

8-6					
主題	ユニット型特養入居者向けの体操 DVD を考案し余暇支援充実を目指した取り組み				
副題	入居者と職員の日課の選択肢を増やすコミュニケーションツール				
キーワード 1	余暇支援	キーワード 2	体操	研究(実践)期間	12ヶ月

法人名・事業所名	社福) 東京武尊会 介護老人福祉施設羽村園
発表者(職種)	桂澤真実(介護職員)、佐藤拓哉(介護職員)
共同研究(実践)者	渡辺浩(介護課長)、出下譲治(機能訓練指導員)、山口きらら(管理栄養士)

電話	042-550-7888	FAX	042-550-2111
----	--------------	-----	--------------

事業所紹介	昭和 48 年に法人を設立、4 箇所の介護老人福祉施設を運営。羽村園はその第二施設として平成 2 年に設立された。更なるケアの充実を目指し、平成 26 年 8 月より多摩川の水と緑に恵まれた自然豊かな同市内清流地区へ移転新築し、特養 132 床、短期 12 床、計 144 床の全個室ユニット型施設としてリニューアルオープンした。
-------	---

《1. 研究(実践)前の状況と課題》

ADL、認知機能低下に伴う入居者の意欲減少が著しい当施設では、職員も毎日の業務に追われ余暇支援を行う余裕がないユニットが多い。本研究では限られた人員配置の中、業務の変化によって生じる影響を最小限に抑え、生活機能が低下傾向にある入居者の日課充実、ふれあいの向上が課題である。

《2. 研究(実践)の目的ならびに仮説》

本研究ではユニット型特養入居者全員を対象とする。目的は要介護者が自尊心を保ち、意欲向上につながる体操を考案し運動の習慣化を図る事。DVDの模範がある事で職員は誰でも簡単に支援を行える。一定の質が担保され、見守りの安全性が高まり叱咤の対応による中断を可能にする効果があると考えDVD制作を行うのである。

《3.具体的な取り組みの内容》

- ①リーダー会議にて本研究の趣旨を説明する
全14ユニットに本研究の協力と周知を深める。
- ②資料や動画をもとに特養入居者を対象とした体操を考案
複雑な動作が無く、ゆっくり、大きくわかりやすい内容。要介護度3以上の入居者でも行える条件で上肢・下肢・口腔の計3種類の体操をそれぞれ5分10種目で構成をする。
- ③DVD撮影・編集
②の内容に動画編集ソフトを使用し、簡潔な説明文とBGMをつけDVDを制作。
- ④各ユニットに配布・実施
各ユニット余暇時間で上映。施設行事さくらまつりでもご家族様と一緒に体操を行った。
- ⑤アンケート実施・フィードバック

1ヶ月後職員全員にアンケートを配り、結果を集計。(平成29年3月1日～3月29日)

1回目回収率63.7% モデルの職員が入居者に与える好影響の回答が多く寄せられた。

⑥体操構成の見直し、DVD撮影・編集

アンケート結果を基に体操を上肢・下肢・口腔に加え、タオル等の道具を使った体操・歌謡体操2種類・全介助の入居者の為の拘縮予防・口腔ケアの計7種類の体操をそれぞれ7分10種目で構成する。体操のモデルを協力2ユニットから職員1名ずつ、計7名選出。

⑦各ユニットに配布・実施

全14ユニットにDVDを配布し、特に時間を指定せずユニットに合わせ余暇時間で上映。

⑧アンケート実施

職員全員にアンケート配布、結果を集計。(平成29年6月27日～平成29年7月6日)

2回目回収率73.6% アンケートの回収率が上がった。

《4. 取り組みの結果》

アンケート結果

1回目 使用頻度 いつも使っている 16%、時々 59%、使わない 25%

2回目 使用頻度 いつも使っている 52%、時々 48%、使わない 0%

介護度に合わせた幅広い体操制作の結果、車いすの入居者は上肢・口腔体操を中心に組み込まれた。ショートステイや介護度が低い入居者はタオル等の道具を使った体操や下肢の体操を喜ばれた。全介助の入居者は歌謡体操で懐かしい歌に耳を傾けられ、多くの入居者のニーズに対応できた。統一された内容のDVD使用で一定の質が担保され、安全に臨機応変の活動が可能となり、職員は気軽に各ユニットの余暇時間に体操を実施する機会が増えた。馴染みの職員が映像に映る事で入居者の関心を深め参加を促し、それは折に触れ職員と入居者のコミュニケーションツールとしての役割を果たしたのである。

《5. 考察、まとめ》

全介助の入居者に対する拘縮予防ケアの項目は認識が低い傾向にあった。アンケート回収率の低さは広報活動が足りない事を表し、研究期間終了後には職員の意識低下が懸念される。継続した情報発信や、機能訓練指導員等の他職種連携も踏まえ、余暇支援に対するアプローチを深めていく必要がある。本研究の習慣化は現状把握中であるが、今回の取り組みで入居者、職員共に日課の選択肢を増やすきっかけになった。入居者の状態は変化する為、定期的に見直し期間を設け考察する事が重要である。

《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、返答をもって同意を得たこととした。

《7. 参考文献》

「高齢者の毎日できる転倒予防運動」(2014年)大石亜由美 いかだ社

「太田式介護予防リハビリ体操」(2006年)太田仁史 講談社

《8. 提案と発信》

生活機能の低下した高齢者に対しては「心身機能」「活動」「参加」のそれぞれの要素にバランス良く働きかける事が重要であり、特養施設に入居されている方も単に運動機能の改善だけを目指さずに日常生活の中に参加を促し活動を高める事が、生きがいや役割をもった生活の実現に繋がるとの考えである。