

## 退所された方へのアンケート結果

総合リハビリテーションセンター支援部では、退所者された方の生活状況を把握し、今後の支援に活かしていくことを目的にアンケートを実施しました。対象者は平成 27 年度から令和元年度に在籍した方です。その結果は次のとおりです。

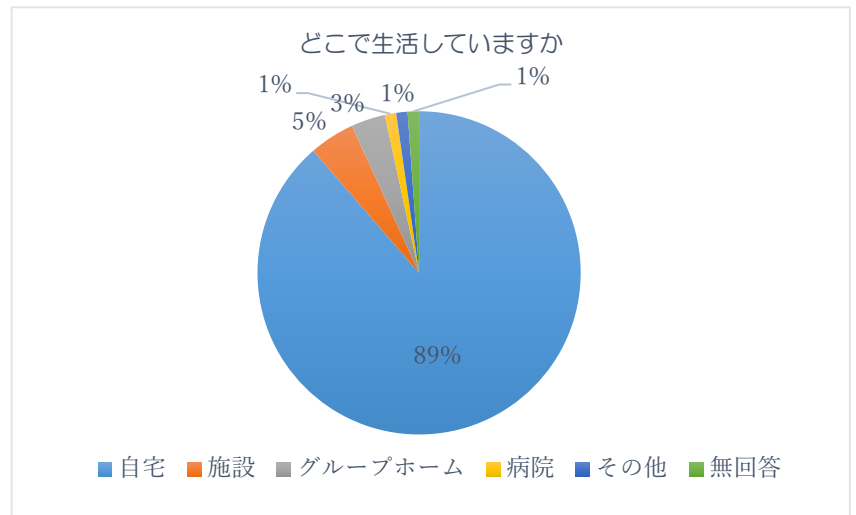
アンケート送付数 170

回答数 88

回答率 51.8%

### 問1 現在どこで生活していますか

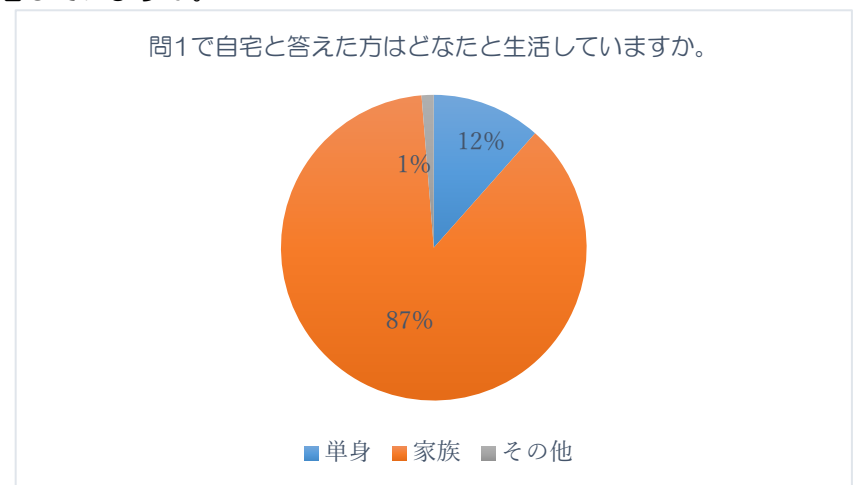
自宅	77
施設	4
グループホーム	3
病院	1
その他	1
無回答	1



センター退所後、ほぼ 9 割の方が自宅で生活しています。

### 問2 問1 で自宅と答えた方はどなたと生活していますか。

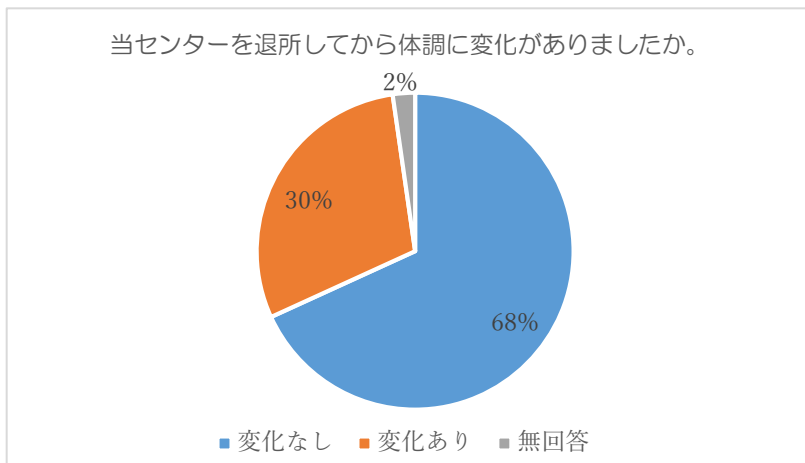
单身	9
家族	67
その他	1



