

主題

外出活動から繋がる QOL の向上・充実

副題

～外気に触れてうまれる笑顔～

外出

QOL の向上、充実

研究期間

48 か月

事業所

特別養護老人ホーム 練馬高松園

発表者：渡邊 恭成（わたなべ きよなり）

アドバイザー：

共同研究者：磯岡主任相談員 富澤相談員 柴山看護主任 大口介護主任 寺島介護主任 藤本清海

電 話

03-3926-8341

メール

info-n@tfk.or.jp

FAX

03-3926-7872

URL

http://www.fukushikai.com/

今回発表の
事業所や
サービスの
紹介

練馬高松園経営理念

「私達の願いは、利用者の笑顔、家族の笑顔、職員の笑顔、そして地域の信頼です」

当園は大正8年に設立した社会福祉法人東京福祉会が、平成12年4月に介護福祉施設を開設し、デイサービス42名、特養97名、ショートステイ13名、地域包括センター支所、在宅介護支援センター、在宅介護事業を併設した今年で開設12周年を迎えた高齢者施設です。また、練馬区より生活保護世帯に対する訪問やいきいきデイ活動なども受託し、地域の核施設となっております。 平均介護度：4.02 平均年齢：86.2歳 男女比：30：67

《1. 研究前の状況と課題》

開設当初から、花見や初詣といった近隣への外出活動は行っていた。しかし、職員の人員不足と、業務をこなす為の必要最低限の人数しか確保できず、遠出をするには、介助にあたる為の職員が不足していた現状であった。

施設生活を送られているご利用者様より、「～に行きたい」「外に出たい」や、ご家族様から「～に連れて行って欲しい」等の要望もあり、貴重な意見やニーズに応えたい思いと、もっと様々な場所への外出援助活動は出来ないかと考えた。

課題としては、介護度に限らず自立度の高い方から低い方も外出してもらう為にはどうしたら良いか。外気を肌で感じ気分転換をして頂き、ご利用者様の外出に対するニーズにお応えし、より満足いただける様なサービスを提供するためにはどうしたら良いか。様々な工夫を検討してきた。

そうした状況の中で、1日必要人数+フリー勤務を行える職員を配置できるようになったことや、他部署からの協力もあり、2009年頃から外出企画をスタートし、施設長を始め、医務、介護士、相談員、機能訓練士、栄養士等、スタッフが丸となって外出活動の活性化を図った。

《2. 研究の目標と期待する成果・目的》

<目標>

看護職、介護職、相談員等が、連携をとり、体力面や健康状態、様々な事を考慮した上で、介護度に限らずご利用者様のご期待、ご要望に出来る限りで応える外出を計画し支援する事で、日々の生活にメリハリを持ち、活力になって頂けるよう努める。

<期待する成果>

QOL の向上、充実

外気にふれ、季節感を味わい心身ともにリフレッシュして頂く。

居室に閉じこもりがちで「何に対しても意欲が湧かない」といった心身の低下を防ぐ。また、思い出の地や希望されている場所へ行く事で、お元気だった頃の感覚を取り戻し明日への活力を見出す。

<職員のサービス意識の向上>

介護度に関係なく支援が出来れば、多くのご利用者様が充実した生活を送れる。

目標を持ち、支援し成功する事で、ご利用者様の日頃見られない表情や反応を発見でき、職員の自信やモチベーションの向上に繋がる。

外出支援と言う1つの目標に向かい、各部署との連携を図ることでチームワークの強化ができると考える。

《3. 具体的な取り組みの内容》

ご利用者様のニーズもあり、困難と思われる場所でも、他部署との話し合いをし、外出活動を企画した。

長距離の外出については、落ち着いて過ごし易い、春・秋頃の季節を選び、ご利用者様の体調面を考慮した。

＜外出先例＞（2009年～2012年5月まで）

東京ドームプロ野球観戦（ナイター）

参加利用者 12名 3回

後樂園ホール女子プロレス観戦

参加利用者 7名 2回

府中競馬場観戦

参加利用者 3名 1回

群馬サファリパーク

参加利用者 12名 2回

勝沼ぶどう狩り

参加利用者 31名 5回

毛呂山、狭山、秩父イチゴ狩り

参加利用者 33名 6回

その他（水族館・江ノ島・牛久大仏・鬼子母神、あじさい祭り、紅葉狩り、サーカス など）

計 34回

＜外出する上で調整した事＞

①ご利用者様との話し合いを設け、行きたい場所や希望を伺う。

②ご家族様へ外出の連絡、承諾を得る。（ご家族様同行時はカンファレンスや面会時にお伝えする）個別に行う外出の場合は、ご家族様の同行の有無やその旨を相談員、医務に担当職員が報告、確認する。その後、ご家族様に報告、打ち合わせを行う。

