

発表①【花のある喜び、実のある楽しみ】

法人名：医療法人豊和会

事業所名：グループホーム プルミエールさなげ

サービス種別：認知症対応型共同生活介護

【はじめに】プルミエールさなげは、平成19年12月にオープンした。定員18名（2ユニット）のグループホームで、介護老人保健施設さなげに隣接する形で敷地内にある。グループホームが開設して9年が経とうとしている今、約3000坪の敷地には四季折々の花が咲き、果物が実る。グループホームの横には畑や花壇もある。

そこで、この環境をより積極的に活用し、季節の花や果実、野菜作りを楽しめるよう、平成26年度より年間計画を立案し取り組んできた。また、さなげの周辺には地域の花の名所も多い。同時に外出支援にも力を入れてきた。四季の花を喜び、野菜の成長過程や果物の色付き、収穫を楽しみ、献立やおやつで味わう。入居者の日常がより豊かで喜びの多いものとなるよう支援してきた。その取り組みについて報告する。

【目的】入居者が四季を感じ、旬を味わうことで、より喜びの多い生活を営むことができる。

【方法】花や野菜作り、育てた野菜と果物の収穫と調理、四季の花や果物の鑑賞やそのための外出

→年間計画の立案と実行

→個別援助計画への反映

→活動支援に対するアンケートの実施

→アルバムやさなげ四季マップの作成

→ホームページへの活動報告の掲載

季節感のある環境の提供

→敷地内の花や果物の日々の鑑賞

→華道・茶道イベントの開催

→職員手作りの生花を飾る（老健中庭）

→季節毎に変化する光触媒の造花を飾る

【期間】平成26年4月～平成28年11月

【経過・結果】

1. 計画立案：入居者、職員で相談し、月単位での野菜・花作り（グループホーム菜園・花壇）と収穫、敷地内

の果物の収穫、収穫した野菜や果物を利用したおやつ作り、花の鑑賞等を目的とした外出支援について検討した。入居者に経験者が多い菜園の運営（野菜作り）等については、入居者の意見を積極的に取り入れた。運営推進会議では地域の花の見所やイベント等の情報を得よう努めた。

一つひとつのイベントに対しては、担当職員が企画書を事前に作成し、職員間で情報の共有に努めた。平成28年度は、この企画書をより有効なものにするために、作成時職員で検討し、イベント毎の重点目標を定めることとした。また、利用者により楽しみの多い行事になる様工夫した。例えば、山桃を使ったお菓子作りでは、収穫の様子等を写真でお話してから、イベントを開始するようにした。（写真①）近隣の花の名所（写真②）へ出かける際は、事前にパンフレットを利用し、花壇の位置や公園の様子をお話するなど、企画の段階から楽しんでいただけるよう心掛けた。

2. 計画実施：職員アンケートで多かった事柄として「事前に企画書で確認はするものの、実際に野菜や花を育てた事が無く戸惑った。」

との意見があった。比較的若い職員（平均年齢：42.9歳）も多いこと、農作業の経験者が少ない等がその理由としてあげられる。入居者（平均年齢：86.0歳）の中には、経験者が多く、常にアドバイスを頂く形で作業を進めた（写真③）。入居者の中にも初めて体験される方があったが、入居者はその初体験を喜ばれている様子だった。アンケートでは「種や苗が思うように育たなかった。天候に左右され、計画通りに行かない。」等の意見もあった。収穫物を調理に活かす際には、「バリエーションを考えたいが大変。」との意見が聞かれ、多少なりとも負担感がある様子であった。しかし、全職員が、これらのイベント全てが、入居者の生活を喜びの多いものにするために有効だと答えた。

3. 個別援助計画への反映：年度の初めに、入居者のアセスメントから1年間の生活の目標を設定する。その実現のために長期目標や短期目標を設定し、支援する。例えば、平成28年度当初の生活の目標の41%が、今回の取り組みに通ずるものであり、この取り組みの有効性が理解できた。

4. アルバムや四季マップの作成、ホームページへの掲載：日々の活動やイベントの様子は、写真に撮り、アルバムに貼り、ボードに掲示している。活動報告の形で、1回/2ヶ月ホームページにも掲載している。また、さなげの敷地内には、四季を通じて、14種類の花が咲き、9種類の果物が実る（写真④）。日々の散歩の中で花や果物の実りを肌で感じる。敷地内の四季マップを作製した（写真⑤）。

5. 華道・茶道のイベントや門松作りなど：1回/月の華道では、正月花に挑戦した。門松も毎年手作りで作成する（写真⑥）。母体老健の喫茶の日には、職員手作りの中庭の生花をバックにコーヒーを頂く。皆さん中庭の花をとっても楽しみにされている（写真⑦）。また、四季で変化する光触媒の造花も好評だ（業者に依頼している）。

【考察】

屋外活動・外出は、その年の天候やインフルエンザの流行、利用者のADL等により大きく影響されるため、一概に年度別の利用状況の比較は難しかった。企画の件数で見ると、取組み開始後は約2倍に増加しており、企画を担当した職員の意識も大きく変化したことが窺える。その分、慣れない野菜や花作り、献立作り・調理などにかかる負担感を解消するためのシステム作りも必要だと考えた。例えば、母体老健の作業療法士や管理栄養士との連携（農作業・調理・献立の指導を受ける）や運営推進会議での意見徴収、利用者の能力の把握と積極的な活用、ボラティアの導入等が有効であり、今後検討していく。

おやつ作りの際、収穫の様子を写真で見て頂くことは、記憶障害を認める入居者にとって、自分が収穫の過程に関わっていたことを再認識できる良い機会となった。調理に関心を持ち、参加される様子は、大変印象的であり、画像が持つ力や関心事が導く積極性を実感した。また、能力の再現の大切さと同時に、80歳代にして初めて経験する農作業に新鮮な喜びを感じる入居者に、新しいイベント企画の必要性も痛感した。

