



令和5年度群馬県介護予防支援従事者研修



介護予防ケアマネジメント

～課題整理総括表からケアプランへの展開を体験する～

事前視聴＋対面による体験



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



研修の構成

□事前視聴

(R5年5月17日までに視聴 又はR6年3月31日まで自己学習可)

I 介護予防ケアマネジメントの考え方

II 様式の活用(様式の記入を確認する/ぐんま予防プランも含)

□対面研修(R5年5月17日)

①介護予防サービス・支援計画書

②課題整理総括表

模擬事例を使い、実際に①②を書いてみる(体験)



視聴してくださるみなさまへ

すでに介護予防サービス支援・計画書の作成を担当している方は、担当ケースの介護予防サービス支援・計画書をお手元に置き、視聴していただくにより理解が深まると思います。

これからの方は、白紙の様式などを活用して、書き方のポイントを書き取って覚えてください。

お忙しい中、視聴していただきありがとうございます。

貴重な時間を有効に使ってください。

対面研修に参加してくださる方は、より具体的に様式の理解が深まると思います



事前視聴

I 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

介護保険制度における介護予防の位置づけ

□介護保険制度の基本理念

「尊厳の保持」「自立支援」

- ①保険給付は要介護状態の軽減や悪化の防止に資するよう、医療との連携に十分配慮し、総合的かつ効率的に提供されるもの
- ②国民は要介護状態になることを予防するため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も、介護サービスを利用して能力の維持向上に努めると明文化されている



介護保険制度における介護予防とは

□介護予防の目的

- ①高齢者が要介護状態になることをできる限り防ぐこと
- ②要支援・要介護状態になっても状態の改善・維持・悪化の遅延を図ること



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。

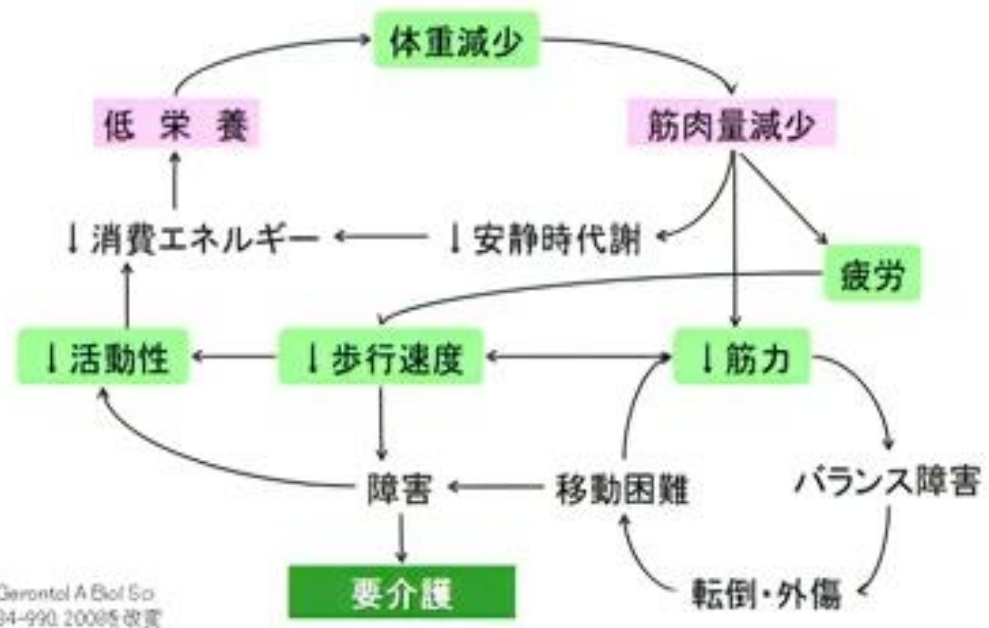
2 国民は、共同連帯の理念に基づき、介護保険事業に要する費用を公平に負担するものとする



