



講義資料②

参加目標の発見と達成のための支援方法

# ■参加目標の発見と達成のための支援方法

～ SIOSに基づく

適切なアセスメントと意向の確認～



株式会社楓の風

渡辺明子

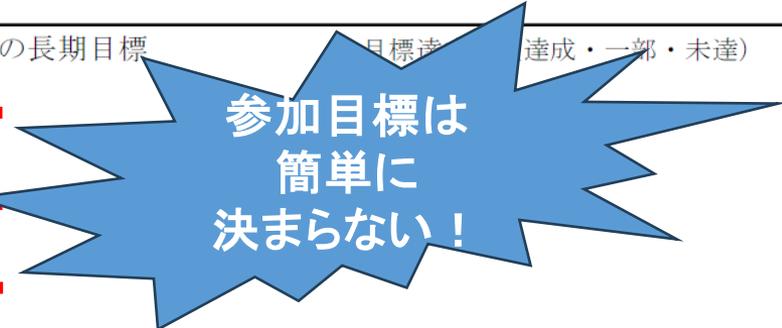
Meiko Watanabe

(社会福祉士)

# R3年4月から、個別機能訓練計画書には、 **(機能)** **(活動)** **(参加)**の目標を設定することになった！

## II 個別機能訓練の目標・個別機能訓練項目の設定

### 個別機能訓練の目標

機能訓練の短期目標（今後3ヶ月） 目標達成度（達成・一部・未達） （機能）	機能訓練の長期目標 （機能）	目標達成度（達成・一部・未達）
_____	_____	
（活動）	（活動）	
（参加）	（参加）	

※目標設定方法の詳細や生活機能の構成要素の考え方は、通知本体を参照のこと。 ※目標達成の目安となる期間についてもあわせて記載すること。  
※短期目標（長期目標を達成するために必要な行為）は、個別機能訓練計画書の訓練実施期間内に達成を目指す項目のみを記載することとして差し支えない。

**【機能】**: 下肢筋力の向上。

**【活動】**: 歩行能力の向上。転倒予防。

**【参加】**: ……「この体じゃ無理」。

誰が見ても、  
そうであった方がよい。

参加目標を自己決定するのは難しい。

だからって

「デイサービスで利用者スタッフと交流する。(d710 基本的な対人関係)」

でいいの？

## 【素敵な参加目標例】

- ・喫茶店にモーニングを食べに行きたい。
- ・防犯パトロールボランティアを続けたい。
- ・孫の運動会を見に行きたい。
- ・パソコンでSNSをやってみたい。
- ・図書館で本を借り読書したい。

古い

病

障害



物忘れ

「この体じゃ無理」  
「歩けるようにならないと何もできない」

スタッフも、デイの利用者には無理だと思っている・・・？

無理じゃない！  
歩けなくてもできる！

発想の転換  
支援方法の工夫

デイサービスの利用者が、参加目標を **決定** するためのポイント  
**達成**

## 1. 方法や手段の工夫

やり方を  
工夫する

参加目標を達成するには…

回復するまで  
待てない

身体機能の回復だけで達成を目指さない。  
元気な時と同じようにできることだけを目指さない。  
い。

**体が動かなくても、できる方法はある！**

利用者の諦めの気持ちが緩和していく。

LIFEに提出する個別機能訓練計画書 支援コードのバリエーションを参考に

【支援コード2024

16種類

【支援コード2021

53種類

支援項目

No. 支援内容

1	未選択
2	関節可動域訓練
3	筋力増強訓練
4	持久力訓練
5	バランス訓練
6	上肢機能訓練
7	疼痛緩和
8	基本動作訓練
9	歩行訓練
10	ADL訓練
11	IADL訓練
12	摂食嚥下訓練
13	言語・聴覚訓練
14	高次脳機能訓練
15	認知機能賦活
16	レクリエーション
17	支援・調整
18	その他

2. 動作の習熟・方法の工夫 ADL

15. 姿勢転換（保持）を向上する
16. 起居・移乗動作を向上する
17. 歩行・移動動作を向上する
18. ものを運ぶ動作を向上する
19. 入浴動作を向上する
20. 整容動作を向上する
21. トイレ動作を向上する
22. 更衣動作を向上する
23. 食事動作を向上する
24. 痛みの少ない動作を修得する

3. 動作の習熟・方法の工夫 IADL

25. 交通機関の利用に慣れる
26. 安全な買い物の方法を修得する
27. 実用的な調理方法を修得する
28. 食器を片付ける方法を修得する
29. 洗濯と乾燥の方法を修得する
30. 安全な掃除の方法を修得する
31. その他の家事の代替手段を修得する
32. 家庭用品の扱い方法を修得する
33. 住居・家具の手入れ方法を修得する
34. 植物等の手入れ方法を修得する
35. ペットを世話する方法を修得する

1. 心身機能の支援

1. 呼吸機能を向上する
2. 全身持久力を向上する
3. 関節の可動域を改善する
4. 筋力を維持・増強する
5. 筋緊張を緩和する
6. 筋持久力を向上する
7. 運動の協調性を向上する
8. 疼痛を緩和する
9. 発声・発話機能を改善する
10. 音を聞き分ける機能を改善する
11. 咀嚼や飲み込む機能を改善する
12. 行為を順序立てて行う機能を改善する
13. 空間の認知や探索する機能を改善する
14. 言語の表出と理解の機能を改善する

