

# 自立支援ヘルパー実務マニュアル 目次

- はじめに
- 介護保険法に基づく自立支援
- フレイル対策について

## 1 第1章 マニュアルの概要

- 1 自立支援ヘルパー実務マニュアルの特徴 ..... 1
- 2 マニュアルの活用方法 ..... 2

## 2 第2章 ADL・IADLの評価

- 1 ADL/IADLの評価 ..... 5
  - 資料1～3 ..... 8
- 2 自助具 家事用具の工夫（道具を活用した自立支援） ..... 19

## 3 第3章 運動・栄養・口腔・認知・聞こえに関する知識と支援方法

- 1 家庭で行うトレーニング ..... 27
  - (1) 運動機能向上に関する知識 ..... 27
  - (2) 運動の方法と種類 ..... 28
- 2 栄養改善に向けた支援（アセスメント・支援方法） ..... 30
  - 様式 ..... 43
- 3 口腔機能向上に関する知識・支援方法 ..... 46
  - (1) 口腔機能向上のための支援 ..... 46
  - (2) 口腔機能向上プログラムの実施方法 ..... 48
    - 様式 ..... 60
- 4 うつ・認知症に関する知識・支援方法 ..... 63
  - (1) 高齢者のうつ病、認知症とその対応 ..... 63
  - (2) 認知症について ..... 65
- 5 聞こえ・コミュニケーション ..... 67
  - (1) 加齢性難聴について ..... 67
  - (2) 失語症・構音障害の方とのコミュニケーションについて ..... 71

## 4 第4章 利用者の“できた!!”を増やす支援例

- 1 掃除編 ..... 75
- 2 食事管理編 ..... 85
- 3 歯科栄養編 ..... 93

## 5 第5章 リスク管理

- 1 急変時の基本的なアセスメントと報告内容 ..... 101
- 2 疾患別のアセスメント ..... 102
- 3 症状別のアセスメント ..... 104
- 4 薬剤によるリスク ..... 106
- 5 転倒のリスク ..... 107