



神奈川施保連ニュース第113号

神奈川県知的障害者施設保護者会連合会 広報部会



講演会日時：平成7年7月27日（日）
14:30～16:00
場所：横浜市社会福祉センター
主催：神奈川県知的障害者施設保護者会連合会

知的障がい者高齢化対策としてのフレイル予防 講師：くずは学園 園長 早坂 光氏

【社会的】
行動範囲が狭まると孤立し、
こだわりの減少・消失、睡眠
様態の変化、反応の鈍麻、食欲
欲の減退、覚醒時間の短縮、記憶力の低下、うつ状態の助長など。

★【肉体的】
フレイルの三要素
★健常者は50才くらいから、障がい者は40才くらいから身体機能に老化が進み、筋肉量や筋力の低下により身体機能が低下することをサルコペニアという。

★フレイルとは身体的な問題だけではなく精神的・社会的な脆弱性も含む広い概念で加齢に伴う予備能力の低下を指す。フレイルの一部と考えられる。

★フレイルとは身体的な問題だけではなく精神的・社会的な脆弱性も含む広い概念で加齢に伴う予備能力の低下を指す。フレイルの一部と考えられる。

【精神的】
フレイルの三要素
★知識的障がい者は40才代を節目として生活習慣病や既往症の悪化、合併症などの医学的な管理が必要になる事が多く見られる。

★二、フレイル予防 I
個人にあつた運動を徐々に増やして行くことで、骨折等を予防し筋肉量の増強のため、同時に栄養療法をセットにして行う必要がある。

★三、受入側となる施設の事情 I
少子高齢化からの労働人口の減少、福祉を冠とした学府の減少の空白による日中活動量の低下

一、フレイル

★健常者は50才くらいから、障がい者は40才くらいから身体機能に老化が進み、筋肉量や筋力の低下により身体機能が低下することをサルコペニアという。

【精神的】

★こだわりの現象、睡眠状態の変化、反応の鈍麻、食欲の減退、覚醒時間の短縮、記憶力の低下、うつ状態の助長。

五、くずは学園の取り組み I

★平均年齢30歳、今から27年前（平成10年）から全利用者対象で45分間の歩行プログラム（健康プロ）を始めました。

★支援員の不足に加え、利用者の機能低下によるマンツーマン対応の高額化。

四、受入側となる施設の現状 II

★高齢者事業所におけるフレイル予防という考え方があり、障がい者事業所には浸透していない。任せの栄養管理となつていて、求人活動の低迷と人材紹介会社の高額化。

★現在入所利用者平均年齢が58・7歳で少しづつ低下傾向にありますが、骨折事故等はほとんど見られません。
★体育も、運動要素から機能維持リハビリ的な内容に変化させ、必要度に応じた方のみにシフトしています。
★当学園の立地が丹沢山系の登山ルートの途上にあることを活かし、アップダウンを利用して身体・心肺に負荷をかけ、歩行後の心拍数・血圧を測定、そのデータを記録し、専門家からのアドバイスを頂きました。

七、健康維持のための栄養面への着眼 I

六、くずは学園の取り組み II

★令和元年より調理職員の欠員により給食委託会社と契約する。「ご家族の思い『暖かくておいしい食事』」を提供する目的で直用による給食の提供を行つてきた。委託に変わり、もちろん委託会社所属の管理栄養士が栄養計算しメニューが決められ食事が提供される。



★事業者は、人事管理から解放されるが、契約内容からは一切逸脱しない食事内容で、依頼事項が増えればそこにPAYが発生する。★食材費と事業費で直用から30%ほど支出が増え、自由が利きにくくことが多くなった。

八、健康維持のための栄養面への着眼II

★2回/年健康診断を行っています。尿検査や血液検査データの中にはAlb(アルブミン)という項目が出てきます。ここに着目してみると低値の利用者の多いことに気が付きます。

この「値」ですが、健康状態を測るのにとても有効です。これが減少していると様々なところに支障を来してしまいます。臓器に運ぶ役割を果たしています。加齢による消化吸収力の低下による慢性的な低栄養状態となる可能性があります。

