

1-5	
主題	自立支援にみる家具調椅子の使用と歩行の成果
副題	椅子 or 車椅子 どちらがいい？

キーワード1 歩行	キーワード2 座位姿勢	研究期間	10ヶ月
-----------	-------------	------	------

法人名	社会福祉法人友愛十字会		
事業所名	砧ホーム		
発表者：林田 淳史	アドバイザー：なし		
共同研究者：金井満里子			

電話	03-3416-3164	FAX	03-3416-3494
----	--------------	-----	--------------

今回発表の事業所やサービスの紹介	砧ホームは、平成4年に東京都世田谷区砧（きぬた）に開設した、入所定員60名、短期入所4名の特養です。従来型施設ですが、グループケアを提供しています。介護職をメイン職種、他職種をサポート職種としたチーム連携を重視し、自立支援ケアとして「オムツ0（ゼロ）」や外出支援に取り組んでいます。
------------------	---

《1. 研究前の状況と課題》

当施設では平成21年度より全国老人福祉施設協議会の主催する「介護力向上講習会」に参加し、「水分・食事・排泄・運動」を基本としたケア（以下、基本ケア）の理論を取り入れ、オムツを使用しないケアを推進していた。運動（歩行）には歩行器を活用し、26年度は歩行器11台、シルバーカー14台を確保し歩行に取り組んでおり、また家具調椅子も約30台用意し車椅子から椅子への移行も行っていた。

本研究での対象者H氏は、1日中眠っていることもあり、生活リズムに乱れがあった。その為、食事・水分摂取量にムラがあった。移動は車椅子で介助を行っており、離床時は車椅子上で生活されていた。姿勢が安定せず、左右への上体の傾きが見られることもあった。また、便秘の問題も抱えており、排便が4日間みられないと5日目には催便作用のあるセンナ茶を飲まれ、その反応で便失禁を起こすこともあった。

以上より、①生活リズムの改善、②運動量（歩

行量）の増加、③食事・水分量の増加、④便秘の改善、⑤姿勢の安定を課題として挙げた。

《2. 研究の目的ならびに仮説》

自立支援ケアを進めていくにあたって、車椅子での移動から歩行器歩行への移行を行うために、家具調椅子を使用。家具調椅子を使用することで安易に車椅子での誘導を行わず、積極的に歩行介助を行う意識が生まれる。また姿勢を補正し覚醒状態を改善させることで、必要な栄養量の確保を目指し、ADL全般の改善、利用者のQOLの向上を期待した。

更には限られた狭い空間での食事環境を改善するために、食事スペースでは車椅子を使用せずに家具調椅子で過ごしていただき、食事という「楽しみ」をより充実させ、「基本ケア」について施設内での職員スキル向上を図り、椅子に座って食事をするという人間本来の姿で自分らしく生活していただける環境が整うことも付加要素として考えられた。

《3. 具体的な取り組みの内容》

- ① 生活リズムの改善
 - ・運動と水分増加のアプローチ。
- ② 運動量（歩行量）の増加
 - ・リビング内で家具調椅子への移行。同時に居室やトイレ等、日常生活上の移動手段を車椅子から歩行器歩行へと移行。
 - ・トイレを使用後少し遠回りして歩行距離の増加を図る。
- ③ 食事・水分量の増加
 - ・入所時平均食事摂取量 主食5割 副食5割。
 - ・入所時平均水分摂取量 621ml。
 - ・H氏が甘い飲み物を好んでおり、カルピス等を主体とし提供。
 - ・水分量を確保することで覚醒状態の改善を図り、食事摂取量の増加を目指した。
- ④ 便秘の改善
 - ・粉末状食物繊維 15g/日開始。
 - ・水分量と歩行量増加を並行してケアを行う。
- ⑤ 姿勢の安定
 - ・足底がしっかりと床に着くように家具調椅子の足を3cm切り、高さを調整。
 - ・座位安定の為に背部クッション使用。

《4. 取り組みの結果》

- ① 生活リズムの改善

1日中寝ているということはなくなり、活動時以外も覚醒されて過ごすことが増えた。
- ② 運動量（歩行量）の増加

歩行距離は平均149m/日に増加。
- ③ 食事・水分量の増加

食事はほぼ全量摂取、水分量も平均1335mlに増加。
- ④ 便秘の改善

1回/3～5日の自然排便の獲得。しっかりとトイレ内で排便ができるようになった。
- ⑤ 姿勢の安定

足底が床に着き、上体が左右へ傾くことが目立たなくなった。しっかりとした座位を保てることで食事摂取動作が安定した。

《5. 考察、まとめ》

車椅子の使用を減らすことで職員が歩行介助を行う機会が増加し、意図したとおり歩行の意識が高まった。このことは職員の技術向上と、利用者のあるべき姿を取り戻す喜びに繋がった。また、単に椅子に座るということではなく、その方に合った椅子の高さや、クッション等を選択し適切な座位を保つことの重要性を学んだ。

限られた食事スペースの中でも車椅子同士での接触を避け、食堂内で利用者が自由に出入りできるゆとりができた。

今後は、椅子への移行と歩行のケアを拡大し、より多くの利用者の生活の質の向上に努めたい。

《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》

竹内孝仁著（2013年）『介護の生理学』（株）秀和システム出版

《8. 提案と発信》

私たち砧ホームでは、「便JOYケア」を提唱しています。読んで字の如く「トイレで排泄をする喜び」であり、私たちは普段当たり前のようにトイレで排泄しますが、いかにそれが素晴らしいことであり尊厳の保持することになるか、実際のケアを行うことで改めて気づかされています。皆様も是非「便JOYケア」で「エンジョイケア」を！