

介護予防通所サービスの提供における 目標設定・実績評価について（平成 29 年度実施分報告）

1. 目的

介護予防通所サービスの提供において、サービスの目的である「利用者の心身機能の維持回復や生活機能の維持向上」にこれまで以上に意識して取り組んでいただき、取組内容を常に改善し、自立支援に資するサービス提供を行っていただくため。

2. 評価の基準

評価用チェックリスト（25 項目）

<理由> 「生活機能」、「運動機能」、「認知機能」、「うつ」などを総合的に評価できるため

3 概要

- ・年度当初時点の利用者（要支援者及び事業対象者）に対して、評価用チェックリストを対面で実施し、利用者の状態を評価する。（年度途中の新規利用者は、受け入れる都度、実施する。）
- ・年度当初に 1 年間の利用者全体の状態の維持改善に関する目標を設定する。
- ・年度末にも評価用チェックリストを実施し、年度当初と比較し、利用者ごとに改善、維持、悪化の判定を行う。
- ・年度当初に設定した目標の達成状況について要因分析を行うとともに、翌年度の目標を設定し、目標達成に向けた取組をレポートに記載する。

4 レポート提出数

391 事業所（市外 10 事業所含む）

5. 提出されたレポートの概要

（1）主な悪化の要因

- ・病気・けがによる入院での長期欠席
- ・持病の進行
- ・転倒不安からの外出控えによる生活機能、運動機能の低下
- ・独居で、閉じこもりきりで、生活リズムがない
- ・加齢による意欲、体力の低下、認知機能の低下
- ・家族との死別などによる精神的落ち込み

(2) 主な維持、改善の要因

① デイサービスにおける要因

○全体

- ・出席率が高く、継続的な運動により、身体機能が向上するとともに、活動意欲が高まり外出範囲が拡大し、精神面にもよい影響があった。
- ・手洗い、うがいを徹底し、病欠を減らすことができたため、継続的な運動ができた。
- ・個々のニーズを把握し、目標設定を明確にできたことで、利用者のやる気を引き出した。

○生活機能、運動機能

- ・利用者個々の生活の中での動作の問題をアセスメントし効果的な運動プログラムを立案、実施した。
- ・身体・精神両面において自立を目的とした個別面談を行い、メニューを設定した。
- ・利用者に自宅での運動を提案し、運動の習慣化を図れている方が ADL の維持・向上に繋がった。

○栄養、口腔機能

- ・運動の合間に栄養や食事のとり方の相談や、口腔体操を実施した。

○閉じこもり、認知機能、うつ

- ・デイサービスを利用するようになり、外に出て、他者と交流する機会が増え精神的な安定に繋がった。
- ・引きこもりがちであったが、グループワークに参加することで馴染みの方も増え、活気が見られるようになった。
- ・集団トレーニング、ヨガ、他者との交流を行う事で脳の活性化が図れ、人とのかかわりや役割を持つことでメリハリのある生活が過ごせたため「認知機能」「うつ」が改善した。
- ・デュアルタスク(運動と脳トレを同時に行うこと)を取り入れることにより、利用者の意欲を引き出した
- ・利用者同士が刺激しあい、他者のADLを確認することで新たな目標作りの場にもなった。

② デイサービス以外の要因

- ・自ら他者との交流や、地域の集まりに出向くなど外へ出る習慣があり、それを継続することで生活リズムがとれている。
- ・自宅で自主トレに取り組んだり、できる限り家事を自分でするなど、前向きに生活に取り組まれている。
- ・継続して来所し、デイサービス以外でも生活に張りをもって行動している。
- ・日頃から運動や規則正しい生活を心がけている。