今回の取り組みでは、季節を感じ、旬を味わうことが、喜びの多い生活に繋がる事を目的に、これまでの活動やイベントを整理し、見直し、進化させる機会となった。しかし、グループホームの本来の姿からすれば、あまりに計画的だと違和感がある。実は、計画的に、ただし自然に、入居者の目や舌を楽しませることができる。そんな関わりも大切にしていきたい。

●山桃のジャム作り（写真① 収穫やジャム作りの様子を写真を使ってお話しました。）



●外出支援です。四季折々の景色を楽しまれています。（写真②）



●野菜作りの様子です。入居者様が主体となり苗や種を選び、耕作、植付、収穫、調理まで行います。（写真③）



●施設敷地内の花々の様子です。（写真④）



●老健さなげの中庭と喫茶の様子です。（写真⑦）



山桃のジャムを使用し、パフェを作りました。

●四季のマップ作り（写真⑤）



●正月花と角松（写真⑥）



発表②【スタッフのアイデアを生かした豊富な企画力で、

平均稼働率 90%以上をめざすショートステイの取り組み】

法人名：社会福祉法人 たんぼ福祉会
事業所名：短期入所 たんぼ福祉の里
介護サービスの種類：短期入所生活介護

【はじめに】

当施設は、特別養護老人ホーム併設型の2ユニット20床で、開設5年目の施設です。介護サービスが乱立する激戦区エリア（一宮市）で、どのように地域に貢献し、必要とされる施設づくりをするかということ。そして、存在価値ある施設で、安定した稼働率を確保するために、どのようにするべきかを常に考えてきました。開設当初は、ケアレスミスが頻繁で、日々のレクリエーションを考える余裕もなく、ご利用者がなかなか再利用に繋がらない不評の施設でした。そこで、何かオリジナルに特化したサービスを提供できないか試行錯誤し、いろいろなスタッフのアイデアをカタチにした結果、毎日何らかのイベントを行い、月に50以上の企画立案を実施、実践することでリピーターや稼働率が上昇した事例をここに発表します。

【企画立案・計画】

当法人の理念は「心ゆたかに」そして、個性豊かにをモットーとしてサービスを提供するために、どのように企画を実践することが、ご利用者同士、そしてスタッフもお互いに「笑顔で楽しく」過ごせることができるかを考えました。

常に介護が必要な方の短期間の受け入れ、入浴や食事などの日常生活上の支援や、機能訓練などのサービスを提供する基本的なショートステイ、家族都合で帰りたい気持ちを抱えたままのショートステイ。私たちは、ご利用希望者自身が、レクリエーションを目的として、ぜひ施設を利用したい、「楽しくなければ、ショートステイじゃない」。そして、「何度でも利用したい」「リピーターになりたい」と思えるようなショートステイ運営をスタッフも賛同し計画。実践しています。

3つの検討)

- ・毎日レクリエーション（地域最大回数のレク実施）をできるように、前向きに考えること。
- ・1泊2日のご利用者でも楽しんでお帰りいただけること。
- ・楽しいと思うものは、何でも企画立案し、できるだけ体験参加型の企画にすること。

5つの行動)

- ・ご利用者のニーズを掘り起こすこと。
- ・人気のお店、旅行ツアーやテーマパーク等の人気企画等を参考にし、時代や季節を反映した企画を実践すること。
- ・心くすぐる、キャッチフレーズやPRを作成、広く周知すること。
- ・毎日何かを企画し、ご利用者に楽しんでいただくこと。
- ・私たちのファンをつくること。

【実践、取り組み】

レクリエーションの種類)

基本は、ご利用者参加型とします。当施設では、介護スタッフ側の企画立案（少しひねりを入れた企画名も重要）が主流です。ただし、ご利用者の方の声を大切にし、日常会話の中からレクリエーションのヒントを得、できるだけご利用者の行きたい場所や（外出レク）食べたいもの（昼食レク・おやつレク）等リエストに応えられるように、各スタッフが企画立案を行っています。

主なレクリエーションの取り組み)

レクリエーションの区分を「食べること」、「遊ぶこと」、「楽しむこと」に絞り込み、ご利用者参加型を基本とした取り組みを心がけています。

① 食レク・・・食べる

※人気のレクリエーション：餃子食べ放題。パンケーキ食べ放題等。



食事レクを通じて他の利用者方との交流を深めて頂くとともに、「今までできていたこと、行っていたこと」の行動を実践することで、機能維持や認知症予防になり、みんなで作って食べる楽しみを体感して頂いています。

- ・**企画立案書**：スタッフ誰でも情報共有できるように、できるだけ詳細に作成。
- ・**買い出し**：企画立案したスタッフが購入。または、外出レクにてスーパーへ行き、ご利用者の方と一緒に買い物をする。
- ・**事前準備**：ご利用者の方の能力に合わせて、包丁・はさみ・手で細かくして頂く等の個々の能力に合わせて実施。
- ・**調理方法**⇒ ホットプレートや、IHコンロを使用し、ご利用者の目の前で、できる限りご利用者の方にもご協力いただき調理し、盛り付けもできる限りご利用者の方に協力して頂く。

効果)

ご利用者の方にも一緒に体験することを軸にすることで、楽しみが増えること。そして、スタッフの負担も軽減し、より多くのレクを実施することが可能になりました。

② 外出レク・・・遊ぶ

ご利用者自身が、若い頃よく楽しんで出かけたように、気分転換や回想法も目的として定期的実施。食事レクと違い、多人数の外出企画では、当日のスタッフ対応が行き届かないため、少人数のスタッフ対応でできるよう、個別にご利用者の方が行きたい所に外出し、楽しむことができるように参加者も少人数で実施する企画立案を心がけています。

昨年は、当施設から片道50キロ以上の岡崎市までサーカス鑑賞に遠出ししたり、音楽のコンサート、カラオケボックス。または、ショッピングセンター、コンビニエンスストア巡りなど、地域と交流にも力を注いでいます。外出時にかかるお茶代や入場料等は、ご利用者の方に負担していただき精算。同行スタッフの費用は施設負担にて行っています。

