供できない質の高い訓練が可能になります。また導入して分かったことですが、2次的なメリットは、昔の様にきれいに歩けることを諦めていた方でも、歩行補助ロボットを装着すると自然と足を振り出されるので、それを感じた瞬間、表情が良化し「もしかするときれいに歩けるようになるかもしれない」というような声をきくことがあります。このように歩行補助ロボットは回復できるかもしれないという**希望を提供**することもできます。



<モチベーション向上と機能訓練を継続していただくために実践したこと③>

機能訓練は心身機能を維持向上させることが、最大の目標であるため当施設では定期評価に力を入れています。特に歩行に関する評価は「TUG（タイムアップアンドゴー）」を毎回の評価時に動画撮影しています。動画化することにより、書面のタイムだけでは判断することができない歩行姿勢や立ち上がりの改善、歩幅の拡大などを見ることができます。

また、動画化する最大のメリットは利用者様ご自身へのフィードバックはもちろんですが、時には送迎時にご家族にも変化を見て頂いています。そしてケアマネージャー様については実績をお渡しする際にお見せし、月次での改善報告を行っています。

このように「利用者様に介在する方々に改善を共有する」ことにより、私たちではできない日常での利用者様への動機づけに繋がっていると感じています。

N様 経過（5か月後）



改善点

- トレッドミル歩行速度増加
- リゲイト歩行練習再開
- 立位バランス能力向上
麻痺側への荷重量増加
- 歩行能力向上
歩幅の改善
歩行速度向上

S様 経過（2か月後）



改善点

- 腰方形筋による代償の改善
- 立位バランス能力向上
麻痺側への荷重量増加
- 歩行能力向上
歩幅の改善
歩行速度向上

利用開始時と現状の歩行能力について比較動画を作成しフィードバックします

<最後に>

当施設は機能訓練に特化したデイサービスなので入浴や食事のサービスはございませんので利用者様の気持ちが続かなかった場合は安易に休むことができます。しかし休んでしまうと心身機能は低下してしまいますので折角、継続して向上してきた機能もまた振出しに戻ってしまい、悪循環になってしまうケースも見られます。

当施設ではこれからもいかにして「継続して、モチベーション高く利用していただけるか」即ち、利用者様お一人お一人の心身機能が維持・回復する好循環を生み出すために創意工夫してサービス提供をしていきたいと思っています。