

|                        |   |                     |                         |
|------------------------|---|---------------------|-------------------------|
| 演題名                    | 入院患者における自主練習の実施率を100%にしたい<br>～対象者が能動的に取り組むシステム作り～   |                     |                         |
| 施設名                    | ねりま健育会病院  | (ふりがな)<br>発表者(職種)   | わたなべめい<br>渡邊 芽衣 (理学療法士) |
| (ふりがな)<br>チーム名         | じしゅれん<br>自主練オタク   |                     |                         |
| 分類                     | ①診断・治療・ケアの質の向上をめざすもの  |                     |                         |
| 取り組種別                  | 課題達成型   |                     |                         |
| 改善しようとした<br>問題課題       | <p>当院理念では、「早期の在宅復帰と社会参加を実践することで地域貢献を進めます」と掲げている。運動量増加は、生活能力向上に有効であり、早期の在宅復帰に寄与しうる。しかし、1日の療法士の介入は、診療報酬上3時間に限られる。運動量増加を図るには、リハビリ時間外の自主練習の定着が効果的と考える。そこで、患者さんが生活との関連を理解し、自主練習を能動的、且つ継続的に取り組める仕組み作りに取り組んだ。</p>  |                     |                         |
| 改善の指標と<br>その目標値        | <p>自主練習の提供は、「自主練習を患者に向けて提案している」、自主練習の実施は、「患者がリハビリ時間以外で行っている」、自主練習の目的の共有は、「自主練習の意味や目的に対して療法士と患者が共有している」、と定義し、アンケートへの同意書が書ける方を対象者として、自主練習の提供率、実施率、目的の共有率を、令和3年11月末までに全て100%にする事を目標とした。</p>  |                     |                         |
| 実施した対策                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 自主練習の提供状況や自主練習の定義を、病棟会や勤務時間で発信する。</li> <li>■ 患者へのアンケートで、現在の余暇時間の過ごし方を聴取する。</li> <li>■ TQMの情報発信後に、各療法士が担当患者に自主練習の再検討をする。</li> <li>■ 患者と自主練習の目的を共有する時間を作る。</li> <li>■ 自主練習の目的の共有が出来ている患者に行っている工夫を、病棟会や勤務時間で発信する。</li> <li>■ ファイルを使用し、自主練習が提供されていることを見える化する。</li> </ul> |                     |                         |
| 改善指標の<br>対策実施<br>前後の変化 | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 取り組み実施前から、実施後の変化は以下の通りである。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 自主練習の提供率は、49%から100%に増加(目標達成)。</li> <li>・ 自主練習の実施率は、43%から100%に増加(目標達成)。</li> <li>・ 自主練習の目的の共有率は、29%から88%に増加。</li> </ul> </li> </ul>   |                     |                         |
| 歯止めと<br>標準化            | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 療法士へ、スターターキット(複数の自主練習内容をまとめた冊子)の提供と運用。</li> <li>■ 全患者へ、自主練習チェック表の提供。</li> <li>■ 全患者へ、目標設定シートの提供。</li> <li>■ 療法士へ、新規入院患者への自主練習提供のリマインダーメールの送信と確認。</li> </ul>  |                     |                         |
| 活動の種類<br>※複数選択可        | ①職場単位の活動  | チーム<br>メンバー<br>(職種) | 1 渡邊 芽衣 理学療法士           |
| 活動の場<br>※複数選択可         | ②支援部門   |                     | 2 太田 智代 理学療法士           |
| 活動期間                   | 令和3年6月 ~ 12月  |                     | 3 奥村 未来 理学療法士           |
| リーダー名<br>(職種)          | 渡邊 芽衣 (理学療法士)   |                     | 4 斉田 直人 理学療法士           |
| 活動回数                   | 26 回  |                     | 5 樋口 明伸 理学療法士           |
|                        |   |                     | 6 岡 徳之 作業療法士            |
|                        |   |                     | 7 田尾 美菜 作業療法士           |
|                        |   |                     | 8 藤田 彩乃 作業療法士           |
|                        |   |                     | 9 梅木 彩季 言語聴覚士           |
|                        |   |                     | 10 加藤 真希子 看護師           |

