

主 題	米ぬかと緑茶を使用し皮膚を洗浄することで乾燥肌を改善することを目的とした取り組み
副 題	～つるつる美肌・利用者様とのコミュニケーションの向上を目指して～

ケアの質の向上		研究期間	5ヶ月
---------	--	------	-----

事業所	特別養護老人ホーム 新宿けやき園		
発表者：佐藤みき・小山亜美・橋本祐紀 (さとう みき・こやま あみ・はしもと ゆき)		アドバイザー： 長谷川淳	
共同研究者：氏名			

電 話	03-3367-1601	E-mail	keyakien@iuhw.ac.jp
F A X	03-3367-1602	U R L	http://hoyukai.iuhw.ac.jp/keyakien

今回発表の 事業所や サービスの 紹介	平成20年6月に開設。全室個室、ユニット型の特別養護老人ホーム。短期入所、認知症対応型デイサービス、障害者支援施設を併設する複合型施設。1ユニット10名。プライバシーを尊重しながら、ひとりひとりが地域社会の一員として、いきいきと安心した生活が送れるよう、施設全体が一体となりサービスを提供している。
------------------------------	---

《1. 研究前の状況と課題》

乾燥肌の悩みを持つ利用者様が多い中、季節が冬に近づくにつれ、更に悪化して粉がふいていたり、落屑（脱衣の時皮膚が舞う）、鱗屑（鱗のような状態）痒みがあるなど皮膚のトラブルが増えたように感じられた。市販薬や保湿剤を用いて、医療的な対応を行っていたが、十分な改善が図れなかったため、施設としての課題とされた。

そんな中、米ぬかと緑茶を使用して身体を洗うと乾燥肌に良いという情報を耳にしたため、この方法を用いて乾燥肌と、それに伴う痒みの改善を図ろうと思った。

また、手浴・足浴を行っていくことで、利用者様とのコミュニケーションの機会の向上も目指す。

《2. 研究の目標と期待する成果・目的》

まずは、乾燥肌とそれに伴う痒みを改善したい。それにより乾燥している箇所に使用していたクリームや保湿剤の使用量、使用頻度が減っていくことを期待している。

女性利用者様にとっては、乾燥肌が改善され、美肌になることによる女性としての喜びを得られる可能性を期待して取り組んだ。

手浴・足浴を行っていくことで利用者様とのコミュニケーションの機会の向上も目指す。

《3. 具体的な取り組みの内容》

1 対象者

特別養護老人ホーム利用者 22 名

短期入所生活介護利用者 1 名

2 取り組みの具体的な方法

～米ぬか洗浄の具体的な方法～

米ぬか（大スプーンと一杯と緑茶小スプーン一杯）をお茶パックに入れ、その上からガーゼで包み、輪ゴムで留める。湯に浸し、乾燥している箇所をやさしく撫でるように洗う。

3 取り組みの時間と期間

実施頻度で成果に差が生じるか確認するため、対象者を毎日行う方と、入浴時（週2回）のみ行う方で分ける。平成26年1月7日～

平成26年5月31日の期間で実施。

4 取り組んだ職員数と構成

研究者3名が中心となり、介護職員全員（51名）に協力してもらう。

5 部署間の連携

看護師と共に利用者様の皮膚の状態の評価方法について検討する。米ぬかの洗浄を実施している利用者様を把握してもらい、皮膚に異常がでた際の対応を依頼する。

6 必要とした道具や費用

米ぬか（1kg 189円）緑茶（200g 260円）
お茶パック（60枚入り 210円）
輪ゴム（一箱30g 96円）
ガーゼ（150枚 1417円）

7 評価方法

皮膚の状態に5段階でレベルをつける。

レベル1 かさつき

レベル2 白い粉がふいている

レベル3 服を脱ぐ時に粉が舞う

レベル4 鱗屑

レベル5 湿疹が出来ている

2週間に1回写真を撮る。写真をもとに経過を見る。経過を見る際には介護職員と共に行う。経過記録として専用の表に記入する。

8 活動成果を出すポイント

安易に用意できる物品を使用することでの取り組みやすさが挙げられる。また、コミュニケーションを図る時間と場を設けることで、個別に利用者様と向き合う機会が増えた。効果が実感となり、継続する意義を感じやすいことも挙げられる。

《4. 取り組み結果と考察》

研究中に継続出来た方17名。（ショートステイの利用者様1名含む）他6名の方は中止。うち3名が亡くなり1名はもともと皮膚の状態が悪く1ヶ月で中止、2名は経過をみて中止となる。中止した利用者様からも改善したとの声も聞かれた。保湿剤の使用頻度が減った方もおり、米ぬか洗浄を実施した職員からも好評だった。10日間ご利用であったショートステイ利用者でも、乾燥肌が改善さ

れた結果が出ている。又、女性に限らず男性も肌の改善がみられたことを伝えると喜ばれ、普段口数が少ない方が職員と1対1で関わることにより、発語が増えたケースもみられた。

《5.まとめ、結論》

本研究を通して皮膚トラブルを抱えた人が多くいることが分かった。又、茶葉と米ぬかという日常生活にありふれた物で十分効果が期待できると理解した。そして、何よりも喜ばしいのはこの研究を行うことによって、介護職員が利用者様の肌状態に関心を持つようになったことだ。

1対1の時間を持つことで、利用者様にとってはリラックスできる状況を得られ、職員にとっては情報収集の機会を得られることができた。

《6. 倫理的配慮に関する事項》

本研究を行うにあたり、ご本人又はご家族に口頭にて説明をし、本研究発表以外では情報・記録の扱いに注意すること、それにより不利益を被ることとはないことを説明し、同意を得ることとした。

《7. 提案と発信》

今回は美肌を目指すことが目標だったが、ハンドマッサージやフットケアを行うことで、冷え症が軽くなった・浮腫が無くなった等、更なる効果が期待できるのではないかと考える。

本研究の内容は家族会にて紹介し、施設内で刊行紙に掲載した。更にアクティブ福祉in東京2014に参加し、施設のホームページに掲載することで施設外部にも発信していこうと思う。

【メモ欄】