



スマイルベンチプロジェクト in ダイトウ

ベンチに期待される効果と 活用性についての報告

2025年2月18日（火）

発表者：社会福祉法人慶生会 高濱祐也

要旨

- 令和5年 地域ケア会議で生まれたベンチプロジェクトの有効性について、研究報告と共に、実務的展開について検討した。
- ベンチには歩行弱者に対する活動支援、社会的交流、経済的効果をはじめとしたさまざまな効果が期待される。特に支援の必要な高齢者においては、ベンチの必要度とともに有効性がたかまる。
- 人々の幸福度を高めるには、健康とともに、買い物をはじめとした外出機会、社会的交流の重要性が示唆され、ベンチは人々の活動や交流をうながすHUBとして機能することが明らかとなった。

皆さんと一緒に、大東に新たな社会資源としてベンチ設置・活用を実現したい！



今日お話しすること

0 1 自己紹介

0 2 スマイルベンチプロジェクトのきっかけ（おさらい）

0 3 ベンチってほんまに効果あるの？（調査研究）

0 4 ベンチを活用した支援モデルの検討（実証！）

自己紹介

社会福祉法人慶生会 訪問事業本部 訪問看護事業部 次長
慶生会訪問看護ステーション

高濱 祐也（たかはま ゆうや）

と申します。

訪問看護歴18年。

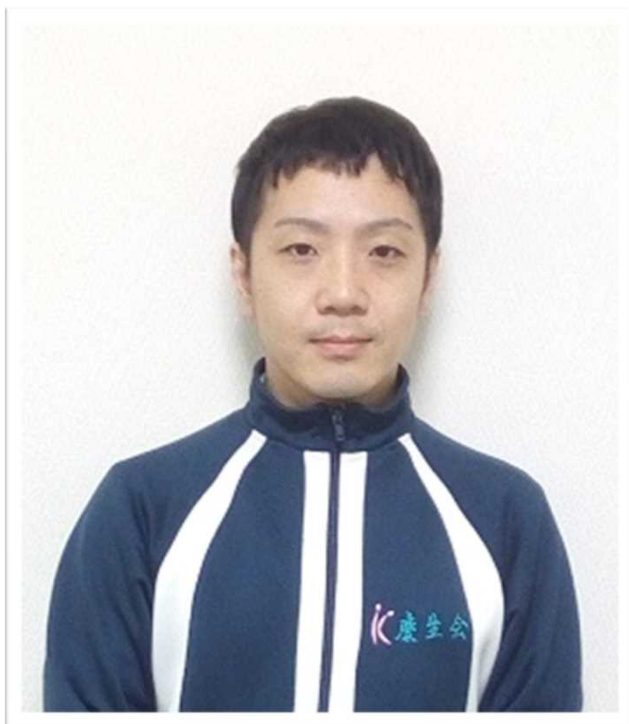
在宅にこだわって仕事をしてきました。

＜保有資格＞

- 基礎資格：認定理学療法士（地域）
- 医療系：3学会合同呼吸療法認定士・リンパ浮腫セラピスト
- 福祉系：介護支援専門員・福祉住環境コーディネーター1級

＜活動＞

- 大東・四條畷 医療・介護連携推進協議会 在宅看取りWG委員（H30～）
- 自立支援アセスメントスクール2期生（門真・豊中・大阪市鶴見区の自立支援に寄与）
- 関西学院大学 経営戦略研究科入学
- 折り鶴の人（万博行きがついに決定しました！！）
- ベンチの人（今回のご報告）



2016年10月
慶生会入社時の写真

慶生会訪問看護ステーションのご案内



入院した日からはじまる訪問看護

入院した日から、退院に向けた支援が始まります

- ・入院をきっかけとしたサービス調整を、入院のタイミングから支援します。
- ・退院前カンファレンスに積極的参加！病院医療職との橋渡しを行います。

入院を予防する、「**先手**」のケアが重要です

- ・状態悪化による入院をきっかけに、在宅復帰が困難となる場合が生じます。
- ・「住み慣れた家での生活」継続に、予防の視点での医療介入が有効です。

実現する提供体制



KEISEIKAI

◆ 看護師・PT・OT・ST 総勢87名のチーム体制！！

- － 自立支援～認知症対応・医療処置・看取りまで、総合力で支援します

◆ 経験豊富な管理者による“**常時**”相談体制！！

- － 訪問サポートによるサービス品質担保
- － ケアマネさんのアセスメントやカンファレンス、往診に同席します

◆ 訪問看護を補強する関連サービスとの連動！！

- － 在宅の限界点を高める！ **定期巡回・随時対応訪問介護看護**
 - ▶ 提供範囲：大阪市生野区・東成区全域／大東市
- － 系列に「往診専門」クリニックあり
 - 医療法人快生会 大今里ふれあいクリニック（常勤医師2名体制）



今日お話しすること

0 1 自己紹介

0 2 スマイルベンチプロジェクトのきっかけ（おさらい）

0 3 ベンチってほんまに効果あるの？（調査研究）

0 4 ベンチを活用した支援モデルの検討（実証！）

ベンチプロジェクトの胎動

令和5年度 大東市地域ケア会議 実務担当者部会
活動の場の活用と創設グループ

高齢者のひきこもりを防止したい！



ベンチプロジェクトの胎動

令和5年度 大東市地域ケア会議 実務担当者部会
活動の場の活用と創設グループ

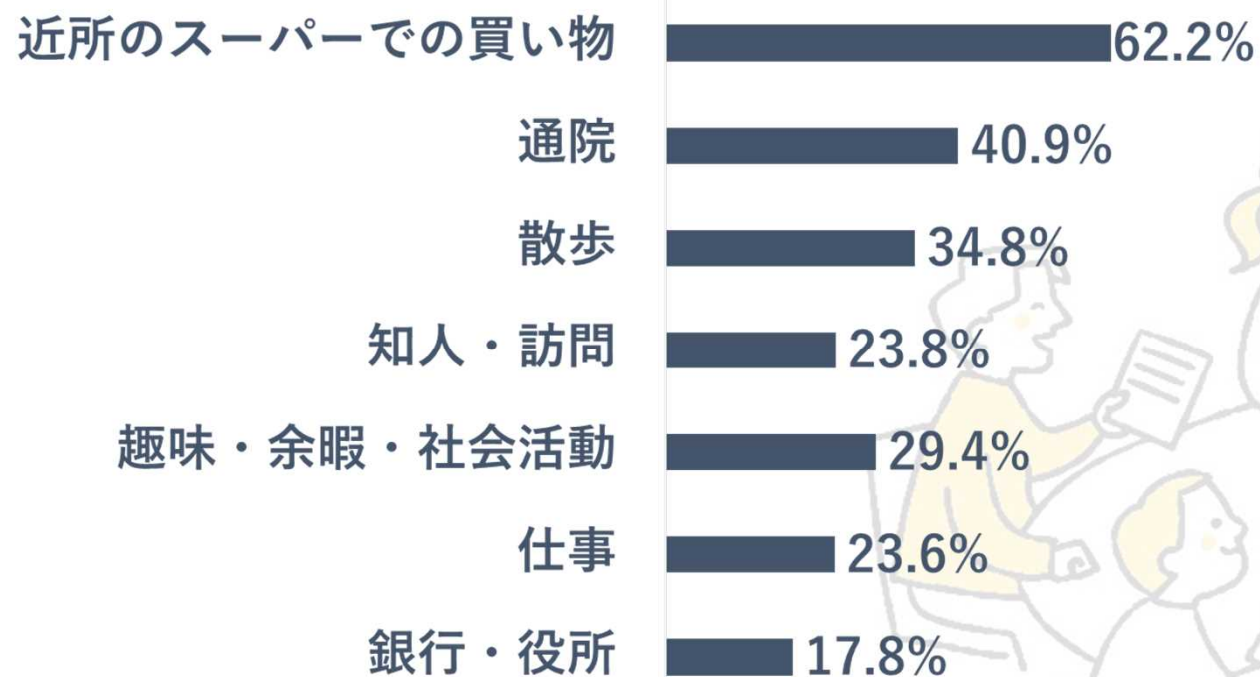
高齢者のひきこもりを防止したい！



これも大切だけど…



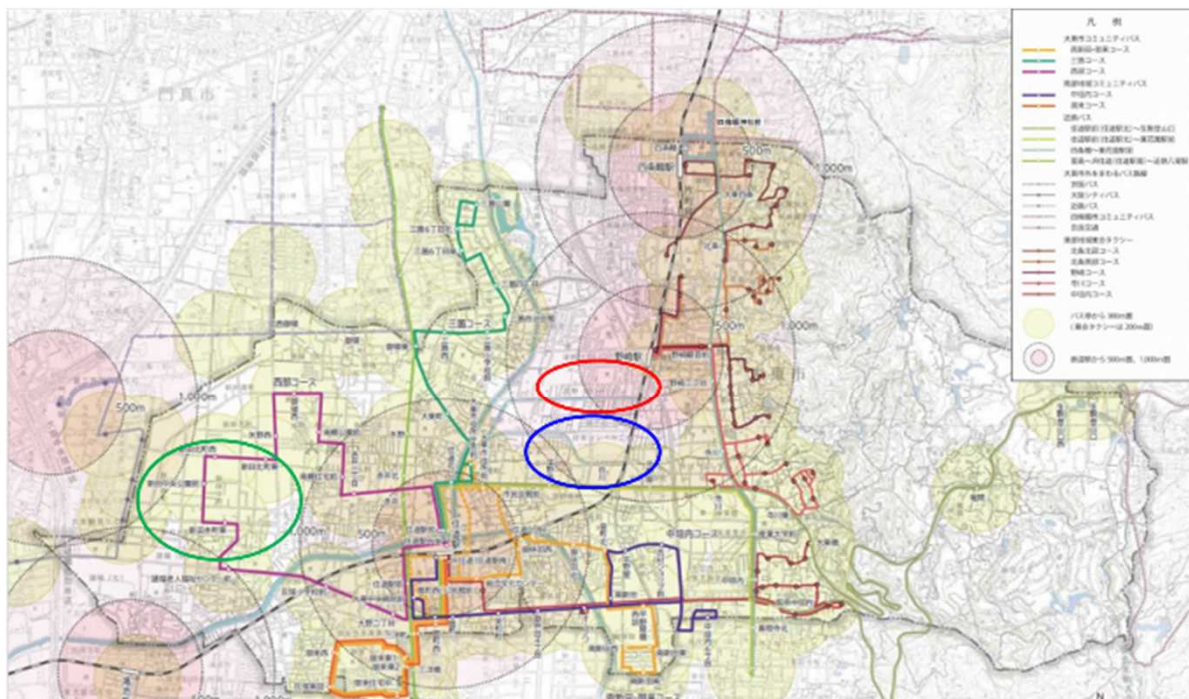
高齢者の外出理由調査(令和4年 内閣府高齢白書より)



日常生活の「移動」を支援する方が大切！

大東市の交通課題整理

- ・北河内エリアに属する。東部は急峻な山間地で、中・西部は平野部で、その割合は1:2。
- ・交通網は市内にJRが3駅立地。民間事業者2社の路線バスとコミュニティバスが運行。東部地域では、デマンド型乗り合いタクシーが運航している。



- 目的別手段手段
 - 1位：自転車
 - 2位：自家用車
 - 3位：徒歩
- ※通勤・業務を除く。
- 外出に際しての不満の7割が「交通手段が不便」

出所：図・及びデータ：大東市公共交通基本計画。
地区表記は筆者追記。

移動支援のためには、「交通手段の充実」以外の施策が重要

ベンチプロジェクトの胎動

メンバーの気づきがきっかけ



ベンチプロジェクトの胎動

そういえば
...

