

主題	軽費老人ホームにおけるクラブ活動を活用した自立支援の取り組みと成果		
副題	クラブ活動の参加によって 認知機能低下の利用者に対するQOLの向上を目指して		
自立支援		QOLの向上	
研究期間	12ヶ月	事業所	軽費老人ホームA型 浴風会松風園
発表者：小室 直子（こむろ なおこ）		アドバイザー：池野上 昇（ケアマネージャー）	
共同研究者：伊藤 恵美 ・ 熊谷 文子			
電 話	03-3334-5062	メール	shoufuen@yokufuukai.or.jp
FAX	03-3334-5061	URL	

今回発表の 事業所や サービスの 紹介	浴風会松風園は、昭和37年7月に定員45名の施設を建設して事業を開始致しました。昭和39年6月に更に55名を加えた施設に拡充し、定員100名の軽費老人ホームA型として運営してまいりました。その後、浴風会松風園と有料老人ホーム黒光園の合併を期に、昭和59年4月に定員200名、北・中・南棟の3棟からなる現在の建物になりました。
------------------------------	--

《1. 研究前の状況と課題》

入居者定員200名に対し平均年齢82歳。ADLの低下に伴い要介護認定者が増加傾向にあり、平成24年1月現在58名で一年前に比べ10名増えている。身体機能低下、認知機能低下の利用者も多く、転倒転落による骨折等の怪我や自室内での引きこもり、徘徊が問題となっている。

当園では現在クラブ・同好会数が17ありクラブ参加者実数は88名。参加率が年々減少しており、月一回程度の参加者や全く参加されていない方も100名余りいる現状である。

可能な限り心身共に健康で自立した生活を送って頂く為に、いかにしてクラブ活動に参加され、身体機能・認知機能の維持・向上をはかり介護予防に役立ていくかが大きな課題となっている。

《2. 研究の目標と期待する成果・目的》

クラブ活動を介護予防の一環として捉え、利用者が楽しみながら取り組めるように活用し、健康増進・自立支援に結び付けたいと考えた。

まず現状把握、活動改善の為にクラブ参加者、不参加者の方それぞれにアンケート調査を実施し、不参加者へは集団面接も行った。

結果からある程度の良い評価が上げられた一方で、準備や当番制の負担が大きい、体力的に自信がない、クラブの内容についていけない・覚えられない、人間関係等に不安がある、という継続や参加に結びつかない理由が挙げられた。

この結果を各職員とクラブ講師に周知し、それぞれのニーズに合わせ参加できるような活動内容の見直しを行ない、個々のQOLの向上を目指した。

《3. 具体的な取り組みの内容》

個々の利用者に合わせたアプローチと

取り組み例

対象者：A氏 81歳 女性 要介護度2

日中は居室内で引きこもり、外出されても帰園できない事が度々ある。ある程度の意思疎通は出来るが理解困難。(認知症高齢者自立度Ⅳ・障害高齢者自立度J2)

以前から卓球、バドミントン、民舞、民謡クラブに参加されていたが、認知力低下に伴い、定期的な参加が滞ってしまった。

そこで園での個別支援計画、介護保険上のケアプランをもとに本人の要望を踏まえた上で、2つのクラブに焦点を絞り取り組んでみた。

民舞クラブ 毎週(金)2時間参加

- ・開催日、場所の把握 - 声掛けと案内を実施
- ・担当職員が着物一式をセットし
着付けを練習

民謡クラブ 第2第4(水)1時間30分参加

- ・開催日、場所の把握 - 声掛けと案内を実施
- ・準備と後片付けを他クラブ員と取り組む
- ・クラブ終了後に担当職員と自主練習を実施

《4. 取り組みの結果と考察》

定期的な開催・参加により、日時や曜日を認識することができるようになった。

他クラブ員との交流により、コミュニケーションを図ることができるようになり、利用者間の関係も良好になった。

日常生活が活発になり新規に麻雀クラブに入られたり、クラブ活動以外にもデイサービスに積極的に参加されたりと引きこもりが解消された。

人前で発表することにより集中力を養い、よい緊張感を維持している

運動と発声を行い振り付けや曲を覚えることにより、身体機能の維持・向上や認知力低下の予防を行なうことができた。

《5. まとめ、結論》

クラブ活動が単なる趣味活動の範囲に留まらず、目的を持ち参加・継続によって心身が健康になり、張りのある生活を送れるよう活用していきたい。

また個々の状態に合わせ柔軟に対応できるように、今後もクラブ講師との調整や連携を図り、活動内容の定期的な見直しを行なう必要がある。

100名余りの不参加者に対し、自立した利用者にとって今すぐリハビリは必要ないと考えられるかもしれないが、必ず高齢化と共に筋力低下、認知力の低下が訪れること、そのためのアプローチと活用であることを広く、粘り強く伝えていくこと。

クラブ活動、介護予防、リハビリが三位一体となって取り組むことにより、身体機能・認知機能の維持・向上が図れると考える。

《6. 倫理的配慮に関する事項》

尚、本研究を行なうにあたり、ご本人に口頭で説明・確認し本研究以外では使用しないこと、及びこれにより不利益を被ることがない旨の説明をした。また上記の件につき同意書を作成し、ご本人に同意の上捺印をいただいた。

《7. 参考文献》

アクティビティ実践とQOLの向上

日本福祉文化学会 編集委員会(2010/03/01)

《8. 提案と発信》

軽費老人ホームでの自立支援に取り組んでいますが、職員の配置基準、他業務との調整等様々な問題が生じます。取り組みが継続され、利用者個々の介護予防・QOLの向上に結びつくよう、他施設間との情報交換、問題共有に努め積極的に取り組んでいきたいと思えます。

【メモ欄】