

5－8					
主題	本人の思いと力を引き出す外出支援				
副題	支援を通して生まれた自信と笑顔				
キーワード 1	外出支援	キーワード 2	個別性	研究(実践)期間	5ヶ月

法人名	社福) 清明会	事業所名	養護老人ホーム 浅川ホーム
発表者(職種)	新村友梨(支援員)、清水将太(支援員サブリリーダー)		
共同研究(実践)者	松岡洋平(主任生活相談員)		

電 話	042-661-1513	FAX	042-666-7454
-----	--------------	-----	--------------

事業所紹介	浅川ホームは昭和31年に設立され、高尾山麓の自然の中で長年にわたり地域に根付いた福祉を展開している定員60名の施設である。利用者の個々の能力に応じ、自立した日常生活を営むことが出来るよう支援している。そして、利用者が人生を振り返った時に「ここへ来て良かった」と思ってもらえるような施設づくりに取り組んでいる。
-------	--

《1. 研究(実践)前の状況と課題》

浅川ホームでは、自由に外へ出て日々の生活を楽しんでいる利用者がいる。一方、行動や活動の範囲が施設内に限定され、個人で外出可能であっても自分からは外出しない利用者もいた。そこで個人でも外出可能な利用者16名を対象に『外出に関するアンケート調査』を実施。調査結果から16名中14名は外出意思があることが分かった。私が担当しているA氏は、意向調査時に「お花を見に行きたい」「映画を観たい」「高尾山に行きたい」などやってみたいことが多く、外出意思もある。しかし、個人で外出可能であるにも関わらず、入所してからは職員同行の外出には参加するものの、個人で外へ出ることは2年間で2回の状態であった。担当のA氏以外にも外出意思があり、個人で外出可能であっても自分からは外へ出ない利用者が多数いる状況であり、その方たちの意思を外出に繋げることが課題であった。

《2. 研究(実践)の目的ならびに仮説》

『外出に関するアンケート調査』の結果から外へ出ない要因として、①身体的要因②心理的要因③環境的要因の3つが阻害要因であり、外出への不安感是个々で異なっていることが分かった。そこで外出意思があるにも関わらず、実際は外出していない利用者の阻害要因を特定し、個別で支援することにより、日常的な外出に繋がるのではないかという仮説を立て、外へ出て楽しみを見つけてもらうことを目指した。

《3. 具体的な取り組みの内容》

研究対象者A氏(70代 女性 統合失調症)は、入所前は近隣トラブルや不穏、家族との諍いも増え、精神科病院に入院していた。令和6年に入所し、現在は服薬調整により病状は落ち着いている。

(1) 本人に外出への不安感や心配事があるのかどうかを詳しく聞き取る

- ・身体的要因：足腰の痛みや歩くことへの身体的不安はない
- ・心理的要因：「一人で外に行くのは不安」「何かあったらと思うと心配になる」
- ・環境的要因：「外出時間が分からない」「施設の周りに何があるのかが分からない」

(2) 本人が抱える不安要因を取り除くための支援

・心理的要因に対して

A 氏が安心してコミュニケーションを取れる利用者を調べた。聞き取りの中で「B 氏となら一緒に行きたい」と名前が挙がった利用者はいたが、自分からはなかなか声をかけられないとのことだった。A 氏と B 氏が関係性を構築できるように職員が介入し、一緒に外出できる仲間を作る。外出は施設の近くから始め、少しずつ外へ出ることに慣れてもらう。

・環境的要因に対して

施設周辺に何があるのかが分かるように施設周辺のマップを作製。散歩に行く際には作製したマップを活用してもらう。また、外出可能な時間やバスの時刻など外出に必要な情報は伝え、自分の好きなタイミングで出かけられるようにする。

(3) その他研究を進めるにあたって必要な支援

- ・A 氏の希望時には外出費用を用意できるよう、随時生活相談員と情報を共有。
- ・A 氏が外出に慣れてきた頃、公共交通機関を利用して前から好きだった花を見にフラワーフェスティバルに行き、徒歩以外の外出手段を増やすことを試みる。

《4. 取り組みの結果》

(1) 外出回数は週 1 回以上、多い月は週 2 回に増加。

(2) 行動範囲は当初施設近くの公園まで 200 メートルを往復する程度であったが、最終的には公共交通機関を利用して市街地で買物やレジャーを楽しめるようになった。

(3) 本人の心理面での変化

- ・A 氏は東京都のシルバーパスに興味を持ち始め、B 氏と新たな仲間と一緒に市街地まで購入しに行った。取得後は外出仲間と話し合い、出かける場所を選んで外出を楽しんだ。
- ・取り組み後に「外へ行くことには慣れた」「楽しみができた」などの前向きな声が聞かれた。

(4) 職員 12 名に研究前後での本人の生活変化についてアンケート調査を実施

12 名中 11 名が変化ありと回答。「挨拶をすると大きな声で返してくれるようになった」「笑顔が増えた」「他の利用者と一緒に歩く姿を見るようになった」などの言動、表情の変化があった。

《5. 考察、まとめ》

支援していく際には精神面に十分配慮し、本人の意思とペースを尊重して進めていくことで無理なく本人の不安を取り除くことができた。また、本人が分からないことや知らないことに対する必要な情報はその都度提供することで「なにをする、しない」「どこへ行く、行かない」などの日常的な選択を自分で行えるようになり、日常生活の中に楽しみを見つけることができたのだと考えられる。今回の外出支援における成果は、一つのモデルとして他の利用者にも活かしていきたい。

《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。

《7. 参考文献》

鈴木雄, 日野智, 小島遼太郎. 『高齢者の外出行動における「慣れ」や「諦め」に関する研究』, 土木計画学研究・論文集第 36 巻, 2019

《8. 提案と発信》

日々利用者と関わる中で気づけていないことや見えていないことはたくさんある。まだやってみたいことがあっても年齢とともに無理だと諦めたり、自身の境遇に囚われて意欲を無くしたりすることもある。本人に残された意思や能力があるのであれば、その思いと力を引き出せるのはそばにいる支援者である。