植え込みで休んでいる高齢者を見かけた。

歩く力が弱ると、長い距離を歩けなくなる。

休み休み歩ける環境があれば！

ベンチプロジェクトの胎動！



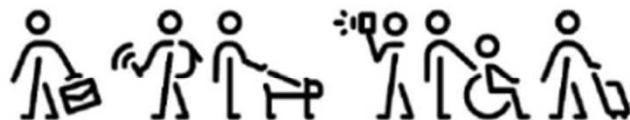
ベンチの主な4つの効用

まずはみんなで理解を共有を
すばらしきベンチの4つの効能

日本では、浮浪者対策やテロ対策などにより、ベンチは危険なものとして扱われてきましたが、国際的にはベンチはそうようには捉えられていません。左のようなベンチの効用を市民も行政も企業も、すべての立場の人々が理解しているからこそ、ベンチは人間が暮らすまちに最低限必要なインフラとして重要視されています。その上で世界にはベンチによるまちづくりが戦略的、意識的に行われ続けています。たとえば、世界にはこんな事例があります。

知っていてほしい！ ベンチの主な4つの効用

1 歩行距離 ↗



ベンチは身体を休ませること以上に、まちの中で立ち止まり、過ごし、思考する時間を与えることで、人々の次の行動に大きく影響します。何よりも、人々はより長い距離を歩くようになります。

3 経済効果 ↗



まちに居る時間が長くなること、行動範囲が広がることは、そのエリアにおける消費へと直結します。よりお金が落ちていくということは、より人の賑わいのある風景がそこに生まれ、人をさらに呼び込むことになります。

2 滞在時間 ↗



ベンチは、無料でそこに居ることができる最小のインフラです。ベンチがあることで、人々のまちにおける滞在時間が長くなります。人が行き交うまちに居る時間が長くなることは、さまざまな二次的効果へとつながります。

4 健康度・幸福度 ↗



まちに滞在する時間が増えるということは、人と人が出会う確立が高くなり、人々の会話量が増えます。さりげない日常のコミュニケーションの増加は、真の健康的状態、そして幸福度を向上させていきます。

出所：JAPAN/TOKO BENCH PROJECT
<https://japanbench.jp/>

先行研究調査：ベンチがもたらす便益

- ベンチには、①移動制限のある人にとって**移動補助具**として、②**レジャーやウォーキングの中間点**または**目的地として自然に近い空間と時間を提供する為**、③**道端での人々の交流を促し社会的結束を高めるため**という3つの役割がある。

Ottoni, 2016

- 座りスペースの利用は**徒歩による外出時間を延長**させる。また、**歩行が不自由な人程、座りスペースを重要**と認識し、外出行動に影響が大きいこと、座りスペースがない場所では縁石等を代用する。

大島、他, 2003

- ベンチは**人々の滞留行動の起点**となり、**社会的交流を呼び込む場**としての機能が期待される。

戒田、他, 2021 , 高橋、他, 2023 , 遠藤、他, 2023

街路空間へのベンチ設置は、**高齢者の移動支援**になるとともに、**社会的なつながりをうむHUB**になることが期待される



今日お話しすること

- 0 1 自己紹介
- 0 2 スマイルベンチプロジェクトのきっかけ（おさらい）
- 0 3 ベンチってほんまに効果あるの？（調査研究）**
- 0 4 ベンチを活用した支援モデルの検討（実証！）

よっしゃ、研究やったろかい！

2023年4月に関西学院大学経営戦略研究科に入学。
修士論文のテーマとして「ベンチプロジェクト」を取り上げることに。

課題研究論文

郊外住宅地における高齢者の日常的な移動を支える
新たなソーシャルビジネスの展開

関西学院大学専門職大学院

経営戦略研究科経営戦略専攻

学生番号 82023015 番 高濱 祐也

主査：山本 昭二

副査：小川 進

2025 年 2 月提出

研究課題の設定

RQ1

高齢者のいきいきとした活動継続を支援するため、
能力別に必要な支援が異なるのではないか？

RQ2

歩行補助具・外出支援策として、ベンチが有効な層が
存在するのではないか？

RQとその結果の概要

- 高年齢層ほど、外出時にベンチをはじめとした休憩場所を求める傾向にある。
- 「生活満足度」と、それに関連する「出かけたい場所がない課題」を解決することで、境界群から健康群への移行が期待できる（統計的有意差あり）。
- 「出かけたい場所がない」ことと、「一緒に出かける人がいない」ことが相互に関連し、「一緒に出掛ける人がいない」ことに「公園のベンチ」が関連する。すなわち、**社会的な繋がりの重要性**を改めて確認するとともに、**ベンチは社会的な繋がりを生むHUB**となりうる。

RQ1：高齢者のいきいきとした活動継続を支援するため能力別に必要な支援が異なるのではないか？

RQ2：歩行補助具・外出支援策として、ベンチが有効な層が存在するのではないか？

RQ1、RQ2が共に立証された。

研究手法



■ 大東市の交通課題の把握

- 活用
データ
1. 大東市ホームページ
 2. 大東市統計
 3. 第9期大東市総合介護計画
～あふれる笑顔幸せのまち大東づくり～
 4. 大東市公共交通基本計画
 5. 大東市地域公共交通会議 議事録



■ アンケート調査・統計解析

- 期 間 令和6年9月24日～12月10日
- 対 象
- a. 筆者が業務で関わる3地区のうち、自治会館で開催される地域体操への参加者
 - b. 筆者所属施設のサービス利用者のうち、歩いて外出が可能な者

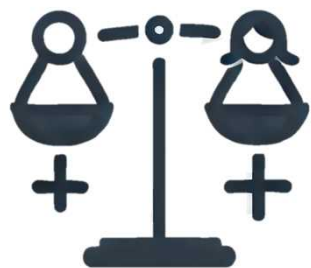
アンケート調査

期 間	令和6年9月24日～12月10日
対 象	a. 大阪府大東市内で、筆者が業務で関わる3地区（新田地区・緑が丘地区・谷川地区）のうち、自治会館で開催される地域体操への参加者 b. 筆者所属施設のサービス利用者のうち、歩いて外出が可能なもの
方 法	1. 研究目的について説明し、同意を得た上で実施した。 2. アンケート調査、及び直近1～2週間の活動記録の記載を依頼した。 3. 調査票は紙面にて配布し、当日中または後日回収し、集計した。
回答数	85件

アンケート項目	設問内容
属性	性別・年齢
心身機能・健康状態	歩行距離・歩行補助具の使用・外出頻度・階段昇降能力・健康状態・生活満足度
外出する上での課題	費用がかかる・疲れやすい・一緒に出掛ける人がいない・出かけた場所がない・移動手段が少ない
近隣環境調査	IPAQ-E
日常的に利用する移動手段	徒歩・自転車・自家用車：運転・自家用車：同乗・電車・バス・コミュニティバス・タクシー・その他の手段
休憩場所の利用経験	困った経験の有無・駅のベンチ・公園のベンチ・通りに置いてあるベンチ・お店のベンチ・植え込み・緑石・その他

分析枠組み

- アンケートで得られた結果を「性別」「年齢」「地域」「能力別」のグループに区分し、
- グループ間を比較することで、それぞれの違いを把握した。
- この、「違い」を説明する「要因」を特定し、解決策の示唆を得た。



GENDER



AGE



REGION



ABILITY

年齢について

- 年齢が高まるにつれ・・・
 - ・公園や通りに置いてある**ベンチの利用経験が増加**。
 - ・外出時に**休憩場所が無く困った経験**を有する。



AGE

ベンチの利用経験について、
90歳以上のグループと他のグループで
統計的に有意な差が生じました。
そりゃそうだ。

能力について

- 歩行能力（連続歩行距離）と活動状況により
外出特性の違いが生じた。

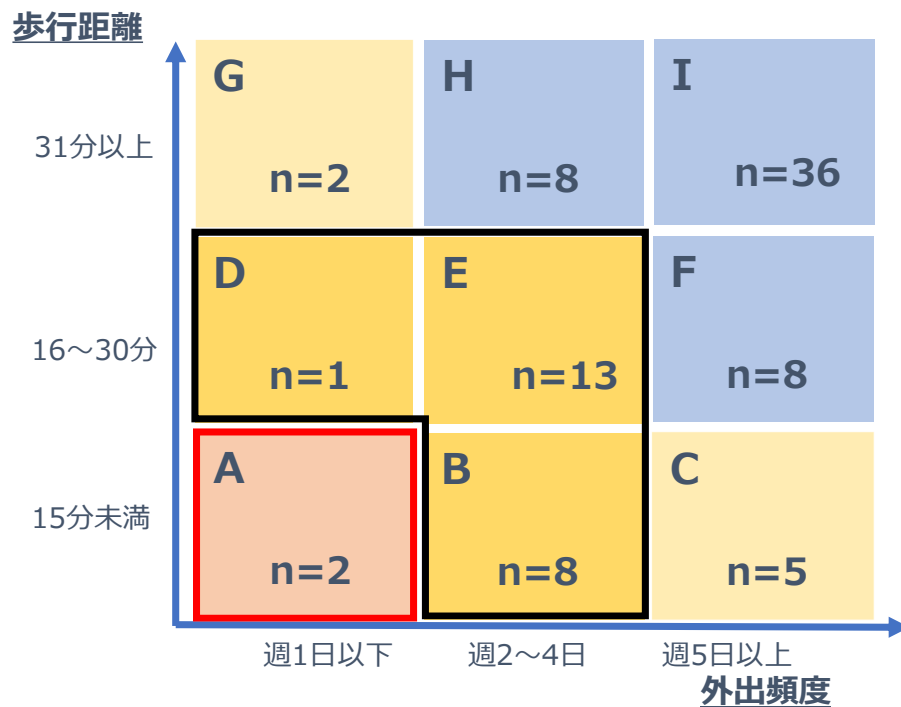


ABILITY

ここ、研究の大事なところなので
ちょっと詳細に見てみよう

能力別・活動量別の支援の検討

外出頻度をx軸、歩行距離をy軸に設定し、9つのグループに区分。
各グループを「健康群」、「準境界群」、「境界群」、「リスク群」に分類した。



■ グループ毎の特徴

- 健康群
 - F、H、Iグループ
- 準境界群
 - C、Gグループ
 - 身体機能と活動の不一致が生じている。環境・個人因子の影響が示唆
- 境界群（本研究の主題）
 - B、D、Eグループ
 - 歩行能力及び外出の支援にて健康群の転換を期待
- リスク群
 - Aグループ
 - 歩行距離及び外出頻度共に、基本チェックリスト（リスク）に該当。専門的支援が必要。

グループ間の差異について

分散分析にて統計的優位になった項目のうち、要素間の関連を分析した。
結果、「外出を促進する新たな活動場所」への支援が有効であることが示唆された。

生活満足度

pair	MD	SE	TS	P	Adj-P
G-F	22.375	14.491	1.544	0.123	1
G-I	-31.111	13.317	-2.336	0.019	0.701
E-I	-20.746	5.931	-3.498	<.001	0.017
C-I	-20.461	8.748	-2.339	0.019	0.696
B-I	-16.736	7.165	-2.336	0.019	0.702

疲れやすい

pair	MD	SE	TS	P	Adj-P
A-B	-35	17.266	-2.027	0.043	1
A-H	-40	17.511	-2.284	0.022	0.805
A-E	-46.154	16.588	-2.782	0.005	0.194
A-C	-52	18.272	-2.846	0.004	0.159
F-E	19.904	9.814	2.028	0.043	1
F-C	25.75	12.45	2.068	0.039	1
I-E	19.095	7.122	2.681	0.007	0.264
I-C	24.941	10.46	2.384	0.017	0.616

一緒に出かける人がいない

pair	MD	SE	TS	P	Adj-P
A-E	-34.269	16.953	-2.021	0.043	1
A-H	-36	17.645	-2.04	0.041	1
A-B	-41.625	17.645	-2.359	0.018	0.66
I-E	15.872	7.278	2.181	0.029	1
I-H	17.603	8.77	2.007	0.045	1
I-B	23.228	8.77	2.648	0.008	0.291

出かけた場所がない

pair	MD	SE	TS	P	Adj-P
A-F	-34	17.025	-1.997	0.046	1
A-E	-41.542	16.447	-2.526	0.012	0.416
A-G	-43.75	21.534	-2.032	0.042	1
A-B	-44.625	17.025	-2.621	0.009	0.315
I-F	22.574	8.462	2.668	0.008	0.275
I-E	30.115	7.231	4.165	<.001	0.001
I-G	32.324	15.669	2.063	0.039	1
I-B	33.199	8.462	3.923	<.001	0.003
C-B	24.125	12.277	1.965	0.049	1

移動手段

pair	MD	SE	TS	P	Adj-P
A-E	-35.385	16.741	-2.114	0.035	1
A-H	-35.714	17.672	-2.021	0.043	1
A-B	-42.625	17.425	-2.446	0.014	0.52
C-B	26.725	12.565	2.127	0.033	1
I-E	17.149	7.187	2.386	0.017	0.613
I-B	24.39	8.661	2.816	0.005	0.175