③ 美容レク・・・楽しむ

美容レクとは、施設生活の中での「楽しみ」の一つとして、ネイル・アロママッサージ（手・足）足の岩盤浴（冬期のみ）化粧等を行っています。

④ その他

中庭を利用した季節のわかる園芸・農園作り、夏祭り・秋祭り・クリスマス会・敬老会・花火・スイカ割り・ラジオ体操（毎日）・機能訓練士による機能訓練など、企画は、続々と増えています。また、実施したレクリエーションは、施設ホームページ上のブログを作成し、実践報告とPRを兼ねています。



【まとめ】

当施設は、特にスタッフが多いということではありません。現在のレクリエーションの実施回数になるまでには、「人がいないから無理、できません」という声もたくさんありました。しかし、「なぜ無理なのか、なぜできないのか」という声を吸い上げ不安要素になるものをひとつ一つ取り除き、「どうすればできるようになるか」をスタッフが一丸となって話し合い、スタッフの得意とする分野の企画立案を作成するように「仕掛け」ました。そして、レクに対する「大変」と言う考えを、「楽しい」に変えていくことができ、いつの間にか豊富なレクリエーションを実施できるようになりました。

レクリエーションは、会話と一緒に、行う側が楽しくなければ、ご利用者の方も楽しくないと考えています。お互いが楽しいと会話も弾み、笑顔あふれる円滑なコミュニケーションがとれることができます。私たち専門職は、日頃からご利用者を尊重したケアを実践し、楽しい思い出づくりをたくさんすること。そして、企画を継続し、常に工夫した変化をすることが、次のご利用に繋がる大きなポイントではないかと考えています。まだまだ、発展途上の施設ですが、工夫した結果、当施設の稼働率は、平均要介護度3。平均稼働率90%以上を維持しています。今後も更に進化し続けていきたいと思えます。

発表③【リハビリ手帳を活用した連携の新たなかたち】

法人名：医療法人 整友会
 事業所名：豊橋整形外科 江崎病院
 サービス種別：訪問リハビリテーション

1. はじめに

H18年の診療報酬・介護報酬改定にて、維持期のリハビリは介護保険が中心となって対応し、介護予防を重視する考え方が国から示され、介護サービスにおいて適切な運動機能向上のサービスを実施し、いかに高齢者の生活機能の維持向上を図るかが重要なカギとなった。しかし、当時は介護サービス事業所に、必ずしも運動に関する専門的知識を有している職員が対応している訳ではなかった。また介護サービス事業所と医療機関との連携が十分になされておらず、介護サービスにおいて適切なリハビリを行うことが難しい状況であった。



図1：私のリハビリ手帳

そこで豊橋市はH24年度より、運動機能に関する医療と介護の情報連携を図り、適切な運動機能向上に関するサービスが提供出来るためのツールとして「私のリハビリ手帳」(以下リハビリ手帳) (図1) を各施設から対象者に配布することとなった。

当事業所からもリハビリ手帳の配布を行っており、介護保険サービス事業所間の連携を重視して使用している。

今回はリハビリ手帳を活用し、介護サービス事業者間の連携によって得られたメリットを報告する。

2. リハビリ手帳とは

リハビリ手帳は豊橋市が主体となり運用している、運動機能に関する医療と介護の情報連携ツールである。

要介護状態等となった利用者が可能な限り、地域において自立した日常生活を営むことが出来るよう支援することを目的として配布している。

運用は利用者・家族がリハビリ手帳を持ち、医療や介護の関係機関から自らの運動機能に関する情報をファイルし、各々に伝達を行い対象者・家族、関係機関で情報連携する方法をとっている。またページの色によって本人・家族はオレンジ、医療機関は青、ケアマネジャーは緑、介護サービス事業所は黄色と記入するページを区分している (図2)。

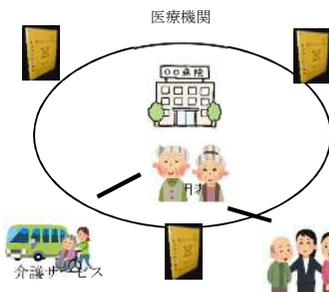


図2：リハビリ手帳の運用

配布対象者は豊橋市在住のうち、以下の基準に該当する方である。

3. リハビリ手帳を活用した介護サービス事業所間の連携

リハビリ手帳は医療と介護の情報連携を図るものであったが、医療側からの情報発信が多く、介護側からの情報発信はあまり行われていなかった。また複数の介護サービスを利用している方では、介護サービス事業所間の情報連携ツールがなかったため、どの事業所がリハビリ手帳を活用しているのが不透明であった。

そこで介護サービス事業所間での情報連携を、リハビリ手帳を使用して円滑かつ自由に行えるよう、当事業所が独自に作成した「事業所連絡シート」(図3) をリハビリ手帳へ挟むことにした。

事業所連絡シートは、今まで伝達が行えていなかった小さな変化なども密に連携を行えるよう、伝達したい事柄を自由に記載できるようにした。

活発な連携が行われることで、利用者の小さな変化に早く気付くことができ、またデイサービスなどでどのように過ごされているか、どのような運動を行っているか、どのような事に興味をもっているか等が分かるようになり、その情報を活かした訪問リハビリの提供を行うことも出来た。

通所リハビリ、訪問リハビリ、リハビリ専門職の勤務する訪問看護

以下の項目のいずれかに該当する方。

- ・ 運動の介護サービスを併用している方
- ・ 要介護・要支援変更等でケアマネジャー等を変更する方

急性期・回復期・維持期病院

- ・ 介護保険を有し、在宅に退院する方

老人保健施設

- ・ 在宅に退所する方

事業所連絡シート	
連絡事項がある時には事業所名欄、伝達欄へ記入しご活用ください。	
【事業所名】	【記載日】 年 月 日
【記載者名】	
伝達欄	
□確認しました	

図3：事業所連絡シート

事業所連絡シートを導入したことで、介護サービス事業所間の連携は活発となったが、他事業所が記入の負担や情報の有用性をどのように感じているかが不透明であったため、事業所連絡シートを活用した事業所にアンケートを実施した (図4)

