

令和5年7月13日（木）ことう地域チームケア研究会

# 滋賀県の排尿支援に関する 取組について

滋賀県健康医療福祉部  
医療福祉推進課 久保亜紀

# 排泄支援プロジェクト ～QOL(本人の望む暮らし)の維持向上を目指した排泄支援～



## 排泄に関する現状(①～③令和元年度滋賀の医療福祉に関する県民意識調査結果)

- ①1年以内に尿失禁を経験している者の割合  
25.5%(男性:15.2% 女性33.2%)
- ②尿もれがあった者のうち医療機関へ受診している者の割合  
11.2%(男性:19.6% 女性8.2%)
- ③尿もれは治療できるものではない・年のせいなので仕方ないと思っている者の割合  
64.3%(男性:68.6% 女性62.8%)
- ④おむつや排せつに介助が必要となった後の心身の変化(北九州市調査)  
身体機能の低下(45.6%)外出機会の減少(28.6%) 認知症の増加(28.2%)



## 課題

- 相談-受診-治療に繋がっていない。
- 尿失禁・便失禁により、自己嫌悪に陥ったり自信を喪失する。
- 排泄障害により、活動の幅が狭くなり、社会参加の機会が少なくなる。

## 必要な取り組み

- 排泄支援に向けた予防・医療・ケア体系の構築
1. 相談支援体制の充実
  2. 確定診断・早期治療・対応のための連携強化
  3. QOLの維持向上を目指した支援の質の向上
  4. QOLの維持向上を目指したセルフケア能力の向上(予防)

## 目指す姿

誰もが気持ちよく排泄できることにより、QOL(本人の望む暮らし)の維持向上を図る。

4人に1人が尿もれを経験し、6割は諦めている現状

## 国の動向

- 診療報酬「排尿自立指導料」(2016年度～)
- 介護報酬「排泄支援加算」(2018年度～)

## 排泄支援の普及・定着・推進をめざしたプロジェクトの実施

### 第一ステップ(2019年～2021年)

- (1) 排尿支援プロジェクト企画検討会議  
排尿支援の普及にあたってのモデル事業の企画・評価、教育・啓発プログラムの作成
- (2) 排尿支援を担う支援者の人材育成  
排尿支援員・排尿サポーターの育成
- (3) 排尿障害の診療に関する医療機関および訪問看護ステーションのリスト作成



### 残る課題

1. 育成した人材が現場で活躍するためには、所属や関係機関の理解と協力・協働が必要
2. 排尿支援を担う支援者の継続的な人材育成が必要
3. 県民への普及啓発が必要
4. モデル実践の評価を踏まえた県下への成果の普及と横展開が必要

### 第2ステップ(2022年～2024年)

1. 目的  
排尿機能の維持、向上が本人の生活の質(QOL)に関わる重要な生活行為であることを県民が理解し、その支援が行える関係機関や関係者の人材育成および体制整備、介護事業所や在宅における実践例の蓄積により、排尿支援の県下への普及を図る。
2. 事業内容
  - (1) 排尿支援プロジェクト企画検討会議の開催
  - (2) モデル市町・介護サービス事業所等における実践支援
    - ・排尿支援への取り組みを進める事業所への実践支援補助
    - ・排尿支援リーダーの事業所等への派遣指導
    - ・排尿支援員・排尿サポーターのフォローアップ
  - (3) 排尿支援を担う支援者の人材育成(滋賀医科大学との協働)
    - ・啓発・教育プログラムに基づいた排尿支援を担う人材の育成
    - ・排尿支援リーダーによる情報交換・研修企画支援
  - (4) 県民への普及啓発(市町との協働)
  - (5) 成果の普及
    - ・モデル実践者らによるシンポジウムの開催
    - ・各圏域の状況に応じた取り組みの普及定着支援
  - (6) 早期診断・状態に応じた医療提供のための病診連携の検討