交通利便性

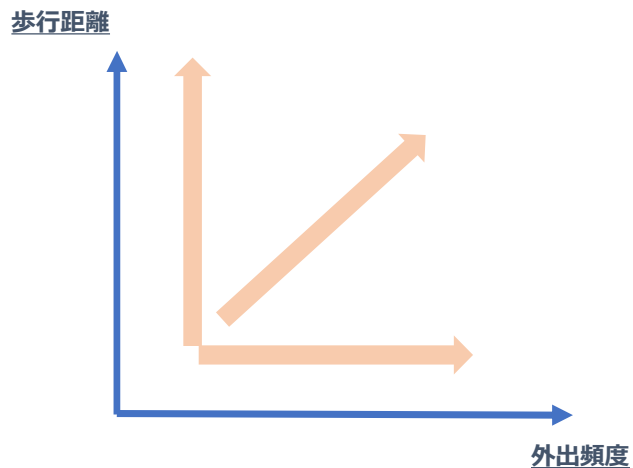
pair	MD	SE	TS	P	Adj-P
D-I	-47.417	22.909	-2.07	0.038	1
G-I	-37.417	16.417	-2.279	0.023	0.816
G-C	37.6	18.907	1.989	0.047	1
B-E	-20.75	10.154	-2.043	0.041	1
B-I	-26.167	8.833	-2.962	0.003	0.11
B-C	-26.35	12.883	-2.045	0.041	1
H-I	-24.917	8.833	-2.821	0.005	0.172

「生活満足度」及び「出かけた場所が無い」を軸に、関連要素を抽出し、支援策を立案する。

外出頻度と歩行距離が生活満足度に関連する

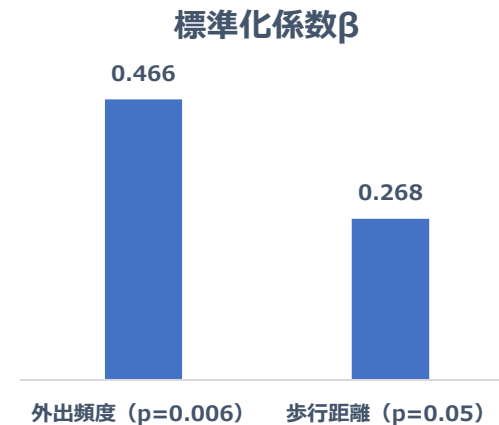
高齢者のイキイキとした活動、すなわち、外出頻度や歩行距離の向上を目指す。

■ 歩行距離と外出頻度のマトリクス



「歩行距離」と「外出頻度」を高めることを目指す。
その結果として得られる効用を探索的に分析。

■ 生活満足度に関連する要素



分析手法：回帰分析
モデル：R2乗0.189（調整済み0.168）
優位性：F値=9.061, $p < 0.001$

生活満足度（QOL）の向上には、外出頻度や歩行距離の増加が重要である。

生活満足度に関連する要素を追加探索

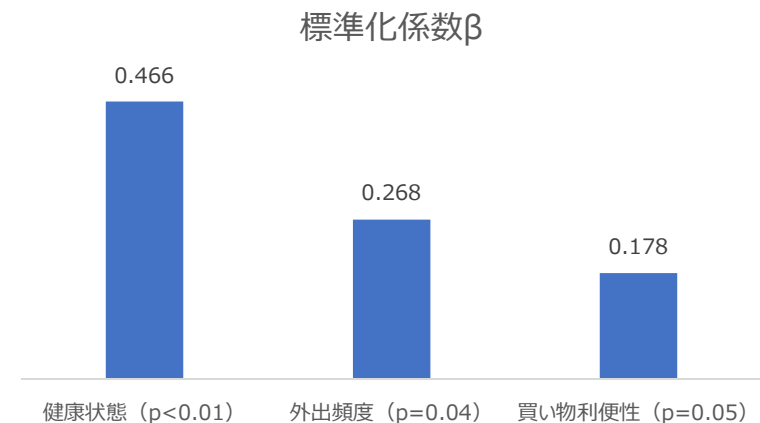
生活満足度に関連する要因をさらに分析する為、要素を探索的に分析。
結果、外出頻度、健康状態、買い物利便性が統計的優位となった。

■ 分析手法

- 手法：自動線型モデリングにて探索の後、回帰分析（強制投入法）
- 従属変数：生活満足度
- 説明変数：外出頻度、健康状態、買い物利便性

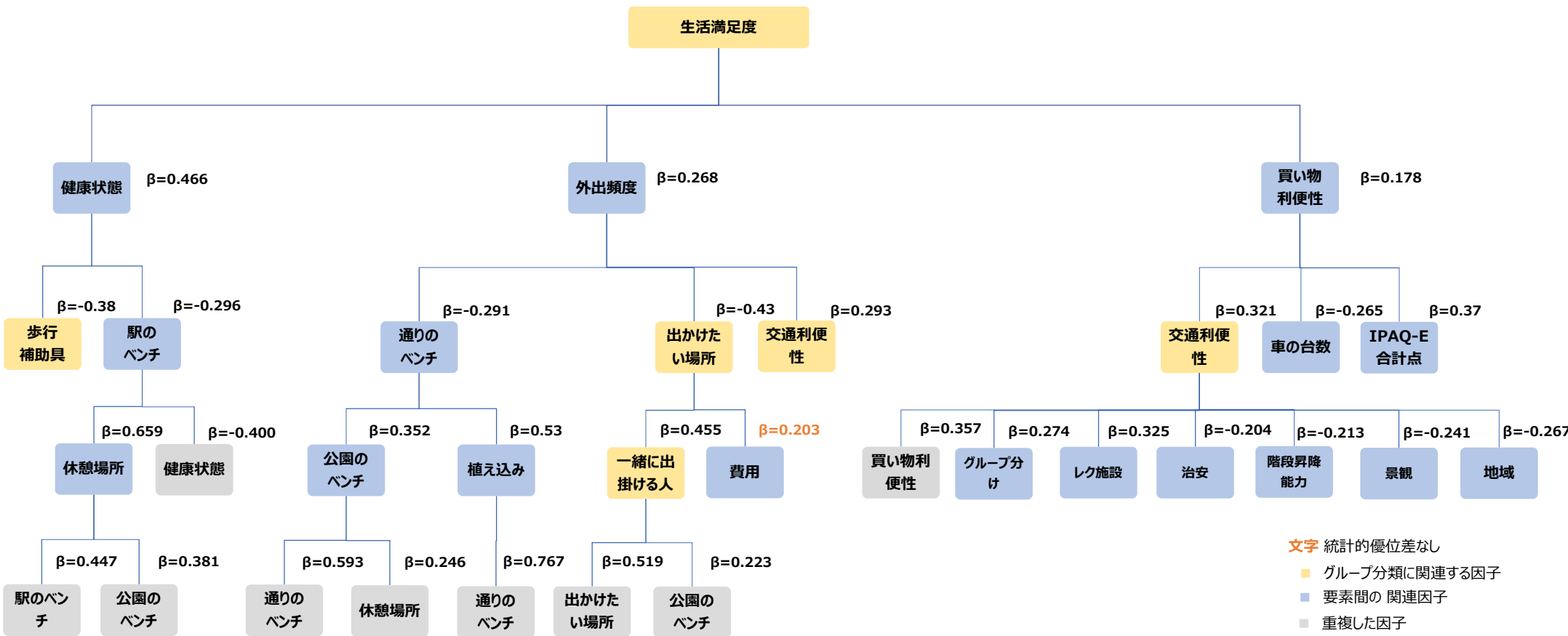
■ 生活満足度にかかる因子を分析

- モデル概要
 - 決定係数（ R^2 乗）：0.404（調整済み 0.381）
 - 優位性：F値 = 17.628, $p < 0.001$
- 係数
 - 健康状態（ $\beta = 0.466$, $p < 0.001$ ）統計的優位
 - 外出頻度（ $\beta = 0.268$, $p = 0.004$ ）統計的優位
 - 買い物利便性（ $\beta = 0.178$, $p = 0.05$ ）統計的優位



