

豊島区短期集中通所型サービスの 取り組み

～ちょっと前の自分を取り戻す～

豊島区 高齢者福祉課 総合事業グループ

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

1 本事業参加前のサービスCをはじめとする総合事業の状況・課題認識

	サービス類型・内容	H28	H29	H30	R元	R2	R3	R4~
訪問	国基準(従来型)	事業開始 →						
	区独自基準(A型)			事業開始 →				
	住民主体型(B型)		事業開始 →					
	短期集中型(C型)	事業開始 →						
通所	国基準(従来型)	事業開始 →						
	区独自基準(A型)						事業開始 →	
	住民主体型(B型)				事業開始 →			
	短期集中型(C型)				事業開始 →		モデル事業	
生活支援	入浴・移動支援、配食	未実施						

- これまでは選択可能なサービスを整えることに注力
- 総合事業における自立支援の考え方が地域に浸透していない
- 区が独自に実施する通所型サービスの提供体制が不十分

1 本事業参加前のサービスCをはじめとする総合事業の状況・課題認識

○ 総合事業に関する振り返り（8つの地域包括支援センターに個別ヒアリング）

- 【主な意見】
- ・ 総合事業に関する区の理念が見えない
 - ・ サービスの提供体制が不足している
 - ・ 地域資源との連携ができていない



自立支援に資する総合事業の利用が広がらない

○ 利用者ニーズの把握（通所型サービスの利用意向調査）

- ・ 通所を希望する理由：「運動したい」、「元気になりたい」が約6割
- ・ 基本CL該当項目：事業対象者の約8割が「運動機能の低下」に該当



機能回復に対するニーズが高い

2 本事業参加に当たっての当初の目標・到達点

○ モデル事業関係者の意識変容・行動変容

現状 サービスを使って生活を支える

到達点 自分でできることを増やし、少し前の生活を取り戻す

○ 多角的な視点に基づくケアマネジメント

現状 ケアマネが自身の判断でプランを作成

到達点 多職種による視点を踏まえて、ケアマネがプランを作成

○ 総合事業における通所事業の体系の再構築

現状 従来型中心のサービス利用

到達点 区独自サービスの利用促進

○ 総合事業と関連事業・地域資源との連携強化

到達点 総合事業の早期利用、サービス終了後の効果的なフォロー

今年度の取組みについて

3

要支援者等を対象としたサービス等充実に向けたロードマップ (サービスCの見直し・他事業との連動等)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
研修・説明会等	★ モデル事業説明会	★ SC研修①、 先行自治体等ヒアリング	★ リハ職向け研修	★ SC研修②			★ 四師会向け勉強会					
モデル事業実施		同行訪問	★ 測定	プログラム実施				★ 測定 ★ 地域ケア会議				
元気はつらつ報告会			★ 自立支援型 地域ケア会議研修	実施内容の検討		★ 元気はつらつ 報告会実施						
通所事業の再構築					課内検討①		予算要求	課内検討②		関係主体との 意見交換		

※モデル事業の実施時期は各会場ごとに異なっている。

4 モデル事業として実施したサービスCの内容

○ 参加者の集め方

- ①包括からの申込み 22名
 - ②フレイルチェックからの個別勧奨 12名
 - ③区民ひろば等での個別勧奨 10名
- 最終利用者数 計44名

○ サービス提供事業所概要（種別、サービス提供者職種、配置体制等）

- ①豊島区リハビリテーション従事者連絡会
リハビリ職の従事者団体、理学療法士・作業療法士・健康運動指導士、
3人（うちリハ職2人） ※3会場で実施、従事者は計9名
- ②ジエクサーフィットネス&スパ大塚（JR東日本スポーツ）
スポーツクラブ、理学療法士・介護予防運動指導員、3人（うちリハ職2人）
- ③池袋えびすの郷
老健、理学療法士・作業療法士・言語聴覚士、3人（うちリハ職3人）