九、健康維持のための栄養面への着眼III

★栄養を管理する栄養士は、一般的に必要な要素を多分に抱えている利用者にとっては充分に満たされてしまうとの分析です。当学園では、栄養指導として各ご家族に向け、栄養補助としてのサポートをお勧めしております。

★【入所生活介護では】
機織り作業・和紙制作・結び織り
アルミ缶のリサイクル・音楽活動
クリーリング制作等を行い、一人ひとりの適性に応じた日中活動を継続しています。

★支援者との会話や利用者同士の接点を、ある題材を介して行えることはとても有効なコミュニケーションです。

費用が掛かりますから思案が必要ですが、健診の結果に応じてご検討をお勧めします。

一〇、社会面へのアプローチI

★就労Bでは、屋外を使ったシイタケ栽培・鉢花製造を行うグループ、園内清掃・受注清掃・洗濯処理・配膳を担うグループ、豆腐製造・販売を行っています。物販に関しては、利用者に接客指導を行っています。

十一、社会面へのアプローチII

★入所者の外出機会は、月に最低でも1回は作るようにし、外出計画から支援が始まります。「行ったい場所」「そこで何がしたいか」、そして「外出先でのマナー」についても事前学習していただいているます。



ツールとなります。

十二、まとめ

★加齢はだれにも止められません。自身の人生を能動的に捉え行動に移すことが苦手な彼らにとつて、最大の支援は「幸せであること」を実感して頂ける生活の提供に尽きます。★脱施設が声高に謳われた時期もありましたが、その本質に閉鎖性やご本人の訴えを優先せず、施設の流れ儀が先行している生活そのものへの警鐘であつたように受け止めました。意思決定支援はそこから派生しています。

★成人生期から壮年期を経て、老齢期に入る利用者の健康維持は命題です。

★様々な角度から照らし、日々安寧で「生きていることが楽しい」と思つて頂ける生活を提供することは、入所というかたちでも不可能ではないことを目指したいと思います。

★最後に、所属している事業所の考え方・捉え方を知り、協力関係の中から最善を探つていけるよう、そのためには何ができるか一緒に考えていくください。以上

生サポは家族の安心を支えます

当会にご入会いただくと、知的障がい児者、発達障がい児者(自閉症児者を含む)のための病気やケガの総合補償制度をご利用いただけます。

AIG損保の普通傷害保険

生活サポート総合補償制度

保険のお問合せはこちら

■ 担当代理店・扱い
株式会社 ジェイアイシー

〒160-0023 東京都新宿区西新宿3-2-11
新宿三井ビル2号館2F

TEL: 03-5321-3373 FAX: 03-5321-4774

受付時間: 午前9時~午後5時

(土・日・祝日・年末年始を除く)

■ 引受保険会社

AIG損害保険株式会社

<https://www.aig.jp/pssrcpo>

東京第二プロチャネル営業部

〒105-0052 東京都港区虎ノ門4-3-20 神谷町MTビル15階

Tel: 03-5401-3650

受付時間: 午前9時~午後5時(土・日・祝日・年末年始を除く)

●日常生活に関する相談支援
●就労に関する相談支援
●権利擁護に関する相談支援
の3事業を実施しています。

主な補償内容

病気やケガで入院したとき
入院賠償金

※プランによって割合します

ケガをしたとき
死亡・後遺障害・入院・通院・手術・看護料

※プランによって割合します

病気で死亡したとき
喪葬慰藉費用保険金

※プランによって割合します

賠償責任を負ったとき
個人賠償責任保険

※プランによって割合します

虐待・逮捕・勾留に対応するとき
被匿費用等割額

※プランによって割合します

就労中に他人にケガをさせたり
物を壊してしまったとき
職業從事中事故対応費用割額

※プランによって割合します

保険のお問合せはこちら

一般社団法人やまゆり知的障害児者生活サポート協会

〒221-0825 神奈川県横浜市神奈川区反町3丁目17番2号

神奈川県社会福祉センター北

TEL: 045-314-7716 FAX: 045-224-0426

http://yamurisapo.jp/index_q.htm.php

2025年1月現在の内容です。(D-007608 2026-03)