

事業所名 グループホーム憩

運営推進会議開催報告書

開催日時 令和 8年 7月 23日 (木)		
参 加 者 (照会依頼含む)		議 題
利用者	0名	1. 行事報告
利用者家族	0名	2. 行事予定
地域住民の代表者	1名	3. 利用者様状況
市職員	1名	4. 身体拘束適正化検討委員会より
地域包括支援センター	1名	5. 質疑応答
事業所	3名	6. 次回予定日
会 議 録		
1. 行事報告 6月10日 誕生日会を行いました。色紙の寄せ書きをプレゼントさせて頂きました。おやつ時には、手作りのクレープを召し上がって頂きました。 6月11日 感染対策委員会・感染対策訓練を行いました。台所での食中毒対策をテーマにしました。 6月23日 ホームの屋外にてBBQを行いました。 7月6日 七夕祭りを行いました。それぞれの願いを書いた短冊を竹に飾りました。昼食には、巻き寿司・いなり寿司・そうめん・かき揚げを召し上がって頂きました。おやつ時には、手作りの寒天フルーツの盛り合わせを召し上がって頂きました。 7月16日 ボランティアの方のハンドマッサージの施術を2名の利用者様が受けられました。 2. 行事予定 8月：夏祭り・スイカ割り・花火大会／9月：敬老会		

3. 利用者様状況

介護度	人数
要支援 2	0 名
要介護 1	1 名
要介護 2	2 名
要介護 3	2 名
要介護 4	1 名
要介護 5	3 名
平均介護度	3.3

男性 2 名 ・ 女性 7 名／平均年齢 84.5 歳

4. 身体拘束適正化検討委員会より

～トイレ頻回の方に対する身体拘束を行わないための介護～

トイレが頻回な（何度も行きたがる）利用者様に対し、転倒を恐れるあまり「車椅子にベルトで固定する」「ベッドの四方を柵で囲む」といった身体拘束を行わないための代替ケアを現場で実践しやすい方法でまとめました。

何度もトイレを訴える背景には、身体的な原因だけではなく、認知機能の低下や不安など、さまざまな理由が隠れています。身体拘束を防ぐためには、「なぜ何度もトイレに行きたいか」の原因を突き止め、環境やケアの方法を工夫することが基本です。

具体的には、以下のような多角的なアプローチを行います。

1. 排泄パターン（リズム）の把握

まずは「いつ、どのくらい排泄しているか」を可視化します。

- ・「排泄チェック表」をつけ、水分を摂った時間・量と、トイレに行った時間・尿量を記録します。

- ・パターンの分析

「実は毎回しっかり尿が出ている（多尿）」のか、「数滴しか出ない（頻尿・尿意の切迫）」のかを把握します。しっかり出ている時間帯が分かれば、その直前に先回りして（定時誘導）トイレにお誘いすることで、焦って一人で立ち上がるリスクを減らせます。

2.環境の調整と安全対策

「トイレに行きたい」と思ったときに、危険を伴わずに安全に排泄できる環境を整えます。

- ・ベッドサイドにポータブルトイレを設置する。

「すぐにトイレに行ける」という安心感だけで、頻回なナースコールや焦って立ち上がる行動が落ち着くことがあります。

- ・低床ベッドと衝撃吸収マットの活用

ベッドの四方を柵で囲むのは拘束にあたります。ベッドを一番低い位置まで下げ、床に衝撃を和らげるマットを敷くことで、万が一立ち上がって転倒した際にケガのリスクを最小限に抑え、拘束の必要性を減らします。

- ・人感センサーやタッチコールの導入

立ち上がろうとした瞬間にスタッフが気づけるよう、人感センサーなどを活用し、すぐに「見守り・付き添い」ができる体制を作ります。

3.「見えない排泄サイン」を見逃さない

認知症などで言葉での訴えが難しい方の場合、以下のような行動サインが「トイレに行きたい」の裏返しであるケースが多々あります。これらを BPSD（認知症の行動・心理症状）と片付けず、すぐトイレ誘導します。

- ・モゴモゴと衣服やオムツをいじり始める
- ・ソワソワして立ち上がろうとする、ウロウロ歩き回る
- ・股間のあたりに手をやる、足を組み替える
- ・部屋の隅に行こうとする

4.身体的・精神的な原因へのアプローチ

頻尿を予防・改善するためのアプローチ

医療との連携：前立腺肥大や過活動膀胱、尿路感染がないか泌尿器科を受診し、内服薬で尿意をコントロールできないか検討します。また、利尿薬を服用している

場合は、処方医とタイミングの調整を相談します。

水分の摂り方の見直し：水分の控えすぎは膀胱を刺激して逆に頻尿を招きますが、夕方以降の過剰な摂取は夜間頻尿の原因になります。日中にしっかり摂り、夕方以降は適量にする調整を行います。

不快感の解消：オムツやパッドが濡れている不快感や、便秘による膀胱への圧迫が原因で「トイレに行きたい」と訴えている場合があります。皮膚の清潔を保ち、便秘改善を図ります。

不安の解消・気分の切り替え：寂しさや不安から「トイレ」を理由にスタッフを呼んでいる場合もあります。日中に離床を促し、レクリエーションや他者との会話、手作業などのアクティビティを増やして「トイレに執着する時間」を減らす工夫も有効です。

5.見守りと声かけの工夫

- ・「いつでも行けますよ」と安心感を与える
- ・不安が強い方には短いスパンで巡回
- ・トイレに行く理由を忘れている場合は優しくリマインド（思い出させる）
- ・「トイレはすぐそこですよ」と繰り返し安心を提供
- ・手を添えて一緒に歩くことで安心感を高める
- ・生活の中での役割づくり（不安軽減につながる）

まとめ

「トイレ頻回」の方に対して身体拘束を行わずに安全と尊厳を守るケアを実現するには、原因の見極めと環境・関わり方の工夫が鍵になります。

身体拘束を避けるためには、原因のアセスメント→環境調整→生活リズム→見守り体制の工夫→本人の安心感の確保という流れで支援することが最も効果的と考えます。

また、身体拘束ゼロを実現するための視点として「危険だから」ではなく「どうすれば安全にできるか」へ発想を転換する。そして、本人の尊厳・意思を尊重し不安の背景に寄り添う・できることを奪わず、できる環境を整えるなど課題はいくつかあります。憩で

は、今後もこれらを実践し、身体拘束を行わない介護に努めて参ります。

5. 質疑応答

民生委員

消毒液の名前を教えてください。

→シックシャットです。次亜塩素酸となっています。食器や食品にかかっても健康被害がないため安心して使用できる商品となっています。

食中毒菌やインフルエンザ等には、シックシャットを使用。コロナウィルスには、アルコールを使用と用途別に使い分けています。

地域包括支援センター

頻回にトイレに行く入居者様は何名おられますか？

→4名の方がおられます。人感センサーの使用やポータブルを使用するなど事故防止を図りながら、トイレ誘導を行っております。その他、排泄チェック表で確認し排泄間隔に応じてトイレ誘導も行っております。

頻尿の定義とは、日中8回以上、夜間2回以上トイレに行くことを指します。

6. 次回予定日

令和8年9月24日（木） 14時～ 場所：グループホーム憩