

11月モニタリング

〇〇 〇〇 様

通所介護計画 短期目標 (10月～12月)

- ① 現在の身体の状況の悪化なく日常生活を送る事が出来る
- ② 定期的に外出レクリエーションの実施

	A	B	C
施策	外出レクリエーションによる 下半身の筋力強化	脳トレを重視した レクリエーションの実施	体力作りを重視した機能訓練を行い 体力・筋力・バランス能力の 向上に努める
実施内容	・外食レクリエーション ・お散歩レクリエーション (目標：往復1000歩) ※手洗いうがいの徹底	・職員を含めて食生活に関する本を音読 する	・新宿いきいき体操を職員と一緒に 行う
結果	一部達成	達成	一部達成
ご利用者様 感想	外食が好きなので楽しかったです。 どんどん行きたい。 目的のない散歩はあまり気が進みませ ん。	お勉強になりました。	新宿いきいき体操はやったことがありま したのでとつきやすかったです。 楽しかったです。
考察	今月は外食イベントと他のご利用者さん が高齢者福祉大会に出演していたので、 近くの文化センターまで歩いて見に行く ことができました。 天候が悪かった日や、ご本人の体調が思 わしくない日は行いませんでした。 毎週月曜日に社交ダンスに通われていま すが、足が痛くダンスシューズがはけな いため、ほとんど踊っていないよう です。お友達と外出することも多いよう ですが、事業所でも可能な日はどんどん運 動するのが良さそうです。	ここ3か月ほど少し体重が増えていらっ しゃると、私生活でお魚を食べること が少ないようなので、食生活の見直しを 行いました。 通所後の体操の後にご本人にも音読をし ていただくことで脳の活性化も行えたと 思います。	実施初日にご本人の体調不良で実施でき ませんでした。翌週以降は全日実施でき ました。椅子に座ったままの体操と、 他って行う体操があるのでその日の体調 に合わせて行えるのでいいと思います。 適度な運動になりました。
反省課題	ご本人も外出がお好きなので、適度な運 動と歩く癖付の為に引き続き施策を継続し ます。	音読は口腔体操にもつながり、習慣づけ ると良いので読む内容を変更して引き続 き行います。	引き続き行います。 各地域によっていろいろな体操があるの で、一通り慣れてきましたら他の体操に も挑戦いたします。
その他 報告	お休みなく通所していただいています。 夏の短期入院以来、予定がある日も他の日に振り替えを行っていただき通所していただいています。 引き続き楽しく通所を行っていただけるように努力してまいります。		