

令和2年度 第2回在宅医療と介護に関する研修会
「ソーシャルフレイルによる認知機能への影響」

研修会参加者からの質問についての回答

研修会終了後の参加者アンケートをもとに、講師から回答を頂きましたので、以下に記載致します。

※質問は、本研修会における内容に該当する質問に限定しております。

※回答は、講師自身の経験や立場からお答えいただいたものです。

質問1

認知症の進行を遅らせようと運動に取り組んでいるものの、一度低下したらなかなか止める事が出来なくて…。皆様、どう対応されているのでしょうか？（理学療法士）

萩原医師（佐藤病院）

- 認知症の進行を防止する方法として、運動に取り組まれているとの事であり有効性が期待できると思います。運動の効果をさらに高めるために、運動以外の日常生活にも目を向けて頂き、信頼のできる仲間との会話、バランスの取れた食生活、脳トレやデイサービスなど知的活動を加える本人の希望する形での生活を維持するための支援の構築、不安に感じる事があればそれらが軽減できるような体制づくりといった多面的な支援を行うと、より認知症進行が遅れるかと思えます。また、急激な進行が見られる等の変化が見られる時には、治療可能な認知症の可能性を考え主治医に相談されるとよいと思います。

村田センター長（上野ヶ丘地域包括支援センター）

- 中核症状だと難しいという認識ですが、周辺症状は対応や環境で変わるといのはまさに、感じることは多いです。
- 止めることができないという認識がどの時点かは、本人自身だけでなく、どのような影響でその状態に至っているのかを、見ていくようにしています。結果、本人や介護者などが安心して過ごせるならば、認知機能が低下するのは、緩和ケアの視点のように受け止めていく姿勢で関わっています。

質問2

認知症に関して主治医が認知症専門医ではない場合で、認知症進行により専門医に診てもらいたい場合はどう進めればよいのでしょうか？（介護支援専門員）

萩原医師（佐藤病院）

- 大分県では、認知症の勉強をされた開業医の先生をオレンジドクターとして県のホームページ等を通じて紹介されており、まずはオレンジドクターの先生にご相談されるとよいと思います。オレンジドクターの先生が対応困難症例と考えられる際には、認知症サポート医の先生と連携し認知症専門医の先生を紹介いただくといった支援もあります。また、大分市内には2か所認知症疾患センターがあります。そして、認知症専門医として、日本認知症学会や老年精神医学会のホームページ等で、近くの専門医を探されてもよいかと思えます。認知症の行動・心理症状の悪化や急激な進行等の心配がある時には、上記の受診先を参考に担当医の先生にご相談されてもよいかと思えます。

質問3

新型コロナウイルス感染拡大が予測された時に、地域包括支援センターとしてフレイル予防するために地域住民等へ発信されたことがありますか？（介護支援専門員）

村田センター長（上野ヶ丘地域包括支援センター）

- 個別で啓発及び地域の運動指導者さん方と進捗確認などの会合を設けました。
- 住民へオープンな啓発の場をもつこと自体が難しく、情報発信のあり方を検討しなければならないと感じているところです。
- 長寿福祉課より、ケーブルテレビでの啓発があることなどを確認していますが、圏域独自では実施できていません。

質問4

通いの場の利用についてどのような工夫をして情報を地域の高齢者に提供されているのでしょうか。相談に来られる方のみなののでしょうか？（介護支援専門員）

村田センター長（上野ヶ丘地域包括支援センター）

- 相談では通いの場の紹介を求められてくる方は割合としては1割に満たない状況ですが、介護保険サービス利用したいという相談の中で不活発な様子、繋がりが希薄になったなどケースに応じて、包括よりあえて通いの場の紹介をしながら、つなぎなおすことをしています。
- パワーアップ教室卒業後の受け皿としても意識的に紹介しています。
- 体力測定会を実施し、その最後に、参加住民へ運動教室主催の方々を紹介するシステムを作っています。
- 圏域内ケアマネに対し、通いの場一覧の冊子を毎年刷新しながら、メール配布しています（サロン、老人会、運動教室他文化運動施設）。併せて、市役所ホームページへ掲載をしています（ボリュームが多く印刷コストもかかる為データアップにしています）。

質問5

サロンや健康づくり教室がどこでやっているかは地域包括支援センターに問い合わせをする以外でわかる方法がありますか？（介護支援専門員）

村田センター長（上野ヶ丘地域包括支援センター）

- 包括が社会資源情報を整理するようになっており、市役所ホームページから各包括へアクセスすると、ある程度確認はできますので、ご活用いただければと思います。
- サロンは社会福祉協議会が取りまとめており、問い合わせてもよいかと思いますが、情報がクローズされやすいです。民生委員などに聞いてみるのもよいと思います。
- 健康づくり教室は、いきいき健康館が本部なので、連絡をして紹介依頼することができます。地域の健康推進員という役割の方も情報を把握しているので、民生委員を介しながら聞いてみるのもよいかもしれません。結果、手間を考えると包括への問い合わせが円滑かもしれません。

