

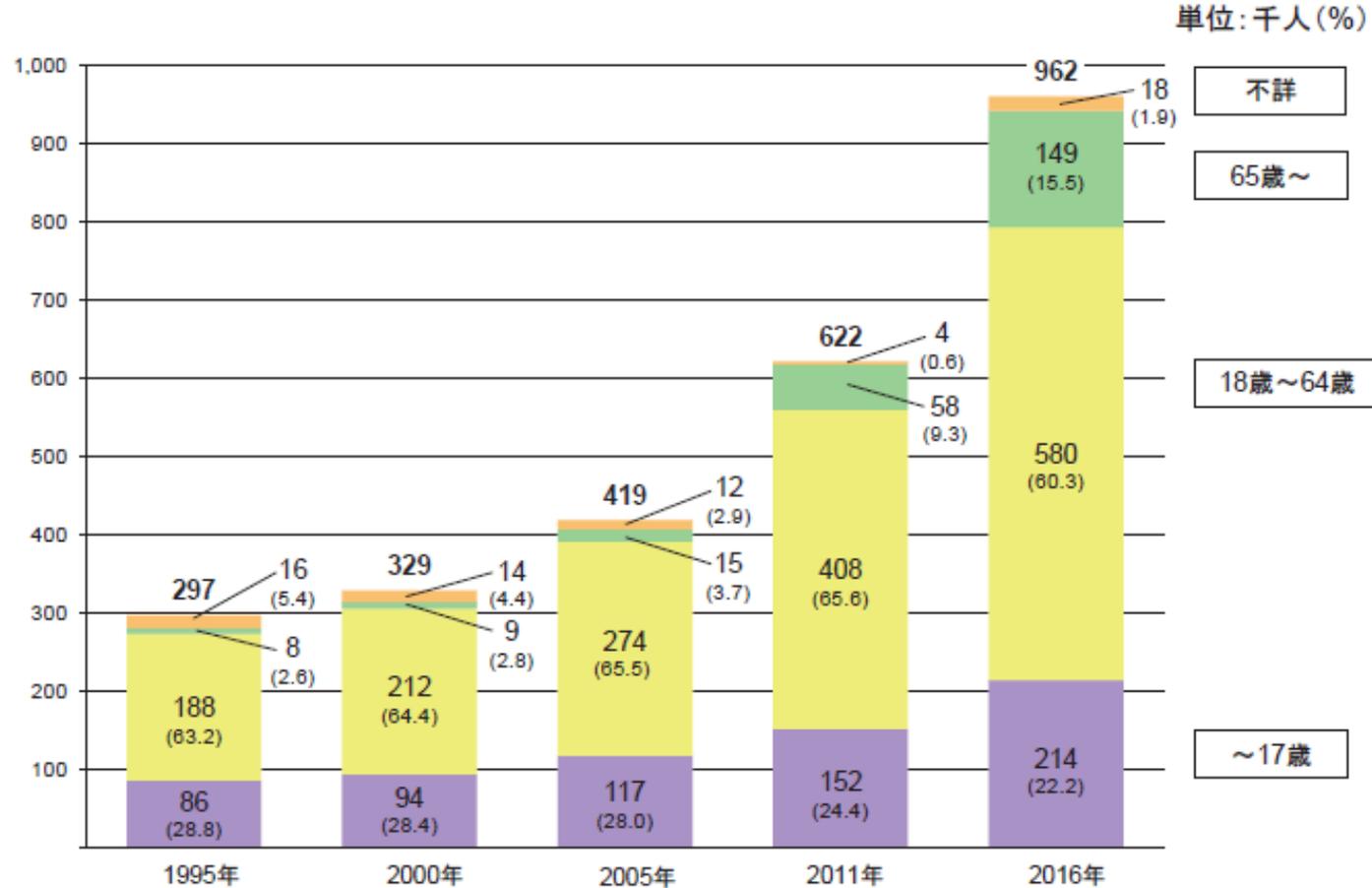
# 社会人に向かう時期の理学療法の必要性

知的障害・発達障害がある成人・高齢の方を対象に

相模原療育園 理学療法士 深澤宏昭



# 年齢別知的障害者数の推移



内閣府：2.年齢階層別障害者数(2)知的障害者.令和6年度障害者白書 参考資料 障害者の状況. [https://www8.cao.go.jp/shougai/whitepaper/r06hakusho/zenbun/siryu\\_01.html](https://www8.cao.go.jp/shougai/whitepaper/r06hakusho/zenbun/siryu_01.html).(令和7年3月1日引用)