自宅と答えたかのほとんどが家族と暮らしていて、单身生活の方は 1 割強です。

問3 当センターを退所してから体調に変化がありましたか。

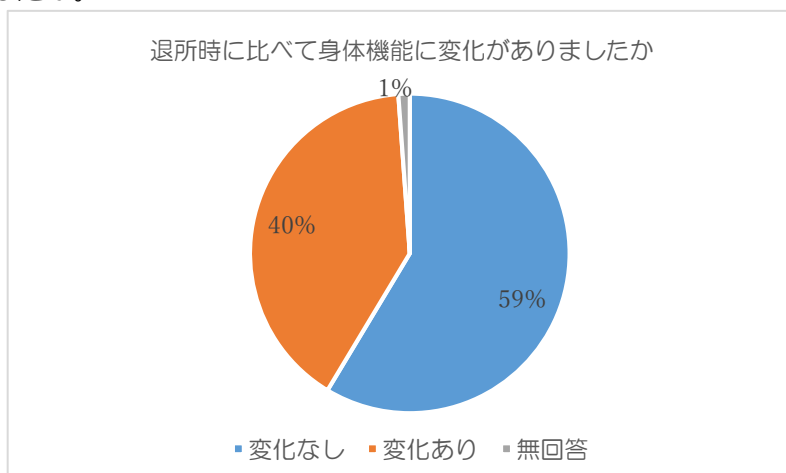
変化なし	60
変化あり	25
無回答	2



変化なしと答えた方が7割弱でした。

問4 退所時に比べて身体機能に変化がありましたか。

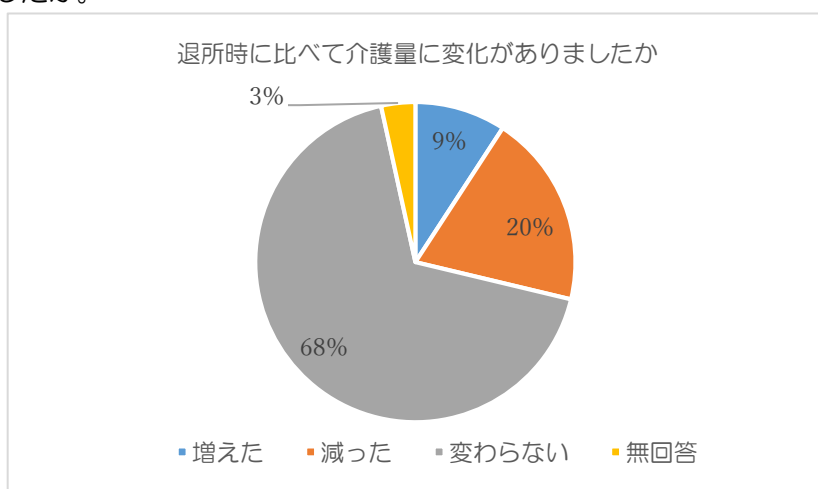
変化なし	51
変化あり	35
無回答	1



約6割の方が身体機能に変化がみられていません。

問5 退所時に比べて介護量に変化がありましたか。

増えた	8
減った	17
変わらない	59
無回答	3

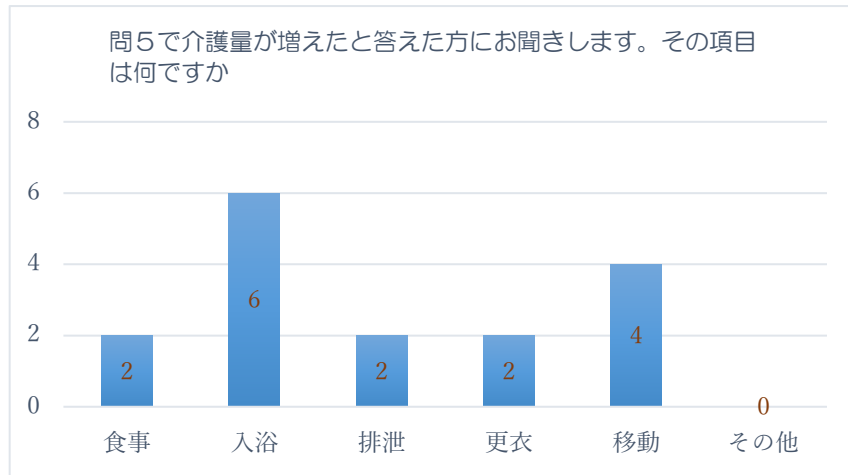


介護量に変化があった方は3割強で、減少した方が増加した方の倍になっています。

問6 問5で介護量が増えたと答えた方にお聞きします。その項目は何ですか。

(複数回答あり)