(3) 前年度の実績や要因分析を受けた次年度の目標達成に向けた取組内容の改善案

○意欲への働きかけ

- ・本人の意欲が一番大きな要因のため、自立支援を目的とし、趣味のニーズを汲み取ることで、QOLの改善に努めていく。
- ・「やらされている」と感じながら行うのでは意味がないので、興味のある事を引き出し、参加してみたいプログラムを提供する。
- ・運動意欲の低い方に対し、身体が動くようになることで出来ることが増える等のメリットをしっかりと伝え、デイ全体で運動に対して前向きな思考を持てる雰囲気作りに努める。
- ・男性利用者が利用しやすい環境を作るため、囲碁、将棋、カラオケなどレクの充実を図り、心身共に活性化することで体を動かす原動力につなげる。

○欠席の防止

- ・季節の変わり目など、体調を崩しやすい時期に、予防方法などを伝える。
- ・欠席が多い方の悪化が目立つため、日頃から出席を促し、魅力的なサービスを提供できるよう取り組む。

○運動機能、生活機能

- ・自宅での転倒が目標達成の阻害要因であったため、転倒予防に効果のある運動を積極的に行い、自宅でも実施してもらえるように勧める。
- ・週に1, 2回のリハビリだけでは改善に限界があるのが現実と、今回の結果を通じて感じる事が出来た。自宅で出来る運動の提案や指導に力を入れていく。
- ・身体機能の低下が見られたため、レクリエーションを通して楽しみながら運動できるようにする。
- ・デイでの活動が実生活とかい離しないよう、実生活に密着したプログラム（昼食準備、片付け、間食作り、翌月用カレンダー作り、外出行事等）を実践する事で、本人の意欲喚起や達成感によって、プログラム参加を促す。
- ・「リハビリのためのリハビリ」ではなく、生活や社会参加の目的を具体的に立てて、「家庭生活に直結した外出」などイメージしやすいサービスを実施。
- ・生活機能の悪化を踏まえ、洗濯物たたみやお茶出し、片付けなどの生活行為訓練の実施、手先の運動や脳への刺激を目的とするおやつ作りなどの作業レクを増やす。

○閉じこもり、うつ

- ・閉じこもりとうつの悪化を踏まえ、外出機会を増やしてもらえるよう、老人会や福祉センター等で行われる催し等の情報提供を積極的に行っていく。
- ・うつの悪化を踏まえ、季節の特色を活かした外出行事や食イベントなど、利用者に喜んで参加してもらえる催しを行い、精神面の安定を図る。
- ・外出意欲の向上を図るため、歩行訓練や外出企画を通して、地域への興味・関心を深める。
- ・チームプレイ的なトレーニングや、他者との積極的な交流を図っていただける新たなプログラムを提供する。

- ・家族の不幸や季節の変わり時の心身へのフォローが弱く、うつ項目が悪化したと考えられるため、もっと利用者の状況を知るよう、スタッフが利用者から1週間の出来事や悩み事などを利用中に聞き出せるよう努める。
- ・利用者が自由に自己表現できていることが心身機能の維持につながっているとされるため、元喫茶店の方にコーヒーを作っていただくなど、利用者一人一人の役割づくりに努め、生きがいをづくりを行う。

○認知機能

- ・認知機能低下により外出意欲が低下し、持久力の低下を招いたとみられるため、運動の待ち時間に脳トレに取り組んでもらい、集団体操もコグニサイズを取り入れる。

○口腔機能

- ・口腔機能の悪化を踏まえ、食事前に行っている口腔体操を継続する。
- ・看護師による助言・指導等、働きかけを行っていく。

6. 考察

目標が達成できなかった事業所では、サービス実施面での反省点を述べられ、結果を真摯に受け止めて改善していこうという意識が見られるところが多く、取組内容の改善案も具体的に記載されていた。

また、目標の達成状況に関わらず、この目標設定・実績評価の取組を通じて様々な気づきがあり、今後に活かそうと、意識や取組姿勢に前向きな変化が見られる記載も多くあった。

(気づきの例)

