

2-10					
主題	ファミリーの声を聞く生活支援実現の為に				
副題	起床・離床時間の見直し 起きたい時に起きて寝たい時に寝れる支援の実現に向けて				
キーワード 1	個別ケア	キーワード 2	施設全体	研究(実践)期間	12ヶ月

法人名・事業所名	社福)三幸福社会 癒しの里 南千住
発表者(職種)	中村 健一郎(施設長)
共同研究(実践)者	大場 祐実(介護主任) 渡邊 成美(介護主任)

電話	03-3803-3700	FAX	03-3803-3780
----	--------------	-----	--------------

事業所紹介	2012年開設のユニット型・地域密着型混合施設です。3つの幸せを掲げ他職種でのチームケアに取り組んでいます。地域密着型の施設運営を目指しており、荒川区との連携において介護予防事業(お元気ランチ・ころばん体操等)にも積極的に参画し地域貢献活動にも職員一丸となって取り組んでいます。
-------	---

《1. 研究(実践)前の状況と課題》

今までの施設支援の現状は朝7:00までにほとんどの利用者が起床していて、夜は19:00までにほとんどの利用者が夕食を召し上がり、就寝しているといった施設の日課表通りに生活を送っていた。この現状を何とか個人のペースに合わせた支援に変更できないかと考えていた。癒しの里南千住も開設してから5年が経ち何名かがユニットLD研修へ参加して個別ケアへの理解が進む中で参加した職員からユニットLD研修先の様な個別ケアの施設に変えて行きたいとの要望と意見が聞かれ、施設として個別ケアへの移行を決断するに至りました。その中でも特に力を入れて取り組んだことが利用者ひとり一人のペースに合わせたケア(特に起床時間と就寝時間と食事時間)を提供していく事となりました。

《2. 研究(実践)の目的ならびに仮説》

1人一人のペースに合わせた支援を把握し提供する事。またファミリーひとり一人の要望や意見を伺い尊重できる支援への移行。(平成29年度の1年間で8時間夜勤・ユニット配膳・固定配置まで導入していく)

個別ケアを導入する事で得られる成果として3点を挙げる。

- ①8時間夜勤体制やプラスチック(冷蔵・冷凍保存が可能になり食事保存時間が6時間に延びる)の導入により個別ケアを行えるだけの支援時間を確保し個別ケアに移行する事でファミリーひとり一人のペースに合わせた支援の提供が可能となる。
- ②ファミリーの皆様へ提供出来る支援時間の範囲が広がる事で支援提供時間(起床・就寝・食事時間)をファミリーが選択できる生活を送れるようになる。
- ③時間にゆとりが出てくると職員の声かけが、時間(施設の日課表)を意識した声かけから、ファミリーの要望や提案を伺い、叶えようとする声かけと支援に変わってくる。

《3. 具体的な取り組みの内容》

平成28年10月頃よりからユニットLD研修に行ったメンバーと施設長で一斉一律ケアから個別ケアへ移行するにあたっての計画を立案する。計画に沿いますは28年11月から3月までに全体研修で個別ケアへの移行と個別ケアについての説明や移行計画についての説明（職員から74個の質問をうける）を行い理解を得る。29年1月体制整備の為にプラストチャー・食器洗浄機（300万）を導入する事で食事保存時間が2時間から6時間に延びる。4月から今までの中央配膳からユニット配膳に変更するに備え、食事の盛り付け等の勉強会を開催し2月から少しずつ起床時間・食事時間・就寝時間をファミリーに聞き取りを行い移行していく。3月には10名程度の職員にユニットLD研修の実地研修先に見学に行き個別ケアを肌で体感してもらう。4月よりいよいよユニット配膳開始し6月からは8時間夜勤体制勤務となり、ご利用者のペースに合わせた起床時間・食事時間・就寝時間となる。9月には看護師に看護師の為にユニットケア研修に参加してもらい他職種からもよりユニットケアへの理解と協力を得られるように進める。11月からは3階フロアから固定配置に取り組む。現在は全ての階が固定配置となっており利用者ひとり一人のペースに合わせた支援となっているが驚く事に利用者への声かけが変化してきている。例えば昼食にカレーが出た時に職員が利用者へカレーのルーはご飯と別に盛り付けますか、それとも一緒のお皿に盛り付けますかと確認する。ご飯が来てもご飯にしますかそれとも後にしますか等のこういった利用者の選択を確認する声かけが増えてきたことは大きな収穫であった。

《4. 取り組みの結果》

勤務形態を16時間夜勤から8時間夜勤に変更する事で、利用者さんに提供出来る支援の時間が12時間から15時間に増やすことになる。（遅番が19:00までだったのが22:00までになる為）時間にゆとりが生まれ利用者ひとり一人の要望や意見がある程度尊重できる支援へと変わっていった。時間的なゆとりが生まれる中で声のかけ方も変化して行き、今までの様な食事が来たから食事ではなく、利用者へ選択させるような声のかけ方に変わってきている。特に顕著なのが起床時間と就寝時間の変化であり、今までは7時までにほとんどのご利用者様が起床していたが、現在は7時に起床しているのは1~2人（ユニットにもよるが）ぐらいで就寝時間も7時より遅い方がほとんどであり、利用者ひとり一人のペースに合わせた支援が行われている。

《5. 考察、まとめ》

振り返ってみるとすべては職員に個別ケアへの理解をいかに得られるかが一番重要であった。利用者の特徴や生活習慣を把握し、要望や意見を尊重するケア（起床・就寝時間を本人の希望時間に合わせ支援し食事時間もある程度合わせられる）が実現出来た事が職員の自信につながっている。

《6. 倫理的配慮に関する事項》

なお、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こととした。なお、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事、それにより不利益を被ることはない事を説明し、回答をもって同意を得たこととした。

《7. 参考文献》

ユニットケア 研修テキスト 施設運営4つのポイント（2015年）
一般社団法人 日本ユニットケア推進センター 中央法規出版株式会社

《8. 提案と発信》

自分自身も介護職員の時にユニットリーダー研修に参加させてもらい、個別に対応する支援方法に驚愕したのを思い出します。個別ケアの利用者ひとり一人の要望や意見を聴取し、実際のケア提供時に利用者へ（再確認を込めて）意向確認し希望どうりの支援を提供するのは本当に良いケア方法だと思います。