

ご利用者ID

0007

ご利用者

日電 七郎 様

評価レポート

作成日：令和3年07月08日

作成者：PRGC01085

NEC

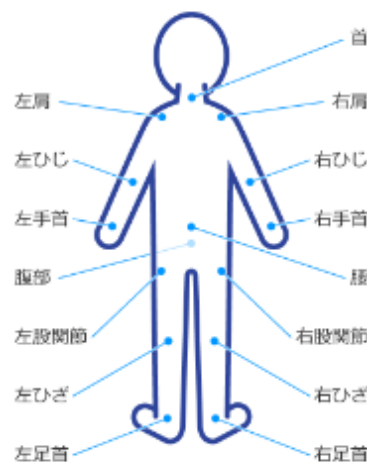
身体・基本情報

◆年齢	68 歳
◆性別	男性
◆身長	148cm
◆体重	40kg
◆BMI	18.3
◆介護度	要介護2
◆世帯構成	子と同居
◆デイサービス利用回数	週 1 回
◆加算種別	個別機能(I)イ

疾病情報

疾病関連：運動疾患平成17年(17年前),呼吸器疾患平成22年(12年前)
血圧：高い
認知機能：ない
円背強く、そのためのバランス不良、ならびに内臓の圧迫による食欲不振等があります。

痛みのある部位



腰

備考

ご利用者の希望

◆ご本人の希望

自宅での妻の介護を自分でもしっかりやりたい

◆ご家族の希望

屋外への散歩も安定していけるように歩行能力をもってほしい。

ケアプランの目標

体力増強。
自宅内ではほとんど動けないので、外に出てしっかり体を動かす習慣をつけてほしい

◆施設からのコメント

円背が強く様々な運動を阻害している。運動は前向きに取り組まれるので、安定した運動を実施できるようプログラミングしてほしい。

日常生活の動作(BI)

◆食事

自立、自助具などの装着可、標準的時間内に食べ終える

10/10点
(前回:一点)

◆整容

自立(洗面、整髪、歯磨き、髭剃り)

5/5点
(前回:一点)

◆入浴

自立

5/5点
(前回:一点)

◆階段昇降

自立、手すりなどの使用の有無は問わない

10/10点
(前回:一点)

◆排便コントロール

失禁なし、浣腸、座薬の取り扱いも可能

10/10点
(前回:一点)

◆車椅子からベッドへの移動

自立、ブレーキ、フットレスの操作も含む(非行自立も含む)

15/15点
(前回:一点)

◆トイレの動作

部分介助、体を支える、衣服、後始末に介助を要する

5/10点
(前回:一点)

◆歩行

45M以上の歩行、補装具(車椅子、歩行器は除く)の使用の有無は問わず

15/15点
(前回:一点)

◆着替え

自立、靴、ファスナー、装具の着脱を含む

10/10点
(前回:一点)

◆排尿コントロール

失禁なし、収尿器の取り扱いも可能

10/10点
(前回:一点)

備考:

合計 **95**/100点
(前回:一点)

福祉器具

歩行器:使っていない
杖: **使っている**
装具:使っていない
車いす:使っていない

体力テスト

握力(左/右)

23kg / 5kg
(前回: - kg / - kg)

片足立ち(左/右)

13秒 / 33秒
(前回: - 秒 / - 秒)

TUG(TimedUpGo)

15秒
(前回: - 秒)

TUG動画

再生する



◆担当セラピスト

所属：老健・訪看・デイサービス・デイケア等

名前：かずさん

【年齢】50代，【キャリア】10年以上

クライアントのお顔が見えるレポートを作成します。



◆リーダー

所属：居宅介護支援事業所

名前：あやさん

【年齢】50代，【キャリア】10年以上



◆サブリーダー

所属：児童福祉施設

名前：なおりさん

【年齢】50代，【キャリア】10年以上

✧日常動作目標 1/4✧

ご利用者の状態

前回実施後の評価

2回目以降の評価の際にセラピストからのコメントが入力されます

現在のご利用者の状態

バランスを取りながらしっかり歩かれていることをお見受けできます。しかしながら外的刺激（風が吹く、軽く物に当たる、ものを避けるなど）の姿勢変換時に転倒のリスクが高いと感じます。足でしっかりとバランスを取るためにも片足立ちの練習を行ってもらい、安定した歩行が出くことを目指していきましょう。

