

8-11		主題	等々力遊歩倶楽部	
歩行訓練		副題	～皇居一周から 東海道五十三次まで～	
個別対応				
研究期間	10ヶ月	事業所	社会福祉法人 奉優会 等々力の家デイホーム	
発表者：佐藤 寿美子（さとう すみこ）		アドバイザー：		
共同研究者：等々力の家デイホーム介護・看護職員一同				
電話	03-5752-0037	メール	todo-day@foryou.or.jp	
FAX	03-5752-0067	URL	<a href="http://www.foryou.or.jp">http://www.foryou.or.jp</a>	

今回発表の事業所やサービスの紹介	特別養護老人ホーム・ショートステイ・訪問介護・居宅支援併設の総合施設。デイサービスは一般型定員35名。個別計画に基づいて、要支援1の方から要介護5の方まで、重度の方でも認知症の方でも、ご自分のやりたいこと・好きなことをして過ごせるアクティビティの提供がモットーです。遊歩倶楽部もご利用者の声をきっかけに誕生しました。
------------------	--

<p>《研究前の状況と課題》</p> <p>アクティビティの活動充実を図る中で、主体的に体を動かしたいというご利用者の声をどう形にするかが課題と考えた。機能訓練としての効果とアクティビティとしての楽しみを併せ持つ活動を模索した。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* ご利用者の声 「歩かないとどんどん弱くなる、分かっているけど 外は安全な場所がない。転ぶのが怖い。」「家族には危ないから一人では歩かないように言われている」</li> <li>* ご家族の声 「家では寝てばかり、せめてデイでは歩かせてほしい」</li> <li>* 歩行訓練実現に向けた職員の課題 <ul style="list-style-type: none"> <li>・希望者全員への歩行訓練を時間的にどう実施するか</li> <li>・活動としての継続・意欲向上のための工夫</li> </ul> </li> </ul>	<p>《研究の目標と期待する成果》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 歩行訓練を希望するご利用者全員への歩行訓練の実施</li> <li>* ただ歩くだけではつまらない、続かない→楽しみのある活動にする 参加者が意欲を持って継続できる 参加者に達成感を得ていただく</li> <li>* スタート当初の歩行レベルを維持・改善する</li> <li>* 歩行距離を伸ばし自信をもっただけき屋外散策につなげる</li> </ul>
---	---

《具体的な取り組みの内容》

【取り組んだ内容】

遊歩倶楽部と名づけた歩行訓練の実施

【対象者】介護度を問わず希望者全員

【取り組みの具体的な手法】

- 一階デイフロアの柱から総合玄関までの50mを歩行コースと設定
- 見守りにてお一人で歩く方はバスを待つ時間・活動の合間に実施。個別介助が必要な方にはお手洗いに立ったついでも利用。
- 皇居一周・東海道五十三次完歩といった「遊歩カード」を作成。一往復することに1マス塗り、歩行距離・進み具合が目に見えるようにした。
- 一周完歩した方の顔写真とコメントを廊下に掲示、事業所新聞に掲載。
- 歩行距離・状態を毎月担当ケアマネージャーさんに報告。目標達成状況報告書を活用。

【取り組み期間】

21年3月スタート～12月までを重点紀  
取組み期間としたが その後も活動は継続、  
現在にいたる。

《取り組みの結果と評価》

【月別参加者数】登録利用者の4割が参加

3月：13名～12月：41名

【歩行距離合計】10ヶ月で2,5倍

3月：22,4km 448往復

最多月11月：55,15km

【一人あたりの歩行距離】10ヶ月で2倍

4月：678m 13,5往復

11月：1345m 26,9往復

【参加者要介護度状況】

要支援1・2：16% 要介護1：14%

要介護2：32% 要介護3：22%

**要介護4・5：14%**

【顧客満足度調査結果】

デイでやりたいことアンケート第三位

(一位体操 二位外出・外食)

【ケアマネージャーさんからの評価】

自社 CM：歩行状況・距離についての情報提供は重要、リハビリなどの他サービスに伝え有効活用したい

他社 CM：恵まれたスペースを充分に活用した等々力の家ならではのサービス

《まとめ》

登録数の4割に毎日実施している活動であるが転倒者ゼロにて継続、距離も伸び続けている。発展形として屋外散策を企画・提供中であり、法人内他事業所展開も実現した。職員スキル向上により一層専門的に実施することが今後の課題と考えている。

《提案と発信》

自社ケアマネージャーからの意見にもあるように、サービス事業所からケアマネージャーさんへの情報提供は、その方のプラン見直し・生活レベル向上のために大変重要です。奉優会では、通所事業部をあげて介護目標達成状況報告を毎月実施していますが、本研究の歩行レベル・距離の報告にも活用いたしました。ケアマネージャーさんから好評の声をいただいております。

【メモ欄】追加資料 有 無

注：参加者が自由に記入できるスペースです。空欄のまま提出下さい。