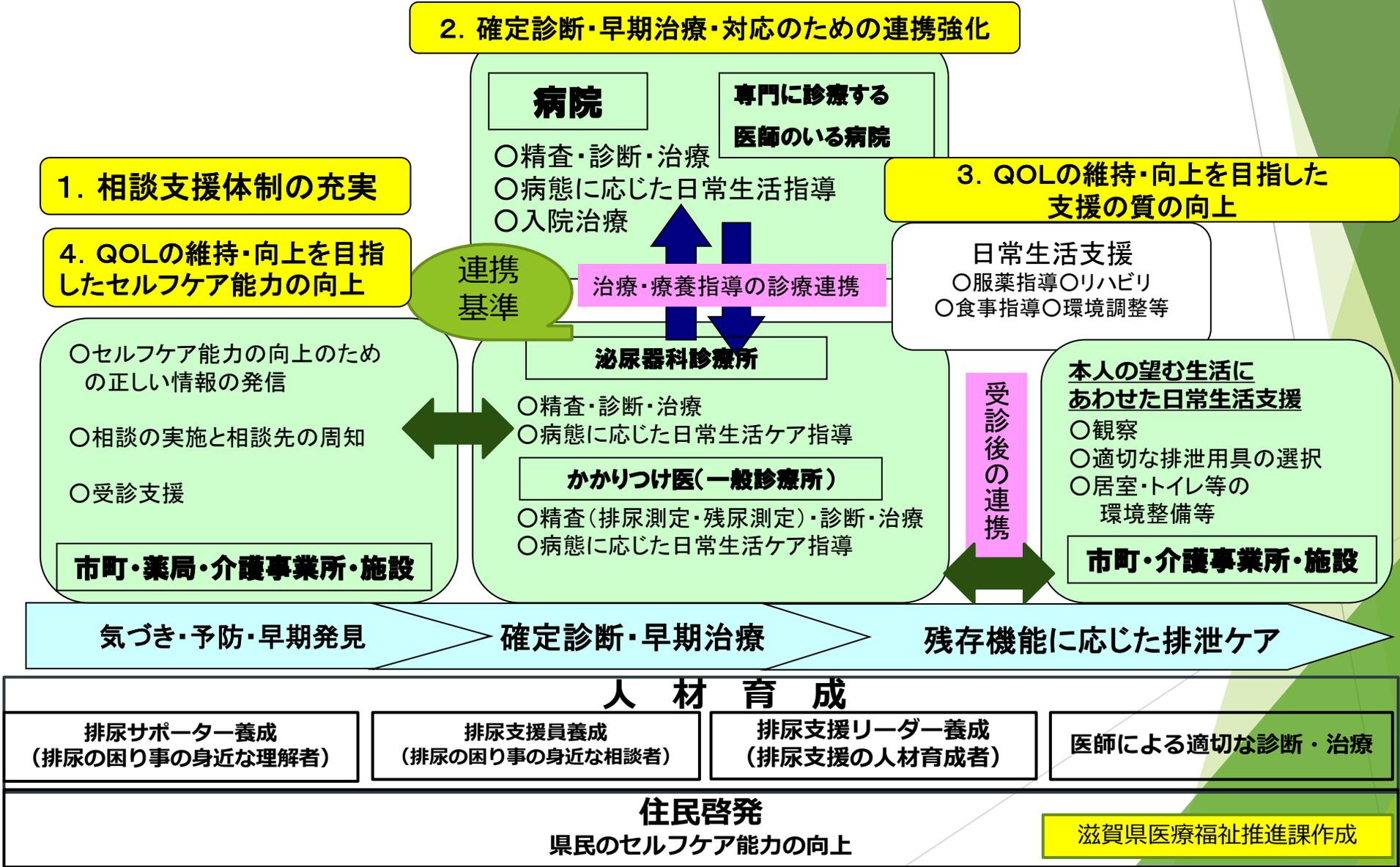
**【市町・事業所】**  
健康づくり、介護予防・重度化防止の取組の一つとしての実践と定着化