以下、生活満足度を高めるそれぞれの要素の関連因子を分析。支援策の検討を行う。

生活満足度に関連する要素の関連図

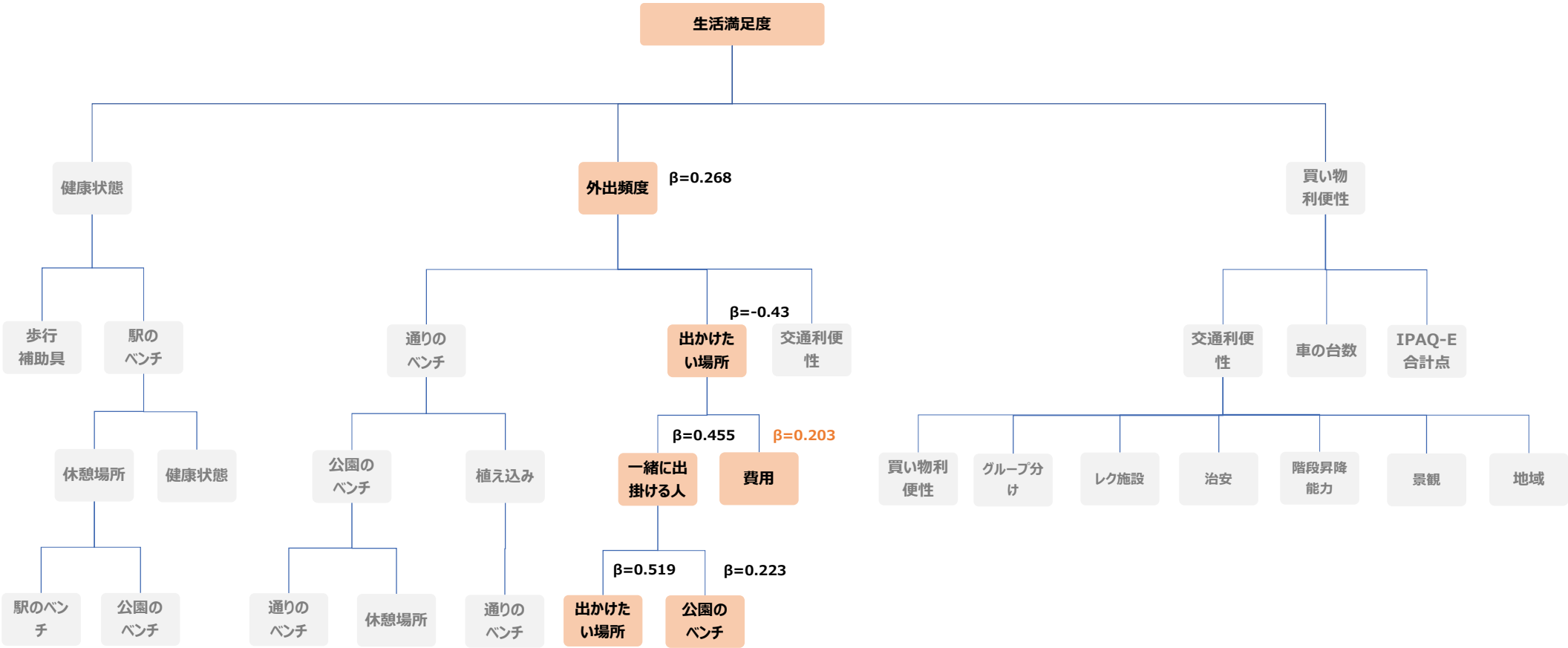


文字 統計的優位差なし

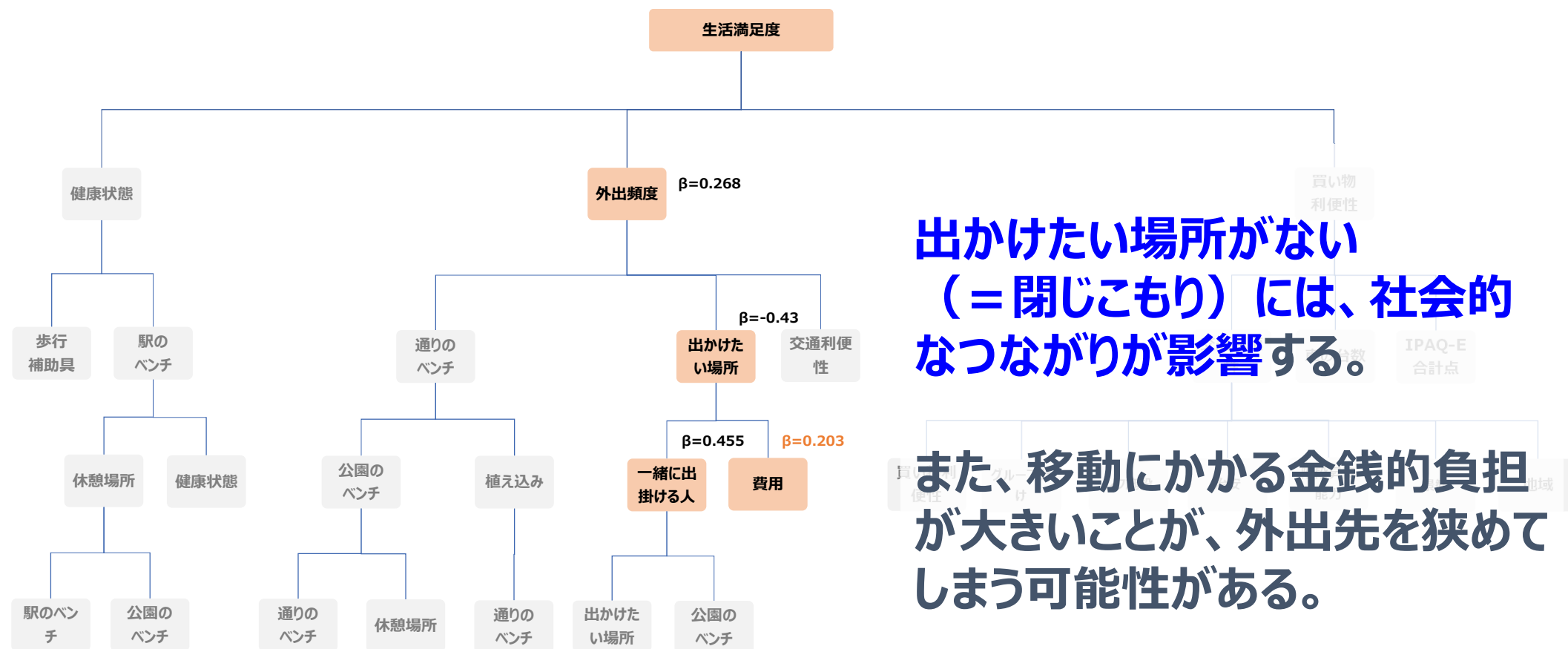
- グループ分類に関連する因子
- 要素間の関連因子
- 重複した因子

※ β は標準化回帰係数を示す
出所：筆者作成

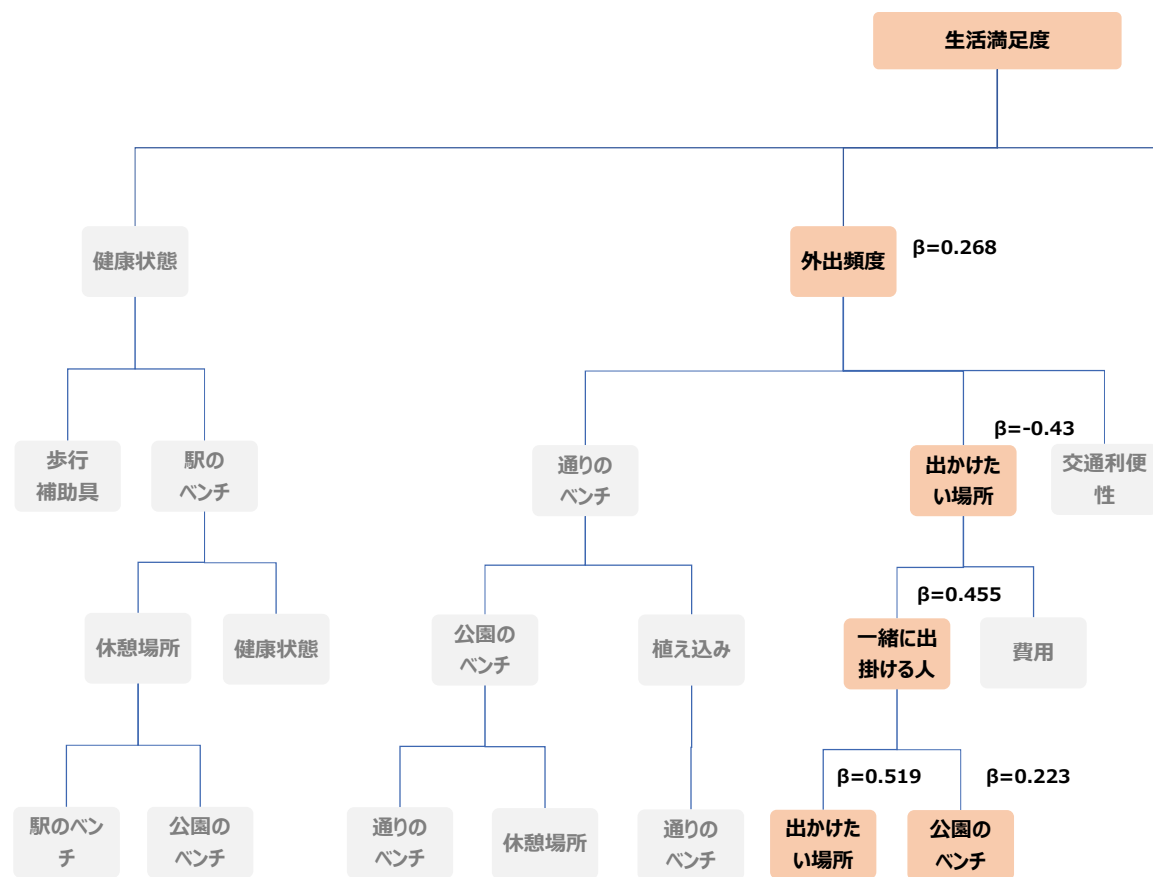
生活満足度に関連する要素の関連図



生活満足度に関連する要素の関連図



生活満足度に関連する要素の関連図



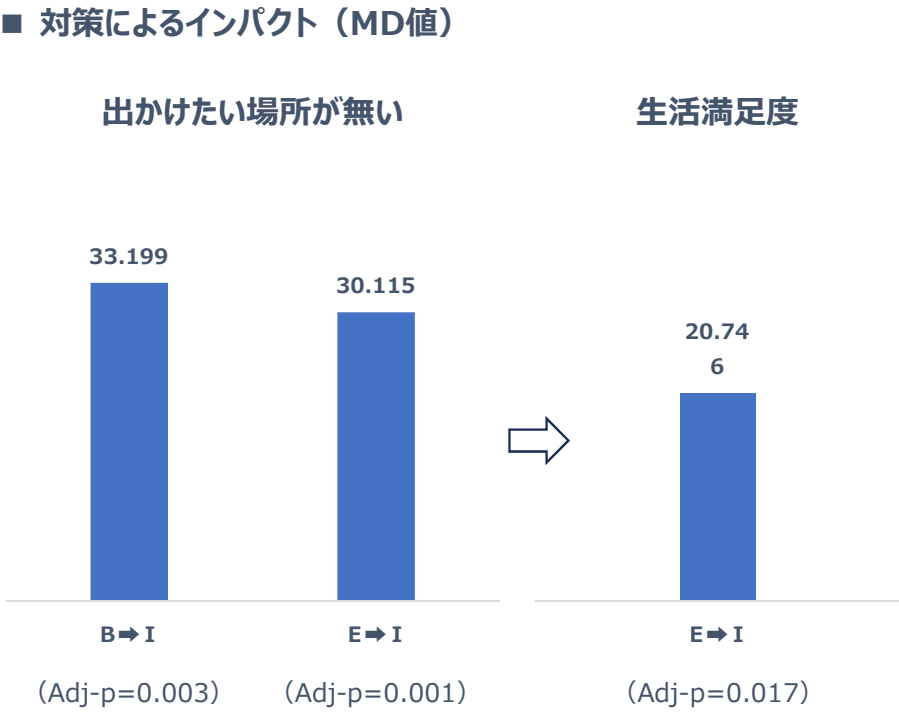
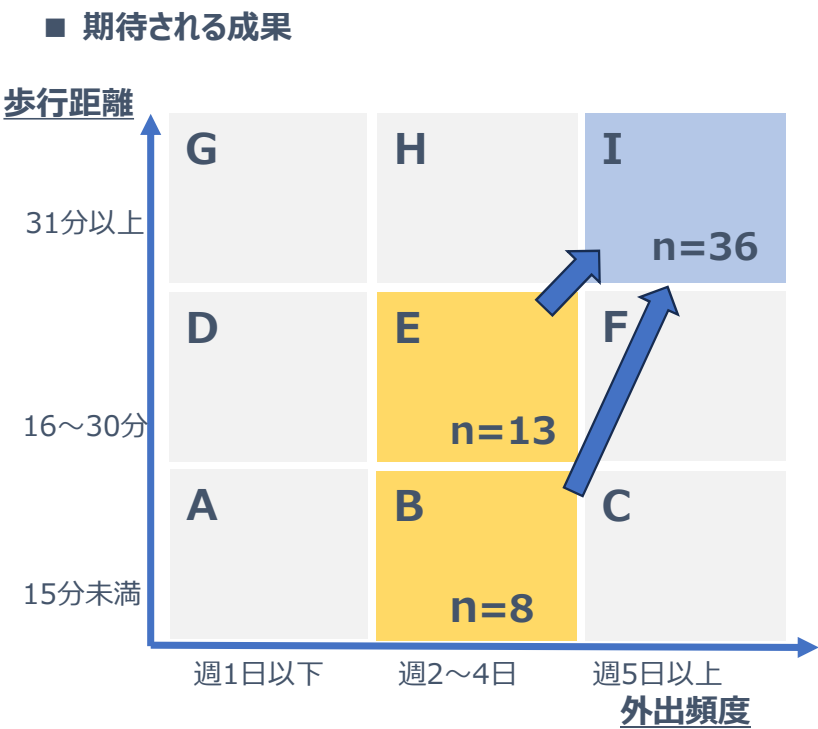
「出かけたい場所がない」とこと、「一緒に出かける人がいない」ことの関連性が確認された。

改めて社会的なつながりの影響が示唆。

公園のベンチに座ることは、社会交流のきっかけになる可能性がある（先行研究と一致）。

小括：対策により期待される成果

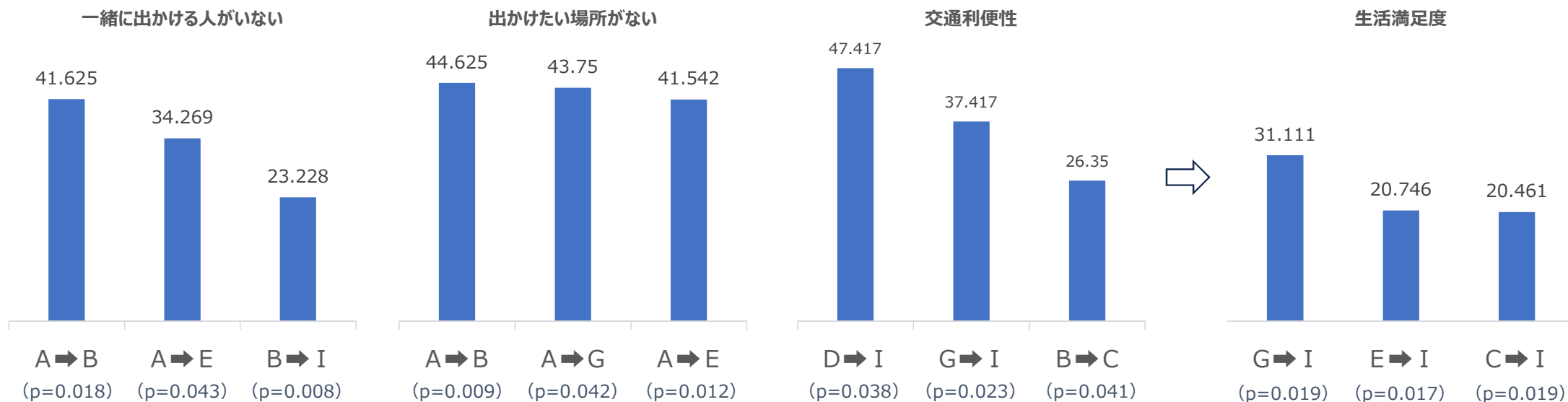
対策の結果、【 B ➡ I 】、【 E ➡ I 】への改善が期待される。
すなわち、歩行距離及び活動性の改善に伴う、心身機能及び生活満足度の改善である。



