

## 事例4：“生活期リハビリテーション”の取り組み～ well-being を design することで見えてきた可能性～

発表テーマ：利用者ニーズ／自立支援／利用者生き生き支援／人材育成／業務の効率化

／職員生き生き支援／職員採用

事業所名：介護老人保健施設恵泉ほか

担当者：作業療法士 上田章弘

### 施設・事業所紹介

平成元年 10 月介護老人保健施設を開設。以降ケアハウスや特養などの複数事業を開設し、“すべての人が幸せを実感できるサービスを提供する”を理念に掲げ、職員一丸となり業務に取り組んでいます



### 【取組内容について】

#### 1 取組を行ったきっかけ

介護保険制度の変遷に伴い、1)多職種協働、2)自立支援や重度化防止、3)「活動」「参加」等々の推進、がより一層求められるようになりました。法人としても2025年の超高齢化社会を迎えるにあたり新たな取り組みを行っていくことが必要であると考え、2018年より法人一体となって多職種協働して利用者のより良い状態(well-being)を目指す自立支援型思考の取り組みである“生活期リハビリテーション”を実践しています。

#### 2 具体的な取組内容

“あなたの「したい」を本気で考える！”というキャッチフレーズを掲げ、推進チームを結成。10個のキーワードを作成し、1)研修、2)対話、3)実践というthink-action-learnのサイクルを繰り返し実践しています。事例演習や事例報告会などを通して理解を深め、成功体験を積み重ねることで職員の自信やモチベーションアップにもつながる取り組みにもなっています。

##### ■10個のキーワード

\*本人ど真ん中    \*対話重視    \*潜在ニーズ    \*多職種協働    \*包括的視点  
\*強みにフォーカス    \*可能性を見出す    \*活動と参加    \*story として考える  
\*well-being

2018 年 11 月:自立支援型思考リーダー育成プロジェクト開始  
 2020 年 4 月:生活期リハビリテーション推進チーム発足  
 2021 年 12 月:【生活期リハビリテーション】虎の巻 発刊  
 2022 年 4 月:生活期リハビリテーションマネジメントシート(事例集)作成開始



事例報告会の様子



コアメンバー会議の様子



虎の巻

### 3 成果と評価

主な成果として、①自立支援に対する理解度向上、②アセスメント能力向上、③利用者の満足度向上、④職員のモチベーション向上、⑤リクルート活動へ反映の 5 つがあります。

- ① 自立支援とは、自立だけではなく、自律をしっかりと意識し自己選択と自己決定の支援を行うことが重要であるが、頭で理解するだけではなく演習を通して体験することを繰り返し行ったことで、本当の意味での自立支援を多くの職員が理解することができていると感じている。
- ② ICF を用いたアセスメントを多職種で行うことで、包括的に事象を捉えることができるようになり、利用者の新たな可能性を見出すことができる職員が増えている。特に、家族や本人から個人因子の丁寧な聴き取りを行うことで、興味や関心、価値観などを反映させたより深いアセスメントが行えるようになったと感じている。
- ③ 結果の判定には客観的な評価指標を用いるだけでなく、主観的な指標である実行度や満足度を用いて評価していくことを意識して取り組みを行った。その結果、利用者の自己評価も向上していることが確認できた。
- ④ 科学的介護元年と呼ばれた 2021 年、エビデンスに基づくケアが介護現場に求められるようになったが、この生活期リハビリテーションの実践を通して、真の自立支援を理解し、アセスメント力を身につけ、利用者の well-being について包括的に考えることができるようになった職員が多くなった。その結果、自分たちが行っている関わりに自信を持ち、関わりによる変化をしっかりと捉えることができる職員も増え、仕事に対するモチベーションアップにもつながっている。
- ⑤ 上記のようなリアルな体験をリクルート活動へ反映させていくことで、求職者が取り組みに興味や関心を抱き、採用につながるきっかけとなっている。

この数年間多くの職員が、目の前にいるひとり一人が大満足でなくとも、「なんとなくいい感じ！」であり、主観的幸福感と呼ばれる well-being な状態になるにはどうした関わりが必要なのかを日々考え続けています。

この取り組みを行ってから、職員同士、職員と利用者、職員と家族、色々な場面で対話することが劇的に増えています。対話無くして well-being を引き出せることは絶対にありえ

