＼ 多職種連携とケアの質向上に活かす ／

# ライフリズムナビ 活用セミナー

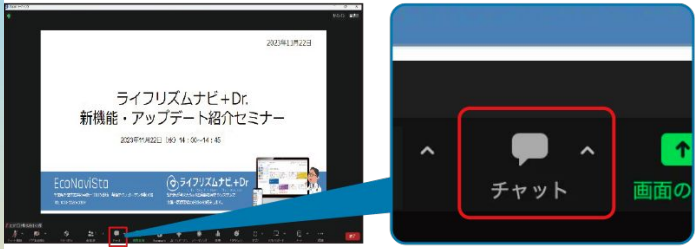
**9/17(木) 14:00-15:00** 介護施設の看護師向けセミナー

発言時以外は、マイクを**オフ**にしてください

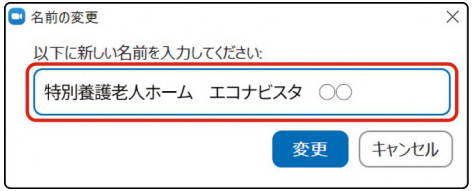
**ぜひカメラONでご参加ください！**
皆様の素敵なリアクションをお待ちしています！

ご不明な点はチャットから
お気軽にご質問ください！

**セミナー後のアンケートにご協力ください**




ご質問がございましたら、Zoom画面下部の「チャット」よりご質問の程お願いいたします。本日セミナーに参加しているカスタマーサクセス部の者がご回答いたします。




Zoomでは上記のように「ご施設名＋氏名」にご設定ください。

**変更方法: Zoom画面にて右クリック→名前の変更→入力→変更**

現在音声が流れています。お待ちの間に音量のご確認をお願いいたします。不具合がございましたら、右記の電話番号までご連絡ください。

**不具合のご連絡はこちらまで**
**050-5526-3869**

14:00 からセミナーを開始します。開始までお待ちください。

＼ 多職種連携とケアの質向上に活かす ／

# ライフリズムナビ 活用セミナー

**9/17(木)**
14:00–15:00

## 介護施設の看護師向けセミナー

### 本日のプログラム

看護師と介護スタッフがデータを共通言語として活用し、ご入居者の状態変化の早期把握や施設全体のケアの質向上を目指すセミナーです。
「睡眠薬・排泄薬剤の調整」や「看取り対応」など具体的な活用事例を紹介し、アセスメントから介護スタッフへの指示・連携につなげる、実践的なポイントをお伝えします。




© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# まず初めに…

どのようなタイミングで、
ライフリズムナビをご覧になっていますか？

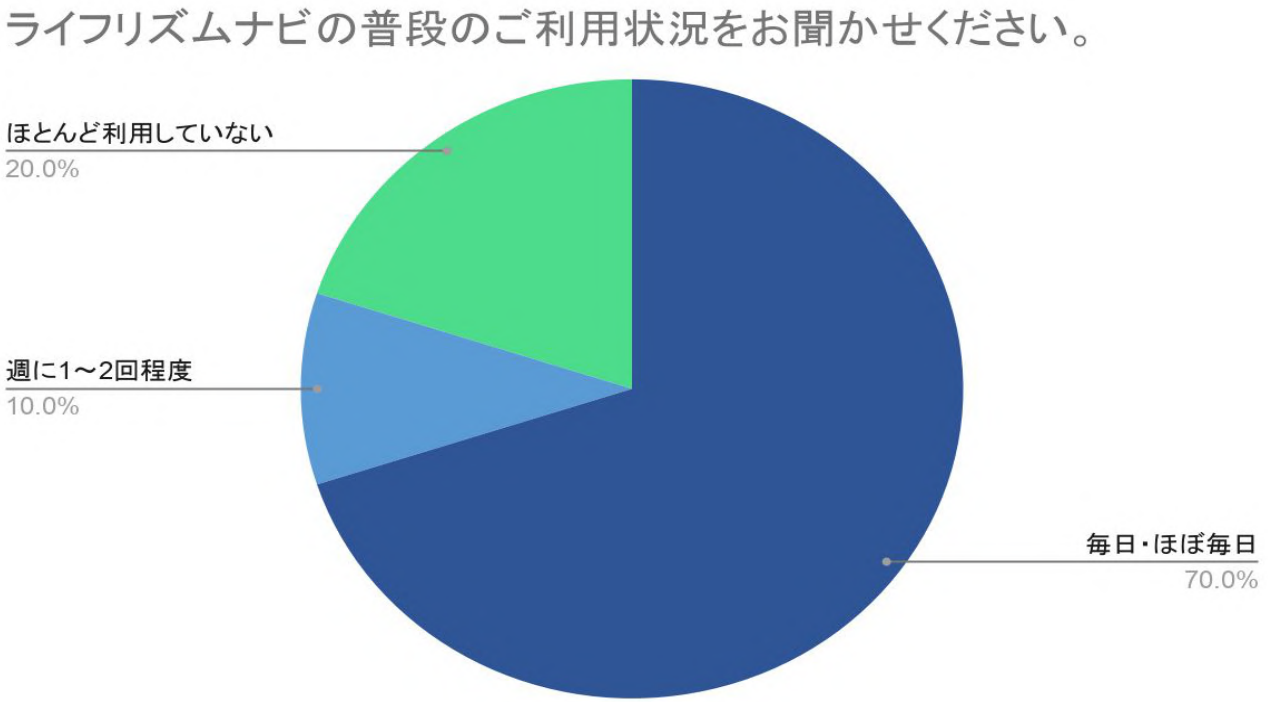
始業時

転倒時

退勤時


© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# アンケート結果




※n=10


© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 本セミナーの目的

1. ライフリズムナビを日常的に活用する
2. データからご入居者の「いつもと違う」に気づき、看護につなげる
3. データを共通言語として、介護スタッフへの指示・連携につなげる