- ・要因を具体的に抽出できたことで、改善に向けて取り組む指標となった。
- ・1年を通して要支援者を追うことで、途中で要介護になる方や中止になる方が多いことが分かった。
- ・今回は結果として、身体・運動機能の向上よりも、精神的な改善により、社会参加や他者との交流が利用者の日常生活の質の向上に繋がるという実感を持つことが出来た。
- ・転倒や転倒に対する不安をいかに取り除くか、課題が見えた。
- ・本人の能力だけではなく、意欲の有無が大きな関わりを持ったのではないかと感じた。
- ・デイだけの取組では、改善までの回復は難しいことが理解できた。今後は他職種との連携を重視し利用者へアプローチする取組が必要になる。
- ・運動機能の維持改善に重点を置いて取り組んでいたが、栄養改善やうつ項目の悪化もあったため、全項目を意識して取り組んでいく。
- ・体は元気でも、うつ傾向の方はできることもできないと思ってしまうこともある。今後、運動機能の改善を行いながら、精神的、心理的な支援に力を入れる。

- ・閉じこもり、認知の低下が目立ち、精神面のサポートが足りないことに気付いた。身体的なリハビリに合わせ、気持ちの面でも支援していきたい。
- ・「役に立つ人間と思わない」にチェックが入る利用者が多く、役割を持った生活をするのが一番の活性に繋がると感じた。その方が意欲的になる取り組みに関わりの中で見つけていきたい。また、自己選択、自己決定の場面を多く取り入れることで、モチベーションの維持に努めていきたい。
- ・要因分析により、身体の状態の改善もちろん大切ではあるが、気持ちの持ちようが大きな要因だとわかった。出来るだけ利用者の気持ちを上げていけるように、利用者の気持ちに沿った運動のやり方などを工夫していきたい。
- ・ふれあい交流の大切さを試行錯誤の中で感じている。淡々と運動して帰るのではなく、「ここに来たらバカ話ができるからいい」とこれからも言ってもらえるよう、利用者の声と表情を引き出す気持ちをもって臨みたい。
- ・プログラムが要介護者向けになっていることに気づいた。今後、要支援者向けのプログラム、特に認知症予防につながる体操や脳トレを取り入れていきたい。

事業所には一定の事務負担となっているが、介護予防通所サービスの目的である「利用者の心身機能の維持回復や生活機能の維持向上」により意識して取り組んでいただくためには、この目標設定・実績評価は有効な取組であり、目的は一定達成されていると考える。

介護予防通所サービスに関する目標設定・実績評価レポート

年度

事業所名

作成者氏名

目標

	前年度		当年度
	目標(%)	実績	目標(%)
改善			
維持			
悪化			
計			

このレポートの作成は、介護予防通所サービスの目的である「利用者が可能な限りその居宅において、自立した日常生活を営むことができるよう、必要な日常生活上の支援及び機能訓練を行うことにより、利用者の心身機能の維持回復を図り、もって利用者の生活機能の維持又は向上を目指す」を達成するため、事業所において自ら利用者の状態の維持改善に関する目標を設定し、サービス提供後に目標が達成されたか、内容が適切であったかを自己分析し、翌年度の取組内容を改善することを目的としています。