ません。対話の数だけ利用者や職員の well-being が生まれています。

何よりも職員ひとり一人の“考える”力がついてきたことは法人にとっての大きな財産であると考えています。生活期リハビリテーションの取り組みを通し、多くの利用者の well-being を design することで利用者・職員・法人に多くの可能性を見出すことができました。

当たり前のことを人には真似できないくらい徹底して行い、人と差をつける「凡事徹底」という格言がありますが、今後も徹底した対話の継続で理念を達成すべく、すべての人が幸せを実感できる法人を目指していきたいと考えています。



利用者との対話の様子



採用者に対する新人研修の様子

#### 4 今後の課題、他の施設・事業所へのアドバイスなど

現在取り組んでいる“生活期リハビリテーション”は我々医療や福祉に携わる職員としては聞きなれたフレーズである「自立支援」の実践であり、当たり前の日常すぎて、ともすれば容易に見過ごされてしまいがちであるといった危険性があります。今後の課題は、習慣的に実践できるまで、お互いに意識し続けられるような仕組みを創っていくことであると考えています。

#### 【参考資料など】

生活期リハビリテーション推進チーム(2021)【生活期リハビリテーション】虎の巻.明石恵泉福祉会.

## 事例5:誤嚥性肺炎予防に向けて～看護師の口腔ケアの積極的な実践～

発表テーマ:健康維持など

事業所名:介護老人保健施設恵泉

担当者:看護師 上原 久美子、渡邊 弥生、志賀 由香里

### 施設・事業所紹介

当施設は「介護老人保健施設」として、平成元年に開設され、一般棟 86 床、認知症専門棟 100 床、通所リハビリ定員 30 名で運営しています。

介護老人保健施設の中でも在宅復帰などの一定の条件をクリアした施設である超強化型老健として「地域で一番の施設」となれるよう日々努力をしています。



### 【取組内容について】

#### 1 取組を行ったきっかけ

肺炎は毎年、高齢者の死因の上位になっています。高齢者に多い誤嚥性肺炎は体力の低下や嚥下能力の低下、安静による日常生活動作の低下など高齢者の生活に大きな影を落とします。また、誤嚥性肺炎で入院となると施設運営にも大きく影響してきます。

高齢者ケアの大きな課題の一つである誤嚥性肺炎は、口腔内を清潔に保つことで防ぐことができると言われています。取組前は昼食後に誤嚥性肺炎のリスクが高い一部の利用者の口腔ケアを行っていましたが、その口腔ケアの対象者や実施方法などを見直し、検討することで誤嚥性肺炎のリスクをより引き下げることができました。



## 2 具体的な取組内容

この取組は一般棟看護師、常勤職員 7 名、契約職員 1 名、非常勤職員 3 名によるものです。

- ① 看護師会議でどのような方を対象にするのか、どのような方法を取り入れるのか、などを検討。
- ② 看護師一人ひとりが担当する利用者の中から、「過去に誤嚥性肺炎を発症された方」「ご自分では歯磨きが困難な方」「舌苔がある方」「食後口腔内に食物残渣物が残りやすい方」など介入が必要な方をピックアップ。
- ③ 歯科衛生士の口腔衛生管理のチェックシートやアドバイスを参考に歯ブラシ以外に、スポンジブラシ、歯間ブラシ、ガーゼなど必要物品を揃えた。特に歯間ブラシについては、どのサイズが良いのか歯科衛生士に相談し、実際に歯間ブラシを何種類か試行。
- ④ 昼食後に看護師が洗面所に誘導し、義歯を外しうがい後に歯ブラシ、スポンジブラシ、歯間ブラシ、ガーゼを用いて口腔ケアを実施し、口腔内や歯の状態を確認。
- ⑤ 毎月の看護師会議で、利用者個々の問題点を洗い出し、見直しを行い実践につなげた。
- ⑥ 実践した評価をカンファレンスなどで他職種と共有しケアプランに反映。

## 3 成果と評価

- 2022 年度は 2 月末時点まで誤嚥性肺炎で入院した利用者はなかった。
- 利用者の口臭や舌苔が激減し、動揺歯の確認や痛みや炎症など口腔内の状態が把握でき、早期に歯科診治療へ繋げることができた。
- 一見綺麗に見えても、奥には食物残渣物があり磨けているようで磨けていないことが多いことがわかった。
- 口腔ケアを行うことで、利用者が爽快感を味わい、自ら進んで歯磨きをされるようになったり、看護師が行なう口腔ケアに協力動作が得られるようになった。
- 看護師だけでなく歯科衛生士や介護士と連携を図り多職種共働することで、利用者個々の口腔に関する情報が集まりやすくなった。
- 看護師がこれまで以上に口腔内の状態に意識を向けるようになり「今日、〇〇さんの口腔ケアをしたら舌がきれいになっていました。」など自然と口腔内の状態が話にできるようになった。