4. 知的・精神機能の向上 環境の支援

36. 模倣・繰返しで学習する能力を改善する
37. 読む機能を改善する
38. 書く機能を改善する
39. 計算機能を改善する
40. コミュニケーション機能を改善する
41. 自身で問題を解決する手段を修得する
42. 自身で意思決定する手段を修得する
43. 日課を遂行する手段を修得する
44. ストレスに対処する手段を修得する
45. 行動を遂行できるという認知を高める
46. 自己の能力を正しく認識する
47. 健康などへの取組みを自身で管理する
48. 生活行為の向上に役立つ情報を提供する
49. 適切な方法で他者と交流する練習をする
50. 余暇活動を実行する練習をする
51. 仕事の全体（一部）の動作練習をする
52. 家屋環境や人的環境の調整をはかる
53. 家族等に介護方法の助言・指導を行う

# デイサービスの利用者が、参加目標を **決定** するためのポイント **達成**

## 2. 利用者の言葉を引き出すアセスメント

参加目標を  
自己決定するには・・・

元気な頃のお話から  
その人らしさを感じたい

できないこと探し  
で終わらない

アセスメントは、  
ADL・IADLの【現状】(できる・できない)の評価で終わらない。

お元気だった【以前】の生活や活躍の様子を  
利用者が思い出し、自分の言葉で伝える機会。

その人らしさを実感できる。  
望むこと、伝えること、ができるようになる。

SIOSの活用

# ★LIFEが求める主な評価項目★

赤字は必須項目

## ■科学的介護に関する評価

【利用者情報】(氏名・生年月日・性別・保険者番号・被保険者番号)

【基本情報】(要介護度・障害自立度・認知症自立度・評価日・評価時点)

【総論】(診断名・緊急入院の状況・服薬情報・家族の状況・BI・サービス利用終了理由)

【口腔・栄養】(身長・体重・義歯の使用・むせ・歯の汚れ・歯肉の腫れ 出血)

【認知症】(認知症の診断・生活認知機能尺度・Vitality Index(一部必須)・DBD13)

【その他】(ICFステージング)

## ■個別機能訓練加算を算定する場合

生活機能チェックシート

興味関心チェックシート

LIFEにおける評価の目的:

エビデンスに基づいた介護の推進。

介護に関するさまざまなデータを収集し、それを分析してフィードバックすることで、介護の質の向上を図る。

バーサルインデックス		
1. 食事	自立	10点
2. 車椅子からベッド	自立	15点
3. 整容	自立	5点
4. トイレ動作	自立	10点
5. 入浴動作	部分介助	0点
6. 平面歩行	45m以上の歩行	15点
7. 階段昇降	介助または監視	5点
8. 更衣動作	部分介助	5点
9. 排便の管理	失禁なし	10点
10. 排尿の管理	失禁なし	10点
合計		85点

3月に一度評価する。

何ができ、何ができないのか。できるのに、していないことはないか。

## 知りたいのは、ADL IADL の概要(自立・一部介助・全介助)ではない

ADL状況 問題行動	歩行	外出機会が減り、足がだいたい弱ってしまったと感じる。	入浴	自立
	排泄	自立	着脱衣	自立
	食事	自立	整容	自立
	視力	問題なし	問題行動	なし
	聴力	問題なし	言語	問題なし
	意思疎通	問題なし	認知症状	なし
	家事	一人暮らし、サービス使わず、一人分の家事を行っている。		
疾患名	右変形性膝関節症OPE(H21.10)、左大腿部頸部骨折術(H23)、左変形性膝関節症(H23)、腰部脊柱管狭窄症(H25.10)			

- ・この体、この痛み、この環境で、どうやって「自立」させているのか。
- ・どのような苦労や創意工夫をしているのか。
- ・その活動をどれほど大切に思っているか。
- ・いつまで介助なしでできていたのか。なぜできなくなったのか。
- ・どのような「一部介助」を、誰に、どのくらいの頻度でしてもらっているか。
- ・手伝ってほしいと思っているが頼めないでいることはあるか。
- ・なぜ頼めないのか。

**大切なこと＝利用者が面接者に伝える(表明する)機会そのもの。**

# 病名ではなく、 病気が生活に与えた影響をうかがいたい

## 病歴

病名(メインリストに表示)

頰椎症(2016年)、脊柱管狭窄症、脳梗塞(1991年)

その年に、その疾患を患って、どのように生活が変化したのか。  
その時、どんな思いで生きておられたか。  
どんな思いでご家族は支えておられたか。

【利用者の思いを聴取しまとめた生活歴の一部】 ⇒ **デイ利用の目的が明確になる**

脳梗塞を発症したのは31歳の時で、2か月半ほど入院した。発症時は郵便局で内勤(宅急便や小包の担当)をしていたが、病気をきっかけに退職。**郵便局の仕事は自分に向いていると感じていたので本当は続けたかったが、これまで通りの仕事ができないことで、退職するしかない状況だった。**その後いくつか別の職を経験したが自分がやりたい仕事に就く事は難しく、軽作業(検品や付録の袋詰めなど)を単発で行った。最後に就いたのは清掃業務(アルバイト)。市の施設などで行っていたが、膝の変形、痛みが酷くなりH23年頃に退職。**身体機能が回復したらまた仕事に就きたいと考えている。**

