

# ライフリズムナビ + Dr. タイガーロール解説セミナー (排泄ケア活用編)

EcoNaviSta

千葉県千葉市美浜区中瀬一丁目3番地 幕張テクノガーデンB棟10階  
TEL:050-5526-3869

ライフリズムナビ + Dr.  
Life Rhythm Navi Plus Doctor

専門医が考えたSaaS型高齢者見守りシステムで  
介護・医療現場のお悩みを解決します。



# はじめに

このセミナーは、ライフリズムナビVer2.0の画面で操作方法などをご紹介する内容となっております。

Ver1.0の方は、Ver2.0へアップデートすることで、機能をご利用いただけます。

Ver2.0へのアップデートご希望の方は、施設管理者様より弊社サポートまでご連絡ください。

ライフリズムナビ+Dr. Ver1.0



ライフリズムナビ+Dr. Ver2.0



## 本セミナーの目的

---

1

ライフリズムナビの**データの見方**を理解する

2

データ活用における**仮説を立てるポイント**を理解する

3

排泄ケアの活用に関する**他施設の事例**を持ち帰っていただく

# 本日の目次

01. **ご入居者の生活リズムを把握する**  
基本的なデータの見方  
データの注目するポイント
02. **アラートの有効活用と設定時の注意点**  
排泄ケアで有効活用できるアラート  
アラート活用での注意点
03. **センサーデータから仮説を立てケアを実施する**  
アプローチ方法の仮説を立てる  
実際にアプローチを実践する
04. **質疑応答**



# 01. 入居者の生活リズムを把握する

## 基本的なデータの見方



※画面はイメージであり、氏名は仮名です

ライフリズムナビにログインすると表示される、入居者一覧画面です。  
ライフリズムナビが設置されている居室を、1画面で表示しています。

各居室のアイコンは、リアルタイムの様子を表しており、1画面で見守りが可能です。

「施設メモ」や「1行メモ」の機能を使用することで、特記事項を共有することもできます。

# 01. 入居者の生活リズムを把握する

## 基本的なデータの見方

施設メモ

【4月5日 14時 お誕生会 実施】  
お呼びする方 → 門脇様 岡山様 萩原様

【コロナ感染対象者】  
吉野様 4月1日まで隔離期間

デモ棟 1階

共有部 エントランス 様

デモ棟 5階

|                                                            |                                                            |                                             |                      |
|------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|----------------------|
| 501 田中 一郎 様<br>25℃ 63% 36.4℃ 115 - 72mm 99%<br>4月1日 13時 往診 | 502 安井 浩正 様<br>25℃ 60% 37.1℃ 152 - 98mm 90%<br>食事量低下 (欠食増) | 503 梶田 陽子 様<br>26℃ 57% 36.1℃ 127 - 77mm 99% | 505<br>21℃ 50% 36.1℃ |
|------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|----------------------|

506 八刈 誠 様

入居者一覧画面より、対象居室のアイコンをクリックし、詳細画面を開きます。

ライフリズムナビ+Dr.

居室一覧 設定

リアルタイム 睡眠スコア バイタル履歴 過去データ レポート

部屋名 501 見守り中

田中 一郎 様 78歳 男性

25℃ 63% 36.4℃ 115 - 72mm 99%

1行メモ 4月1日 13時 往診

詳細メモ 2月26日 お変わりない様子

アラート履歴

アラート履歴はありません

72時間以内に発生したアラートがこちらに表示されます (最大300件まで)