基本的な口腔ケアを 1 日 1 回、歯間ブラシやガーゼなどを使いながら丁寧に実施することで、これまで以上に口腔内を清潔に保つことができ誤嚥性肺炎の予防につなげることができました。同時にこれまでリスクを感じていなかった利用者の口腔内の状態にも注意するようになりました。また、看護師が一丸となって取り組むことでチーム内のコミュニケーションが活発になって、取り組みが積極的に進んでいきました。

この成功体験を活かして、今後も利用者の健康を守る役割を果たしていきたいと思います。

#### 4 今後の課題、他の施設・事業所へのアドバイスなど

「取り組みを行って良かった」「成果が得られ満足した」で終わるのではなく、継続して口腔内の清潔を保つことで誤嚥性肺炎を予防していきます。誤嚥性肺炎の予防は、口腔内の清潔がカギとなり、家庭でも施設でも「今すぐできる」ことです。継続して行うことで効果が感じられるようになります。

#### 【参考資料など】

- 日本老年歯科医学会 「口腔機能維持管理マニュアル」
- 日本歯科衛生士会 「介護保険施設における口腔ケア推進マニュアル」
- 建志会グループ 「口腔内ケアで誤嚥性肺炎予防」

## 事例6:眠りスキヤンの活用～みんなで考えよう！～

発表テーマ:業務の効率化

事業所名:介護老人保健施設恵泉

担当者:介護福祉士 吉川 卓子、小林 利行、三井 正之

### 施設・事業所紹介

当施設は「介護老人保健施設」として、平成元年に開設され、一般棟 86 床、認知症専門棟 100 床、通所リハビリ定員 30 名で運営しています。

介護老人保健施設の中でも在宅復帰などの一定の条件をクリアした施設である超強化型老健として「地域で一番の施設」となれるよう日々努力をしています。



### 【取組内容について】

#### 1 取組を行ったきっかけ

在宅復帰、家族とのつながりなどの役割がある当施設では、施設入所、退所が頻繁に行われています。

病院や自宅から新しく入所された方は、事前の情報だけではわからないことも多く、夜間については、巡回を1時間に1回、3日間行って睡眠や行動などの把握を行っていました。

また、施設内で看取りをするケースや事故予防の観点から訪室回数が増えることもあり職員の負担が増大していました。

見守り支援機器「眠りスキヤン」を活用して、職員の負担軽減と利用者に負担なく事故予防することを検討し実践した結果を報告します。

#### ■眠りスキヤンとは

マットレスの下に薄い板のような機器を敷くことで人の体動を捉え睡眠状態に加え、起き上がりや離床在床を把握できる機器です。



## 2 具体的な取組内容

1. メーカーの方に講師を依頼し、眠りスキャンの使用法の勉強会を実施。
2. 眠りスキャンを導入して「どのようなことができるのか?」「業務がどうなるのかイメージする」ことを全介護職員で実施。
3. 眠りスキャンの具体的な活用方法を検討。
  - ① 新規入所の方に眠りスキャンを設置し、「覚醒」「起き上がり」いずれかのタイミングで音が鳴るように設定。音が鳴った時に職員が状態確認のため訪室。
  - ② 看取りの対象の方に眠りスキャンを設置し、呼吸状態や心拍数が指定した数値より高くなったり低くなったりしたときに音が鳴るように設定。そのタイミングで職員が訪室。
  - ③ ナースコールの活用が曖昧で、事故のリスクが中程度ある方(センサーマットなどの離床センサーを使用するほどではない)に対して、「覚醒」「起き上がり」いずれかのタイミングで音が鳴るように設定。音が鳴った時に職員が状態確認のため訪室。
  - ④ 夜間不眠傾向や不眠の訴えがある方に対して眠りスキャンを設置し、睡眠の状況を確認。
4. 3①～④を実践。
5. 介護職員対象に業務負担が軽減したかどうかアンケートを実施。



