

V 生活行為向上のための生活課題分析とその助言のポイント

1. 総論

1) 生活課題分析がなぜ必要か

地域ケア個別会議の定着を進める理由は、ケアプランの質、自立支援を軸としたサービス・事業の実行に課題があるからです。そのためには、アセスメントから支援計画に基づくサービスや事業の実施・インフォーマルサービスの活用まで、この一連の一次的または継続的な支援をワンセットで捉える必要があります。居宅において本人が有する能力を活かした自立的な生活につながっているのか、効果的な取り組みになっているのか、いわゆるお世話型になってないか、今、あるべき介護保険の質を国は本腰で問い始めています。

その質を高めるためには、ケアプランが生活課題を適切にアセスメントし、居宅における ADL、IADL、社会参加活動などについて具体的に働きかける支援実行の流れが必要となります。したがって、ケアマネジャーには生活課題の分析力と戦略的な支援計画力が求められます。地域ケア個別会議ではケアマネジャーの生活課題分析に対して各専門職からの助言を参考にしてケアプランがより精度の高いプランに変わることになります。

作業療法士は専門職の中でも、生活行為の分析と生活行為向上を専門とする立場であり、生活課題分析に対して様々な助言ができる重要な役割を担うことになります。作業療法士の専門である生活行為の視点は「心身機能」「活動と参加」「環境因子」「個人因子」を包括的にアセスメントし、様々な支援を組み合わせながらマネジメントする MTDLP の経験と知識を活かすことが重要です。

2) 人と環境と作業の関係

生活行為（作業）に焦点を当てると、何をどのように行うかは、環境とセットで見ていくことになります。身体障害があっても思うように動けなくても、調整された環境で、興味のある作業を行えば、うまく作業遂行ができることがあります。行う必要があると分かっている作業でも、慎重な性格で自信が無く、道具や環境が整備されていないと、作業遂行はうまくできなかったり、行った作業遂行に満足できないことがあります。作業に焦点を当てるとということは、人と環境と作業がセットになったときに作業遂行がどのようになるかを見つけていくことを意味します（図1）。

人と環境と作業は生活行為（作業遂行）のためにそれぞれが補いながら、その人らしい生活を継続させているとも言えます。作業療法士は、課題となっている生活行為に対して、人と環境と作業の兼ね合いを的確に評価し、作業の予後予測を立て、より効率的・効果的な介入が求められます。対象者の身体の機能回復だけでなく、新たな方法で行為を行うための練習や、福祉用具の利用などの環境調整、実際に行う場所での練習も含めて全体的に必要な練習や支援の検討を行います。生活行為（作業遂行）を向上、継続させることで、人、環境、作業も変化していきます。台所のシンクの高さや使いやすい調理道具の使用をきっかけに大好きだった調理行為が再開、習慣化した人が、立位保持能力や認知機能の改善もその後見られた…といった事例は、環境と作業への助言指導によって心身機能も改善された例であり、このような結果も分析・予測した上で関わっていくことが重要です。

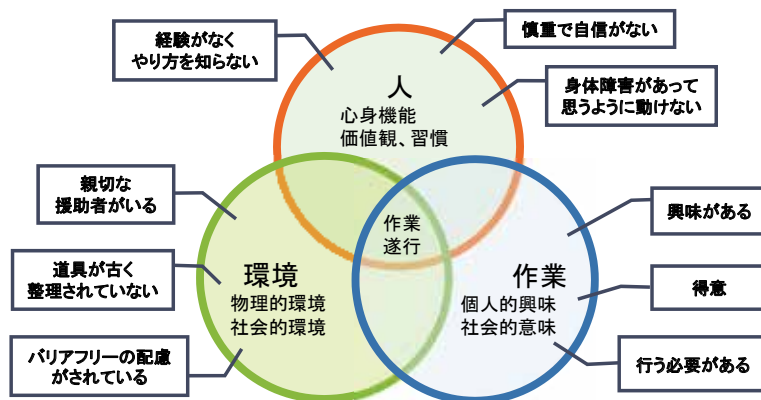


図1 人と環境と作業の関係

3) 生活行為工程分析

ケアプランや作業療法士のアセスメントによって合意された目標となる生活行為に対して、それを実際に行うために必要になる条件を MTDLP の生活行為向上プラン演習シートでは、生活行為を時系列で見る生活行為工程分析として、企画・準備力 (PLAN)、「実行力 (DO)」、「検証・完了力 (SEE)」に分けて考えます (表 1)。

表 1 生活行為工程分析項目

企画・準備力	生活を行うには、「いつ、誰と、どこで、どのような方法で、何の準備が必要か」を事前に考える能力
実行力	実際に実施するうえで必要となる能力
検証・完了力	生活行為を行いながらうまく進んでいるかを検証し、間違いやよりやりよいやり方に途中で気付いて修正する能力、また、しっかり完了できたことを確認し、次の実施につなげることができる能力

生活行為向上プラン演習シートでは、考えた各力を「生活行為工程分析」欄に記入します。「生活行為工程分析」に記した内容を、対象者が現段階でできるものとできないものに分けます。目標とする生活行為を行うためには、「生活行為工程分析」で記した内容のうち「できない」とした内容ができるようになるためのアプローチを考えていきます。前述の「人と環境と作業の関係」でのアセスメントと合わせて、二つの方法を組み合わせて課題分析を進めていきます。

