

主題	アロマ浴を楽しんで機能訓練		
副題	「ここは秘密の部屋だね。」と、笑いあうご利用者たち		
機能訓練			
研究期間	3か月	事業所	清風園
発表者：前山不動		アドバイザー：	
共同研究者：上条悦子			
電 話	042-735-3000	メール	Seifu.riha@san-ikukai.or.jp
FAX	042-734-8933	URL	

今回発表の事業所やサービスの紹介	社会福祉法人賛育会が母体である清風園は、開設48年を迎えた都内で2番目に古い施設です。現在は、特養110床・併設短期3床の他、デイサービス27名・ヘルパーステーション・グループホーム9床・訪問看護・軽費老人ホーム20床・診療所の8事業を営む高齢者複合施設です。特養の機能訓練は個別機能訓練以外に言語療法・音楽療法・グループ体操・棒体操・パワトレなどです。
------------------	--

《1. 研究前の状況と課題》

- ① 特養フロアのラウンジで長い時間を座ったままで過ごされているご利用者が多く見られる。
- ② 大きな声を継続的に出されるご利用者などが落ち着いてリハビリできる場所がなかった。
- ③ フロアのラウンジとは異なる環境で落ち着いて過ごせ、しかも、ご利用者の活気を引き出せるようなリハビリのできる場所がなかった。
- ④ 密度の高い筋力トレーニングのできる場所がなかった。
- ⑤ 心身のリフレッシュやリラクゼーションのための場所がなかった。
- ⑥ ご利用者相互やご利用者と職員が落ち着いて交流し、より知り合える場所がなかった。

《2. 研究の目標と期待する成果・目的》

- ① フロアのラウンジや居室以外の異なる環境の部屋に逃げ場として移動する。
- ② 不隠になられたり、活気の見られないご利用者のリハビリを落ち着いて行う。
- ③ アロマ浴・部屋の環境・音楽などによりご利用者の安定を引き出す。
- ④ 筋力強化運動（パワートレーニング）や巧緻運動を行う。
- ⑤ アロマ浴により心身のリフレッシュやリラクゼーションを行う。
- ⑥ ご利用者相互やご利用者と職員の交流の場・お互いを深く知り合う場を提供する。
- ⑦ ソーシャルダンスをご利用者に楽しんでもいただき、かつ踊っていただく。
- ⑧ アロマの刺激とダンスのリズムは認知症予防、リズムにのっての踊りは腰痛予防と転倒予防になる。

《3. 具体的な取り組みの内容》

- ① 対象のご利用者（110名中25名）
 - i) ラウンジで長く座って過ごされている
 - ii) 不隠になられる、活気が見られない
 - iii) 筋力トレーニングを楽しんで頂きたい
 - iv) ソーシャルダンスを楽しんで頂きたい
- ② 取り組みの具体的な手法
《ゆとり庵》と名づけられた職員休憩室でアロマ浴を行う。（ゆとり庵の床は絨毯）
- ③ 取り組み時間や期間
毎週金曜日 14:30~16:30
- ④ 取り組みの手順
《ゆとり庵》でのアロマ浴で30分ほどを過ごす。ご利用者の送迎は機能訓練指導員
内容は i) 会話 ii) 可動域運動
iii) マッサージ iv) 筋力トレーニング
v) ソーシャルダンス
- ⑤ 取り組んだ職員数や構成
機能訓練指導員2名
- ⑥ 必要とした道具や費用
アロマライトたまご 2,520 円
アロマオイル 10ml3種類 4,500 円
ボール・風船・セラバンド・重錘バンド・CD ラジカセ・癒し音楽・ダンス音楽
- ⑦ 活動の成果を出すポイントとなった点
逃げ場としてフロアとは違う環境の提供

《4. 取り組みの結果と考察》

日常とは違う環境の逃げ場として、サロン感覚で、どのような利用者にもゆったりと過ごして頂け、かつ落ち着いて楽しくリハビリして頂ける場所が出来ました。認知症のご利用者にもはっきりと印象付けられています。

ソーシャルダンスに関しては、歩行の不安定なご利用者に関してもダンスに経険のないご利用者に関しても2人で踊るために十分なサポートが出来る。また、ダンスを踊ることはされなくても、ダンス音楽と誘導で、とても楽しい身体の動きや表情をしてくださるご利用者も居られます。

《5. まとめ、結論》

病院などでのリハビリに対して特養でのリハビリはどうあるべきなのだろうか？生活リハビリって何なのだろうか？そんなことを考えている中で、生活の中での逃げ場が必要なのではないか、と考えました。たとえば、勤め人にとっての5時以降の過ごし場所、家庭であったり、飲み屋であったり、スポーツクラブであったり。アロマの効能を方便として、生活の逃げ場を想定し、そこに生活の広がり求めてみました。

現在は機能訓練指導員2人のみでアロマ浴への送迎も含めて行っています。今後、介護課職員をはじめとして、各課の職員の参加があるように働きかけてまいります。また、清風園にはデイサービス・グループホーム・軽費老人ホームなど多様な事業がありますが、これらの事業からの参加ができれば、より良いと考えています。

《6. 倫理的配慮に関する事項》

ご利用者の写真掲載に関しては、ご家族に可否を確認しておりますが、写真は撮影の角度などを配慮していきます。必要に応じて、ご家族に可否を確認をしていきます。

《7. 参考文献》

神保大樹・浦上克哉(2009)

「くすりに頼らない認知症治療Ⅱ」第4章アロマセラピー、ワールドプランニング

《8. 提案と発信》

町田市では市内の特養やデイサービス全体で風船バレーボール大会を行っておりましたが、数年前に人手不足などの理由から中止となってしまいました。特養生活からのすばらしい逃げ場だと思っていましたが、残念です。小さなアロマ浴から、そんな大きな逃げ場につなげることが出来たら幸いです。

【メモ欄】