

自立支援・重度化防止に向けた ケアマネジメント

～自立支援の考え方や自立支援型の介護予防ケアマネジメントを学ぶ～

株式会社 シャカリハ

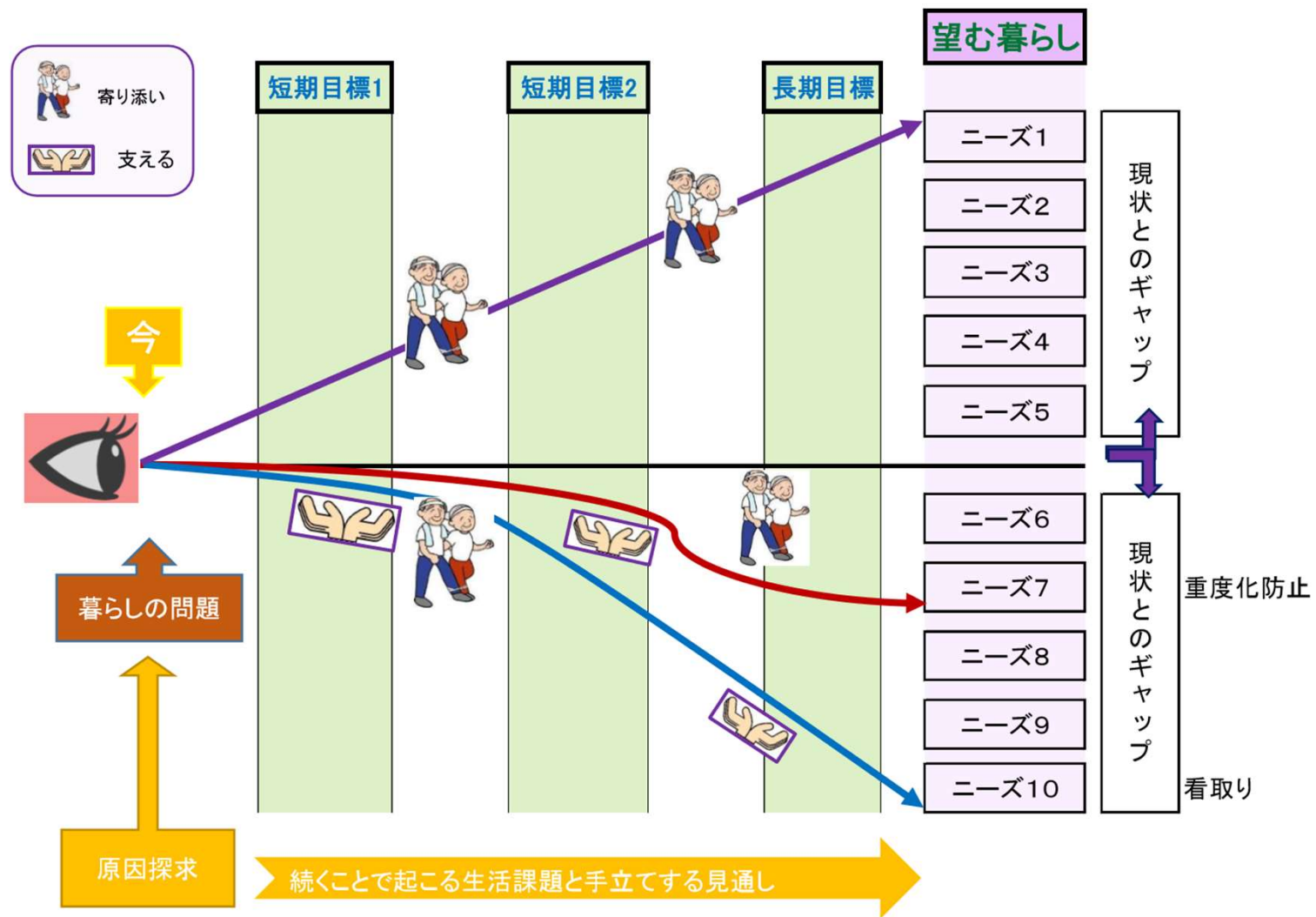
Social Re-Habilitation Design.inc (S.R.H.D.)

Chief Caremanager

KOJI MIURA

syakariha@gmail.com

望む暮らし実現の考え方



『自立』 ???