毎日の睡眠状態



心拍や呼吸状態も確認可能



覚醒、睡眠、起き上がりの表示

## 3 成果と評価

ICT 活用は介護職員にとっては苦手な分野でしたが、全職員でどのように活用していけばよいのかを考え繰り返し話し合っていくことで ICT への苦手意識から積極的に活用していこうという意識に変化してきていました。最近では「ICT 機器は業務の負担軽減に有効」と言われていますが、導入しただけでは実際の負担軽減にはつながっていきませんでした。「どのように使うのか」「どのような方を対象とするのか」など使い方を整理することで統一した使用方法ができ業務負担の軽減につながりました。

また、ICT を上手に使うことで、職員の業務負担を軽減し、必要なときに必要なところに時間が割けるようになることも体験しました。

職員アンケートでは、夜間勤務する職員が 61.5%、日中のみ勤務する職員が 38.5%の中、業務が「かなり軽減した」「軽減した」「やや軽減した」の回答を合わせると 65.4%となりました。「ほとんど変わらなかった」と回答した職員は 34.6%でした。

職員のコメントから夜間の対応に眠りスキャンが有効であったことがわかりました。業務が軽減したという職員はほとんど夜間の勤務をする職員であり、夜間の巡回の負担や事故予防に対する職員のストレスなどが軽減したことがわかりました。

その反面、日中の対応に活かしきれていないこともわかりました。

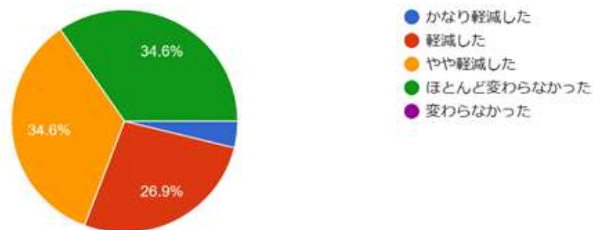
職員アンケートからのコメントを一部抜粋します。

「頻繁に巡回しなくても状態確認ができた」「看取りの方に設置したときは呼吸状態・睡眠状態が分かったのでよかった」「詰所から遠い利用者の行動確認に役立った」「日中は眠りスキャンよりナースコールで対応することが多かった」「接続エラーなどが時折見られ不安なときがあった」など

眠りスキャンは、離床センサー(事故防止)の役割ではなく、あくまで眠りに特化した機器ですが、工夫することで事故予防にも活用できることもわかりました。

眠りスキャンを活用して業務の負担が軽減されたか？

26 件の回答



令和4年度 第4107

眠りスキャン活用についての取り決め

| 対象者                  | 目的                                    | 設置                               | 備考                           |
|----------------------|---------------------------------------|----------------------------------|------------------------------|
| 看取りの方                | 呼吸や心拍の確認                              | 17:00までに看護師と相談のうえ設置              | 看護減少時期                       |
| 体調不良の方<br>急変の可能性がある方 | 呼吸や心拍の確認<br>事故予防                      | 17:00までに看護師と相談のうえ設置              | 熱射・褥瘡・点滴<br>体動制限<br>コール不可 など |
| 新規入所の方               | 睡眠状態や行動の把握<br>1時間以上中止し行動時に確認のため防衛に資する | 入所日までに準備（1週間後のカンファレンスで継続率・不要を決定） | 在宅復帰・SS/リハビリターは<br>原則不要      |
| 苦情な不眠の方              | 睡眠状態の把握                               | カンファレンスにて設置決定                    |                              |
| 個室が詰所より遠い方           | 巡回の頻度を減らす                             | 眠りスキャンや視守のカメラなどが導入<br>に資する       | ほぼ自立の方                       |

※眠りスキャンの稼働にはPCが必要となる（電源確保のため）  
 ※眠りスキャンの設定は、「覚醒」「起き上がり」「離床」の「起き上がり」を基本に設定する  
 また、時間の設定は基本を前日とする  
 一人の状態で合わせて適宜変更可（変更時はケアカルテへの記録と申し送りが必要）

#### 4 今後の課題、他の施設・事業所へのアドバイスなど

眠りスキャンの睡眠日誌の機能を活かして、日中の活動を考えたり、見える化している睡眠状態をもとに家族への説明を行ったりするなど眠りスキャンの機能を活かしきり、利用者に質の高いケアを提供できるように努力していきたいと思います。

ICT を活用して職員の負担軽減を図り、利用者との対話の時間にあて、利用者の well-being さらには職員の well-being につながるように取り組んでいきます。

#### 【参考資料など】

パラマウントベッド

<https://www.paramount.co.jp/learn/reductionworkburden/nemuriscan>