

令和3年度介護予防従事者研（Web）

プログラム

1. 介護予防ケアマネジメントの考え方
2. 介護予防サービス・支援計画書の書き方のポイント
3. 課題整理総括表の活用方法

群馬県地域包括・在宅介護支援センター協議会
総務・研修企画委員長 山田圭子

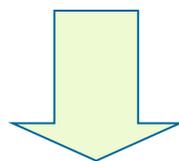
（前橋市地域包括支援センター西部主幹 主任介護支援専門員）

1. 介護予防ケアマネジメントの考え方

介護予防の基本的考え方

- 要介護状態になること（発生）を予防すること
- 要介護状態の悪化（重度化）を予防すること

自立した生活を維持すること



介護保険の基本理念「自立支援」

介護保険制度の基本的考え方

- 介護を要する状態となっても、できる限り、自宅で自立した生活を営めるようにサービスを提供すること
- 利用者に対しても、介護が必要な状態となることを予防するための健康保持増進、介護が必要な状態になった場合にも、介護サービスを利用した自立した生活のための能力維持、向上を求めること



介護保険制度の基本理念

できる限り在宅で自立した日常生活を
継続できるよう支援すること

介護保険制度の基本理念

第一章 総則

(目的)

第一条 この法律は、加齢に伴って生ずる心身の変化に起因する疾病等により要介護状態となり、入浴、排せつ、食事等の介護、機能訓練並びに看護及び療養上の管理その他の医療を要する者等について、これらの者が尊厳を保持し、その有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができるよう、必要な保健医療サービス及び福祉サービスに係る給付を行うため、国民の共同連帯の理念に基づき介護保険制度を設け、その行う保険給付等に関して必要な事項を定め、もって国民の保健医療の向上及び福祉の増進を図ることを目的とする。

(国民の努力及び義務)

第四条 国民は、自ら要介護状態となることを予防するため、加齢に伴って生じる心身の変化を自覚して常に健康の保持増進に努めるとともに、要介護状態となった場合においても、進んでリハビリテーションその他適切な保健医療サービス及び福祉サービスを利用することにより、その有する能力の維持向上に努めるものとする。

2 国民は、共同連帯の理念に基づき、介護保険事業に要する費用を公平に負担するものとする

介護予防ケアマネジメントの基本的考え方

- 住み慣れた地域で安心して生活を継続できる。
- 「本人が出来ることは出来る限り本人が行うこと」が基本。
- 生活機能の向上に対する意欲を引き出すこと。
- 具体的な日常生活における行為について目標を明確にする。
- 必要なサービスを適切に利用する計画を作成する。
- 達成状況を評価して必要に応じて計画の見直しをする。

- 現行のケアマネジメントの問題点
- サービス導入の目標設定が不適切
 - サービス選択に当たっての他の代替的な手段の検討が不十分

サービス利用が目的になっている
サービス直結型プラン

目的と手段は
どう違うの？



サービス直結型プランとは？

例えば



閉じこもり？ ・ ・ ・ ・ 介護予防通所介護？
家事ができない？ ・ ・ ・ ・ 介護予防訪問介護？
体調が不安？ ・ ・ ・ ・ 介護予防訪問看護？
転びそう？ ・ ・ ・ ・ 介護予防福祉用具貸与？

何のためにサービスが必要になったの？
介護保険サービスしか方法はないのだろうか？

アセスメントの考え方

- 介護予防は治療だけが目的ではなく
「生活行為の向上により自己実現が増進すること」が目的
「病気の再発」も予防の視点には重要
- 利用者との協働作業で行う
- 生活行為に始まって生活行為に終わる
- 社会的役割などを中心として考える

ポイント

改善可能性のある生活行為を発見
改善を目指す生活行為として抽出
支援要素を示唆し、ケアプランにつなぐ

生活行為？

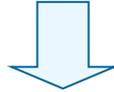
支援要素？

介護予防ケアマネジメントの考え方

「可能なことはできる限り本人が行う」よう支援



生活機能の向上にむけた利用者自身の意欲



自立支援および自己実現



利用者自身が生活の当事者として持っている

セルフケア

自分自身を自分で支える力

ポイント：セルフケア・セルフケアマネジメント

ケアマネジメントにおける自立支援の定義

- 介護保険法における自立支援
 - さまざまな議論はあるが定義づけはされていない
 - 施行当初は自立だけ、2015年高齢者介護報告書以降、尊厳が支援の概念に加わった
- 社会福祉士会の定義
 - 利用者の有する力（意欲・他者との関係性、思考、知識、自己決定、サービス活用等）を高めるとともに、利用者のニーズに適合した多様な社会資源を利用者が活用できるように支援すること
- 医療倫理における自立の定義
 - 自立（independent）と自律（autonomy）は異なる。
自立は医療的なindependentを意味することが多く、介護保険のみ別概念で自立が語られている
- 自立とは（介護予防ケアマネジメント研修資料から）
 - このように人が、要支援・要介護の状態になっても可能な限りできる範囲で、できる限り自分らしい生活を営むこと、自分の人生に主体的・積極的に参画し、自分の人生を自分自身で創っていくことを示すのではないか

（引用文献：佐藤信人著 「ケアプラン作成の基本的考え方」 中央法規出版 2008）

セルフケアとストレスングスの関係

- 介護予防ケアマネジメントの視点としてはインフォーマルケアおよびフォーマルケアが高齢者のセルフケアの欠落している部分を補うだけではなく**利用者のセルフケアを高めるための支援**として真に機能しているという視点を見極める必要がある。
- 利用者の問題状況といったマイナス面だけでなく、**能力や意欲、抱負といったプラス面**の把握と社会環境面でのインフォーマルを受ける態勢についても、アセスメントすることが必要であることから**プラス面を活用したケアプラン作成**が求められている。

(引用文献：大阪市立大学院教授 白澤政和編集／介護予防研究会監修
ストレスングスモデルによる介護予防ケアマネジメント 中央法規出版 2007)

老いを生きる人の意欲とは

- 高齢者の「意欲」は『生きがい』と密接につながっている。

『生きがい』の3つのパターン

- ①使命感に基づくもの
- ②自己実現を求めるもの
- ③日々の生活の中に充実感を見出すもの



支援者に求められていること

- 人の価値の多様性を知る
- 時には「やりたくない」という選択を認める。
- 「立ち止まる」「振り返る」を大切にする。
- お試し行動も有用（見学やデイのお試し企画等）
- 「やる気の背景」を理解する。
- 常に意欲を引き出す存在でいる

介護予防支援に重要な視点

- 自立支援の捉え方を明確に持っている
- 担当している方の自立を他者に説明ができる
- 社会資源全般に目を向けることができる

