

1事例目	2事例目
カゴ編み、デイの近くで展示会(郵便局など)→学校(児童クラブ)などへ寄付。	太極拳に通いたいとのことだが、息切れ、動悸、浮腫はないか？心房細動、体重増加も…。なければ、心不全の予防に太極拳はOK。 地域の活動で読み書きがあると不安になりがち。気をつけながら活動を続ける。
新聞紙でバッグを作って置いている。なくなれば補充している。手に取り持ち帰ってもらう場、必要とされていると思うと意欲・やる気につながる。DSでの活用とか、活動の場を検討してみよう。	人との交流は案外あるが、今よりも寂しさを感じているのは読み書きができない劣等感からではないか？ 訪問リハのSTIに文字の読み書きを教えてください。 ヘルプマークをつけてみる(申請基準は不明)
飲み薬の管理。飲み間違いがあるなら一包化。アマルール:遅れて飲んだ時は必ず食事をする(低血糖予防)など指導を。	火曜10:00～サロン(1回100円、イベントにはクリスマスビンゴ大会など有) 住民が集まっているので是非参加してみよう？
ひ孫に協力してもらい、SNSを活用してカゴの投稿する。 家族に友人のところへ連れ出してもらおう。送迎。 →家族に小言を言わなくて済むように、外に目を向けられるようお手伝いする。	足のトレーニング。自分で通えたり移動できる能力をつけて、自分で買い物したり交流の場に行ってみよう？
カゴを売ることも意識。「お金になる」という経験。孫やひ孫に手伝ってもらってメルカリなどに出品(アプリ活用)。	ケアマネの存在が本人の抛り所なので、これからも関わりを！ オーラルフレイルのリスク心配。誤嚥性肺炎の予防のため口腔体操。 うつ症状(気分の浮き沈み)に注意、見守りを。がんばりすぎてストレスにならないよう支援する。
近くの自治会館のサロンにカゴを持っていく。カゴ作り教えてあげる機会(現在サロンの活動なし)。 こども食堂が活発なのでカゴを献上して活用してもらおう。	ピカルタミド80mg…前立腺がんの薬。処方については確認を。
施設や入所の方にカゴ編みの作り方を教えながら一緒につくる。 フリマやマルシェに出品、施設のイベント等で売る機会提供。	民生委員とのつながりを切り口に地域の場へ参加を検討してみる。交流を広げてみる。(交流範囲の拡大が負担にならないように)
小学校での交流会へ参加して、子どもたちと一緒に作品作りや昔話等、聞かせてあげる。 百歳体操へ参加し、筋力運動につなげる。 書道、習字教室への参加。不可能であれば通信に挑戦してみる。 プリンターを購入して、簡単な野菜を作り楽しむ。	心房細動等をベースにした心不全。 太極拳に通いたいとのことだが、普段の生活から息切れ、浮腫はないか？なければ、心不全の予防に太極拳は良い運動。 体重増加＝心不全増悪の可能性。体重増加や浮腫がないことなどは普段より確認。
	今出来ていることは立派な事だと評価してあげる事も大切。 多人数での交流ではなく少人数での信頼できる友人を見つけてあげる。 散歩で自宅周辺の視野を広げて近所の方との交流の機会を増やす。 家族支援は可能なので、週1回買い物した後、一品でも一緒に料理を作り、一緒に食事時間を楽しむ。 地域活動に興味があることから、体調に合わせ無理のない程度の清掃活動に参加してみる。 DS以外の曜日にコーディネーターとの電話での交流。