**【滋賀医科大学】**  
専門性を生かした人材育成

**【県】**  
積極的に排尿支援に取り組む事業所・市町支援、県内横展開、リーダーフォローアップ、関係機関連携の推進

# 排泄支援に向けた予防・医療・ケア体系の構築

～予防から治療、残存機能に応じた排泄ケアに対する効果的な連携を目指して～



	排尿サポーター (排尿に関する身近な理解者)	排尿支援員 (排尿に関する身近な相談者)			排尿支援リーダー (排尿支援の人材育成者)
		相談	マネジメント	排尿ケア	
役割	①おしっこの困りごとを安心して気軽に話せるようになる地域づくり ②身近な人のおしっこの困りごとの相談を受け、相談先を紹介する。	本人・家族、排尿サポーターなどからの相談に応じ適切な相談先、支援につなぐ	本人の望む生活に合わせたケアプランの立案・支援の評価	本人の望む生活に合わせた排尿ケアの提供	①排尿支援員へのアドバイス ②排尿支援員、排尿サポーターの養成
対象	<b>住民</b> 健康体操自主グループ参加者、健康推進員、企業(おむつ取扱い)等	<b>専門職</b> 医師・薬剤師・看護師・セラピスト・栄養士・介護支援専門員・介護福祉士・訪問介護員・福祉用具専門相談員・保健師			<b>専門職</b> 医師・薬剤師・看護師・セラピスト・栄養士・介護支援専門員・介護福祉士・訪問介護員・福祉用具専門相談員・保健師 (モデル期間中) 医師、認定看護師等
必要な知識技術	①排尿のメカニズムについて知っている ②排尿の困りごとについて知っている ③本人に合った排尿のケア方法により快適な排尿に近づくことを知っている。 ④排尿の困りごとについての相談機関を理解し、相談があった場合つなぐことができる。 ⑤相談を受ける心構え	①アセスメント 排尿状態、生活状況をふまえ排尿障害のタイプ分類ができる。 ②受診支援 ③日常生活支援 ○観察○適切な排尿用具の選択○居室・トイレ等の環境整備 ○予防方法(骨盤底筋体操)等 ④支援の評価			排尿支援員に求められる必要な知識・技術①～④ ⑤排泄支援の必要性(国・県の動向) ⑥滋賀県排泄支援プロジェクトにおける排尿支援リーダーの果たす役割 ⑦人材育成・教育の基本的な考え方 ⑧多職種連携を高めるチームマネジメント
対象エリア	モデル市(彦根市)	モデル圏域(湖東圏域)			全県

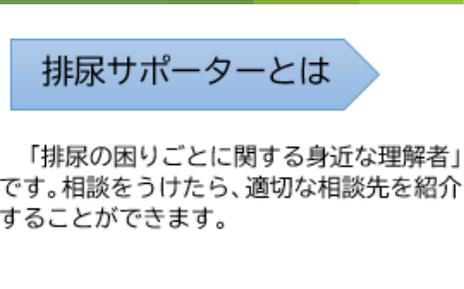
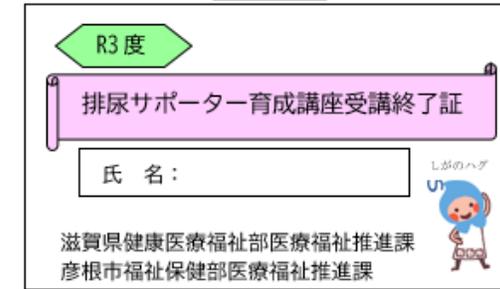
# QOLの維持向上を目指したセルフケア能力の向上にむけた 取組①～排尿サポーターの育成～

▶ 講師 滋賀県医療福祉推進課職員  
皮膚・排泄ケア認定看護師（彦根市立病院）

▶ 内容

講義 ○排尿サポーターの役割  
○おしっこの困りごとの相談先  
○排尿のメカニズム  
○排尿障害と薬の影響  
○排尿の困りごと  
○ケアの原則  
（予防する（骨盤底筋体操）・治す・改善する）

実技 おむつの当て方、排泄用具の体験  
福祉用具の説明および見学



月 日	場 所	受講者
8月10日	南地区公民館	28
中止		
中止		
中止		
10月20日	稲枝地区公民館	9
10月29日	くすのきセンター	27
11月16日	くすのきセンター	30
計		94

所属（延数）

彦根元気クラブ	21	8人	高齢者サロン運営者	11人
健康推進員		35人	認知症カフェ運営者	2人
金亀体操指導員		28人	地域支え合い推進員	3人
民生委員児童委員		13人	医療福祉推進課	10人



# おしっこの困りごと ありませんか？



## こんな経験ありませんか？

- \* くしゃみをしたらおしっこが漏れる。
- \* 夜に何度もおしっこで目が覚める。
- \* トイレにたどり着く前に漏れてしまう。



彦根市には、身近で相談に乗ってくれる「**排尿サポーター**」がおられます。排尿サポーターは、相談先を教えてください。

4人に1人が1年以内に尿もれの経験があります  
(※)

