

毎日の運動で下肢筋力の向上を！



M 様 (77 歳) 男性
要介護度 1

1. パーキンソン症候群
2. 脳梗塞
3. 右大腿骨骨折

有料老人ホームから自宅に戻ることになり、下肢筋力の低下や体調などの不安があった。

0 コードの目的 体調の安定と日常生活に必要な下肢筋力の向上を図る。

内容 週 5 回、食事状況と内服確認。デイケアの PT 作成の運動プログラムをヘルパーと行っている。

効果 体調が安定し、徐々に下肢筋力も向上してきたため、訪問回数を減らすことを検討している。

0 コード利用例

月	9:00-9:20	体調確認、運動
火	9:00-9:20	体調確認、運動
水		(デイケア短時間利用)
木	9:00-9:20	体調確認、運動
金	9:00-9:20	体調確認、運動
土	9:00-9:20	体調確認、運動
日		-

訪問介護ケアレジデンス水戸 ☎029-350-4125 ✉houmon_0@careresi.jp

「食事×薬」が健康を守るカギ！



T 様 (82 歳) 女性
要介護度 2 独居

1. 糖尿病
2. 尿路感染症

最近軽度の認知症状が見られるようになり、デイサービスを利用しない日の喫食状況が把握できていない。

0 コードの目的 健康を維持するための食事状況の把握と確実な服薬のサポートを行う。

内容 週 4 回ヘルパーが朝訪問し、食事状況・冷蔵庫内の確認、内服確認を行っている。

効果 朝の食事と服薬は安定。昼と夕の喫食状況が不明のため、新たに午後の 0 コード利用を提案。

0 コード利用例

月	9:40-10:00	食事・内服確認
火		(デイサービス)
水	9:40-10:00	食事・内服確認
木		(訪問看護)
金		(デイサービス)
土	9:40-10:00	食事・内服確認
日	9:40-10:00	食事・内服確認

