

ホームあしすと Vol. 7

老人ホームとリハビリテーション

高齢になると身体の機能が低下してきます。そこで今回はリハビリテーションと老人ホームについてご説明しようと思います。



老人ホームをお探しのご相談者様から、リハビリはしてもらえるのだろうか、と、ご質問をよくいただきます。介護保険法では特定施設（介護付有料老人ホーム・特養・老健等）において、機能訓練指導員を1名以上配置しなければなりません。機能訓練指導員は利用者一人ひとりの心身の状態に合わせて機能訓練をおこない、できる限り自分で身の回りのことができるように支援していく役割を担っています。機能訓練指導員という職種はあくまでその役割を意味するもので、機能訓練指導員という資格はありません。

機能訓練指導員は以下の7つの資格のいずれかを持っていることが条件となります。

機能訓練指導員として認められる資格

- ・ 看護師または准看護師
- ・ 理学療法士
- ・ 作業療法士
- ・ 言語聴覚士
- ・ あん摩マッサージ指圧師
- ・ 柔道整復師
- ・ 鍼灸師



機能訓練指導員は兼務が認められていますので、一般的な老人ホームでは看護師が兼務していたりします。リハビリ強化を標ぼうしている老人ホームでは複数名常勤していたり、いろいろな資格の所有者が配置されていたりします。まずは次のページで上記の資格について詳しく説明しましょう。

リハビリは下欄のクリーム色になっているPT・OT・STの3つの資格保有者のイメージが強いと思いますが、特定施設（介護付有料老人ホーム等）では以下の7つの資格保有者が機能訓練をすることになっています。

以下の有資格者が特定施設で機能訓練指導員として一名以上勤務しています。もちろん複数の有資格者が配置されている施設の方がリハビリに力を入れている施設だと思います。施設内に機能訓練室等が設置されているところも同様です。また一部の特定施設でない有料老人ホームでも、以下のような有資格者を配置して、リハビリに力を入れているところがあります。

看護師または准看護師

機能訓練指導員として働く看護師・准看護師は、その医療知識を活かしてご入居者様の健康状態や体調管理、病気やケガの予防や処置をおこなうことができます。機能訓練指導員と看護師を兼務する場合も見受けられます。

理学療法士（PT）

機能訓練指導員として働く理学療法士は、病気やケガなどにより運動機能が低下した方のリハビリテーションをおこなうことができます。リハビリテーションに特化している理学療法士は運動療法や物理療法により、日常における運動・動作の機能改善や症状悪化の防止を目的とします。

作業療法士（OT）

理学療法士が日常的な基本動作のリハビリテーションを得意とする一方、作業療法士は心理的リハビリや、入浴・食事・読書・掃除などの動作のリハビリテーションをおこないます。また、レクリエーションや創作活動もリハビリテーションに取り入れ、心身ともにケアをします。

言語聴覚士（ST）

機能訓練指導員として働く言語聴覚士は、言葉を介したコミュニケーションに障がいを持つ方に対して、その機能回復訓練やリハビリをおこないます。またそのほか、嚥下障害や口腔機能など「食べる」ことに関する機能回復を目指すことも重要な業務です。

あん摩マッサージ指圧師

機能訓練指導員として働くあん摩マッサージ指圧師は、体の違和（肩や首のコリ、腰痛、筋肉ハリ）をマッサージや指圧療法などにより軽快・軽減することを主目的として機能訓練をおこないます。

鍼灸師

平成30年から機能訓練指導員の資格要件が緩和され、鍼灸師も機能訓練指導員になる事ができるようになりました。しかし、これには資格以外の条件があり、鍼灸師以外の機能訓練指導員が在籍する施設で半年以上の実務経験が必要です。

柔道整復師

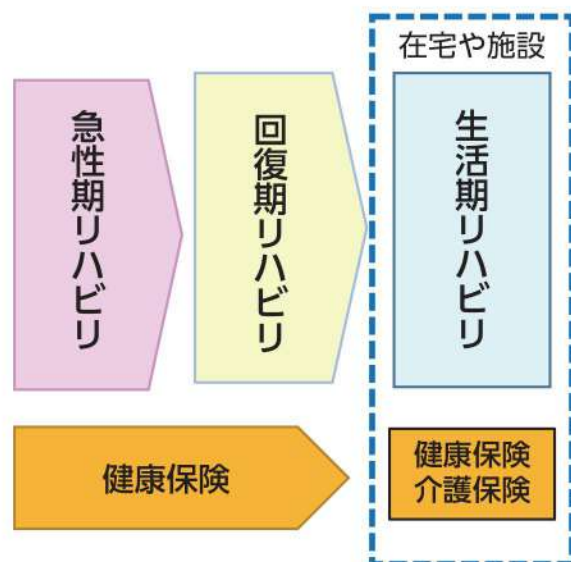
機能訓練指導員として働く柔道整復師は、骨折や捻挫や打撲などの人体の損傷に対して整復・固定等の技能により機能回復を目指します。



◆ 有料老人ホームとリハビリテーション

リハビリには健康保険を利用して病院で骨折や手術等により運動機能が低下した時に行われる急性期のリハビリや、その後にリハビリ病院などで受ける回復期のリハビリがあります。