参考：支援により期待される効果—調整前p値による検討

- 調整前p値で統計的有意であった項目で検討すると、複数のグループでの改善が見込まれる。
- サンプル数を増やした検討により、有意性が確保される可能性がある。

■ 対策によるインパクト（MD値）※調整前p値による検討



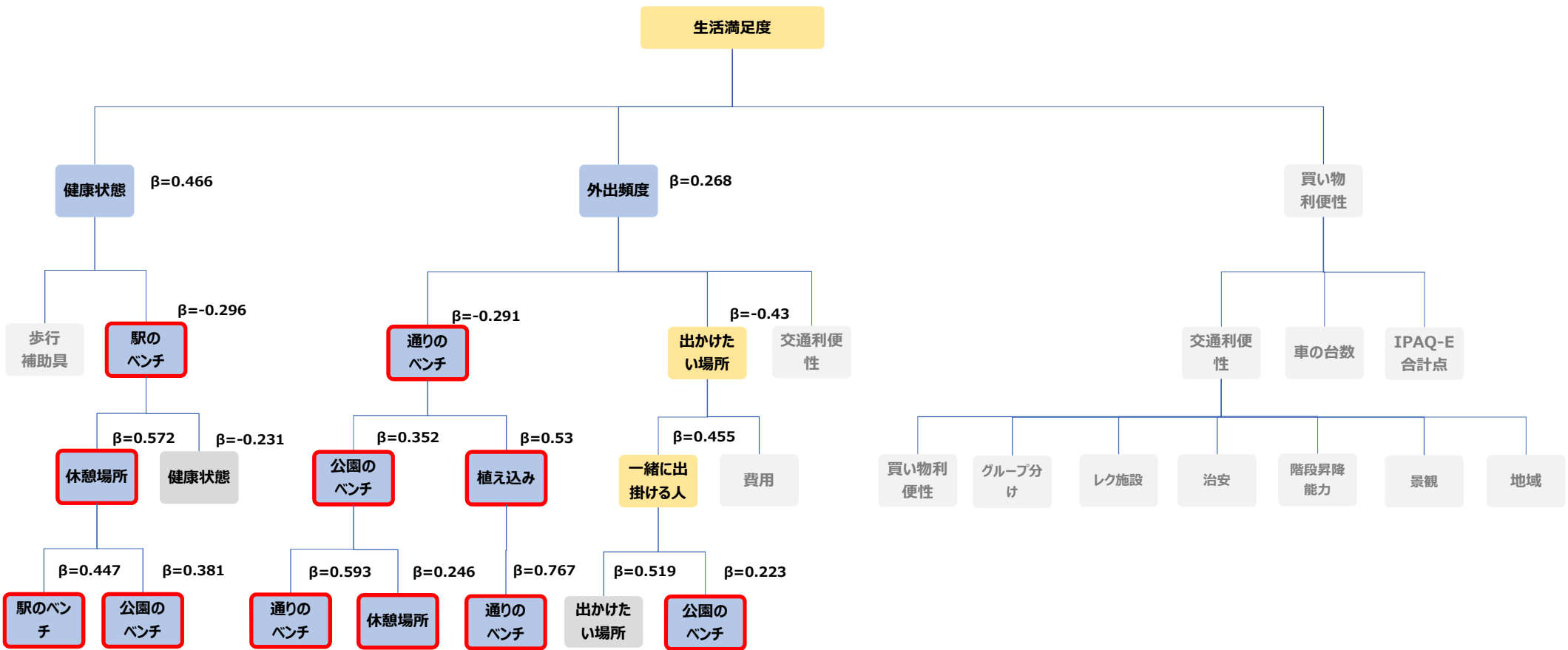
※MD値及びp値を参考に、差異の大きい順に3つ抽出した。
※実務的な意味の伴わない移動は除外した。



今日お話しすること

- 0 1 自己紹介
- 0 2 スマイルベンチプロジェクトのきっかけ（おさらい）
- 0 3 ベンチってほんまに効果あるの？（調査研究）
- 0 4 ベンチを活用した支援モデルの検討（実証！）**

ベンチは高齢者の活動支援に関連する



事例紹介

事例 A様 92歳 女性

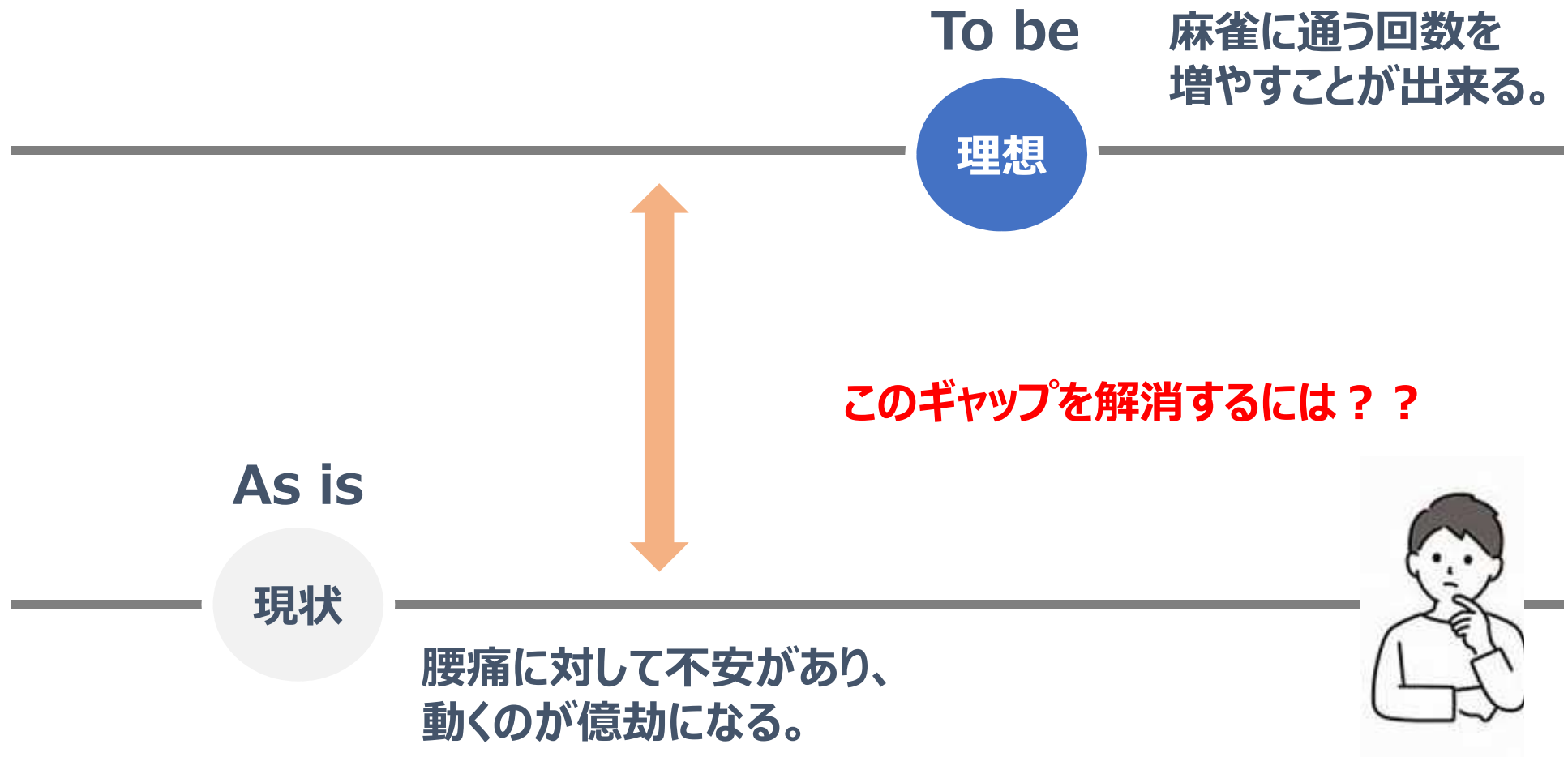
主な病歴 リウマチ、高血圧、強剛母趾、高血圧、不安症

- 独居。身の回りは自立しているが、掃除のためにサポーターを利用している。
なるべく毎日歩いている。麻雀店に通うのに現在も北新地まで通うが、頻度が減少している。
- 2021年 腰痛のため主治医より介護保険の申請を勧められ、
要支援の認定を受けるが、サービス利用せず経過。
- 2024年 1月 医師の勧めで再認定を受け、歩行時に杖を持ち始める。
血圧が200mmHgまで上がったり、外出先で不安が強くなり
救急搬送された経緯あり。
- 2024年 12月 腰痛増強と、歩行時の休憩頻度が増えている状況改善のため、サービスC依頼。

評価

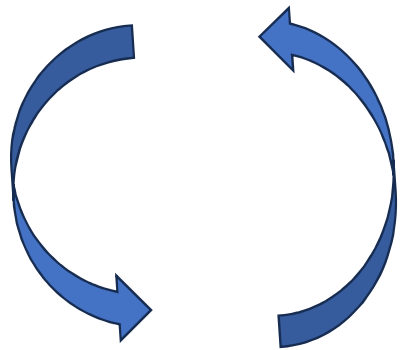
- CS-30 8回 筋力低下が進行。
- 片脚立位 右 1.5秒 左 2.1秒 転倒リスク大。
- 活動量 1日3,000～4,000歩 目標5,000歩に届かず。
- 認知機能 麻雀の点数なら47人分計算できるで！！

支援の方向性

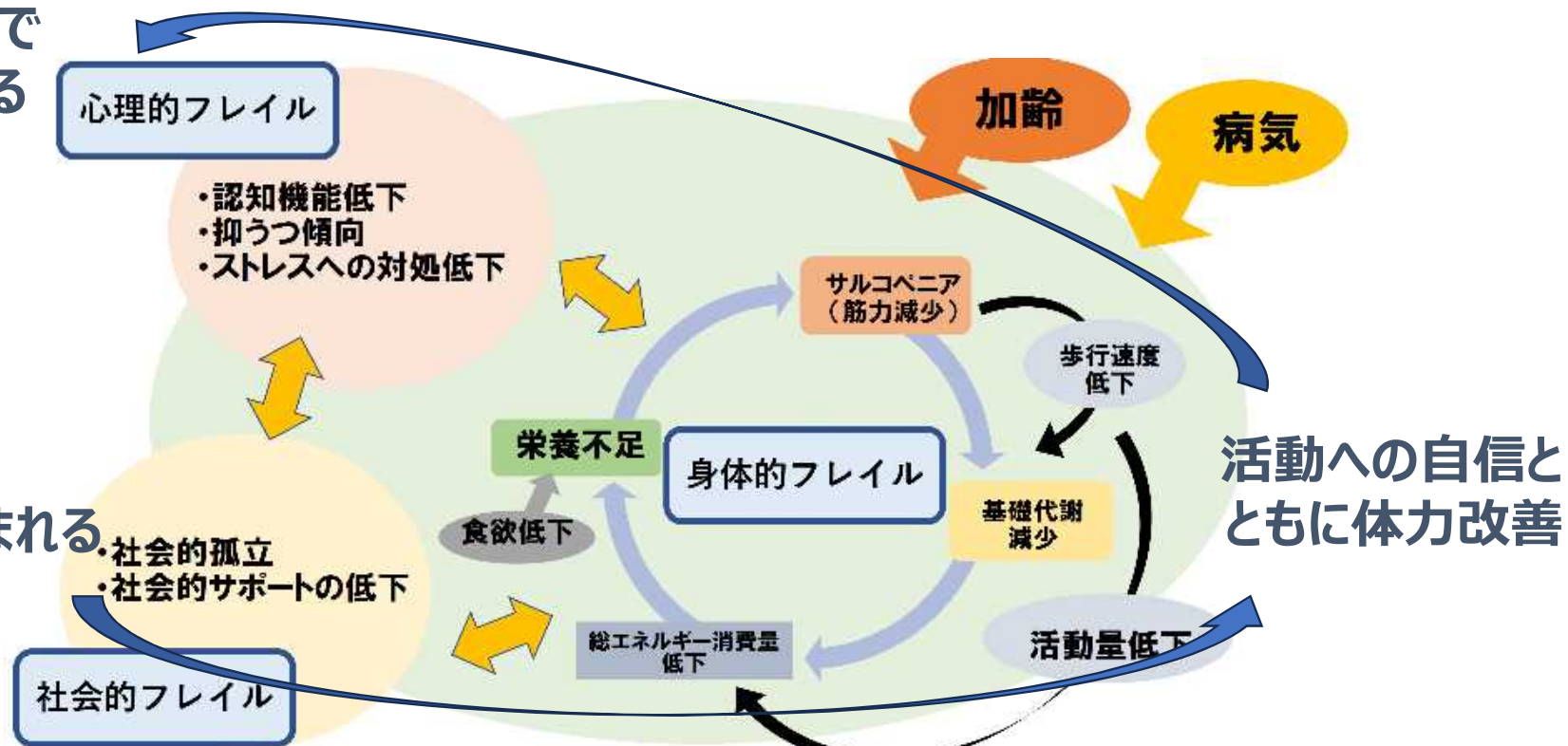


ベンチを活用した支援モデル

ベンチを利用することで
不安なく外出ができる



ベンチに座ることで生まれる
社会とのつながり



Journal of Gerontology: MEDICAL SCIENCES 2001, Vol. 56A, No. 3, M146-M156,
Clin Interv Aging. 2017; 12: 1739-1752. より改変して作成