- 在宅の知的障害者96万2千人の年齢階層別の内訳をみると、18歳未満21万4千人（22.2%）、18歳以上65歳未満58万人（60.3%）、65歳以上14万9千人（15.5%）となっている。
- 2011年と2016年を比較すると、約34万人増加している。

# 知的障害・発達障害がある成人・高齢の方への理学療法士の役割と支援の実践例

- 本人に寄り添った関係性の構築と身体機能のアセスメント

身体症状を訴えることができないことが多い。身体機能のアセスメントから、言葉にならない情報を拾いあげる。

- ライフステージに沿った支援と加齢を見据えた支援

加齢に伴うライフステージの変化に対する支援を行う。また、成人期を見据え、幼児期・学齢期の支援を行っていく。

- 日常生活に取り入れやすい運動習慣の提案や情報提供

- 日常生活動作の維持と、動きやすい方法の提案

- 足に合った靴の選び方と提案

- (介助者向け) 身体機能低下、ADLの低下に伴う移乗介助の負担増や歩行機能低下に対する、安全な介助方法の提案

## 知的障害と加齢

- 知的障害の高齢化は、概ね45歳から中高齢期として考えられる（石渡,2000）
- 40歳、50歳代以降、生活習慣病や合併症の課題が現れる
- 身体機能は40代後半から50代にかけて急激に落ち込む（植田,2017）