→ **施設全体のケアの質向上を目指す**


© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 本日の目次

01 ライフリズムナビのデータの見方

02 データから「いつもと違う」を捉える

03 看護につなげる活用ケース

04 施設全体のケアの質を向上させるために

05 質疑応答





© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 01.ライフリズムナビのデータの見方

## ご確認いただきたいデータ

1. 睡眠データ
2. 体動継続・睡眠深度
3. 心拍・呼吸データ

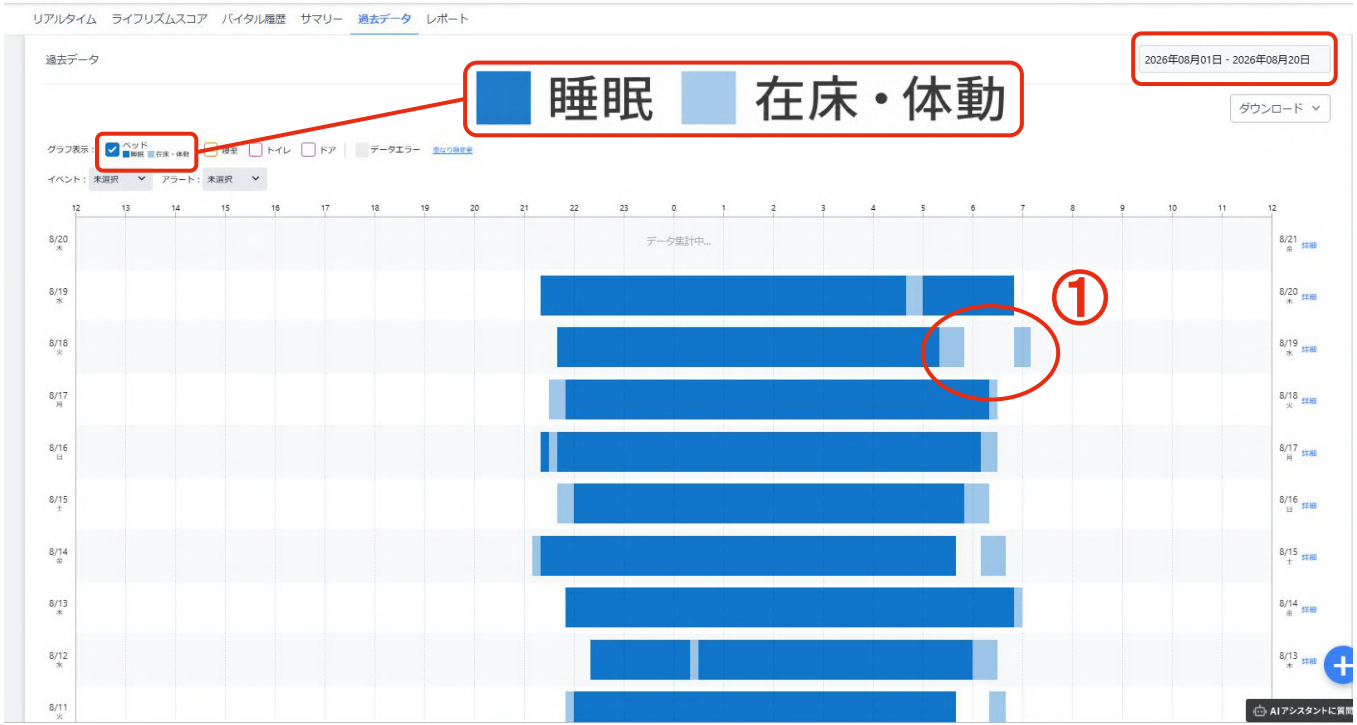

© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 01.ライフリズムナビのデータの見方

## 睡眠データ　過去データ

ご入居者の睡眠データを指定した期間において確認することができます。

ベッドに不在の場合は①のように白く抜けて表示されます。





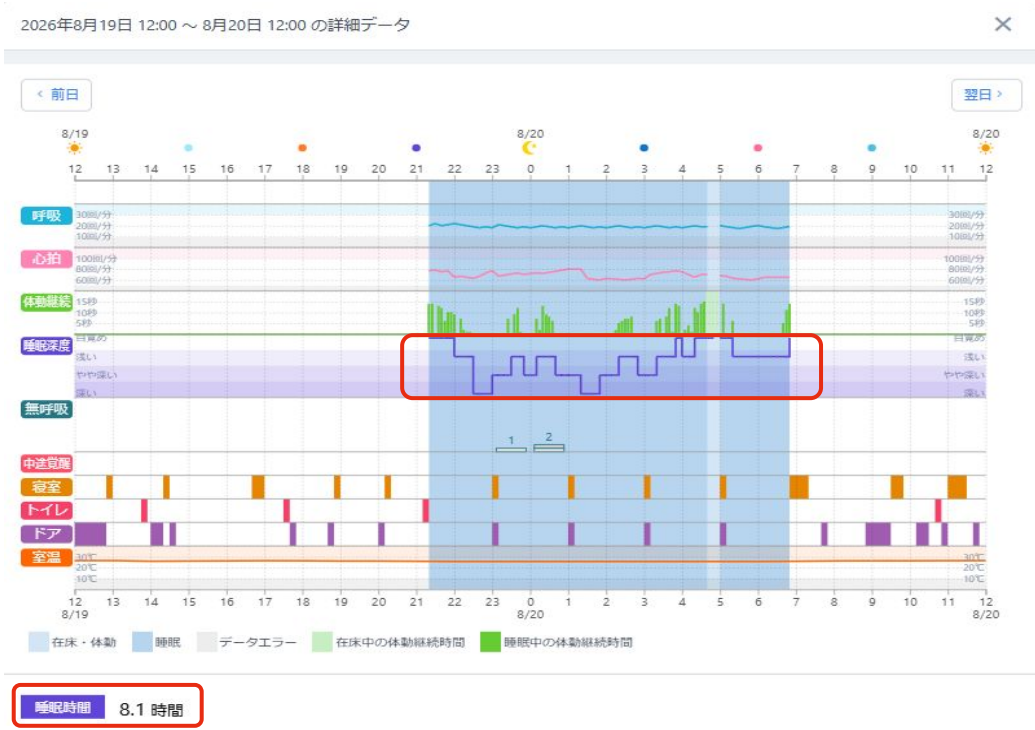
© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 01.ライフリズムナビのデータの見方

## 睡眠データ　過去データ

過去データ右側の「詳細」をクリック

→睡眠深度や睡眠時間を確認できます。






© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 01.ライフリズムナビのデータの見方

## 睡眠データ　レポート

ご入居者の睡眠データを指定した期間において、「睡眠ログ」として確認できます。

①では合計睡眠時間が表示されます。
4時間未満の場合、赤く強調されます。





© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 01.ライフリズムナビのデータの見方

## 睡眠データ　ご入居者の睡眠データを見ることができます。

### サマリー

| | 2026年8月1日 - 8月8日 | 2026年8月16日 - 8月19日 | |
|---|---|---|---|
| 平均睡眠時間<br>日中のみ ／ 夜間のみ | 7時間 43分<br>2時間 10分 ／ 5時間 34分 | 7時間 33分<br>2時間 9分 ／ 5時間 24分 | -10分<br>-1分 ／ -10分 |
| 平均就寝時間 | 23時 11分 | 17時 21分 | -5時間50分 |
| 平均起床時間 | 6時 54分 | 23時 5分 | -7時間49分 |
| 深い睡眠の割合<br>日中のみ ／ 夜間のみ | 51.8%<br>22.3% ／ 51.5% | 53%<br>22.5% ／ 51.5% | +1.2%<br>+0.2% ／ ±0% |
| 平均中途覚醒回数 | 1.4回 | 1.5回 | +0.1回 |
| 平均無呼吸回数 | 0.5回 | 1回 | +0.5回 |
| 平均疲労回復度 | 81.8点 | 84.5点 | +2.7点 |
| 平均快眠指数 | 83点 | 94.5点 | +11.5点 |
| 平均快適環境指数 | 82点 | 84点 | +2点 |

※就寝時間と起床時間は翌々日の13:30、それ以外のデータは翌日の13:30に集計されます
※「平均睡眠時間」は集計の区切り時間が項目ごとに異なるため、日中・夜間の合計と全体の数値は一致しません


© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

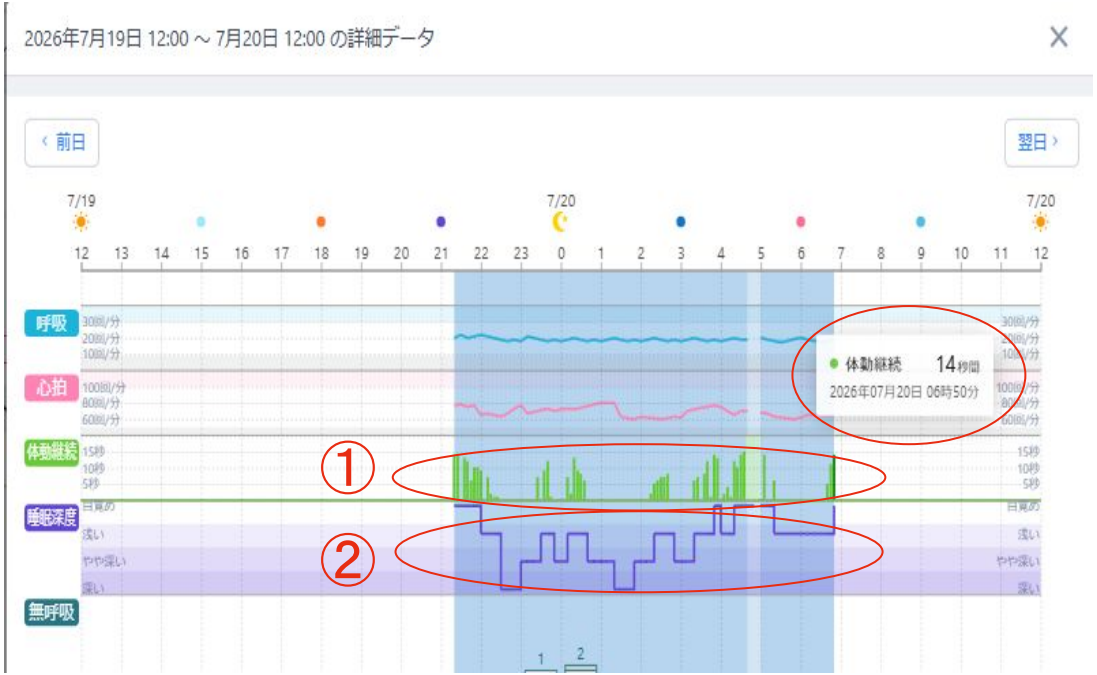
# 01.ライフリズムナビのデータの見方

## 体動継続・睡眠深度

①は体動継続時間

②は睡眠深度が確認できます。

体動継続時間は、グラフにカーソルをあわせると詳細な継続時間を確認できます。



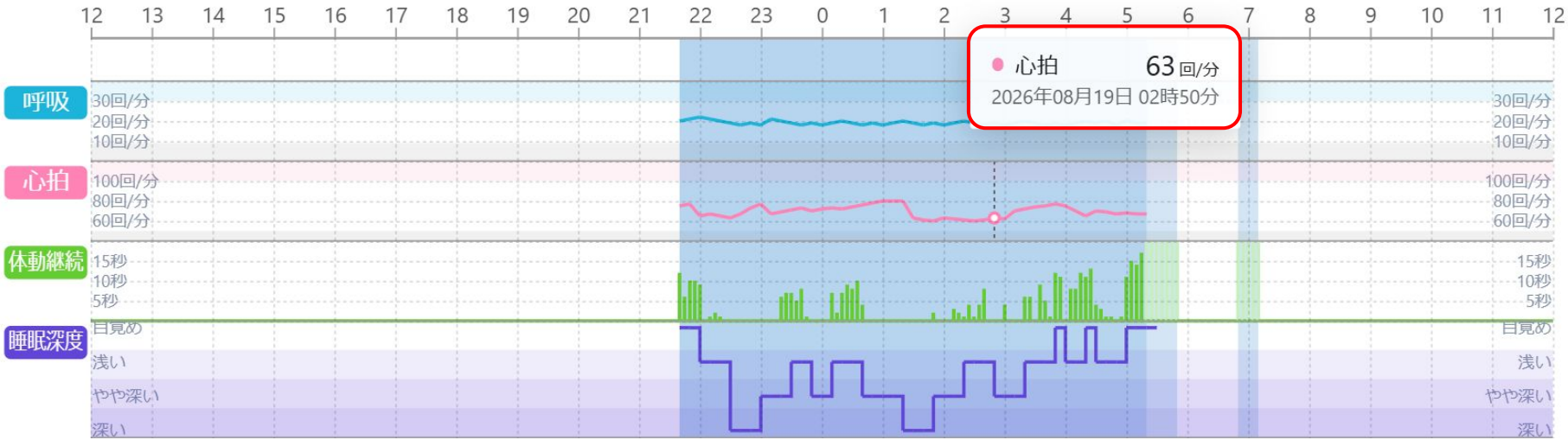



© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 01.ライフリズムナビのデータの見方

## 心拍・呼吸データ

心拍数・呼吸数ともにグラフ上にカーソルをあわせると詳細な数値を確認できます。
※心拍・呼吸は独自解析に基づく参考値

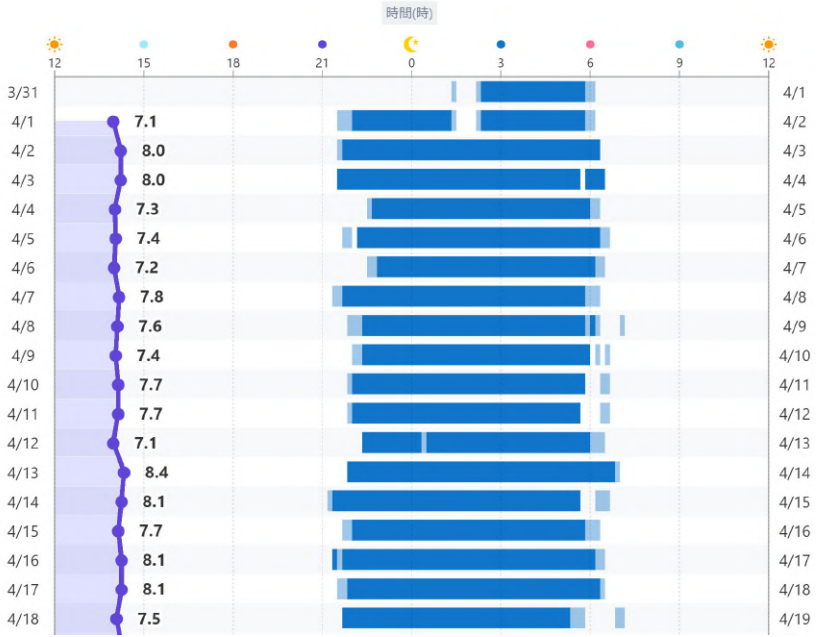




© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 02. データから「いつもと違う」を捉える①

## 2つのデータの違いは何でしょうか？



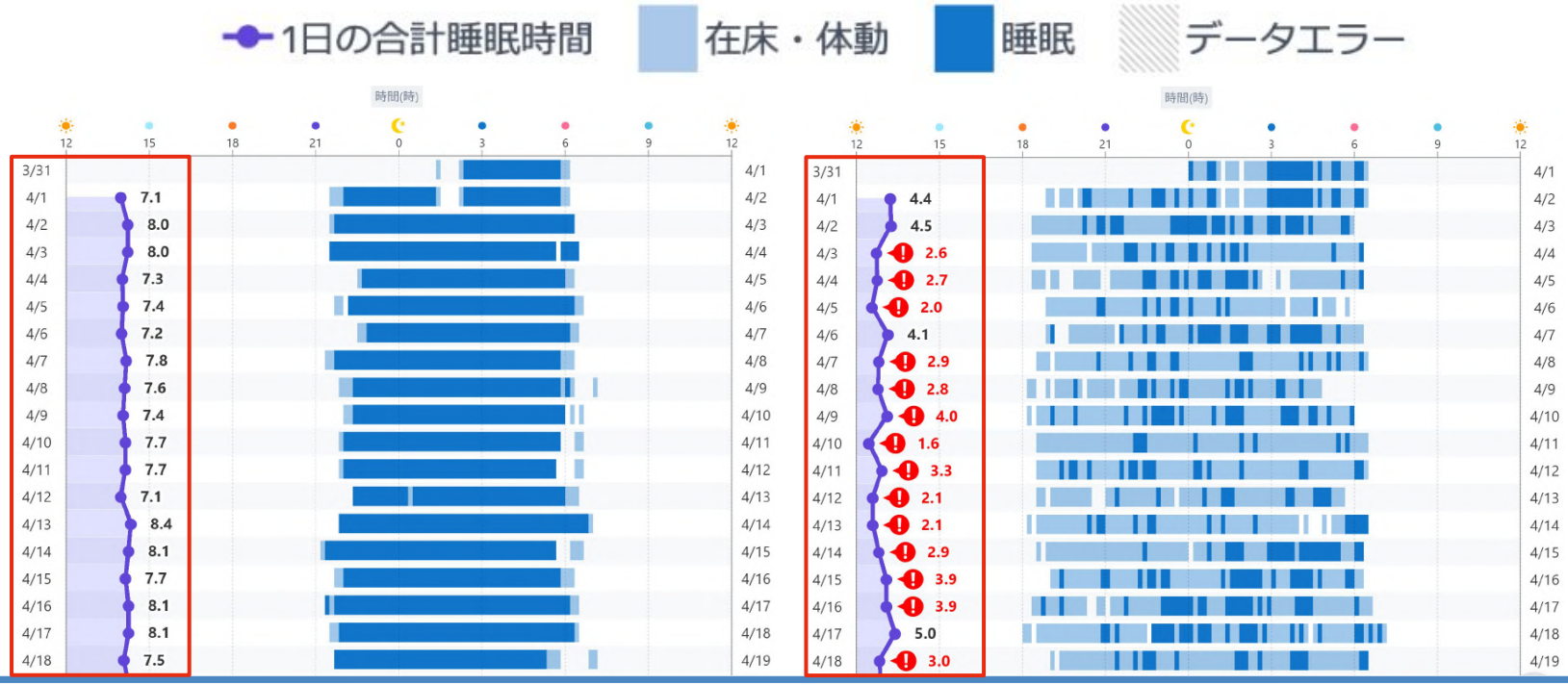





© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 02. データから「いつもと違う」を捉える①

