

6-5					
主題	入居の方の ADL 維持と QOL 向上を目指し、職員も元気になっていく取り組み				
副題	土に触り日光を浴び、動物とも触れあいながら参加者全員の笑顔を目指す				
キーワード 1	ADL 維持	QOL 向上	キーワード 2	職員も元気	研究(実践)期間 6 ヶ月

法人名	社福) 白百合会	事業所名	特別養護老人ホーム増戸ホーム
発表者(職種)	丸一裕也(介護職員)、村野梨奈(生活相談員)		
共同研究(実践)者	大山浩司(介護課長)、阿部良忍(介護係長)、川久保悦子(介護係長)、他		

電 話	042-596-3456	FAX	042-595-1654
-----	--------------	-----	--------------

事業所紹介	1974 年(昭和 49 年)にあきる野市に開設した特別養護老人ホーム。 「入居の方それぞれの望みを尊重し、心に寄り添ったご支援を実施する」を基本方針に、見守り支援システムやナースコール連動インカムなどの新しい技術や機器を取り入れながら、入居の方へのご支援を行っています。
-------	---

《1. 研究(実践)前の状況と課題》

近年のコロナ禍の影響により、入居の方の外出機会や面会を含めた外部の方との交流が失われていた。そのため一日中施設の中で過ごすことが多くなり、入居の方の孤独感も深まっていた。

身体を動かす機会が減少することでの ADL 低下や、睡眠リズムが乱れて昼夜逆転になる方も一定程度増加した。と同時に、感染を恐れる職員の余暇活動への意識も消極的になっていた。更には、日光を浴びる機会が減少したことによる免疫力低下が一因と考えられる、带状疱疹や丹毒などの疾患が増加した。

施設では、入居の方の ADL 維持と QOL の向上が早急の課題となった。

《2. 研究(実践)の目的ならびに仮説》

本実践では、日光を浴びることでの免疫力の回復や睡眠の質が向上するのではないかと仮説を立てた。また、職員と共に活動することにより、活力を高め生活リズムを整える効果があるのではないかと考えた。

《3. 具体的な取り組み内容》

令和 6 年 6 月にプロジェクトチームを立ち上げ、NPO が運営する東京地球農園への視察を行った。その後、契約を経て農園の 1 区画を「増戸ホーム農園」としてもらい、入居の方と職員が共に行う取り組みをスタートした。まずは種とポットと土を施設内に持ち込み種植えを行った。その後育った苗はボランティアの協力も得ながら農園に植え付けて育ててもらう。野菜が実ったら収穫を体験し現地で試食も行う。農園側の配慮で取れたて野菜のスープも振舞われた。更には、烏骨鶏やヤギとの触れ合いも体験する。

時には、収穫した野菜を施設に持ち帰り栄養課で調理し食事に 1 品加えることもあった。入居の方にも参加していただき、漬物作りなどにも挑戦した。

週 1、2 回、農園に外出する時間を設けて全入居者の参加を進めた。1 回の参加人数は 5 名前後とし、

所要時間は異動を含めて約 1 時間 30 分とした。予定日に雨が降った場合には行き先をショッピングモールに変更したこともあったが、ドライブを楽しんで頂くことにも繋がった。

《4. 取り組みの結果》

農園へ外出した日は、活動的に動くことにより夜間にぐっすり眠れていることが数名の「眠りスキャンデータ」から確認できた。睡眠の昼夜逆転現象の改善に繋がったと言える。

また、免疫力の低下が原因ではないかと仮説を立てた皮膚疾患では、取り組み開始前は 8 名だった患者が 4 カ月後には 0 名となった。取り組みの効果だけとは一概には言えないが、農園で日光を浴びることの効果があったのではないかと推測される。

そして、「歩行に関してリスクあり」と評価されていた方が、農園内のあぜ道を難なく歩き、天井が低く身を屈めないと入れない鳥小屋内でも卵の回収が行える等、予想以上の歩行能力を確認する事ができた。これは、後日に改めて情報共有を行い職員間での評価見直しに至った。

何より、参加を楽しまれていることは入居の方の笑顔から伝わるものがあり、同行した職員も自然と笑顔になり気持ちも明るくなっていった。職員自身もリフレッシュ出来ていたと言える。

《5. 考察、まとめ》

定期的に農園へ赴き、施設の中だけの生活から脱却して睡眠のリズムを掴むことが出来たこと。また、免疫力の低下による疾患を改善することも証明されたのではないかと。

必要以上に介入する過剰介護の減少は、入居の方自身の行動が自由となり生産性向上にも繋がる。

農業をやっていたという入居の方も居られ、栽培方法などを詳しく説明いただくこともあった。地域の方との交流や、動物との触れ合いも活力を高め認知症の進行を緩やかに出来るのではないかと。

この取り組みで、無農薬のトマトやキュウリを食し、トウモロコシの収穫や芋ほり、いちご狩りも体験した。「また行きたい」と言う声も多くあるが、一度に参加できる人数には限度があり、その希望には満足に答えられていない事が課題である。今後は送迎の対応を工夫することやご家族への参加も進めていきたい。そして、入居の方の心に寄り添うご支援に繋げていくことで、参加者全員の元気を目指したい。

《6. 倫理的配慮に関する事項》

なお、本研究（実践）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》

- ・農福連携等推進ビジョン 2024 改訂版 （農福連携等推進会議より）
- ・高齢者の農福連携に関する取り組み実態および類型化 （濱田健司氏 研究報告より）

《8. 提案と発信》

これまでは、高齢者福祉施設が野菜栽培に関わることは難しいと思っていた為、東京地球農園の野菜を施設で販売することのみでの協力を行っていた。しかし、農園に入居者が赴くことで活力を見だし QOL はもとより、ADL 向上をも期待できることに気づいた。

また、販売だけではなく職員を始めとした人員もボランティアとして関わることも出来る。障がい者の社会進出を目的の一端としている農福連携に協力し、地域貢献に繋がればと考える。