✧ 日常動作目標 2/4 ✧

機能目標

◆ 長期目標(6ヶ月程度)

脊柱の可動性の向上、股関節の可動性の向上を目指す

◆ 短期目標(3ヶ月程度)

脊柱の可動性の向上

◆ 目標達成に向けた重点ポイント

Point1 | 関節の可動性の機能 (b710)

Point2 | 筋力の機能 (b730)

Point3 |

Point1 | 関節の可動性の機能 (b710)

Point2 | 筋力の機能 (b730)

Point3 |

改善ポイント

脊柱のアライメント（姿勢）を少しでも改善できるよう普段より背中を伸ばすような姿勢を取るようになしてください。また腰部に痛みが出た場合には休憩を入れるようになしてください。
骨盤の後傾により、股関節の可動性が狭まっています。しっかりと脊柱を伸ばし、骨盤を起こし、その状態をキープしながら股関節を大きく動かすことが歩行のポイントです。

✧ 日常動作目標 3/4 ✧

活動目標

◆ 長期目標(6ヶ月程度)

自宅周辺（500m程度）を時速2km程度 15分間を毎日1回は散歩が実施できるように予定を立ててみましょう。

◆ 短期目標(3ヶ月程度)

自宅周辺（500m程度）を時速1km程度 30分間を毎日1回は散歩が実施できるように予定を立ててみましょう。

◆ 目標達成に向けた重点ポイント

Point1 | 移動（d455）
時々参加する

Point2 | さまざまな場所での移動 - 屋外の移動（d4602）
時々参加する

Point3 | 姿勢の保持 - 立位の保持（d4154）
活発に参加する

Point1 | 移動（d455）
人的支援を受けて遂行する

Point2 | さまざまな場所での移動 - 屋外の移動（d4602）
人的支援を受けて遂行する

Point3 | 基本的な姿勢の変換（d410）
時々参加する

改善ポイント

円背傾向が強く、静的立位には努力を要していると思われます。まずは姿勢を正しくすることを意識しましょう。また歩く速度も前方に体重をかけて歩くのではなく、足をしっかりと踏みしめながら歩くことをイメージしましょう。屋外を歩行する際にはさまざまな環境に対応する必要があります。その際に急に停止する、避けるなどの動作を円滑に行う必要があります。方向転換も含め普段から練習していきましょう。

✧ 日常動作目標 4/4 ✧

参加目標

◆ 長期目標(6ヶ月程度)

自宅から200m先の施設へ自由に買い物に行けることを目指しましょう。

◆ 短期目標(3ヶ月程度)

自宅で奥様の介護を支援しながら、負担の少ない家事動作に参加できるようにしていきましょう。

◆ 目標達成に向けた重点ポイント

Point1 | 物品とサービスの入手 - 買い物 (d6200)
一定の条件の下で自立する

Point2 | 調理 - 簡単な食事の調理 (d6300)
一定の条件の下で自立する

Point3 | 家族関係 - 子どもとの関係 (d760)
制限なく自立する

Point1 | 調理 - 簡単な食事の調理 (d6300)
一定の条件の下で自立する

Point2 | 調理以外の家事 - 衣服や衣類の洗濯と乾燥 (d6400)
人的支援を受けて遂行する

Point3 | 他者への援助 - 他者のセルフケアへの援助 (d660)
人的支援を受けて遂行する

改善ポイント

奥様の病状がわかりませんが、ご自身のお体のことと、ご家族の支援をすることはとても大変なことだと思います。無理をしすぎずに、介護サービスをうまく利用しながら、負担を分散するようにしましょう。まだ困ったことなどがあれば、施設スタッフに相談することでさまざまな提案をしてもらえるはずです。抱え込まず、地域で、関係者と一緒に助け合っていきましょう。