**アセスメントは見学時から、記録する。  
現状の把握にとどまらず、以前の生活を伺う。**

**(1) サービス利用のきっかけ。**

利用に至るまでの経過。  
マイナスのエピソードへの理解と共感。

**(2) サービスを利用するきっかけ以前の生活。(過去)**

**【生活歴・参加・役割・知人友人との交流】**

**→SIOS設問3, 5, 6 の「以前」**

- ・家庭での役割、活躍
- ・趣味や特技、地域活動やボランティア活動
- ・家族との余暇活動
- ・知人や友人との交流

**(3) 生活動作で解決すべきことはなにか。(現状)**

**【ADL・IADLの具体的な状況】**

**→SIOS設問1, 2, 4 や3. 5. 6の「現在」**

- ・移動範囲、移動手段(一人での)
- ・移動範囲、移動手段(介助者との)
- ・外出先、外出頻度
- ・セルフケア: 入浴、排せつ、食事、爪切り、歯磨き、受診
- ・家事: 調理、買物、掃除、洗濯、ゴミ捨て
- ・運動習慣: 外に歩きに行くこと、家の中で行っている運動  
\*歩行や転倒歴 など

**(4) どんな生活(参加・役割)を目指すか。(未来)**

**→(1)～(3)を踏まえ、目標設定**

**【見学時の支援経過記録】**

膝や腰の痛みが悪化し入院して手術をしてから5年が経過したところ。ここに来て体の痛みや動かしにくさが強くなってきたため、リハビリをしたいと考えた。

学校を卒業してから郵便局で働き、やりがいを感じてがんばっていたが、31歳で脳梗塞を発症し、右半身に軽度の麻痺が残ったため、仕事は退職。その後障害者雇用でいろいろな仕事をしてきた。趣味はリハビリを兼ねて始めたプラモデル作り。職業訓練を受けたときの友人がおり、その人に現在の2ブロックのヘアスタイルをすすめられ、気に入っている。

膝や腰の痛みが悪化し、歩いて外出することが億劫に感じるようになった。家の中のことはまだ大丈夫だが、外に出て活動する機会がこのままでは減ってしまうのではないかと危機感を覚えた。

**目標候補:**

身体機能が低下していく生活の悪循環を止めたい。体を整えて、週1でもいいから仕事をしたい。友人との外出を続けたい。

機能		活動		参加	
コード	名称	コード	名称	コード	名称
b110	意識機能	d410	基本的な姿勢の変換	d630	調理
b114	見当識機能	d4153	座位の保持	d6400	衣服や衣類の洗濯と乾燥
b130	活力と欲動の機能	d4154	立位の保持	d6402	居住部分の掃除
b134	睡眠機能	d550	食べること	d6405	ゴミ捨て
b710	関節の可動性の機能	d420	乗り移り(移乗)	d650	家庭用品の管理
b730	筋力の機能	d520	身体各部の手入れ	d4602	屋外の移動
b280	痛みの感覚	d530	排泄	d570	健康に注意すること
b440	呼吸機能	d510	自分の身体を洗うこと	d860	基本的な経済取引
b455	運動耐用能	d450	歩行	d620	物品とサービスの入手
b510	摂食機能	d4551	上り下りすること	d470	交通機関や手段の利用
b167	言語に関する精神機能	d540	更衣	d6505	屋内外の植物の手入れ
b310-399	音声と発話の機能	d465	用具を用いての移動	d6506	動物の世話
b140	注意機能	d430	持ち上げることと運ぶこと	d475	運転や操作
b144	記憶機能	d440	細かな手の使用	d240	ストレスとその他の心理的要求への対処
s810-899	皮膚及び関連部位の構造	d445	手と腕の使用	d210	単一課題の遂行
99999999	その他	d360	コミュニケーション用具および技法の利用	d220	複数課題の遂行
		d630	調理	d230	日課の遂行
		d6400	衣服や衣類の洗濯と乾燥	d920	レクリエーションとレジャー
		d6402	居住部分の掃除	d660	他者への援助
		d6405	ゴミ捨て	d710	基本的な対人関係
		d650	家庭用品の管理	d910	コミュニティライフ
		d4602	屋外の移動	d850	報酬を伴う仕事
		d570	健康に注意すること	d855	無報酬の仕事
		d860	基本的な経済的取引	9999	
		d620	物品とサービスの入手		
		d470	交通機関や手段の利用		
		d6505	屋内外の植物の手入れ		
		d6506	動物の世話		
		d240	ストレスとその他の心理的要求への対処		
		d210	単一課題の遂行		
		d220	複数課題の遂行		
		d230	日課の遂行		
		d920	レクリエーションとレジャー		
		99999999	その他		

2021版は94種類

2024版ICFコード

**71種類**

**b～ 心身機能**

d100～学習と知識の応用

d200～一般的な課題と要求

d300～コミュニケーション

d400～運動・移動

d500～セルフケア(ADL)

d600～家庭生活(IADL)

d700～対人関係

d800～主要な生活領域(就労/教育)