出所: <https://www.aoki-naika.jp/news/196/>

ベンチによる歩き継ぎが、日常生活を支援



■ 自宅（錦町）からダイエー四條畷店迄の動線

EVで駅コンコースに上り



コンコースのベンチでひとやすみ①



のぞみ信用組合でお金をおろすついでにひとやすみ②



ダイエー四條畷店で買い物中にひとやすみ③

出所：GoogleMaps、Googleストリートビューをキャプチャ（2025年2月18日時点）

ベンチによる歩き継ぎが、日常生活を支援



■ 自宅（錦町）から四條畷商店街への動線

EVで駅コンコースに上り



コンコースのベンチでひとやすみ①



のぞみ信用組合でお金をおろすついでにひとやすみ②



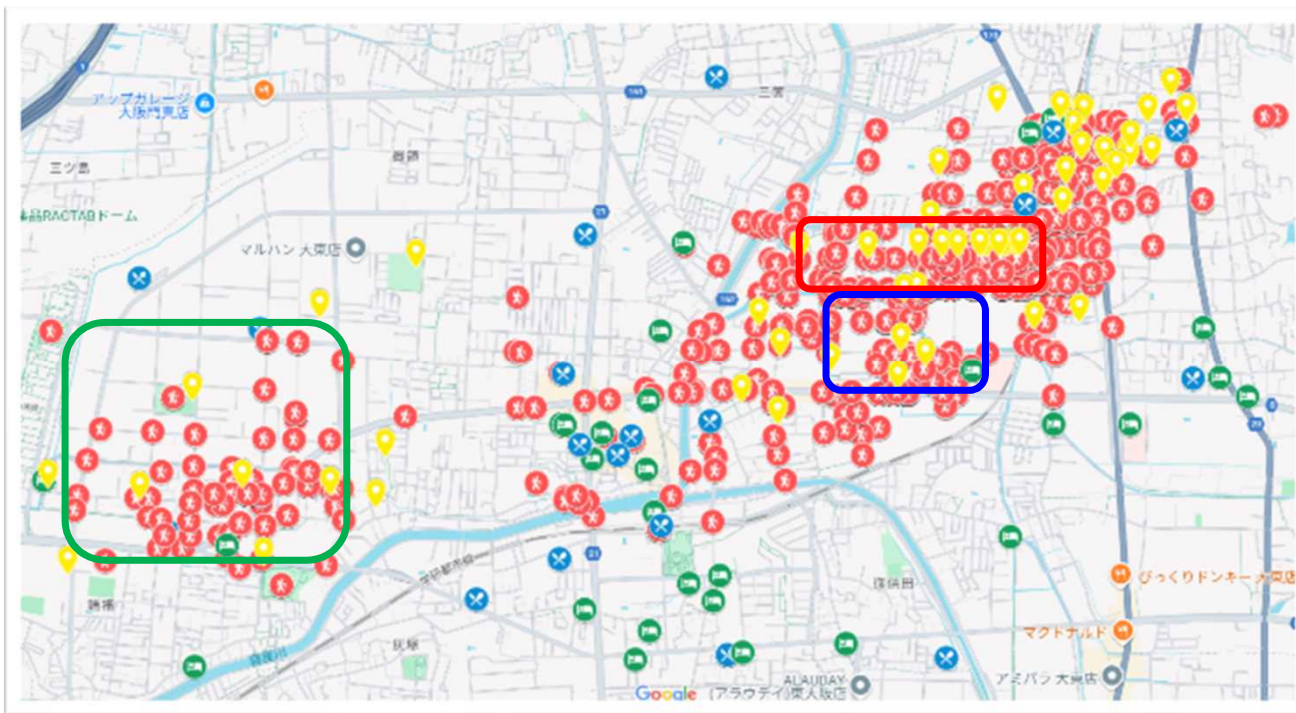
四條畷商店街内のベンチで買い物中にひとやすみ③

出所：GoogleMaps、Googleストリートビューをキャプチャ（2025年2月18日時点）

研究データを基にした設置場所の提案

高齢者の歩行ログ分析とベンチ設置場所の検討

- ・ アンケート参加者に対し、直近1~2週間の活動記録を依頼。55名（60代以上）
- ・ 地図データより起点（自宅・施設・曲がり角）をプロットし、Google Maps

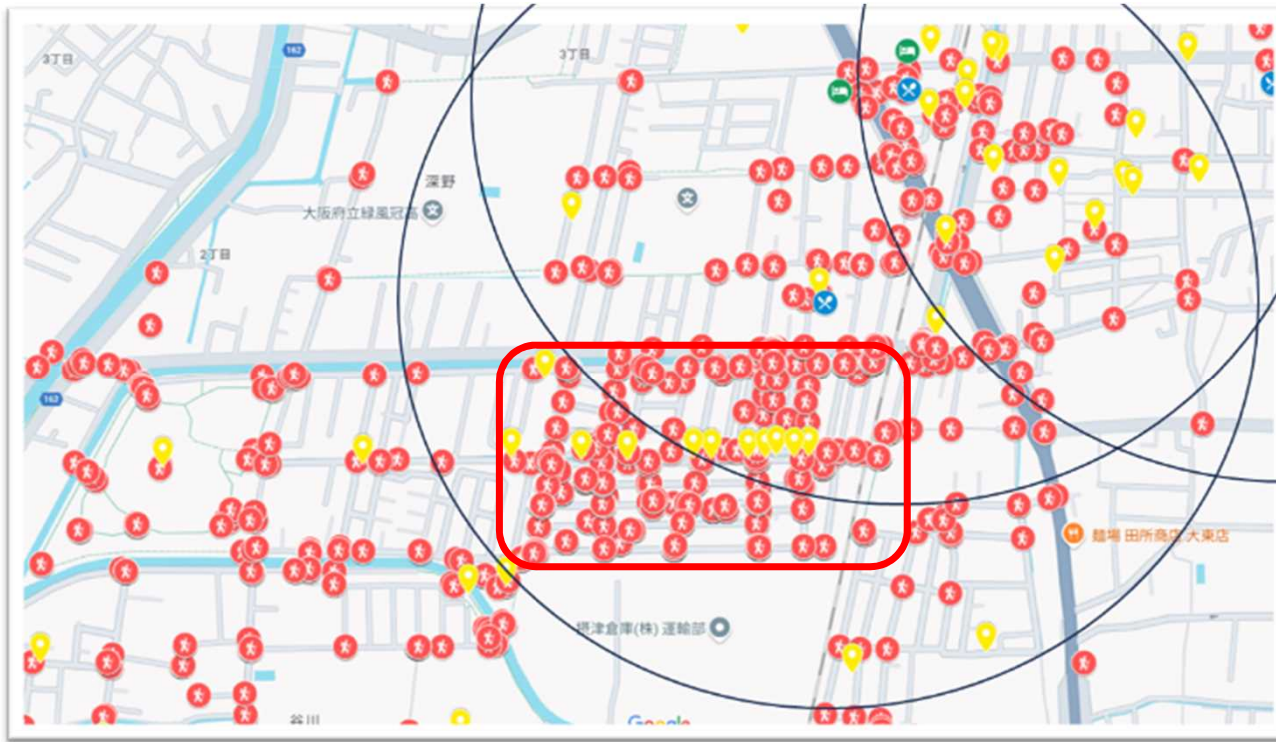


出所：Google Mapsをもとに、アンケート調査から得られた歩行ログ、および既存資源をプロットし、筆者作成



資源開発：緑が丘地域

- ・ 北・西・南の三方を川に、東を線路に区分された地区。
- ・ 交通利便性の不満が高いが、買い物利便性が最も整った地区。



出所：Google Mapsをもとに、アンケート調査から得られた歩行ログ、および既存資源をプロットし、筆者作成

※赤：歩行ログ、黄：ベンチ設置場所、青：生鮮食品店、緑：病院・診療所、円はスーパーから半径500mの線

- ・スーパーの500m圏内で地区のほぼ全域をカバー
- ・駅の東に1箇所、西に商店街がある

500m圏内

・地区の中心をとる緑道にベンチが10基設置
(※通りに置いてあるベンチ)

