

I 地域包括ケアシステム参画に必要な生活行為向上

1. 日本作業療法士協会の方針

日本作業療法士協会（以下協会）は、令和4年度に「第四次作業療法5ヵ年戦略（2023-2027）」を策定しました。大きな柱として、「地域共生社会5ヵ年戦略」と「組織力強化5ヵ年戦略」の2本を立てて推進していきます。今回の5ヵ年戦略は、スローガン＞最上位目的＞上位目的＞中位目的＞下位目的＞具体的取組という階層構造になっています。「地域共生社会5ヵ年戦略」のスローガンは、人々の活動・参加を支援し、地域共生社会の構築に寄与する作業療法です。最上位目的は、作業療法士が地域のさまざまな場（医療・介護・福祉・保健・教育・労働・司法等の領域）において、地域に根差しながら、専門職間のつながりはもとより、そこで共に暮らしている健康な人・障害のある人を含む若老男女すべての人を対象に（または協働して）、作業（生活行為）に焦点を当てた支援や調整によって、人と人とのつながり、人との社会のつながりを創り出し、人々の健康と幸福を促進するとしています。作業療法の専門性は何なのかのよう

なニーズに関わるべきなのか未来を見据えた舵は切られているのです。

2. 地域包括ケアシステムが作業療法士に求めていること

そもそも作業療法とは、理学療法士法作業療法士法の中で「～主としてその応用的動作能力又は社会適応的能力の回復を図る～」ことを役割としており、メディカルでありながら実際の生活に近いポジションで活動と参加の支援をする職種と言えます。地域包括ケアシステム構築の大きな鍵は、住民の主体的で自立的生活を維持向上させるためのリハビリテーション専門職の助言や指導、介入です。作業療法士はその中において、「認知機能などの心身機能や入浴動作などのADL、調理などのIADL、余暇活動、道具の選定や環境調整などの能力の見極めや支援方法の助言指導」が期待されています（図1）。

2017年以降、全国すべてで新総合事業が実施され、

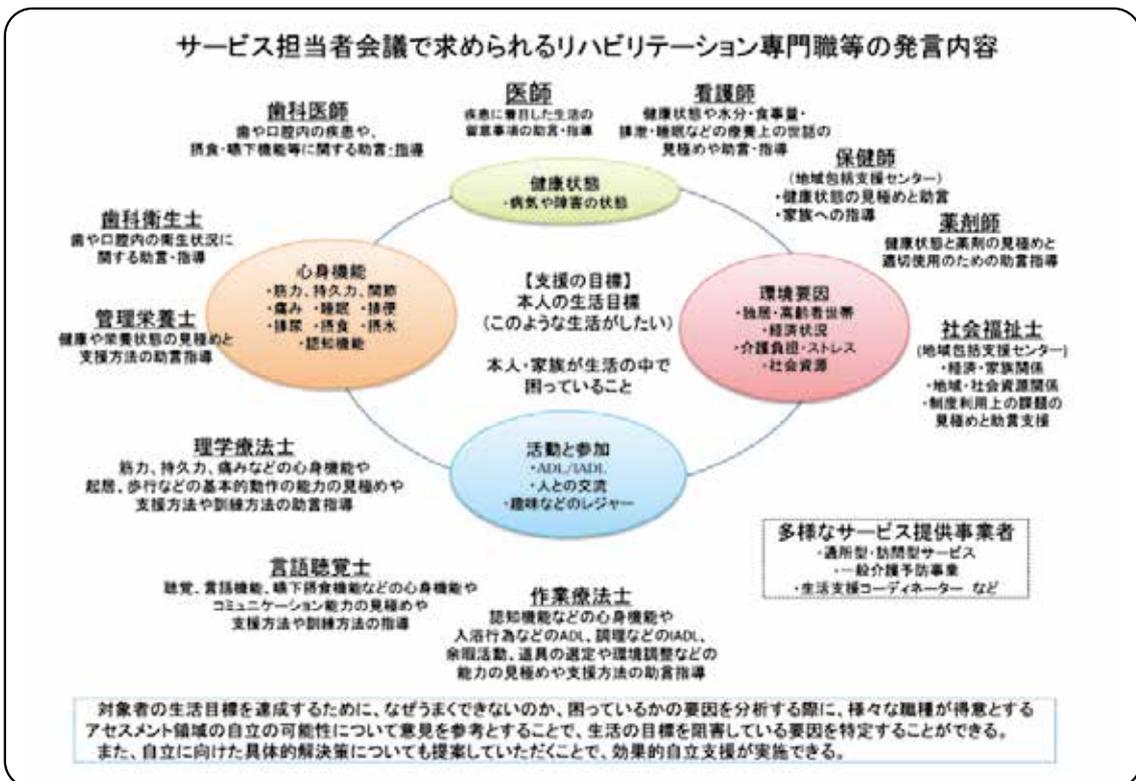


図1 地域包括ケアシステムで求められる作業療法士の専門性

介護予防の水際はより元気な高齢者へ押し広げられました。心身機能へのアプローチに偏らない活動と参加に向けたリハビリテーションの概念が重要であり、リハビリテーション専門職の介入が期待されています。そのため、総合事業における作業療法士の役割は実に多様となります（図2）。本誌ではこのような多様な関わりについて具体的な介入方法をご紹介します。