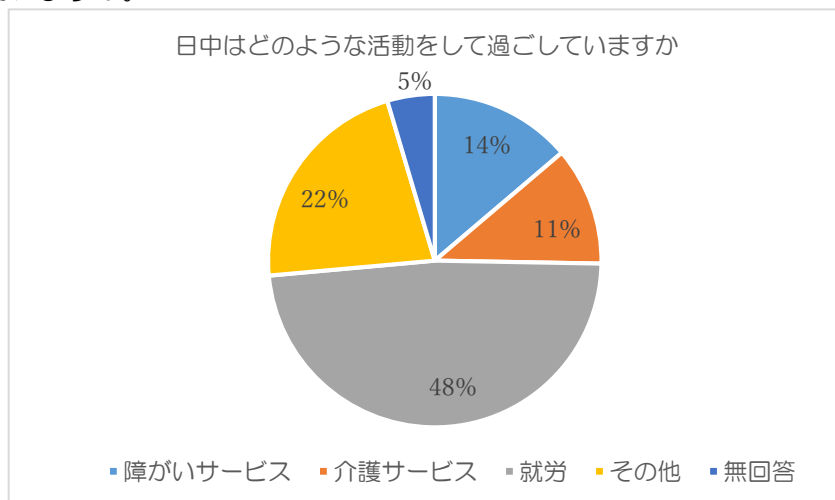
食事	2
入浴	6
排泄	2
更衣	2
移動	4
その他	0



介護量が増加した項目では入浴と移動が多くなっています。

問7 日中はどのような活動をして過ごしていますか。

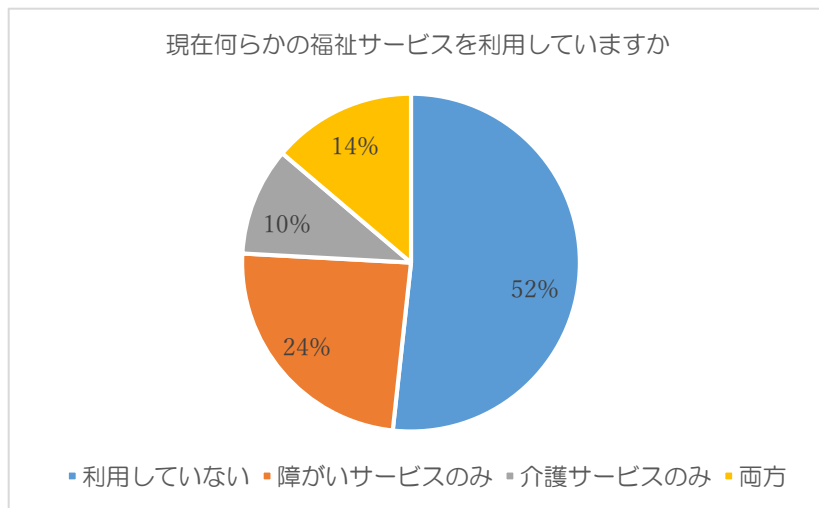
障がいサービス	12
介護サービス	10
就労	42
その他	19
無回答	4



日中の活動について半数近くの方が就労しています。

問8 現在何らかの福祉サービスを利用していますか（複数回答可）。

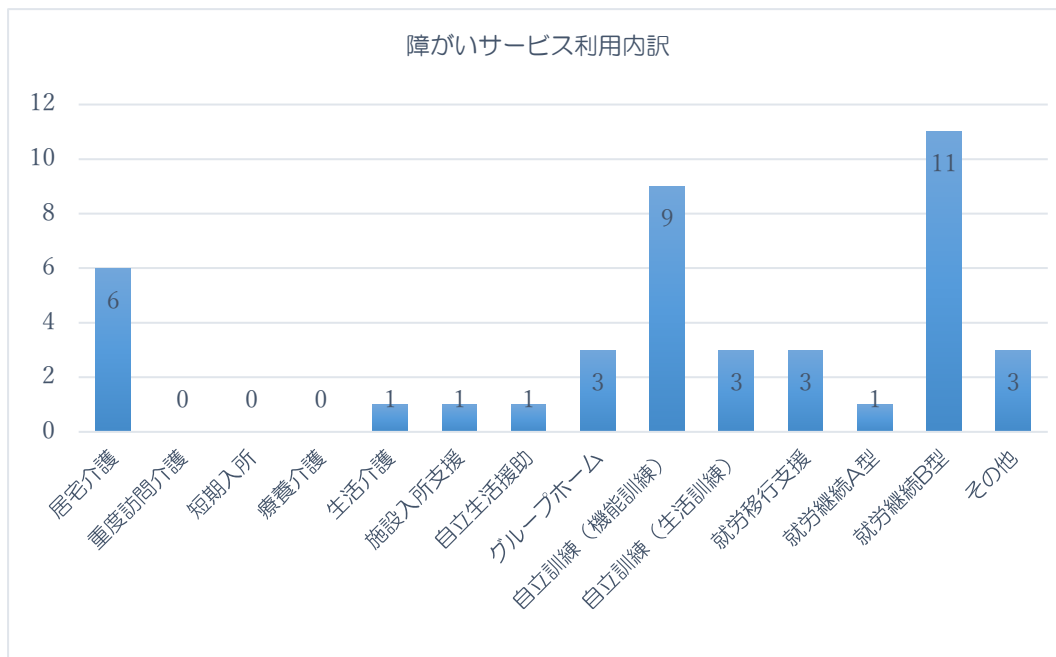