リアルタイム

睡眠スコア

睡眠

呼吸

心拍

寝室

トイレ

ドア

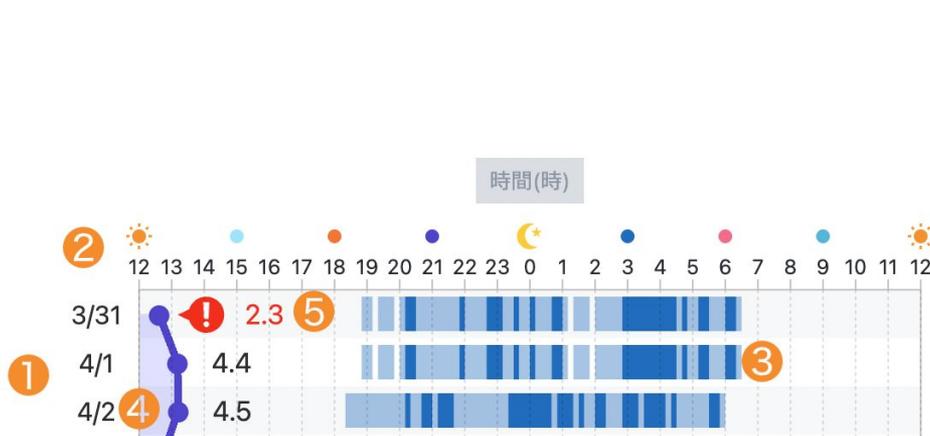
室温

4/19 のデータ

詳細画面より、各種項目を選択すると画面が遷移します。

# 01. 入居者の生活リズムを把握する

## 基本的なデータの見方



1 ページの上から日付の古い順に表示されます。

2 横軸は前日の12:00～当日の12:00を1時間単位で表示しています。

3 睡眠中在床中 それぞれの時間帯を10分単位で表示しています。

4 1日(前日の12:00～当日の12:00)の合計睡眠時間の推移を表しています。

5 1日(前日の12:00～当日の12:00)の合計睡眠時間が4時間以下の場合、注意マークを表示しています。

i 前日のデータは翌日15:00頃に反映されます。

# 01. 入居者の生活リズムを把握する

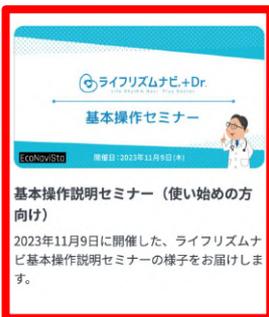
## 基本的なデータの見方

### セミナー動画



#### ケアマネジャー向けライフリズムナビ活用セミナー

2023年7月21日に開催したケアマネジャー向けライフリズムナビ活用セミナーの様子をお届けします。このセミナーでは、ライフリズムナビ画面の基本的な見方から、ケアマネジメントへの活用方法、データの保管方法などを解説しています。



#### 基本操作説明セミナー（使い始めの方 向け）

2023年11月9日に開催した、ライフリズムナビ基本操作説明セミナーの様子をお届けします。



#### タイガーロール解説セミナー（睡眠改 善編）

2023年11月9日に開催した、タイガーロール解説セミナー（睡眠改善編）の様子をお届けします。



見逃し配信動画はこちら



セミナーで使用したプレゼンテーションファイルをダウンロード

プレゼン資料をダウンロード (PDF)

基本的なデータの見方については、過去のセミナーでチェック！

# 01. 入居者の生活リズムを把握する

## データの注目するポイント

起床・就寝時刻/一日の合計睡眠時間



### 【チェックポイント】

- ✓ 何時頃に入床しているのか？
- ✓ 何時頃に起床されているのか？
- ✓ 入床後はスムーズに寝付けているのか？
- ✓ 1日の合計睡眠時間の平均は？

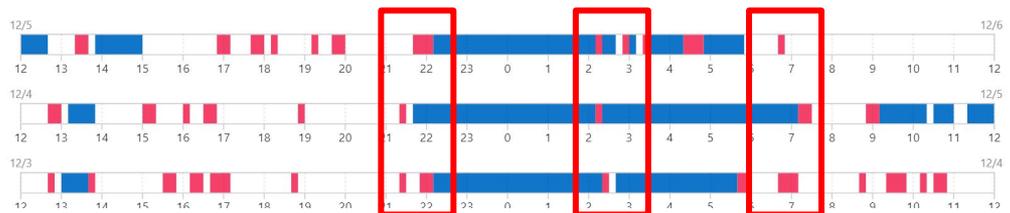
# 01. 入居者の生活リズムを把握する

## データの注目するポイント

トイレの頻度や時間の傾向



※ベッドセンサー



※ベッドセンサー+トイレ人感センサー

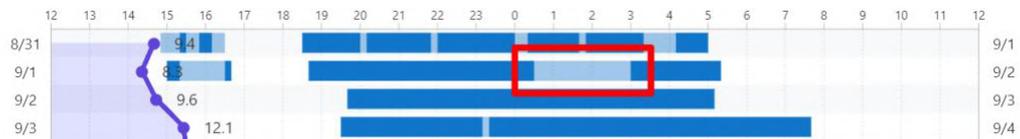
### 【チェックポイント】

- ✓ ベッドから離床している時間に傾向はないか？
- ✓ トイレはどの程度の頻度で行っているか？
- ✓ 夜間はなぜ離床しているのか？
- ✓ 夜間の離床で不眠になっていないか？

