

浜松市要介護度改善取組報告

腰椎圧迫骨折加療後、コグニサイズ参加により
ADL、IADLと介護度の改善につながった事例

社会福祉法人 慈悲庵
デイサービスセンター第二九重荘
理学療法士 松下智広



◎ 法人紹介

浜松市内4地区（鴨江・板屋・半田山・都田）と、湖西市太田で、生活保護施設や特別養護老人ホーム、デイサービスセンターや居宅介護支援サービスを備えた複合施設などの8施設を運営しています。



◎ 事例紹介

- 80歳代 女性 要介護3
- 自宅の階段で転倒し、腰椎圧迫骨折と診断
安静加療のため1か月入院となった。
入院中はベッド上安静が続き、活動量の著しい低下がみられた。
- 家族構成は、観光バス運転手の長男と2人暮らし
長男は不在のことが多く、調理や買い物などIADLの自立が必要であった。

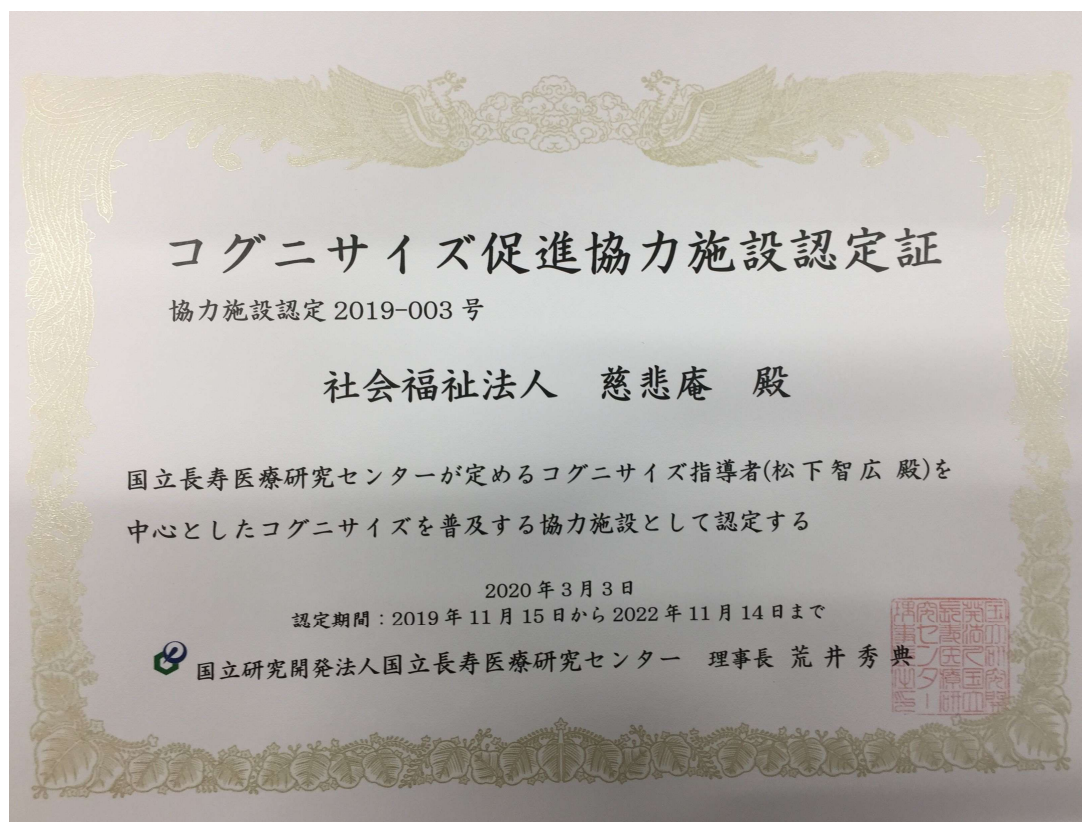


- 1か月の入院加療後であっても認知機能は十分維持されており、IADLの改善には今後も認知機能を維持していくことが必須と考えられた。
- 週1回のご利用であったため、活動量の確保、自主トレーニング指導が必要と考え、認知症予防を目的としたコグニサイズプログラムへの参加を勧めた。



◎ コグニサイズプログラム

「国立長寿医療研究センター」コグニサイズ促進協力施設



脳とからだの健康チェック 結果報告書

「脳」の健康度

名前 様 年齢 67 歳 ID 999999999 性別 男性 検査日 2018-07-06
 受付番号 9999

		あなたの得点	判定
記憶力	「ことば」をおぼえる能力	10.3 点	3
注意力	目標に意識を向ける能力	54 秒	1
実行力	視点をうまく変える能力	48 秒	2
処理能力	課題を素早く達成する能力	36 点	2

判定の見方

5 : とても良い
 4 : 良い
 3 : 普通
 2 : やや低い
 1 : 低い



フレイル 認知機能の全般的な状態

レベル (認知) : 認知機能が全体的にどのくらい低下かを表す指標です。

判定: ★★

コメント

あなたは、同年代と比べて認知機能（脳の全般的な能力）の健康度がやや落ち始めている状態です。認知機能を向上させるためには、運動をする、本を読む、あるいは友人と外に出かけるなど活動的な生活習慣を身につけることが重要です。少しずつ始めていきましょう。

注意 検査内容の説明と各年代別の得点の平均値は裏面に示してあります。測定を行っていない場合には、「-」で表示されます。



◎ 認知機能検査の結果

NCGG-fat (NCGG-functional Assessment Tool)

	1回目	2回目 (6か月後)
記憶力 (「ことば」を覚える能力)	4	5
注意力 (目標に意識を向ける能力)	3	3
実行力 (視点をうまく変える能力)	3	3
処理能力 (課題を素早く達成する能力)	5	5

認知機能は全項目で維持されている。



◎IADL評価の結果①

基本チェックリストの日常生活に関する項目

	入院前	退院後	現在
バスや電車で1人で外出していますか。	はい	いいえ	はい
日用品の買い物をしていますか。	はい	いいえ	はい
預貯金の出し入れをしていますか。	はい	いいえ	はい
友人の家を訪ねていますか。	はい	いいえ	はい
家族や友人の相談にのっていますか。	はい	いいえ	はい

入院前はすべての家事を1人で行っていた。
退院後は、寝たきりに近い状態でADLに介助を要した。
現在は、1人で買い物など外出できるようになった。



◎ IADL評価の結果②

LawtonのIADL評価尺度

	入院前	退院後	現在
電話を使用する能力	1	1	1
買い物	1	0	1
食事の準備	1	0	1
家事	1	0	1
洗濯	1	0	1
移送の形式	1	0	1
自分の服薬管理	1	1	1
財産取り扱い能力	1	0	1
合計	8点	2点	8点

現在は、入院前とほぼ同様のレベルまで改善している。



◎ 考察

- コグニサイズプログラムに参加したことで、認知機能の維持、身体機能の向上が図れた。
- これにより、IADLが向上し、介護度が要介護3から要支援1へと改善につなげることができた。
- 要因：楽しくプログラムに参加できた。
認知機能が同程度の方とストレスなく実施できた。
ご自宅用の自主トレーニングを継続できた。
「友人と会いたい」という気持ちが意欲につながった。



◎ まとめ

- コグニサイズプログラムに参加することで、認知機能の維持、身体機能の向上が望めることが分かった。
- 認知機能が同レベルの方と一緒に行うことで、楽しくプログラムに参加でき、意欲向上にもつながった。
- 意欲の向上は、自主トレーニングの継続にもつながり、高い効果をだすことができた。
- 今後もコグニサイズを継続して、介護度が維持できるよう介入する。