d900～コミュニティライフ/市民生活/社会生活

## 2. 社会的自立支援アウトカム尺度 ( SIOS ) の使い方

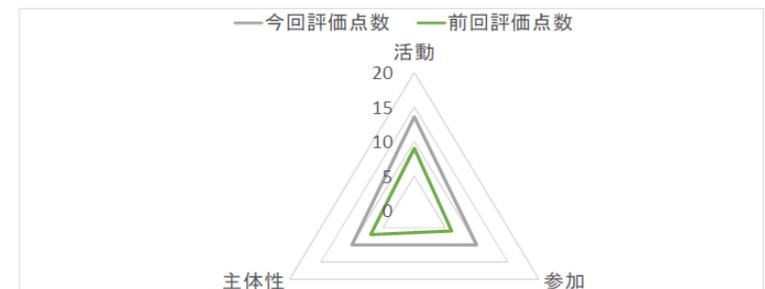


# 社会的自立支援アウトカム尺度 Ver.4.1

## Social Independence Support Outcome Scale

下位尺度	評価項目	配点	最高点
活動 (Activities)	設問 1 : 移動範囲 (Moving range)	1-5点	20点
	設問 2 : セルフケア (Self-care)	1-5点	
	設問 3 : 家事 (Household tasks)	1-5点	
	設問 4 : 運動習慣 (Exercise habit)	1-5点	
参加 (Participation)	設問 5 : 家庭での役割 (Role in the family)	0-10点	20点
	設問 6 : 社会参加 (Participation in society)	0-10点	
主体性 (Identity)	設問 7 : 自己効力感 (Self - efficacy)	0-4点	20点
	設問 8 : 他者とのかかわり (Commitment and engagement)	0-4点	
	設問 9 : 知識と理解 (Knowledge and understanding)	0-4点	
	設問 10 : 主体的意思決定 (Self-decision making)	0-4点	
	設問 11 : 自己管理 (Personal control)	0-4点	

評価項目	今回評価点数	前回評価点数
活動	13.6 点	9 点
参加	10 点	6 点
主体性	10 点	7 点



# S I O S の利点 1 :

## 設問 1 ～ 6 : 各項目はすべてICFコードに紐づく

利用者がデイサービスを利用せざるを得なくなった経過やお元気であった頃のご活躍の様子を具体的に把握できる。取り戻したい生活行為や社会参加の機会が明確になり、具体的な目標設定ができる。

- 潜在的能力に関する情報を効率よく探索
- 価値観や過去の経験の聴取に誘導

下位尺度	評価項目
活動 (Activities)	設問 1 : 移動範囲 (Moving range) 設問 2 : セルフケア (Self-care) 設問 3 : 家事 (Household tasks) 設問 4 : 運動習慣 (Exercise habit)
参加 (Participation)	設問 5 : 家庭での役割 (Role in the family) 設問 6 : 社会参加 (Participation in society)

対応ICFコード
①d850 : 報酬を伴う仕事 ⑬d9202 : 芸術と文化 ②d855 : 無報酬の仕事 ⑬d9203 : 工芸 ③④d9100 : 非公式の団体 ⑭d9204 : 趣味 ⑤⑥d9101 : 公式の団体 ⑭d9200 : 遊び ⑦d9102 : 式典 ⑮d930 : 宗教とスピリチュアリティ ⑧d839 : その他の特定の教育 ユアリティ ⑨d155 : 技能の修得 ⑯⑰d950 : 政治活動と市民権 ⑩d9205 : 社交 ⑪d9208 : その他の特定のレクリエーションとレジャー ⑱d750 : 非公式な社会的関係 ⑫d9201 : スポーツ ⑱d3600 : 遠隔通信用具の利用

## S I O S の利点 2 :

設問 7 ~ 1 1 を通して、

利用者が抑圧された思いや本音を表明することができる。  
サービスの利用（提供）の目的は、利用者自身が、  
活動的で、主体的であると思える生活を目指すことだと自覚できる。

- 対象者自身も抑圧された意志を再発見
- 対象者と支援者が協働で目標を発見・共有

<b>主体性 (Identity)</b>	設問 7 : 自己効力感 (Self - efficacy) 設問 8 : 他者とのかかわり (Commitment and engagement) 設問 9 : 知識と理解 (Knowledge and understanding) 設問 10 : 主体的意思決定 (Self-decision making) 設問 11 : 自己管理 (Personal control)
---------------------------	--

7. ご自身の健康や生活にさまざまな問題があっても、自分は活動的な生活を送っていると思いますか？ 該当する位置に○をつけて下さい。



事例:

年齢 : 84歳

介護度 : 要介護1

家族構成: 妻、娘家族(夫、子)と2世帯同居。

病歴 : 大腸がん(H2,H17)、右ひざ痛、ヘルニア、糖尿病、前立腺肥大、難聴(両耳補聴器)

生活歴 : 東北出身。病院や施設の事務職として65歳まで働いた。退職後も職場の同僚や、行きつけの飲み屋の常連客との交流や、ボーリング、テニス、野球、釣り、などを楽しんできた。コロナの流行から、友人との交流や外出機会が減り、身体機能の低下を感じ、介護保険の申請をした。家族仲がよく、デイ利用中に蔵書の川柳の本を読んで、面白い作品をメモして帰り、妻への土産にしている。

身体機能・ADL	
項目	値
握力(右)	29.6 kg
握力(左)	26 kg
歩行速度	53.3 m/分 5m5.63秒
TUG	10.46 秒
cs-30	8 回
バーサルインデックス	
1. 食事	10 点
2. 車椅子からベッド	15 点
3. 整容	5 点
4. トイレ動作	10 点
5. 入浴動作	5 点
6. 平面歩行	15 点
7. 階段昇降	10 点
8. 更衣動作	5 点
9. 排便の管理	10 点
10. 排尿の管理	10 点
合計	95 点

■ 基準値を下回る身体機能

FFD(指床間距離テスト)  
31cm



## 設問1 移動範囲

該当するものすべてに印をつけて下さい。介護者や同伴者の有無は問いません。

- 自宅から一番近い店に買い物に出かけられる
- 自家用車に同乗、またはタクシーで市区町村の外まで出かけられる
- バスや電車で市区町村の外まで出かけられる
- 鉄道や飛行機で遠方まで出かけられる(乗車・搭乗1時間以上)
- 自分で自転車、または自動車を運転して移動できる

