

浜松市要介護度改善評価事業 取組み事例報告



La-Class

遠州鉄道株式会社
ラクラス上島デイサービス
管理者：永地 太志

報告内容

1. 弊社（ラクラス）紹介

- (1) ラクラスについて
- (2) 上島デイサービス機能訓練センターについて

2. 事例紹介

- (1) 事例紹介
- (2) 取組み内容について（目標・訓練内容）
- (3) 取組み内容について（取組み評価・結果）

3. 本事例のまとめ

1 – (1) ラクラスについて

① ラクラスの概要

ラクラスは、**すべての人の『心ゆたかに楽しく暮らす』**をお手伝いします。を基本理念として、2009年に浜松市にてデイサービスの運営を始めました。

現在では、遠州地区を中心にデイサービス、ショートステイ、介護付き有料老人ホームの運営を行っております。

1. 施設状況

全17拠点（4複合拠点・13単独拠点）	2021/12月時点
通所介護（デイサービス・DS）	: 14施設
短期入所生活介護（ショートステイ・SS）	: 4施設
介護付有料老人ホーム（レジデンス・RE）	: 5施設

2. ラクラスの歩み（概略）

2009年	上島DS・上島SS	開設	（浜松市にて開業）
2010年	可睡の杜RE・可睡の杜DS	開設	（袋井市に展開）
2013年	見付DS・見付SS	開設	（磐田市に展開）
2014年	掛川DS	開設	（掛川市に展開）
2016年	南汐田SS・西幸DS	開設	（豊橋市に展開）
2020年	西ヶ崎DS	開設	（16拠点目・浜松市東区初出店）
2021年	原島DS	開設	（17拠点目）
	機能訓練センター	開設	（上島DS内に開設）
2022年	笠井DS（3/1開業予定）	準備中	（18拠点目）

デイサービスって
おもしろい!
～ 心ゆたかにいきがいの創造 ～



機能訓練、食事、入浴、レクリエーションなど**選べる楽しさ**を追求し、「**また来たい**」とだけ思っていただけのような自分らしい過ごし方をお手伝いします。

1 – (2) ラクラス上島デイサービス 機能訓練センター



2021年4月にラクラス上島デイサービス内に、機能訓練センターを開設いたしました。

ご利用者様の生活環境やご希望に寄り添い、生活動作が「**できる**」を実感していただける様な、**個別の機能訓練**を提供しています。

本報告では、同センターでの取組み事例をご紹介します。

2-(1) 事例紹介

2021年10月よりラクラス上島デイサービスをご利用いただき、機能訓練センターでの訓練開始から3ヶ月経過した2022年1月初旬時点にて身体機能に改善が見られた事例です。

1. 対象者概要

性別 : 男性
年齢 : 79歳
介護度 : 要介護4
通所頻度 : 週4回利用

2. 訓練取組み経緯

- ・ 2021年4月 水頭症を発症。以降断続的に入退院あり、直近では2021年8月～10月まで入院されていた。
- ・ 既往病による軽度右麻痺があること、入院による筋力低下が見られた。
- ・ 2021年10月よりラクラス上島デイサービスの利用開始と同時に、下肢筋力の維持・向上を図るべく、訓練への取組みをスタートした。

2-(2) 取組み内容について

① 目標・訓練内容

ご本人様は、歩行器なしで歩ける様になりたい（最寄り駅まで歩きたい）。ご家族様にもご本人様の希望を応援したいとお気持ちがありました。上記ご希望に沿い、以下の目標と訓練内容を組み、実施して参りました。

1.活動目標

短期目標（3ヶ月程度）：施設周辺を歩く事ができる。

長期目標（3ヶ月以降）：自宅最寄り駅まで歩いて行く事ができる。

2.訓練内容

内容	目的・効果	頻度
①筋力強化訓練 マシントレーニング	筋力維持・強化を図る。 筋力低下を防ぎ、歩行の安定化を図る。	週 4回
②右上肢機能訓練	利き手（右）の機能回復を図る。 動作時の痛み緩和する。	週 4回
③階段昇降・不整地歩行	自宅段差の昇降を安全に行う。 持久力の向上を図る。	週 4回