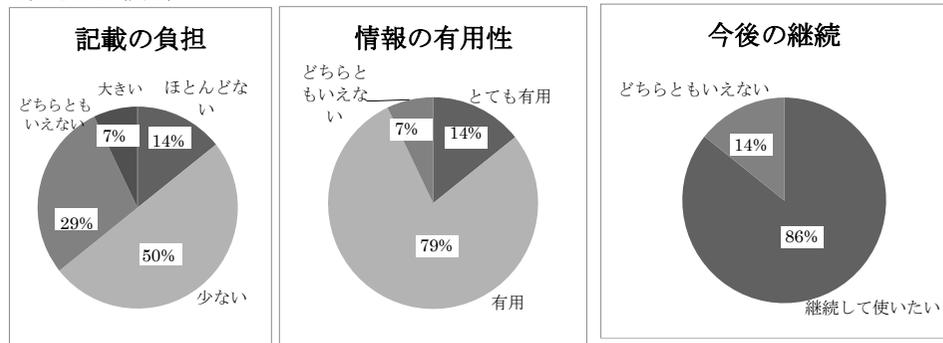


図4：事業所連絡シートのアンケート結果

上記のようなアンケート結果となっており、記載の負担としてはやや認められるが、情報の有用性は高い結果となっており、継続して使いたいとの結果も多くなっている。そのため、現在も事業所連絡シートを継続して使用している。

4. 事例報告

Aさん 60台 女性
 疾患名：脳出血後遺症 右片麻痺 失語症
 介護サービス：ベッド・車椅子・スローレンタル
 Bデイケア (言語)
 訪問リハビリ (当事業所)

ADL能力：車椅子駆動部分介助 移乗動作見守り トイレ動作軽介助
 失語症：単語レベルの理解 Yes-Noの反応は可能 意思表示はわずかに可能
 嚥下能力：改善しているが水分摂取は拒否傾向

訪問リハビリ開始当初は屋内移動能力の向上を図るため、立位保持訓練や麻痺側下肢の荷重訓練、また家族の希望で、平行棒をレンタルして歩行訓練を行っていた。言語能力、嚥下能力については当事業所には言語聴覚士がいないため、言語聴覚士のいるBデイケアに電話をして状態を確認していた。しかし、訪問リハビリ中に積極的な言語能力への介入は少なかった。

事業所連絡シートの使用を開始すると、訪問リハビリ中の発語や理解、食事や水分摂取量のことも記入し、伝達できるようになった。Bデイケアからは、記入した内容について、どのようなことが有用であるか、どのように対応すべきかのアドバイスを頂くことができるようになった。

その中で意思の表出が乏しいことに対して家族が悩まれていることを記載すると、コミュニケーションボードを使用したらどうかの提案があり、デイケア、訪問リハビリどちらでもコミュニケーションボードの使用訓練を行っていくこととなった。また訪問リハビリ中での身体状況の報告や動作能力の共有を行うことで、自宅でのADLレベルが共有され、デイケアでもADLレベルに合わせた介助量を共有出来たと報告があった。

このケースでは密な連携を行うことで、家族の悩みの解決の糸口となったのではないかとと思われ、連携を活発に行うことの重要性に気づかされることとなった。

5. まとめ

今回、リハビリ手帳を介して、他事業所と密な連携を図ることで、提供できるリハビリの幅が広がったと感じるとともに、各事業所での過ごし方、ADL状況が分かるようになり、必要なリハビリを再度考えるきっかけとなった。密な連携によって、より良いサービスの提供が行なえたと考える。

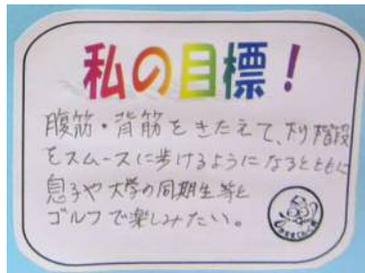
発表④【以前の自分に戻りたい！シニアファッションショーにチャレンジ】

法人名：南医療生活協同組合
事業所名：デイサービスきままでんぐ苑
サービス種別：通所介護

デイサービスきままでんぐ苑は「住み慣れたまち、家でその人らしく豊かな人生を送るための自立支援をする」ことを職場使命とし、ご利用者の「思い」に寄り添い、「目標」をかなえるための生活リハビリ、機能訓練等を行なっています。昨年は、「NHKのど自慢大会に出たい！」という方の思いを叶えるため、愛知県大会に申し込みましたが抽選に漏れたため、今度は東海市の地元ケーブルテレビののど自慢大会に応募しました。デイの時間での練習や体調管理等、しっかり準備をし、当日は他のご利用者で「応援団」を結成した甲斐もあり、見事に「審査員特別賞」をいただくことができました。



現在デイのフロアにはご利用者の「目標ボード」を設置し、ボードいっぱい目標がズラリと並んでいます。「腹筋・背筋を鍛えて、階段をスムーズに歩けるようになるとともに、同級生とゴルフに行きたい」「2年後の孫の卒園式に車イスなしで車に乗れるようになる」「娘とずーっと一緒に暮らせるように、マンションの階段をゆっくりでも昇降できるよう、てんぐ苑で毎回立ち上がり練習とマシン運動をやり、足の力をつける」などなど、スタッフと何度も話しあいながらそれぞれの目標を決めました。



そんな利用者さんの一人、天野さんの目標は「以前は着物を着て日本舞踊を踊っていたが、最近足も弱くなり、人前に出て披露する機会を持つことがなくなっていた。そのためにシニアファッションショーに出て、また以前のような自分に少しでも戻りたい」ということ。要介護1、週4回デイをご利用の天野さんは今年で90歳になります。天野さんの日本舞踊歴は長く、6才の頃から稽古をはじめ、名古屋の御園座で発表したご経験もあります。

