

## プレステップサポート事業について －中途障害者の日常生活をより豊かに－

世田谷区立保健センター 専門相談課 障害者専門相談担当  
武谷 祐里、関 典子、松川 洋子、小金丸 紀子  
杏林大学医学部附属病院リハビリテーション科 専門医  
山田 深

(中途障害 主体的な活動 地域)

### 1. 目的

世田谷区立保健センター専門相談課の前身である旧区立総合福祉センターは、梅ヶ丘拠点整備に伴い平成31年3月末日をもって閉所となりました。以前より、区民の方から「麻痺があるけど身体を動かしたい」「外に出かけることに不安がある」「脳梗塞の後遺症で装具を使用しているが、健康維持のために運動できるところはないか」といった相談が寄せられていたことを受け、世田谷区立保健センター専門相談課において発展的な事業展開を目指し、身体に後遺症のある中途障害の方々を対象に健康維持増進のきっかけをつくることを目的とした「プレステップサポート事業」を立ち上げました。

### 2. 実践内容

お電話での問い合わせ後、ご本人の「やりたいこと」(目標)の確認のためソーシャルワーカー等によるインタビューを行います。その後、保健センターに来所していただき、身体への負担等を確認するために看護師が同席し、リハビリテーション科医師の診察や理学療法士・作業療法士による評価を実施します。その後、日程を調整して専門職がご自宅を訪問し、自宅周囲での歩き方相談や外出に向けての準備相談、公共交通機関を利用した乗り物相談など日常生活における活動性を改善し、健康を維持するためのアドバイスをを行います。食生活の改善等が必要な方には、管理栄養士による栄養相談を行います。また、地域での活動の場をご希望の方には、ご興味のある活動につなぎ、日々の生活で楽しみながら活動性を取り戻すきっかけをつくる取り組みをしています。

### 3. 結果

診察や評価を踏まえた上で活動的な生活に移行することにより、安心・安全、かつ具体的にご本人にあった生活の仕方を発見したり、新たな目標を見つけて生きがいのある生活をはじめようとするなど、短期間の関わりでもきっかけをつかむことで生活に明らかな変化が見受けられました。取り組みを進める中で、まずはご本人のやりたいことを引き出し、どうすれば実現できるかを考えることが最も大切だと実感しています。

#### 4. 考察と今後の課題

障害にはさまざまな種類があり、閉じこもりがちな生活になっている原因も人それぞれです。医療機関での入院治療終了後、地域の中で新たな生活を送る中で、身体の後遺症はこれまでの行動に変化をもたらします。一步踏み出そうとしても、時間がかかることや戸惑うことも少なくありません。自宅を拠点に生活圏を拡大し、より豊かな日常生活を取り戻すためには、本人の主体性と支援者の後方支援が大切だと考えています。このプレステップサポート事業は、介護保険サービスや自立訓練事業と併用可能なため、より多くの方に利用していただけるよう関係機関と連携し、主体的な活動性の向上に取り組むきっかけとなれば幸いです。

お困りごとに応じた専門職の評価・相談で  
あなたの活動性を取り戻すきっかけを作ります



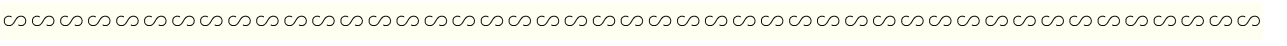
世田谷区立保健センター専門相談  
障害者専門相談担当  
指定管理者 公益財団法人 世田谷区保健センター  
〒156-0043  
東京都世田谷区松原6-37-10  
(保紅英徳福祉総合プラザ 2階)  
TEL 6265-7546  
FAX 6265-7549  
※受付時間 8:30~17:00  
(土・日・年末年始・祝日を除く)



世田谷区立保健センター  
障害者専門相談  
プレステップサポート事業  
のご案内  
～中途障害者の日常生活をより豊かに～

指定管理者 公益財団法人 世田谷区保健センター

【プレステップサポートパンフレット（抜粋）】



<助言者コメント>

瓜生 律子（世田谷区福祉人材育成・研修センター長）



プレステップサポート事業は、2018年に保健センターが、中途障害を受けた方の日常生活がより豊かに送れるよう立ち上げ、身の回りの動作の自立を目指しながら楽しみや生きがいにつながる余暇活動の場の参加など、心身の健康の維持増進を目的として取り組まれています。

ある日突然、事故や脳疾患等により生活が激変した時、人は障害を受け入れ、新しい生活を構築するまで様々な葛藤があり時間がかかります。お一人おひとりの生活歴や思い、希望がある中、支援者は丁寧にご本人をはじめ関係者で力を合わせて取り組むことで、チームメンバーとの信頼関係の構築につながるのではないのでしょうか。その蓄積がチームの支援力向上につながると思います。

新しい事業のため、区内にある理学療法士等連絡会やMSW連絡会、ケアマネジャー連絡会などで広報活動を行い、事業の周知に努めていらっしゃいますが、中途障害の方が一步踏み出すのは中々、大変なので、同じ立場の方々（先輩）に声かけいただくのも、参加者を増やすことに繋がり、先輩方のやりがいにもつながるのではないのでしょうか。

貴重な発表をありがとうございました。社会参加から新たな役割の構築へと取り組みの発展を期待いたします。来年の発表を楽しみにしております。