

介護予防事業 等のための

安全管理マニュアル

伊平屋村役場
福祉保健課

1. 安全な事業運営のための基本的な考え方

◎ リスクマネジメント(安全の保障;安全管理体制の構築)の視点

◎ 事業実施効果(サービスの質の保障)の視点

2. 転倒のリスクファクターと参加者の評価

介護予防事業等、高齢者を対象とする事業では、参加者側のリスクが相対的に高くなることを念頭において、安全管理を図る必要がある。

参加者の一人ひとりが、どんな疾患や障害を持ち、どんな薬剤を飲んでいるのか、その薬剤の性質はどんなものであるのか、を把握していなければならない。

また、過去 1 年間の転倒の経験は、全ての要因の中で最も強いリスクと認識し、転倒経験の有無を必須確認事項とする必要がある。

⇒【基本チェックリスト】に該当項目あり。

参加者には事業参加に先立ち、必ずチェックリストの聴取を実施する。

更に、事業の企画・運営にあたっては、下記に挙げる外的要因(【図 1: 転倒の要因】参照)に注意を払い、実施環境を整えることが重要となる。

これらの要因を複数持ちながら事業に参加される高齢者には、あらかじめリスク評価を行い、危険性を予測し、対応策も計画しておく必要がある。



図. 転倒の要因

表 1. 転倒に高く関与する危険因子：単一変量分析の結果

リスクファクター	有意な関連を示した試験数/ その因子を検討している試験数	平均相対 危険率	範囲 (range)
筋力低下	10/11	4.4	1.5-10.3
転倒の既往	12/13	3.0	1.7-7.0
歩行障害	10/12	2.9	1.3-5.6
バランス障害	8/11	2.9	1.6-5.4
補助具の使用	8/8	2.6	1.2-4.6
視覚障害	6/12	2.5	1.6-3.5
関節炎	3/7	2.4	1.9-2.9
ADL 障害	8/9	2.3	1.5-3.1
うつ	3/6	2.2	1.7-2.5
認知障害	4/11	1.8	1.0-2.3
年齢 > 80 歳	5/8	1.7	1.1-2.5

過去一年に転んだことがありますか？	(はい いいえ)	
「はい」の場合、転倒回数(回/年)		
1. つまづくことがありますか	(はい いいえ)	身体機能
2. 手すりを使わないと階段昇降ができませんか	(はい いいえ)	
3. 歩く速度が遅くなってきましたか	(はい いいえ)	
4. 横断歩道を青のうちに渡りきれますか	(はい いいえ)	
5. 1kmくらい続けて歩けますか	(はい いいえ)	
6. 片足で5秒くらい立つことができますか	(はい いいえ)	
7. 杖をつかっていますか	(はい いいえ)	
8. タオルはかたく絞れますか	(はい いいえ)	
9. めまい・ふらつきがありますか	(はい いいえ)	認知 感覚器 骨運動器
10. 背中が丸くなってきましたか	(はい いいえ)	
11. 膝が痛みますか	(はい いいえ)	
12. 目が見えにくいですか	(はい いいえ)	
13. 耳が聞こえにくいですか	(はい いいえ)	
14. もの忘れが気になりますか	(はい いいえ)	
15. 転ばないかと不安になりますか	(はい いいえ)	
16. 毎日、お薬を5種類以上飲んでいますか	(はい いいえ)	
17. 家の中が暗く感じますか	(はい いいえ)	環境要因
18. 家の中によけて通るものがありますか	(はい いいえ)	
19. 家の中に段差がありますか	(はい いいえ)	
20. 階段を使わなくてはなりませんか	(はい いいえ)	
21. 生活上、急な坂道を歩きますか	(はい いいえ)	

図 2 転倒スコア

3. プログラム実施の際の留意点（バイタル・チェックと参加の可否の決定）

（1）プログラム実施前の留意点

- ① 実施前の状態チェックで、以下に該当する場合は運動を実施しない。
 - ・ 安静時に収縮期血圧 180mmHg 以上、または拡張期血圧 110mmHg 以上である場合
 - ・ 安静時脈拍数が 110 拍/分以上、または 50 拍/分以下の場合
 - ・ いつもと異なる脈の不整がある場合
 - ・ 関節痛、腰痛など慢性的な症状の悪化
 - ・ その他、体調不良などの自覚症状を訴える場合
- ② 参加の事前注意として以下の項目を参加者に周知する。
 - ・ 運動直前の食事は避ける
 - ・ 水分補給を十分に行う
 - ・ 睡眠不足、体調不良の時には無理をしない
 - ・ 身体に何らかの変調がある場合には、従事者に伝える（感冒、胸痛、頭痛、めまい、下痢など）

（2）プログラム提供中の留意点

- ① 不良姿勢で局所的な筋緊張を生じ、誤用による局所の筋疲労を生じさせることを回避するために、常に正しい運動姿勢を保つように配慮しながら実施する。
- ② 一定期間運動を続けていると、疲労の蓄積などにより一時的に運動器の機能が低下する場合がある。この場合は、負荷量を著明に減少させて疲労の回復を図る。
- ③ 実施中には、以下の自覚症状や他覚所見に基づく安全の確認を行う。
 - ・ 顔面蒼白、冷や汗
 - ・ 吐き気、嘔吐
 - ・ 脈拍、血圧
- ④ 高齢者は喉の渇きを感じにくく、また頻尿を心配して水分を控えることから脱水を起こしやすいため、こまめに水分補給の時間を設ける。