4 モデル事業として実施したサービスCの内容

○ 具体的なサービス内容

① ケアマネとリハ職の同行訪問

ケアマネとリハ職がサービス開始前に利用者の自宅に訪問。リハ職による動作指導や環境整備、ケアマネによる「私のプラン」作成支援を行う。→ サービス担当者会議

② コーチング

リハ職と毎回20分程度の面談を通して、運動プログラムへの1週間の取組み状況を振り返るほか、心身の状態の変化等を確認。

③ 個別の運動指導

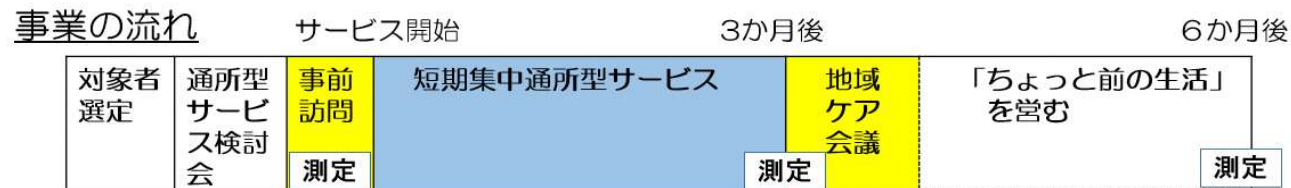
リハ職が提案した個別の運動プログラムを実践するほか、としまる体操などに取り組む。

④ グループワーク

地域での通いの場や災害時の避難経路等について、参加者間で情報交換を行う。

⑤ ケア会議

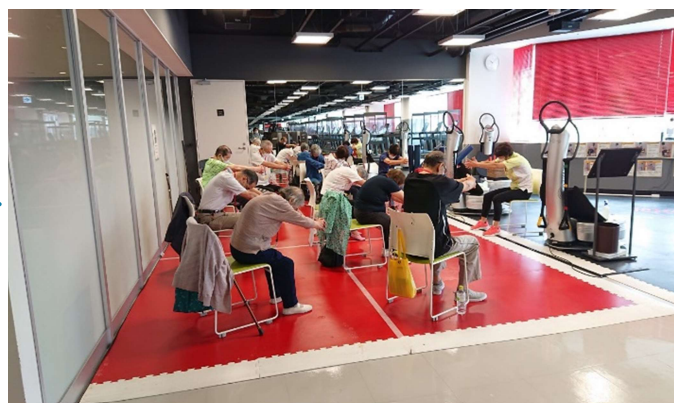
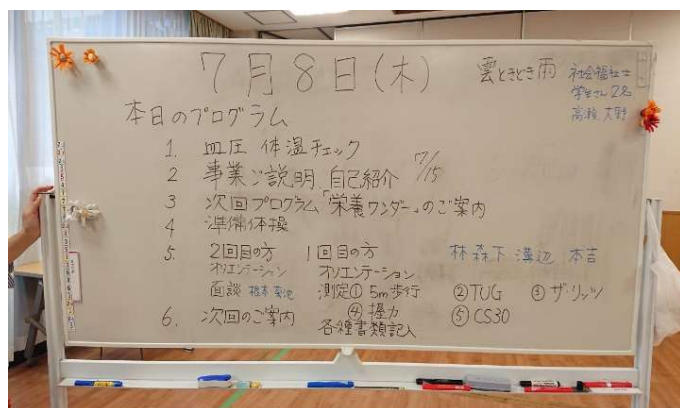
事業最終回に利用者本人、リハ職、ケアマネ、第2層SCなどが参加して3か月間の取組みの振り返りや事業終了後の支援の方向性について面談を実施。



4 モデル事業として実施したサービスCの内容

○ タイムスケジュール（10時スタートでの一例）

①オリエンテーション（～10:05） ②準備体操（～10:15）



③個別の運動指導（～11:00）



④コーチング（～11:20※）



⑤グループワーク（～11:50）



⑥整理体操（～12:00）



※個別の運動指導中に順次、20分間実施

5 モデル事業実施に当たって取り組んだ事前準備

○ 説明会等の実施状況

日程	研修・説明会等	対象者	内容
3/10	コーチング研修	包括 受託事業所	・コーチングについて
4/13～ 4/22	モデル事業説明会	包括 居宅事業所 通所事業所	・総合事業における自立支援の考え方 ・自立支援に資するマネジメント ・本区における現状と課題 など
4/28、 5/10	SC研修	第2層SC	・総合事業と地域資源との連携 など
5/6～ 5/21	先行自治体との 意見交換会	区職員	・総合事業における自立支援の考え方 ・先行自治体での取組み事例 など
6/9	自立支援型 地域ケア会議デモ	区職員	・八王子市と愛知県・豊明市による地域ケア会議のデモンストレーション視聴