介護予防を重視する背景

- 要支援1・2等の軽度者の原疾患を考えてみる
 - 筋骨格系などの慢性疾患が多い
 - 「廃用症候群モデル」の該当が半数を占める。

※フレイルサイクル



介護予防の基本的視点

□高齢者の主体性を引き出す工夫

「何をすべきか決められていないこと」に対し、自分の意志・判断により自ら責任をもって行動する態度や性質のこと

□改善・維持・悪化の可能性を見極める視点と洞察力

洞察力とは、「物事の本質を見抜く力」のことです。よく「観察力」と似た意味で捉えられることがありますが、観察はあくまで「表面的な部分を注意深く見る」行為です。

洞察力は、「表面的な部分」を含め、さらにそこから「見えていない部分」まで見抜いていく力です。なので、洞察力が高い人は、当然、観察力も高いという関係性になります。



介護予防ケアマネジメントの二つの種類

□予防給付(要支援1・要支援2)

□介護予防・日常生活支援総合事業(総合事業)

※市町村が行う新しい介護予防事業

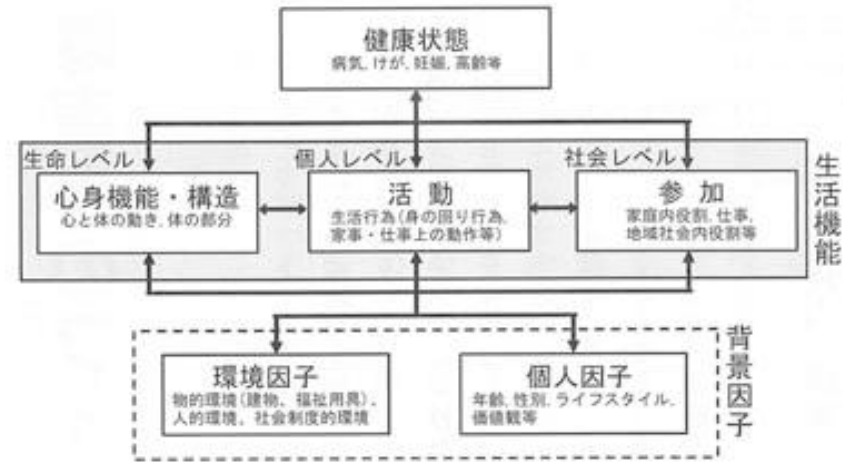
①介護予防・生活支援サービス事業

②一般介護予防事業



アセスメントのポイント

ICFを活用する視点



人が生きていくための機能全体を「生活機能」として捉え、以下の3つの構成要素からなる。

- ①体の働きや精神の働きである「心身機能」
- ②ADL・家事・職業能力や屋外歩行と言った生活行為全般である「活動」
- ③家庭や社会生活で役割を果たすことである「参加」

自立支援を促すには個々の特性を理解した上で課題を整理し、「活動や参加」につなげるように、対象者の健康状態「心身機能・身体構造、活動、参加」といった生活機能に加え、物的環境(支援機器や住宅環境等)、人的資源(家族や社会の意識・態度等)、制度的環境(法制度や公的サービス等)といった環境因子、性や年齢、民族、ライフスタイルといった個人因子等について相対的に情報収集し課題を分析することが必要。

活用できるもの→「興味・関心チェックシート」や「課題整理総括表」



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



生活行為を見つげるために役立つシート

興味・関心チェックシート

興味・関心チェックシート

氏名： _____ 性別：(男・女) 評価日： _____年 _____月 _____日 評価者： _____

生活行為	興味・関心			生活行為	興味・関心		
	している	してみたい	興味がある		している	してみたい	興味がある
自分でトイレへ行く				生涯学習・歴史			
一人で風呂に入る				読書			
自分で服を着る				俳句			
自分で食べる				書道・習字			
歯磨きをする				絵を描く・絵手紙			
身だしなみを整える				パソコン・ワープロ			
好きなときに眠る				写真			
掃除・整理整頓				映画・観劇・演奏会			
料理を作る				お茶・お花			
買い物				歌を歌う・カラオケ			
家や庭の手入れ・世話				音楽を聴く・楽器演奏			
洗濯・洗濯物たたみ				将棋・囲碁・麻雀・ゲーム等			
自転車・車の運転				体操・運動			
電車・バスでの外出				散歩			
孫・子供の世話				ゴルフ・グラウンドゴルフ・水泳・テニスなどのスポーツ			
動物の世話				ダンス・踊り			
友達とおしゃべり・遊ぶ				野球・相撲等観戦			
家族・親戚との団らん				競馬・競輪・競艇・パチンコ			
デート・異性との交流				編み物			
居酒屋に行く				針仕事			
ボランティア				畑仕事			
地域活動 (町内会・老人クラブ)				賃金を伴う仕事			
お参り・宗教活動				旅行・温泉			
その他 ()				その他 ()			
その他 ()				その他 ()			