(※)令和元年彦根市の医療福祉に関する県民意識調査結果



その「おしっこの困りごと」、**改善できるものもあります！**  
**恥ずかしがらずにまず身近かな人に相談しましょう。**

分類	相談できる場所/人	相談できる困りごと(例)
診断治療	医師	・おしっこの回数が増えた。 ・おしっこが間に合わない。 ・おしっこが出にくい。等
薬	医師 薬剤師	・薬を飲み始めたら、おしっこが出にくくなった。等
困りごとの相談	彦根市医療福祉推進課 彦根保健所	・おしっこの回数が増えた。病院に行った方がいいのかなあ。 ・トイレまで間に合わず、おしっこが漏れる。何とかならないかな。
	【高齢者:介護サービスを利用していない場合】 彦根市地域包括支援センター	・おむつや、ポータブルトイレはたくさん種類があるけど、どれを選べばいいの？！ ・おむつから尿漏れする。おむつの当て方が悪いのかな。等
	【高齢者:介護保険サービスを利用している場合】 介護支援専門員(ケアマネジャー)	

# おしっこの診察をしてくれる機関

泌尿器科標榜病院

\* 詳細は各機関にお問い合わせください。

病院名	住所	電話番号	予約	備考
彦根市立病院	彦根市八坂町1882番地	0749-22-6050	不要	
公益財団法人豊郷病院	犬上郡豊郷町八目12番地	0749-35-3001	不要	
医療法人恭昭会彦根中央病院	彦根市西今町421番地	0749-23-1211	不要	
医療法人友仁会友仁山崎病院	彦根市竹ヶ鼻町80番地	0749-23-1800	不要	月・火・金のみ

※彦根市立病院のみ紹介状がない場合は5,500円の初診時選定療養費が必要です。

泌尿器科標榜診療所

病院名	住所	電話番号	予約
つじ泌尿器科クリニック	彦根市西今町1131-23	0749-23-7714	可能



# おしっこの困りごととの相談機関

機関名	所在地	電話番号	FAX番号	担当区域
彦根市医療福祉推進課	彦根市八坂町1900番地4	0749-24-0828	0749-24-5870	
彦根市地域包括支援センターすばる	彦根市鳥居本町670 (デイサービスセンター館の音内)	0749-21-5412	0749-21-5464	鳥居本小学校区
彦根市地域包括支援センターすばる	彦根市後三条町350-3 (鈴木ヘルスケアサービス(株)内)	0749-24-0494	0749-24-0408	城東小学校区 佐和山小学校区
彦根市地域包括支援センターハビネス	彦根市馬場一丁目5-5 (彦根市北デイサービスセンター内)	0749-27-6702	0749-21-0302	城西小学校区 城北小学校区
彦根市地域包括支援センターひらた	彦根市平田町670 (彦根市福祉センター別館内)	0749-21-3555	0749-21-5022	金城小学校区 平田小学校区
彦根市地域包括支援センターゆうじん	彦根市竹ヶ鼻町80番地 (アロファンテ彦根内)	0749-21-3341	0749-21-3301	城南小学校区 高寒小学校区 雄森小学校区
彦根市地域包括支援センターきらら	彦根市川瀬馬場町1015番地1 (彦根市デイサービスセンターきらら内)	0749-28-9323	0749-28-9322	城瀬小学校区 新寒小学校区 河津小学校区 亀山小学校区
彦根市地域包括支援センターいなえ	彦根市下岡部町632 (JA東びわこ 旧福村支店)	0749-47-3320	0749-47-3315	福枝東小学校区 福枝北小学校区 福枝西小学校区
滋賀県彦根保健所 (湖東健康福祉事務所)	彦根市和田町41	0749-22-1770	0749-26-7540	

お問い合わせ先  
彦根市医療福祉推進課  
住 所 彦根市八坂町1900番地4  
TEL 0749-24-0828 FAX 0749-24-5870



# 骨盤底筋体操 をしよう!



笑ったり、くしゃみをしたときに  
尿がもれた経験はありませんか？  
骨盤底筋体操をすることで、  
もれの改善や予防ができます。



4人に1人が1年以内に尿もれの経験があります(※)

(※)令和元年度滋賀の医療福祉に関する県民意見調査結果

## 骨盤底筋体操のポイント

10回×3セット 継続して 行うこと

- ・骨盤底筋群は弱く、簡単に疲れる筋肉です  
疲れた状態で実施すると、他の筋肉が代償して効果が得にくいです
- ・回数にこだわらずに、自分に合った回数で行うこと
- ・できる限り継続して行うこと(3か月以上が理想)