## 合計睡眠時間が減少している

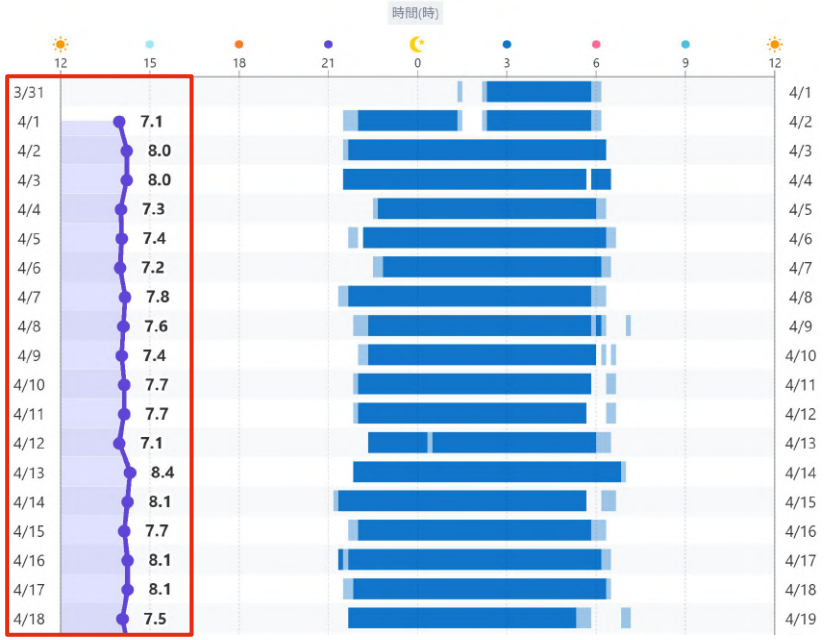


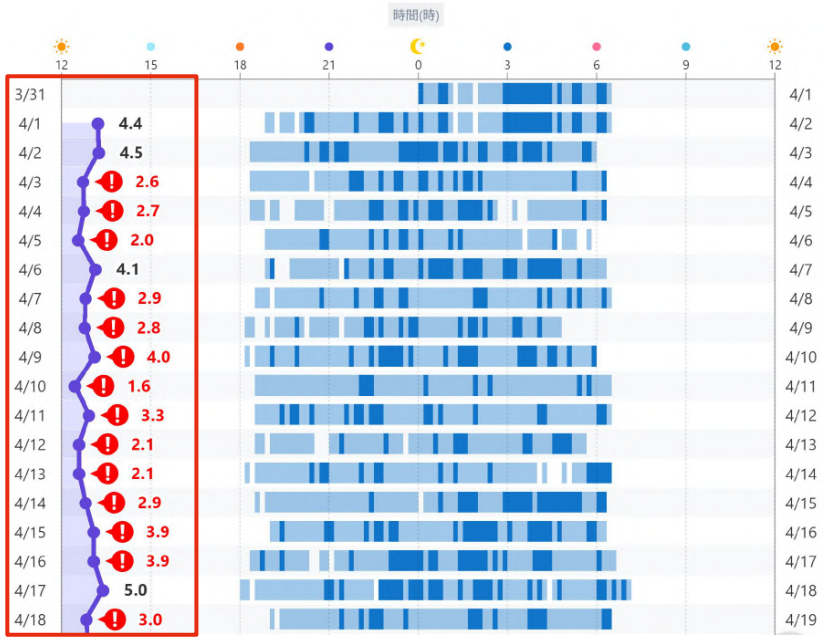



© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 02. データから「いつもと違う」を捉える①

## このような場合、何を確認し、どのように対応しますか？



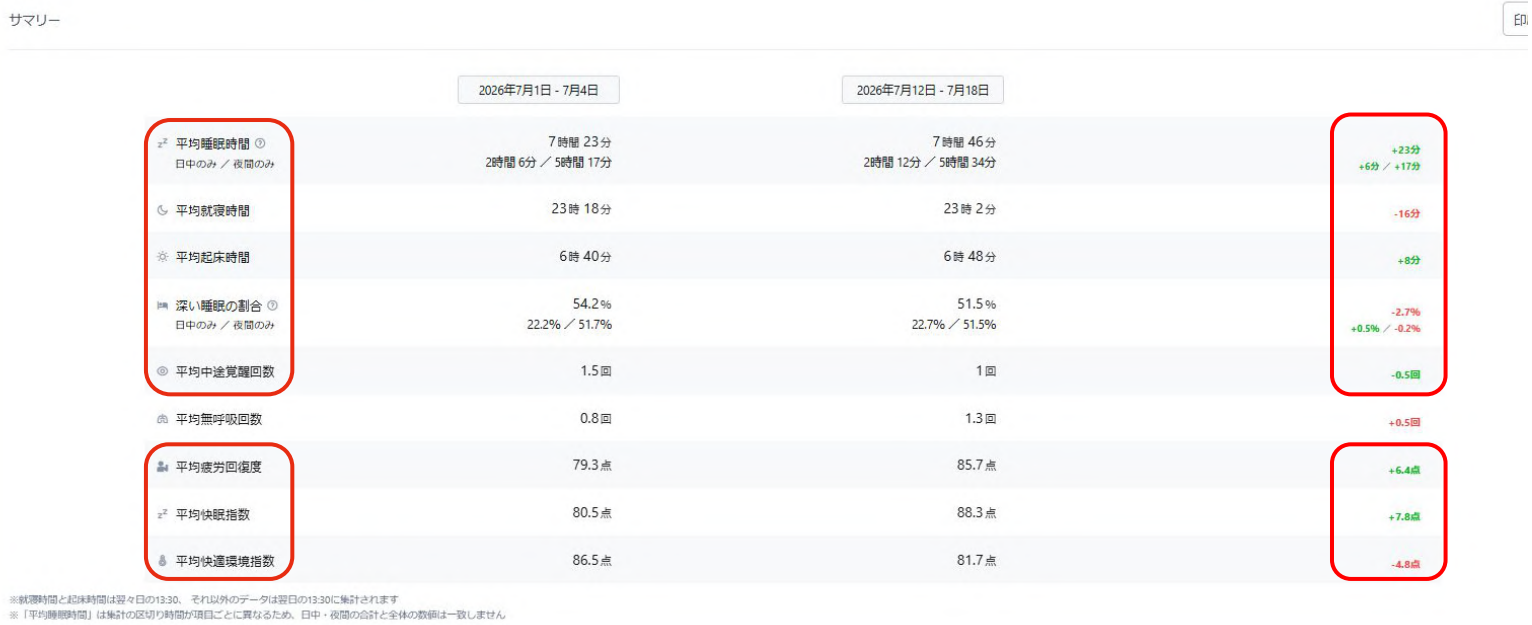



© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 02. データから「いつもと違う」を捉える①

## 確認したいデータや情報

**サマリー**
睡眠に関する各種情報を比較したい日付を選択して比較できます。
昼夜逆転がないか、深い睡眠が大幅に減少していないか、ライフリズムスコアの変化がないかなどが確認できます。





© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 02. データから「いつもと違う」を捉える①

## 確認したいデータや情報

### ライフリズムスコア

ライフリズムスコアは、疲労回復度・快眠指数・快適環境指数を点数で確認できます。

睡眠時間が減少している場合や、断眠が多い場合などは、ライフリズムスコアを確認することで原因を把握できる可能性があります。