➡ 「自立」には主に4つの種類があると言われています。

① 「身体的自立」

② 「精神的自立」

③ 「経済的自立」

④ 「社会的自立」

➡ 自律

▶ 他からの支配や制約を受けずに、自分自身で立てた規範に従って行動すること。

＜対義語＞；他律（自らの意識によらず、他からの命令や強制によって行動すること。）

➡ 自立

▶ 他への従属から離れて、独り立ちすること。

＜対義語＞；依存（他に頼って存在すること。）

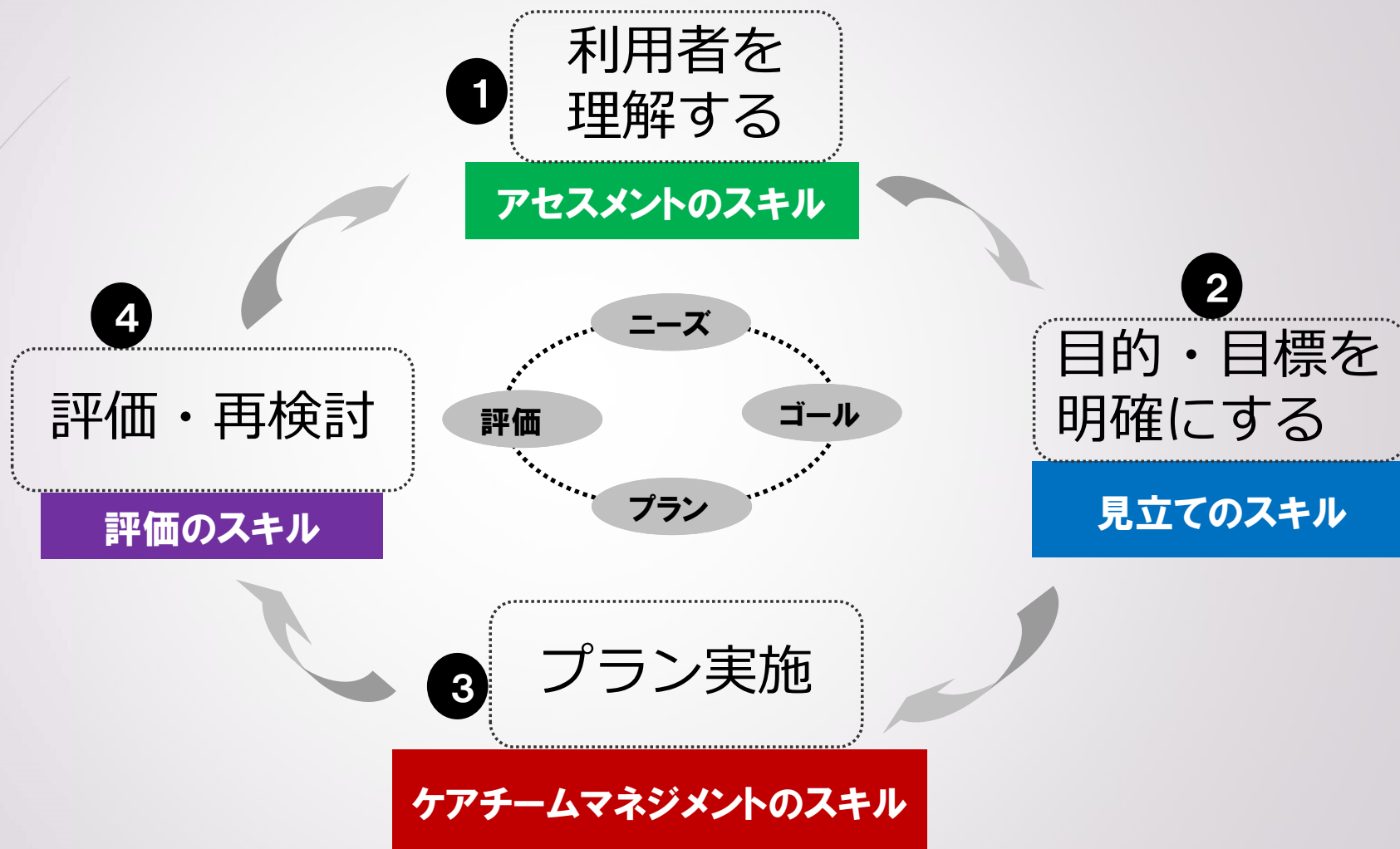


『望む暮らしの実現』

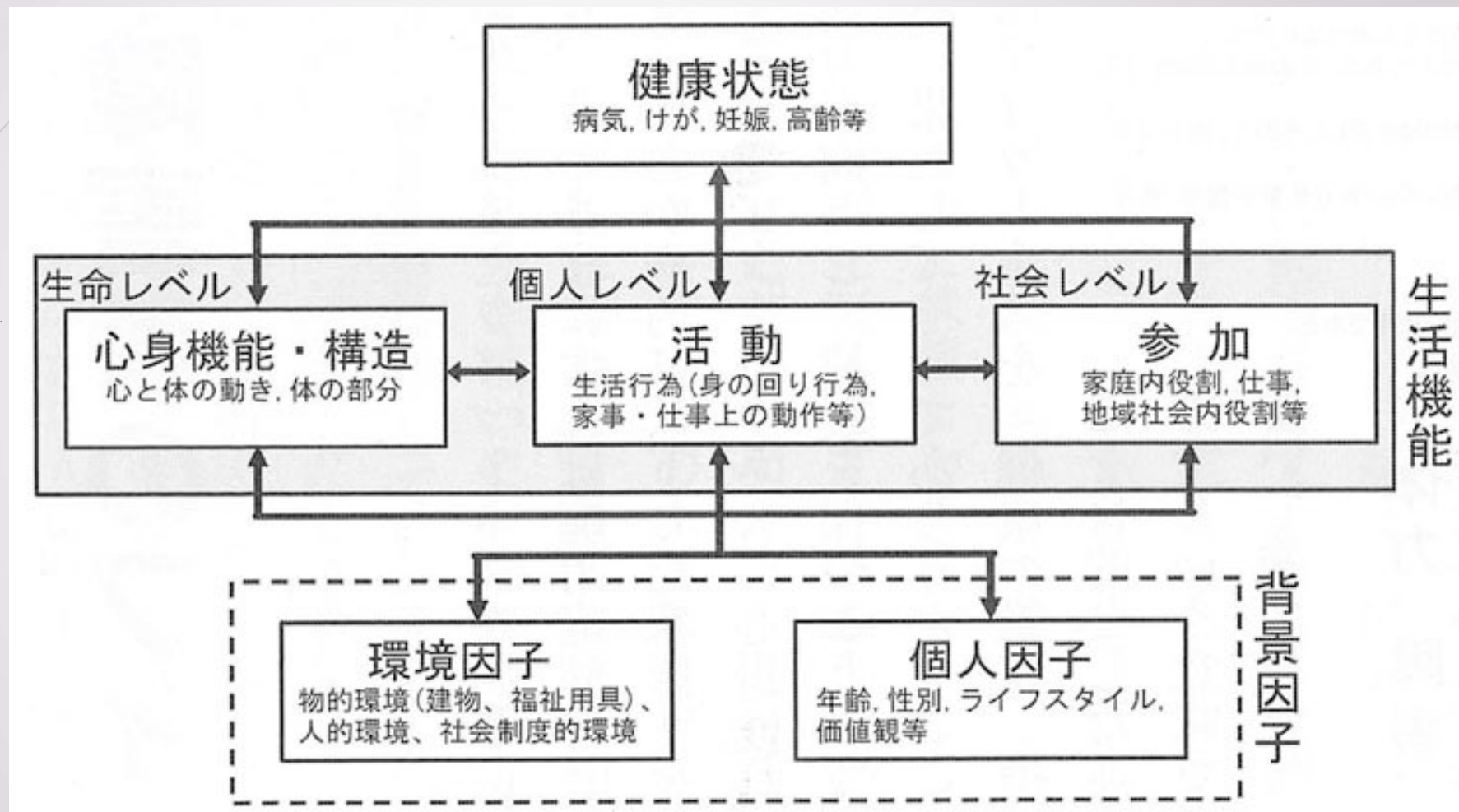
のための

生活機能維持・向上
を実行する。

自立支援を進めるプロセス



ICFの構成要素間の相互作用



ICF ワークシート

Copyright © 2017 シンコー

80歳女性 要介護2
腰椎圧迫骨折後1か月

健康状態

腰椎圧迫骨折にて腰痛が強い
認知症が軽度ある

生活機能

心身機能・身体構造

腰痛が強い
腰痛のため、起き上がりにくい
足腰の力が弱くなった
意欲も下がっている
物忘れのため、お金の管理ができない

活動

- ①一人でご飯は食べれるが、長く立てないため調理ができない
- ②屋内移動は掴まればできるようになった
- ③立ったまま身だしなみを整えられない
- ④トイレに間に合わない
- ⑤お風呂に一人で入れない
- ⑥屋外は歩行器で歩く練習をしている。買い物にいけない
- ⑦階段は自信がない
- ⑧着替えはできるが、準備が難しい

参加

- ①買い物にいけない
- ②病院やお出かけができない

環境因子

- ①掴まる場所がなく、歩きにくい
- ②一人暮らしのため助けてくれる人がいない

個人因子

意欲低下してきている



「今」だけの支援から 「これから」の支援へ



ケアマネジャーの思考に「ナッジ」

- 人々の行動を「ヒジで軽く相手をつつくように」変えるのが「**ナッジ**」と呼ばれる行動経済学の理論だ。これを提唱したのは、2017年にノーベル経済学賞を受賞したリチャード・セイラー博士である。

