



# 区専門職（PT・OT）巡回支援

## 事例集

### <第1版>

《巡回支援施設》

令和6年度 済美職業実習所・ビーイングバンブー高円寺

#### 1 食事

◆食材提供の工夫	事例1	早食い傾向に対し、食材の適切なカットで食事の安全性が向上した事例	2 頁
◆食具の工夫	事例2	食器の工夫で食事の自立度を上げる取り組みをした事例	3 頁

#### 2 座位保持・姿勢

◆椅子の調整	事例3	椅子の調整により、作業中の足組みを解消し姿勢が良くなった事例	4 頁
◆作業環境の工夫	事例4	作業環境の工夫により左に傾く姿勢が改善した事例	6 頁

#### 3 立位・歩行

◆介助方法の見直し	事例5	歩行介助の見直しにより、転倒予防の対応を強化した事例	7 頁
◆靴の調整	事例6	靴のサイズを変更し、転倒リスクの軽減した事例	8 頁

#### 4.体を動かす

◆身体を正しく動かす工夫	事例7	猫背に対し、胸・背中ストレッチを導入した事例	9 頁
--------------	-----	------------------------	-----

# 1 食事

## ◆食材提供の工夫

### 事例 1 早食い傾向に対し、食材の適切なカットで食事の安全性が向上した事例

<b>障害種別</b> 知的 <b>障害者手帳</b> 愛の手帳 2 度 <b>支援区分</b> 5 <b>その他</b> 自閉症 <b>年齢</b> 50 代後半	
<b>課題</b>	早食いの傾向 ・早食いで、かけこみ食べの傾向あり。一口の食べる量も多く、誤嚥や窒息のリスクがある。
<b>対応</b>	食材の適切なカット ・給食は、業者に委託して施設内で調理している。食材の提供にあたり、大きいまま提供しないよう、食材の硬さに応じて、カットサイズを委託業者と調整した。 例) おでんのゆで卵を 4 等分 ・食事中にも、食材に応じてさらにカットが必要な場合は、配膳後に職員が確認しカットしている。
<b>期待される効果</b>	食事の安全性向上 ・早食い傾向に対して、食材の適切なカットを行うことで、口腔運動の促し、丸吞みを防止するなど、安全性の向上が見込まれる。
<b>その他</b>	関係機関との支援の共有 ・グループホームに施設での食事提供にあたっての対応を共有し、同様の対応をお願いしたことで、一貫した支援を行えた。

### 類似事例

<b>食材の カット①</b>	<b>課題</b>	歯の欠損により噛む力が不十分で、嚥下しても口の中に食べ物が残ってしまうことが多い。
	<b>対応</b>	本来は、口腔機能に合わせた食形態にするべきだが、対応が難しいため、一口量にカットした。 例) ブロッコリーが丸々提供され味噌汁で流し込んでいたので、半分カットに変更
<b>食材の カット②</b>	<b>課題</b>	歯列がないため、食事の配慮が必要である。
	<b>対応</b>	ご本人の前で「切りますね」と声をかけながら一口大で提供した。
<b>早食い 対応</b>	<b>課題</b>	極端な早食いのため、小分けにしても全量を一度に口に入れ詰め込み食べをする。
	<b>対応</b>	・一口程度の量を小皿に提供し、嚥下確認後に次の小皿を提供することにした。特に麺類は、2-3 センチ程度にカットしスープと麺を分けて提供、また必要に応じて、スープにとろみ付け検討をした。 ・職員間で提供量を統一し、隣での継続的な見守りをしながら、ペース配分の声掛けをするなど確認の徹底をした。