**疲労回復度**
睡眠時間や起床時間などの生活リズムや睡眠環境などから、疲れが回復する予測値を数値化

**快眠指数**
睡眠時間、睡眠中の体動や睡眠深度などから、快眠度合いの予測値を数値化

**快適環境指数**
睡眠中の温度・湿度や睡眠中の体動などから、快眠に適した環境であったかを数値化




※ライフリズムスコアは温湿度センサーを導入いただいているご施設のみ表示されます。



© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 02. データから「いつもと違う」を捉える①

## 確認したいデータや情報

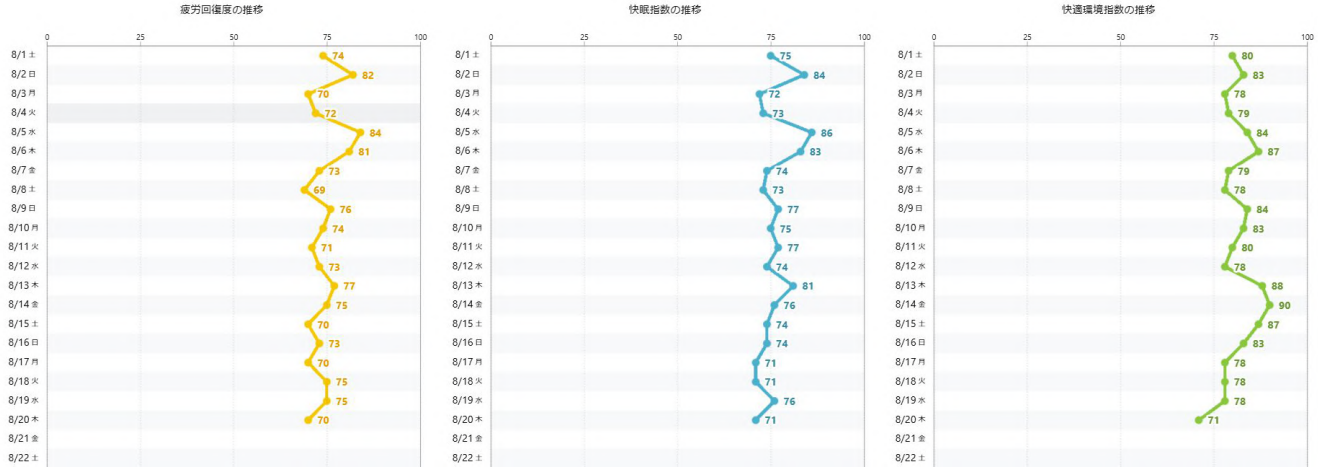
### ライフリズムスコア

睡眠リズムが乱れている時期のライフリズムスコアを確認し、各項目の点数の変化を確認しましょう。
大きな低下が見られる場合は、以下の項目をご確認ください。

**疲労回復度**
・快眠指数や快適環境指数の変化
・睡眠周期の変化

**快眠指数**
・睡眠時間や睡眠深度の変化
・「昼夜逆転」の発生有無
・「中途覚醒」の増加有無

**快適環境指数**
・温度や湿度の適正状態





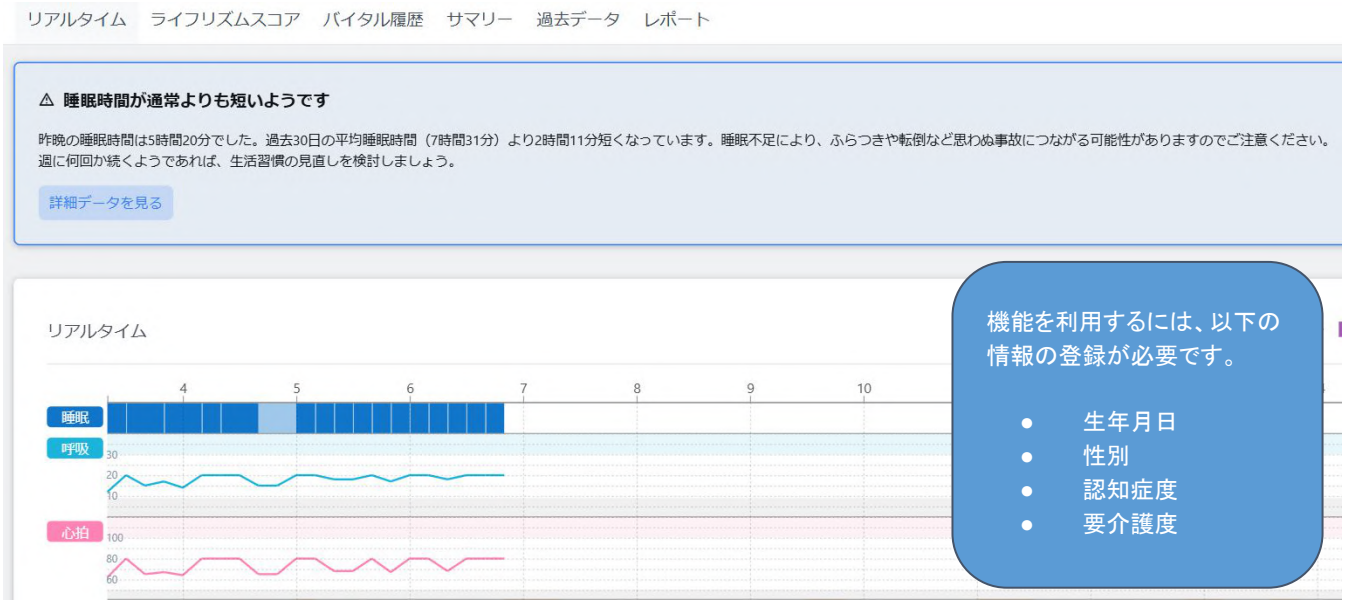
© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 02. データから「いつもと違う」を捉える①

