

# 通所型作業療法 実践の流れ

## 前期 (利用時～1 カ月以内)

## 中期 (1 カ月～2 カ月以内)

## 後期 (2 カ月～3 カ月以内)

## 3 カ月後

### 目的

**脳卒中モデル**：疾病により障害された心身機能の回復のほか、生活能力の回復に向け、支援する時期  
**廃用モデル**：廃用症候群により支障のある生活機能を明確にするとともに、心身機能の回復に働きかける時期  
**認知症モデル**：認知機能が低下しても残存する心身機能を把握し、残存機能を強化、回復させる時期

- 身体機能についてはセルフケアに向けて指導する時期
- 生活における利用者にとって意味のある作業が実現できるために利用者とともに具体的計画を立案する時期
- 通所では模擬練習が開始される時期

- 訪問による在宅での実践指導
- 在宅での実践を確認しつつ、社会参加に向けて、確認しつつ支援する時期
- 地域の介護支援専門員、ヘルパー等連携しつつ、社会適応を推進する時期

- 地域への社会参加に向けての社会資源情報の提供
- 地域のスタッフとの連携

### 基礎練習

- 筋力、筋持久力、ストレッチ練習
- 姿勢・肢位のバランス、支持性強化練習
- 両手動作、リーチ練習、巧緻性を高める練習
- 音声・文字言語の表出訓練 など
- 不安や興奮などの情動機能への訓練
- 認知機能改善トレーニング
- 高次脳機能訓練プログラム など

- セルフケアを目的としたストレッチや体操の習慣化に向けた練習
- 生活の中での身体活動量維持・増加に向けての助言・具体的指導



### 基本練習

- 歩行・階段昇降、移乗、床、椅子からの起居練習
- 道具の操作練習、目と手の協調性練習
- あいさつやソーシャルスキルトレーニングなどの対人関係技能練習

- 地域の介護予防教室の紹介
- 地域のトレーニング教室の紹介

### 応用練習

- 歩行車などを活用した移動・運搬練習
- トイレ、入浴、更衣などのADLの模擬的な生活行為練習
- 編み物、縫い物、習字、囲碁、ゲーム、スポーツなどの個人の好きな余暇的作業の練習

- 屋外や坂道などの応用歩行練習、畑、園芸の練習
- エレベーターなどの利用練習、車やバスへの昇降練習
- 調理、掃除、洗濯、整理整頓方法などの家事等の模擬的な生活行為練習
- 買い物・家計管理などの生活行為の練習
- パソコンなど新たな生活用具の活用練習
- 職業前訓練

- 地域のカルチャー教室の紹介
- ボランティア育成講座の紹介

### 社会適応練習

- 利用者にとって必要な生活行為・意味のある作業と生活目標の明確化
- 生活時間・リズムの組立練習



- 施設の中で役割を担当し、遂行する練習
- 集団で活動することの練習
- 在宅での実践や地域への社会参加をイメージし、具体的実践に向けた課題を明確化することと計画づくりの練習

- 店での買い物、散歩など外出練習
- 公共交通機関の利用練習
- 在宅でのトイレ、入浴行為の実践指導
- 在宅での調理、掃除など家事の実践指導
- 草むしり、園芸、畑などの実践指導
- 家族を含めた、実施方法の指導
- 介護支援専門員、ヘルパー等への指導

- 在宅での実践をモニタリング・再指導
- 家族との実践
- 介護支援専門員との連携

# 通所型作業療法

## Day Occupational Therapy

本マニュアルは、地域で生活している方が通所によって、その人個人にとって意味のある作業を回復するための効果的・効率的な作業療法を、「人は作業をすることで健康になれる」のモデルのもと、その実践方法を示します。なお、このマニュアルは介護保険での通所リハビリテーションおよび通所介護など通所型サービスに従事する作業療法士向けとして作成しています。

### ●通所型では入院・入所と異なり、作業療法のアプローチにどのような特徴があるの？

作業療法の提供方法には、形態で、入院・入所、通所、訪問の3つの方法があります。

- 入院・入所は、一定の期間、24時間の集中的な回復練習を行います。
- 通所型は、より生活に身近な場所でIADLや社会生活の回復を目的に、集中的に反復的練習を行うことで、低下または支障となった作業遂行技術・能力を高めます。
- 訪問型は、在宅での適合を目的に対象者の自宅に訪問し、実際の生活の場面でいきます。

### ●どんな人が通所型作業療法の対象となるの？

- 病気による入院から退院間もなく、在宅生活に自信のない方または入浴、トイレ行為など日常生活や家事などのIADLの自立を希望される方
- 老化などで家事や外出などの日常生活の自立を希望される方
- 身体や精神機能に障害があり、機能低下が再び生じ、日常生活に支障が出てきて、再訓練を希望される方

### ●どんな作業療法が提供されるの？

支障が出てきた日常生活の中の具体的作業ができるようになるために、次頁の表に示すように、基礎、基本、応用、社会適応練習を段階的に導入し、利用者にとって意味のある作業の実現に向けてアプローチを行います。

- 基礎：筋力・持久力練習、巧緻性・協調性練習、ストレッチ
- 基本：歩行、起居動作、トイレや入浴動作練習
- 応用：トイレや入浴、更衣行為などADLや調理や掃除、金銭管理などのIADLの模擬練習、編み物や書字、園芸などの余暇活動練習
- 社会適応：訪問による自宅での調理、掃除、外出、買い物練習、自助具の利用や福祉用具の評価・適合指導、地域の介護専門職との連携



編集責任者 村井千賀