てんぐ苑でも施設のお祭りなどで毎年日舞を披露していただいていたのですが、ここ1年ほどは90歳という年齢もあり、以前のように長い時間踊ることが困難になっていました。そんなところに南区介護事業所連絡会が主催するシニアファッションショー「ミナミコレクション」の出場者募集があることを知り、天野さんにお勧めしてみると「ぜひ参加したい」とのことで、さっそく応募しました。もちろん、着物を着て、ランウェイを歩くだけでなく踊りも披露するためです。

ファッションショーに出ると決まったら、今まで以上にデイサービスでマシン運動、立ち上がり訓練、歩行練習などにも力が入ります。

10月15日には名古屋モード学園に私も同行し、メイクレッスンとランウェイを歩く練習も行ないました。メイクレッスンではモード学園の学生のレイナちゃんとユリちゃんが担当してくれました。鏡台の前に座ると少し緊張した面持ちの天野さんに、「楽しんで下さいね」「笑顔がステキですね」と声をかけてくださるだけでなく、緊張をほぐすために手のマッサージまでしていただきました。途中からはヘアメイクの先生も加わり綿密に打ち合わせをします。「本当にファッションショーに出るんだな」という実感が高まります。メイクレッスンが終わると初めて来たモード学園スパイラルタワーの展望室の見学をし、メイク担当のレイナちゃん、ユリちゃんともすっかり打ち解けました。練習の仕上げは「ランウェイ」でのウォーキングです。「はい、そこで立ち止まってください」「ゆっくりまわってください」「ポーズを決めてください」演出担当から次から次へ指示があります。90歳の天野さんですがさすが舞台慣れしており堂々たるものです。ランウェイの先端でしっかりポーズを決めると、モード学園の学生さんたちから「カワイイ～」と声があがりました。



帰りの道中では「こんな経験めったにできないからね。皆さんのおかげです」と天野さん。現在は11月12日の本番に向けてデイサービスでも機能訓練に励む日々です。当日はてんぐ苑から車で20分ほどの場所が会場となることもあり、皆で応援に行く予定です。

発表⑤【ご利用者がパイロット】

法人名：合同会社 Wellloop
事業所名：リハビリ専門デイサービスみなとも
サービス種別：訪問看護・訪問リハビリテーション・通所介護

一人ひとりが様々な問題を抱える中で、暮らしへの豊かさや希望はどのようなことから見入らせるのでしょうか。その一歩は全て「向かうべき場所やその道を自分で決める」という本人による主体性から始まると考えています。「これをしてください。」「あれをしてください。」という他者に決められた道では、結果だけを追い求めてしまい、その道を歩くことすらつまらないものになってしまいます。自分で道を選択し、自らの足で歩むことは新しい発見やその道中を享受することにもつながると思います。

私たちのリハビリ専門デイサービスでは、運動を通してご利用者自身に主体性をもって取り組んでもらうような支援を心がけています。いうなれば、ご利用者様が自らの希望や目標に向かって飛び立つパイロットです。そのご利用者様を私たちスタッフはチーム全体でサポートしています。

スタッフは理学療法士・作業療法士、看護師、インストラクターがおり、各役割を明確にしています。理学療法士が全体を見渡し、それぞれのご利用者様の希望や目標に対して、身体状態や症状から必要なエクササイズのプロ案、生活でのアドバイスをしています。そしてご利用者様がパイロットとして飛行機を操縦する際に目標に対しての軌道修正を行っています。

看護師はご利用者様の心身の状態を把握し、目標に向かって安全に飛行ができるように支援しています。インストラクターはご利用者様に寄り添い、エクササイズと一緒に実施したり、相談に乗ったり、ともに旅する仲間です。この役割のもと、ご利用者様自身で飛び立てる環境をつくり、本人の自主性を育むための取り組みを行っています。

しかし、ご利用者様一人ひとりは抱える問題も身体の状態も様々です。私たちはその個々人に目を向けて、オリジナルのエクササイズメニューを作成しています。さらに、そのメニューをトレーニングカードとしてご利用者様自身に渡し、身につけて運動に取り組んでいただいています。これはパイロット自身が飛行するための操縦方法のようなものです。一人ひとりが「私の目標のために必要なこと」を見える化することで、本人のタイミングで自主的にエクササイズを行えるようにしています。

理学療法士としてはご利用者様の来所時の様子やエクササイズの実施状況を見て、メニューは適切かどうかを常に確認し、生活環境を想定してご利用者様に対応するメニューの作成を行っています。看護師はご利用者様の状況を視診したりバイタルを測定、管理したりすることで、運動の継続や休憩の促しを判断します。インストラクターはメニューについてご利用者様に説明するほか、実施中に会話をすることでご利用者様の思いを言葉として汲み取り、今後の支援につながるようにスタッフに共有します。



▲ エクササイズ風景（左：マグネットを利用したデュアルタスクトレーニング、右：有酸素運動）

さらに、エクササイズ自体を楽しませることを大切にしています。パイロットとしてつまらない景色の中を飛行するだけでは必ず飽きてしまいます。そのために、ゲーム性を導入したり、意匠性を工夫したり、集団でのエクササイズを導入したりすることで、エクササイズに取り組みたくなる環境づくりをしています。施設の専属としてのデザイナーもあり、ご利用者様との関わりの中でプロダクトやグラフィックの提案を行っています。周りの景色を変化させたり、仲間と一緒に飛行することで、そのフライト自体も楽しんでもらいたいと考えています。

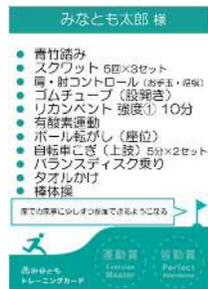
このように

- ・チームとしての役割を明確にしてご利用者様をサポートしていること
- ・一人ひとりが考えを持ってエクササイズに取り組めるようにすること
- ・エクササイズ自体を楽しむことができる環境をつくること