障がいサービスのみ	21
介護サービスのみ	9
障がい・介護の両方	12
利用していない	45



サービスを利用していない方が半数を超えています。就労している方が多いことが要因として考えられます。

障がいサービス利用内訳（複数回答あり）

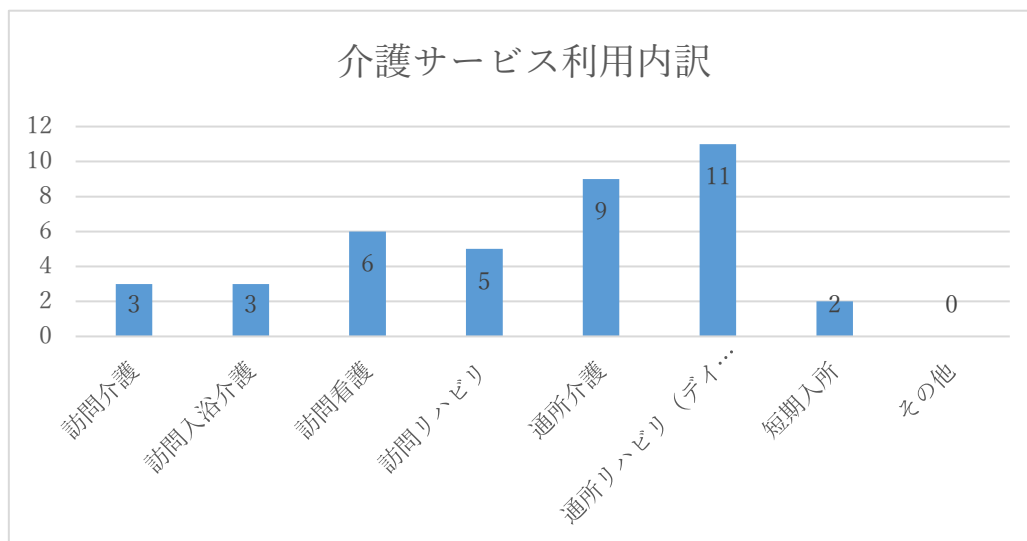
居宅介護	6	自立生活援助	1
重度訪問介護	0	グループホーム	3
短期入所	0	自立訓練（生活訓練）	3
療養介護	0	就労移行支援	3
生活介護	1	就労継続 A 型	1
自立訓練（機能訓練）	9	就労継続 B 型	11
施設入所支援	1	その他	3