## 要注意者ピックアップAI

転倒してしまった方や昼夜逆転している方など、特に注意して見守る必要がある患者様を、AIによる分析で自動検出して表示する機能です。

ピックアップされた患者様の居室詳細画面には、右のように分析結果が表示されます。




**ピックアップ項目**

ピックアップされる項目は以下の５項目です。

- 転倒
- 転落
- 昼夜逆転
- 睡眠時間低下
- ライフリズムスコア低下

機能を利用するには、以下の情報の登録が必要です。

- 生年月日
- 性別
- 認知症度
- 要介護度


© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 02. データから「いつもと違う」を捉える①

## 要注意者ピックアップAI

ご入居者全員の情報を登録することが難しい場合は、特に状態を確認したいご入居者や着目したいご入居者から登録して活用することも可能です。

毎日すべてのデータを詳しく確認する時間が取れない場合でも、この機能を活用することで、まず確認すべきご入居者を絞り込み、効率的な状態確認につなげられます。

すべてのデータを完璧に確認しようとするのではなく、
AIも活用しながら「まず誰を見るか」を考えましょう！




© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 02. データから「いつもと違う」を捉える①

## ①まとめ

**睡眠時間の減少など、状態の変化が見られた際には…**

- サマリー
- ライフリズムスコア
- 睡眠ログ　　などのデータを確認しましょう。

複数のデータを組み合わせて確認することで、
**ご入居者お一人おひとりに合わせたアセスメントや、その後のケアにつなげられます。**

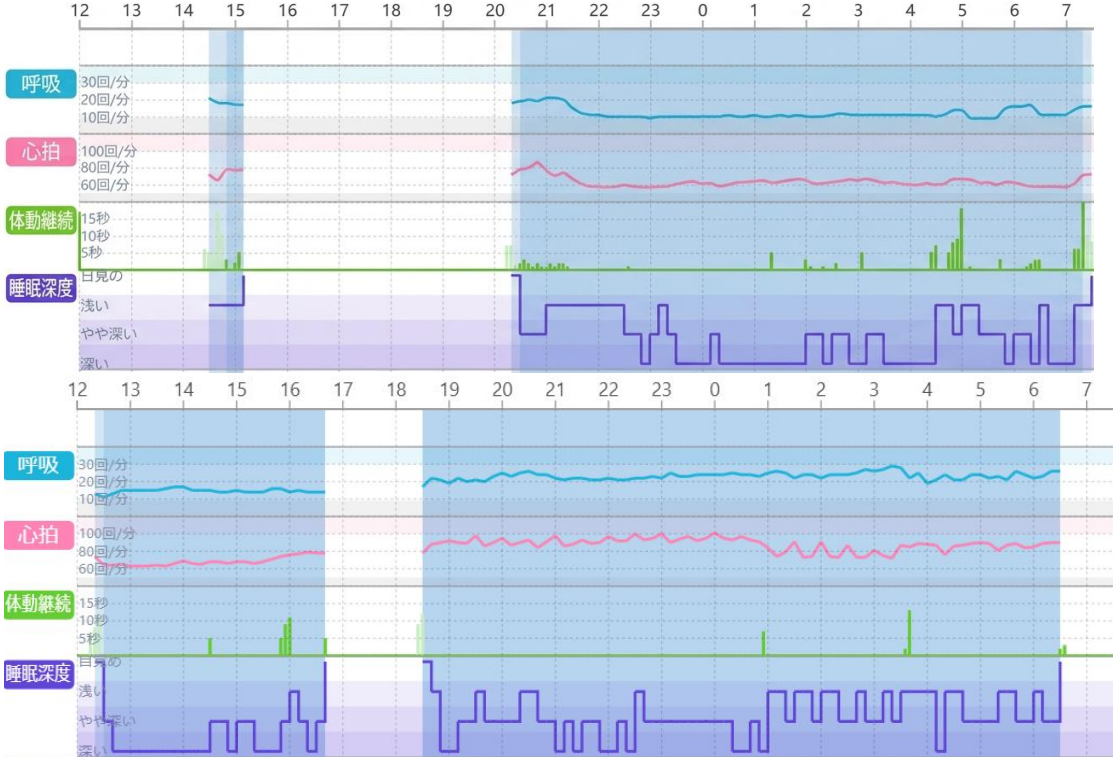
**要注意者ピックアップAIの活用もおすすめです！**

また、睡眠ログやライフリズムスコアはPDFで出力・印刷も可能です。
→「医師への薬剤調整の相談や、状態変化を共有する際」などにもご活用ください。


© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 02. データから「いつもと違う」を捉える②

## 2つのデータの違いは何でしょうか？

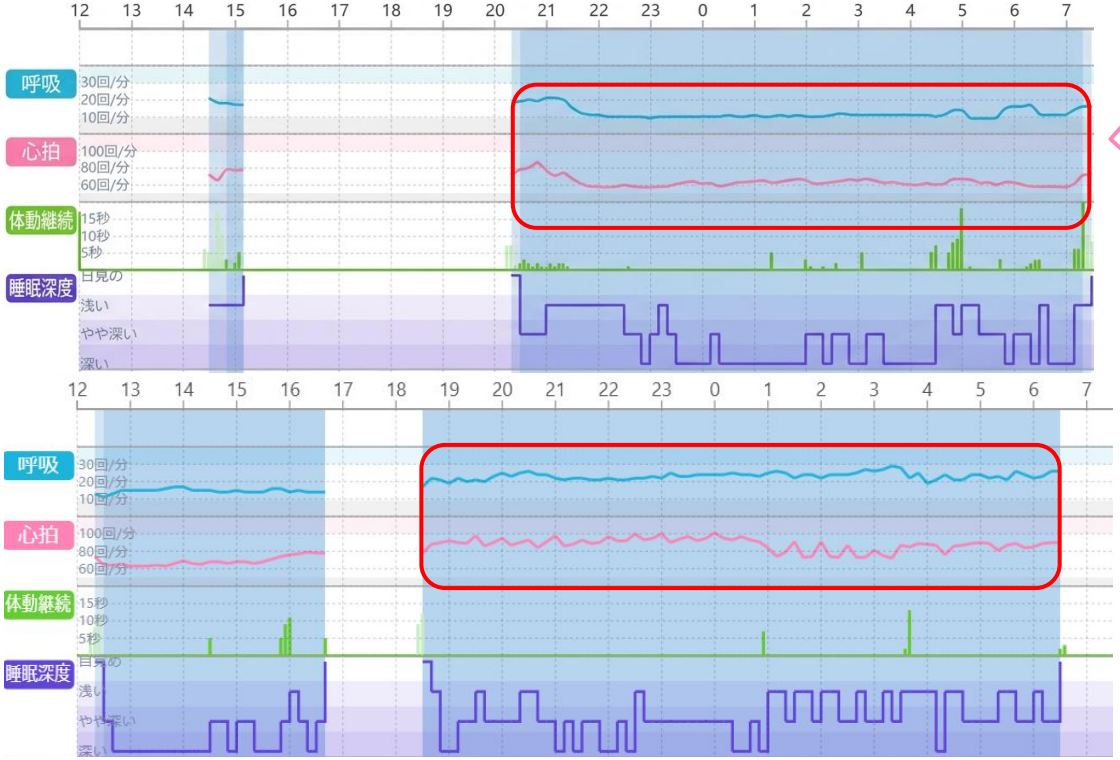





© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 02. データから「いつもと違う」を捉える②

## 2つのデータの違いは何でしょうか？




呼吸数
**10〜20回**

心拍数
**60回前後**

呼吸数
**20〜30回**

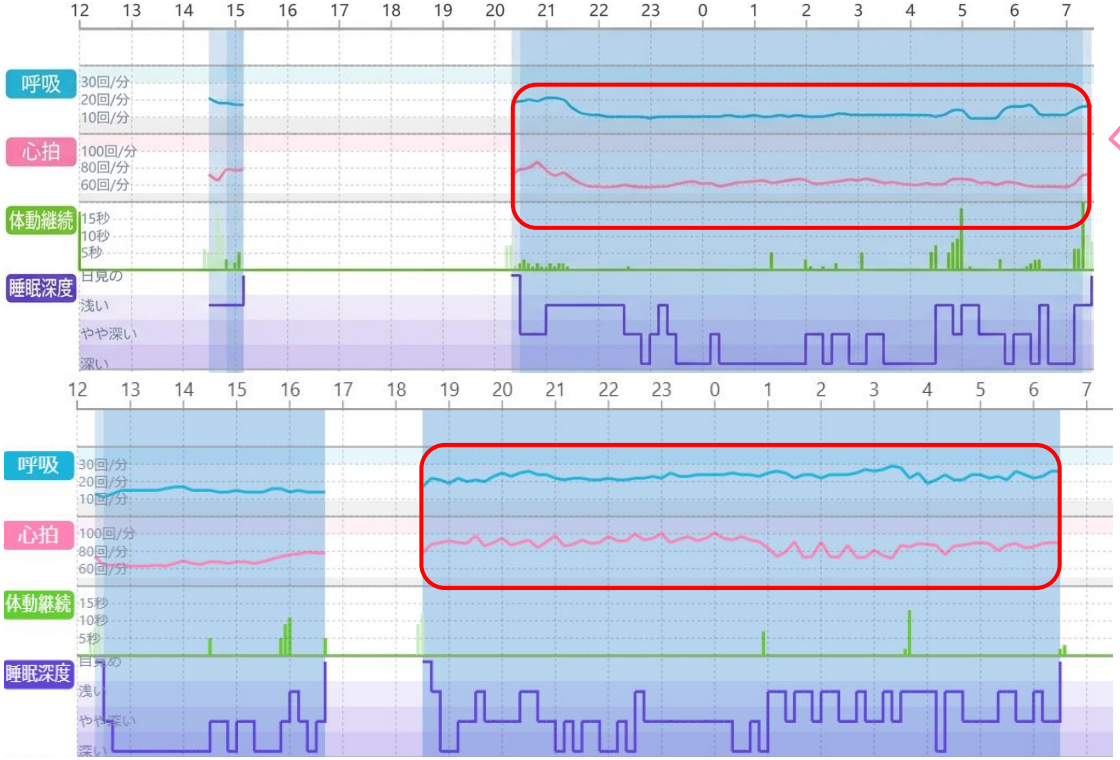
心拍数
**80〜100回前後**



© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 02. データから「いつもと違う」を捉える②

## このような場合、何を確認し、どのように対応しますか？




呼吸数
**10～20回**

心拍数
**60回前後**

呼吸数
**20～30回**

心拍数
**80～100回前後**



© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 02. データから「いつもと違う」を捉える②

## 確認したいデータや情報

心拍データや呼吸データの上昇が確認された際には、以下の項目をご確認いただくかと思います。

### ①他のバイタルデータ

- 血圧
- $SpO_2$
- 体温
- 意識レベル　　など

### ②症状・身体所見

- 胸痛
- 呼吸音
- 疼痛　　など

### ③直近の出来事

- 転倒・転落の有無
- 排泄のタイミング
- 入浴などの活動後か

おすすめ機能！ご入居者の出来事をタイムリーに記録できるイベント登録機能


© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 02. データから「いつもと違う」を捉える②

## イベント登録機能

### 21項目のイベント登録

ご入居者の日々の様子やアクティビティなどを、シンプルな操作でタイムリーに記録・蓄積できます。

**【登録できるイベント例】**

- **ケア・活動記録**：食事、入浴、更衣、リハビリ、レクリエーション
- **投薬管理**：投薬（眠剤・排泄・解熱・精神薬・その他）
- **安全・状態変化**：事故、ヒヤリハット、排泄（大・小）





© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 02. データから「いつもと違う」を捉える②

## イベント登録機能

**心拍数が上昇した際**
➔「投薬」のイベント登録がある場合
**薬剤による影響の可能性はないか確認**

**心拍数・呼吸数が上昇した際**
➔「事故（転倒）」のイベント登録がある場合
**転倒による身体的負担の影響がないか確認**

このように、バイタルデータの変化とイベントを組み合わせて確認することで、変化の要因を検討するきっかけになります。





© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 02. データから「いつもと違う」を捉える②

## 確認したいデータや情報

### 睡眠ログ

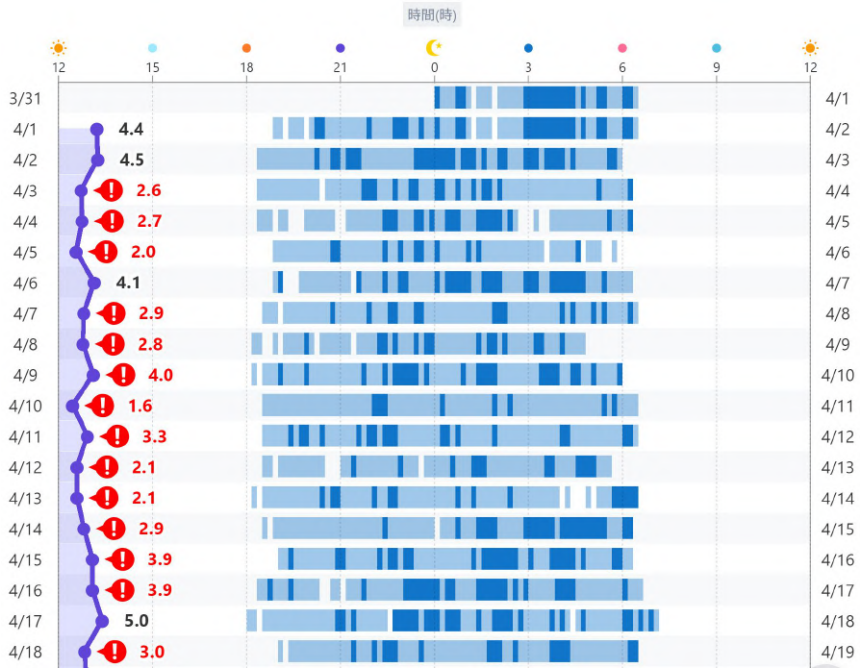
認知症などにより、体調不良をうまく意思表示できない場合でも、睡眠ログから状態の変化を捉えられることもあります。

