

短期集中C型のツボ

みんなで考えよう well-being ⑦

ともひろ
TRAPE 代表 CWD / 作業療法士 鎌田大啓

短期集中サービス 以外の日に力点

一般的に実施されている短期集中サービスは「口腔」「栄養」「運動」が重要視されていることが多いです。元の日常を取り戻す短期集中サービスでも、これらが大切であるといえます。ポイント「専門職の正しい視

点」から提供するのではなく、対話を繰り返し「利用者個人の生活・人生というストーリー視点」で、構築要素として大切にするのです。

重要視したことはセルフマネジメントの視点でした。なぜなら短期集中サービスは週1回で

あり、ここに来ていない日の過ごし方こそがキーとなるのだと思っただけです。短期集中サービス事業所は、元の日常を取り戻すために何が本質的に必要なのかを、経験し、そのことを自宅で行った結果について再確認する場として

セルフマネジメント視点の「口腔・栄養アプローチ」のポイントは、専門職の理想を伝えることを優先せず、専門職の専門性の高い視点はしっかり入って



利用者との対話がポイント

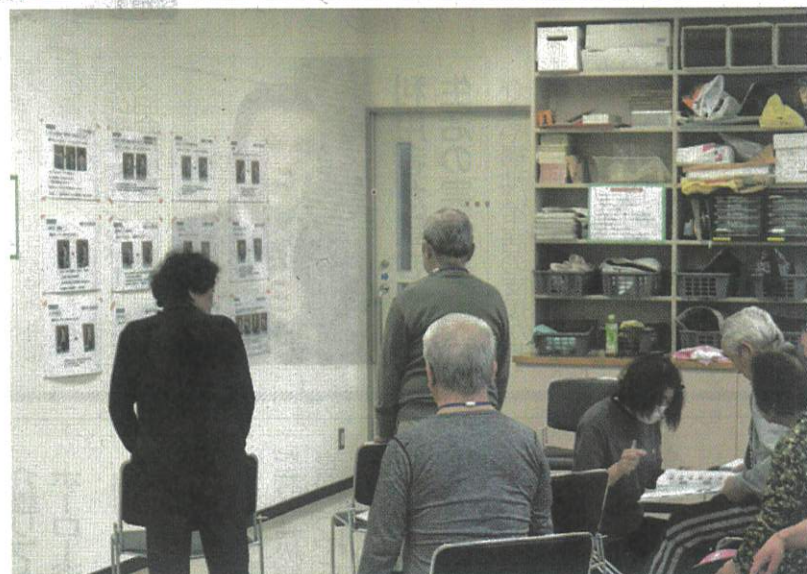
私たちが運営した「リエアルメント事業所」での実践について紹介します。

口腔・栄養アプローチ

口腔アプローチは、大阪府歯科衛生士の協力で実施してきました。アセスメントシートを共に作り、自宅での宿題などについては複数パターンを作成しました。



2人の大学の先生から全面協力を得て実施しました。一緒にアセスメントシートをつくり、よくある正しい栄養指



自宅での習慣化を目指し、壁の運動メニューを見ながら、自分でできる運動を自分で取り組む

セルフマネジメント視点の「口腔」「栄養」「運動」アプローチ。みなさんもチャレンジしてみてください。

セルフマネジメント視点の「口腔」「栄養」「運動」アプローチ

るけれど、基本的に利用者自身が「自分で」として一度その内容を咀嚼していただき、現実的に今できることのみを提供することにしました。

導ではなく、現在の生活状況や背景を徹底的に聞き、無理なく日々継続できるところを大切にすることにしました。

運動アプローチ

今まで栄養指導というと厳しいことを言われると思い込んでいた利用者が、今回アプローチに入ってくれた管理栄養士の方々と楽しい対話し「自分の今を否定されるのではなく、今後自分を受け入れてくれ、今後

運動アプローチは、1週間の短期集中サービス事業所に来ていた日を除く、残り6日も自宅で行えるようにマシントレーニングではなく、自転車トレーニング

について一緒に考えてくれることが嬉しい」とおっしゃっていたことが強く印象に残っています。

グから始め、ステップ2と3はセラバンドトレーニングとしました。運動強度別にステップ1と3として壁に運動メニュー(やり方説明付き)を掲示しました。利用者はリハビリ専門職から伝えられた自分の現状にあったステップの運動を、壁の写真を見ながら実施していきます。運動のサポーターは、地域の有償ボランティアに実施してもらいました。

リハビリ専門職が運動のポイントを繰り返し教えました。成果として、普段アイサビスや通所リハでマシントレーニングをしている利用者から「このトレーニングをした後全身が筋肉痛になった」などの声が多く寄せられました。3カ月のアプローチ期間で多くの人がステップ1と3まで運動強度をあげていくことができていました。