## 骨盤底筋体操 1

寝て実施する場合



お尻をもちあげ、お尻と腔・尿道を締める。  
そのまま5秒間キープして、お尻をおろす。



お尻をしめて、その次に腔・尿道を締める。  
上半身を起こして、そのまま5秒間キープして、上半身を戻す。



お尻をしめて、その次に腔・尿道を締める。  
息を吸いながら筋肉を上へ引き上げるように意識し、そのまま5秒間キープして、力を抜く

## 骨盤底筋体操 2

座って実施する場合



浅めに腰かけて足を揃えます。  
足を手前に引いて手を挟みます。  
ちからの入りやすいようにかかとをあげて  
オンッコを我慢する形でギュッと締めます。



浅めに腰かけて座ります。  
足を組んで、手を間に挟みます。  
ちからの入りやすいようにかかとをあげて  
オンッコを我慢する感じでギュッと締めます。



お問い合わせ先  
彦根市医療福祉推進課  
住所 彦根市八坂町1900番地4  
TEL 0749-24-0828  
FAX 0749-24-5870

# 令和5年度の取組予定

## ○レイカディア大学草津キャンパス

(令和5年8月4日、約140名、2時間)

## ○レイカディア大学彦根キャンパス

(令和5年7月20日、約70名、2時間)

(令和5年7月27日、約60名、2時間)

## ○草津市健幸大学

(令和5年9月15日、20名、1時間半)

(令和5年11月21日、20名、1時間半)

## ○栗東市100歳大学

(令和5年9月6日、定員30名、1時間半)

## ○彦根市福寿大学

(令和5年11月7日、定員40名、1時間半)

元気なシニアに「排尿に関する困りごとの身近な相談者」として正しい知識を持っていただき、**排尿の困りごとを気軽に話せる地域づくり**を滋賀県全域で進めていきたいと考えています

# QOLの維持向上を目指したセルフケア能力の向上にむけた 取組②～住民啓発～

## 医療福祉・在宅看取りの地域創造会議 県民フォーラム

R元年度：北川認定看護師（彦根市立病院）の講座と実演

R3年度：河内教授（現大津市民病院理事長）の講義

+ 北川認定看護師の骨盤底筋体操

R4年度：ほぐして緩めて引き上げ体操+寸劇での尿もれパッドや消臭パンツ  
の紹介



# QOLの維持向上を目指したセルフケア能力の向上にむけた取組③～男性トイレ等へのサニタリーBOXの設置と表示～

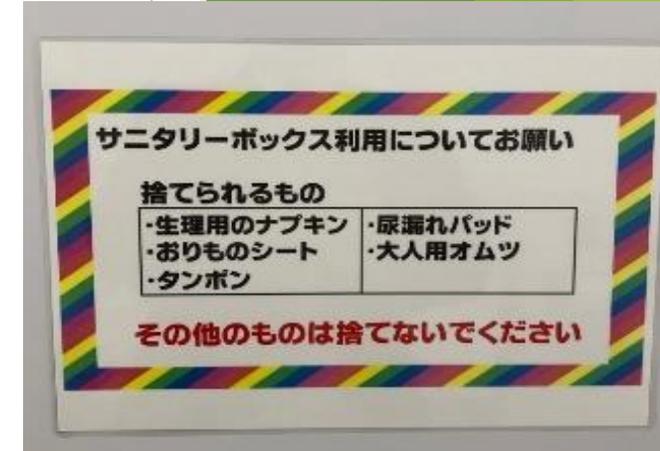
## 滋賀県内での取り組み

●県では、令和4年10月に庁内各所属長あて、令和4年11月に各市町介護予防・在宅医療所管課および各市町がん対策・健康づくり所管課あてに、「尿漏れパッド」を使用する人への配慮について依頼文書を発出。庁舎等の男性用トイレ・多目的トイレの一部にサニタリーボックスを設置。(県庁舎、危機管理センター、G-ネットセンター、ピアザ淡海など)

●甲賀市・日野町・甲良町・草津市・大津市・彦根市では庁舎等の男性用トイレに、東近江市は多目的トイレにサニタリーボックスを設置。(R5.1 滋賀県医療福祉推進課把握分)

●株式会社平和堂は、県内142店舗の男性用トイレにサニタリーボックスを設置。(R4.10.14プレスリリースより)