## 知的能力の低下と関係する健康上の問題

- 体調の訴えができない

知的障害者の約40%は自分の体調を上手に訴えることができなかった

- 肥満

知的障害における肥満の頻度と程度はいずれも高い

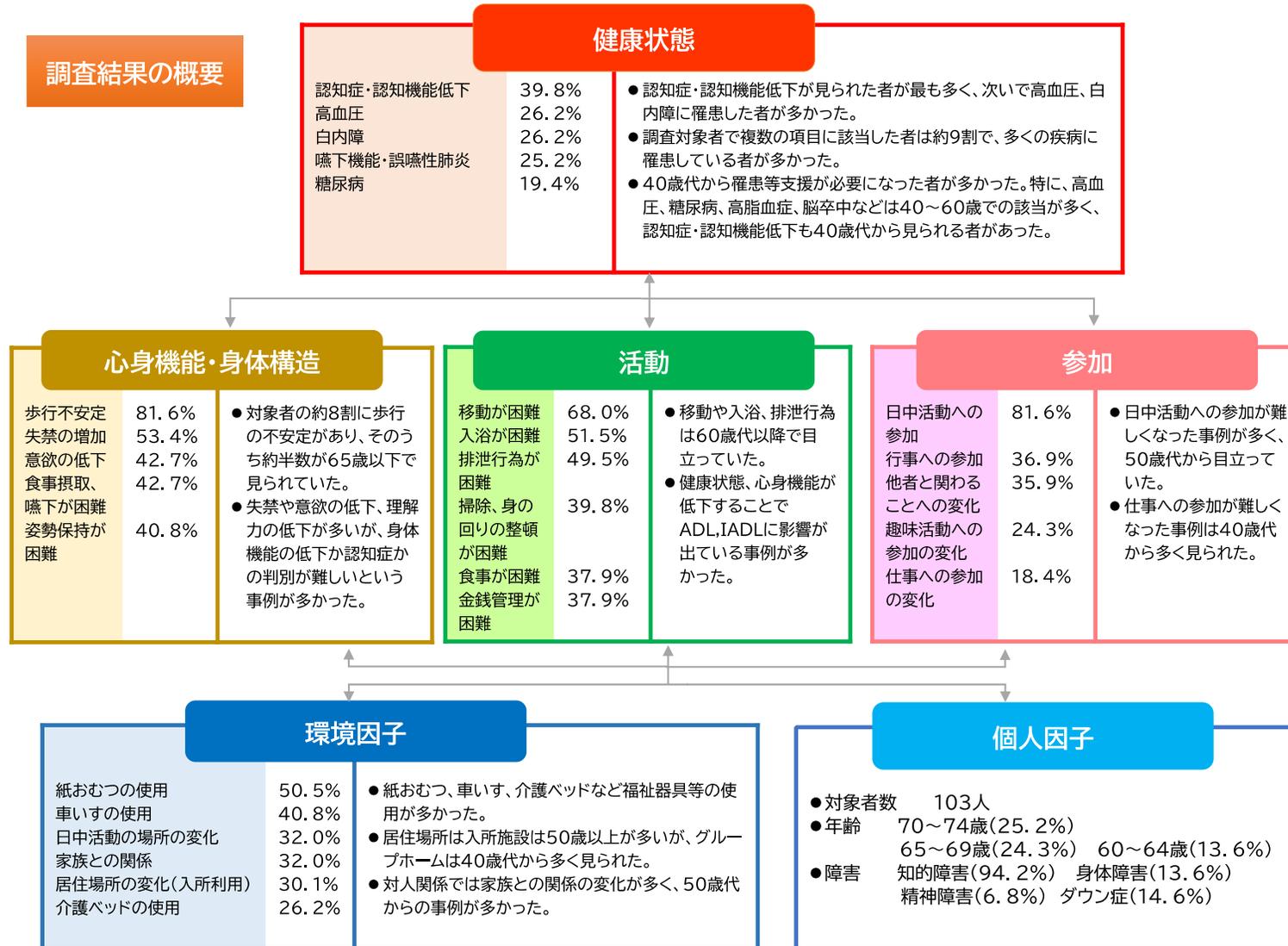
- ソーシャルスキルが未熟

大野耕策：知的障害のある人で起きやすい健康上の問題。知的障害者の健康管理マニュアル-身心ともに健康な成長と加齢のために-.64-70.2007

肥満を合併しやすい要因として、①社会面、②運動面、③食生活面、④心理・認知面、⑤身体発育面などに影響を受けることが知られており、**周囲の環境との相互作用**によっても影響する

