

6-3					
主題		軽費老人ホームでのレクリエーションの在り方			
副題		いくつになっても楽しみをもって暮らしたい			
キーワード 1	レクリエーション	キーワード 2	楽しみ	研究(実践)期間	8ヶ月
法人名・事業所名		社福) 浴風会 軽費老人ホーム A 型 松風園			
発表者(職種)		原田早苗(ケアリーダー)、河西真二(ケアリーダー)			
共同研究(実践)者		石井めぐみ(介護職員)、井口佳代子(介護職員)			
電話	03-3334-5062	FAX	03-3334-5061		
事業所紹介	昭和 37 年に定員 45 名の施設として事業を開始し、昭和 39 年に定員 100 名の軽費老人ホーム A 型として運営を開始した施設である。その後、有料老人ホーム黒光園との合併を機に、昭和 59 年に定員 200 名、北・中・南棟の 3 棟からなる現在の建物となった。保育園の園児との交流や、ファームを通して地域との交流を行っている。				
<p>《1. 研究(実践)前の状況と課題》</p> <p>松風園では 200 名の方が生活しており、そのうち要支援・要介護者が計 70 名在園されている。松風園の課題として、自立維持・要介護にさせないことが挙げられる。</p> <p>コロナ禍によりご利用者主体で行っていたクラブ活動が休止となり、世間の自粛モードにより外出が減り、身体を動かす機会が減少していた。行事なども中止となる中で園内での楽しみ・体力維持を目的として、職員が講師役を務めるレクリエーションが活発化した。日常生活が元に戻りつつある現在、定着した園内レクリエーションは参加者が増え、一定の効果が出ているように見受けられたが、実のところ活発で自立している参加者が多い反面、自発的な参加が困難な方や活動量が減っている方々が参加していないと感ずることが増えた。</p> <p>これらの結果を踏まえ、自立型施設におけるレクリエーションの在り方を研究する必要があると考えた。</p> <p>《2. 研究(実践)の目的ならびに仮説》</p> <p>招待状や放送・声かけで活動を促すことにより参加が習慣づくことにより生活にメリハリができる。行事やサービスに対して受け身の姿勢から、自らの意思で参加しているという能動的な感覚を思い出してもらい、楽しく暮らせるのではないかと考える。</p> <p>《3. 具体的な取り組みの内容》</p> <p>①園内レクリエーションについて全ご利用者と全職員に、それぞれ「実績と認識」と「課題」に関するアンケートを実施した。</p> <ul style="list-style-type: none"> 参加していると答えたご利用者からは「楽しみのため」「運動不足解消のため」「他の人と交流できる」といった回答があった。参加していないと答えたご利用者からは「活動を知らない」「高齢で参加する気がおきない」「人と接するのは億劫」との回答があった。 職員アンケートでは多くの職員から「自立している方の参加が多く、認知力・ADLが低下している方や、ポスターを見て自身で申し込みができない方、高齢となり億劫になっている方、 					

遠慮をして結果的に引きこもりになっている方々に、もう一步踏み込みたい。その方々向けに声掛けの方法や難易度など再検討したい」との回答が集まった。

②アンケート結果をもとに検討、声掛け対象者と対象レクを選出した。

要介護認定を受けている70名の内、「レクリエーションやクラブ活動に参加していない方」「直近3か月外出していない方」「デイサービスへ行っていない方」23名を対象とした。対象レクリエーションはそれぞれのメリット内容からそろばんと椅子ヨガに決めた。そろばんでは足し算と引き算の問題を用意し、椅子ヨガには誰でも簡単にできるプログラムを用意した。

③声掛け方法を工夫した。

事前にそろばんと椅子ヨガの予定日を記した招待状をお渡しし、当日の館内放送、インターホンによる声掛け、訪室に寄る声掛けを実施した。

《4. 取り組みの結果》

対象者23名のうち参加された方は約7割の16名、どちらにも参加しなかった方は7名だった。参加された方からは「招待状や声掛けが嬉しかった」「参加してみたら楽しかったから今後も誘ってほしい」等の声があった。参加しない方や、参加回数の少ない方からは「行くのが大変だから部屋でやりたい」「人と接することが嫌」「他のレクには興味がある」等の意見があった。

実際の声掛けを行い、状態観察と共有、記録を丁寧に行うようになり、職員からも成果があり良かったとの声があった。一方、訪室しての声掛けには人員不足で難しいとの意見もあった。

《5. 考察、まとめ》

今回の取り組みにより今までレクリエーションに参加していなかった方に参加してもらうことができ、対応の工夫により一定数の引きこもりを防ぐことができると判明した。今回参加しなかった方も参加したいと思ってもらえる内容を検討することや、参加をしたくないという方への配慮も含み定期的に対象者を入れ替えるカンファレンスが必要であると職員間で共通の認識を持つことができた。園内のレクリエーションを活用し、どんな内容なら参加の意欲が生まれるのか考え声掛けすることは、引きこもり防止と介護予防、自立維持に一定の効果があった。

個々の興味や特技の把握は楽しみのある充実した生活となり、今後新たに外部サービスを受ける際や他施設への移動時に、ご利用者のその人らしさを守ることに繋げていけるのではないかと考える。

《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。

《7. 参考文献》

レバウエル介護・日本珠算連盟・トモ工算盤・学研教室・みんなの介護・ミラクス介護

《8. 提案と発信》

今後、各ご利用者の参加意欲を深める誘導方法を検討するために、介護職員だけでなく看護職員、相談員等多職種間での視点と情報共有にて、更に個別性にあった方法を確立できるのではないかと考える。