## ◆食具の工夫

### 事例 2 食器の工夫で食事の自立度を上げる取り組みをした事例

<b>障害種別</b> <b>年齢</b>	知的 <b>障害者手帳</b> 愛の手帳 2 度 <b>支援区分</b> 6 <b>その他</b> 自閉症 10 代後半
<b>課題</b>	自分で食べる経験が少ない ・自食の経験が少なく、食具を使い慣れていない様子がみられる。 ・通常の食器は持ちにくいなど、使い方に課題が出ている。
<b>対応</b>	食器の工夫と左手の使用促進 ・本人が左手でお皿を支える練習を継続的に実施した。常に職員が手を添える介助から、徐々に本人のみでお皿を支えられるように、段階的な支援を行った。 ・右手で食材をすくう動作に関しても、職員が肘を支えながらすくう動作から、本人だけですくうように段階的な支援を行った。 ・スープカップから、本人がより持ちやすい持ち手付きカップへの変更検討
<b>期待される効果</b>	食事の自立度の向上 ・お皿を支える、食材をすくうなどの動作を自ら行う姿が見られはじめた。 ・自食できる時間が多く、集中して食べられるようになってきたため、食事時間が短縮されはじめている。
<b>その他</b>	本人のモチベーションの向上 ・食事の様子を写真に撮り、本人と共有することで、自信につながっている。 家庭との連携の重要性 ・自食の取り組みは通所施設のみとなっているため、今後は自宅でも自食の機会を設けるなど、家庭と連携しながら、食事の自立度向上を目標に一貫した支援が重要と考えられる。

#### 類似事例

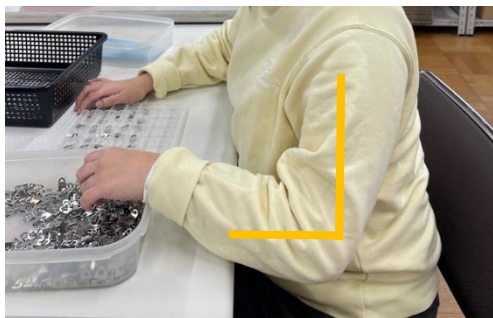
<b>口の形状に合わせたスプーンの使用</b>	<b>課題</b> 上顎のくぼみが通常より深い（高口蓋）の特徴あり、食べ物をつまみとめることが難しく、誤嚥のリスクがある。また、お茶碗を持って口に近づけて食べる傾向があり、かきこみ食べになりやすい。 <b>対応</b> 箸の使用は上手く操作することができず、お茶碗を口に近づけて、余計にかきこんでしまうため、スプーンですくって食べるようにした。カレー Spoon よりも幅が狭い Spoon を使用することで、すくって食べる一口量が調整され、食事の安全性が向上した。
-------------------------	--

## 2 座位保持・姿勢

### ◆ 椅子の調整

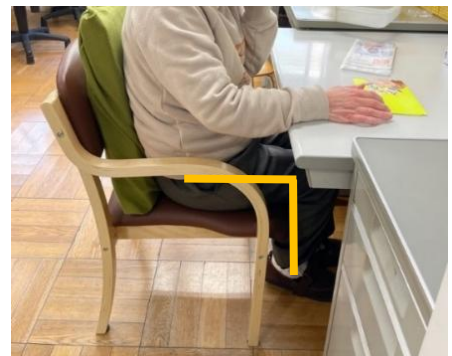
#### 事例 3 椅子の調整により、作業中の足組みを解消し姿勢が良くなった事例

<b>障害種別</b> 知的 <b>年齢</b> 50 代後半	<b>障害者手帳</b> 愛の手帳 2 度 <b>支援区分</b> 5 <b>その他</b> 自閉症
<b>課題</b>	作業時の姿勢の崩れ ・椅子に座った状態で足を組む習慣があり、姿勢が崩れやすい。 ・椅子にクッションを敷いているが、使用目的がわからなくなっており、椅子の高さも本人に合っていない状態だった。
<b>対応</b>	椅子の高さ調整 ・両足が床につく高さに（股・腰・足関節が各 90 度になる等が理想）に椅子を調整し、使用目的が不明なクッションは無くした。 ・足組み防止のための声かけを、職員も意識して行った。 ・机と椅子についても、肘が 90 度になるように調整を行った。
<b>期待される効果</b>	・作業中の姿勢が改善されたことで、足組みが解消されはじめた。