一人で出かけることはない。時々家族について買い物には行く。医者が近所になり、バスや電車に乗ることはない。シルバーパスをもっているから使って出かけたかったのだが。免許は返納済み。

家族と外出はできている  
けど、一人でぷらっと  
出かけたかったのだろうな…

## 設問2 セルフケア

該当するものすべてに印をつけて下さい。

- ひとりで入浴またはシャワー浴ができる
- ひとりで歯磨きと手足の爪切りの両方ができる
- ひとりでトイレを済ますことができる
- ひとりで着替えができる
- ひとりで食べ物が食べられる
- ひとりで健康診断や予防注射が受けられる

爪切り: 足も手も妻に切ってもらう。手は自分で切れるけどやってもらう。

着替え: 靴下やズボンは自分では履けない。

体がかたくて、足先に手が届かない。妻の介助あり。

入浴: 一人で行っている。気にかけてくれているとは思うが。



道具を使えば  
一人でも着替えは  
できそう!

## 設問3

以下の1)から5)の質問で、3つの中から該当するもの1つに印をつけて下さい。  
 (自分でするほうが多い場合は「いつも」、週に1度程度なら「たまに」を選びます)  
 「以前」の実施状況と、「現在」の実施状況を、それぞれ記入して下さい。

自分で調理をしていますか？

以 前

- いつも  
 たまに  
 しない

現 在

- いつも  
 たまに  
 しない

自分で調理の材料を入手していますか？

以 前

- いつも  
 たまに  
 しない

現 在

- いつも  
 たまに  
 しない

設問3

自分で衣服の洗濯と乾燥をしていますか？

以 前

- いつも  
 たまに  
 しない

現 在

- いつも  
 たまに  
 しない

自分で家の掃除をしていますか？

以 前

- いつも  
 たまに  
 しない

現 在

- いつも  
 たまに  
 しない

自分で生活ゴミを捨てていますか？

以 前

- いつも  
 たまに  
 しない

現 在

- いつも  
 たまに  
 しない

手伝おうか？という  
 と、  
 危ないからいい、  
 と言われる。

家族に頼りに  
 されたいよね...  
 家族も心配疲れ  
 してるよね...

## 設問4

### 運動習慣

該当するものすべてに印をつけて下さい。

- 健康のために、より多く歩くように心がけている
- 健康のために、歩く以外の自主的な運動をしている
- 歩く以外の自主的運動は、週**2**回以上の頻度で行っている
- 歩く以外の自主的運動は、**6**ヶ月以上継続している

万歩計を使っている。血圧、体温、歩数を記録。  
ここで教えてもらった体操を少しやっている。  
足裏刺激をパソコンゲームをやりながら行う。  
「ロデオマシンもあるからやればいいんだけど・・・。」

居宅訪問で、  
運動環境を  
確認したい！

## 設問5

### 家庭での役割

以下の項目のうち、現在行っているものがあれば、「現在」のチェックボックスに印をつけて下さい。

(一部だけ実施または介助を受けての実施も可。ここ1ヶ月の状態で判断します)

現在行っていないけれども、以前は行っていたものがあれば「以前」のチェックボックスに印をつけて下さい。

(複数回答可)

以前 現在

- |                                     |                                     |   |
|-------------------------------------|-------------------------------------|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | 家庭用品の使用と管理 (例) アイロンがけ、靴の手入れ、季節の衣替え・寝具替え、冷暖房器具の出し入れ、不要品・粗大ごみの廃棄、自転車・自動車の手入れ、節電用品の出し入れ  |
| <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | 住居の手入れする(業者依頼も含む) (例) 壁や床の手入れ・補修、雨戸や網戸の清掃・補修、浴室の防カビ害虫駆除、屋根・外壁・塀・雨どいの補修、除雪、押入れ通風、排水管清掃 |
| <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | 庭や植物の手入れ(業者依頼も含む) (例) 植木に水・肥料を与える、雑草取り、植木の剪定、自家用野菜・花の栽培、落葉清掃                          |
| <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | 日常品の貯蔵 (例) 漬け物などの保存食を作る、災害用品を備蓄する、灯油を備蓄する   |
| <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | 家計・財産の管理 (例) 収入の維持管理、預金・貯金出し入れ、請求の支払い   |
| <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | 家族・親族の介護(出向いて行う場合も含む)   |
| <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | 育児、子供やペットの世話(出向いて行う場合も含む)   |
| <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | 訪問者や電話への対応  |
| <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | ご近所づきあい   |
| <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | 家族・親族の相談相手  |
| <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | 神棚・仏壇の管理  |
| <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | 墓参り・法要の準備(直近の機会にできて、今もできると思える場合も含む)   |