滋賀県庁多目的トイレにおける表示



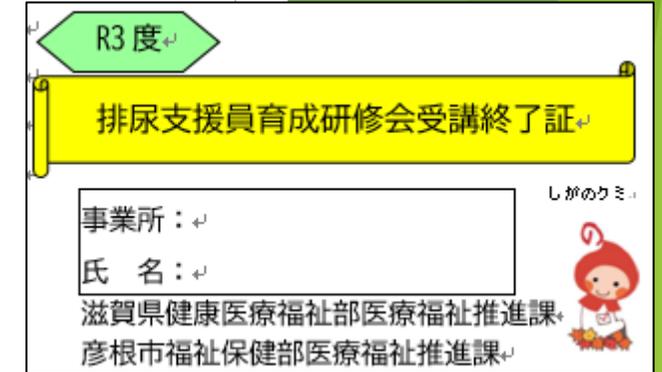
# 相談支援体制の充実／QOLの維持・向上を目指した支援の質の向上にむけた取組①～排尿支援員の育成～

目的：排尿障害の適切な相談、治療、ケアが提供できる人材を育成する。

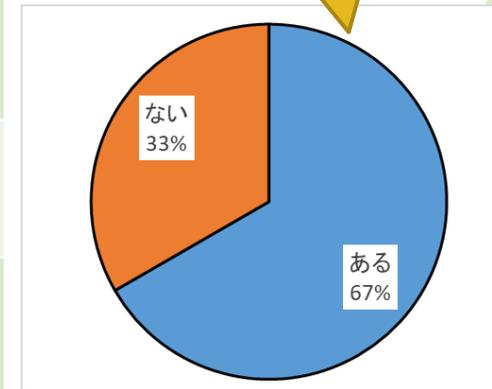
受講者：ケアマネ、GH介護職員、DS介護職員、訪問介護員、  
 薬局薬剤師、病院作業療法士、在宅栄養士、訪問看護師、  
 地域包括職員、市保健師、保健所保健師 29名（修了者25名）

日時と内容：

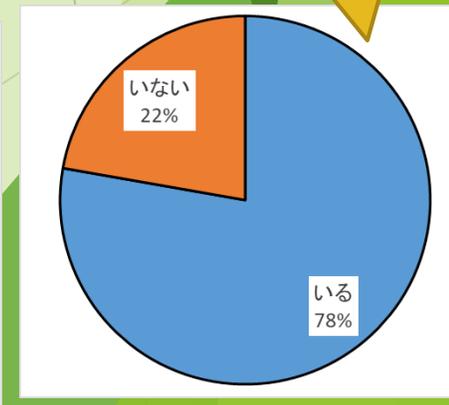
日時	内容
令和3年 7月8日（木） 12時半～15時半	（1）滋賀県排尿支援プロジェクトについて （2）排尿障害の基礎知識 （3）排尿障害のアセスメント （4）排尿障害の日常生活支援 （5）排尿支援の評価方法 ＜講義・体験＞
8月3日（火） 13時～15時半	排尿ケアマネジメントの実際 ＜講義・グループワーク＞
11月11日（木） 13時～15時	排尿支援の実際 ＜実践報告会・助言＞



あなた自身が排尿障害の支援で困ったことがありますか？



身近に排尿障害で困っている人がいますか？



# 結果：受講者の実践

## 情報収集

- ▶ ○自立している人には排尿日誌をつけてもらい、紙パンツやパッドの相談を病院にされたことで尿汚染がなくなった。
- ▶ ○排尿の視点をもって、ケアや相談にあたることができた。

## 評価

- ▶ ○夜間頻尿のある患者のアセスメントをし、排尿の視点をリハビリに取り入れ、泌尿器科につなげたことで適切な服薬治療につながった。
- ▶ ○OABSSで前回より状態が悪くなっていることがわかったので中断していた受診を再開するように促したところ、受診され服薬治療が開始された。

## ケア

- ▶ ○しゃくれ（両面パッド）の利用をすすめたら、背中まで汚染することがなくなった。
- ▶ ○退院時におむつをはずすことを目標に環境や動線をADLに合わせて調整した。