5 モデル事業実施に当たって取り組んだ事前準備

○ 説明会等の実施状況

日程	研修・説明会等	対象者	内容
6/12、 13	リハ職向け研修	受託事業所	<ul style="list-style-type: none">モデル事業におけるリハ職の関わり方コーチングに関する技術的アドバイス
7/8、 7/21	SC研修	第1・2層 SC	<ul style="list-style-type: none">自立支援型地域ケア会議のデモ
10/14	総合事業勉強会	四師会※	<ul style="list-style-type: none">総合事業における自立支援の考え方総合事業への医療職の関わり方

※医師会、歯科医師会、薬剤師会、看護師会

6 他事業との連動等に係る体制整備・見直し内容

○ 元気はつらつ報告会（自立支援型地域ケア会議）の見直し・試行

【目的】 総合事業における自立支援の考え方の地域への普及

【検討対象】 モデル事業の利用者

【実施形式】 オープン参加形式（本人不参加） → 多職種による多角的な検討

【GOAL】 多様な選択肢を提示 → 支援方針の決定を目的としない

【実施結果】 9/15（水）、29（水）zoom会議にて計2回 参加者 33名

○ 第2層SCとの連携構築

【目的】 総合事業と地域資源との結び付けの強化

【取組み】 ①研修の実施

→総合事業の理解、自立支援型地域ケア会議のデモンストレーション

②ケア会議への参加

→利用者と地域資源との結び付け

6 他事業との連動等に係る体制整備・見直し内容

○ 通所Bの拡充、連携強化

【狙い】 通所C利用後の地域での受け皿（地域資源）の整備

【取組み】 ①通所型サービスB登録団体の拡充

→ 現在の16団体から次年度には30団体以上に増加予定

②活動内容の普及

→ モデル事業内での活動の周知、説明用パンフレットの作成



(通所Bでのラジオ体操の様子)



(通所Bでの書道活動の様子)

7 モデル事業を実施する上で苦労した点等

開始前	準備段階での検討・調整 (会場確保・スケジュール調整 等)	モデル事業の内容等に関する関係者への周知不足
	利用者の確保	
実施中	リハ職とケアマネとの連携	会場でのスペースの使い方
	利用者のモチベーション	コーチングスキルの確保
	コーチング以外の時間の使い方	通所の継続 (体調悪化、コロナ)
終了時	「卒業」に対する利用者の不安払拭	第2層SCとの連携調整

8 モデル事業実施に当たって苦労した点等を解決するために取り組んだ工夫等

○ モデル事業の内容等に関する関係者への周知不足

研修や説明会のほか、自立支援型地域ケア会議の試行、包括主催の ケアマネ向け勉強会等での啓発

○ 利用者の確保

包括からの紹介では利用者が確保できなかったため、フレイルチェックからの個別勧奨、区民ひろば等での個別勧奨を実施

○ リハ職とケアマネとの連携

事前訪問に区リハ職が同行するなど、リハ職へのフォローを実施

○ 利用者のモチベーション

コーチングを通じた動機付け、としまわくわくチャレンジノートの活用、万歩計の提供など



(モデル事業説明会の様子)

8 モデル事業実施に当たって苦労した点等を解決するために取り組んだ工夫等

○ コーチングスキルの確保

区リハ職、IHEP職員による情報提供などの技術的な支援

○ コーチング以外の時間の使い方

グループワークの実施、栄養・口腔のミニ講座実施
(各月1回)

○ 通所の継続

欠席者へのリハ職による電話でのコーチング実施、感染症対策の徹底

○ 「卒業」に対する利用者の不安払拭

地域資源等の積極的な紹介

○ 第2層SCとの連携調整

SCへの事業説明等



(口腔ミニ講座の様子)



(コーチング時の感染対策)

