

|     |                            |
|-----|----------------------------|
| 2-6 |                            |
| 主題  | アロマセラピーを取り入れた活動を提供した結果について |
| 副題  | 居心地のいい空間を目指して              |

|                |           |      |      |
|----------------|-----------|------|------|
| キーワード1 アロマセラピー | キーワード2 活動 | 研究期間 | 4 ヶ月 |
|----------------|-----------|------|------|

|                                  |                      |  |  |
|----------------------------------|----------------------|--|--|
| 法人名                              | 社会福祉法人 東京福祉会         |  |  |
| 事業所名                             | 練馬高松園デイサービスセンター      |  |  |
| 発表者： 目時和幸 めときかずゆき                | アドバイザー：原竜太郎 はらりゅうたろう |  |  |
| 共同研究者：亀井智美 かめいさとみ 一兜孝子 ひとつかぶとたかこ |                      |  |  |

|     |              |       |              |
|-----|--------------|-------|--------------|
| 電 話 | 03-3926-3026 | F A X | 03-3926-7872 |
|-----|--------------|-------|--------------|

|                  |   |
|------------------|---|
| 今回発表の事業所やサービスの紹介 | 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(一般 30 名・認知 12 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、居宅介護事業を併設した今年で 15 周年となった高齢者福祉施設です。 |
|------------------|---|

**《1. 研究前の状況と課題》**

当デイサービスでは認知症対応型フロアがあり、体操などの活動を行っている。活動を提供している中で、認知症状の進行が原因と思われる周辺症状により、他のご利用者もそれ以降の活動への参加意欲が低下してしまうことが次第に目立つようになっていた。そういった状況の中で職員の中からも認知症対応型であるのだからもっと認知症の予防・改善につながるような取り組み方で活動提供を行ってみてはどうか？との声が聴かれるようになった。そこで認知症の予防・改善に効果がある活動を提供できないかが課題となった。

**《2. 研究の目的ならびに仮説》**

認知症の予防・改善への取り組みを考える中で、アロマの香りで嗅覚を刺激することが認知症の予防・改善に効果が期待できることが判った。そこで活動提供時にアロマを取り入れることで認知症の予防・改善につなげることを目標とし、ともに職員の活動提供への意欲向上と自信、スキル向上を目指す。

仮説①活動にアロマセラピーを取り入れることで、周辺症状が和らぎ、ご利用者の皆様に活動を集中して行えるようになるのではないかと。

仮説②アロマセラピーを行うことで、認知症の予防・改善を行うことができ、できなかったことが出来るようになるのではないかと(例えば、難しい計算問題が出来る、しりとりも長く続くようになるなど)。

仮説③職員全員が認知症に効果がある可能性がある活動を提供することで、活動に対する意欲が向上するようになるのではないかと。

### 《3. 具体的な取り組みの内容》

- デイサービス全営業日、午後の活動時から帰宅される間の、約2時間でアロマセラピーを実施。
- 使用するアロマは認知症の予防・改善に最も効果があるとされるローズマリーとレモンを2：1で調合したものを使用。
- 2週間ごとにアロマの量を増やし、効果を検証（初回の2週間は使用せず、研究前の状態を確認。3週目からローズマリー2滴とレモン1滴、5週目よりローズマリー4滴とレモン2滴といったように）。
- アロマセラピーはマグカップ大の容器に熱湯を入れ、そこにアロマを数滴垂らし部屋全体に香りを拡散させ実施。
- 効果を解りやすくするため活動を統一。（体操・計算問題・言葉遊び・今日は何月何日等の10種類に絞る）
- 香りを意識した方がより認知症の予防・改善に効果が見込めるとのことで、活動中、10分ごとに、ご利用者一人一人にカップを近づけ香りをかいでいただく。
- 1ヶ月ごとに活動を担当した職員に、ご利用者の変化を聞き取りし、効果を検証。

### 《4. 取り組みの結果》

- 4ヶ月間アロマを使用した活動を行ったが、出来る活動能力自体に変化はなし。
- アロマを使用した活動提供も毎日を行うことが出来ず、10～15日/月であった。
- アロマの適量をローズマリー：レモンを8：4にしたところで職員から頭痛がするなどの意見があり、6：3の割合で固定となった。
- 研究前は活動中に立ち上がり興奮されていた方や傾眠されていた方が集中して体操などの活動に参加されるようになったとの意見が聞かれた。
- 活動提供の種類により、興味や反応を示される方、無反応な方様々であった。

- 活動以外の送迎中に車中より見える満開の桜を見ながら、普段はお話をされない方が「桜がきれいだね。桜の下でお花見したいな、お弁当もってね」との発言がみられるなど、ご利用者の発言が増えた。
  - 探し物をする、帰宅願望が強くなるなどの認知症状が進行している気がするという意見がきかれた。
  - 職員全員が活動に対し、研究前以上に熱心に取り組むようになった。
  - 活動以外でも、ご利用者に対して、意識的に関わるようになった。
- 上記が取り組みの結果として挙げられた点である。

### 《5. 考察、まとめ》

前述した結果、ご利用者に多少の変化はみられたが、その変化はアロマセラピーによるものか、或いは他の理由（例えば職員が意識的に活動を行ったなど）によるものか根拠をしめすことは出来なかった。またアロマセラピーを実施していく中で、活動提供について、種類事に毎回同じ内容にしたほうが、より変化がわかりやすいのではないかと、個別にご利用者の興味のある活動を提供したほうがよかったのではないかと、他にも効果があるとされるアロマの種類も試してみてはどうか、などの改善点も見つかった。

今後はこれを踏まえ、活動を継続していきたい。

### 《6. 倫理的配慮に関する事項》

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》

特になし。

### 《8. 提案と発信》

特になし。