生活行為チェック

※チェックの仕方：『O』している、『A』手垢(汚)もあってしている、『/』していない、『X』できない				
1. 身支に関する行為	2. 食事に関する行為	3. 掃除に関する行為	4. 入浴に関する行為	5. 洗濯に関する行為
歯磨き・髪をよぶ	歯立ちを毛える	今日着る服を選びタンスから出す	洗面所に湯を流す(湯を流す)	洗濯物を洗濯機に入れる
トイレまで移動する	材料をそろえる	着替え(古いものを片付ける)	タオルや歯ブラシを用いる	洗濯機を入れる
スポンジ、手磨きをする	調理器具や皿を用いる	顔を洗う	顔を洗う	洗濯機を使う
洗面に座る(または洗面をみる)	材料を切る	髪をかき(入れ歯を手入れする)	シャワーを浴びるまたはかけ洗う	洗濯物を干す(家の外・家の内)
歯磨きをする	材料を煎る(炒める・煮る・焼く)	ヒゲをそる、又は剃る	身体を洗う	洗濯機を取り込む
洗濯機の掃除をする(筒内を拭く、吸取のハットを交換する等)	袋分けをする	靴をこたく(靴をすく、靴を脱ぐ)	靴を洗う	洗濯物をたたむ
洋服、スポンジを上げ衣類を洗う	油こぼれを拭く	爪を切る	洗面に入る	洗濯物をタンスなどにしまふ
トイレの水を流す(または、流す替えたオムツを捨てる)	漬物入湯が	指環を切る	洗面から出る	
手を洗う	雑巾を口に入れる	指を切る	身体を拭く	
	歯を磨く	洗面・パーマ屋に行く	顔を替る	
	湯を流す		洗面の湯を拭く	
	漬物を洗濯機にしまふ、捨てる			
	洗濯機を洗う			
	洗濯機をしまふ			
本人	本人	本人	本人	本人
家族()	家族()	家族()	家族()	家族()
今後どうしたい、どうしてほしい				
本人	本人	本人	本人	本人
家族()	家族()	家族()	家族()	家族()



アセスメント

介護保険最新情報 Vol.958およびVol.1049(再周知)

居宅サービス計画書の一部改正

例えば)第1表 利用者及び家族の生活に対する意向

(Vol.958)



利用者及び家族の生活に対する意向を踏まえた課題分析の結果

(Vol.1049/Vol.958の主なポイントの一部)

従前から記載要領において、当該欄は「課題分析の結果を記載する」旨、お示ししております。

ケアプランは利用者本人の計画でありますので、本人の意向は大変重要で、意向があるのは大前提ですが、その意向を踏まえた上で(その意向を根拠に)、専門職である介護支援専門員は、課題分析として、どのような支援を検討し、提案できるのかを記載いただくことが必要です。

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 2003)

参考資料等



自律性と自立性

WHOの定義

【自律性】

人が自分なりのやり方や選択に従いながら、一日一日をどのように生きていくかということに対して感じているコントロールと処理と自己決定の主観的能力

※自律とは「自己決定できること」であり、自律性とは「主観的な自己決定感」

【自立性】

一般的に日常生活に関連する諸機能を遂行する能力と理解されている。すなわち他者の援助なしに、またわずかな援助のみで、在宅生活を独立して行える能力



光文社新書

自立支援に向けて

- リハビリテーションの活用が有効であり、ケアマネジメントの際には適切な連携がなされるよう、介護支援専門員にリハビリテーションに係る基礎的な知識が教育される機会を増やすとともに、早い段階からリハビリテーション専門職の適切な助言が必要に応じ得られることが重要である。
- さらに、ケアマネジメントの際には直接的なリハビリテーションサービスの導入に加え、生活機能の維持、向上、生活環境の改善の手段として適切な評価に基づいて導入される福祉用具の活用等を図っていくことも重要である。
- 地域包括ケアシステムは、高齢者が要介護状態等になっても、出来る限り住み慣れた地域で在宅を基本とした生活の継続ができるよう包括的な支援体制を推進していくものであり、多職種協働による介護サービスの提供、医療との連携の推進、地域の支え合いやインフォーマルサービスの充実などを包括的に進めていくことが重要である。その際、介護支援専門員による質の高いケアマネジメントが利用者に提供されることが欠かせない。