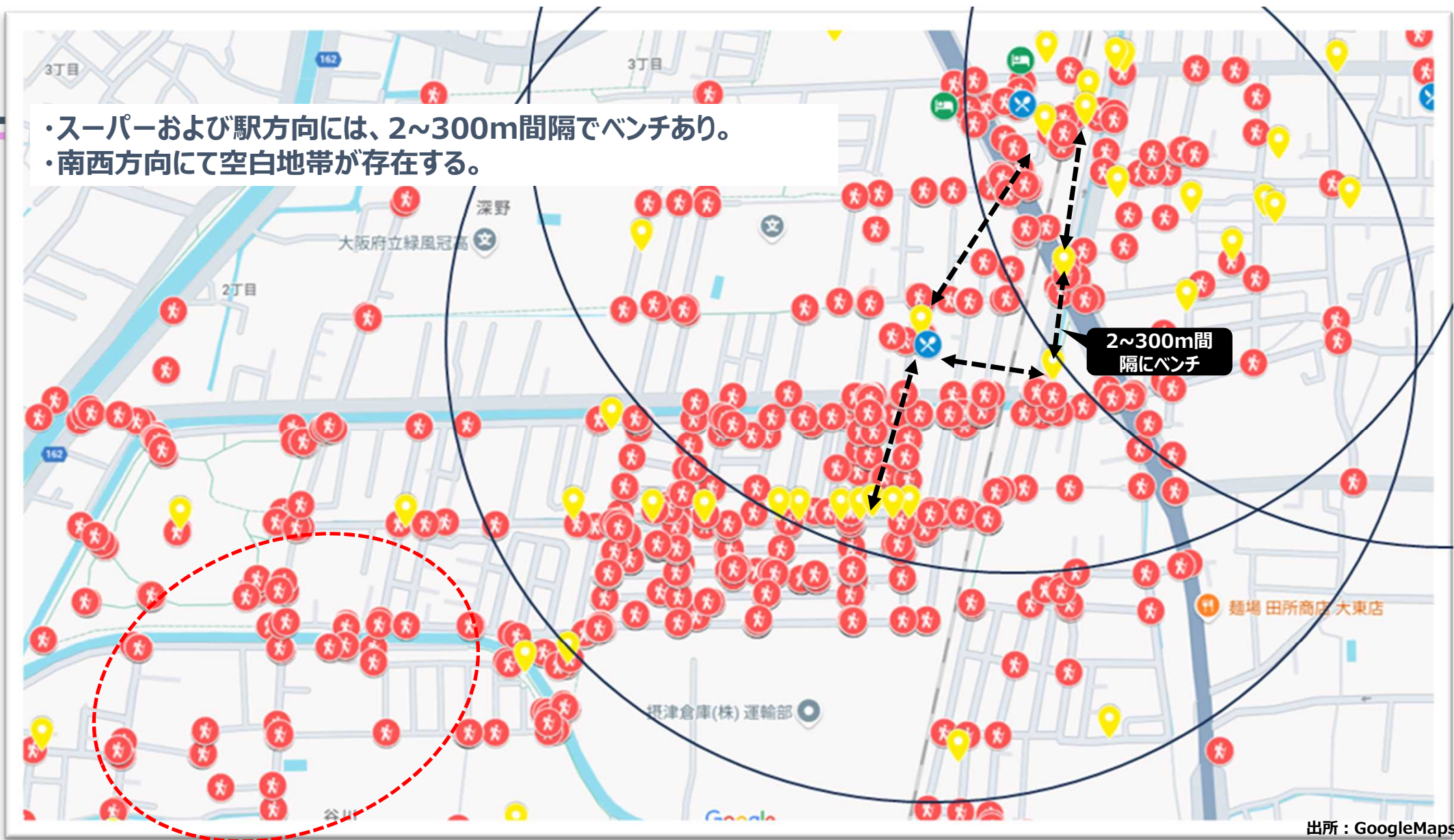


緑道のベンチ

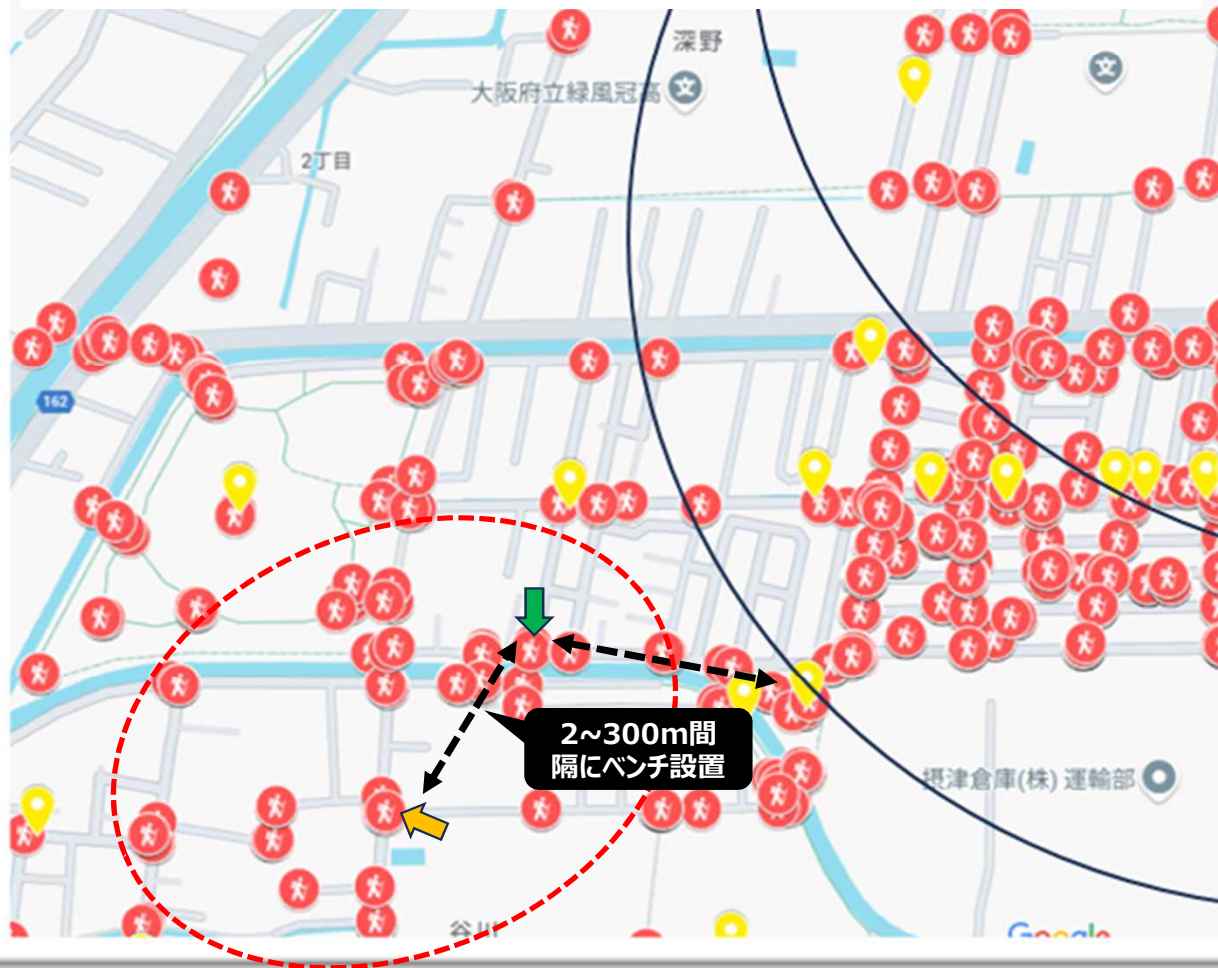
出所：Googleストリートビューをキャプチャ（2025年1月19日時点）

出所：GoogleMaps

- ・スーパーおよび駅方向には、2~300m間隔でベンチあり。
- ・南西方向にて空白地帯が存在する。



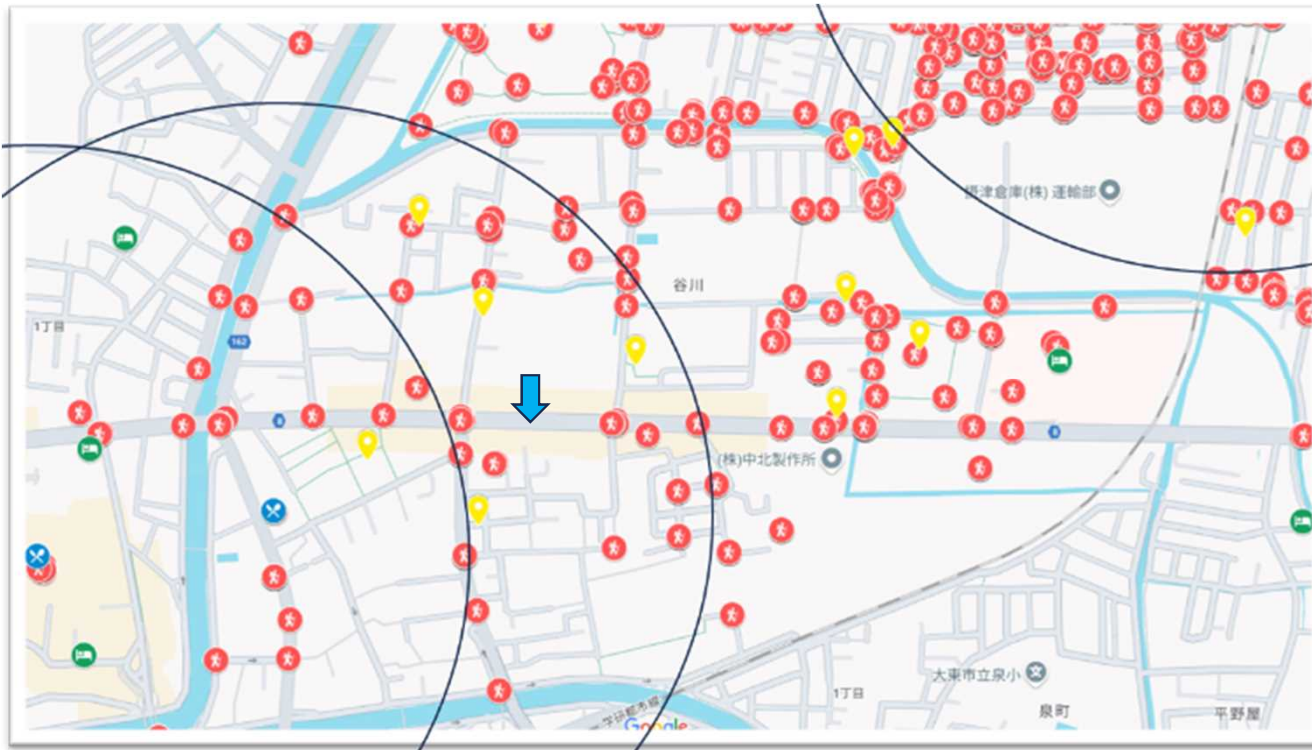
・既存ベンチおよび動線、近隣環境を検討し
ベンチの新規設置場所を2箇所提案する。



出所：Googleストリートビューをキャプチャ（2025年1月19日時点）

資源開発：谷川地域

- ・ 北は川、南は幹線道路に挟まれた地区。東方の高架の存在や資源不足から、西方への移動が多い。
- ・ 近隣にスーパーマーケットが無く、動線に休憩場所が不足。（石のオブジェが代用する可能性）



出所：Google Mapsをもとに、アンケート調査から得られた歩行ログ、および既存資源をプロットし、筆者作成

※赤：歩行ログ、黄：ベンチ設置場所、青：生鮮食品店、緑：病院・診療所、円はスーパーから半径500mの線



出所：Googleストリートビューをキャプチャ（2025年1月19日時点）

事例

第 1 表

居宅サービス計画書(1)

印刷日 令和06年01月01日(月)
作成年月日 令和06年01月01日(月)

初回・紹介・継続 認定済・申請中

利用者名	様 生年月日 昭和 年 月 日 住 所 大東市
居宅サービス計画作成者氏名	野澤 友親
居宅介護支援事業者・事業所名及び所在地	ケアプランセンター百楽荘寺川館 大東市寺川4丁目3番30号
居宅サービス計画作成(変更)日	令和06年01月01日 初回居宅サービス計画作成日 令和06年01月01日
認定日	令和06年01月01日 認定の有効期間
要介護状態区分	要介護 1 ・ 要介護 2 ・ 要介護 3 ・ 要介護 4 ・ 要介護 5
利用者及び家族の生活に対する意向を踏まえた課題分析の結果	本人：身体的なサポートを受けながらも自立した生活を維持したい。 可能な限り自宅での生活を続けたい。 家族：体調と相談をしながら運動を行い、転倒の心配のない筋力と体力をつけてほしい。 課題分析の結果、支援の方向性は、医療と介護の連携を強化し、対象者の自立支援を促進することです。訪問リハビリや通所介護を通じて、呼吸困難や筋力低下を防ぎ、有酸素運動や筋力トレーニングを継続的に実施します。さらに、健康状態を定期的にモニタリングし、生活の質を向上させるため、家族との連携を強化し、精神的サポートも提供します。
介護認定審査会の意見及びサービスの種類の指定	なし。
総合的な援助の方針	適切な介護サービスと精神的サポートを通じて、生活の質の向上を目指します。介護と医療系サービスの連携を強化し、体調の悪化しない安定した生活環境を提供します。 【緊急連絡先】 大東市クリニック 大東花子(娘) 桜子(妻)
生活援助中心型の算定理由	1. 一人暮らし 2. 家族等が障害、疾病等 3. その他 ()

第 2 表

居宅サービス計画書(2)

印刷日 令和06年01月01日(月)
作成年月日 令和06年01月01日(月)

利用者名

様

生活全般の解決 すべき課題(ニーズ)	目標				援助内容				
	長期目標	(期間)	短期目標	(期間)	サービス内容	※1	サービス種別	※2	頻度 期間
肺炎・COPDなど、HOT療法開始後、呼吸苦があり、動くことがほとんどできなくなり、全身の筋力低下が起きている。喀痰排出が難しい。	約850先の野崎観音(慈眼寺)まで15分以内で歩いて行く事ができる。	R06.01.01～ R06.12.31	約550m先のらいぶらり四条のスマイルベンチまで6分以内で歩いて行く事ができる。	R06.01.01～ R06.06.30	有酸素運動、筋力トレーニング、吸気筋トレーニング、血圧測定、酸素飽和度測定、定期的なモニタリング、家庭でのリハビリプログラム提案。医師との連携。	○	訪問看護	リニエ訪問看護ステーション枚方	週2回 R06.01.01～ R06.06.30
					(入浴加算Ⅰ)入浴時の酸素飽和度測定、血圧測定。(個別機能訓練)有酸素運動、筋力トレーニング、吸気筋トレーニング、定期的なモニタリング、車での送迎。	○	通所介護	デイサービスセンター百楽荘 寺川館	週3回 R06.01.01～ R06.06.30
					体調のチェック(自己管理)、適度な運動を継続する。過度な運動は避ける。活動と休息のバランスを取る。		セルフケア	本人	毎日 R06.01.01～ R06.06.30
					連絡帳を活用し、体調や行動の変化、薬の変更内容の連絡。		家族	家族	週1回 R06.01.01～ R06.06.30
					診察。呼吸器管理の最適化。薬物療法の調整。呼吸管理・リハビリテーションの指示。		医療(通院)	大東市クリニック	月1回 R06.01.01～ R06.06.30