どんな役割なら担える？  
やり方を工夫したら  
できる？

新聞を束ねるのは仕事。

花の水やり用の水くみも自分の仕事だったが、今はあぶないから、と止められている。

市内に墓があるが坂道でいけない。妻が行ってくれている。

仏壇はあるが、ほとんど見たことない。

隣の家のおじいさんの顔も知らない。

## 設問6

## 社会参加

以前 現在

- |                                     |                                     |  |
|-------------------------------------|-------------------------------------|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | ① 報酬を伴う仕事（家業の手伝いを含む）   |
| <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | ② 報酬のない奉仕活動（例）清掃・防災・防犯活動、交通安全活動、幼児の健全育成に関する活動、<br>障害者・高齢者の福祉活動 |
| <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | ③ 地域行事、敬老会、シニアクラブへの参加（直近の機会で判断）                                |
| <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | ④ 町内会・自治会・住民管理組合などの団体活動  |
| <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | ⑤ 結婚式・葬儀・入学式・卒業式・同窓会への参加（直近の機会で判断）                             |
| <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | ⑥ 市民講座・各種講演会・カルチャーセンターでの学習活動                                   |
| <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | ⑦ 市区町村による介護予防・趣味活動など地域活動・集いの場への参加                              |
| <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | ⑧ 友人・知人を訪問、親族・友人と旅行  |
| <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | ⑨ スポーツ・運動（⑨以外で、散歩や屋外でのラジオ体操など外出を伴うもの）                          |
| <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | ⑩ 芸術・文化・趣味に関する余暇活動（⑩以外で、外出を伴うもの）                               |
| <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | ⑪ 宗教関係の活動（神社仏閣参り、教会礼拝など）                                       |
| <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | ⑫ 選挙権の行使（直近の機会で判断）   |
| <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | ⑬ ネット等の通信手段で人や社会とかかわる活動、<br>オンラインでの運動、芸術、文化、趣味活動               |

・先日、なじみの飲み屋の店長が迎えに来てくれて  
横浜の店に飲みに行ってきた。

・スマホなどは使いたいと思わない。ガラケー、電話をかけるだけ。

・孫がセットしてくれたパソコンでゲームをしている。

・選挙は欠かさず投票する。

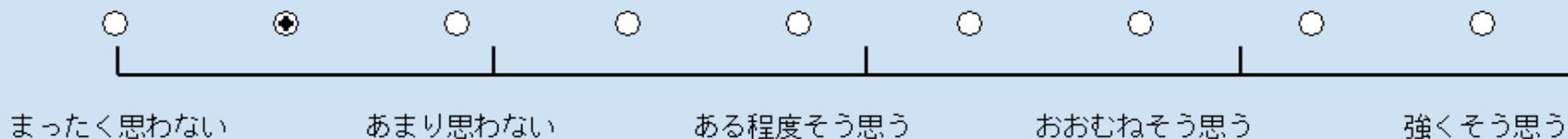
・様々なスポーツをしてきた。釣り、テニス、野球、ボウリング。

・月に1回は友人が来てくれて、近くで食事をする。仕事の友達でボウリング仲間だった。

友人知人の  
存在は宝！

## 設問7 自己効力感

ご自身の健康や生活にさまざまな問題があっても、自分は活動的な生活を送っていると思いますか？  
該当する位置のチェックボックスに印をつけて下さい。



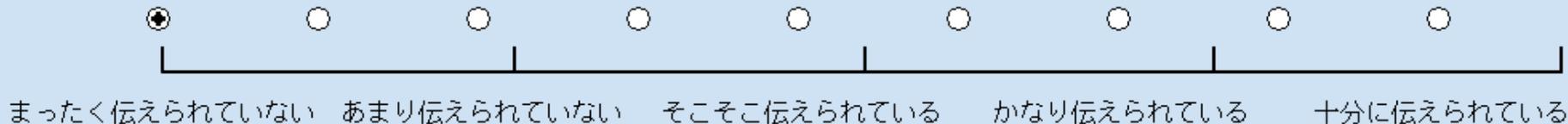
※活動的であると思えない理由が具体的にありますか？

やっぱりボウリングができるようになれば、もっと活動的だと思えると思う。楽しいと思うことはこれまでも大事にしてきたので簡単にあきらめたくない。

今の体で楽しめる方法を見つけられない？

## 設問8 他者との関わり

ご自身の思いや希望をどれだけ他者（支援の専門家を含む）に伝えられていると思いますか？  
該当する位置のチェックボックスに印をつけて下さい。



※本当は伝えたいけど、遠慮して言えないということはありませんか？

伝えてもそれを活用できない。やりたくても危ないからと止められる。

評価して、できること、心配しなくていいこと、見守りが必要なことを見極めたい

## 設問9

### 主体的意思決定

ご自身がより活動的な生活を送るための意思決定は、自分でどれだけできていると思いますか？  
該当する位置のチェックボックスに印をつけて下さい。



まったくできていない

あまりできていない

そこそこできている

かなりできている

十分にできている

※やりたくても、周囲から反対されて思うようにできないということがありますか？

なにやるにしても自分でできない。  
足がちゃんとしなければ無理だ。

足がちゃんとしなくても  
やり方を工夫したら  
無理じゃない！

## 設問10

### 自己管理

ご自身がより活動的な生活を送るための取り組みは、自分でどれだけ実行できていると思いますか？  
該当する位置のチェックボックスに印をつけて下さい。  
ここでの取り組みとは、身体づくりや、必要となる手助け・道具・手段の手配や調整を指します。



まったくできていない

あまりできていない

そこそこできている

かなりできている

十分にできている

※まずなにかからやってみようと思いますか？

でもこれから、足裏刺激を毎日、ロデオを週2回  
以上、食事のあとなどに、ここで習った体操を行  
えるようにしていきたい。

SIOSの聞き取りを  
したことで  
やる気がUP!

