

2-6			
主題	在宅習慣の継続（夜間入浴）による認知機能の維持および QOL の向上に関する研究		
副題	グループホームに求められる「専門的なケア」とは何か		
キーワード 1	夜間入浴	キーワード 2	在宅習慣の継続
		研究(実践)期間	21 ヶ月
法人名	社会福祉法人 一誠会		
事業所名	グループホーム初音の杜		
発表者（職種）	金拓美（介護職員）		
共同研究(実践)者	高橋毅（介護職員・計画作成担当）		
電 話	042-691-8289	FAX	042-692-1772
今回発表の事業所やサービスの紹介	当法人は昭和 55 年特別養護老人ホーム偕楽園を開設し「福祉の心」を育て参りました。平成 23 年 4 月「デイサービス初音の杜」、「グループホーム初音の杜」を新たに開設。平成 26 年 11 月には品質国際規格 ISO9001 の認証を取得、さらなる介護サービスの品質向上、地域社会との共生を目指しております。		

《1. 研究(実践)前の状況と課題》

- ・開設当時、ご利用者の入浴機会は日勤帯のみであったが、平成 26 年の業務改善（調理活動の役割分担の細分化、回想法の導入など）に伴い、同年 6 月より夜間入浴を開始。
- ・「家では夜に入浴するのが当たり前」、「安眠効果を期待」等の理由により夜間入浴を開始するも、そこには明確な目的や期待される効果に対する裏付け（根拠）は存在しなかった。
- ・夜間入浴開始後もその効果が測定される事はなく、ご利用者から喜びの声が聞かれた事に満足し、業務改善の成果は「入浴時間の変更」程度にとどまっていた。
- ・「認知症対応型共同生活介護は、認知症の利用者を対象にした専門的なケアを提供するサービス」（厚生労働省ホームページより抜粋）とされている。夜間入浴はご利用者から一様の評価を頂いているものの「何の気なく」、「根拠なく」提供されたサービスであり「専門的なケア」とは言い難い。

《2. 研究(実践)の目的ならびに仮説》

グループホーム（以下 GH）に勤務する者にとって認知症高齢者に対する根拠に裏打ちされた「専門的なケア」の提供は責務である。よって私達が日々提供するサービスが GH 入居者個々の「生活の質の向上に寄与するものであると証明する事」が本研究の目的である。

日本の各家庭に瞬間湯沸かし器、水道水が普及し、毎日入浴する事が習慣化したのは高度経済成長期…すなわちご利用者が生産年齢であった頃と時を同じくする。

また、入浴による発汗は体に溜まった老廃物や認知症の危険因子である有害ミネラルを排出するとされ、反対に環境の変化は認知症状の出現、進行に影響を及ぼすとされている。

それならば在宅で生活されていた頃からの習慣である夜間入浴を GH 入居後も継続する事により、認知機能の維持、および QOL（夜間不眠・浅眠状態の改善）の向上が期待できるのではないかと。これが本研究の仮説である。

《3. 具体的な取り組みの内容》

①対象者（全体に対する対象者の割合）

GH2 ユニットのご利用者 18 名

（夜間入浴対象者：非対象者＝9 名：9 名）

＊非対象者とは、夜間入浴を希望されないご利用者を指す。

②研究対象期間

平成 26 年 9 月 1 日～平成 28 年 6 月 30 日

③取り組みの具体的手法

・夜間入浴対象群と非夜間入浴対象群の

a. 「ミニメンタルステート検査」（以下 MMSE）の数値

b. 「夜間不眠・浅眠状態」の日数

比較（MMSE は研究対象期間中、計 6 回実施）による研究の有効性検証。

＊なお、MMSE については誤差が生じにくいよう、以下の点に留意する事とする。

a. ご利用者の体調の良い日に行なう事。

b. ご利用者が集中しやすいよう、静かな環境を選ぶ事。

c. 正答に導くようなヒントは与えない事。

④取り組んだ職員数とその構成

18 名（グループホーム課ケアワーカー）

⑤取り組みへの施設のバックアップ体制

嘱託医（認知症専門医）による助言等のサポート体制。

《4. 取り組みの結果》

・MMSE 値は研究開始期と直近のそれを比較すると、夜間入浴対象群では 9 名中 4 名（現状維持 1 名）に、非夜間入浴対象群では 9 名中 1 名（現状維持 2 名）に上昇が見られた。

・QOL（夜間不眠・浅眠状態の改善）に関しては、夜間入浴対象群と非夜間入浴対象群の研究対象期間中の不眠・浅眠状態の総和はそれぞれ 15 回、49 回と、非夜間入浴対象群の不眠・浅眠日数の総和は、夜間入浴対象群のそれと比較するとその 3 倍強にたった。

《5. 考察、まとめ》

MMSE 値に関しては夜間入浴対象群と非夜間入浴対象群との差が浮き彫りとなった。

しかし注目すべきは「上昇値」よりも、下図が示すように、夜間入浴提供の有無により「認知機能の維持に効果が認められた点」にある。

また QOL の改善については、夜間入浴対象群では 9 名中 3 名が帰宅願望や傾眠傾向等の減少により、余暇活動等への参加率が 9 名中 7 名に維持・上昇が、対して非対象群では全員に維持・減少が認められた。

以上二点の結果から、在宅習慣の継続が「認知症のご利用者を対象にした専門的なケア」と根拠づける事ができるのではないかと考える。

《6. 倫理的配慮に関する事項》

本研究発表を行うにあたり、個人に関する情報は用いず、総体として捉えた。また、本研究発表以外では使用しないことを約する。

《7. 参考文献》

・介護職員実務者研修テキスト 前田崇博監修（2015 年 ミネルヴァ書房）

・ MMSE 認知機能検査
（<http://yoshiya-hasegawa.com/pdf/test/mmse.pdf> 2016.6.25）

《8. 提案と発信》

私たちは一日の垢を落とすべく就寝前に入浴する。しかし介護施設に入居する事で、在宅時の習慣が疎かにされる事は少なくない。

本研究を受け、これに追随する GH が現れる事を切に祈る。そして間接的にでも、ご利用者の認知機能維持・尊厳保持に寄与する事ができたなら、これ程喜ばしい事はない。