

自立した生活を目指して

「あおぞら」の取り組みを通じて

別府リハビリテーションセンター 通所リハあおぞら

主体性 きっかけ作り 自律

作業療法士 浅野なるみ

【はじめに】

短時間通所リハ“あおぞら”は、利用者に対するリハアプローチに特色を持たせている。介護保険でのリハの目的は「在宅生活の支援」である。受け身的な生活から、主体的で役割や張りのある生活に展開できるかが、在宅支援のポイントと考える。“あおぞら”は、ICFの考えに基づき、「チャレンジする勇氣と、あきらめない気持ちを育む」を基本理念に掲げ、利用者の自主性・主体性を尊重した関わりを心掛け「自分で判断・決定し、意欲を持って行動する」意識付けを行っている。その具体的な内容について事例を用いて報告する。

【事例紹介】

事例1：「やりたいこと」の達成により自律した生活へとつながった例

73歳男性 頚髄不全損傷 四肢麻痺

移動は歩行器使用し見守りレベル、ADLは床上動作以外自立。FIM100点。当初の希望として「手足が硬い。動きを良くして欲しい」と機能面への固執があったが、実際に目指したい活動として「床からの立ち座りができるように」「釣りに行きたい」という目標を見出した。この具体的活動を導入し達成できたことで活動意欲向上に繋がり、自律した生活へ展開できた。

事例2：「興味ある話題」を見出したことで利用の定着が図れ、活動性向上した例

64歳男性 脳梗塞後遺症 右片麻痺
高次脳機能障害（失行） 失語症
高次脳機能障害により動作の遂行不良、活

動意欲乏しく4年間自宅に閉じこもりであった。症例の関心・興味を模索する中、孫の話題に興味を示すことに気づく。その後積極的に会話の機会を作り孫の話題を話すきっかけを作る。その結果、外出訓練の提案に応じるようになり、徐々に活動量・活動範囲が拡大し、家族との外出機会等が増え、精神的安定が図れた。

【考察】

事例1では、機能的改善の先にある、「活動」という視点で目指したい将来像をイメージできるように目標を導き出し、主体的活動をリハメニューに取り入れ、実現することで、自信回復・活動意欲の向上、プラス思考への転換がなされた。すなわち「具体的活動の視点で目標を見出せる関わり」がきっかけとなり「自律した生活」に近づけたと考えられる。

事例2において、活動意欲が向上し「楽しみある生活」へ展開することができたのは、症例の興味・思いを探る目的で種々の活動を提案し、自発的な反応を待つといった「利用者の自主性を引き出す関わり」がきっかけになったと考える。

今回の2事例において、チャレンジする気持ちへ転換できたのは、このようなきっかけ作りを行ったことと考えるが、それに加えて「自己で決定、行動する」といった環境設定・雰囲気作りが、利用者の意識を変える土台になったと考える。今後は、地域参加へ繋げられるように、活動の提案を行っていくことが重要と感じる。