心拍データや呼吸データに変化があった際には、まず訪室してその他のバイタルデータや症状を確認したうえで、睡眠ログを振り返ってみましょう。

例えば、

- **変化前と比較して睡眠時間が減少していないか**
- **夜間の体動が増加していないか**

などを確認することにより、
現在の状態に至るまでの経過を把握する手がかりになります。






© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 02. データから「いつもと違う」を捉える②

## ②まとめ

心拍データや呼吸データに変化があった際、より素早くアセスメントするために…

- **イベント登録機能を活用する**
- **睡眠ログに変化がないか確認する**

ことを意識しましょう。

「全員をずっと見ている」ことはできなくても、
**画面上の変化から「いつもと違う」に気づくことはできます。**

ライフリズムナビ上での心拍データや呼吸データの変化を訪室のきっかけとして、実際の状態を確認することで、状態変化の早期発見につなげましょう。

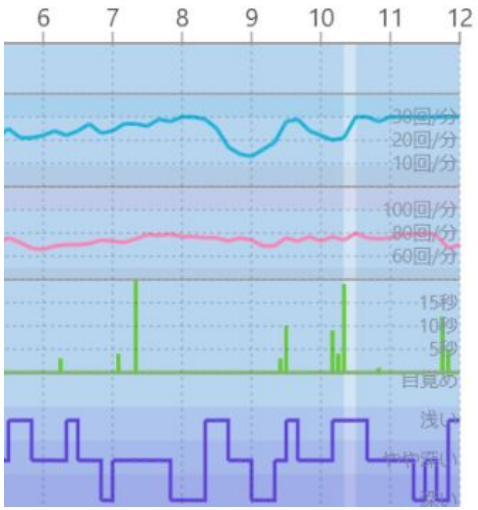

© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 03. 看護につなげる活用ケース

## 活用ケース①　お看取り

### データを見て、どのような変化が確認できますか？

ご逝去2日前




前日




当日



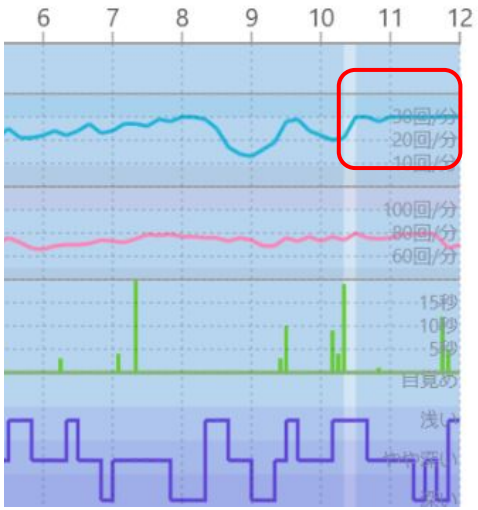


© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 03. 看護につなげる活用ケース

## 活用ケース① お看取り

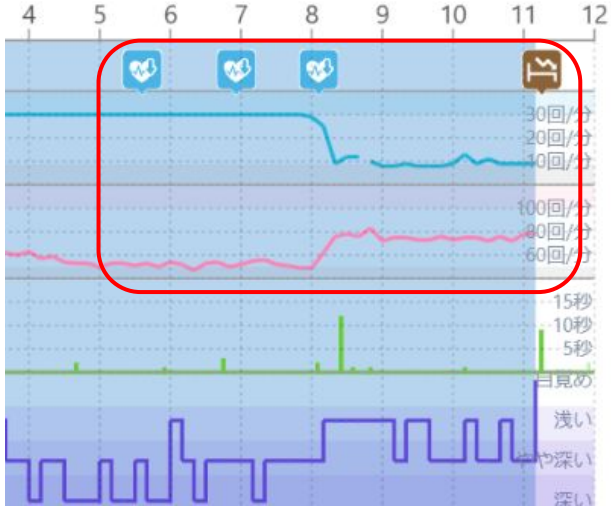
11時頃から呼吸数30回程度に上昇




呼吸数30回程度のまま推移




5時頃から心拍数低下アラート発報
8時過ぎに呼吸数低下、心拍数上昇
11時頃ご逝去





© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

## 活用ケース①　お看取り

同様に、ご逝去数日前から呼吸数が上昇し、その後高い状態が続き、ご逝去直前に呼吸数が低下した事例が他にもございました。
ライフリズムナビ上の心拍・呼吸数の変化を、看取り期の状態変化を把握するための参考情報として活用しましょう。