・机の高さは肘が 90 度になる高さに設定する。

・椅子は膝が 90 度になる高さに設定する。



#### 類似事例

##### 椅子の高さの調整

- 課題** 椅子の高さが合っておらず、座って作業をしていると、身体が左に傾いていく傾向があった。
- 対応** ・椅子の高さ調整（骨盤が起き、両足が床に付いて膝関節 90 度）を行い、正しい姿勢になるよう調整した。  
 ・肘付き椅子を推奨することで、姿勢が崩れた際に、本人に肘付きに手をついて姿勢を直す声かけができ、正しい姿勢に戻せるようになった。

<b>椅子を変更①</b>	<p><b>課題</b> 作業中の椅子が、不良姿勢になりやすかった。</p> <p><b>対応</b> ・新しい専用椅子を導入することで、座位姿勢の改善を試みた。新しい椅子については、①膝関節 90°で足裏がつくか、②座面・奥行があっているかを選定基準とした。</p> <p>・やや奥行があり身体が後ろに倒れるため、背もたれ部分にクッションを置いて骨盤を起こせるよう、微調整したことで、より姿勢が改善した。</p> <p>・良い姿勢になることで、椅子からの立ち上がり易さもみられた。</p>
<b>椅子を変更②</b>	<p><b>課題</b> 座面が回る椅子を使用していたため、姿勢が崩れやすく足を組んでしまう癖ができてしまっていた。</p> <p><b>対応</b> ・座面が固定された安定性の高いものに変更し、深く座るよう定期的な声かけを継続した。</p> <p>・足組みの頻度が減少し、椅子にしっかりと腰掛けられることで、作業姿勢が改善し、落ち着いて作業できるようになった。</p>
<b>クッション等の活用①</b>	<p><b>課題</b> 右側に体を過度に傾けて座ることが多く、変形拘縮のリスクがあった。</p> <p><b>対応</b> 座面クッションの右側に高さをつけることで、過度な傾きを調整した。左右のバランスが調整され、右側への傾きが軽減された。</p>
<b>クッション等の活用②</b>	<p><b>課題</b> 小柄な体格のため、椅子に奥行が出てしまい、背もたれによりかかるような姿勢になってしまう。</p> <p><b>対応</b> 背中と椅子の間にタオルを挟むことで、姿勢が安定した。タオルは落ちやすいため、ビート板や発泡スチロールなど固定できる素材を検討していく。</p>
<b>本人の意思を尊重しそのまま経過観察</b>	<p><b>課題</b> 体格に対して椅子が低く、椅子の高さが合っていない状態だった。</p> <p><b>対応</b> 本人の体格にあった高さの椅子を勧めたが、本人が気に入らず、特に大きな問題なく現状の椅子でも作業可能なため、意思を尊重し椅子の変更は行わず経過観察とした。</p>

## 参考

### 《理想的な座位のポイント》

- ☐ 首・胸・骨盤が一直線
- ☐ 股関節・膝関節はほぼ直角
- ☐ 足底が地面についている
- ☐ 頭・顎が前にですぎしていない
- ☐ 腰を反りすぎしていない
- ☐ 猫背になっていない





## ◆作業環境の工夫

### 事例 4 作業環境の工夫により左に傾く姿勢が改善した事例

<b>障害種別</b>	知的	<b>障害者手帳</b>	愛の手帳 2 度	<b>支援区分</b>	5	<b>その他</b>	自閉症・てんかん
<b>年齢</b>	50 代前半						
<b>課題</b>	作業時に左側へ傾く姿勢 <ul style="list-style-type: none"> <li>・座位での作業時、左側に傾いて作業する習慣がある。</li> <li>・肘付き椅子の左側にもたれるような姿勢になりやすい。</li> <li>・姿勢の崩れによる作業効率の低下がみられた。</li> </ul>						
<b>対応</b>	作業時の環境調整 <ul style="list-style-type: none"> <li>・左側への傾きを防ぐため、作業物品等の配置を中央にする設定した。物の配置が一目でわかりやすくなるように、作業スペースにテープで目印をつけた。</li> <li>・作業物品等には滑り止めシートを使用して、物品が動いてしまわないように工夫した。</li> </ul>						
<b>期待される効果</b>	正しい姿勢の時間が増加 <ul style="list-style-type: none"> <li>・作業物品の位置決めることで、左に傾くことが減った。</li> <li>・姿勢が安定することで、作業効率の向上がみられた。</li> </ul>						



