

2-7			
主題	自立型高齢者施設の知識と経験を地域還元につなげる研究		
副題	みんなでめざせ！いつまでも元気すぎる高齢者		
キーワード1：地域交流		キーワード2：包括支援センター	研究期間 24 ヶ月

法人名	社会福祉法人 楽友会		
事業所名	軽費老人ホーム（A 型） 偕楽荘		
発表者： 堀内 麻衣子		アドバイザー：なし	
共同研究者：管理栄養士：飯田 佳世 相談員：岡 靖晃			

電 話	042-376-1711	FAX	042-337-0327
-----	--------------	-----	--------------

今回発表の事業所やサービスの紹介	偕楽荘は昭和 43 年に開設し、平成 8 年に現在の多摩市山王下に移転しました。同一社会福祉法人には軽費老人ホーム以外にも特別養護老人ホーム、在宅サービスセンター等を有しています。多摩市のほぼ中心にある多摩センター駅より徒歩 15 分の高台にあり、晴天のときは富士山も眺められる見晴らし良い立地です。
------------------	--

《1. 研究前の状況と課題》 軽費老人ホームは自立型の高齢者施設である。そのため、施設での生活を継続するためには、原則として自立した生活を送ることが出来る程度の身体機能が必要である。そこで、近年は介護予防に積極的な取り組みを行なっている。その結果からか入居者の平均居住年数は平成 14 年の 6.4 年から平成 26 年では 7 年と長くなっている。一方、施設近隣地域は高齢化が進行し独居高齢者も増加している状況がある。そこで、施設が蓄積してきた介護予防への取り組みをそうした地域に展開し、自立した生活を維持するための身体機能の維持に貢献できないかと考えた。 ＜課題＞ ・地域の一員として施設ご利用者だけでなく施設機能を地域に開放していく取り組みが開かれた施設経営には必要。 ・施設近隣地域の高齢化が進行。また独居高齢者が増加しており自立生活の維持には介

護予防、特に身体機能の維持向上が重要。 ・施設入居者の身体機能維持のためには介護予防への継続した意欲喚起が必要。 《2. 研究の目的ならびに仮説》 本研究では、介護予防教室を通じて、施設が蓄積してきた介護予防への取り組みを地域高齢者の身体機能維持に役立て、さらに施設入居者の介護予防への意欲向上を図る。 ＜仮説＞ ・自立した生活を維持していくための取り組みとして介護予防教室を地域開放すれば地域高齢者の方にも多数参加いただけるのではないかな。 ・もともと介護予防教室に参加されている施設入居者の方についても、地域高齢者の参加により、一層の意欲喚起につながるのではないかな。 ・介護予防教室が参加者増などで活性化することで体力測定値が向上し身体機能維持向上がより図れるのではないかな。

《3. 具体的な取り組みの内容》

- 1、施設全ご利用者にアンケートの実施
介護予防教室に地域の方が参加する事について確認を行う。
概ね肯定的な意見であった。
- 2、地域の高齢者の現状の把握
地域包括支援センターなどから情報提供をしてもらい、独居高齢者の問題点の把握を行った。
- 3、偕楽荘ご利用者と地域高齢者の共通の問題点を確認
介護予防への意識の高さは共通しており、転倒への不安はやはり大きかった。
- 4、講習会の実施（1年目）
理学療法士と相談し、地域の方向けに年2回の転倒防止についての講習会を行い参加者等の問題点を把握。次年度へ繋げた。
- 5、包括支援センター（2年目）
地域の高齢者の参加率を向上させるためには地域包括支援センターと共同に広報活動を行い参加者を募った。
- 6、1年間のスケジュールを作成
5月に講習会、9月に体力測定実施、2月に体力測定結果のフィードバックをするなど、1年間のスケジュールを確定。参加者を固定した。結果、ご利用者との交流の機会も増えた。
- 7、アンケートを実施
ご利用者、地域の方へのアンケートを実施し、介護予防体操に対しての評価の他に人間関係にも着目して回答を募った。

《4. 取り組みの結果》

- ・取り組みを行ってから2年が経過したが地域の方の体力測定値も安定している。
- ・年に1回の体力測定の結果、当初目的としていた、相乗効果としてお互いが意識

することで、体力測定値の向上を求めているが結果的には現状維持であった。

- ・地域の高齢者との良い関係性が構築されることで、施設のクラブ活動や、その他の活動にも地域の方が積極的に参加して頂けるようになり、開かれた施設を目指す取り組みには一定の効果が得られた。

《5. 考察、まとめ》

- ・地域高齢者が施設の取り組みに参加することで新鮮な雰囲気となり、施設入居者から意欲的な発言や行動が見られた。
- ・独居で生活されている地域の高齢者が抱えている問題と自施設での問題の相違はさほどなく、自立を維持したいという目的も同じであった。
- ・介護予防教室のプログラムで体力測定を毎年実施し状態の把握を行なった。結果、現状維持であり身体機能を保つことができた。

＜今後の展望＞

自立型高齢者施設として、入居者の介護予防、自立維持を図り、ひいては施設に入居されている方がいつまでも明るく元気すぎる高齢者となり、それが地域高齢者の憧れとなるような存在を目指していきたいと考えている。

《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》

なし

《8. 提案と発信》

自立型高齢者施設が持っている自立を維持するための知識を地域高齢者にも積極的に還元する事で地域全体に明るく元気な高齢者の増加に繋がるような取り組みを行う必要がある。