

主題	外に出よう！		
副題	～みんなでリフレッシュ～		
外出支援		職員のモチベーションアップ	
研究期間	26 ヶ月	事業所	特別養護老人ホーム日の出紫苑
発表者：高橋 秀夫		アドバイザー：	
共同研究者：他 2 名			
電 話	042-597-1941	メール	outoukai.t@gmail.com
F A X	042-597-1949	URL	

今回発表の 事業所や サービスの 紹介	平成 8 年、東京都西多摩郡日の出町に開設。法人理念『人と社会に心安まる灯（あかり）をともし』のもと、利用者 100 名ショートステイ 4 名の安全・快適な生活を援助している。平成 19 年 3 月に武蔵村山市にデイサービス、4 月には大田区にグループホームと認知症デイサービスを開設。平成 22 年 1 月にも世田谷区にグループホームと認知症デイサービスを開設し、ご利用者さんの多様なニーズに応えるべく法人としても成長しております。
------------------------------	---

《1. 研究前の状況と課題》

・数年前の日の出紫苑では、外出機会が少なく施設内で各種クラブや行事を行い、ご利用者にサービスを提供してきた。

職員についても日々のルーティン業務をこなしているだけで、利用者、職員ともに変化のない日常を送ってきた。

そこで 2 年前(22 年 4 月)より介護課の目標を「外出機会の増加・社会との繋がり」と設定して取り組みを開始したが、成果はほとんど上げられていなかった。

その当時はまだ排泄・入浴・食事などの支援に力を入れており、外出支援の必要性を自分たち職員は考えていなかった。

【平成 23 年度時点の施設外に出るサービス】

- ・逆デイサービス/毎週
- ・ショッピング/月 1 回

定期的な外出サービスは上記 2 点となっていた
カラオケ外出/不定期 ・イオン外出/不定期

《2. 研究の目標と期待する成果・目的》

《目標》

- ・ご利用者が望んだ場所にいける
- ・職員自身も仕事に楽しみがもてる

《期待する成果・目的》

ご利用者

- ・閉じこもりがちな特養の性質からの脱却
- ・外に出ることで四季を感じ、過去から現代社会への移り変わりを感じていただく
- ・外出をすることにより、社会性の維持・向上を図り認知症の改善につなげる

職員

- ・外出支援の必要性を理解する
- ・日々のルーティン業務だけでなく、外出を通じて企画立案から実行まで行うことで、職員にも「やりがい」や「楽しみ」を持ってもらいモチベーションアップにつなげる

《3. 具体的な取り組みの内容》

平成 22 年度

●平成 22 年 4 月

・介護課の年度目標を「外出機会の増加・社会との繋がり」と設定する。

7 月：ご利用者に「行きたい場所アンケート」を実施。同時に「職員意識調査」を実施。利用者の声をもとに外出を計画する。「カラオケ外出」や「イオン外出」を実行する。

平成 23 年度

・定期的な行事に変動はなく「カラオケ外出」や「イオン外出」も不定期開催となっていた。5 月：職員との定期面接の際にも「業務がつまらない」「楽しみがない」等と聞かれていた。

8 月：テレビを見ていた利用者が「ここ（ディズニーランド）に行ってみたい」と話される。施設長に「利用者ディズニーランドに行くのはいいのでしょうか？」と伺うと「ぜひ行きなさい」とあり企画する。ご家族の中には「年寄りディズニーランドに行っても仕方ない」と拒否される方もいたが、それ以外の家族から了承を得て各部署間で協力し 11 月 16 日に利用者 10 名 職員 9 名でディズニーランドへ行く。

また、23 年度より地域との繋がりとして、地域の祭りや防災訓練にも参加する。

●業務の見直しの一環としての取り組み

- ・人員の補充とコスト削減
- ・日々の記録の簡素化
- ・タイムテーブルの見直し
- ・外出支援の必要性を職員に研修として周知
- ・利用者満足度と職員意識調査アンケート

平成 24 年度

・「外出委員会」を設立
→定期的に外出が出来るような環境を作る。
「カラオケ外出」「イオン外出」を月 1 回の定期行事とする。また、定期外出以外で各月ごとに季節のイベント（花見・外食など）を行う。

《4. 取り組みの結果と考察》

・22・23 年度に行った「カラオケ外出」「ディズニーランド外出」はご利用者にも好評であったが、全体の外出数には大きな変動が見られていなかった。しかし 24 年度には外出委員会を設置。定期的に外出することで、22・23 年度の外出総数 280 件程が 24 年度は 6 月 30 日現在で 147 件行えている。

・定期的に職員の意識調査と面接を行うことで外出支援によるモチベーションの変化、向上が見られた。

・ご利用者にアンケートを取り「行きたい場所」を調査。希望通りの場所に全て行くことは困難であり、全利用者を連れて行くことも難しい現状ではあるが、外出をされた利用者からは満足の声が聞かれている。

《5. まとめ、結論》

・介護の仕事は排泄や入浴、食事介助などが大事な業務として捉えられがちだが、それと同様に外出することも大切だと職員に周知している。また、偏った職員だけが外出するのではなく、平等に参加することで職員もリフレッシュできている。

・外出することで職員と利用者共通の話題ができ、コミュニケーションが円滑になる利点もみられた。

・外出を好まない利用者や身体的に外出が厳しい利用者に対してのアプローチが必要。

《6. 倫理的配慮に関する事項》

・本研究発表にあたり、使用されている写真等は、ご本人（ご家族）に確認し使用しています。

《8. 提案と発信》

利用者も職員も外に出ることで息抜きもでき、仕事にも良い影響がでますよ。

【メモ欄】