# 01. 入居者の生活リズムを把握する

## データの注目するポイント

### 夜間の体動発生傾向



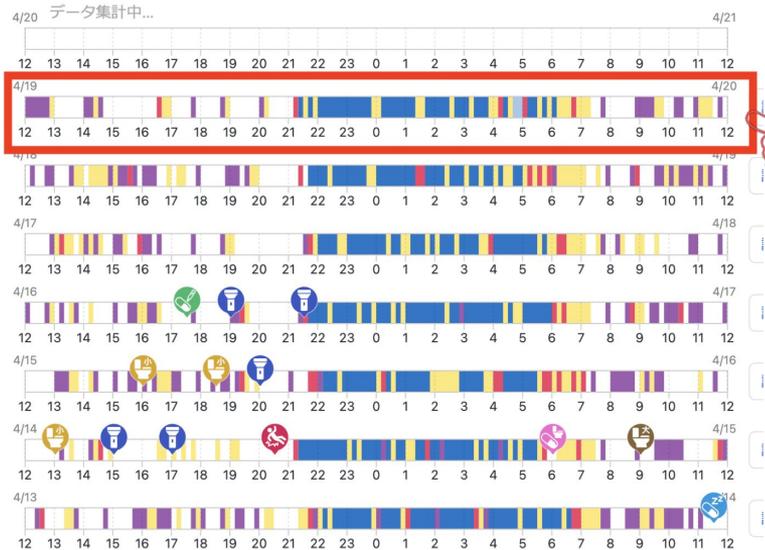
### 【チェックポイント】

- ✓ 体動発生の時間に傾向はないか？
- ✓ 寝付けていない日はどう過ごされていたのか？
- ✓ 体動発生時に排泄はないか？

# 01. 入居者の生活リズムを把握する

## データの注目するポイント

### イベント登録機能の活用



501入居者501様

日付 2022年04月17日

時間 23:30

イベント

- 排泄 大
- 排泄 小
- 事故
- 巡視
- 投薬 眠剤
- 投薬 排泄
- 投薬 解熱
- その他

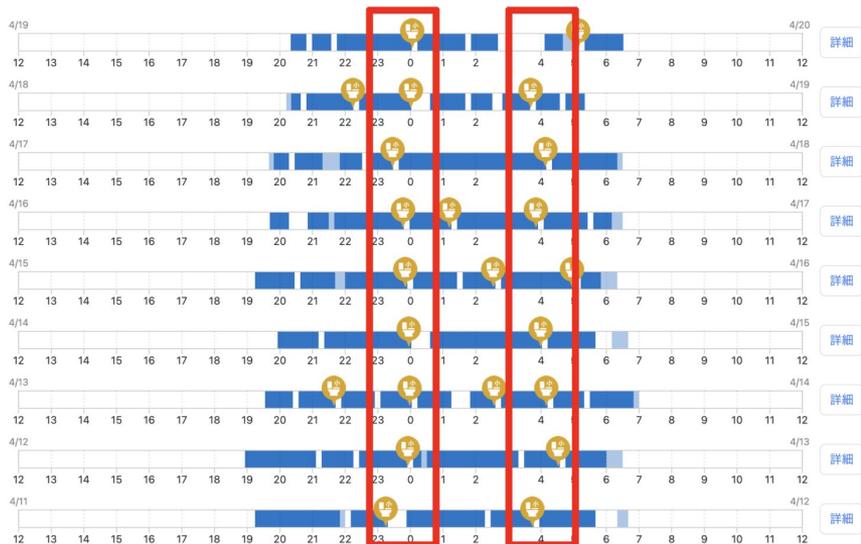
文字数 0/120

コメント (120文字以内)

# 01. 入居者の生活リズムを把握する

## データの注目するポイント

### イベント登録機能の活用



### 【イベント登録機能を活用するメリット】

- ✓ 排泄リズムの把握に繋がる
- ✓ 服薬(眠剤、下剤等)の効果を確認ができる
- ✓ 不眠の原因分析に繋がる
- ✓ 事故の発生防止、再発防止に繋がる

## 02. アラートの有効活用と設定時の注意点

### 排泄ケアで有効活用できるアラート(離床アラート)

#### 機能

ベッドから離床した際に通知

#### 活用シーン

「トイレまでの誘導が必要な方」

「リハパン、パット内の確認が必要な方」

「トイレ時に見守りが必要な方」

などへの活用



## 02. アラートの有効活用と設定時の注意点

### 排泄ケアで有効活用できるアラート(ベッド活動アラート)

#### 機能

設定した秒数以上、ベッド上で継続して動きがあった際に通知

#### 活用シーン

「おむつ外しの動作を掴む」

「トイレへの起き上がり動作を掴む」

などへの活用



汚染行為やトイレの失敗を未然に防ぐといった、先回りの排泄ケアにご利用いただけます。

## 02. アラートの有効活用と設定時の注意点

### 排泄ケアで有効活用できるアラート(ベッド活動アラート)

 ベッド活動アラート  
見守り時間：24時間 活動継続時間：10秒 [閉じる](#)

