

4-2		主題	自分らしい生活を支える レクリエーション実現への取組み	
QOL の向上・充実 笑顔で楽しく過ごす		副題	利用者の個々に合った 充実したレクリエーションの実現	
研究期間	4ヶ月	事業所	特別養護老人ホーム 和田堀ホーム	
発表者：菊池恵美（きくち えみ）		アドバイザー：大塚克久		
共同研究者：佐藤勉・金津有佑・日吉祐貴・平田健志・神保甲介・石田高行・二階堂仁尊				
電 話	03-3316-2943	メール	niakido@shinsyounokai.or.jp	
FAX	03-3316-2973	URL	http://www.shinsyounokai.or.jp	

今回発表の 事業所や サービスの 紹介	杉並区の東部に位置し、環状七号線沿いに介護保険法導入と同時に開設された介護老人福祉施設です。人生を楽しみつつ安らいで過ごせる施設を目指し、個別のケースカンファレンスを充実させ、サービスの第三者評価を導入し、福祉QCにて活性化を図りながら介護力の向上、職員の資質の向上、個別ケアの充実に取り組んでいます。
------------------------------	---

《研究前の状況と課題》 （状況） ・ 利用者生活の充実を担うひとつの手段としてのレクリエーションのマンネリ化。 ・ 利用者の希望やレベルに沿ったレクリエーションであるか。 ・ 利用者の笑顔が得られるまたは楽しめているレクリエーションの内容になっているのか。 ・ 職員のレクリエーション意義についての相違がある。 （課題） ・ 利用者の希望調査。 ・ 利用者が選べるレクリエーション実施の確保。 ・ 残存機能の維持・向上に繋がるレクリエーションの考案。 ・ 職員の均一したレクリエーション意義の理解。	《研究の目標と期待する成果》 ① QOL の向上・充実化 利用者が楽しめる余暇時間を提供することにより、笑顔が得られ生活の充実感を獲得できる。 ② 利用者の残存機能の維持・向上 運動、作業、五感を意識したバランスの取れたレクリエーションメニューを創出することで機能の低下を防ぎ、意欲をかきたてることで機能の向上が見込まれる。 ③ 職員のサービス意識の向上 生活の充実を図る一環として、職員が個人差なくレクリエーションが実施できれば、利用者にとって、より効果的な支援となり得る。
--	---

《具体的な取り組みの内容》

- ・ 前年度のレクリエーション活動状況種類の確認と活動回数の集計
- ・ レクリエーションに関する備品整理。
備品一覧表の作成
備品保管場所の設定
- ・ 利用者、職員のレクリエーションに関するアセスメント
利用者の趣味・特技・嗜好等
職員の趣味・特技等
- ・ レクリエーションのマニュアル化
レクリエーションマニュアルの分類と整理
- ・ アセスメントによる新メニューの創出
- ・ 新メニューによる効果と評価

《取り組みの結果と評価》

レクリエーションのマニュアルを作成することにより、各レクリエーションの目的、内容が細分化され、実施方法や備品保管場所等の明記がされたことにより、どのような方にどのような効果が見込まれて行うレクリエーションであるかが明確化された。また、備品の整理と保管場所を整えたことでレクリエーションを開始する際の準備時間が短縮されるという効果が得られた。

各レクリエーションの目的をハッキリとさせることによって、「利用者一人ひとりの生活を支え充実を図るための活動ある。」との意識が職員に浸透し始めてる。利用者にとって有意義な時間を提供することができたと評価している。

職員の趣味・特技を活かしたレクリエーションを新たなメニューに取り入れたことで職員も共に楽しめるレクリエーションとなり、より積極的に利用者へアプローチができ好評を得ている。

《まとめ》

利用者にとって、生活の中での余暇時間を楽しみ、笑顔で過ごせることが QOL の向上・充実にも少しでも発展できると考える。集団、個別レクリエーションメニューの創意工夫により、充実した生活を提供したい。

《提案と発信》

レクリエーションの意義や効果を考え直して、利用者の QOL の向上のために不可欠な活動であると認識している。そして、利用者一人ひとりの人生がどうかを職員と共に振り返りながら、今の生き甲斐や希望を探し一つでも多く実現できるような活動を目指す。自分らしく生活できることを支えるレクリエーション活動の実践に私たち和田堀ホームの全職員は取り組んでいる。

【メモ欄】