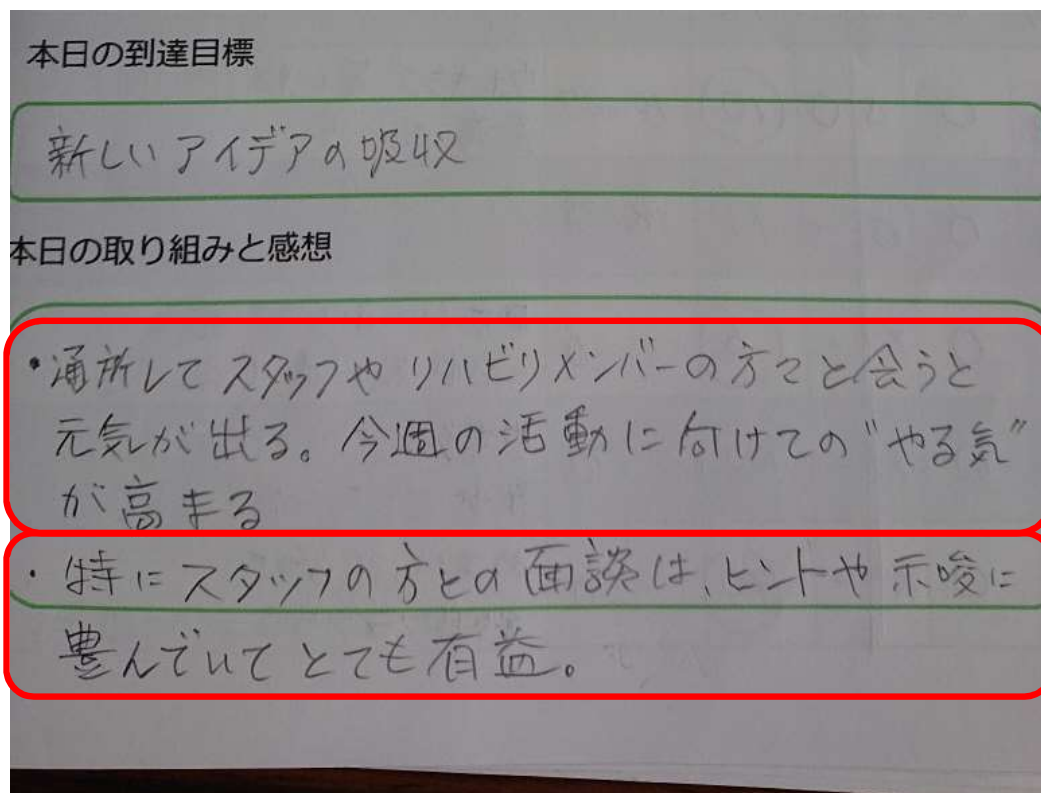
モデル事業実施の効果について (関係者の声より)

利用者の声

- 自分の体力やできることを知ることができた（89歳・女性）
- 今までテレビ体操をそんなのと思っていたけど、他の参加者がやっていると聞いて、やってみた。出かけない日等にするようになった（76歳・女性）
- 朝起きる時間を一定にするアドバイスをもらって、早起きするようになった（70歳・男性）
- 以前と比べると夏の暑さが怖くなくなった（82歳・女性）
- コロナで家に引きこもっていたが、毎日散歩等出歩くようになった（71歳・女性）
- 1年1ヵ月ぶりに電車に乗った。週1回四ッ谷の教会に通えるようになった（91歳・女性）
- CS-30が初回は1回も出来なくて悔しかったので、立ちあがりの練習を頑張ったら、できるようになった【初回：0回 2回目：13回 3回目：14回】（83歳・女性）
- 嫌いな物も栄養のためと思い、食べるようになった（78歳・女性）