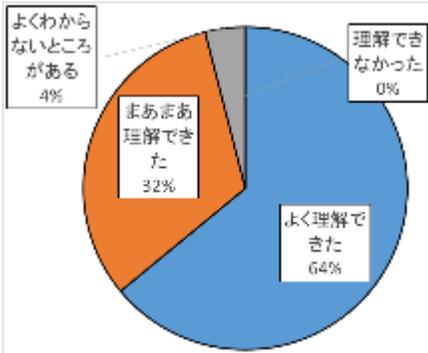
## 研修

- ▶ ○所内で伝達研修を実施した。
- ▶ ○地域の広報誌やチラシに排尿に関する内容を掲載した。
- ▶ ○職能団体で勉強会を実施した。

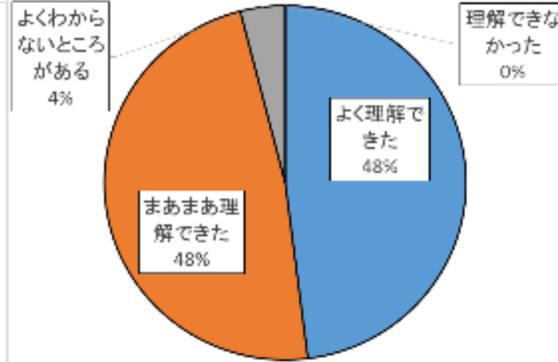
# 結果：受講者の理解度（事後アンケート）

## 1日目

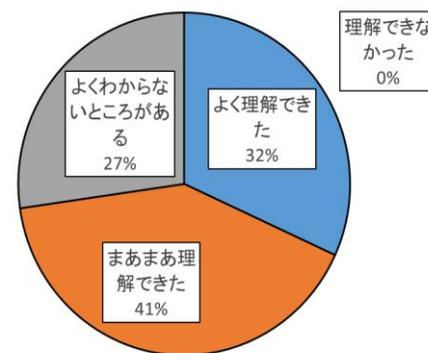
### 排尿支援員の役割



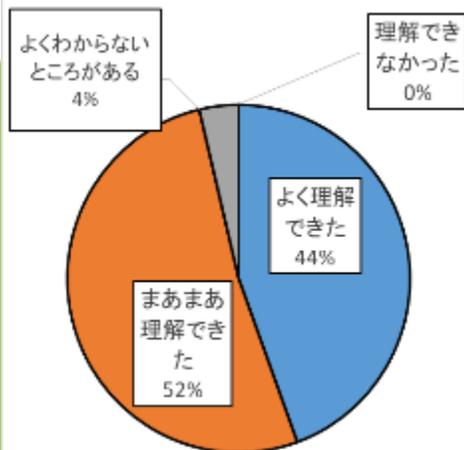
### 排尿障害のアセスメント



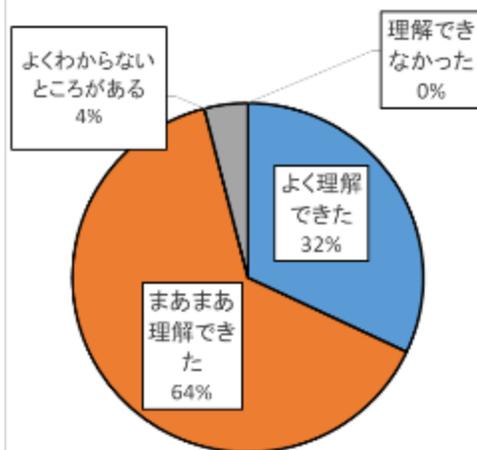
### 排尿支援の評価方法



### 排尿障害



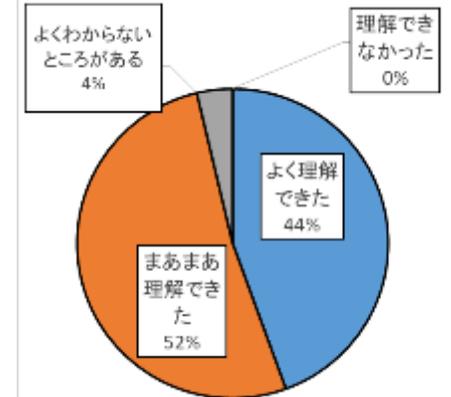
### 排尿障害への日常生活支援



「評価方法」以外の項目は9割以上の受講者が「よく理解できた」「まあまあ理解できた」と回答しました

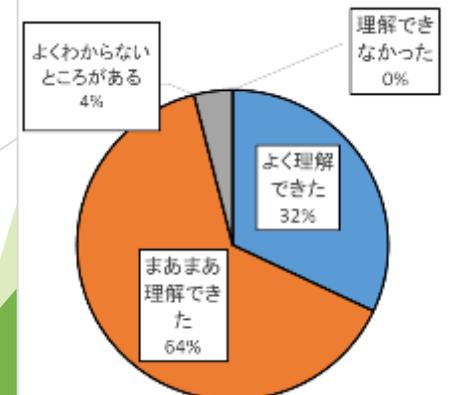
## 2日目

### 排尿ケアマネジメント



## 3日目

### 本人の状態や望む生活に合わせた排尿ケアマネジメント



# 結果：受講者の声



- グループワークや実践を通して理解が深まった。
- ケアマネとして在宅で本人の望む生活が排尿障害によってできなくなっているとしたら、何とかしてあげたい。困った時はすぐに先生に相談したい。
- 医療との連携をもっと活用するべきと思った。
- その人にあったケアをするためには情報収集とアセスメント力のスキルアップが必要だと思った。
- 地域で啓発していきたい。テキストをデータでいただきたい。
- 普段の業務で排尿に関する視点をもつことが大切。
- 相談があったときに対応できる力を身に着けたい。
- もっと新しい情報など勉強をする機会があるといい。

# 令和5年度の取組予定

○近江八幡市排尿支援員育成研修会

(令和5年7月・8月・12月)

○湖北・湖東圏域 排尿支援員フォローアップ研修会

(令和5年9月21日(木) 13時～15時半

くすのきセンターにて)

を実施予定です。ぜひお申し込みください。

# QOLの維持・向上を目指した支援の質の向上にむけた 取り組み②～排尿支援リーダー情報交換会～

開催：令和2年度から実施。令和2年度は集合、令和3年度はZOOM、令和4年度はハイブリッドで実施。

参加者：R1度の調査で人材育成に協力してもよいと回答  
いただいた泌尿器科医、  
認定看護師、診療所医師、  