## 【テーマ選定】

**背景とテーマの選定**

ねりま健育会病院

**理念**

私達は、職員の笑顔とともに、卓越したリハビリテーション医療と心温まるホスピタリティを提供し、早期の在宅復帰と社会参加を実践することで、地域貢献を進めます。

↓

生活能力が向上することで早期の在宅復帰ができるのではないかな

**背景とテーマ選定**

自主練習の提供 → 自主練習の実施

自主練習の提供

自主練習の実施

自主練習の目的共有

能動的に自主練習が行えるシステム作り

**背景とテーマの選定**

運動量の増加は生活能力の向上に寄与すると言われていたが...  
1日24時間のうち、リハビリの時間は3時間  
少ない

じゃあ、どうしたら良いか

患者が余暇時間での自主練習を通じて運動量が上がり日常生活動作能力の向上に繋がる

**テーマの選定** 評価点数：<高5点中3点低0点>

| 評価点 | CSの向上<br>ウエイト×1 |         | 病院理念 | 評価項目<br>取り組みたいテーマ | 改善の要求度<br>ウエイト×2 |      |     |     | 解決可能<br>ウエイト×1 |           | 評価点 | 総合点 |
|-----|-----------------|---------|------|-------------------|------------------|------|-----|-----|----------------|-----------|-----|-----|
|     | 業務改善の向上         | サービスの向上 |      |                   | 利用者ニーズ           | 部門目標 | 緊急度 | 重要度 | 期間内終了          | データの取りやすさ |     |     |
| 10  | ○               | ◎       | ◎    | ◎                 | ◎                | ◎    | ◎   | ◎   | ◎              | ◎         | 26  | 32  |
| 10  | ◎               | △       | ◎    | ◎                 | △                | ◎    | ◎   | ◎   | △              | ◎         | 16  | 22  |
| 10  | △               | ◎       | ◎    | ◎                 | ◎                | ◎    | ◎   | ◎   | △              | ◎         | 18  | 24  |
| 10  | ◎               | ◎       | ◎    | ◎                 | △                | ◎    | ◎   | ◎   | △              | ◎         | 18  | 24  |

## 【現状把握と攻め所の明確化】

**攻め所の明確化～アンケート聴取による現状把握～**

対象 アンケートへの同意書が書ける方 (n=35; 全体72%)

聴取内容 自主練習の提供・実施・目標の共有の有無

結果 自主練習の提供率は、全体の**49%**  
自主練習の実施率は、全体の**43%**  
自主練習の目的の共有率は、全体の**29%**

<言葉の定義>  
提供：自主練習を患者に向けて提案している  
実施：患者がリハビリ時間以外で行っている  
目的の共有：自主練習の意味や目的に対して療法士と患者が共有している

| 項目 | 人数  |
|----|-----|
| 提供 | 17人 |
| 実施 | 15人 |
| 共有 | 10人 |

**攻め所の明確化～自主練習の提供なし者の傾向～**

■ 提供あり  
■ 提供なし

人数 (人)

MMSE (点)

同程度の認知機能でも自主練習が提供されていない方がいる

要因分析を通じて、自主練習の“提供率”増加は可能

**攻め所の明確化～療法士が自主練習を提供していない理由～**

(1位) 患者の認知機能の低下があるため  
(2位) 患者が出来ないと思うため  
(3位) 患者の受け入れが悪いため  
(4位) 患者の覚醒レベル低下がるため

**攻め所の明確化～療法士と患者間の目的共有のズレ～**

自主練習実施者の約10%の人に目的共有のズレがあった

患者 療法士

・患者が何を自主練習として捉えているか不明  
・療法士が生活を踏まえた内容を提示する事でより適切な内容を提供できる

**攻め所の明確化～ありがたい姿～**

① 療法士が、自主練習の必要性を高める  
② 療法士が、提供出来ないという思い込みをなくす  
③ 療法士が、患者と自主練習の目的の共有状況の認識の差を埋める

↓

療法士の取り組みから変えることができる!