利用者の声

ある利用者の「としまわくわくチャレンジノート」より



モデル事業による
コーチングの成果！

身体機能だけではなく、
気持ちの面でも前向きに

コーチングで学んだことを積極的に
自分に取り入れようとしている

包括職員の声

- 本人の運動機能や意欲が落ちた原因が、アセスメントを繰り返す事により見えてきた。改めてアセスメントの重要性を確認した。
- コーチングなどを通して、利用者本人とじっくり話すことで、本人が取り組んできた社会資源をこちらが新たに知る機会となった。
- リハ職との事前の訪問を行ったことで、本人の困りごとがいつもより詳しく聞き取れ、その後の目標設定が明確になった。
- 自立支援型地域ケア会議の試行により、ポリファーマシーの視点を勉強することができた。
- リハ職との面談や、取り組みの効果を視覚化する（書き出す）ことで、利用者の達成感につながった。
- 通所Cではインフォーマルサービスへのつなぎ方にも触れたが、既存のケアマネジメントとは違う考えであった。今後はそのような視点も取り入れたいと思った。

サービス事業者の声

- 専門職が話を聞くだけで元気になっていくというのが、素晴らしい取り組みだと実感できた。
- 人によっては、「コロナで出来なくなったことに再び挑戦したい」との目標もあり、その目標実現までモチベーションを維持させるという点でPTの関与は効果的だった。
- 定期的なコーチングで健康観が上がるということが実感できて、勉強になった。
- チャレンジノートで書く量や書く内容の変化が見えて、それも成果だと実感できた。
- 取組みに対する正のフィードバックがあるだけでも十分で、そういう意味では利用者同士がほめ合うのも効果があったと思う。
- 利用者のペースでその方に合った提案ができたのが良かった。集団での取り組みだと利用者のニーズを十分に汲むことができず、事業の満足度もそこまで高くない。
- SCからの提案も、利用者の自己決定につながる有意義なものであった。

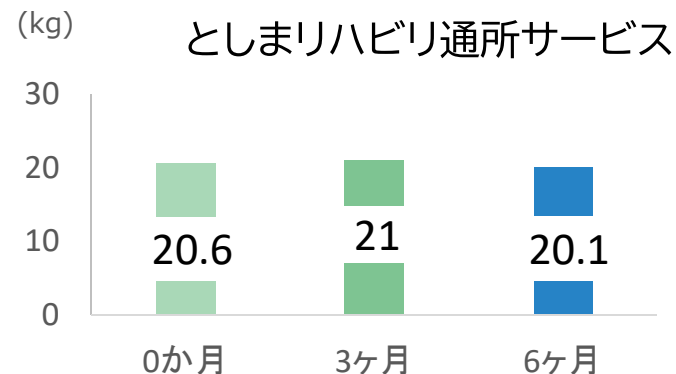
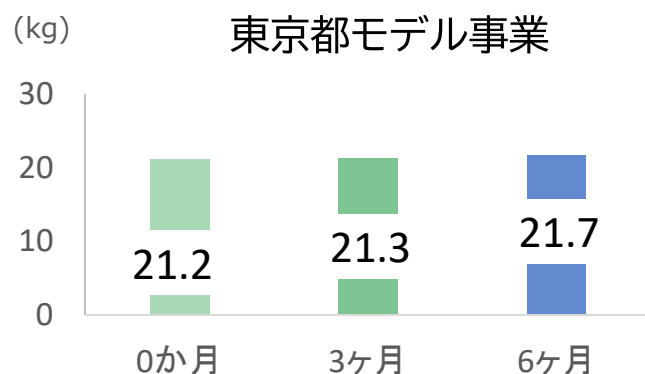
モデル事業実施の効果について （運動機能等の測定結果より）