### 💡 ライフリズムナビの活用

お看取りアラートや心拍数上昇・低下アラートなどを併用することで、
心拍・呼吸数の変化を捉えやすくなります。

### ❤ 看護へつなげる

データの変化をきっかけに、訪室して状態を確認する、スタッフ間で情報共有をしご家族への連絡を検討する、など、よりよい看取りにつなげることができます。

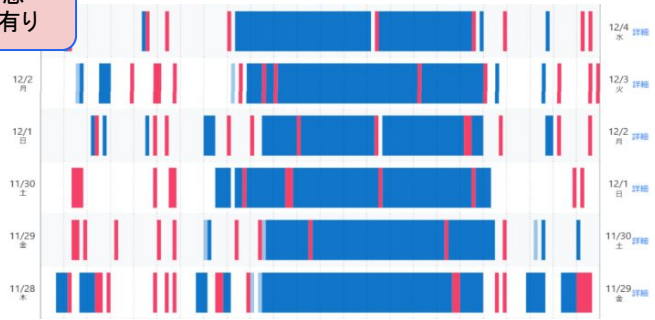

© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 03. 看護につなげる活用ケース

## 活用ケース②　排泄ケア　どのような変化が確認できますか？

トイレ人感
センサー有り

11月下旬～12月上旬

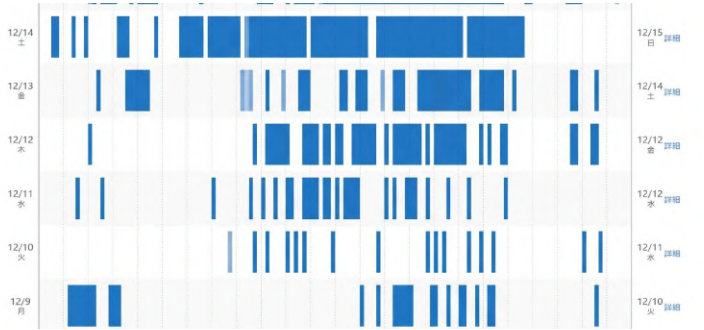


12月中旬



トイレ人感
センサー無し







© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 03. 看護につなげる活用ケース

## 活用ケース②　排泄ケア　どのような変化が確認できますか？

11月下旬～12月上旬

12月中旬

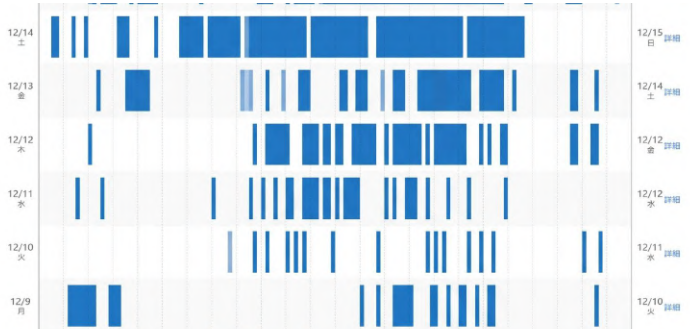
トイレ人感センサー有り





トイレ人感センサー無し





12月中旬以降
・トイレの回数が増加
・滞在時間が増加



© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 03. 看護につなげる活用ケース

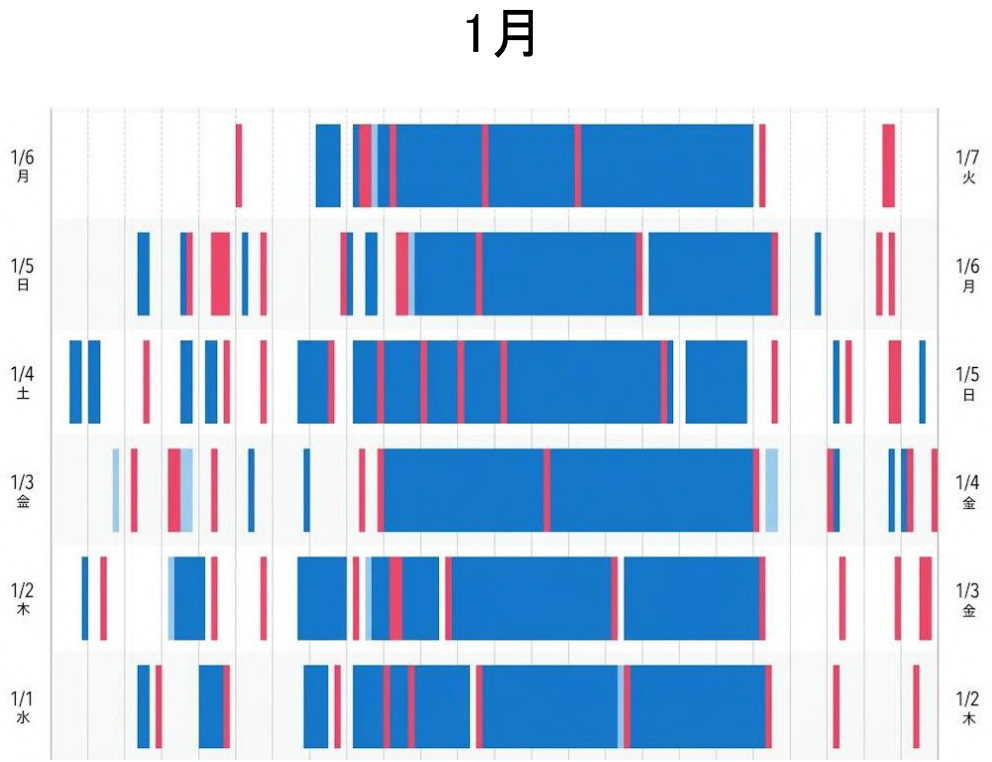
## 活用ケース② 排泄ケア

夜勤者が様子を確認したところ、
ベッドとトイレの間を行き来していた。

また、この時期は尿量が少なく、ご入居者からは便が出ていないという訴えがあった。

医師の指示のもと、マグミットやレシカルボン座薬の使用を決定し、摘便も実施したところ多量の排便を確認。

→排泄状況が整い、トイレの回数も11月下旬～12月上旬と同程度まで改善。





© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

## 活用ケース② 排泄ケア

今回のケースでは便秘によるトイレ回数の増加が見られましたが、膀胱炎などによる頻尿でも、同様のデータ変化が見られることがあります。
ライフリズムナビ上のデータを、排泄トラブルなどの状態変化に気づくきっかけとして活用しましょう。

### 💡 ライフリズムナビの活用

排泄時にイベントを登録することで、
排泄状況の変化を捉えやすくなります。

### ❤ 看護へつなげる

データの変化をきっかけに、
**・内服薬調整**
**・排泄ケアのタイミングや方法の検討**
**・必要に応じて受診や医師への相談**

など、よりよいケアにつなげられます。


© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 04.施設全体のケアの質を向上させるために

## ライフリズムナビを「ケア」につなげる

データを見ること自体が目的ではありません。
データを起点とした「気づく→アセスメントする→ケアにつなげる」の一連のサイクルこそが、
施設全体のケアの質向上につながります。

STEP01



### 気づく

心拍・呼吸・睡眠などのデータから、ご入居者の「状態の変化」をいち早く捉える。

STEP02



### 確認・アセスメント

変化をきっかけに訪室。バイタルデータや身体所見、生活状況を直接確認し、何が起きているのか を評価。

STEP03



### ケアにつなげる

評価に基づき必要なケアを実施。医師への相談や介護スタッフとの情報共有を行い、チームで対応 。


© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 04.施設全体のケアの質を向上させるために

## データを「共通言語」にする

⭐ **共有するときは「理由」もセットで**
「何をしてほしいか」の指示だけでなく、「なぜそれが必要なのか」という背景も合わせて伝えることが重要です。

### 看護師：理由付きで共有・指示

・看取り期の呼吸変化
・イベント登録の依頼
・心拍数の変化に関する出来事

**「何をしてほしいか」に「なぜ」を添える**

### データを共通言語に



**専門性を活かす**

### 介護スタッフ：目的を持って確認・報告

・指示の「理由」を理解する
・目的を持ってデータを見る
・気づいた変化を看護師へ共有

**理由を知ることで、納得してデータを確認できる**

➔ **一人ひとりに合わせたケアの実現へ**

**看護師と介護スタッフが同じデータを見ながら、それぞれの専門性を活かしてケアにつなげる。**
**その積み重ねが、施設全体のケアの質向上につながります。**


© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 05.質疑応答




質問がある方は

お気軽にどうぞ！





© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# アンケートのお願い（1～2分）

## アンケートのご協力をお願いいたします

### 回答の流れ

① セミナー終了後にアンケートが表示
② 1～2分でアンケートに回答

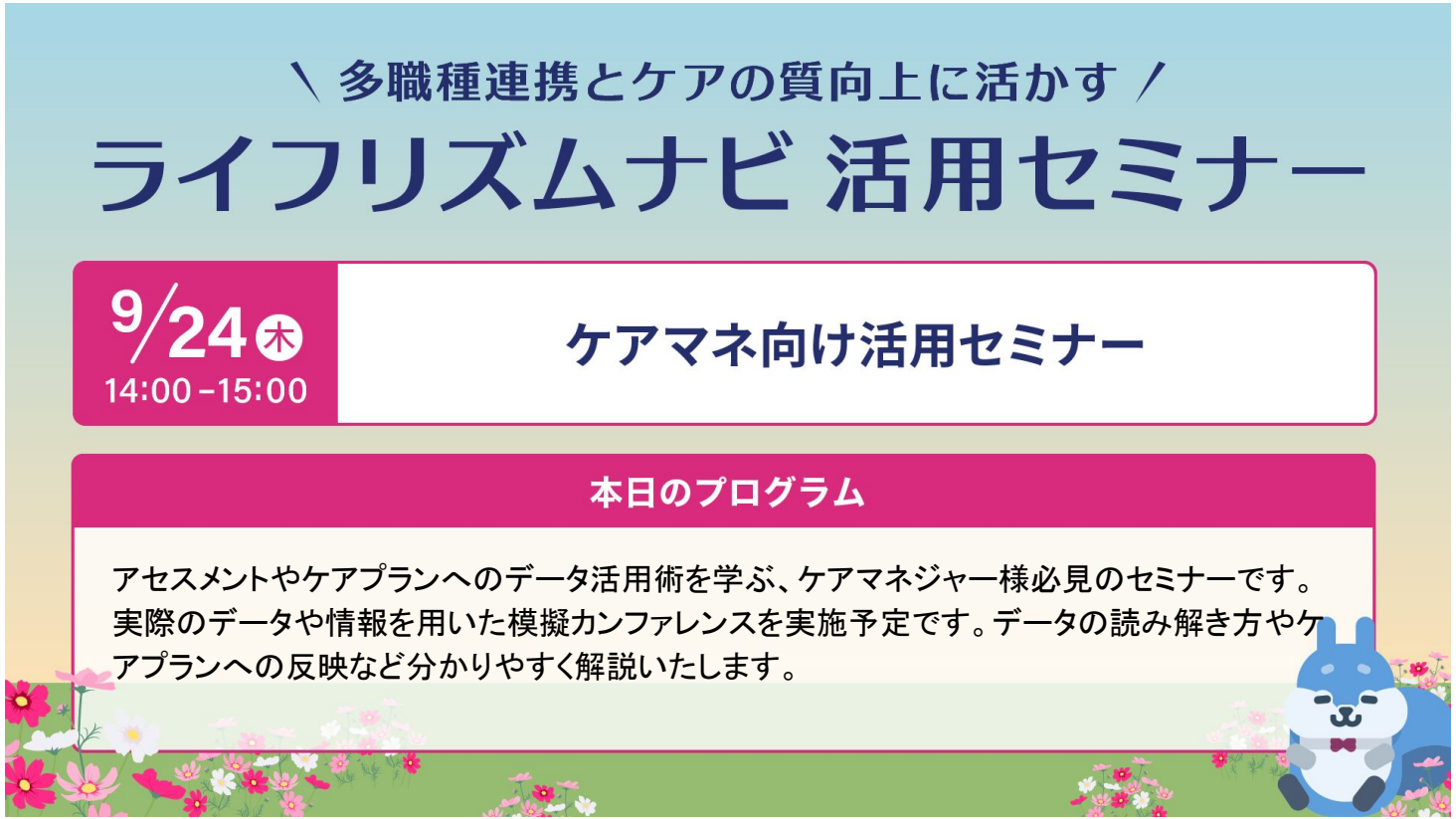
所要時間：1～2分
※画面を閉じてしまった場合、回答ができなくなりますのでご注意ください。
※途中でウィンドウを閉じてしまった場合は、サポート窓口へご連絡ください。アンケートURLをご案内します。





© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

# 次回セミナーのご案内






© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.

本日はご清聴ありがとうございました。

アンケートのご協力をお願いいたします。

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

ライフリズムナビ＋Dr.は見守り機器であり、医療機器ではありません。
疾病の診断・治療・予防を目的としたものではありません。


© Copyright 2026 EcoNaviSta. All rights reserved.