障がいサービスの利用では就労継続B型、機能訓練、居宅介護などの利用が多くなっています。

介護サービス利用内訳（複数回答あり）

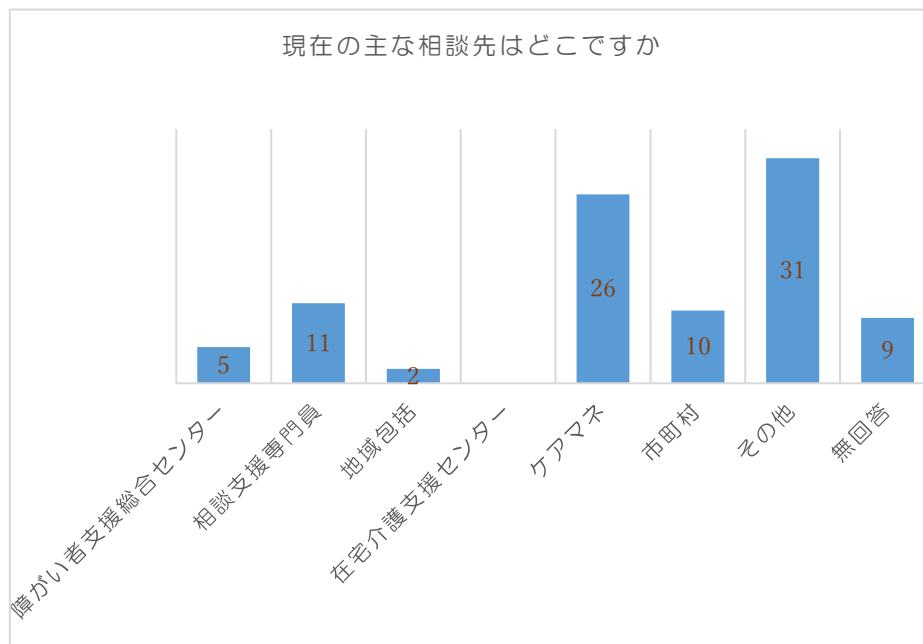
訪問介護	3	通所介護	9
訪問入浴介護	3	通所リハビリ（デイケア）	11
訪問看護	6	短期入所	2
訪問リハビリ	5	その他	0



介護サービスでは通所リハビリ（デイケア）、通所介護、訪問看護の利用が多くなっています

問9 現在の主な相談先はどこですか（複数回答あり）。

障がい者支援総合センター	5
相談支援専門員	11
地域包括	2
在宅介護支援センター	0
ケアマネ	26
市町村	10
その他	31（相談先なし16、病院10他）
無回答	9



相談先ではケアマネという方が多くなっています。その他では相談先がないという方が多く、通院している病院と答えた方も何人かいます。

問 10 当所利用中に行ったもので、現在も役に立っている訓練、生活支援、健康管理支援のプログラムはありましたか。

- ・自動車運転訓練（多数）、免許取得
- ・パソコン訓練（多数）
- ・リハビリ（理学療法、作業療法、言語療法）、ふるさと社、リハビリ体操
- ・車椅子で生活する訓練
- ・指先の動きを良くするための工作が現在の仕事で（製造業）役に立っている。
- ・まな板、つめ切りなどの障がい者用品の紹介
- ・園芸クラブでの作業
- ・能力開発科訓練
- ・食事方法、はしの練習や物をつかんで離す訓練
- ・バス等に乗る訓練
- ・歩行訓練（多数）階段昇降や横、後ろ歩き、立ち上がり
- ・筋力強化訓練、プッシュアップ訓練、柔軟運動、ストレッチングボードを使用した足首を柔らかくする訓練、平行棒
- ・白杖訓練
- ・就労訓練
- ・手芸等の生活支援訓練
- ・スマホの使用方法
- ・メモリーノートの活用
- ・日常生活支援（入浴、洗濯、着替え、調理、トイレでの動作等）
- ・内服管理、服薬指導
- ・排泄に係る講習会は、自宅での排泄コントロールの参考になっている。