前年度の目標達成状況に関する要因分析

○目標の達成状況

○上記について、考えられる要因を記載してください
【悪化の要因について】

【維持、改善の要因について】

【その他】

当年度の目標達成に向けて力を入れて取り組むこと

○前年度の実績や要因分析を受けた、今年度の目標設定の考え方を記載してください

○前年度の実績や要因分析を受けた、今年度の目標達成に向けた取組内容について、具体的に記載してください。（例 特に力を入れる項目、特色のある新たな取り組み など）

評価用チェックリスト結果一覧表

年度 _____
事業所名 _____

項目	番号	確認内容	評価尺度	小計	
				事前	事後
生活機能	1	バスや電車で一人で外出していますか	0: はい 1: いいえ		
	2	日用品の買い物をしていますか	0: はい 1: いいえ		
	3	預貯金の出し入れをしていますか	0: はい 1: いいえ		
	4	友人の家を訪ねていますか	0: はい 1: いいえ		
	5	家族や友人の相談にのっていますか	0: はい 1: いいえ		
		生活機能 小計			
運動機能	6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	0: はい 1: いいえ		
	7	椅子に座った状態から何にもつかまらずに立ち上がっていますか	0: はい 1: いいえ		
	8	15分くらい続けて歩いていますか	0: はい 1: いいえ		
	9	この一年間に転んだことがありますか	1: はい 0: いいえ		
	10	転倒に対する不安は大きいですか	1: はい 0: いいえ		
		運動機能 小計			
栄養改善	11	6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	1: はい 0: いいえ		
	12	肥満度(BMI)は、18.5未満ですか ※BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)	1: はい 0: いいえ		