## 設問11 知識と理解

ご自身の健康や生活をよりよくするための情報をどれだけ得られていると思いますか？

該当する位置のチェックボックスに印をつけて下さい。

ここでの情報とは、医療的な情報や、日々の生活や活動に役立つさまざまな情報を指します。



まったく得られていない

あまり得られていない

そこそこ得られている

かなり得られている

十分に得られている

※普段は、新聞、テレビ、ラジオ、インターネットなど、どのツールを使って情報を得ていますか？

※知りたいけれど、調べられていないことが何かありますか？

新聞は見えない。新聞の内容を妻が教えてくれるが頭に残っていない。

孫に訊いて調べてもらう。

自分で調べられない。

文字を大きくできるパソコンなどの端末で、自分で検索できるといいのでは？

# SIOSを介して語られた情報を整理する

その人らしさ	できていること 強み	できていないこと 心配なこと
ご夫婦仲、家族仲がよく、家族を信頼している。(デイサービスにおいてある川柳の本を読み、面白いものを妻のためにメモして帰るのが日課)	釣り、ボウリング、テニスなど多趣味だった。	一人で外出することが許されていない。
お友達がたくさんおり、友人との時間を心待ちにする前向きな気持ちをもっている。	行きつけの飲み屋の常連客や仕事の同僚との交流を続けている。	手伝う気持ちがあっても、危ないからとやらせてもらえない。家での役割が乏しくなっている。
	楽しむことを簡単にはあきらめたくないという意欲がある。	情報にアクセスしづらい環境がある。難聴、細かい字が読めない。
		家での運動習慣が乏しい。

本人が望むこと 希望	デイサービスが望むこと 支援したいこと
ボウリングをもう一度やりたい。	家庭で活躍できる場、一人でもできることを増やしてほしい。家族にも安心してほしい。
友達と出かける機会をふやしたい。	ボウリングを再開してほしい。昔のようにできなくても、今の体で楽しめる方法を見つけたい。
一人で外出できるようになりたい。	