見守り時間  24時間  時間を指定する

活動継続時間  秒  
- 1~30の半角整数で入力してください

ⓘ 睡眠状態での体動についてアラートでお知らせします。  
睡眠判定されていない状態ではお知らせを行いません。



「なんだか通知が鳴りすぎている…」

「通知が来ない時があるけど  
何秒で設定したらいいのか…」

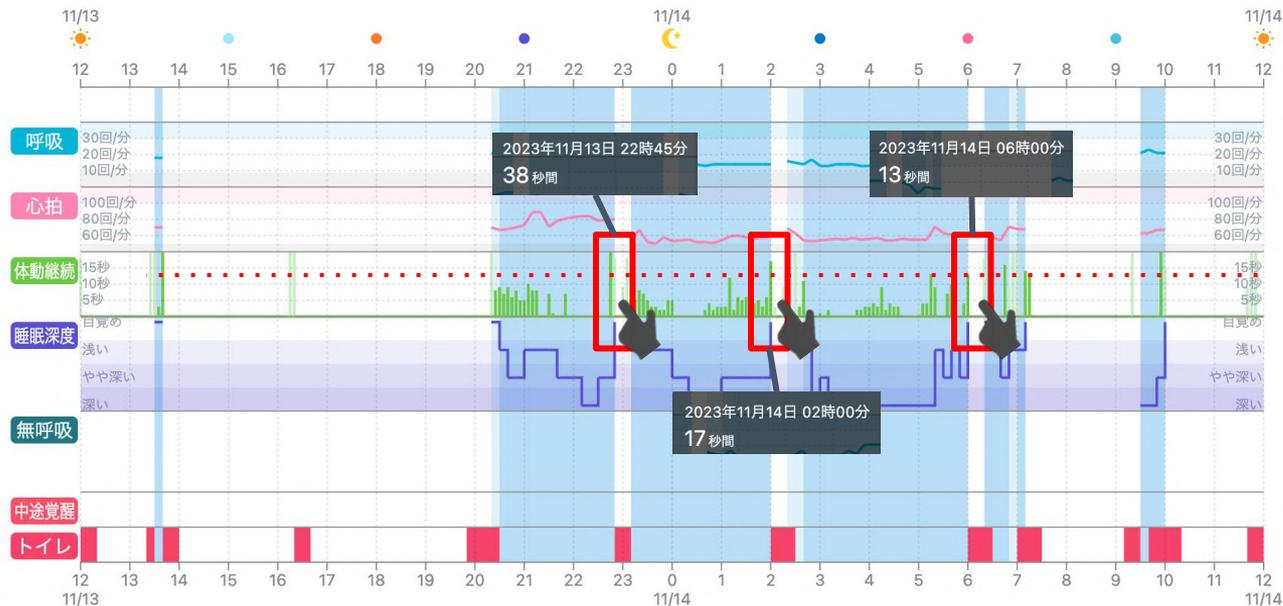
「秒数設定難しい…！」

## 02. アラートの有効活用と設定時の注意点

### 排泄ケアで有効活用できるアラート(ベッド活動アラート)

体動が継続している秒数を確認できる機能が実装！

過去データ>詳細画面より、活動継続秒数を参照することで秒数設定の参考に！



#### 【トイレ前の体動が継続した秒数】

2023年11月3日 22時46分 **38秒**

2023年11月4日 02時00分 **17秒**

2023年11月4日 06時00分 **13秒**

体動アラートの「活動継続時間」は  
**13秒**で設定すると良いのでは？



#### データを参考にするポイント！

- ・離床前の起き上がりの体動継続秒数に注目
- ・寝返りなどの離床に繋がらない秒数も

## 02. アラートの有効活用と設定時の注意点

### 排泄ケアで有効活用できるアラート(トイレアラート)

#### 機能

トイレ内の人感センサーが反応した際に通知

#### 活用シーン

「お一人では排泄に失敗してしまう恐れがある方」

「排泄の声掛けに拒否感がある方」

などへの活用



## 02. アラートの有効活用と設定時の注意点

### 排泄ケアで有効活用できるアラート(長時間トイレアラート)

#### 機能

設定した時間以上、ご入居者がトイレに滞在された際に通知

#### 活用シーン

「トイレ内での下血などの体調変化が懸念される方」  
「排泄の失敗によりトイレ内に長時間滞在される方」  
「トイレに入られてから●分後に排泄介助の対応が必要な方」  
などへの活用