※1「保険給付対象かどうかの区分」について、保険給付対象内サービスについては○印を付す。

※2「当該サービス提供を行う事業所」について記入する。

利用者名

様

印刷日 令和06年01月01日(月)

令和06年01月より

		月	火	水	木	金	土	日	主な日常生活上の活動
深夜	0:00								
	2:00								
	4:00								
早朝	6:00								起床/身支度
	8:00								朝食/内服 歯磨き
午前	10:00	09:45～15:30 通所介護(入浴・機能訓練) デイ百楽荘寺川館		09:45～15:30 通所介護(入浴・機能訓練) デイ百楽荘寺川館		09:45～15:30 通所介護(入浴・機能訓練) デイ百楽荘寺川館			運動(デイ) 入浴(デイ)
	12:00								昼食 歯磨き
午後	14:00								
	16:00		15:00～16:00 訪問看護		15:00～16:00 訪問看護				歩行訓練(リハ)
	18:00								夕食/内服 歯磨き
夜間	20:00								歯磨き
	22:00								就寝
週単位以外のサービス									

10m 歩行テスト

- 12.5 秒以内で歩ける(0.8 m/s 以上) → 屋外歩行自立

6 分間歩行試験

- 高齢者の平均は 500～550m で、400m を下回ると屋外移動に制限が生じるとされています。

1 2 分 8 0 0 m (0.8 k m)

1 5 分 1 0 0 0 m (1.0 k m)

1 8 分 1 2 0 0 m (1.2 k m)

2 1 分 1 4 0 0 m (1.4 k m)

2 4 分 1 6 0 0 m (1.6 k m)

2 7 分 1 8 0 0 m (1.8 k m)

3 0 分 2 0 0 0 m (2.0 k m)

Q キーワード ルート 住所

公共交通機関 自動車 徒歩

S 大阪府大東市寺川4丁目3-3 ×

G 大阪府大東市野崎3丁目6-1 ×

+ 経由地を追加

※地図上で右クリックして地点を設定することができます。

ルートを検索

1 7分 - 574m

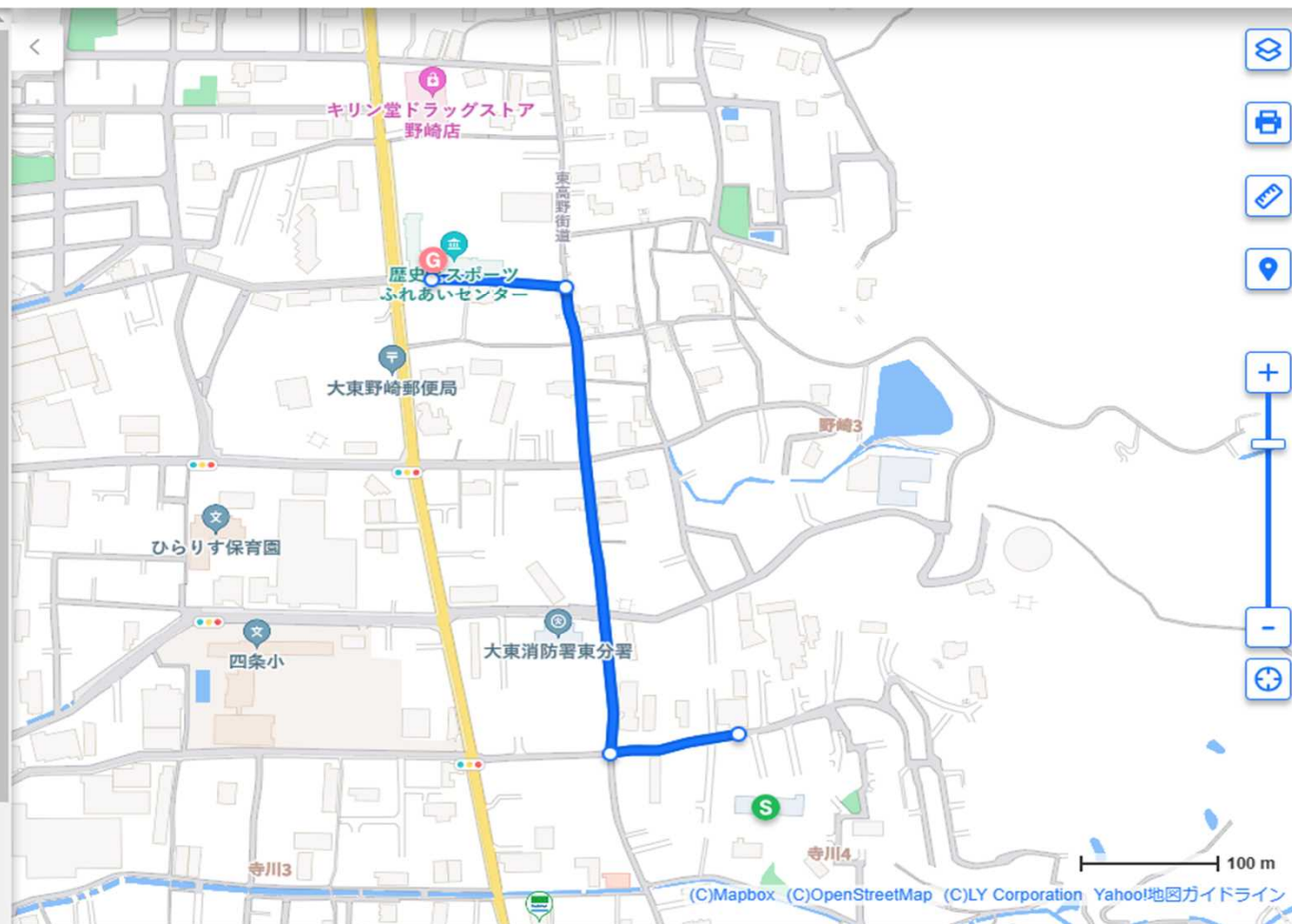
アプリなら目的地まで完全サポート



進行方向にあわせて地図が動くから、案内ルートに沿って進むだけ

[詳しくはこちら](#)プロボックスハイブリッド
トヨタ自動車株式会社

広告 ×

車いすに乗ったままお出かけラクラク トヨタ自動車株式会社
お客様の移動のお悩みを、様々なタイプの福祉車両と専用で解決

 公共交通機関

 自動車

 徒步

S 大阪府大東市寺川4丁目3-3 ×

G 野崎観音(慈眼寺) X

+ 経由地を追加

※地図上で右クリックして地点を設定することができます。

ルートを検索

1 10分 - 846m

アプリなら目的地まで完全サポート

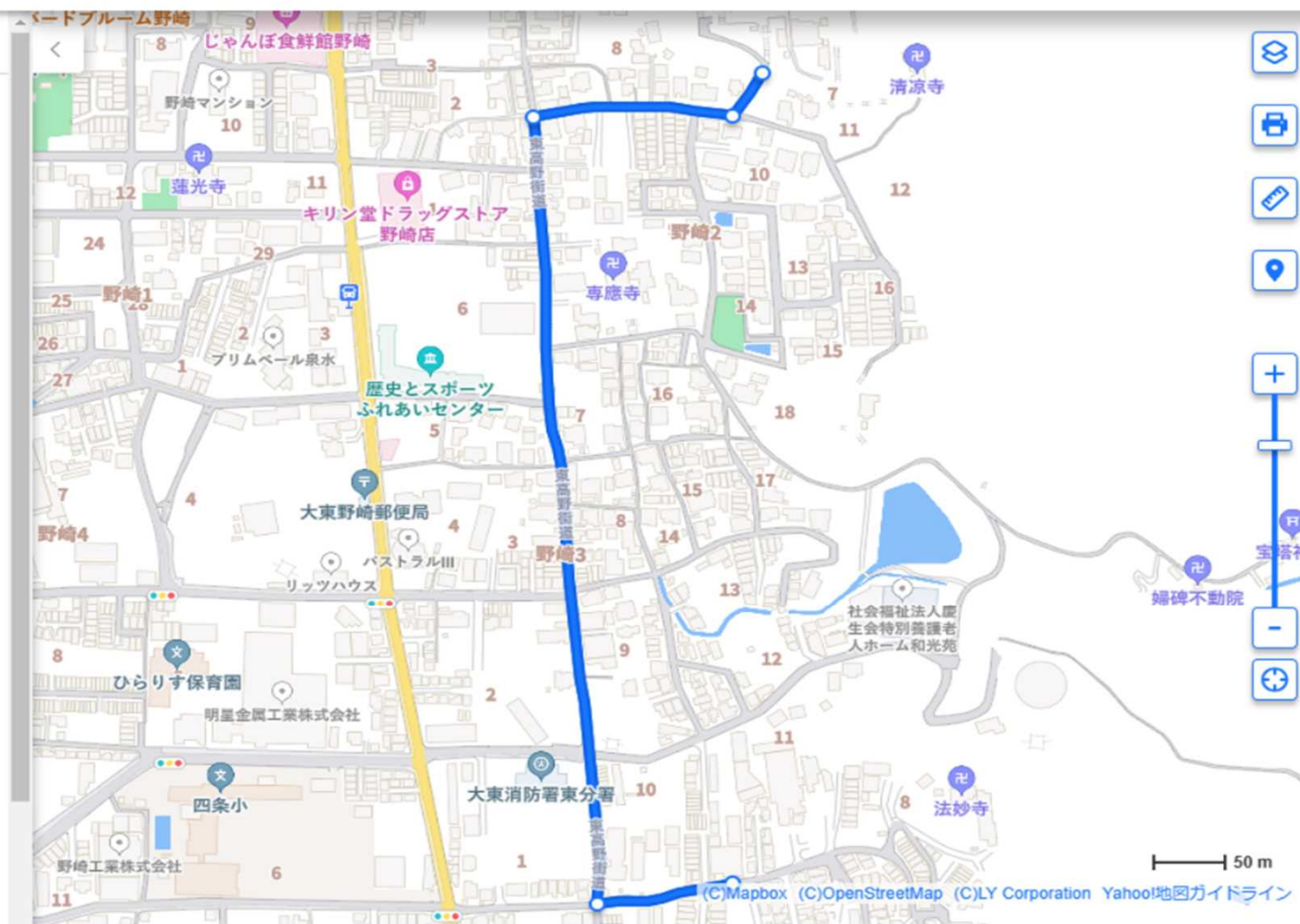


進行方向にあわせて地図が動くから、案内ルートに沿って進むだけ

[詳しくはこちら](#) >

プロボックスハイブリッド
トヨタ自動車株式会社

廣告 ⓘ X



スマイルベンチを目標にすることの効果

- 1, 具体的な目標設定による意欲向上
- 2, 身体機能の向上
- 3, 呼吸機能の改善
- 4, 外出による心理的効果
- 5, 地域での安全な活動範囲の確保

まとめ

- 令和5年 地域ケア会議で生まれたベンチプロジェクトの有効性について、研究報告と共に、実務的展開について検討した。
- ベンチには歩行弱者に対する活動支援、社会的交流、経済的効果をはじめとしたさまざまな効果が期待される。特に支援の必要な高齢者においては、ベンチの必要度とともに有効性がたかまる。
- 人々の幸福度を高めるには、健康とともに、買い物をはじめとした外出機会、社会的交流の重要性が示唆され、ベンチは人々の活動や交流をうながすHUBとして機能することが明らかとなった。

皆さんと一緒に、大東に新たな社会資源としてベンチ設置・活用を実現したい！