2-(2) 取組み内容について

② 取組み状況

① 筋力強化訓練

マシントレーニング

- ・ マシンによる筋力強化訓練
- ・ 下肢可動域維持、向上訓練



② 右上肢機能訓練

- ・ 訓練器具を使用しての右手の動作訓練
- ・ 訓練士による動作訓練、動作確認



③ 階段昇降・不整地歩行

- ・ 段差歩行訓練
- ・ 平面歩行訓練
- ・ 不整地歩行訓練



2-(3) 取組み内容について

① 取組み評価方法

機能訓練を以下の方法で評価しております。

運動機能評価

No.	内容	内容・評価ポイント
①	握力	握力を通じて、筋力の状況の評価。 右軽度麻痺があるため、左手の握力により評価。
②	チェアスタンディング	30秒間での、椅子から立ち座り回数により評価。 下肢筋力や姿勢の安定性を確認する。
③	3m歩行	椅子から立ち上がり歩行、方向転換、椅子に戻るまでの時間により評価。歩行の安定性を確認する。
④	座位足開閉テスト	椅子に座り30秒間足を開閉した回数により評価。 可動域や持久力を確認する。
⑤	開眼片足立ち	開眼状態での片足立の継続時間を評価。 姿勢の安定性やバランス等を確認する。

※上記①～⑤について計3回、各項目5段階にて評価しております。

訓練開始時（2021.10月）、1ヶ月経過時（2021.11月）、3ヶ月経過時(2022.1月)

2-(3) 取組み内容について

② 取組み評価結果

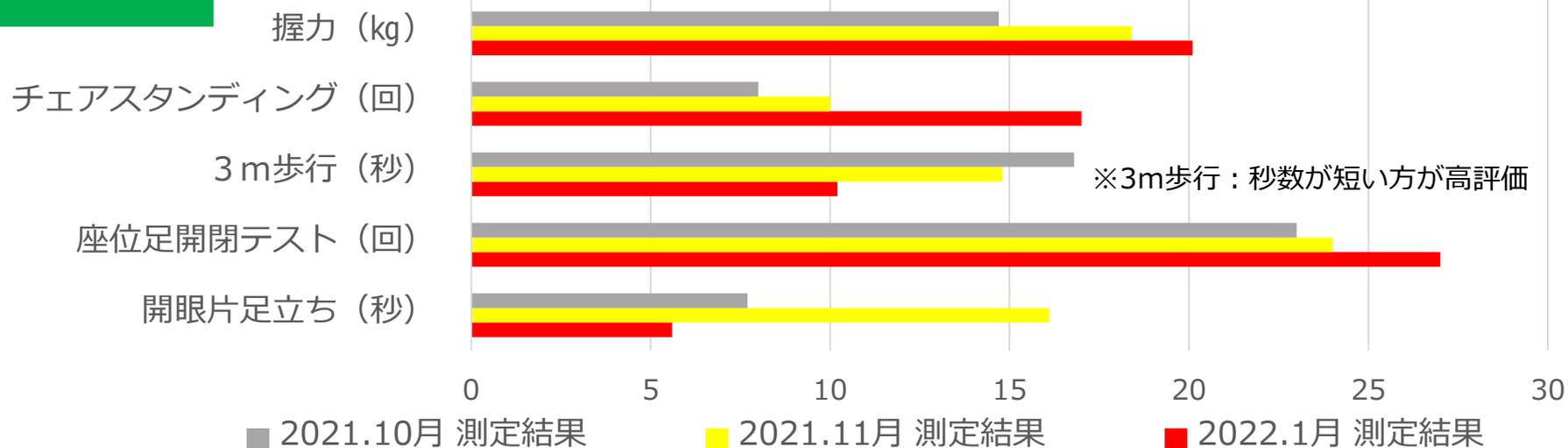
運動機能評価結果

No.	内容	2021.10月評価		2021.11月評価		2022.1月評価	
		測定結果	評価	測定結果	評価	測定結果	評価
①	握力	14.7kg	2	18.4kg	4	20.1kg	4
②	チェアスタンディング	8回	1	10回	2	17回	4
③	3m歩行	16.8秒	2	14.8秒	2	10.2秒	4
④	座位足開閉テスト	23回	2	24回	2	27回	3
⑤	開眼片足立ち	7.7秒	3	16.1秒	4	5.6秒	3