といったサービスを通して、ご利用者様の自主性を高めています。

実際に、ご利用者様が「一緒にやろう。」と他のご利用者様を運動に誘ったり、「頑張て！」と応援したり、ご利用者様自身から「次はあの運動がしたい」といった声があります。ご利用者様同士の声かけから始まり、もつとみなともに関わりたいたいという気持ちからご利用日とは別の日にご利用者様がボランティアに来てくださり、たくさんの方の声かけを行ってくださる方もおられます。また、みなともエクササイズがご自宅での運動のきっかけとなる方や、運動を行う機会が少ない方がみなともへ運動の場として来所し、徐々に運動を行うことが習慣化しています。そのおかげもあり、ご利用者様の来所率は90パーセントを超えており、介護度についても維持・改善し、事業所評価加算の算定施設となっております。このような結果がご利用者様の自主性から結びついていると思います。

ご利用者様が自ら挑戦するという気持ちや行動が結果へと結びつき、生活での選択肢の拡大となり、暮らしに自由を感じられるように、私たちはサポートを続けていきます。



▲ トレーニングカード

発表⑥【クラブミュージック d e ワークショップ】

法人名：株式会社ほほえみ

事業所名：はじまるcafeほほえみ

サービス種別：通所介護

1. 音楽を聴くと免疫力が高まる？

音楽を聴くだけで免疫力が高まるなんてウソのような話であるが、科学的に証明されている理論である。癒しの音楽は、ストレスを軽減し、その時にストレスホルモンのコルチゾールの値が下がる。これは癒しの音楽だけでなく、テンポのいいクラブミュージックでも体内の抗体のレベルが上がるとわかっている。癒しの音楽はとても心地がよいが、高齢者に提供した場合、眠たくなってしまおう方が多く、ワークショップのプログラムとして使用するには、難易度が高いように思われた。そこで上記の論理も踏まえ、音楽ワークショップにノリのよいクラブミュージックを試して導入してみようと考えたのである。

2・クラブミュージックとは？

クラブミュージックには“シンセサイザーやシーケンサーを用いた楽曲を使用し、音楽を中心にすえるエンターテインメントの場において、その場の人々を躍らせるという明確な目的のもとに作られる音楽”との定義がある。簡単に言えばみんなで楽しめるダンスミュージックともいえるだろう。

3. 高齢者とクラブミュージック

高齢者にクラブミュージックの組み合わせは一見、とても相性が悪いのではないかと考えていた。しかし、実際に音楽ワークショップに導入してみたところ、実は単純なリズムでのりやすいものが多く、高齢者が自然に体を揺らし、一体感や高揚感を得るには最適な音楽であるのではないかと考えるほどになった。話は少し変わるが、平成24年度の学習指導要領改定によって、学校の授業にヒップホップダンス等が必須化されるなど、日本社会の中にもクラブミュージックが一般的な音楽として浸透してきており、テレビ等のBGMにも普通に使用され、知らず知らずのうちに耳にする機会が増えている。

4. 演奏するために必要なもの

元々、音楽ワークショップに関しては、ギターやパーカッションを使用したプログラムを展開していたため、クラブミュージックを導入するといっても、知識もなく、本格的な機材が用意できるわけでもなかった。まずは最低限必要なものとして、シンセサイザー等を揃えてみた。最初はなかなか操作方法がマスター出来なかったが、仕組みを理解してからは修得にそれほど時間は要しなかった。



5. 童謡や民謡等をダンスミュージックにリミックス

上記の機材を使用すると、童謡や民謡やポップス等も現代風のリズムや音色によって伴奏することが可能になった。馴染みの童謡もノリのよいリズムで演奏されることによって、今までとは違った魅力をもった楽曲へ変貌するのである。また、ノリのよいリズムはとても唄いやすく踊りやすいという、いとも簡単に高齢者の身体を反応させることができる長所を持ち併せていたのである。これはギター等の演奏ではなかなか得られない反応であった。そしてこの音楽ワークショップは、1時間ノンストップで最初から最後までリズムが響き続けるソウルトレインのような情熱的なプログラムへ変貌したのであった。

6. 高齢者の反応

導入当初は聴き慣れない音に拒否感を示す方も、数人見られた。しかし、1か月もすると、ほとんどの高齢者が自然に、リズムで身体を揺らし、手をユラユラするようになってきたのである。また、曲間のコール&レスポンス及びダンスも積極的に参加し、“1時間があっという間に過ぎる”との感想が相次ぐようになった。文部科学省は子供たちにヒップホップダンスを通じて“仲間とのコミュニケーション”を学んでほしいとのことであるが、高齢者もクラブミュージックを通して、“仲間とのコミュニケーション”を高めることが出来ているのではないかとと思うほどの一体感を作り出すことができている。



7. 免疫力の向上？

残念ながら免疫力がクラブミュージックによって高まったのかは不明であるが、参加される高齢者がどんどん元気になっていることは実感できている。

8. まとめ

普段やり慣れている自分のゾーンのようなものが高齢者に限らず、誰でもあると思うが、そういうところから果敢に飛び出して、慣れないことに手を出すことを援助することも介護における大切な視点ではないかと今回の取り組みをして感じたのであった。海外には、平均年齢が83歳のヒップホップダンスチームもあるくらいであり、年を取り過ぎているがためにできないことなんて一つもないのではないかと。心はいつまでも若々しく保てるものであり、“できない”という言葉の心を辞書に持たないように私たちが働きかけていくことも、高齢者の人口比率がどんどん上がっている日本社会には必要なのではないかと考えるようになったのである。

f o e v e r y o u n g ! ! !

