

地域リハビリ支援報告書

支援対象者) ○○ ○○様

居宅介護支援事業者) ○○居宅介護支援事業所 (○○ ○○様)

支援日時) 令和○年○月○日 ○時○分から○時○分

支援目的) 1. 屋内外での転倒 (主に後方転倒尻もち) のエピソードがあり
居住環境での転倒箇所の確認および環境整備の必要性の検討
2. シルバーカーでの歩行の評価

支援者) 地域リハビリ推進室・デイサービスセンターつながる 木原

支援内容)

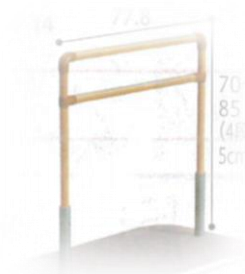
1. 転倒箇所の確認

- ①初回居宅訪問時以降に、脱衣所手前、浴室、トイレ前に手すりを設置した。
・手すりを設置個所での転倒はない。
例えば、トイレのドアを開けるときに手すりを持つことで後方転倒しない。



- ②段差でつまずいて転倒することはない。

- ③脱衣所で立って着替えるときに、後方によるめき背中を壁にぶつけないことがある。
課題) 立位での着替えはバランスを崩しやすい。
支援) 脱衣室に着替え用の椅子の設置または右図のような置き型手すり (右図) を設置し手すりに臀部をつけ支持した状態で着替えると立位が安定する。



- ④玄関外でドアを開けるときに後方転倒する。
課題) 玄関ドアを開けるときに片手をどこかにつかまらなないと、バランスを崩して後方転倒する。
支援) 玄関前、左手側に手すりを設置する (固定型またはつっぱり型 (左下図))。



- ⑤車のドアを開けるときに、後方転倒することがあり、今は夫がドアを開けてくれる。

2. シルバーカーでの歩行の評価

- ①一昨年7月に購入したシルバーカーで屋外移動をしている。
- ②畑（家から10分くらい）、近くの郵便局へ行っている。
- ③旅行に行くために持ち運びしやすい一番軽い（2.7kg）持ち手の背が高いものを購入した。

④いまのところ段差や坂道（昇り降り）で転倒することはない。

課題）段差では前輪を持ち上げたり、シルバーカー自体を持ち上げて超えているが、立位・歩行時の重心が後方（下写真）にあるため、後方転倒リスクは高い。

検討①）次期シルバーカーを購入する際は、前輪車輪がもう少し大きくゴムタイヤのほうが段差は超えやすい。現保有器よりも少し重心が前方にあり重めの歩行器のほうが安定する。

検討②）機会があれば、玄関から道路までの砂利道を簡易舗装する。

支援）シルバーカーの手持ちブレーキのかけ方がわかったので、段差で前輪を持ち上げる際や坂道を歩く際はブレーキをかけながら行うことで、支持性が増し、転倒リスクが減る。



3. 屋内外とも方向転換するときに後方転倒しやすい。

①お店のカートで向きを変えるときに後方転倒することがあった。向きを変える際に一度後方になってカート向きを変えていたが、いまは真っすぐ進みながらカート向きを変えている。

②立位・歩行時に重心が後方にあるため、後方転倒しやすい。

課題）同上

支援）デイのリハビリにて以下の練習を継続する。

- ・背中を伸ばす練習（手すり体操・イージェクサ）
- ・歩き出しや方向転換時には背中を一度伸ばし、重心を前方に移動させる習慣をつける
- ・中腰での後方歩行練習で、後方重心でも転倒しない筋力をつける



特定非営利活動法人 地域福祉ネットワークいわき
地域リハビリ推進室 室長
デイサービスセンターつながる センター長
木原秀樹（理学療法士）