老人ホームのリハビリは生活期のリハビリと言われています。老人ホームは在宅と同じように考えられていますので、急性期や回復期で得られた機能を低下させないことを主眼に行われています。また高齢になる事による身体機能の低下や手足の可動域を維持することなどでも行われます。



リハビリと聞くと、専用の部屋で専門職から受ける専門性の高いリハビリを思い浮かべるかもしれませんが、老人ホームでのリハビリは前述のリハビリ専門職だけが行うことではなく、高齢者ご本人が行う動作や活動、ご本人が行いやすいように介護スタッフがサポートしながら体を動かすこと等そのすべてがリハビリとなります。リハビリ本来の目的は、その方の持つ身体能力を維持、向上することで、生活の質 (QOL) を向上させることだからです。

老人ホームでのリハビリは大きく三つに分かれます。

- ◎ 個別リハビリ：前述の専門スタッフによって行われる個別のリハビリ。専門スタッフが個別で対応するため治療効果は高いです。
- ◎ 集団リハビリ：体操や音楽療法などを2名以上の入居者の方と一緒に行うリハビリ。個別に合わせた対応は難しいですが、皆で一緒に行うため、生活の楽しみや毎日の習慣として取り組む事が出来ます。
- ◎ 生活リハビリ：日常生活そのものをリハビリとして捉え、自立した生活を支援するリハビリです。生活場面で適切な介助を行うことが前提となるため、スタッフがご入居者様の出来る事を評価してリハビリに取り組みます。

◆ 認知症とリハビリテーション

老化による運動機能の低下だけでなく、認知症の進行を緩やかにするのもリハビリです。

殆どの老人ホームで行われているレクリエーションや体操は老化による認知症に対するリハビリテーションの一環になります。

代表的な認知症のリハビリをご紹介します。

〈回想法〉

昔の記憶を引き出すために写真や映像などを使いながら、過去の思い出に共感しながらコミュニケーションを重ねていく方法



〈リアリティオリエンテーション〉

人、場所、時間などの生活上の基本となる情報を反復することで、見当識障がいへの改善を図ります。

〈音楽療法〉

音楽を聴いたり歌を歌ったりすることで、脳の活性化や心身に安定をもたらす効果があり、認知機能の改善を図る。

〈学習療法〉

簡単な計算問題や文章の音読など教材を利用して、認知症高齢者とスタッフがコミュニケーションを取りながら行う。

〈作業療法〉

調理や掃除などの家事、趣味の活動などで出来なくなった日常生活動作の回復を目指す。

老人ホームでは上記のようなサポートを行うことによって、認知症の進行を緩やかにすることを目指しています。

◆ 施設のリハビリでかかる費用

有料老人ホームのリハビリには、リハビリ専門スタッフが常勤している施設と施設外から訪問してもらう施設に分かれます。

リハビリ専門スタッフが常勤の場合は、介護保険適用でリハビリや機能訓練を受ける事が出来ます。施設によっては月々の費用の中に含まれている場合もあります。介護付有料老人ホームでは「個別機能訓練加算」というものが1日120円程度かかります。介護保険が適用されますので、自己負担は上記の1～3割程度です。

リハビリスタッフが常勤していない場合で、リハビリを受ける場合は、医師の指示のもとで訪問リハビリテーションや訪問マッサージと別途契約して受けることが出来ます。その費用は以下の通りとなります。

- ✓ 訪問リハビリテーション
(医療保険/介護保険適用)
1回20分で2,000円程度
※医師の指示書が必要になります。
- ✓ 訪問マッサージ(医療保険適用)
1回20分で3,000～6,000円程度+交通費
※医師の指示書が必要になります。
- ✓ 自費リハビリサービス(保険適用外)
1回15分～20分で1,500～3,000円程度

常勤の有料老人ホームのリハビリに加えてより手厚くしたいというご希望のある方は、施設のリハビリに加えて、訪問マッサージ(医療保険適用)で対応することも可能です。

施設によっては、訪問サービスを行ってくださる事業所を紹介してもらえますので、あらかじめ施設に見学の折に確認しましょう。



◆ おわりに

今回は老人ホームでのリハビリテーションについて説明いたしました。有料老人ホームのリハビリは、生活リハビリが中心に行われます。生活の動作を少しだけ難しくするというように行われるため、ご利用者にとっては負担が少なく、自然に行えます。

ただし、有料老人ホームによってどのようにリハビリを実施するかは大きく違います。ご希望にあったリハビリを行える有料老人ホームを選びましょう。

もしも迷ったときは… ホームあしすと入居相談室へ

高齢者住宅のちょっとした疑問やご質問などがありましたら、「ホームあしすと入居相談室」へご相談ください。ショートステイのお手伝いも致します。

お陰さまで武蔵野市吉祥寺にて開業17年目を迎えました。施設を知り尽くしたプロの視点から、お一人おひとりに合った施設を探し、親身になってご提案いたします。施設の見学、ご契約、アフターフォローまで、万全の体制でご相談にお答えします。まずはお気軽にご連絡をください。お待ちしております。

〒180-0004 東京都武蔵野市吉祥寺本町1丁目28-6-107
迦葉武蔵野第3



プロの観点で
ご提案します

親身になって
万全サポート

相談費用は
いたしません

ホームあしすと
入居相談室

☎ 0120-428-165

受付10:00～19:00(日曜・祝日は休み※)

<http://senior-support.co.jp/>

ホームあしすと