### 類似事例

<b>作業物品の配置の工夫①</b>	<b>課題</b> 左利きで、作業中に右に傾く傾向があった。 <b>対応</b> 作業物品を適切な位置に置き、作業するように声かけを行うことで、姿勢が改善された。
<b>作業物品の配置の工夫②</b>	<b>課題</b> 前かがみで、左肘が落ちやすく、体を胸のところで机につけて作業する長年の習慣になっていた。 <b>対応</b> 作業物品を真ん中または右寄りに配置し、滑り止めシートを使用することで、作業中のずれを防止した。また、テーブルに両肘をつけた作業姿勢を試みたことで、姿勢が改善した。

### 3 立位・歩行

#### ◆ 介助方法の見直し

#### 事例 5 歩行介助の見直しにより、転倒予防の対応を強化した事例

<b>障害種別</b> 知的 <b>障害者手帳</b> 愛の手帳 3 度 <b>支援区分</b> 4 <b>その他</b> 歩行器使用 <b>年齢</b> 60 代後半	
<b>課題</b>	職員により介助方法が確立していない ・歩行時、右側に特に転倒しやすく、方向転換や曲がり角で、特に不安定になりやすい。 ・速さのコントロールができず、前方へ突進傾向がある。 ・歩行時の介助方法が職員間で統一されていない。
<b>対応</b>	右側からの見守り支援 ・全体的に右側に弱さがあるため、職員は手が届く距離で、できるだけ本人の右側に位置取り、転倒リスクに備える支援方法で統一した。
<b>期待される効果</b>	転倒防止の強化 ・職員の介助方法が確立することで、より転倒防止に備える支援ができ、実際に右側への転倒を即座に防止することができた。

#### 参考

##### ○歩行介助

##### 《一般的な歩行介助方法》

- ☐ 歩行介助者は要介護者の斜め後ろに立つ
- ☐ 歩行を妨げない範囲で近づく
- ☐ バランスを崩した時に支えられるポジション



## ◆靴の調整

### 事例 6 靴のサイズを変更し、転倒リスクの軽減した事例

<b>障害種別</b>	知的	<b>障害者手帳</b>	愛の手帳 2 度	<b>支援区分</b>	4
<b>年齢</b>	60 代半ば				
<b>課題</b>	靴のサイズが合っていない（大きすぎる） ・足に合わない靴（脱げやすい、踵を踏みやすい、足の裏が密着していない等）を使用していることで、歩行の不安定さや転倒リスクの増大がみられた。				
<b>対応</b>	靴のサイズ変更 ・適切なサイズ、踵部分がホールドされたような形状の靴を選定した。				
<b>期待される効果</b>	転倒リスクの軽減 ・不整地（屋外、坂道、階段等）の歩行が安定した。				
<b>その他</b>	継続的な靴の状態の確認 ・職員が継続的に靴の状態を確認していくことは、転倒リスクを軽減することにつながる。				

### 類似事例

<b>靴を変えた事例 ①</b>	<b>課題</b> 靴の踵を踏んで歩く習慣があり、踵部分を含め、全体的に薄く柔らかい靴を使用していたため、階段昇降時に危険な状態だった。 <b>対応</b> 踵を踏まないスニーカータイプ（足首まで高さのあるもの）の靴に変更したことで、踵を踏むことがなくなり、階段昇降の危険が減った。
<b>靴を変えた事例 ②</b>	<b>課題</b> 立位時の右側への傾きが顕著であり、靴底の内側のすり減りが進行しやすく、サイズが合わず、踵部分に不安定性のある靴を使用していたためか、踵を踏んで歩く習慣もあった。 <b>対応</b> 足首ホールド機能付き靴への変更することで、立位時の安定性が向上した。