➡推奨運動 1/2➡

1. 体幹の運動

◆背中曲げ伸ばし

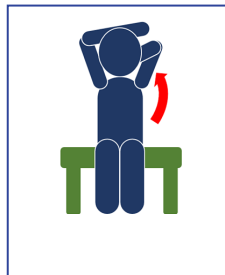
骨盤動かすことに意識を向け、骨盤を後ろに倒した時に背中を曲げ、骨盤を前に倒した時に背中を反るように、リズムよく実施します。勢いをつけて実施すると腰を痛める可能性があるため、ゆっくりと動かします。腰への違和感を感じたら中止してください。



2. 肩の運動

◆肩伸ばし

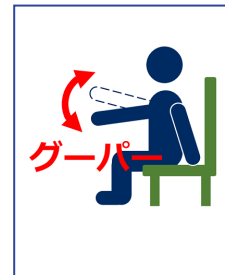
肩の横を伸ばすようにストレッチをします。両手をバンザイのように上げて、伸ばす側の肘をまげて頭の後ろに手を持ってきます。反対側の手で曲げた腕の肘あたりを持ち、肘を引っ張るように力を入れます。体を横に倒さないようにしてください。転倒する可能性があります。



3. 肘・手首の運動

◆グーパー

手を前方に突き出し、グー、パーを繰り返します。その時に少し腕を上下に振ります。下に行くときはグー、上に行くときはパーとなるように、リズム良く行います。腕を上下に振ることで肩の安定性を高めます。リズムが早くなると負荷が高まります。



支援コード

2 全身持久力訓練

運動の目的

背中を曲げ伸ばす運動により、基本的な体幹を鍛えます
背中をしっかりと伸ばして、緩めます。骨盤が起きてくることを感じられればうまくできています。

支援コード

3 関節可動域訓練

運動の目的

肩を伸ばす運動により、肩の動く範囲を広げます
体側をしっかりと伸ばし、脊柱が少しでも動くように曲げましょう

支援コード

4 筋力維持・増強訓練

運動の目的

グーパーで腕を振る運動により、肘から手首の動きを安定させます
しっかりと握って、しっかりと緩めます。最大限の力を入れることがコツです。

➡推奨運動 2/2➡

4. 膝の運動

◆膝後方伸ばし

椅子に浅く腰を掛け、膝を伸ばして、足を広げます。床へは踵で足を支え、体を捻りながら、右手で左足を、左手で右足を触るように体を倒します。

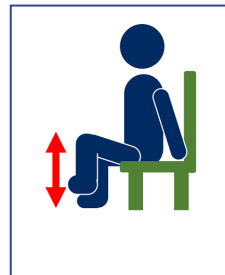
膝が曲がらないようにしましょう。手が届かなくても膝を伸ばし続けることがポイントです。



5. 股関節・足首の運動

◆膝の上げ下ろし

膝から下の力を抜き、膝だけを上方に高くあげます。勢いをつけずゆっくり最大限まで上げることがコツです。体を後方に倒さないように注意が必要です。また腰痛がある場合にもやりすぎないようにしてください。