3. 生活行為向上

2015年3月、「生活行為」は国の言葉として定義され、2015年4月、通所リハビリテーションに、「生活行為向上リハビリテーション実施加算」が新設されました。一言で言うと、リハビリテーション専門職が

生活行為の向上を図り、6ヶ月間でサービスを終了とする介入です。2018年4月の医療・介護同時改正でこの加算は、対象を要介護から要支援へ広げる制度変更がありました。また、医療・介護それぞれのリハビリテーション計画書書式の同一化が実施されました。このような経過から分かるのは、医療でのリハも介護領域でもどのような障がいの過程であれ、生活課題を解決に向け、その人らしい生活を地域で継続していくために地域生活を見据えた働きかけを継続していくことが求められていることです。生活行為は個人のADL、IADL、活動と参加の形・質であり、「生活行為向上」はリハビリテーションが目指す「生活の復権」、「QOLの向上」そのものと言えます。表1の用語の定義を参考にして下さい。

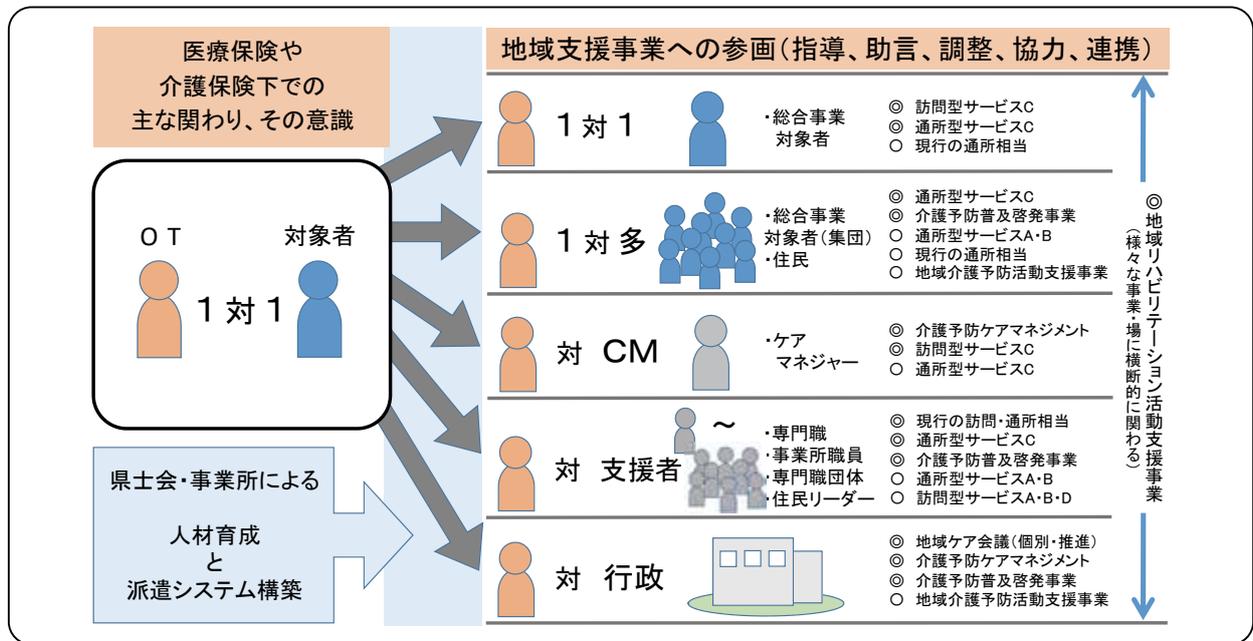


図2 地域支援事業における作業療法士の関わり方、その多様化

表1 生活行為向上マネジメントの関連用語

用語	定義
生活行為 (Daily life performance)	人が生きていく上で営まれる生活全般の行為と定義する。生活全般の行為とは、セルフケアを維持していくための日常生活動作（ADL）の他、生活を維持する手段的日常生活動作（IADL）、仕事や趣味、余暇活動などの行為すべてを含む（作業療法関連用語解説集 改訂第2版 P65, 2011. より） 個人の活動として行う排泄する行為、入浴する行為、調理をする行為、買い物をする行為、趣味活動をする行為等の行為をいう（厚生労働省 介護報酬（訪問通所サービス等）の実施上の留意事項について。老企第36号第2の8（12）, 2015より）
生活行為向上 (Improvement of daily life performance)	各生活行為について利用者が本来もっている能力を引き出し、在宅生活で実際にその能力を活かすこと、もしくは活かされよう、身体的・精神的な支援を行うこと。
生活行為向上マネジメント Management tool for daily life performance)	生活行為向上を図るために必要な要素を分析し、改善のための支援計画を立て、それを実行すること。