9 短期集中予防サービス強化支援事業のモデル実施の成果

■ 結果

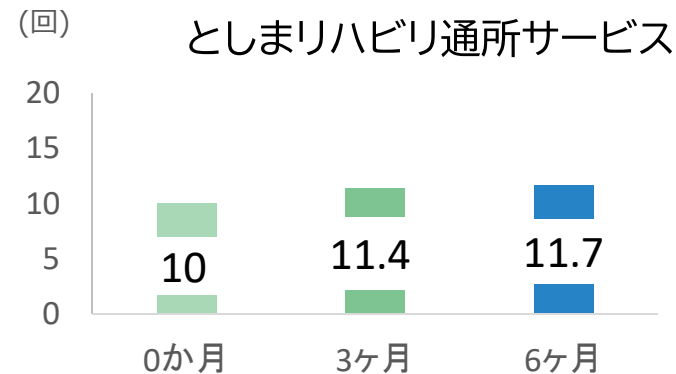
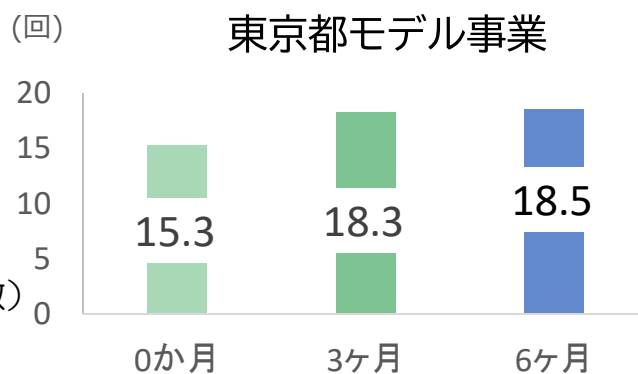
東京都モデル事業・としまリハビリ通所サービスの比較
握力、CS-30

握力



CS-30

(30秒間での椅子からの立ち上がりの回数)

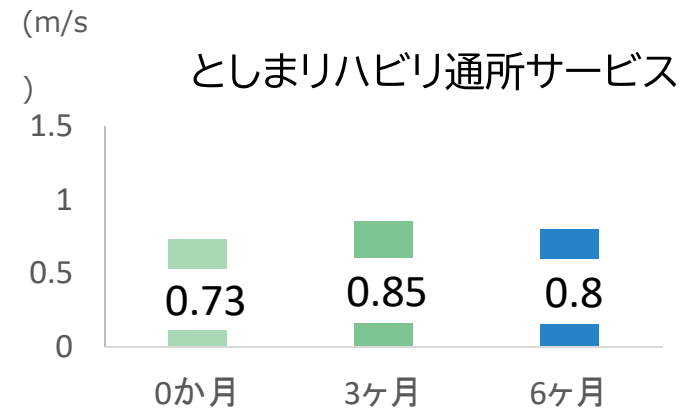
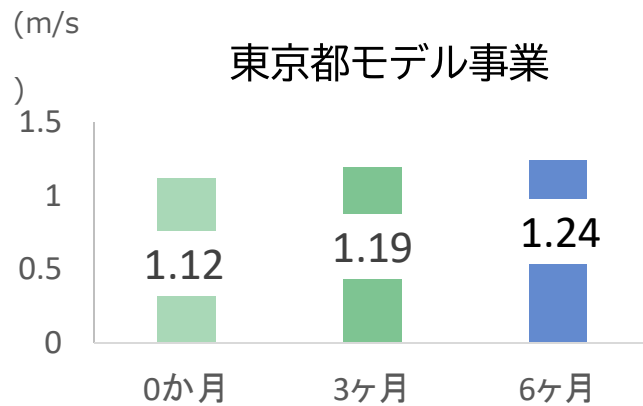


9 短期集中予防サービス強化支援事業のモデル実施の成果

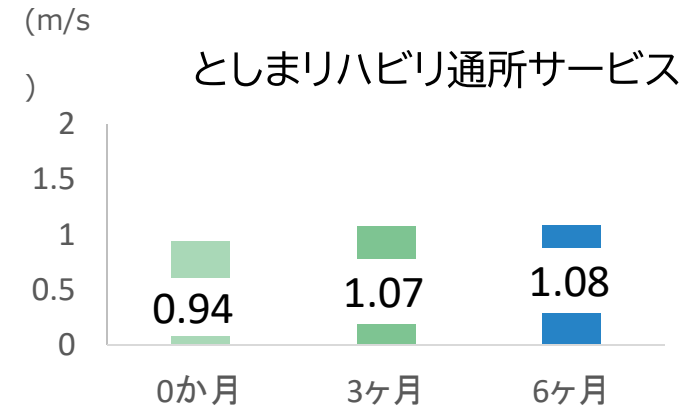
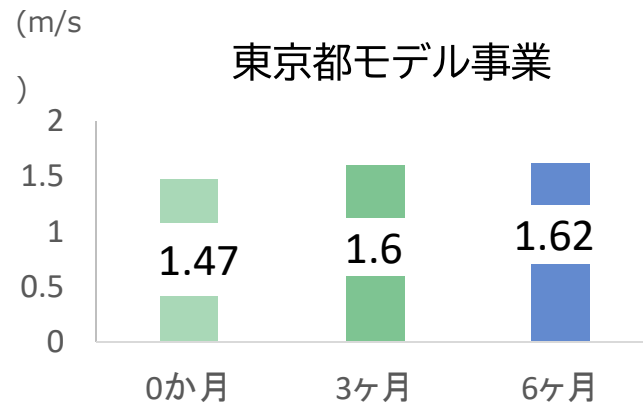
■ 結果

