

# じゅうじつ せいかつ おく いつまでも充実した生活を送るために

じぶん せいかつ じつげん かいご りょう よ  
自分らしい生活を実現するためには、介護サービスをどのように利用すると良いのでしょうか？

## Aさんのケース

さい きんじょ さんぼちゅう こっせつ げつあんせい こっせつ なお  
Aさん(75歳)は近所を散歩中に骨折してしまい、2か月安静にしていました。骨折は治りましたが、安静中に筋力が低下し、一人で歩いて外出できず、買い物に行けなくなりました。

### パターン①

ふたたび ひとり か もの い  
再び一人で買い物に行けるよう、ヘルパーさんから支援を受けながら、自分でできる掃除や食事の準備は自分で行い、リハビリも積極的に取り組みました。



### パターン②

か もの しえん  
買い物などの支援だけでなく、掃除や食事の準備など困りごとは、何でもヘルパーさんをお願いしました。また、動くのが億劫になり、リハビリにも消極的でした。



けっか ふたたび なが きより ある  
その結果、再び長い距離を歩けるようになりました。以前のように一人で買い物に行き、いきいき百歳体操にも参加し、以前よりも元気です。



じぶん  
自分でできていたこともできなくなり、全身の筋力や機能が衰えて、さらに状態が悪化しました。



かいご りょう げんき  
パターン①のように、介護サービスを利用しつつ、元気になるため、できることは自分でやろうと考えて行動することは、自宅で元気に生活することにつながります。



## おおさかし と く 大阪市の取り組みについて

おおさかし じりつしえんがた けんとうかいぎ かいさい  
大阪市では「自立支援型ケアマネジメント検討会議」を開催しています。会議では、医師やリハビリの専門職から助言をもらいながら、どのようなサービスを組み合わせて利用すれば在宅での元気な生活につながるかを検討します。後日、担当する介護支援専門員からご利用者本人へ、会議で出た助言や意見を説明し、これからも充実した生活を送るため、サービスの組み合わせについて一緒に考えます。