「介護支援専門員（ケアマネジャー）の資質向上と今後のあり方に関する検討会における議論の中間的な整理」報告書の一部抜粋
(2013/1/7公表 厚生労働省HPより)

セルフケアとストレスの関係

- 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。

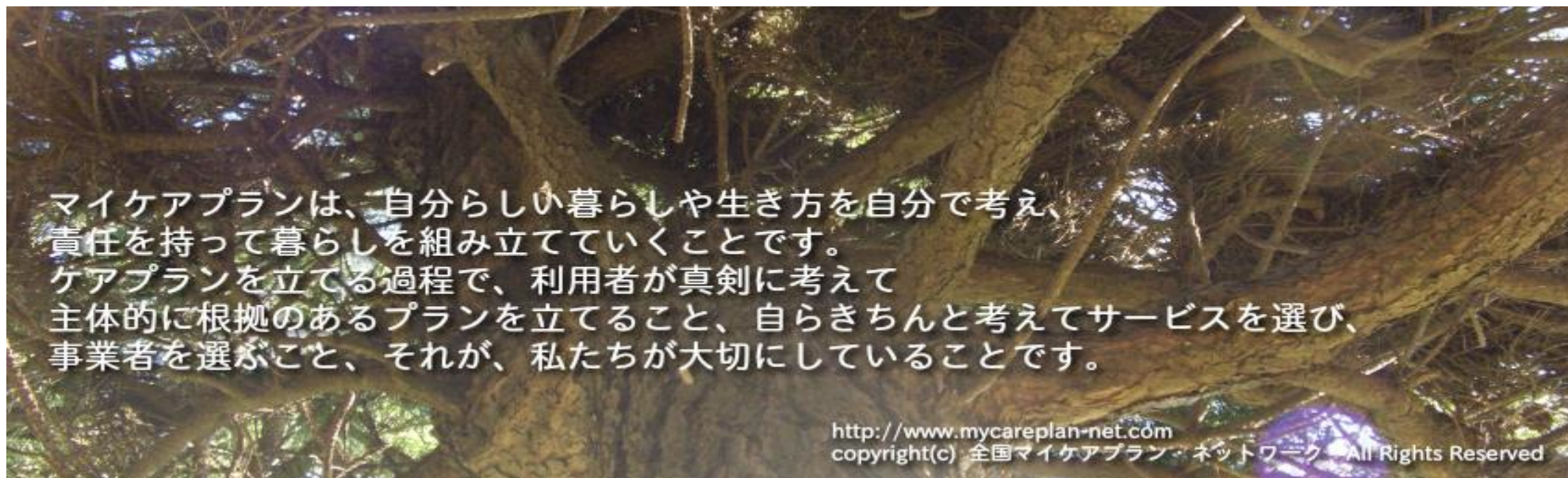
引用文献:大阪市立大学院教授白澤政和編集/介護予防研究会監修 ストレングスモデルによる介護予防ケアマネジメント/中央法規出版 2007



全国マイケアプラン・ネットワーク

<http://www.mycareplan-net.com>

※ホームページより一部抜粋



頭の中に雑多に放り込まれている情報や思いを、整理していくことで、ニーズや問題が明らかになるマイケアプランのための「あたまの整理箱」。

何らかの介護が必要になっても、生きている限り人生の主演は自分でありたい人のための虎の巻「マイライフプランの玉手箱」。



事前視聴

I 介護予防ケアマネジメントの考え方

についてはここまでです。

次は

II 様式の活用

(様式の記入を確認する/ぐんま予防プランも含)

- ①介護予防サービス・支援計画書(厚労省版・ぐんま版)
- ②課題整理総括表

どうぞ一息いれてから視聴してください