## 02. アラートの有効活用と設定時の注意点

### アラート活用での注意点

#### よくあるアラート設定の失敗例

①

アラートの基準を設けずに設定する

何かあると不安…と多くのご入居者に設定をする。



②

アラート通知を処理しきれなくなる

アラート未読がたくさん溜まっている状態になる。



③

業務の負担が増加する

アラート通知の対応に追われ、負担の増加に。



④

アラートがBGM化してしまう

通知が鳴っても対応をしなくなる。画面を見なくなる。



## 02. アラートの有効活用と設定時の注意点

### アラート活用での注意点

#### 良いアラートの設定方法とは？

##### アラート通知設定が必要か検討する

なぜアラート通知を設定するのか？十分に検討した上でご入居者を選定して設定しましょう。

##### アラート通知がなった時の対応を明確にする

アラート通知を受け取っても、アクションを起こさなければただのBGMになってしまいます。解決したい課題に沿った対応方針を決め統一しましょう。

##### アラート通知設定を評価する

期待した効果が得られたか？必ず振り返りを行いましょう。不要であれば、通知設定はオフにするように定期的に見直すことが重要です。

##### ご入居者ごとにチューニングする

各種アラート通知には、発報条件を調整することができます。ご入居者のADLや、活用の目的に沿って調整しましょう。

### 03. センサーデータから仮説を立てケアを実施する

#### アプローチ方法の仮説を立てる

##### 事例① おむつ外しをされる方への活用

おむつ外しのある方の「睡眠ログ」を参照し、おむついじりの対策を検討。

下図より、18時頃に就寝介助を行っていたが、臥床後ベッドで体動がありすぐには寝付けていない日が散見された。



### 03. センサーデータから仮説を立てケアを実施する

#### アプローチ方法の仮説を立てる

##### 事例① おむつ外しをされる方への活用

以前の記録より、20～21時頃に臥床した日には、朝まで覚醒されている時間も少なく、睡眠中の表示が多いことから、よく眠れている事が分かった。

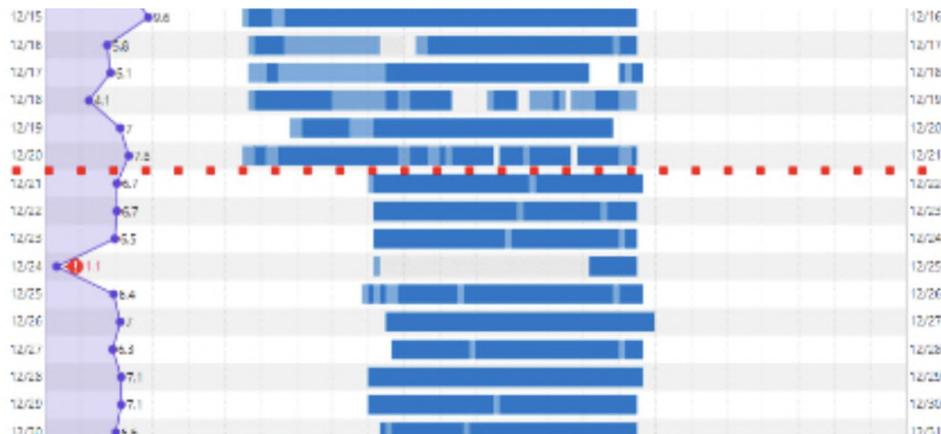


### 03. センサーデータから仮説を立てケアを実施する

#### アプローチ方法の仮説を立てる

##### 事例① おむつ外しをされる方への活用

自宅で過ごされていた時には21時頃に寝ていたとのことで、これまでの生活リズムであれば眠れるようになるのでは？と仮説を立て、就寝時刻を変更を実施した。



