

主題	頭の体操倶楽部の取り組みについて
副題	～QOLの維持向上を目指して(レクリエーションの充実)～

創造する・表現する喜び	人と人とのつながりを創る
-------------	--------------

研究期間	37ヶ月	事業所	浴風会 特別養護老人ホーム 第2南陽園
------	------	-----	---------------------

発表者	内山 和明	アドバイザー	佐々木敬秀
-----	-------	--------	-------

共同研究者	松村多栄子、阿部康良、2F 職員一同
-------	--------------------

電話	03-3334-2197	メール	dai2@yokuhuukai.or.jp
FAX	03-3334-1748	URL	http://www.yokuhuukai.or.jp

今回発表の事業所やサービスの紹介	杉並区高井戸にある入所、150床、短期6床の特別養護老人ホーム。敷地内には、併設病院の他、2つの特別養護老人ホーム、グループホーム、ケアハウス、軽費老人ホーム等を有しており、総合的な高齢者福祉施設となっている。
------------------	---

### 《1. 研究前の状況と課題》

・特別養護老人ホームでは、今後も介護度の重度化が進んでくると思われるが、現状の多くはレクリエーション・倶楽部活動に積極的に参加できるご利用者とできないご利用者が混在しており、ADLも様々で介護度にもばらつきがある。第2南陽園2Fも同様であり、介護者による介護に費やす時間からみても重度の方々には目がいく一方、(重度のご利用者には、アロマセラピーが実施されていた。)介護度の低いご利用者に対するコミュニケーション・レクリエーションの不足がみられた。日々の生活の中で何もしない時間を過ごすことで、生活意欲が低下するのは必然と考えた。

・何人かのご利用者においては会話を楽しんでいただ方が言葉数少なくなってきたり、物忘れがひどくなってしまう様子がみられた。

よって、要介護度の低い方に対するレクリエーションがより必要であると考えた。

### 《2. 研究の目標と期待する成果・目的》

- ① 倶楽部のレクリエーションを通じて、コミュニケーションの場を提供し、より良いご利用者同士の関係を構築できるのではないか。
- ② 貼り絵等創作活動により、ご利用者の自己表現の場を提供し、ご利用者の生活意欲を高めることができるのではないか。
- ③ 創作活動の作品を、他利用者・ご家族に鑑賞していただき、創作者に満足感・達成感を感じていただけるのではないか。
- ④ ボランティアの方にも倶楽部に携わっていただくことにより、ご利用者と地域とのつながりの場を持てるのではないか。

### 《3. 具体的な取り組みの内容》

定期的に頭の体操倶楽部の実施。(週1回)

#### 【倶楽部内容】

- ① 貼り絵※
- ② 日本地図ゲーム・ウィー（ボーリングなど）
- ③ 将棋・囲碁・麻雀
- ④ カルタ・トランプ七並べ

- ⑤塗り絵
- ⑥団扇作り・花の写生
- ⑦連想ゲーム
- ⑧数字並べゲーム
- ⑨すきやきゲーム・後出しじゃんけんゲーム
- ⑩黒ひげ危機一髪しりとりゲーム

※貼り絵で創った作品は、テイルーム・廊下に展示し、鑑賞していただいている。また、1年1回、年間の作品を廊下に展示し展覧会を開催している。

【各月の貼り絵のテーマ】

春の花、みんなの動物園、故郷の夕暮れ等

・アートセラピー・倶楽部での作品を区民センター祭りに出展(H23. 10)

#### 《4. 取り組みの結果と考察》

・ご利用者から、「今度は何創るの?」「今日は倶楽部ありますか?」等のお話があり、意欲の向上が感じられる言葉が聞かれるようになった。

・午後の時間、居室にて眠られている時間が多かったご利用者が、倶楽部に意欲的に参加され、生活にメリハリを付けることができてきた。

・展示されている作品に関して、「良くできていますね。」「きれいですね。」等鑑賞を楽しんでいる言葉が聞かれるようになった。

・季節を感じさせる各月の貼り絵・花の貼り絵をテイルームに展示することにより、今何月なのか季節は何なのかを感じてもらうことができた。

・区民センター祭りにアートセラピー・貼り絵の展示を行い、地域に繋がりを持つことができた。また、その展示会にご利用者をお連れすることで、利用者に地域とのつながりを感じていただくことができた。

・外出支援の場を提供することができた。

・ご自身の体調悪化により、精神的に不安定になられたご利用者が、創作活動に参加する中、笑顔がみられ穏やかな様子が見られるようになった。

・ボランティアの方がクラブに関わるようになり、利用者の方との間に自然と信頼関係が生まれた。それにより会話が増え、利用者の方が楽しめる機会が増えた。

今後の取り組み課題として、創作活動を継続的に実施し、区民センター祭りには毎年作品を出展していく。またボランティアの協力をいただくことにより、地域とのつながりを持って行きたいと

思う。また、倶楽部に途中より、参加されなくなってしまった利用者もいるため、何故参加されなくなったかを検証し、ご利用者にあった活動を実施していきたい。

#### 《5. まとめ、結論》

ご利用者にとって日々の生活の中で、新たなことに挑戦し、達成出来たことへの喜びは、生活意欲の改善に大きくつながって行くと思う。

また、倶楽部の活動を通じて、担当の職員・ボランティアがご利用者と一緒に喜びを共有することが、職員・ボランティアのやりがい、達成感につながる。利用者にとっても、介護者にとっても良い効果を与えるものといえるのではないかと。

介護現場では、ご利用者とのコミュニケーションをゆっくり取る時間がなかなかない状況である。しかし一緒に創作活動やゲームの時間を持つことは、ご利用者の新たな一面を見つけられ、職員の視野を広げられるものであるといえる。

また、頭の体操倶楽部がご利用者と地域(ボランティア)とのつながり強めていける一つの期会であると確信している。

#### 《6. 倫理的配慮に関する事項》

なお、本研究発表を行うにあたり、ご本人(ご家族)に口頭にて確認をし、本研究発表以外では使用しないこと、それにより不利益を被ることはないことを説明し、回答をもって同意を得たこととした。

#### 《7. 参考文献》

高齢者の芸術療法・認知症介護予防プログラム/  
平成19年6月15日/監修：遠藤英俊

/著者：今井真理/弘文堂

高次脳機能障害のグループゲーム集

/平成15年6月5日/著者：大塚祐一・宮本恵美/金原出版

#### 《8. 提案と発信》

レクリエーションの充実には、勤務体制の調整(レク担当を作るなど)とボランティアの参加が不可欠であった。これらの取り組みを継続して行い、レクリエーションの充実に努めていきたい。また、ボランティアの充実、創作作品の展示先の拡充により、地域とのつながりをよりいっそう深めていきたい。

【メモ欄】