問 11 当所利用中にやってほしかった訓練、生活支援、健康管理支援のプログラムはありましたか。

- ・食事を自分で作ること、金銭管理、買い物、洗濯の仕方、（片手での）干し方。
- ・PT、OT 訓練施設内にも、もう少しトレーニングマシンがあれば良かった。
- ・麻痺をもう少し見て欲しかった。
- ・エクセルの訓練
- ・能動義手使用訓練（利用中義手作成をしていなかった）
- ・字を書く練習
- ・関節可動域が良くなるようリハビリ体操を1日2回程度お願いしたい。
- ・レクスポの回数を多くしてもらえればよかった。
- ・電車、バスの乗降の仕方
- ・（片手での）傘のさし方
- ・家でもできるような手作業や工作、家の中で継続してできるような運動
- ・水泳訓練のプログラム、プールでの歩行
- ・運動機能訓練時間を1日40分から1時間～1時間30分程度実施してもらえばよかった。
- ・障がいがあっても、もう少し実践的な支援のあり方があるのではないか。

問 12 現在、機能維持・向上のために何か行っていますか。

- ・家事全般を毎日自分でやっている。育児に励んでいる。家の中でできることはなるべく自分でするように努めている。会社での仕事で動くのをなるべく多くしている。
- ・散歩、歩行練習、ウォーキング（多数）
- ・ストレッチ運動（多数）、スポーツ
- ・ラジオ体操、テレビ体操、自宅で行えるリハビリメニュー
- ・サイクリングマシン、フィットネスバイク、エアロバイク
- ・筋力トレーニング、スクワット、プッシュアップ、階段昇降、平行棒立ち上がり

- ・サンスポートのプール利用
- ・フィットネスに通う。
- ・自主トレーニング
- ・シックスパッドの使用
- ・病院での診察、通所リハビリ、理学療法、作業療法士、言語療法の訓練継続
- ・訪問リハビリ、デイサービス、デイケア
- ・ボトックス注射
- ・日記の記入、漢字練習、新聞を読む
- ・歌を歌う
- ・ドライブ
- ・整体に通院
- ・体重が増えると動きにくいので太らないよう食べる量を調節している
- ・サプリメントの飲用

### 問 13 現在困っていることは何ですか

- ・急に体が動かなくなってしまうこと。体の痙縮が強いこと。
- ・ろれつが回らない（入所時より向上していない）
- ・硬直が強くなってきているので、もっと強くなってしまったらボトックス注射を家から近い病院で受けられないか。
- ・手足しびれ、手足の動き、体のしびれと痛みが増えている。気温の変化（低温、高温時）でしびれがさらに増えていること。足のひざ裏の痛みがあること。
- ・寒暖差、気圧の変化に弱いこと。
- ・神経的な病気なので、ピリピリしたり頭痛が起こる。
- ・生活全般で出来ない事が多いこと。排便の際にズボンの上げ下ろしがたいへん。杖を使わないで歩けるよう



になりたいこと。風呂がもう少し自分でできるようになりたい。自家用車に乗れないこと。

- ・腰を痛めている。
- ・歩行に時間がかかってしまう。長距離歩くのが困難
- ・運動機能が低下し、移動等の動作が悪くなってきている。
- ・買い物、銀行（ATM）等外出するのが困難
- ・つめ切りができない。
- ・行動が限られてしまいイライラの原因になっている。
- ・飲酒が楽しみになっていて、つまみの量も多くなりがち。
- ・外出が億劫になったこと。話し相手がいない。人との接触が少なくなりうつ（ひきこもり）に近くなっている。
- ・体を動かすことが減り以前よりも太ってしまった。
- ・体調管理が難しい。コロナがあり外に出ることや人に会うことも少なくなり、体重の増加、塩分量の増加。体重の増加。食事には注意をしていますが、楽しみと言えば食事ぐらいかなと思うので、つつい。今現在薬を飲みながらの生活なので。
- ・だいぶ良くなった気はするが、倒れる前に比べると失語症がひどい。失語症のため会話が難しい時がある。言語がよく伝えられない。
- ・時々支払いの期日や書類の提出など忘れてしまうことが病気以前より多くなった。
- ・人の名前が覚えられない。漢字を忘れてしまう。
- ・足の装具（短下肢）のマジックテープやベルトが取れかけており自分で補修している。
- ・音声パソコンの操作が全くわからない。
- ・グループホームなど、家族以外と過ごす選択肢が少ないし、入れない。
- ・相談先がわからないこと。