赤い点線以降は、就寝介助の時間を21:00に変更しています。

睡眠に改善傾向が見られ、おむついじりの回数も削減につながった。

## 03. センサーデータから仮説を立てケアを実施する

### アプローチ方法の仮説を立てる

#### 事例② 夜間の定時排泄での活用

夜間のパット交換を実施すると、その後覚醒して眠れなくなってしまう方に対して、リアルタイムの心拍呼吸数を参照し、アプローチを検討。

睡眠状態から覚醒に向かう際、心拍・呼吸数が徐々に上昇する傾向が見られることから、浅い睡眠のタイミングを掴みケアを実施。



## 03. センサーデータから仮説を立てケアを実施する

### アプローチ方法の仮説を立てる

#### 事例② 夜間の定時排泄での活用

中途覚醒のタイミングで排泄ケアを実施することで、睡眠の妨げを防ぎ夜間の良眠につながった。



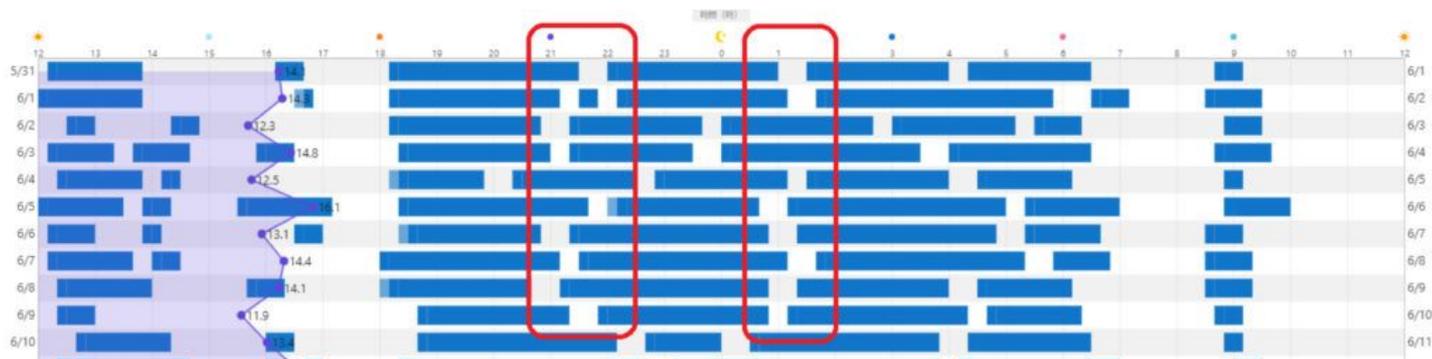
リアルタイムで、図のような心拍や呼吸数の上昇が見られる際は、中途覚醒の予兆かもしれません。人によって心拍・呼吸数の平均には差があるため、「過去データ」の「詳細」より、睡眠深度が浅く、かつ心拍・呼吸数が増えている時の数値を確認してみましょう。

### 03. センサーデータから仮説を立てケアを実施する

#### アプローチ方法の仮説を立てる

##### 事例③ 排泄ケアに拒否がある方の尊厳を 意識した活用

トイレ誘導に拒否が見られる方に対して、ライフリズムナビのデータから離床のリズムを掴み、声かけのタイミングを検討。



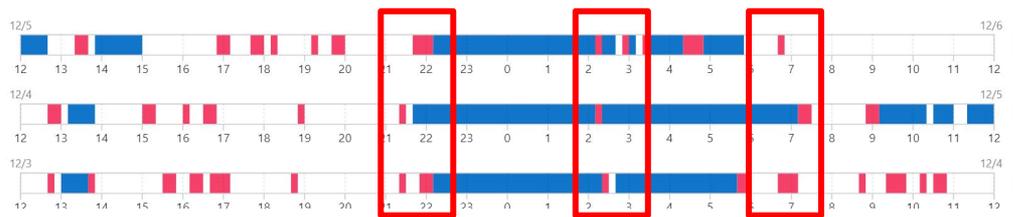
睡眠ログでは21～22時と1時頃に離床が多くみられ、この時間にトイレに行かれているのではと推測。自尊心を傷つけないようトイレのタイミングを把握し、偶然を装った形で訪室をすることで尊厳を守りつつもスムーズなケアに繋がった。

### 03. センサーデータから仮説を立てケアを実施する

#### アプローチ方法の仮説を立てる

##### 事例③ 排泄ケアに拒否がある方の尊厳を 意識した活用

トイレ内に設置した人感センサーが設置されている場合には、人感センサーの反応により、トイレに入室されたタイミングで訪室することが可能です。



さらに、02.の章で紹介した「トイレアラート」を設定すると、トイレ入室のタイミングでアラートが発報されるため見落とし防止につながります。

トイレに人感センサーを取り付けていないご施設では、『個人詳細画面』ページ「レポート表示」項目内でご覧いただける「睡眠ログ」で、離床のタイミングからトイレの頻度や時間帯の推測が可能です。