アプローチは生活行為向上に必要な心身機能の維持改善のための練習「基本的プログラム」、具体的生活行為のシミュレーションを伴う活動と参加に関する練習、実際の生活場面を模した、もしくは生活行為そのものの練習「応用的プログラム」、環境因子によって影響を受ける生活行為をその環境で適応できるよう働きかける練習「社会適応プログラム」に分けられます。

作業療法士が実施することは、地域ケア個別会議では「助言」、総合事業では「助言、指導、調整、練習」です。総合事業での「練習」は時限的であり、前述した「応用的プログラム」「社会適応プログラム」を実施することになります。また、通所サービスでは複数の参加者に対応し、生活の場ではないので、この実施は難しいことを考慮しなければなりません。

4) 生活行為向上のための生活課題分析

(1) 地域ケア個別会議への役立て方

事例提供者であるケアマネジャーとサービス事業所担当者が、会議の初めに事例の概要と生活課題を抽出し、ある程度生活課題の焦点化を図った内容について作成したケアプラン等を資料として報告します。作業療法士は、生活行為向上のための生活行為工程分析という専門的観点を基に以下の①～②に関して会議中に質問・助言する必要があります。

①生活課題の抽出から焦点化～目標立てまで適切か (アセスメントに関する助言)

- A 聞き取りなど本人の意向や意欲に基づいているか
- B 人—環境—作業、心身機能—活動と参加の観点から課題の因果関係の捉え方が妥当か
- C 生活課題が具体的な生活行為で捉えられているか
- D 一連の行為のどこができていて、どこができていないのか生活行為工程分析を基に把握し具体的に表現されているか
- E 課題となる生活行為について本人に課題の自覚はあるのか (合意形成過程の確認)
- F 目標立ては本人が自覚できる具体的な生活行為であって、達成指標が確認できる表現になっているか

②支援計画 (目標の達成、生活行為向上のために必要な手段への助言)

- A サービスの種別の選定は自立支援型アセスメントに基づき適切か (お世話型になるリスクはないか)
- B 必要な専門職種の支援や連携が盛り込まれているか
- C 本人のセルフケア、インフォーマルサービスの活用 (情報提供) の可能性はないか
- D 「企画・準備・実行・検証・完了」生活行為工程分析の観点から本人、支援者、環境それぞれについて詳細な助言の必要がないか
- E 生活行為工程分析の見直しから、目標が達成する見込みとしての期間は適切か

(2) 総合事業への役立て方

ここでは短期集中型サービスを想定して説明します。

短期集中型サービスにおける作業療法士の役割は、情報を基にして助言する地域ケア個別会議の場と違

い、事業対象者と直接接することになります。訪問型サービスはもちろん、通所型サービスであっても自宅環境や自宅での生活課題である行為の様子など確認することが推奨されています。地域包括支援センターやケアマネジャー、家族ら支援者と連携を取りながら、事業の中で直接指導、助言、環境整備等実施していきます。

①生活課題の抽出から焦点化～目標立てまで

- A 訪問の前に、基本情報やケアプランから読み取れる生活課題を押さえておく
- B 聞き取りを実施。ケアプラン内容の確認と課題となる生活行為に関する情報を収集する
- C 実際の生活環境の場に入って環境と環境下における生活課題の状況を把握する
- D 人－環境－作業、心身機能－活動と参加の観点から課題の因果関係の捉える
- E 一連の行為のどこができていて、どこができていないのか生活行為工程分析を基に把握する
- F 課題となる生活行為について本人に課題の自覚はあるのか（合意形成過程の確認）
- G 目標立てを本人が自覚できる具体的な生活行為とし、達成指標が確認できる表現とする

②実施計画

- A 「企画・準備・実行・検証・完了」生活行為工程分析の観点から本人、支援者、環境それぞれについて、助言、指導等の計画を立てる
- B 本人のセルフケア、インフォーマルサービスの活用の必要性はないか事業介入終了後を見据えた検討をする

5) ADL・IADLの分析と課題解決

「V 生活行為向上のための生活課題分析とその助言のポイント」では以下のADL、IADL、QOLに分け、「地域ケア個別会議や短期集中サービスで見られる主な生活行為の課題」、「活動がもたらす心身機能への効果」、「活動の一般的な工程と課題に対する助言例」、「活動の多様性と普遍的自立に向けた助言」、「事例」の順に、詳しく説明します。

◎ ADL 5項目 1) 食事 2) 更衣 3) 入浴
4) 排泄 5) 整容

◎ IADL・QOL 5項目 1) 掃除 2) 洗濯
3) 調理 4) 買い物 5) QOL

<ここで取り上げる「活動の多様性と普遍的自立に向けた助言」について>

活動は、環境と作業方法から多様性があり無限です。特に近年ではICT（情報通信技術）の発達、高齢者問題等によって、新しい画期的な道具や方法が日々生まれています。作業療法士は、対象者の生活行為の課題を補う多様な情報を知り得た上で実践できる準備をしておかねばなりません。昨日まで作業遂行ができなかったのが、今日はできる状況かもしれません。

「普遍的自立」は、ある条件でしかできない状況、「限定的自立」の対局の状況を指します。活動範囲の拡がりや、求める活動の質によって「普遍的自立」の形が目標となっていきます。

【文献】

- 1) 一般社団法人 日本作業療法士協会（編）：事例で学ぶ生活行為向上マネジメント，P24-P27，P207-P208，医歯薬出版株式会社，2015.