東京都モデル事業・としまりハビリ通所サービスの比較
通常歩行速度、最大歩行速度

通常
歩行速度



最大
歩行速度

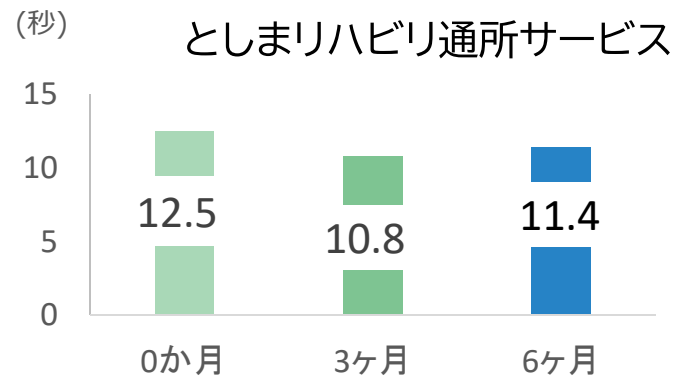
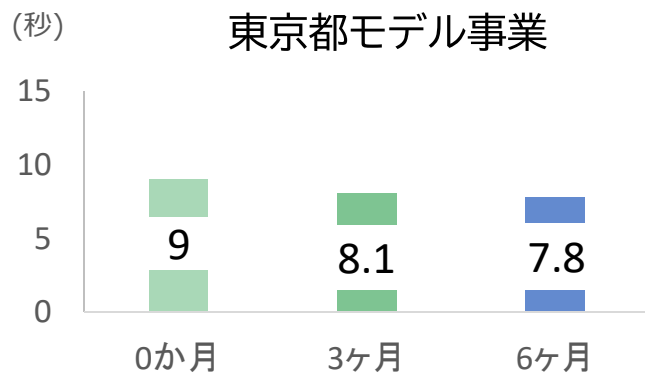


9 短期集中予防サービス強化支援事業のモデル実施の成果

■結果

東京都モデル事業・としまりハビリ通所サービスの比較
TUG

TUG
(3m先の目印を回って戻ってくるまでの時間)