### 03. センサーデータから仮説を立てケアを実施する

#### アプローチ方法の仮説を立てる

##### 事例④ 自立された方の排泄トラブルを睡眠データを用いて解決

自立されているが排泄に失敗が見られる方に対して、「睡眠ログ」から失禁された日と睡眠状況の照らし合わせを実施。

赤枠で囲われている、明け方までよく眠れている日は失禁が多い傾向がみられた。



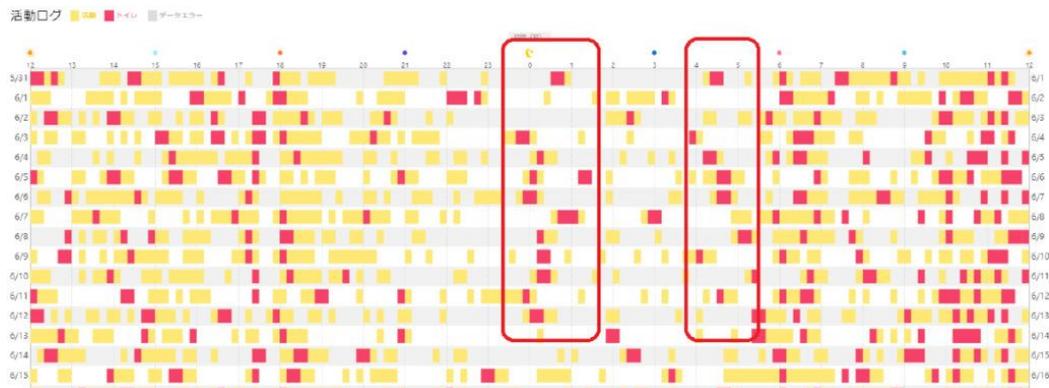
夜間離床されていない日には、お声掛けをすることで失禁の予防に繋がった。

### 03. センサーデータから仮説を立てケアを実施する

#### アプローチ方法の仮説を立てる

##### 事例④ 自立された方の排泄トラブルを睡眠データを用いて解決

『個人詳細画面』ページ「レポート表示」項目内でご覧いただける「活動ログ」から、夜間帯にトイレへいかれる周期を読み取り、そのタイミングに合わせたトイレ誘導を行うことで、失禁を未然に防いだという事例もありました。

