

<b>8-10</b>					
主題	料理教室からはじまる地域社会に開かれた身近な施設になるための研究				
副題	地域高齢者と施設をつなぐ架け橋、交流から見えてきたものとは				
キーワード1	料理教室	キーワード2	地域貢献	研究(実践)期間	15ヶ月

法人名	社会福祉法人 楽友会		
事業所名	軽費老人ホーム(A型)	偕楽荘	
発表者(職種)	飯田佳世(管理栄養士)		
共同研究(実践)者	岡靖晃(相談員)		

電話	042-376-1711	FAX	042-337-0327
----	--------------	-----	--------------

今回発表の事業所やサービスの紹介	偕楽荘は昭和43年に開設し、平成8年に現在の多摩市山王下に移転しました。同一法人には軽費老人ホーム以外にも特別養護老人ホーム、在宅サービスセンター等を有しています。多摩市のほぼ中心にある多摩センター駅より徒歩15分の高台にあり、晴天のときは富士山も眺められる見晴らしの良い立地です。
------------------	---

**《1. 研究(実践)前の状況と課題》**

軽費老人ホームは自立型の高齢者施設であるが、近年入居者の高齢化が進み、自立の方から要介護の方まで幅広く生活している。そのため、支援も多種多様に求められる。しかし、現在の職員数では介護が必要な方への支援に時間が取られ軽費老人ホームの本来の特徴である自立支援に時間が作れない状況である。

一方で施設近隣の独居高齢者の人数は年々増加傾向にある。軽費老人ホームが培ってきた自立支援を地域高齢者に生かすことで地域の課題と施設の課題の解決に繋がりたい。

＜施設が抱えている課題＞

- ・要介護者の人数が50名中14名いる。
- ・自立者と要介護者の支援の違いがある。
- ・自立を維持するための介護予防支援の多様化が求められている。

＜地域が抱えている課題＞

- ・家族(自分)がいつか要介護者になるのではないかと不安を抱えている

- ・高齢者世帯の増加により身体機能の低下と栄養状態の低下への不安がある。
- ・独居高齢者の緊急時への対応に不安がある。

**《2. 研究(実践)の目的ならびに仮説》**

本研究では、地域貢献の一つとして料理教室を行い、料理教室を通じて地域の課題を解消し、参加者から施設のボランティア等の担い手として繋がる可能性を追求したい。

＜仮説＞

- ・料理教室に施設入居者と地域高齢者が参加することで情報交換などを行い交流の場として効果があるのではないか。
- ・料理を通じて、認知症予防や栄養バランスの見直しに繋げ元気な状態を維持できるのではないか。
- ・地域の方が施設に来る回数が増えることで施設の取組などの理解を深め他の取組への参加に繋がるのではないか。
- ・関係性が構築されることで地域の高齢者が持つ知識や経験を施設に生かすことができるのではないか。

### 《3. 具体的な取り組みの内容》

- 1、地域高齢者の現状の把握
  - ・施設に隣接する2つの地域包括支援センターから情報提供をしてもらい、地域高齢者の問題点の把握を行った。
- 2、他施設での取組の調査
  - ・他施設で行っている地域開放を紹介してもらい、取組内容と問題点、目的を確認した。
- 3、料理教室を実施（1回目）
  - ・料理教室を『わくわくキッチン』と名付け地域高齢者を対象に実施。
  - ・料理以外に高齢者に必要な栄養素などを講義し栄養の理解を深めた。
- 4、参加者にアンケートを実施
  - ・参加の動機や、家族構成などの把握を行った。また、次回の参加希望などの確認もおこなった。
- 5、施設入居者の参加を検討しアンケートを実施
  - ・地域の高齢者と一緒に料理教室を行うことの確認。おおむね肯定的な意見であった。
- 6、料理教室の実施（2回目）
  - ・施設入居者と地域の方を同じ班とし交流の機会を作った。
- 7、参加者アンケートを実施
  - ・施設入居者と地域参加者のアンケートを分け、調査を行った。料理教室以外の取組の参加希望についても確認を行った。

### 《4. 取り組みの結果》

- ・料理教室は好評であり次回も継続してほしいと全参加者からあった。
- ・一緒に同じ料理を作ることで自然に会話が弾み、施設での生活や出来事などを話し交流の場となった。
- ・地域の方が他の取組などにも興味を持ち案内等を希望される方が多かった。
- ・参加者が他の団体にレシピなどを紹介して繋がりが広がった。
- ・参加者から傾聴ボランティアの希望がありボランティアとして繋がった。

### 《5. 考察、まとめ》

料理教室を通じて地域と施設の交流が図れ、地域が抱えている課題であった介護不安や生活不安については参加者から良い結果が得られた。また施設入居者の課題については、従来の介護予防教室に続いて新たな介護予防活動として料理教室が出来た事はおおむね好評であった。

さらに、施設のボランティアに繋がるなど、他の取り組みにも興味をもつ方が増えてきた。地域の方との交流を継続することで、関係性が構築でき、施設サービスの担い手として繋がる可能性が出てきたと考える。

### 《6. 倫理的配慮に関する事項》

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》

多摩市：将来人口推計、住民基本台帳（平成26年度）  
大木幸子 星旦二：地域づくり活動における担い手及びコミュニティのエンパワメント過程とその相互作用に関する研究（2006年）

### 《8. 提案と発信》

東京都では10年後には4人に一人が高齢者という超高齢者社会を迎える。高齢者自身が培ってきた経験や知識を生かし、福祉サービスの担い手として活躍できるように既存の施設は施設の垣根を外し、取り組んでいく必要がある。