今後の展開について

10 モデル事業実施により見えてきた課題・今後必要な取組

○ 対象者像の絞り込み

利用者のニーズや状態像と利用サービスが合致していない。

取組み 通所型サービス検討会の運用改良

○ 利用者の掘り起こし

通所Cの対象者層「プレ・フレイル層」が包括につながってこない。

取組み フレイルチェック、出張相談、出前講座等での個別勧奨の強化

○ 自立支援に資するケアマネジメント

利用開始時の目標が適切に設定されていない。「現状維持」など。

取組み 研修・勉強会の開催、自立支援型地域ケア会議の実施、インセンティブの導入

10 モデル事業実施により見えてきた課題・今後必要な取組

○ 地域資源の整備

通所Bの活動区域に偏りがある、通所B以外の地域資源が不足。

取組み 通所Bの拡充、第2層SCによる地域資源の掘起し・情報共有

○ 関係機関との連携

医師会など医療職や庁内他課との連携が不足。

取組み 関係機関との定期的な勉強会・意見交換の実施

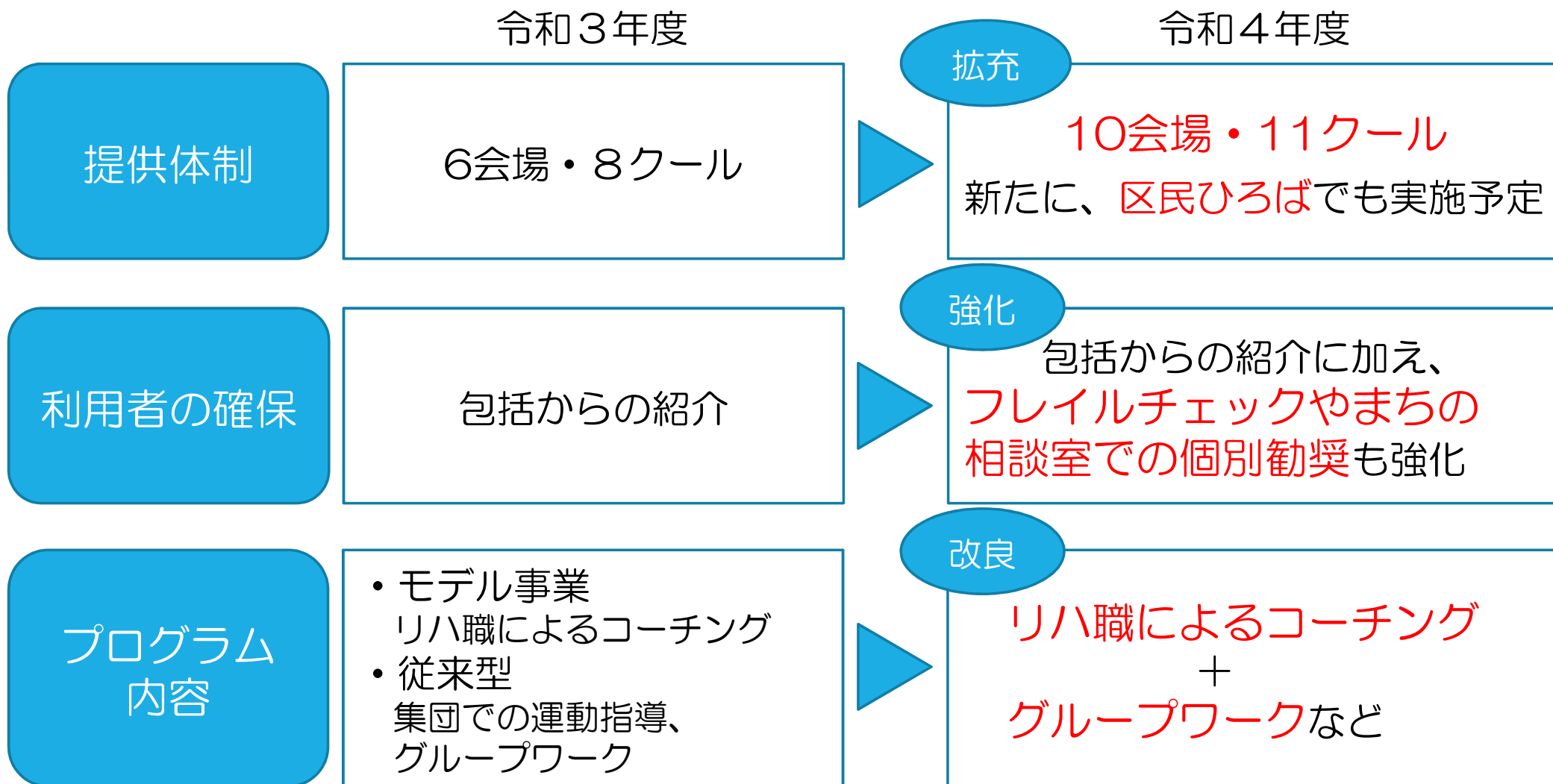
○ コーチングスキルの確保

コーチングの実施内容等について、従事者間で関わり方に違いが生じている。

取組み 対応マニュアルの作成、事業所間での勉強会・座談会の開催

1 1 今後の展望・方針

○ 令和4年度の短期集中通所型サービスについて



モデル事業の実施を契機とした通所事業の再構築

- 総合事業の理念の再確認
- 効果的な運用の実現に向けた事業体系等の見直し



従来型サービス中心からの転換

- 区独自サービスの利用促進
- 自立支援に資するケアマネジメントの普及



総合事業を介した高齢者の自立支援モデルの確立

- 身体的・社会的自立に向けたサービス利用
- 地域資源との連携、多職種による支援
- セルフマネジメント力の向上