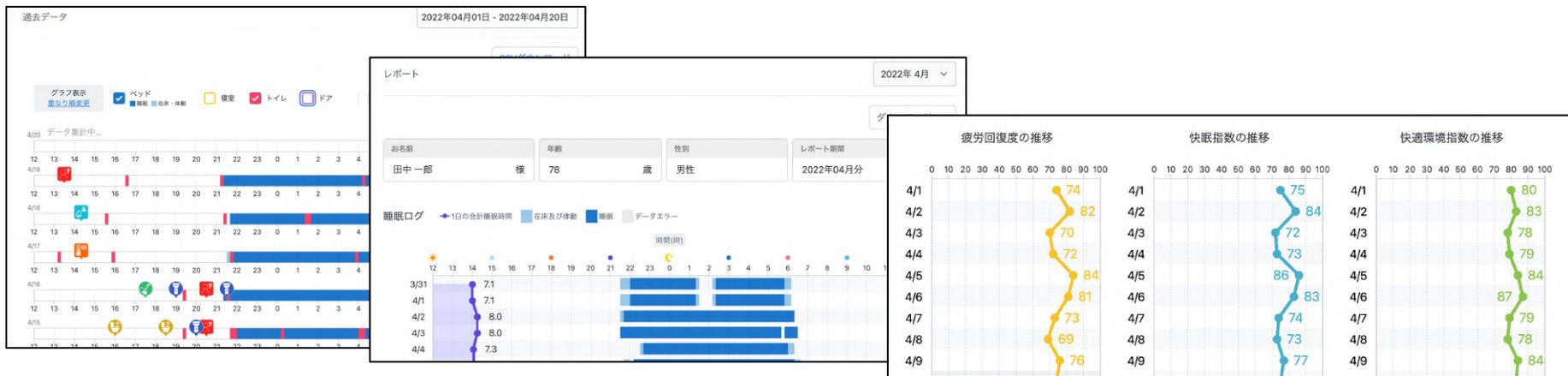


### 03. センサーデータから仮説を立てケアを実施する

#### 実際にアプローチを実践する

気になるご入居者のデータを参照

日頃、ケアを行っている中で睡眠状況や排泄面、認知症の症状が強く出ている方など、気になるご入居者をピックアップしてライフリズムナビのデータを見てみましょう。



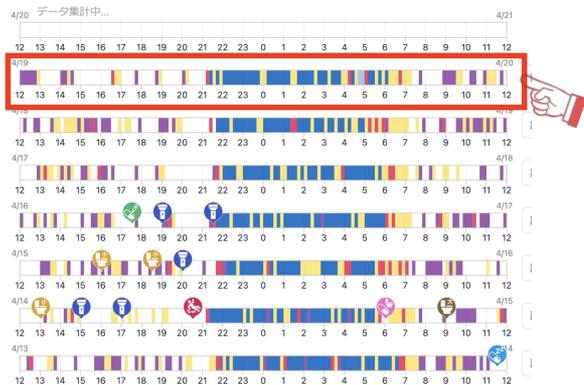
### 03. センサーデータから仮説を立てケアを実施する

#### 実際にアプローチを実践する

##### 介護記録との照らし合わせ

ライフリズムナビのデータは、センサーが感知した部分のデータであるため、生活の一部の情報です。

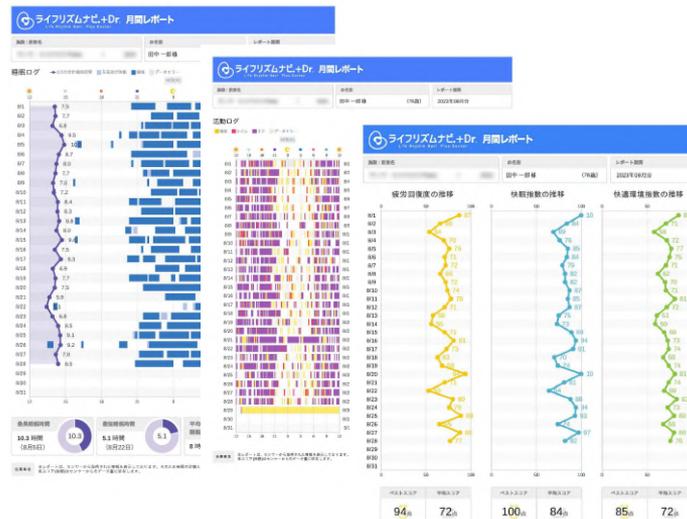
日々の食事・水分摂取量や既往歴、生活歴、性格、服薬状況等とデータを照らし合わせていくことで、よりご入居者の生活リズムの把握に繋がります。



# 03. センサーデータから仮説を立てケアを実施する

## 実際にアプローチを実践する

多職種で情報共有



センサーデータと介護記録等の情報を照らし合わせ、多職種間で協議の上で、多角的な視点から、課題を抽出しましょう。共有には、印刷用ページのダウンロード機能をご活用ください。

### 03. センサーデータから仮説を立てケアを実施する

実際にアプローチを実践する

PDCAを回してアプローチを継続する

P

課題へ対応する  
ためのプラン  
(計画)を作成

D

プランに沿って  
支援を実行

C

支援を実行した後  
にモニタリングを実  
施し効果検証

A

対応の継続を検討  
プランの変更

課題を解決するまでPDCAを回していく

## 04. 質疑応答



質問がある方は  
お気軽にどうぞ！

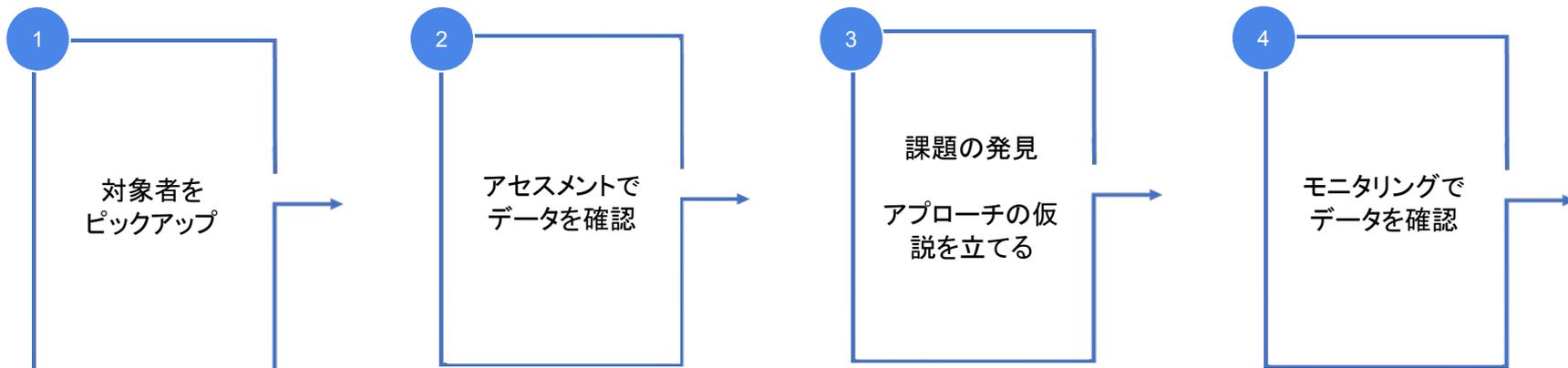
セミナー後に、アンケートを実施させていただきます。ご協力の程お願い致します。



# おわりに

## セミナー参加後のアクションプラン

まずは**ご入居者の生活リズムを把握する**ことからスタート



本日お伝えをしたデータの見方を参考に、ご入居者の生活リズムを把握しましょう。

そして、ご入居者の課題に対してアプローチを実践してみましょう！

その後の状況の変化をモニタリングし、アプローチ方法を適宜見直すことが重要です。

本日はご清聴ありがとうございました。

開発・運営: エコナビスタ株式会社

〒261-0023

千葉県千葉市美浜区中瀬一丁目3番地 幕張テクノガーデンB棟10階

TEL:050-5526-3869