

生活行為向上マネジメントとは

1 背景

2025 年には、日本の高齢化率は 30%を超えると推計されている。限られた社会保障費の中で、高齢者が尊厳を保ちながら、住み慣れた地域で自立した生活をおくることができるよう、医療、介護、予防、住まい及び生活支援サービスが、日常生活の場で切れ目なく提供できる地域での体制（地域包括ケアシステム）づくりが急務となっている。

日本作業療法士協会では、2008 年度厚生労働省老人保健健康増進等事業（老人保健事業推進費等補助金）を基盤に、国民にわかりやすく地域包括ケアに貢献できる作業療法の形を示すために、生活行為向上マネジメント（Management tool for daily life performance：以下、MTDLP）を開発した。MTDLP は、作業療法士の包括的な思考過程をわかりやすく表したもので、対象者の 24 時間 365 日をイメージしつつ、本人のしたい生活行為に行動計画の焦点があたるよう設計されている。

2 生活行為と生活行為の障害

生活行為とは、人が生きていく上で営まれる生活全般の行為と定義される。生活全般の行為には、セルフケアを維持していくための日常生活活動（ADL）のほか、生活を維持する手段的日常生活活動（IADL）、仕事や趣味、余暇活動などの行為すべてが含まれる。私たちの生活は生活行為の連続で成り立ち、そのサイクルの中で、私たちは健康を維持・増進している。

生活行為は、病気や老化による心身機能の低下や生活上の悪習慣、対人関係の悪化、生活環境の変化などによって、その遂行が阻害される場合があり、これを生活行為の障害とよぶ。生活行為の障害は、社会参加の制限から始まり、IADL、セルフケアの制限へと波及していくことが知られている。また、生活行為の障害は、作業有能性を低下させ、生活範囲の狭小化や生活意欲の低下を招くといわれている。

3 生活行為向上マネジメントのプロセス

MTDLP は、次のプロセスに沿って生活行為の障害に対する支援策を検討・実践する。

1. 『インテーク』；最初に、生活行為聞き取りシート（添付 1）を用いて、対象者や家族が望む生活行為の聞き取りを行う。対象者がうまく言語化できない場合は、興味・関心チェックシート（添付 2）を利用する。

2. 『生活行為アセスメント』；生活行為向上マネジメントシートの上段（添付 3）を用いて、聞き取りによって明らかになった本人のしたい生活行為について、その行為やその基盤となる（ADL などの）行為を制限している要因を I C F（国際生活機能分類）に基づきアセスメントする。また同時に、現状での強みと、予後予測をアセスメントする。アセスメント結果をもとに対象者や家族と再度相談し、解決すべき課題と優先順位について合意形成を図る。主観的な遂行度・満足度を聞き取る。
3. 『生活行為向上プラン』；生活行為向上マネジメントシートの下段（添付 3）を用いて、生活行為ができるための支援計画を立案する。介入プログラムは、基本プログラム（心身機能に対するアプローチ）、応用プログラム（活動と参加に関する模擬的アプローチ）、社会適応プログラム（実際の環境における適応的アプローチと環境調整）に分け、作業療法士と本人、家族、他の支援者との分担関係を明確にする。
4. 『介入』；実際に、本人の望む生活行為の向上に必要な練習・支援・調整を実際に行う。
5. 『再評価・見直し』；一定期間の介入後に、改めてアセスメントを行い、継続か終了かの判断を行う。継続の場合はアセスメントに沿って計画を見直す。主観的な遂行度・満足度も再度聞き取る。
6. 『終了：課題申し送り』；生活行為申し送り表（添付 4）に生活行為向上マネジメントの実施結果や経過をまとめ、本人の生活支援に関わる介護支援専門員や介護職などの職種に、今後の生活行為の向上に必要な支援の方法などを申し送る。

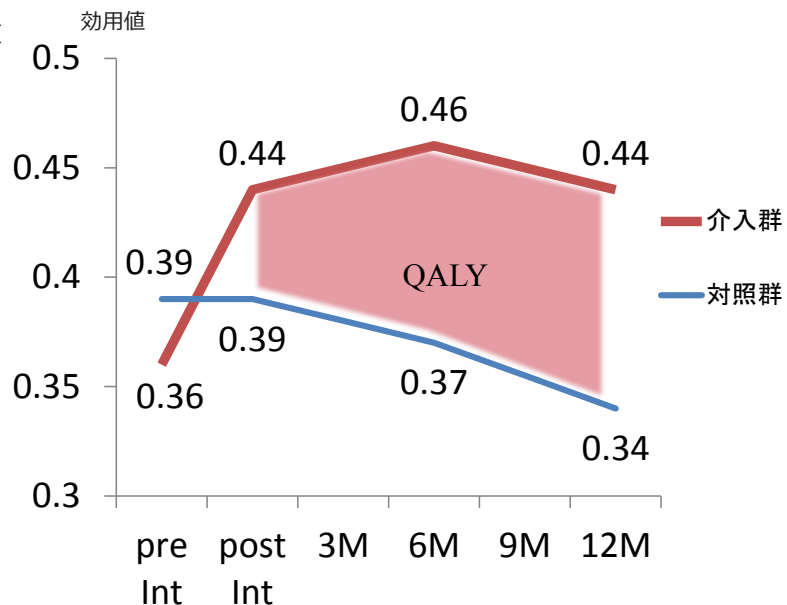
4 効果検証

230 名を対象にランダム化比較試験

（Randomized Controlled Trial：RCT）を実施した。生活行為向上マネジメントによる介入をおこなった群では、介入から 1 年経っても QOL が維持されていたが、対照群は徐々に低下をたどった。

増分費用対効果（Incremental cost effectiveness ratio: ICER）は 23.8 万円/QALY となり、十分な費用対効果が認められた。

（能登真一ら：通所リハにおける「意味のある作業」の費用対効果。日本作業療法学会抄録集（1880-6635）47 回。Page O333, 2013.）



介入後 1 年間の Health Utilities Index
における効用値の変化