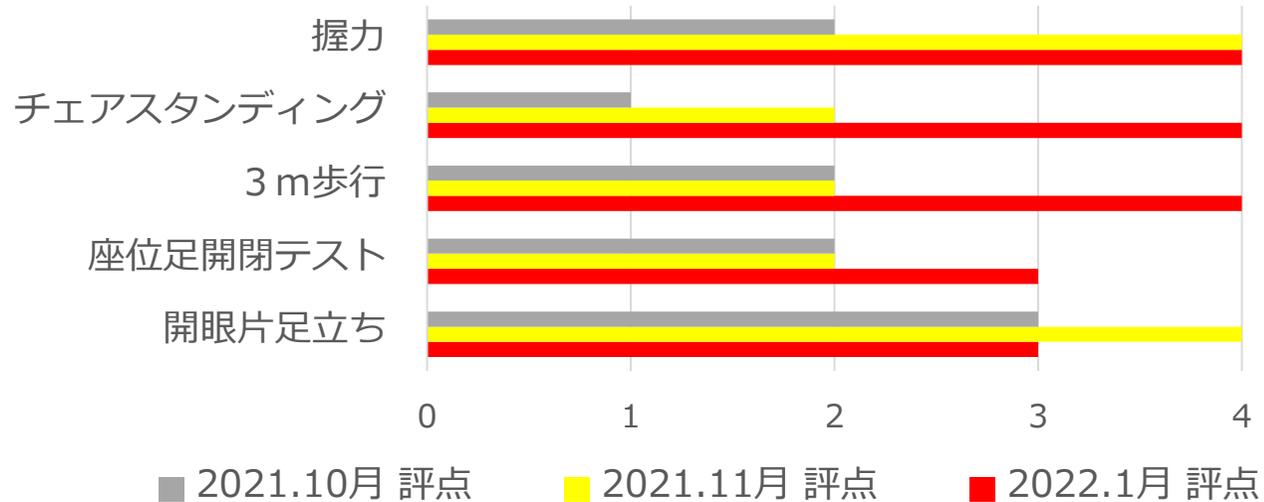
- ・ 訓練への取組み開始時期と比較し、各項目とも身体の機能維持もしくは、機能向上が認められる。
- ・ また、②・③の歩行運動に関する評価結果は、顕著な向上が見られた。

(参考)

運動機能評価 測定結果



運動機能評価 評点



2-(3) 取組み内容について

③ 生活動作での変化

機能訓練の取組みにより、生活動作においても以下のような変化がありました。

生活動作	訓練前	訓練後
自宅内歩行	壁や家具に掴まりながら歩行 (不安定な伝い歩き)	掴まらずに独歩出来ている (歩行は安定してきている)
入浴(個浴)	浴室内移動はシャワーチェア (職員がチェアを手押し)	浴室内移動は本人歩行 (歩行時は職員による見守り)

訓練への取組みにより、上記のように生活動作に改善が見られた。

また、歩行などの生活動作能力の改善により、在宅生活能力も向上した。

身体状態の改善が、ご本人の在宅生活に対する自信回復に繋がっている。

2-(3) 取組み内容について

④ ご本人・ご家族の反応

機能訓練の取組みに対してご本人様、ご家族様からは以下のような声をいただいています。

ご本人様

「いつ外に歩きに行く？」

「だいぶ足は動く様になってきた」

「平らなところなら、歩行器がなくても、怖くなくなった」

「段差のあるところは、まだ怖いな」

当初は午前中のみでの訓練でしたが、現在は午後にも訓練の時間を設け、意欲高く取組まれています。
実際の歩行時に感じたことを伝えていただけるので、訓練士もご希望に沿った訓練内容をご提案しやすい。

ご家族様

ご家族様からの連絡事項

お世話になっております。
昨日ラクラスを一周散歩して来ました。
退院して丁度3週間になりました。歩く方も
思った以上に良くなり大変うれしく思っています。
これからもよろしくお願いいたします。

ご家族様からの連絡事項

家族の皆様とても喜んで
おります。感謝しております。
ありがとうございます。

取組み当初は、ご本人様の身体状態を心配されていましたが、ご本人様の努力もあって、機能の改善をととても喜んでいただいています。

ご本人様、ご家族様にも喜んでいただいていることで、職員のモチベーションの向上にも繋がっています。

3 本事例のまとめ

1. 本事例のまとめ

- ・ 運動機能評価の結果の通り、機能訓練への取組みによりご本人の身体機能の維持・向上が認められた。
- ・ また、ご本人様の希望に合致した訓練分野では機能向上の度合いがより顕著に表れた。
- ・ ご本人様やご家族様の希望に沿った訓練の立案・提供を通じて、取組み意欲の向上を促すことができた結果と考えております。

2. 今後の取組み方針

- ・ ご本人様には、長期目標の達成のために、引続き身体状況やご意向に寄り添った訓練を提供して参ります。
- ・ また、他施設においても本事例の様な取組みができる様に、知見や参考となる訓練等を施設間で共有していく方針です。