作業療法士、介護福祉士等  
40名程度

内容：参加者の取り組み状況の報告と  
情報交換



# 確定診断・早期治療・対応のための連携強化を目指した取り組み①～医療機関リストの作成～

## 排尿障害の診療に関する医療機関リスト



健康づくりキャラクター  
しがのハグ＆クマ

滋賀県健康医療福祉部医療福祉推進課  
令和3年6月

### 泌尿器科標榜病院

	圏域	病院名	住所	電話番号	予約の要否	日本排尿機能学会専門医資格医師
1	大津	大津赤十字病院	大津市長等1丁目1番35号	077-522-4131	要	いない
2	大津	市立大津市民病院	大津市本宮2丁目9番9号	077-522-4607	不要	いない
3	大津	滋賀医科大学医学部附属病院	大津市瀬田月輪町	077-548-2111	要	いる

### 泌尿器科標榜診療所

	圏域	病院名	住所	電話番号	予約の要否	日本排尿機能学会専門医資格医師

### 泌尿器科の標榜のない病院

	圏域	診療所名	住所	電話番号	治療			予約の要否
					尿道留置カテーテル管理	膀胱瘻カテーテル管理	自己導尿の維持管理	

### 泌尿器科の標榜のない一般診療所

	圏域	診療所名	住所	電話番号	治療			予約の要否
					尿道留置カテーテル管理	膀胱瘻カテーテル管理	自己導尿の維持管理	

### 産婦人科標榜病院

### 産婦人科標榜診療所

# 確定診断・早期治療・対応のための連携強化を目指した取り組み②～訪問看護ステーションリストの作成～

○県内訪問看護ステーション128か所について、以下を掲載

■圏域・ステーション名・住所・TEL・FAX

■男性の自己導尿の指導・女性の自己導尿の指導・

自己導尿の用品管理・男性のバルンカテーテル交換・

女性のバルンカテーテル交換・

尿路留置バルンカテーテルの管理・

膀胱瘻カテーテルの交換・骨盤底筋体操の指導・膀胱洗浄・

ブラダースキャン等による残尿測定・

尿失禁の種類と特徴についての説明・

排尿記録を用いた指導・必要なケースに対する専門医へ紹介

計13項目について実施の可否を○×で示した。

※「排尿障害の診療に関する医療機関リスト」掲載リンク先

<https://www.pref.shiga.lg.jp/ippan/kenkouiryohukushi/koureisya/318872.html>

排尿障害におけるケアに関する  
訪問看護ステーションリスト



健康づくりキャラクター  
しがのハグ&クニ

滋賀県健康医療福祉部医療福祉推進課  
令和4年3月

さいごに

誰もが気持ちよく排尿ができ、本人の望む暮らしが実現できる滋賀県をめざして、ご協力をお願いします

