

1-6					
主題	自立高齢者の健康寿命増進に必要なこととは				
副題	みんなで取り組もう。いきがい、やりがい、はたらきがいの相乗効果				
キーワード1	健康寿命増進	キーワード2	相乗効果	研究(実践)期間	18 ヲ月

法人名・事業所名	社福) 楽友会 軽費老人ホーム偕楽荘
発表者(職種)	篠原明子(介護職員)
共同研究(実践)者	鈴木利治(介護職員)、岡靖晃(相談員)

電 話	042-376-1711	FAX	042-337-0327
-----	--------------	-----	--------------

事業所紹介	偕楽荘は昭和43年に開設し、平成8年に現在の多摩市山王下に移転しました。同一社会福祉法人には軽費老人ホーム以外にも特別養護老人ホーム、在宅サービスセンター等を有しています。多摩市のほぼ中心にある多摩センター駅より徒歩15分の高台にあり、晴天のときは富士山も眺められる見晴らしの良い立地です。
-------	---

《1. 研究(実践)の状況と課題》

軽費老人ホームの入所対象となる高齢者は、原則として介護を必要としない、いわゆる自立高齢者となっている。そのため、施設生活を継続していくためにも、介護予防という概念は非常に重要である。近年、施設では介護予防を重点的な取り組みとし、利用者の健康寿命増進を目指してきた。しかし、今現在健康で自立している利用者ほど、介護予防活動に積極的な参加をされない傾向がある。本来、介護予防はそうした時期からの取り組みこそ必要ではないかと考えている。

《2. 研究(実践)の目的ならびに仮説》

課題で述べた現状を解消し、現元気な方が抵抗なく参加でき、結果的に介護予防となる取り組みは何か。介護予防に必要な要素として、「身体の適度な運動機会の確保」と「社会性の維持」を重視した場合、これらの要素を兼ね備える活動内容と参加への意欲が向上する取り組みとは何か。そのことについて検討した結果、次の1. 及び2. から3. の仮説を設定し、実践することとした。

1. 自立度の高い高齢者の介護予防にはまず「やりがい」が必要ではないか。
2. 介護予防活動自体に「いきがい」があれば継続できるのではないか。
3. 「やりがい」と「いきがい」を生み出すものとして「はたらきがい」が効果的ではないか。

《3. 具体的な取り組みの内容》

1. 施設入居者にアンケートを実施。

取組の理解と参加の希望を確認。概ね肯定的な意見であった。

2. 「はたらきがい」を感じる仕事の内容を検討

高齢者施設であるため、身体機能や経験を考え、施設でも行っている、農作業を中心に行うこととした。

介護予防に必要な要素として適度な運動機会を設けるため、比較的馴染みやすい仕事として農業を選択した。

3. 畑での農作業を想定し協力をしてもらえる団体を選定

市内にある各団体と相談し、精神障がい者を対象にした NPO 法人草むらの会の協力を得られることとなった。

4. 協力団体と施設で仕事内容の検討

NPO 法人草むらの会が行っている就労継続支援B型の『夢畑』の農作業に参加することとした。ただし、「はたらきがい」を生み出すため、いずれは報酬の発生も見込み、ボランティアという枠組みではなく作業員として加わることとなった。

5. 作業実施

月2回参加し、作業員として活動を開始した。精神障がい者と共に働くことで、若者との交流も生まれ、作業も順調に進んでいる。回数をこなしていくことで、仕事の戦力として期待されてきている。

《4. 取り組みの結果》

- ・自立度の高い利用者中、当初は4名が参加。現在は6名の方が参加している。
- ・NPO 法人に來ている利用者との交流も図れ良い関係性ができている。「社会性の維持」という観点からも非常に有効である。
- ・仕事に慣れ作業効率が向上し戦力として認められた結果、報酬について打診があった。他者から評価され新たな役割を負うことに「働き甲斐があるなあ」などの意見があった。
- ・参加者からの意見からは、作業自体は中腰の態勢もあり、身体的に難しい場面もあるが、「良い汗を掻いた」や「楽しい」といった意見が多い。このことから「やりがい」が生まれていることが考察される。
- ・参加者からは仕事への意欲的な発言が非常に多く、継続した参加に繋がっている。意欲的な発言からは「いきがい」を感じさせるコメントも多い。

《5. 考察、まとめ》

実践を開始してから約4ヶ月弱の取り組みではあるが、明らかに自立度の高い利用者が参加する取組としては、過去のどの取り組みよりも参加率や利用者の意欲が高い。従来の介護予防活動との違いは、活動自体に「いきがい」と「やりがい」が存在していることであると考え。また、それらを生み出したもとには「はたらきがい」が確かに存在していた。

《6. 倫理的配慮に関する事項》

本研究(実践)発表を行うにあたり、ご本人(ご家族)に口頭にて確認をし、本発表以外では使用しないこと、それにより不利益を被ることはないことを説明し回答をもって同意を得た。

《7. 参考文献》

「高齢者の労働と生きがいに関する研究」(1994)、森二三男、平山明、北海道高齢者問題研究会

《8. 提案と発信》

健康寿命を増進するための介護予防活動は非常に重要である。また、元気な高齢者が積極的に取り組み始めることが必要である。そのためには、介護予防を前面に出すのではなく、役割や責任を負って「はたらきがい」を感じる取り組みを生み出すことで、結果的に介護予防につながると考える。