・踵を踏まないスニーカータイプの靴





## 4 身体を動かす

### ◆身体を動かす工夫

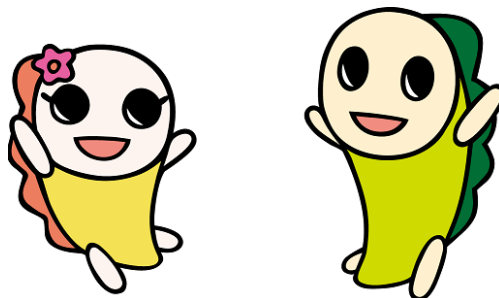
#### 事例 7 猫背に対し、胸・背中のストレッチを導入した事例

<b>障害種別</b>	知的	<b>障害者手帳</b>	愛の手帳 2 度	<b>支援区分</b>	5
<b>年齢</b>	10 代後半				
<b>課題</b>	猫背傾向と関節の硬さ ・猫背による身体的機能（呼吸機能・摂食機能等）への影響が懸念される。 ・長期休み後は関節の硬さと側弯の状態の悪化がみられる。				
<b>対応</b>	胸・背中のストレッチ導入 ・食後、マットに横になる（仰向けの状態）時に、胸や背中の位置に枕を入れて、背中を伸ばすストレッチを実施した。 ・日常的に腕を伸ばし、背筋も伸ばす機会を増やした。				
<b>期待される効果</b>	側弯及び猫背の進行予防 ・本人もストレッチを気に入リ、継続したストレッチを行うことができている。				
<b>その他</b>	医療機関との連携 ・整形外科の受診履歴がないため、今後受診を進めていき、医療機関と連携しながら、身体機能の維持を行うことが重要である。				

#### 類似事例

<b>グループ活動での運動習慣①</b>	<b>課題</b> 運動への興味があまりなく、体を動かすことを億劫に思っている利用者がいた。 <b>対応</b> ・休憩時間や作業の合間に、小グループで「すぎなみはつらつ体操(杉並保健所保健サービス課)」を活用したプログラムを実施した。 ・小グループで実施することで、利用者同士で楽しみながら、他者の動きを参考にできる環境で実施でき、運動への参加意欲が向上した。
<b>グループ活動での運動習慣②</b>	<b>課題</b> 肩を回すときの可動域が狭かったり、体のひねり動作の時に椅子ごと回転しまったりなど、見本の運動をうまく真似することができない。 <b>対応</b> ・グループと一緒に、体を動かす目的を伝え、具体的に見本の動作を見せながら行った。 ・小グループで行うことで、相互刺激をしながら実施し、正しい身体の動かし方を理解でき、習慣となるようつなげた。

<p><b>身体を動かすプログラム</b></p>	<p><b>対応</b> 「すぎなみはつらつ体操(杉並保健所保健サービス課)」を活用したプログラム</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・肩の上下の動き、背中の伸ばし、腕のぶらぶら運動</li> <li>・体の上方への引き伸ばし、首を伸ばす、体をねじる運動など</li> </ul> <p>参考 杉並区はつらつ体操  <a href="https://www.city.suginami.tokyo.jp/documents/1172/03_2suginamihaturatutaisou.pdf">https://www.city.suginami.tokyo.jp/documents/1172/03_2suginamihaturatutaisou.pdf</a></p>
<p><b>日常生活での体を動かす工夫①</b></p>	<p><b>対応</b> ホワイトボードの掲示物を頭よりも高い位置に貼り付ける等、日常的に腕を伸ばしたり、背筋も伸ばす機会を増やす。</p>
<p><b>日常生活での体を動かす工夫②</b></p>	<p><b>課題</b> 手の平（親指と小指）の膨らみがあまりなく、手先の細かい動きが難しい。</p> <p><b>対応</b> ・雑巾掛け活動の導入し、手のひらに力がかかる機会を増やし、手先の動作の向上を試みた。</p> <p>・手先の動作には、肩周辺の安定性も必要であり、手先に連動する筋力の向上が期待される。</p>



区専門職(PT・OT)巡回支援事例集 第1版  
 令和7年12月1日  
 杉並区保健福祉部障害者施設支援課事業者支援係  
 電話 03-5307-0377  
 Fax 03-5307-0772