③外出先の情報収集をする（交通ルート、交通費、移動時間、駐車場、トイレ、バリアフリー、入場料等）

④希望された方以外の参加者を選抜する。

※外出先によって移動距離や滞在時間が異なる為、長距離の移動時間を要する場合は、比較的体力がある方を選抜した。

⑤各職員に日程、外出内容の報告（計画書、報告書）

⑥必要物品の用意 介護職＝オムツや日常に最低限必要な物 看護職＝服薬関係 相談員＝運転、場所の情報収集。

《4. 取り組みの結果と考察》

これだけの外出活動を企画・実施した結果、外出先の選択肢が広がり、決める際の職員の視点に変化がでた。また外出活動を支援していく中で困難とされていた方も、日々の観察と他部署との連携で、可能にすることが出来た。

日頃、「何もする気がしない」と塞ぎ気味な方も、花や動物を見て頂き「こんな言動があった」「こんな笑顔がみられた」等、ケアに繋がる新たな発見ができた。

なかには、胃瘻を造設されている方もご本人様の希望により外出活動に参加され、その後もお変わりなく過ごされている。「また連れて行ってくれるのね」と喜ばれ、次回の外出を楽しみにしている。その事が、ご利用者様の日々の活力に繋がっている。

胃瘻の方が、外出するというのは、今までの外出

支援でも異例ではあったが、まずご本人様の意思を尊重し、体調面では比較のお元気な方の為、ご家族様の承諾、当日までの観察、医務と打ち合わせを行うことで実行できた。

その他、精神疾患のある方がご家族様の希望でお誕生日会に（担当職員同行）外食をしたが、昼食直後より「園に帰りたい」と不穏になり、ご家族様が困惑した例もあった。

しかし、その時の場所や食事風景をお話しして下さる事があり、その方の思い出として心に残っている。

結果としては、不穏になるから外出中止ではなく、外出を充実して頂く為の取り組みや検討が、今後も必要である事が課題として残った。

《5. まとめ、結論》

2009年から少しずつ増やし始めた外出も、現在では定例となり、自発的に希望される方々も少なくはない。外出を楽しみに毎日を頑張ろうという様な、明日への糧にして下さればと考える。

外出活動を計画することは、毎日の業務にプラスされ、職員は多忙になるが、「また行きたいね」「楽しかった」というご利用者様の笑顔と言葉を頂き、ケアに対するモチベーションも上がった。また、ご家族様からも自分の家族がどういった生活を過ごされ、外出に参加されている現状を知って頂く事で、職員との信頼関係にも繋がっている。

自立度の低下＝行動範囲の縮小ではなく、個々の状態や観察を行うことでケアや対応に変化をもてる。また、突然の帰宅願望や不穏になった方に対して「不穏になるから外出は出来ない」と短絡的に物事を考えあきらめるのではなく、日々の精神状態、体調、外出時間やご本人様の興味を持って下さることを、担当職員が中心となり日々追求し外出参加への対応を細かく研究していく必要がある。その為には各セクションとの連携をしっかりと行ない実行する事で、ご利用者様が安心、安全に楽しんで頂ける事を職員一同で感じた。

《6. 倫理的配慮に関する事項》

事例で紹介させて頂きました、ご利用者様につきましては、実名はもちろんイニシャル等も使用はしておりませんが、研究発表におきまして、あらかじめご本人様、ご家族様に内容を説明し使用許可の同意をいただいております。

《8. 提案と発信》

高齢者と共に生活していく中で、「今しかできない事は、今やろう」と計画実行に移した。我々とは違い、高齢者ゆえ残り少ない人生だと言うことは紛れもない事実である。我々介護者は、出来る事は出来るうちに様々な形で援助し続けるべきである。また、計画し実行する事に不安や疑問点が発生する場合は、様々なセクションの職員と話し考え、可能性を見出して行く。それがご利用者様の喜びに繋がり、職員の仕事に対するモチベーションの向上にもなっている。

【メモ欄】