

主 題	RE-CREATE(再生) ーからつくり直したレクリエーション
副 題	利用者・職員“Win-Win の関係”を目指して

レクリエーション	提供の標準化	研究期間	48ヶ月
----------	--------	------	------

事業所	特別養護老人ホームファミリーマイホーム
発表者：櫻澤 孝治（さくらざわ たかはる）	アドバイザー：
共同研究者：荒井慶悟・和田直也・松山泰大・渡辺千枝子	

電 話	042-692-1121	E-mail	family_myhome.4@snow.ocn.ne.jp
FAX	042-692-1152	URL	http://www.seishinfukushikai.or.jp

今回発表の 事業所や サービスの 紹介	当施設は平成7年に開設した八王子市にある従来型特養です。八王子インターチェンジからも近いことから、市民の皆様以外に他市からの入居者様も多い施設です。特別養護老人ホーム 100床、短期入所生活介護（ショートステイ）12床、合計112床となっております。施設の名のとおり、利用者・ご家族に寄り添いながら、「家族のようなお付き合い」を目指しております。
------------------------------	---

《1. 研究前の状況と課題》

当施設のレクリエーションには、体操や歌、ゲームなどを行う集団レクリエーション「レク体操クラブ」と塗り絵や手芸などの創作をする個別レクリエーション「できるかなクラブ」があり、双方とも福祉レクリエーションの資格を有する専門の職員によって行われていた。平成22年レクリエーション専属職員の退職に伴い、介護職員が順番でクラブ運営を行っていくことになった。しかし、いざクラブを進行しようとしても「何をしたらよいか分からない」など自信が持てず、レクリエーションを行うことに不安や苦手意識を抱えている職員が多かった。利用者からも職員によって内容や関わり方が違うため、「以前のクラブのほうが良かった」と不満の声が聞こえるようになった。このような状況に各職員が悩んでいた中、現状を打破するため「利用者と職員両者が意欲的に参加できる活動プログラムの標準化」を目指し、マニュアルを作成することになった

《2. 研究の目標と期待する成果・目的》

- ① 『QOLの向上・充実化』 利用者同士、職員との交流の場として、次回も楽しみにしていただくような充実した時間を提供する。
- ② 『残存機能の維持・向上』 体操や創作活動をとおしてADLはもとより自己表現力や思考力、五感を活用したプログラムを作成する。
- ③ 『提供の標準化およびサービス意識の向上』 職員によって利用者への関わり方に差が出ないようマニュアルを作成する。個人差のないレクリエーションを実施できれば利用者にとってより効果的な支援となり、職員にとってもフロー感覚（プラスの流れ）を得て自信に繋がる。

《3. 具体的な取り組みの内容》

職員数名がレクリエーション協会に通いレクインストラクターを取得。当活動の監修をした。

【レク体操クラブ】

週2回 1回60分 50名程度参加

- ① 『フリータイム』 今日の出来事や季節の話、

職員の特技の披露など。利用者の関心を引き付け流れを統一する為に重要な導入部分となる。

②『準備運動』 A.のびのび体操 B.グーパー体操 C.嚙下体操 の3項目からなる。ADLの維持向上、頭の体操、嚙下維持向上の観点で導入。

③『民謡体操』 誰もが知っていて、道具を使う民謡を抜粋。道具を持つことで興味が引き立つ。適度な負荷もありリハビリの要素も含まれる。

A.ソーラン節 B.花笠音頭 C.北国の春

④『ゲーム』 風船バレーボール、ボウリング、伝言ゲームなど。利用者同士の繋がりに期待。

④ 『合唱』 季節感のある歌。

②、③歌や振付が分からない職員・利用者が多く円滑な進行の妨げになっていたが、DVDを作成し映像に合わせながら行うことで改善された。

【できるかなクラブ】

週1回 90分 20名程参加

①『カレンダー作成』

季節感があり実用的な物として作成 [第1週目]

②『頭の体操』 ナンクロなど [第2週目]

③『毎月の共同作品』 参加利用者全員で1つのものを作り上げる。月ごとにテーマを設定。ちぎり絵、飾り物など [第3・4週目]

以前は塗り絵などの個人作業が多く、参加者は黙々と作業を行っておりマンネリ化が見受けられた。明るく活発な雰囲気や人の繋がりをつくるために『共同制作』の項目を導入した。

※これらのプログラムに対し、月1回利用者・職員の意見をふまえたアセスメントを行い、改善と新メニューの制作を行う。また日誌を導入し職員間の情報の共有、問題点の抽出を図る。

《4. 取り組みの結果と考察》

・以前と比べ参加利用者も増え、かつては居室に閉じこもりレクリエーションに参加されなかった利用者も今では積極的に参加されている。利用者へのアンケートによると研究以前と比べて満足度が上昇した結果となった。

・共同制作を通して、日頃は関わる事が少ない他フロアの利用者同士の交流など、新たな人間関

係構築の効果を得ている。また作品を施設内に展示することで達成感を感じていただけた。

・道具を使用した体操により、「関節可動域への働きかけ」、「普段使用しない筋肉を動かす」という点でリハビリ担当者からは、残存機能の維持・向上に効果的であると評価を得た。

・マニュアルを作成することで職員が各プログラムの目的や効果を理解し「利用者に楽しんでもらいたい」という意識が浸透しはじめた。実践方法を統一することでレクリエーションが苦手だった職員や新人職員でも自信をもって行うことができた。また職員の特技や個性を活かしたプログラムを設けた結果、より積極的に利用者へアプローチができた。

《5. まとめ、結論》

「利用者の皆様に楽しんでもらいたい」それは職員共通の気持ちであり、そのために「どう関わっていけばよいのか」目的や実施方法を明確化することで「レクリエーションが利用者の生活を支える重要な活動である」という意識が浸透してきている。また、現場での実践回数の増加と成功体験の獲得よりスキルの向上が図られ、利用者・職員ともに Win-Win の関係を築いている。今回の研究で得られた成果は、普段の業務でも活かされていると確信している。

《6. 倫理的配慮に関する事項》

なお、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。

《8. 提案と発信》

当ホームでは他にも利用者によるハンドベル隊、職員で構成されたバンドが存在し、晴れの舞台での発表を楽しみにしています。“利用者と職員の相乗効果”によって引き出される笑顔は当ホームの特徴のひとつです。

【メモ欄】