発表⑦【認知症はいかい高齢者 検索・声かけ模擬訓練】

～老健から発信、誰もが自分らしく安心して暮らせるまちづくり～

法人名：みなと医療生活協同組合
 事業所名：介護老人保健施設あつたの森
 サービス種別：介護老人保健施設

【背景】

認知症による「はいかい（徘徊）」などを理由に、全国で行方不明になった人の数は、1年間におよそ12,000人にのぼります。そのうち、死亡したり行方不明のままだったりする人は、合わせて550人を超えていると言われています。

全国では、多くの自治体や行政機関を中心に、はいかい（徘徊）等によって行方不明になった高齢者のための検索訓練が実施されたり、ネットワーク化を図る取り組みが進められています。

名古屋市においても、「はいかい高齢者おかけり支援事業」として、認知症の方のはいかい（徘徊）による事故を防止するため、地域住民の協力を得て、はいかい（徘徊）されている方を早期に発見する取り組みが行われています。

2015年1月に公表された新オレンジプランでは、基本的な考え方として「認知症の人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域のよい環境で、自分らしく暮らし続けることができる社会の実現を目指す」とあります。「認知症があっても、尊敬をもって最後まで自分らしくいたい。」そんな誰もが望む思いを実現するためには、地域の支え合いが必要です。

いわゆる団塊の世代が後期高齢者となる2025年に向けて進められている「地域包括ケアシステム」の構築においては、自助・互助といった、セルフケアや住民組織の活動が大切だと言われてます。

介護老人保健施設（老健）には、市町村自治体や各種事業者、保健・医療・福祉機関などと連携し、地域と一体となったケアを積極的に担う役割があります。高齢になっても認知症になっても、誰もが自分らしく安心して暮らし続けることができる地域づくりに向けて、当施設で取り組んでいる「認知症はいかい高齢者 検索・声かけ模擬訓練」についてご紹介します。

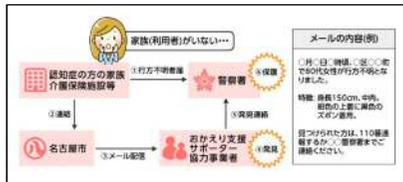
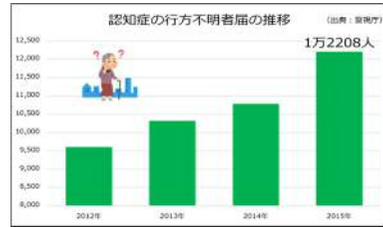
【対象・方法】

1. 企画名
 認知症はいかい高齢者 検索・声かけ模擬訓練

2. 開催日時
 第1回：2015年11月21日（土） 13時30分～16時30分
 第2回：2016年3月6日（日） 13時00分～15時30分

3. 訓練の内容
 第1部：認知症講座、デモンストレーション
 第2部：模擬訓練
 第3部：振り返り・意見交換会

4. 訓練会場
 当施設を中心とした、東西800m、南北700mの地域



名古屋市 はいかい高齢者おかけり支援事業



訓練会場

5. 訓練の目的

- 1) 認知症高齢者の気持ちに配慮した声かけや見守りの方法と搜索方法を学ぶ。
- 2) 認知症になっても、安心して暮らせるまちづくりの大切さを学ぶ。
- 3) はいかい（徘徊）が「NO」ではなく、安心してはいかい（徘徊）できるまちづくりを進める。
- 4) 世代間交流、多職種協働、地域協働のまちづくりを進める。
- 5) いざという時のために、実効力の高いネットワークづくりを進める。

6. 方法

- 1) 認知症高齢者役の5人の職員が、訓練会場となる地域をはいかい（徘徊）する。
- 2) 参加者は、搜索依頼情報をもとに、認知症高齢者役の職員を探し声をかける。
- 3) 認知症高齢者役の職員を発見したら、訓練事務局に電話連絡をする。

【結果】

1. 事前準備

事前に、自治体の関係部署や地域包括支援センター、警察署、消防署等に連絡し協力を依頼しました。また、当該地域の民生委員や町内会長、老人クラブ会長宅を訪問したり、地域の会議やサロン等に向向いて、訓練の案内や参加協力を依頼しました。その他、当施設が所属する法人が発行する情報誌への掲載や当法人の病院外来患者を対象にした広報活動を実施しました。

2. 開催日当日

1) 第1部

訓練を開始する前に、認知症専門医による認知症講座を開催しました。また、認知症等でははいかい（徘徊）する高齢者を見つけた際の、声のかけ方やその後の対応についてデモンストレーションを実施しました。

2) 第2部

訓練に要した職員は20人でした。その内、認知症高齢者役は5人です。認知症高齢者役は、あらかじめ設定されたモデルになりきり、決められた範囲をはいかい（徘徊）しました。認知症高齢者役には1名の観察者が同行し、参加者とのやり取りを数メートル離れた場所から観察しました。訓練への参加者は、地域住民や介護学生、法人内の職員等で、第1回が36人、第2回が24人でした。参加者は、2人または3人の複数名で行動しました。搜索依頼情報をもとに搜索し、声をかけたり関係機関に電話連絡をする等の訓練をおこないました。



3) 第3部

訓練終了後に、振り返りと意見交換会を開催しました。参加者からは、「搜索中の高齢者らしき人を見つけても、本当にその人なのかどうか不安になり、声をかけづらかった。」「『こんにちは。』と声をかける事はできて、相手が困っている事や名前、住所など、会話を展開させていく事が難しかった。」「消防訓練のように、定期的に繰り返し訓練する事が大切だと思った。」等の意見や感想ができました。

認知症高齢者役の職員からは、「心配そうにやさしく声をかけてもらえると、とてもうれしかった。」「数人で囲まれて話しかけると、威圧感があり怖かった。」等の意見や感想ができました。



【考察・結論】

訓練中の事故や傷病等が発生した時の対策として、事前に警察署や消防署に連絡をし協力を依頼しておくことは、リスク管理上必要な事だと考えます。訓練の必要性を地域住民に理解してもらい、地域のネットワークを強化する為には、地域包括支援センターや自治体、民生委員、町内会等の関係機関との連携がかかせません。今後は、関係機関との連携を深め、協力体制を強化したうえで訓練が開催できればと考えます。