問 14 長野県立総合リハビリテーションセンター全体へのご意見、ご要望がありましたらお書きください。

- ・リハビリ担当の方々にはお世話になったとは思っていますが本人と家族の気持ちを随分痛めつけてくれたと思っています。当時はお世話になっているということでガマンもしてきましたが、当時の思いがよみがえりつらい気持ちになりました。今まで当たり前生きてきて、きちんと生活してきたのに障がい者というくくりになったとたん、リハビリを指導してくれる人が上に立つことになる。60 歳を前にした、ずっと社会で生きてきた人間をバカにするのもいいかげんにしてくれ！と言いたいです。だいぶ傷つきました。
- ・私は6ヶ月程で強い退所指導で退所しました。市では1年半ほどは入所していいと言うにもかかわらず、職員による退所指導は困る。身体障がい者の方の入所を多くしてください。
- ・装具をつけているので市販の靴が合わず困っています。退所する時に靴の買い方を紹介してもらえればよかったですと思います。
- ・リハビリの時間を長くしてほしい。食事をおいしくしてほしい。
- ・施設が古いので建て替えしたらどうですか。
- ・今後身体機能に変化があった場合はどのように連絡をして相談できるのか、どのような訓練・支援をうけることができるのか。わかりやすい（簡単な）案内が欲しいです。
- ・週末など退所者向けにリハビリ教室、訓練場の提供などがあると助かる。
- ・どこの病院でもそうですが、病院とスタッフとの話し合いが欲しいです。本人がそこに居るとなかなか話せないこともあるので、時間を作っていただけたら幸いです。
- ・実現は難しいのかもしれませんが、北信・東信・中信・南信に1か所ずつリハビリセンターがあれば障がい者にとってはすごく利用するのに便利だと思う。
- ・病棟の看護師さんや支援課の看護師さん、両方の看護師さんに感謝しています。
- ・障がい者のことを優しく考えてくださる良い施設だと思いました。退所者向けに（希望者に）リハビリ通信など情報をもらえたら嬉しいです。2019 年被害には心を痛めていました。ゆっくりでいいので障がい者のために復興を願っています。
- ・入所させていただいて訓練等やらせてもらったことはいい経験になり、一人暮らしもできています。大変ありがとうございました。

- ・長い人生の中でセンターでの入院や訓練が良い意味でよいリセットになりました。高齢の父や母にも色々アドバイスできるのもセンターでの経験のおかげです。
- ・もう一度利用したいです。
- ・利用時はとても居心地が良かったです。このままでいてください。
- ・いい思い出になっています。自由な時間の中、タイムスケジュールを思い出しながらメリハリをつけています。（起床時間は別）
- ・入所中は歩行訓練など体を動かすことがありましたが、家ではほとんど動かず散歩も行きません。なにか運動するメニューの指導をしていただけたらと思います。
- ・利用再開され本当によかったです。コロナで大変なことと思います。職員の皆さまお体にお気を付けてください。こちらから長野は遠いのもう少し南の方にリハビリセンターがあるといいかと思います。
- ・全国的に障がい者の自動車運転の訓練施設は珍しいとのことですが、ここで訓練を受けられ本当にありがたいと思います。これからも私と同じような多くの人に使われることを望みます。本当にありがとうございました。
- ・一年余りのセンターでの訓練のおかげで今の自宅での単身生活ができています。本当に感謝しています。ありがとうございました。
- ・長い間支援棟での生活、リハビリで歩行器を使って歩けるようにしていただき大変お世話になりました。病院祭りも楽しい思い出でした。災害とコロナと一気に経験したことのない生活ですが何とか皆様の手を借りながら二人三脚で前へ進もうと思います。
- ・入所期間中は大変お世話になりました。台風 19 号の被災に続き、新型コロナでの業務など大変な状況下ですが、引き続き皆さまの熱意あるご指導ご活躍を期待しております。