口腔機能	13	半年前に比べて固い物が食べにくくなりましたか	1: はい 0: いいえ		
	14	お茶や汁等でむせることがありますか	1: はい 0: いいえ		
	15	口の渇きが気になりますか	1: はい 0: いいえ		
閉じこもり	16	週に一回以上は外出していますか	0: はい 1: いいえ		
	17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	1: はい 0: いいえ		
認知機能	18	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあるとされますか	1: はい 0: いいえ		
	19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	0: はい 1: いいえ		
	20	今日が何月何日かわからない時がありますか	1: はい 0: いいえ		
		認知機能 小計			
うつ	21	(ここ2週間) 毎日の生活に充実感がない	1: はい 0: いいえ		
	22	(ここ2週間) これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	1: はい 0: いいえ		
	23	(ここ2週間) 以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	1: はい 0: いいえ		
	24	(ここ2週間) 自分が役に立つ人間だと思えない	1: はい 0: いいえ		
	25	(ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする	1: はい 0: いいえ		
			合計(得点)		
			差分(事前-事後)		
			判定		

介護予防通所サービスの提供における目標設定・実績 評価について

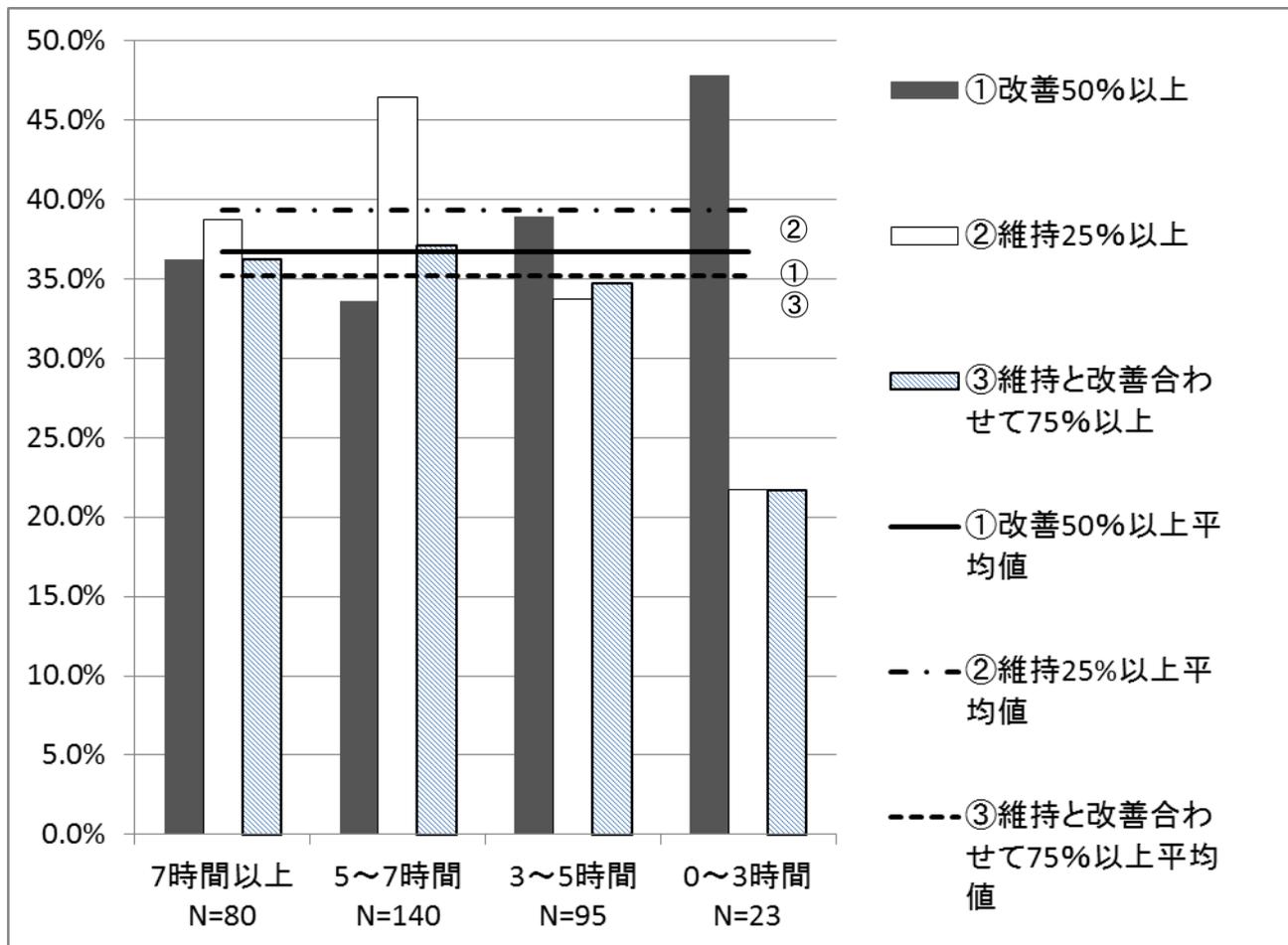
(利用者の維持・改善状況とサービス実施時間の関係)