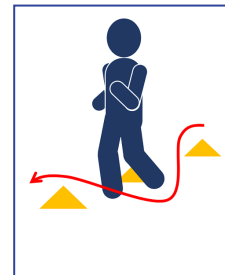


6. 生活動作の運動

◆蛇行

様々な方向に歩けることは、生活の範囲を広げることに繋がります。人を避けることや、障害物を避ける動作は、安定した歩行の獲得に繋がります。

直線歩行よりも小さい方向転換が何度も挿入されるためバランスを崩すことがあります。注意しましょう。



【必要な道具】
歩行練習用コーン
※立位で行う運動です。

支援コード

3 関節可動域訓練

運動の目的

足を広げて体を捻りながら倒す運動により、膝の動く範囲を広げます
太ももの後ろが伸びるように体を前に倒します。

支援コード

2 全身持久力訓練

運動の目的

足振り運動により、股関節から足首の基本的な機能を鍛えます
体を起こし、膝をしっかりと高くあげます。

支援コード

19 歩行・移動練習

運動の目的

生活関連動作における足の機能を高める課題です
リズムよく方向が変えられるように、少しずつ歩幅を調整しましょう。

備考：ご利用者の体調や運動能力を考慮して、無理のない範囲で運動を行ってください。

○安定して歩けていることは確認できました。

○しかし、応用的な歩行の難しさも確認することができます。

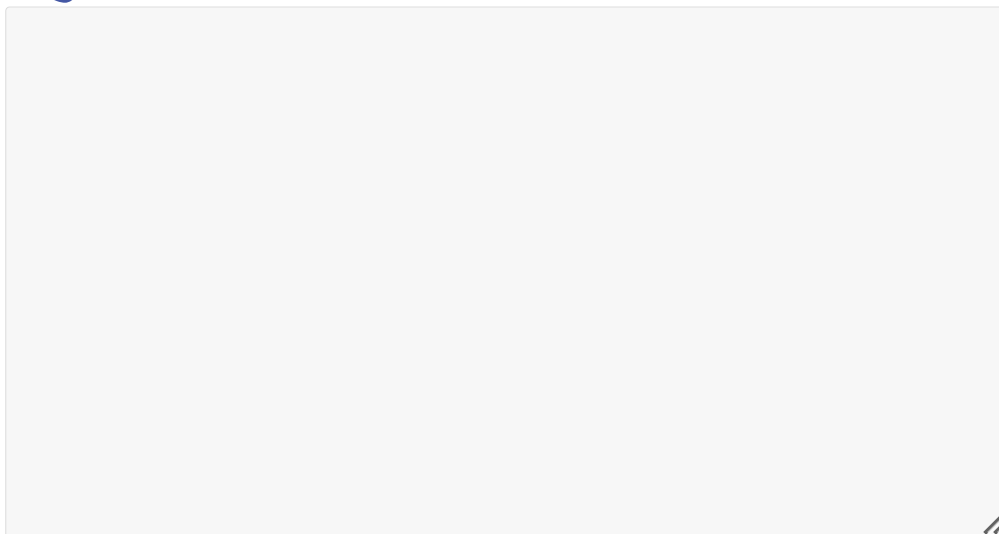
○横あるきや、後ろ歩きなど、様々な歩行ができるよう練習を実施してみてください。

○その際は転倒のリスクが高いのでスタッフと一緒に実施しましょう。

✧ 評価レポート Q&A 1/2 ✧

質問1

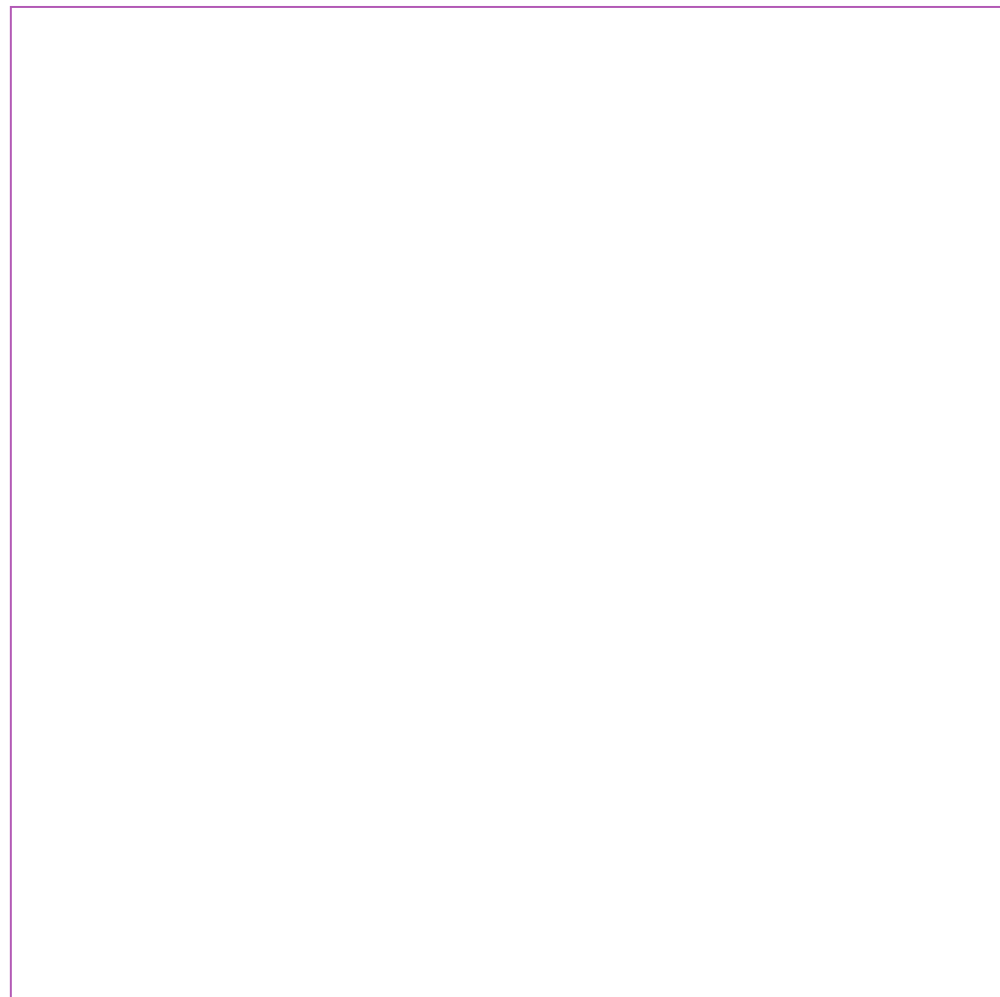
Q

A large, light gray rectangular box for entering the question. It has a small icon in the bottom right corner.

0文字/400文字

送信する

A

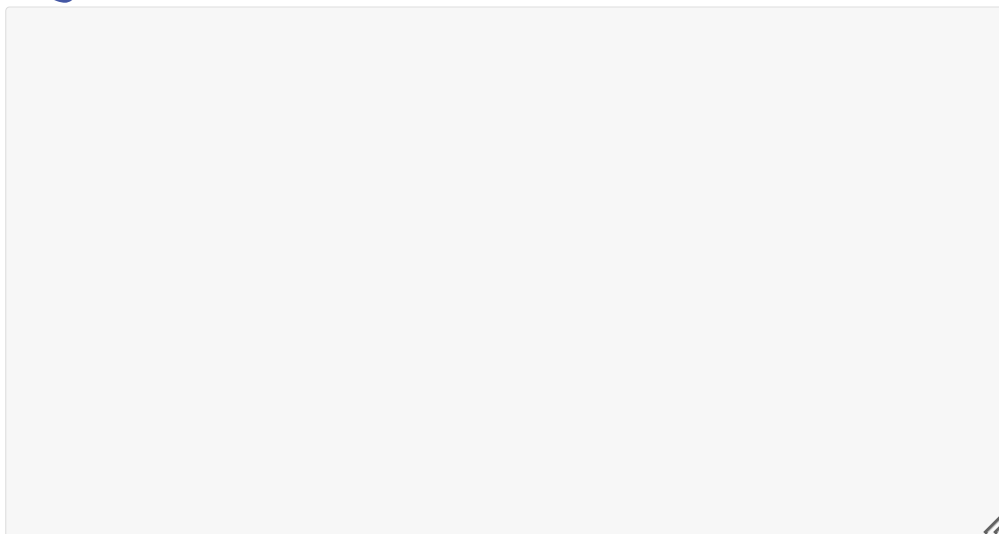
A large, empty rectangular box with a purple border for entering the answer.