| 項目 | 人数 |
|----|----|
| 提供 | 49 |
| 実施 | 43 |
| 共有 | 29 |

## 【目標設定】

**目標設定**

**誰に** 参加同意書への署名が可能な患者 を対象に

**何を** 自主練習の提供率・実施率・目標の共有率 を

**いつまでに** 令和3年11月末 までに

**どうする** 提供率100%  
実施率100%  
共有率100% にする



## 【方策立案】

**方策立案**

| 攻め所              | 要素        | 方策案                      | 効果 | 実現性 | 主体性 | 持続性 | コスト | 業務負担 | 採用  |
|------------------|-----------|--------------------------|----|-----|-----|-----|-----|------|-----|
| 自主練習の必要性を高める     | 療法士       | 週次の自主練習の提供を明確            | ○  | ○   | ○   | △   | ○   | ○    | 採用  |
|                  |           | 患者の来院時間をスタッフが把握する        | ○  | ○   | △   | △   | ○   | ○    | 採用  |
| 提供出来ない患者を減らす     | 療法士       | 療養や前長からの返信し強制的に自主練習を要し促す | ○  | ○   | ×   | △   | ○   | △    | 不採用 |
|                  |           | 返信で自主練習が出来ている人の提供方法を共有する | ○  | ○   | ○   | ○   | ○   | ○    | 採用  |
| 患者と自主練習の目的の共有を促す | 療法士<br>患者 | 自主練習の有様計をしてもらう           | ○  | ○   | ○   | △   | ○   | △    | 採用  |
|                  |           | 目標共有の時間を設ける              | ○  | ○   | ○   | △   | ○   | △    | 採用  |
|                  |           | 目標共有の方法を提案する             | ○  | ○   | △   | △   | ○   | ○    | 採用  |
|                  |           | 1日1目標を掲げる                | ○  | △   | △   | △   | ○   | △    | 不採用 |

## 【成功シナリオの追及と実施】

**シナリオの追及**

| 攻め所              | 要因        | 具体策                      | 具体実施策                                      | 優先順位 |
|------------------|-----------|--------------------------|--|------|
| 自主練習の必要性を高める     | 療法士       | 現状の自主練習の提供を明確            | 自主練習の提供の現状や自主練習の定義について、原簿や勤務時間で把握する        | (2)  |
|                  |           | 患者の来院時間をスタッフが把握する        | 患者アンケートで来院時間に向けて確認しているのか確認する               | (1)  |
| 提供出来ない患者を減らす     | 療法士       | 自主練習の有様計をもらう             | TQMの情報提供後に各療法士が各自患者に自主練習の有様計をもらう           | (5)  |
| 患者と自主練習の目的の共有を促す | 療法士<br>患者 | 目標共有の時間を設ける              | リハビリ開始時に患者と目的の共有の時間を設ける                    | (4)  |
|                  |           | 現状で自主練習が出来ている人の提供方法を共有する | 自主練習の目的の共有が出来ている患者の中でやっている上乗を有様計や勤務時間で発信する | (3)  |

**成功のシナリオの実施**


|   | What  | Who         | When | How  | Why              |
|---|---|-------------|------|--|------------------|
| ① | 自主練習の提供の現状や自主練習の定義について、原簿や勤務時間で把握する。        | TQM全員       | 8月下旬 | ■現状をグラフで提示<br>■自主練習の定義<br>■高機能、療養時間の確保<br>■公認の療法士にも確認できるように原簿で確認できるようにする | 自主練習の必要性を高める     |
| ② | 患者アンケートで来院時間に向けて確認しているのか確認する。               | 藤川・高田・原田・加藤 | 8月上旬 | ■アンケート原簿の作成<br>■アンケート結果の収集   |                  |
| ③ | TQMの情報提供後に各療法士が各自患者に自主練習の有様計をもらう。           | 各担当療法士      | 9月上旬 | ■原簿や患者が理解できる状態で再提案   | 提供出来ない患者を減らす     |
| ④ | 患者と目的の共有の時間を設ける。                            | 各担当療法士      | 9月上旬 | ■リハビリ開始時に自主練習の確認<br>■目的の確認   | 患者と自主練習の目的の共有を促す |
| ⑤ | 自主練習の目的の共有が出来ている患者の中でやっている上乗を有様計や勤務時間で発信する。 | 水田・渡村・田嶋・堀内 | 8月下旬 | ■目的の共有が出来ている患者を選定<br>■共有原簿のもと原簿を提出しまとめる                                  |                  |