【長寿福祉課から情報提供】

「地域ふれあいサロン」大分市社会福祉協議会（TEL：097-547-7418）

URL：<http://www.city.oita.oita.jp/o081/kenko/fukushi/1505450990392.html>

「健康づくり運動教室」大分市民健康づくり運動指導者協議会（TEL：097-514-3622）

URL：<http://www.city.oita.oita.jp/o081/kekoudukuriundoukyousitu.html>

質問6

ADL低下に対応しての活動…パワーアップ教室等、内容をもう少し具体的に知りたかった。（施設管理者）

パワーアップ教室の開催場所、時間などを公表してほしい。（職種記載なし）

大分市長寿福祉課

- パワーアップ教室は、日常生活の自立を目的に、理学療法士、作業療法士、栄養士、歯科衛生士が運動、口腔機能の改善や栄養改善のプログラムを3か月間（週1回）実施し、自宅でも続けられるように支援する教室です。詳しくは、下記の市ホームページやチラシを参照してください。

大分市ホームページ

「大分市パワーアップ教室（短期集中予防サービス）を実施しています」

URL：www.city.oita.oita.jp/o081/powerup.html

「大分市パワーアップ教室の紹介」チラシ

URL：www.oita-renkeishien.jp/02kenshukai_pdf/power_up.pdf

質問7 大分市のパワーアップ教室について、もう少し詳しい内容を知りたいです。患者様がデイサービスに行ってもすることがなくボーっとして過ごしている。つまらないと言われていました。今はデイサービスの内容が以前と違っているのでしょうか？（薬剤師）

大分市長寿福祉課

○デイサービスの内容については、事業所によって内容が異なるので一律に回答はできません。パワーアップ教室については、質問6の回答を参照してください。

質問8 4月～6月の利用控え、不活発による目立った身体、認知機能低下なし。とあるが、その後はどうなるか知りたいです。（介護支援専門員）

村田センター長（上野ヶ丘地域包括支援センター）

○10月時点では、機能低下が著しかったり、転倒や認知機能悪化による生活支障がみられたケースはありません。細かく分析はしていませんが、発表させていただいた中でふれたと思います。当圏域の環境上、気軽にでかけやすい場があり、刺激が維持されやすかったためか、介護保険サービス利用控えはあっても、生活上の活動量はある程度維持されていたことから、体力低下や認知機能の著しい悪化はなかったのかもしれない。他圏域の同条件で、比較していくのもよいかと思います。

○新規の相談では、精神疾患ベースでの悪化事例が、例年より多くなったのが10月以降の印象です。これについては、ストレス消化が困難になった結果かなと思っており、追跡してみたいところです。

質問9 上野ヶ丘包括さんからの事例で、5月に通所の利用休止⇒6月に短期記憶低下、腰痛増強⇒7月通所の利用再開・自宅トレーニングで改善した方の事例。DVDの取り組みがとても良いと思いました。DVDの案はどこから（誰から）出た案で、料金などはどの程度発生したのか知りたいです。（社会福祉士）

村田センター長（上野ヶ丘地域包括支援センター）

○コロナ禍で、様々な事業所がYOUTUBEなどで動画配信していたのを参考に、動画で伝えることを包括より提案しました。本人とも話をする中で、YOUTUBE再生は難しそうであった人も、DVDの操作は可能な様子であったことから、通所と相談をし、DVD作成となりました。

○通所の提案する紙媒体のトレーニングは自己流になっており、以前より効果が薄れていることが問題であったため、本人が自宅でテレビをみる時に、テレビ体操をしている習慣をいかし、視覚的に解決をしていくことを想定しました。また、普段なれている職員さんが映像に映ることも、なじみやすいポイントだったように思います。

○DVD代は本人だったかと思います。その他は、通常の本人への在宅生活支援及びコロナ禍の工夫点として、業務内で対応してくださっています。

質問10 いまだに介護の仕組みをよく理解していないのですが、社会福祉士さんの立ち位置など知りたいです。（薬剤師）

村田センター長（上野ヶ丘地域包括支援センター）

○包括支援センターでいえば、社会福祉士が位置づけられています。他に主任ケアマネ、保健師の位置づけが定められていますので、3職種で医療介護福祉に関する課題を、協働で解決をしていくというシステムです。

○社会福祉士自体は独占業務がありませんので、介護における立ち位置となると、それぞれに活かし方があるのだと思います。個人的には、医療・介護・福祉・法の知識が浅く広く、ネットワークが得意という印象です。