いいね

✧ 評価レポート Q&A 2/2 ✧

質問2

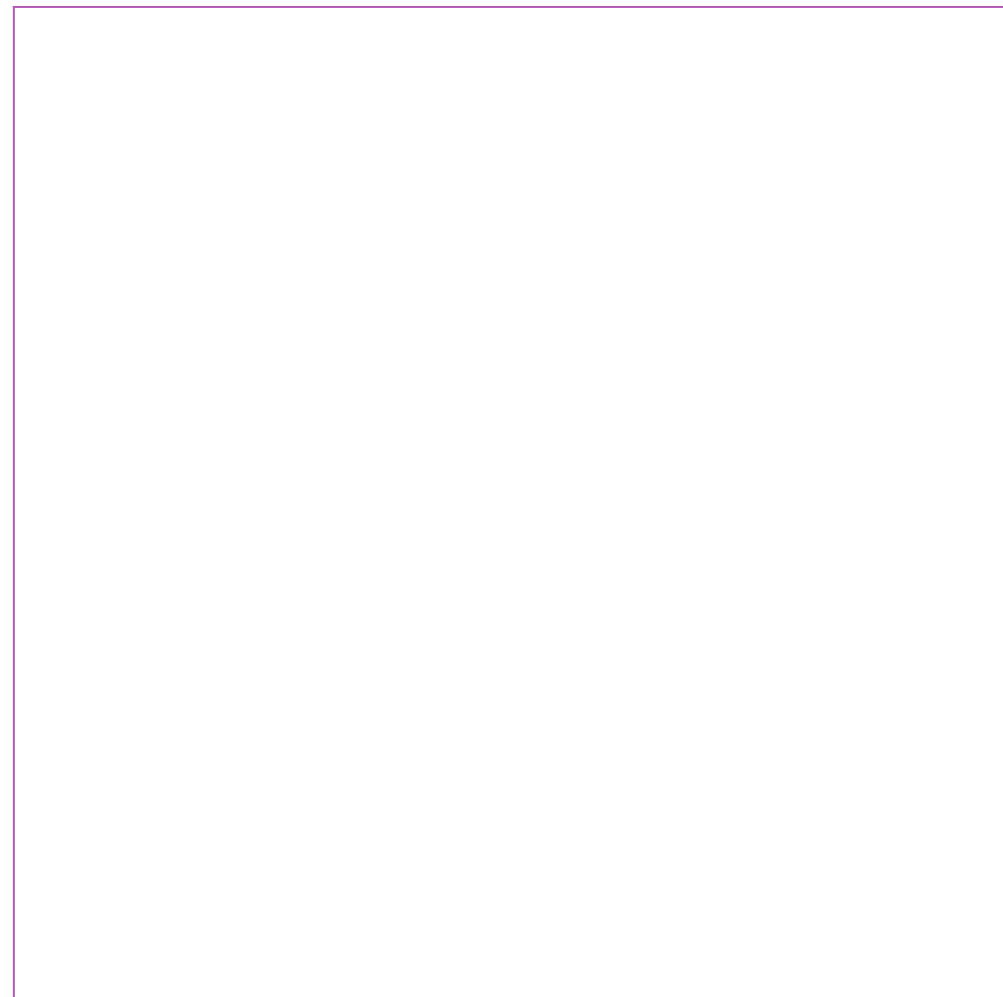
Q

A large, empty rectangular box with a light gray background, intended for the user to type their question. A small cursor icon is visible at the bottom right corner.

0文字/400文字

送信する

A

A large, empty rectangular box with a white background and a thin purple border, intended for the user to type their answer.

いいね