**シナリオの実施の様子**

自主練習の必要性の認識不足に対し

↓


自主練習の重要性と現在の実施状況を共有



患者の認知機能低下で実施困難との療法士の認識に対し

↓


提案方法を伝え認知機能の低下がある方でも提供してもらった



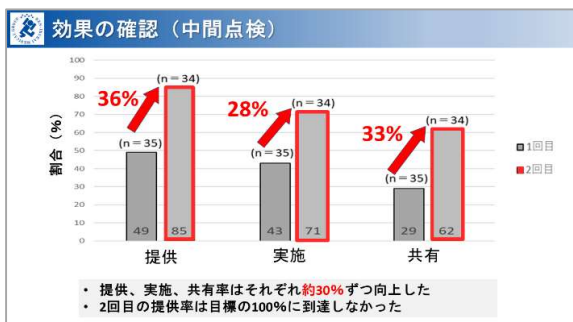
自主練習の目的共有の認識の齟齬に対し

↓

共有方法の提案を行った(自筆を記入、チェック表の活用)




## 【中間効果】



**検証～療法士に聞いた自主練習を提供していない理由～**

- 動作の写真を撮る
- データ化して動作のポイントなどを記載する
- ラミネート加工する

個人差はあるが、自主練習の提供のハードルが高い



(1位) 提供内容が思いつかない

(2位) 資料作成の時間がない

(3位) 作成のハードルが高い



# 【シナリオの再追及と実施】

| 攻め所               | 要因        | 具体策                         | 具体実施策                               | 優先順位 |
|-------------------|-----------|-----------------------------|-------------------------------------|------|
| 自主練習の必要性を高める      | 療法士       | 現状の自主練習の提供を廃止               | 自主練習の提供が現状や自主練習の定義について、関係者や職種間で実施する | ①    |
| 提供出来ない思い込みをなくす    | 療法士       | 自主練習の再検討をしてもらう              | 紙面ですぐに提供可能な自主練習の導入自子の作成             | ③    |
| 患者と自主練習の目的の共有を促める | 療法士<br>患者 | 目標共有の時間を設ける                 | 目標の共有がわかるシートを作成し配布する                | ⑤    |
|                   |           | 自主練習が行えているか振り返る             | 自主練習の振り返りが出来るカレンダーを作成する             | ④    |
| 自主練習の提供を統一する      | 環境        | ファイルを活用し自主練習が提供されているか見える化する | 何層も活用できるレイール型のファイルを活用し既出を詰め直す       | ②    |


| 予想される障害                                | 解決策   |
|--|---|
| ① 運動量が増えることで過負荷になる                     | 自主練習の提供を統一することで、患者の自主練習の過剰利用を防止できる。自主練習導入自子にはセーブ数は考案しないことで患者の負担を軽減する。 |
| ② 転倒リスクが上がる                            | 自主練習導入自子を厳選することで、立位では転倒リスクが高い自子には座位や臥位で出来る練習方法に置き換えることができる。           |
| ③ 必要物品が不足する（自主練習導入自子/目標シート/カレンダー/ファイル） | 得意品揃いに確認し、不足物品の補充を行う。レイール式ファイルは標準的なのみ用意し繰り返し使用する。                     |
| ④ ファイルを壊してしまうことで不便となりやすい               | レイール式ファイルを選択することで使用の前後で綺麗に拭くことができる。                                   |

