

主 題	美味しくお茶を飲んでいただくプロジェクト		
副 題	季節に合わせたお茶の提供による水分摂取量向上に関する取り組み		
刺 激		継 続	研究期間 9 ヶ月

事業所	社会福祉法人江寿会 アゼリーアネックス		
発表者：渡邊 真帆（わたなべ まほ）		アドバイザー：	
共同研究者：			

電 話	03-5607-6550	E-mail	a.nozaki@azalee.or.jp
F A X	03-5607-3870	U R L	http://koujukai.azalee.or.jp

今回発表の 事業所や サービスの 紹介	社会福祉法人江寿会が運営しているアゼリーアネックスは、江戸川区にあるケアハウス・デイサービスです。ケアハウスは本入所、ショートステイ合わせて96名の方が生活されております。デイサービスは、定員50名で、自宅で住んでいる方に通いで利用して頂いております。リハビリ、入浴、食事の他に豊富なレクリエーション、アクティビティを提供し、自立支援を目指しております。
------------------------------	---

《1. 研究前の状況と課題》

入職後、利用者と触れ合う中で、利用者にとっての楽しみがイベントや食事であると感じるようになった。人事交流以前に所属していたアゼリー江戸川（特養）ではイベントを月に一度行っているが、食事に関しては「味が薄い」、「もっとたくさんの量をたべたい」などの声が聞かれている。特に水分、お茶の摂取量については、コップの半分でやめてしまったり、ほとんど手をつけていなかったりする人が目立つ。

一日の水分摂取量が 1500cc 以上の人もいれば 600cc 前後の人もいて、摂取量にはばつきがみられていることが課題である。

《2. 研究の目標と期待する成果・目的》

「美味しいお茶なら飲む」という利用者やそのご家族様からの声があった為、介助による水分量向上ではなく、自主的に水分摂取を進めるために何か企画できないかを考えた。

その際に、イベントとしてではなく利用者の生活の一部としてお茶を飲む機会を設けることを意識した。一度きりの取り組みで終わってしまうのではなく継続的に取り組みが続く事、利用者の一日の水分摂取量が増加し、自主的に水分を摂って頂けることを目指した。

また、企画開始時期が 10 月～11 月であった為、温かいお茶を提供する事で季節を感じてもらうことも目指した。

《3. 具体的な取り組みの内容》

- ①特養入居者の中から一日の水分摂取量が少なく、陶器製の湯飲みを持てる利用者をピックアップし、5 名程度の小グループを作り実施。
- ②物品は、100 円均一にて急須と湯呑を購入。茶葉に関しては、ボランティアからの寄贈品を使用する。
- ③一週間の中で受診やボランティアショーと重なる可能性が低い毎週火曜日のおやつ時間を活用し実施（30 分程度）。
- ④利用者様の前で湯呑に急須からお茶をいれる。希望者にはおかわりを提供

利用者様に色・香り・味・季節感を感じてもらう事に重点を置く。

《4. 取り組みの結果と考察》

利用者の体調にもよるが、企画当日の方が水分摂取量の増加がみられた。企画前日は平均 650cc 程度の摂取量が企画当日は 950cc 程度と約 300cc の増加がみられた。企画前日でも水分量の多い日があるが、企画当日と比較すると介助による摂取が多くみられた。介護者が声をかけるよりも先に利用者から「もうなくなっちゃったよ」「おかわりしようかな」といった声を聴くことができた。色や香りが変化することで利用者同士の会話が増えた。テレビを媒体とした会話の内容ではなく、お茶を中心とした会話をする姿がみられた。

水分量向上の要因として、視覚や嗅覚からの刺激や味の変化、小グループで行ったことにより会話とお茶を楽しむ雰囲気が増えられた。また、小グループにしたことで職員も利用者との会話を楽しむことができ、会話を通して思い出の語り合いにより精神状態が安定し回想法の効果も得ることが出来たのだと考えられる。

《5. まとめ、結論》

秋ごろよりこの企画を開始させ、半年がたっている。職員も業務としてではなく、自然と利用者との会話を楽しんでいる様子であった。結果的に小グループ内の雰囲気も穏やかになり利用者の自主的な水分摂取を促すことができた。しかし、だんだんと職員の中で企画が風化してしまい、行えている週と行えていない週ができてしまっている。小グループも最初のままで、すべての利用者が参加するためのグループ変更が行えていない。今後はさらに職員への周知を図り、最初の小グループ以外の利用者に関しても水分摂取量の向上を図っていききたい。そのためには毎食時においしいお茶を飲んでいただく準備と実施が必要である。

《6. 倫理的配慮に関する事項》

本研究発表を行うにあたり、ご本人（ご家族）に口頭にて確認をし、本研究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こととした。

《7. 参考文献》

竹内 孝仁：胃ろうよさようならー介護・看護・医療がかわる理論と実践 明日はおスシを食べに行こう 地方・小出版流通センター (2011.9)

《8. 提案と発信》

高齢になると筋肉や皮下組織等の細胞内水分が減少し、身体の恒常性を保つ機能が低下し「のどが渴いた」という感覚が低下していく。水分量が低下すると認知機能にも影響し認知症の症状が強くなることもあるといわれている。高齢者にとってその人らしく生活していくためにも自主的に水分を摂って頂ける環境を提供することも今後求められてくるのではないかと考える

【メモ欄】