<調査対象>

平成30年6月実施アンケートと平成29年度実施分目標設定・実績評価レポートの両方の提出のあった338事業所

①改善率や維持率が高い事業所の割合について

※サービスの実施時間ごとの、改善又は維持の人が下記割合以上の事業所の割合

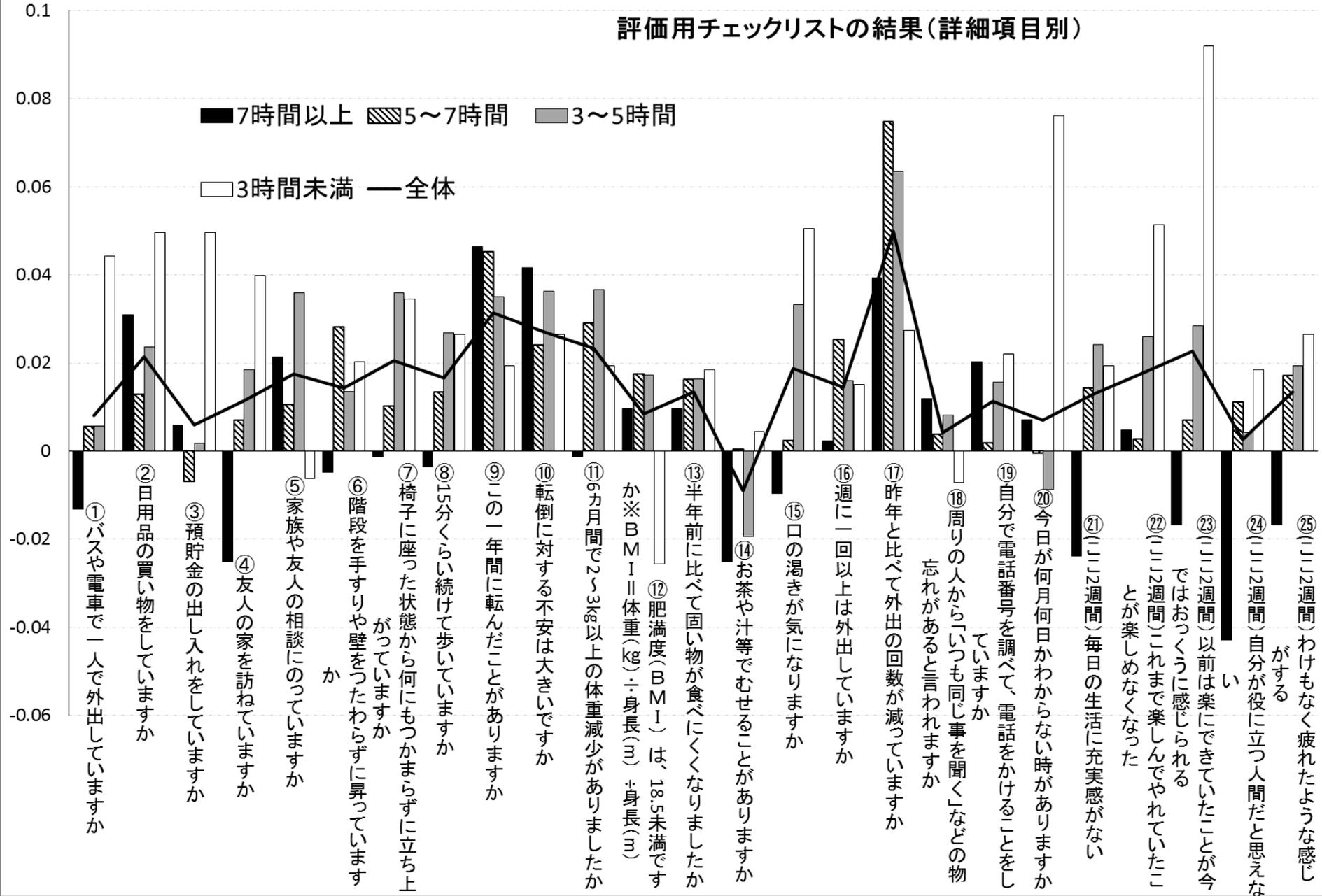


⇒ 改善率が高い事業所の割合が高いのは、3時間未満の事業所。
維持率が高い事業所の割合が高いのは、5~7時間の事業所。
改善・維持率の高い事業所の割合が高いのは、5~7時間の事業所。

②各項目の改善状況について

※プラス＝改善 マイナス＝悪化 各項目の事前と事後の比較による改善状況

評価用チェックリストの結果(詳細項目別)



⇒改善している項目は、大きいものから順に、3時間未満の事業所の「⑳以前は楽に出来ていたことが今ではおっくうに感じられる」、「㉑今日が何月何日かわからない時がありますか」、5～7時間の事業所の「㉒昨年と比べて外出の回数が減っていますか」であった。

悪化している項目は、大きいものから順に、7時間以上の事業所の「㉓自分が役に立つ人間だと思えない」、3時間未満の事業所の「㉔肥満度(BMI)は18.5未満ですか」、7時間以上の事業所の「㉕お茶や汁等でむせることがありますか」であった。