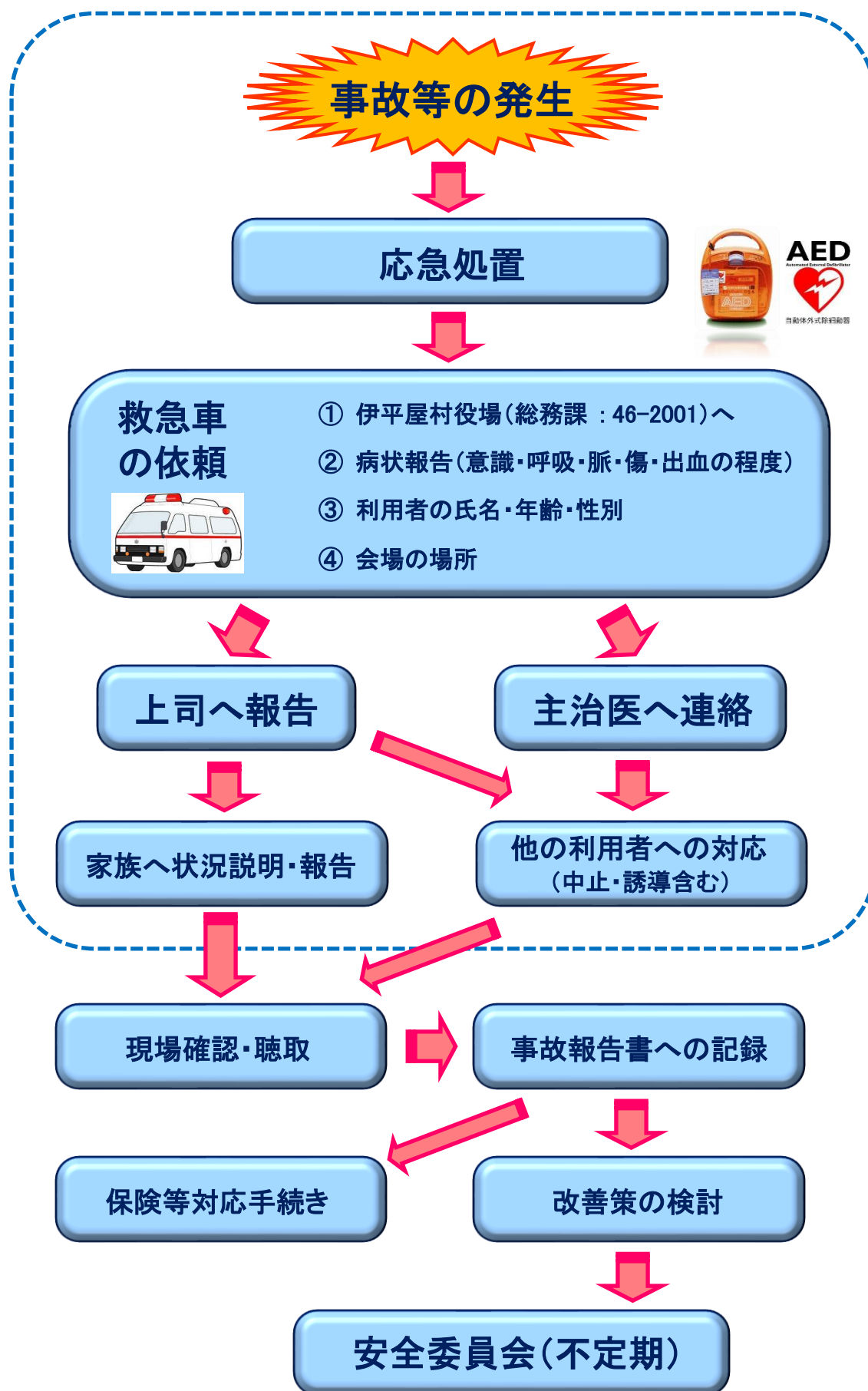
（3）プログラム終了後の留意点

プログラム終了後は、すぐに解散することなく、しばらく対象者の状態を観察する。

プログラム提供の後に対象者が次の状態である場合は、医療機関受診など必要な処置をとる。

- ・ 安静時に収縮期血圧 180mmHg 以上、または拡張期血圧 110mmHg 以上である場合
- ・ 安静時脈拍数が 110 拍/分以上、または、50 拍/分以下の場合
- ・ いつもと異なる脈の不整がある場合
- ・ その他、体調不良などのプログラム提供中の留意点に述べた自覚症状を訴える場合

4. 事故発生時の緊急連絡体制(フローチャート)



※ 組織的な原因の分析と再発防止の検討等

5. その他

(1) AED(自動対外式除細動器)の設置

本事業を実施する施設においては、AED(自動対外式除細動器)を設置することが望ましい。

(2) 事故報告について

プログラム利用中に負傷した場合及び利用者や家族から苦情が出ている場合には、事故報告書【別紙様式】を用いて、報告すること。

[参考文献]

- 1) 運動器の機能向上マニュアル(改訂版), 2009
- 2) 静岡県総合健康センター, 介護予防教室等のための安全管理マニュアル
- 3) 鈴木隆雄, 転倒の疫学, 日本老年医学雑誌, 2003;40(2):86