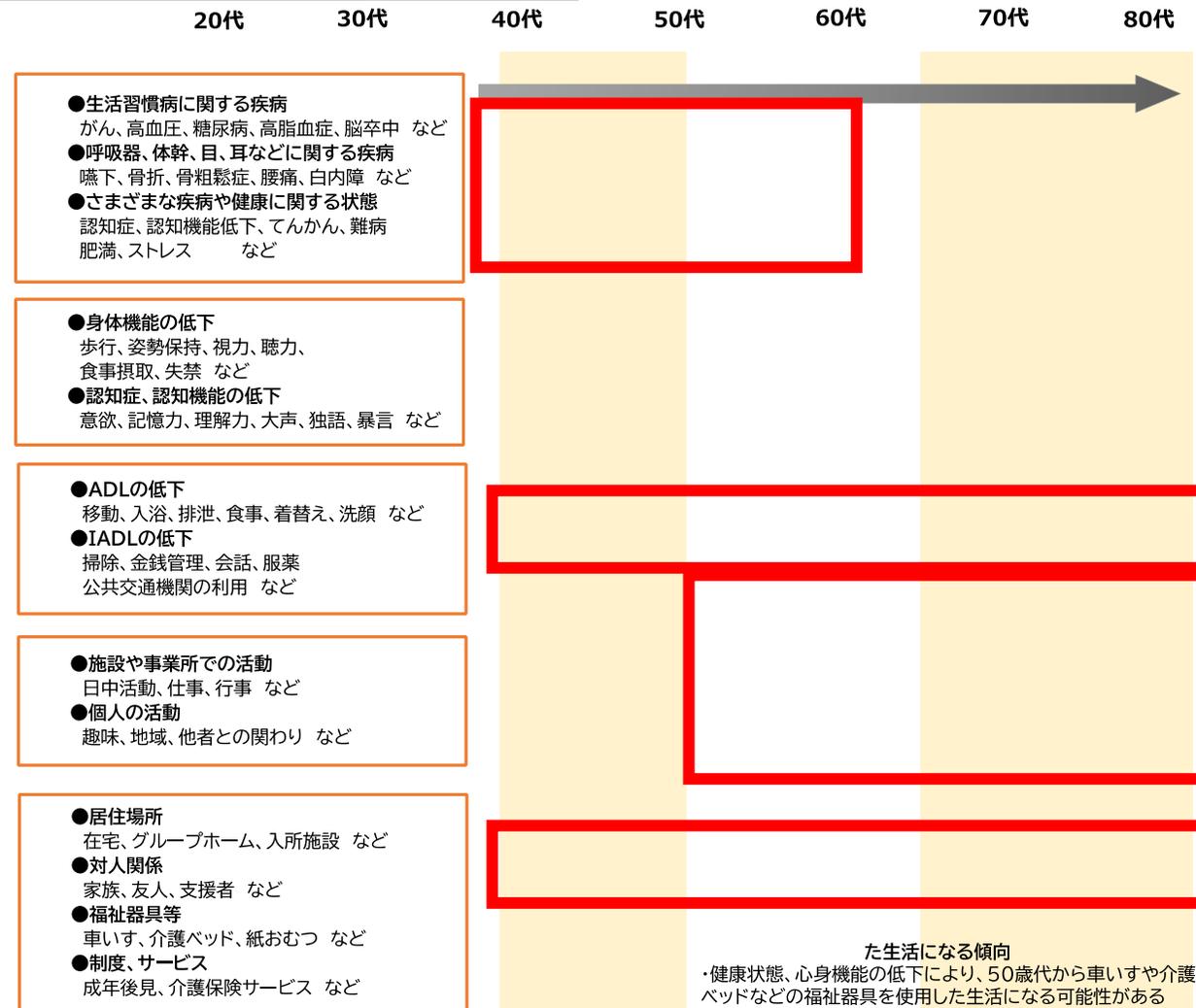
勝二博亮：第9章 知的障害児と健康問題。知的障害の心理・生理・病理 第2版。北大路書房。152-153 2023.

# 知的障害者、発達障害者の高齢化に伴う気づきのためのライフマップ



# 高齢知的・発達障害者の変化と気づきのためのライフマップ

高齢知的・発達障害者の変化と気づきのためのライフマップ【総合】



## 知的障害・発達障害がある成人・高齢期の課題のまとめ

- 概ね40歳代以降に見られる、身体機能低下、ADLの低下、参加機会の制限への対応
- 肥満の課題と対策
- 身体症状を訴えることができないため、本人の変化に周囲の者が早期に気づくことが重要

## 相談対応例

- 足の評価と靴の提案
  - 足のサイズに合った靴の選定の提案
  - 靴の状態に応じた履き替えの提案
  - 足の状態に適したインソールの使用に関する助言
- 加齢に伴う、身体機能低下、ADL機能の低下に対する対応
  - 日々の活動量を評価し、通所手段や事業所内、余暇での活動量を把握する。
  - 事業所内や家庭で簡単に実施できる運動プログラムを立案する
  - 運動習慣の定着（活動量の維持）に関する提案を行う

## まとめ

- 知的障害の加齢に伴う変化についてまとめた。
- 加齢に伴う機能の低下により、日常生活の困難が生じることが伺える。
- 幼児期・学齢期のみならず、成人期・高齢期の各ライフステージに応じた、理学療法の実施が求められる。