当日、訓練を開始する前に、認知症講座を開催したり、声のかけ方や発見時の対応方法についてデモンストレーションを実施した事で、参加者の訓練に対するイメージ化が図られ、抵抗なく訓練に参加できたと考えます。しかし、実際に声をかける場面では、会話を展開させていく事に困難さを感じる参加者が多くいました。参加者の多くは、声をかける事の難しさを感じると共に、繰り返し訓練を重ね、いざという時の対応力を身につける事の必要性を理解できました。また、認知症高齢者役の職員は、はいかい（徘徊）する高齢者の気持ちや、見知らぬ人に声をかけられた時の気持ちについて、実体験をとおして理解することができました。参加者と認知症高齢者役の体験は、振り返り・意見交換会をとおして学びを共有し深める事ができました。

実際に地域に出向き、認知症高齢者役の職員に声をかける今回の様な訓練は、講義形式では体験できない、実践・参加型の講座として実行力のあるものと考えます。

老健は、利用者の在宅復帰及び在宅療養支援の地域の拠点となる高齢者施設として位置付けられています。これは、施設利用者のみならず地域住民をも対象にした、地域に根差した施設であることが求められています。今後も自治体や行政機関、地域との連携を強化しつつ、地域に根差した高齢者施設として、地域住民がともに支え支え合い、誰もが安心して暮らし続ける事のできる地域をつくっていきたいと考えます。

発表⑥【子供たちとのふれあいをとおして】

～自分の家族同様な愛のある対応～

法人名：社会福祉法人百陽会

事業所名：有料老人ホームアルクオーレ岡崎戸崎

サービス種別：特定施設入居者生活介護

当施設は、住宅街の中にある、2階建て、29床の介護付きの有料老人ホームです。

私たちは、地域にひらけた施設を目指し日々いろいろな事にチャレンジしています。

先日初めて、中学生の職場体験を受け入れました。

その時、入居者様と学生さんが交流している姿を見た時に入居者様の表情がとても明るく生き生きしていることに気付きました。

まるで、自分の子供や孫たちに会っているかのようでした。

職場体験が終わった後、しばらくすると入居者様から「学生さんたちが来た日、とても楽しかったね！」「また会いたいねえ」「もう、来ないの・・・？」という声が聞かれるようになりました。

その時、「よし、また施設に来てもらおう！！」「じゃあ、地域の小学校の生徒さんに来てもらおうよ！！」と話がまとまり、小学校に足を運び、先生たちへ「子供たちとふれあう機会を作りたいのですが」と相談させていただきました。その結果、課外授業の一環として、毎月1回、1.2時間程ですが定期的に来ていただけるようになりました。

初めは子供たちも緊張していた様子ですが、職員が間に入ったり、入居者様から声をかけてくれる事で、緊張もほぐれ会話も弾むようになりました。そして回数を重ねていくと何か自分たちでも入居者様を楽しませることはできないかと色々な催し物を計画して来てくれるようになりました。

例えば音楽会、ビンゴ大会、時に手作りアクセサリーを作って入居者様にプレゼントをしてくれました。入居者様も大変喜んでくださり、部屋に飾ったり毎日身に着けている方もいるほどです。

入居者様の中には、子供たちとふれあう回数が増す度に表情が変わり明るくなったり、中には身体機能の向上が見られる方もみえました。私たちの関わりだけではみられなかった2つの事例を発表させていただきます。

事例 1

N様 女性 86歳 要介護5 病名 アルツハイマー型認知症、大腿骨骨折

移動手段 リクライニング式車椅子使用

N様は重度のアルツハイマー病を患っており、うまく発語ができず、言葉でのコミュニケーションをとることが困難です。職員の声掛けやケアに対して、嫌な時は全身に力が入ったり、目をギュッとつぶったり、嬉しい時は目を開けて笑顔で職員を見てくれます。そのような表情や態度で私たちはN様の意思を確認しケアにあたっています。また骨折し主治医の先生から歩くのが難しいと言われていましたが、リハビリを重ね気分が良い日は数メートルですが手引き歩行も行え、食事の際は手を添えての動作介助にて食べることができます。逆に悪い日は全身に力が入り、歩行訓練や動作介助もする事が出来ません。そんなN様ですが、子供たちとふれあった日は笑顔も多く一緒に歌に合わせ手拍子したり、ロズさんだり、他の入居者様に話しかける姿も見られ歩行訓練や動作介助もスムーズに行えるようになりました。



事例 2

I 様 男性 90 歳 要介護 5 病名 認知症

移動手段 介助用車椅子使用

I 様は若い時に事故で右目を失明し、手に障害が残り発語はありますが、意思疎通は困難です。普段食事は動作介助で食べられ、移動は車椅子介助です。時々、歩行器で職員付き添いのもとリビングから居室までの片道を歩くこともありましたが、子供たちとふれあうようになってからリビングから居室まで歩行器で往復ができ、食事はご自分で器を持って食べようとされます。

普段はあまりお話をされませんが子供たちとふれあった時は笑顔多く、昔の話をよくしてくださいます。



まとめ

子供たちとふれあっている様子を見ると、まるで家族と一緒に過ごしているかのようにみえました。そんな姿を見ると、私たちは仕事としてしか入居者様と接していないのではと感じ、今後の接し方を職員みんなで改める必要があるのでは思いました。

最後に

世間一般的にきつい、汚い、危険、給料が安いといわれるプラスなイメージがほぼない職業で、実際に介護の現場で働いたことがない方でもそういう先入観が強いと言われていています。私たちでも、まわりから「大変な仕事だね・・・」と言われる事がほとんどです。

今回の取り組みを通して、子供たちからも楽しいなど、たくさんのコメントをもらい、私たちは改めてやりがいのある仕事についていることを感じる事が出来ました。たくさんのコメントのうち1つをご紹介します。

最初はアルクオーレの人たちの優しさで会話が続けていた。私はなにもできなかった。でも今は私からも自然に世間話、些細な話が出る。それが毎回楽しみ！どんなイベントよりも話すことが楽しみ。行くだけで喜んでくれるし、私も行くのがとても楽しみ。

今回の子供たちとのふれあいをとおして、子供たちは入居者様だけでなく、私たちにも変化をもたらしてくれました。コミュニケーションやふれあいの大切さを改めて教えてくれたように思います。私たちは、これからも地域にひらけた施設でありたいと思います。