### シナリオの実施

患者の認知機能低下で実施できないと思っている

↓

疾患や機能別の導入キットの作成




いつ：9月10日  
誰が：TGMメンバー

自主練習の認識に差がある

↓

フィードバックのチェック表の作成




いつ：9月10日  
誰が：TGMメンバー

自主練習の提供方法を統一する

↓

レイールファイルで提供方法を統一する




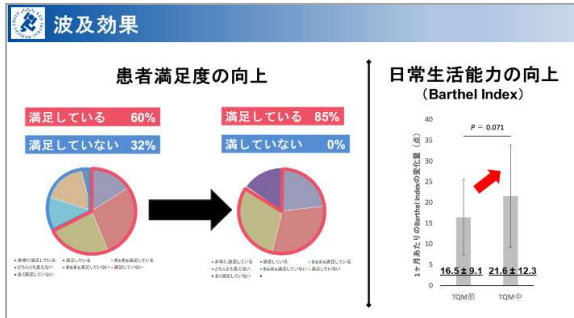
いつ：9月10日  
誰が：TGMメンバー

# 【効果の確認】



### 無形効果：自主練習への認識の変化

- ① 療法士の自主練習の提供意欲の向上  
➢ 自主練習の提供に対する認識が変わった。スタッフは全体の**65.9%**
- ② 自主練習提供までの業務量の減少  
➢ 既に準備があるため準備の時間が減ったことで提供しやすくなった
- ③ 患者の行動や発言が前向きに変化  
➢ 療法士が、患者の自主練習への意欲が向上したと思う割合は、全体の**75.6%**

# 【標準化と管理の定着】

| 何を    | なぜ               | 誰が                 | いつ     | どこで      | どのように      | 確認者               |         |
|-------|------------------|--------------------|--------|----------|------------|-------------------|---------|
| 標準化 1 | スターキットの提供        | 提供、改善、共有をあげるために    | 担当療法士  | 担当の回病入室日 | 患者本人の対面    | 実施記録・体験して居ながら     | 担当セラピスト |
| 標準化 2 | 自子チェック表の提供       | 定着率を上げるために         | 患者     | 毎日       | 患者本人の対面    | チェックシートに毎日の自練習を書く | 担当セラピスト |
| 標準化 3 | 目標設定シートの提供       | 共有率をあげるために         | 担当療法士  | 月に一度     | 患者本人の対面    | 目標設定シートに毎日の自練習を書く | 担当セラピスト |
| 管理 1  | 施設管理者に対して、確認のルール | スターキットを定期的に提供するために | 自主トレ係長 | 所属専任療法士  | 電子ファイルを用いて | 担当セラピストにメールで確認する  | 担当セラピスト |

# 【良かった点と反省点】

| 手帳          | 良かった点  | 反省点                                  | 今後の進め方                        |
|-------------|--|--------------------------------------|-------------------------------|
| チームの意思      | 共有の目標を持ってリハビリができる。自主練習ができたこと、継続意欲が高まった。                      | 両側同日ではならぬ調整全体を取り組めなかった。              | 両側全体の調整を調整した上で調整が組み立てる。       |
| P 初期の明確化    | 自主練習の目的がすり合わせが必要だった。自主練習が実施できる人に提供されたスタッフが積極的に自子確認を継続して実施した。 | 調整の目的が明確に伝達されなかった。調整の目的が明確に伝達されなかった。 | 調整の目的が明確に伝達され、調整の目的が明確に伝達された。 |
| D 実施率       | TGMのメンバーでレイールシステムを導入する意欲を促した。                                | 調整の目的が明確に伝達されなかった。調整の目的が明確に伝達されなかった。 | 調整の目的が明確に伝達され、調整の目的が明確に伝達された。 |
| C 効果の確認     | 行ったことに対して認めてもらう。やりがいを認めてもらう。モチベーションを上げる。患者の生活能力の向上に貢献できた。    | 調整の目的が明確に伝達されなかった。調整の目的が明確に伝達されなかった。 | 調整の目的が明確に伝達され、調整の目的が明確に伝達された。 |
| A 標準化と管理の定着 | 施設管理者に対して、確認のルールを伝える。電子ファイルを用いて確認する。                         | 調整の目的が明確に伝達されなかった。調整の目的が明確に伝達されなかった。 | 調整の目的が明確に伝達され、調整の目的が明確に伝達された。 |