4. 生活行為向上マネジメント (MTDLP)

協会は、前述した「生活行為向上リハビリテーション実施加算」ができる7年前から作業療法の「作業」と「生活行為」を同義語と捉え、厚生労働省老人保健健康増進等事業に取り組み、生活行為向上マネジメント（以下 MTDLP）を研究・開発、平成27年度から MTDLP 研修制度を実施し、普及推進してきました。生活行為向上は作業療法の目的であり、そのための専門的介入ができるのが作業療法士なのです。専門的介入のベースとして活用したいのがこの MTDLP です。MTDLP を詳しく学ぶためには、MTDLP 研修を履修すること、協会が出版している関連書籍等を熟読されることをお勧めします。

本誌作成に当たっては、地域包括ケアシステムへの

作業療法士参画に必要な専門的介入の助けになるよう MTDLP の概念、プロセス、視点、ツールをどのように参画に活用するかを文中に表すことを念頭に作成しています。

5. 介護予防アセスメントの在り方と MTDLP の活用のポイント

国が示す「介護予防アセスメントの在り方」の中で述べられていることは非常に重要なことです。

MTDLP はここに書かれていることを、具現化、プロセス化し、対象者や支援者に対して見える化したツールと言えます。作業療法士は MTDLP の概念、具体的手段を常に念頭に置きながら地域支援事業に専門的に関わることが求められます（表2）。

表2 介護予防ケアマネジメントと MTDLP

<p>国が示す「介護予防アセスメントの在り方」</p> <p>出典 平成27年度 地域包括推進事業 介護予防ケアマネジメント実務者研修資料（平成28年2月）</p>	<p>介護予防アセスメントの在り方を具現化している MTDLP</p>
<p>利用者の臨む生活（＝「～したい」）という意欲も踏まえ、自立支援に向けた動機付けをいかにするかが重要。</p>	<p>聞き取りシート、興味関心チェックシートを活用して簡潔に主体的で具体的な意向を把握できます。そこには動機づけを同時に進める聞き取り技術が OT に求められます。</p>
<p>高齢者自身が、要介護状態とならないための予防やその有する能力の維持向上に努めるよう、日常生活上の課題とその原因、介護予防の取り組みを行うことによる状況改善のイメージなどについて、利用者が気づき、ケアマネジメント実施者と共有したうえで、本人のセルフマネジメントを推進していく視点でそのプロセスを進める。</p> <p>利用者が自分の課題に気づき、そこから「したい」「できるようにになりたい」という意欲につなげ、具体的な生活を実現できるための取り組みが必要。</p>	<p>対象者が、自ら課題に気づくには、より良き説明者が必要です。MTDLP のアセスメントは人－作業－環境のモデルと ICF の枠組みで阻害因子や強みから予後予測を立て達成可能な目標（支援を受けた後の状況改善のイメージ）を対象者に分かりやすく説明した上で合意を取る手続きとなっています。</p>
<p>そのような支援を通して、利用者による主体的な取り組みを支援し、できることはできるだけ利用者本人が行いながら、できない部分を支援し、利用者の自立を最大限引き出すよう支援をすることが求められる。</p>	<p>MTDLP のプランは課題となる生活行為の工程を分析し、できるようになるための道筋を人－作業－環境の視点で検討していきます。</p> <p>できることはできるだけ利用者本人が行いながら、できない部分を支援し、利用者の自立を最大限引き出すように進める考えは、その見極めが重要となります。作業分析は OT の専門領域内でもより専門性が発揮できる場所です。</p>
<p>そのうえで、地域の力を借りながら、新しい仲間づくりの場や楽しみとなるような生きがい活動の場への参加に焦点を当て、できるようになった生活行為の維持に引き続き取り組むところまで結びつけるケアマネジメントが求められる。</p>	<p>MTDLP は目標立案の際、地域の力を借りながら、新しい仲間づくりの場や楽しみとなるような生きがい活動の場への参加していくことにも焦点を当てています。実際の社会資源である活動や環境の場を分析し、生活行為向上プランシートを使って地域住民も支援者として協力依頼する等、マネジメントしていきます。</p>
<p>利用者の状況に応じて、様々なサービスや介護保険制度外の住民の健康づくり活動等の利用や、予防給付、介護給付とも切れ目のない支援を行うような配慮も必要。</p>	<p></p>