<p>小さなフリーマーケットスペースの共同利用などでできれば。 公民館など、地域で近い場所で行える売買場所の確保。</p>	<p>うつ病の方であれば、集団の中で行える作業などをデイサービスにて行った方が友人もでき気晴らしになるのではないかな。</p>
<p>屋外での歩行に対するニーズもあったので、デイケアでの運動提供もありかなと思った。(興味関心チェックシート以外に)満足度や遂行度なども聴取しても良いかなと思った。</p>	<p>うつ病の方は頑張りすぎる傾向にある(「頑張りましょう」などの声かけは禁句なくらい)。集団で取り組めて、単純な工程かつ反復できるような作業の提案は理想とされているので、検討してみても良いかも。精神面の安定を図った後に少しずつ難易度を上げるといいと思う。</p>
<p>ケアマネの訪問の時に話をしたこと聞いてくれたことを、嬉しそうに話される利用者が多い。民生委員やサロンの友達とは違う特別な相談相手であるケアマネの存在は大きいと思う。1対1で話ができるケアマネとの時間を大切にしたいと思った。</p>	
<p>高齢者の手作り作品を代わりに出品してくれるような家族、ボランティア。フリマサイトや道の駅などで商品として売れば、生きがいにつながるのでは。</p>	<p>自律神経の乱れが痛みにも大きく影響してくると思うので、本人もしてみたいと思っている温泉に、定期的に連れて行ってもらえるようなサービスがあれば。現在入浴が週2〜3回なので、増やせると良い。血流がよくなって痛みの緩和につながるのではないかな。 オーラルフレイルリスクがあるため、口腔体操を生活に取り入れられるとよい(市内の地区によっては通いの場での口腔体操を実施している)。できれば歯科のかかりつけが持てると良い。</p>
<p>フリーマーケットに出品してみる。</p>	<p>いとこ(海外)と連絡のつきやすい時間帯で連絡を取り、コミュニケーションが取れる人を得る。</p>
<p>(広さにもよるが)自宅の離れで友人等と一緒にカゴ編み教室のような形で作って、交流する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・向上心のある方ということで、本人に抵抗がなければ、今からでも読み書きの練習をしてみる(小学生のドリル、通信講座など) ・今やっている楽しいことに目を向け、裁縫のボランティアはとても価値のある事ということを伝える。ケアマネや民生委員など活動を知っている人にほめてもらう。 ・民生委員の犬の散歩と一緒に散歩する。 ・ヘルプマークについて、本人が見せる事に抵抗があれば、一人で外出するときや窓口で手続きが必要になりそうな時など、自分が困った時や手助けが必要になったときだけ提示する形で使っても良いと思った。
<p>夫が他界後、女手一つでがんばってきたと思うので、家族みんなでそこは尊重してあげてほしい。内服管理できるならほぼクリアに近い。小言は学び事ととらえ、阻害しないでほしい。できた作品はメルカリやヤフオクで出品し、喜びにつなげてあげたい。また、「96歳の日常…」とTiktok等で共有し、つながりを作るのもいいと思う。DS等では、講座としてカゴ作り教室はいかがだろうか。</p>	<p>タブレットを活用し、筆談、筆記の練習。Siriやアレクサ等で、寂しい時は話し相手に…。前向きであるからこそ、ムリをせず、一步一步、交流を続けながら、今の自分を認めてあげることが大事なのかな、と思う。</p>
<p>通所介護で他利用者にカゴ編みを教える機会を作ってもらおう。</p>	<p>「お参り・宗教活動してみたい」とのことなので、写経をすすめては…。</p>
<ul style="list-style-type: none"> ・作ったカゴはJAや道の駅での販売 ・孫の力を借りてメルカリに出品 ・デイサービスで作り方を教えて一緒に作成する。 	<p>青空公園で太極拳をやっているのだから、参加してみる。</p>
<ul style="list-style-type: none"> ・フリーマーケットで高齢者の手作りを販売する業者があるといい。 ・お寺が檀家を集めてイベント ・子ども食堂にカゴを提供し、その子どもに手紙を書いてもらう。 	<p>サスケをつけて相談する。</p>

<p>メルカリやインターネット、SNSの活用は新鮮。 ・フリーマーケット等の利用支援があればより良いのでは。</p>	
<p>・支所や自治会館などの施設に「ご自由にお取りください」と手作りのカゴを置いてみる。可能であれば。 ・公的な場所やデイサービス、本人が受診している病院の受付口に手作りカゴを置かせてもらい、カゴを取った人には一言簡単なアンケートを書いてもらおうと、本人がそのアンケートを見る事で人の役に立っているという気持ちを持ち、意欲の向上につながっていくと思う。</p>	<p>・独居の人に対し、民生委員、福祉員、コーディネーターやサービス事業所などいろいろな人が関わっているので、この方に関わる時間をみんなが少しずつ持つようにすることで、『見守ってもらっている』安心感を得てもらえるのではないかな。 ・独居であり何かあった時に、頼れる人が近くにいない不安感を少しでも解消できるように、「いきかたノート」を活用してみてもどうか。 ・今から挑戦されること(太極拳)を応援していくことで十分だと感じた。 ・公民館活動で太極拳をしているところがあるので行ってみる。</p>
<p>民生委員⇄CMへの情報共有や「こんなことやってます！」みたいな地域情報をもっと出来るといいなと思った。 物の売り買いや交換等、福祉施設や学校等のバザーなども活用できたらいいのではないかな？ 通いの場をもっと地域の人が参加しやすく声かけや紹介があればいいなと思った。</p>	
<p>現在利用されているデイの利用の中で、できる範囲で自分の希望されていることが何らかの形で実現できると良いのではと思った。もし他のデイの事業所で本人の希望にあうところがあれば替わるという選択肢もあるのかもと思った。</p>	<p>興味関心チェックシートで「旅行してみたい」となっているので、旅行会社の人に相談して無理なく行けるようなプランを立ててもらい、長期の目標に向けてできることや必要なことを少しずつ行っていけるとよいのではと思った。</p>
	<p>サスケを設置すると相談ボタンで夕方は話をきいてくれるかも…。不安な時に話をきいてくれる安心なツールになるかもです。</p>
<p>カゴ販売のシステム。 地域や学校のバザー等出展案内～手配まで。 地域の文化祭があればそこで見てもらう。 コミュニティーセンターのサークルがあればカゴ作り教室を行う。</p>	<p>傾聴ボランティア</p>
<p>子ども食堂や、一人暮らしのお年寄りを支援する動きはあるが、多世代同居の家族は支援していないというか、支援できない現状。サロンの充実や誰でも集えるカフェがあったら良いなと思う。</p>	