

令和5年8月23日

「田辺圏域医療と介護の連携を進める会」
第80回（通算第159回）定例会 会議録

- ◆日時：令和5年8月18日（金） PM7：05～8：35
◆場所：田辺市民総合センター 1F 機能訓練室
◆出席者：19名 + オンライン2名

別紙のとおり

1. 「田辺圏域医療と介護の連携を進める会」定例会について

【19：05～20：35】

- 19：05～ 開 会
- 19：05～19：15 情報提供
保険医協会主催講演会案内
8/26 15：00～ 紀南文化会館 講演会
田辺市ひきこもり講演会案内
9/23 13：30～ ビッグU パネルディスカッション
南和歌山 MC 主催地域連携カンファレンス案内
9/23 15：00～ ハナヨ 特別講演とシンポジウム
田辺市医師会主催市民向け講演会
9/24 14：30～ 紀南文化会館 講演会
- 19：15～20：00 講 義
「生活行為向上にむけて」
講師：医療法人 研医会 田辺中央病院
理学療法士 藤原 聡氏 山部 良輔氏
作業療法士 藤田 純氏
- 20：00～20：20 意見交換
- 20：20～20：35 発 表
- 20：35 閉 会

【講義内容】

○生活行為について

- ・生活行為とは
 - 入浴や排せつ、調理や洗濯などの家事、趣味活動など生活する上で行う行為全般のこと
- ・対象者にとって目的や価値を持つ生活行為に焦点をあてる。
- ・生活行為は運動量の目安 ⇒健康の目安
 - 国が推奨する一日の身体活動を歩数に換算すると、65歳以上男性で、7,000歩、女性で6,000歩。生活行為を歩数換算すると、ウォーキング10分(1500歩)、洗濯干し取り込み10分(1000歩)、掃除20分(1800歩)。料理20分(1400歩)、料理の片づけ20分(1750歩)。日常生活の生活行為をすることで、けっこうな運動量になる。
- ・目標の考え方
 - リハあるある目標「身体機能の向上と歩行能力の向上」 ⇒生活行為目標「自分で歩いて、近くのスーパーで買い物ができる」に。
 - 具体化することで距離や移動中の課題が明らかになる。できるようになれば習慣化する。ただ歩くよりも目的が明確化し、意欲が持てる。
 - ポジティブなもの
 - 本人の能力をアセスメント(改善可能性を評価)。本人が「したい」と思い、意欲的になる目標、具体的で達成可能な目標で。
- ・生活行為向上リハビリテーション
 - 本人がしたい、できるようになりたい生活行為について「通所」と「生活場面」でリハビリに取り組むことで、できるという自信につながり、地域活動へ参加できるようになることを目指す。支援される側という受け身の立場ではなく、その人らしく地域での活動に参加できる。
- ・田辺中央病院での取り組みの紹介

【意見交換】

○感想と課題

- ・IOT 機器を使用して生活行為を継続できている人もいる。上手な活用による自立した生活の継続につながる。
- ・入院中、生活行為向上に向けてリハビリをすると、リハ室では一定のことができるようになるが、**家庭生活**の中でできるかどうかと思うことがある。
- ・「危ないからやめときよし」という家族や周囲の声。
 - 周囲の人に**必要性**を伝えていくことが大切。
- ・本人のやる気がモチベーションに。
- ・利用者の個別の生活行為のアセスメントが足りない。
 - 何ができるようになりたいのか本人から聞き取っていくことが重要。
 - 個別の生活行為は**地域活動の着眼点**で見えていく。
- ・当たり前でできている生活をめざす。
 - そのためにも**地域の受け皿**を増やす。
- ・本人や周囲の人の気づきにつながるような取り組みが重要。
- ・生活行為向上の取り組みをしていくことが重要なのはわかるが、**目標**を持った人が少ない。
- ・意欲をあげるためにはどうすればいいのかが課題。
- ・日常生活の中での取り組みの習慣化がむずかしい。
- ・通所・訪問リハビリがエンドレス化している。卒業できない。
 - サービス導入時に「**卒業**(のタイミング)」を決めておく。
- ・チームメンバーが本当に同じ生活行為向上(目標)に向かっているのかの確認が必要。

※定例会開催にあたっての感染症対策

- ・体調確認と必要に応じて非接触型温度計による体温測定
- ・手指消毒・換気
- ・ZOOMを活用したオンライン研修

【次回の定例会】

→以下の日程で実施する。

日時：令和5年9月19日（火） 午後7時～

場所：田辺市民総合センター 1F 機能訓練室

内容：田辺市消防本部に研修を依頼中