専門職の意見や提案を聞き  
対話の中で心がどう動くか。



参加目標を自己決定

やってみよ  
うかな

できるかも  
しれない

家族

ケアマネ

事例1さん

この体では  
ボウリングなんて無理だよね。

もしかしたら  
デイの職員も

孫に頼んで見学  
してきます！

現在の身体機能でもボウリングを楽しめる方法を探せないか？  
障害者スポーツとしてのボウリングの楽しみ方を探る

障害/高齢ボウラーとの交流

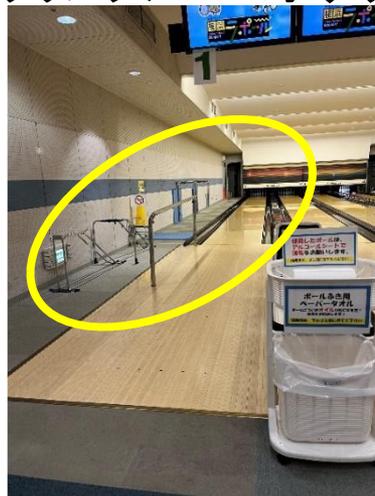
知人の協力

障害者に優しいボウリング場の検索

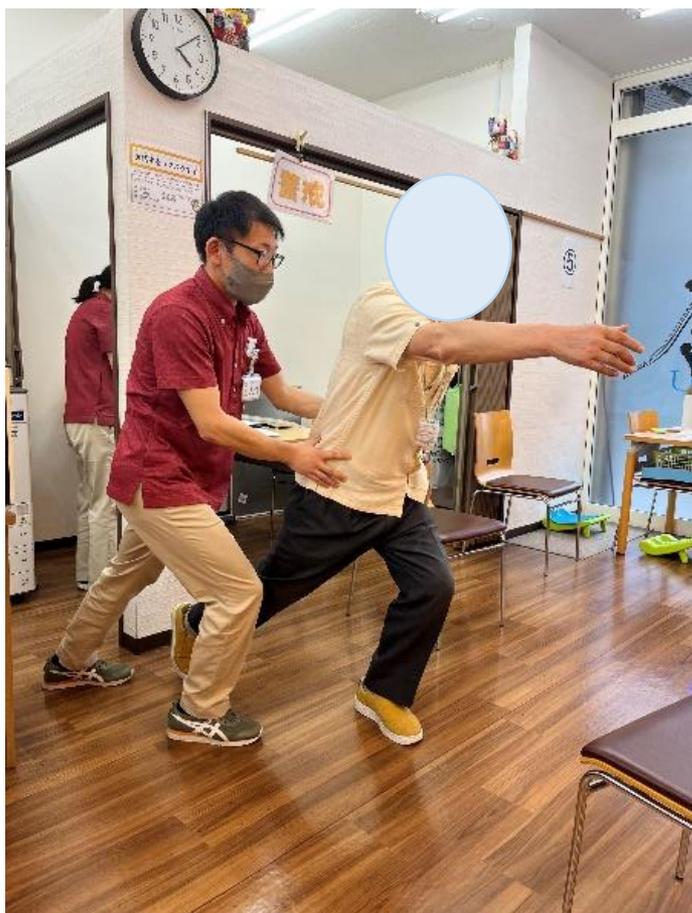
支援コード： 50環境調整 41情報提供 52介護指導 30交通機関利用練習

ボウリングルーム手すり 5本指 2.3kgボール

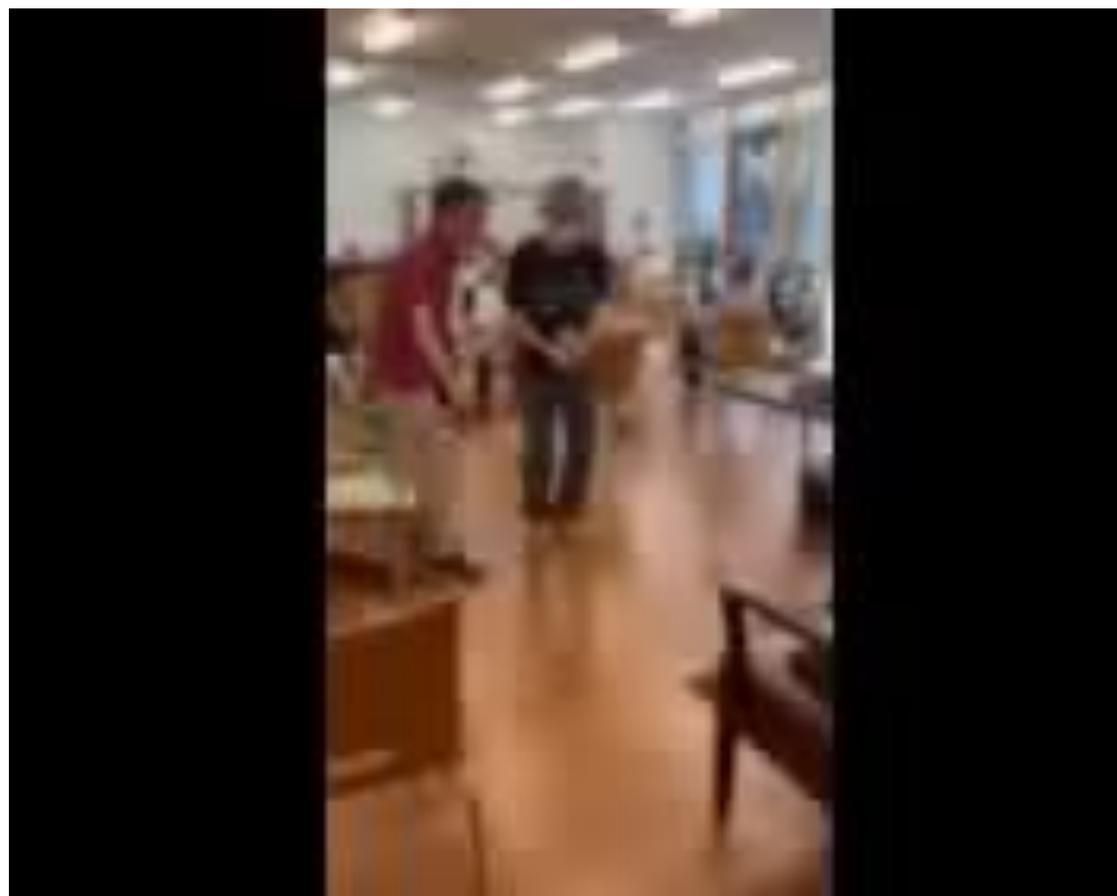
交通ルート確認



ボウリングを意識した  
バランス練習



水入りペットボトル  
スローイング&リリース練習



## 【3月に1度の居宅訪問の意義】

- ①SIOSでお聞きした利用者のお気持ちを家族に共有することができる。  
ボウリングは本当に大切な活動なのだそうで、やりたい気持ちを今も強くもっておられると伺いました。  
家で役割をもって、家族のためにできることをやりたいというお気持ちを伺いました。
- ②心配や苦勞含め、家族のお気持ちを伺うことができる。  
外出先で転倒して帰ってきたことがあったので、それから怖くなっちゃって。  
気持ちはありがたいけど、このくらいのことは私がやってもそれほど苦じゃないから。
- ③望む生活に近づくための支援（機能訓練や環境の調整）について検討できる。  
今のお体でできるやり方を見つけて実現させたいと思っています。例えば…。  
ケアマネージャーに協力いただいて、こうした道具（改修）の手配をお願いしたいと思うのですが。
- ④心配すべきこと、任せてよいことを整理し、説明できる。  
現在の歩行能力であれば、すぐそばのショッピングモールに杖で散歩に行くことは、問題ないと思います。  
ご心配なようなら、ご自宅からモールの入り口までの付き添いだけしていただけたら十分だと思います。
- ⑤3月ごとに、少しずつ気持ちや考え方が変化していくことを見守ることができる。  
※一度の話し合いで解決しようと思わないこと！

## 忙しい業務の中にSIOSを取り入れる工夫

- ①利用開始時のアセスメントと、計画更新時のモニタリングに活用。  
利用開始時は、見学や契約の際に伺えなかった項目だけ、  
計画更新時は、前回からの変化を伺えばよい。
- ②毎度11の設問すべてをやろうと思わなくてよい。  
詳しくお話いただきたいことや、設問7以降のお気持ちの確認など、  
選んで実施。
- ③事前に紙のアンケート版に、自記してもらい、それをもとに話をする。  
ご自宅で記入して持ってきてもらうこともできる。

利用者が自分の思いや希望を表明するチャンスを  
少しずつでも、大切に、積み重ねましょう！

# まとめ

■「この体じゃ無理」という利用者の諦めに安易に同調せず、「無理じゃないですよ！」と言えることを基本姿勢としましょう。

■ADLやIADLの現状(できる・できない)の確認だけでなく、お元気だった【以前】の生活や活躍の様子をお聞きすることで、具体的な参加目標が見えてきます。

■参加目標は、身体機能の回復を目指すだけでは達成しません。支援コードを参考に、体が動かなくてもできる方法を検討し、最短距離での達成を目指しましょう。

■一度の調整やミーティングでうまくいかななくても、3月に1度の居宅訪問を大切にして、少しずつ状況が好転していくことを期待しましょう。

ご清聴ありがとうございました。



在宅療養支援楓の風グループ



[info@kaedenokaze.com](mailto:info@kaedenokaze.com)

[www.kaedenokaze.com](http://www.kaedenokaze.com)

横浜市神奈川区鶴屋町3-32-13第2安田ビル3F  
045-320-0750