利用者の要介護度割合(下表)を見ると、7時間以上の事業所では要支援2の割合が高く、上記の項目が悪化している一つの要因と考えられる。

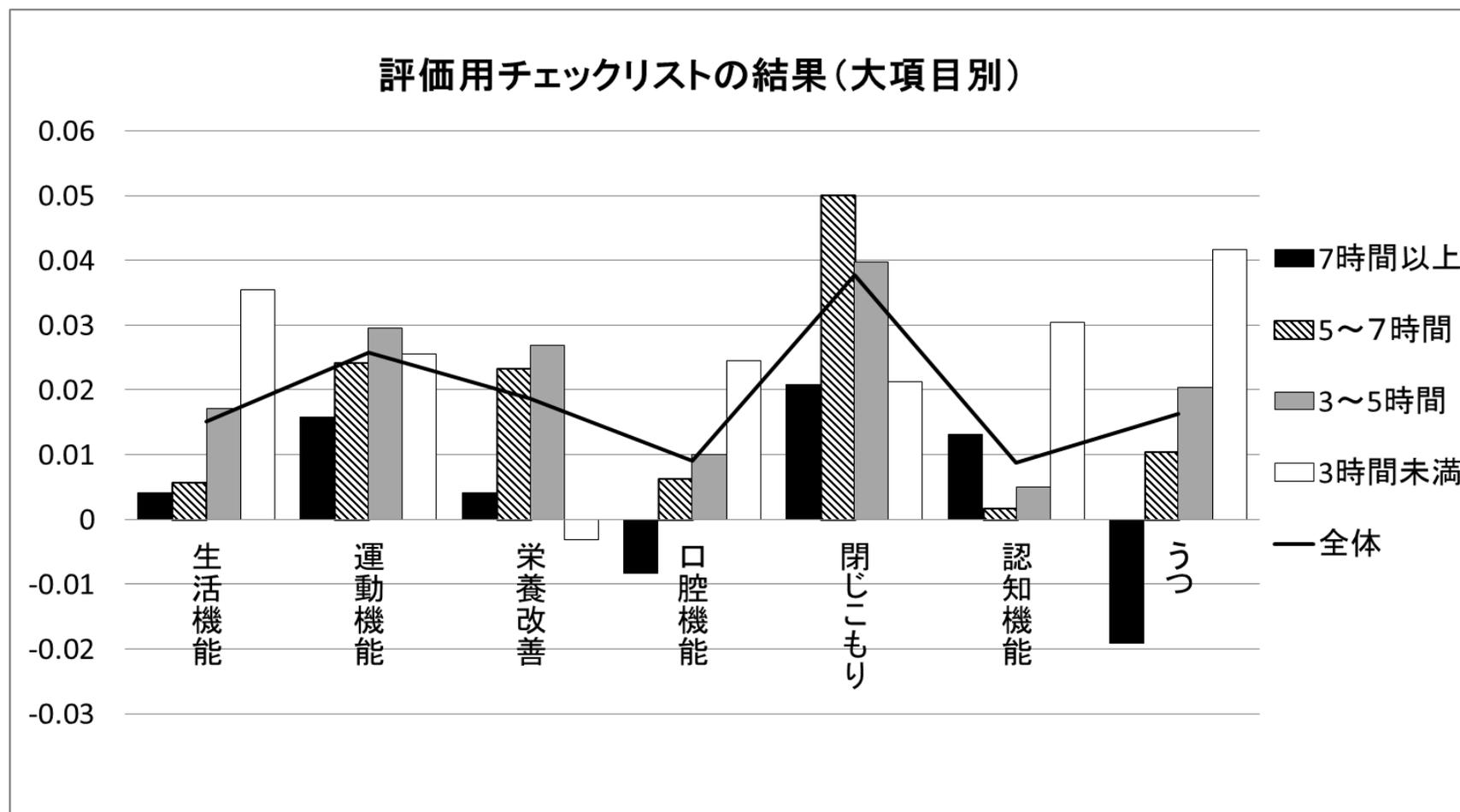
利用者の要介護度割合

サービス実施時間	事業対象者	要支援1	要支援2
3時間未満	5%	50%	45%
3～5時間	5%	48%	47%
5～7時間	1%	34%	65%
7時間以上	1%	36%	63%

②-2 各項目の改善状況について

※各項目を、厚生労働省が示す大項目でまとめて比較したもの

※プラス=改善 マイナス=悪化 各項目の事前と事後の比較による改善状況



⇒実施時間が3時間未満の事業所は、生活機能、口腔機能、認知機能、うつの改善が高く、栄養改善と閉じこもりの改善が低い。

⇒実施時間が5~7時間の事業所は、閉じこもりの改善が高く、生活機能、認知機能の改善は低い。