平成２９年度
山形県社会福祉事業団実践報告集

社会福祉法人　山形県社会福祉事業団

目　次

Ⅰ　「平成２９年度山形県社会福祉事業団施設実践報告会」発表施設

Ⅰ－１　実践報告

「おーぷん・ざ・どあ　―地域に開かれた施設を目指して―　」

山形県ワークショップ明星園　・・・Ｐ　１～１０

援助主査　田中　亜寿香　　理学療法士　佐藤　沙弥香

看護師　　今野　泉

「ＮＯミス作戦（ノーミス作戦）」

山形県総合コロニー希望が丘　管理課　・・・Ｐ１１～１５

調理師　遠藤　雪子　　調理師　船山　詠美

調理師　遠藤　勇輝　　調理師　佐竹　祐里奈

調理員　齋藤　郁美　　調理員　和田　ふみ子

「大寿荘利用者の「健口」運動の取り組みについて

～美味しい食事、健康をいつまでも！！～」

特別養護老人ホーム　大寿荘　・・・Ｐ１６～２０

東棟職員

「～健康サークルを通じて～　未来の自分につなげるために・・・」

特別養護老人ホーム　福寿荘　・・・Ｐ２１～２７

主任援助員　大場　明美　主任管理栄養士　佐藤　千章

主任援助員　高橋　恵子　主任作業療法士　矢作　智志

主任援助員　髙橋　明寿美　主査(兼)事務長　柿崎　美由紀

看護師長　小松　惠美　協力　健康運動普及推進員

「～「いただきます」「ごちそうさま～」

～１日の栄養（必要なkcal）をしっかりとろう～食育～」

障がい者支援施設　山形県吹浦荘　・・・Ｐ２８～３２

主任調理師　池田　みづほ　管理栄養士　曽野部　由香里

調理師　石垣　律　栄養士　信夫　悠

援助員　今野　彰人　生活援助員　佐藤　欣也

生活援助員　冨樫　光　調理員　佐藤　美貴

調理員　石垣　智美　生活援助員　門脇　夏子

「新ステップハウスでの取組について」

山形県総合コロニー希望が丘　しらさぎ寮・・・Ｐ３３～３８

主任援助員　黒澤　拓　援助主査　白岩　守

援助員　佐々木　歩　援助員　加藤　裕司

援助員　来次　佐智子　援助員　大木　敏行

援助員　川井　雄一朗

Ⅱ　平成２９年度山形県社会福祉事業団実践報告

Ⅱ－１　実践報告

「活き活き長生き応援隊　～１年後も元気で活き活き～」

特別養護老人ホーム松濤荘　・・・Ｐ３９～４４

健康運動普及推進員

主任援助員　菅原　美和　　援助主査　青山　美保

主任援助員　小川　隼耶　　援助員　　松崎　茉有

主任援助員　佐藤　さつき

「ユマニチュードを学んで　～人間の尊厳を取り戻すために～」

特別養護老人ホーム寿泉荘　・・・Ｐ４５～４７

援助主査　鈴木　恵美子　　主任援助員　佐藤　奈津美

理学療法士　瀧澤　千尋　　准看護師　髙橋　哲人

援助員　押切　翔平　　援助員　四釜　瞳

援助員　長谷部　美香　　援助員　米野　智秋

援助員　長谷部　千春　　主任調理師　山口　美穂

援助員　児玉　麻悠子　　援助員　那須　直美

援助員　打田　恵美子

「外出支援の取り組み　～そとに出かけたい！partⅡ～」

養護老人ホーム明鏡荘　・・・Ｐ４８～５２

総括援助専門員　高橋　真　　援助主査　渡邉　英史

援助主査　堀　千代子　　援助員　小松　恵瑠香

援助員　菅原　美愛　　援助員　岸　美紀子

援助員　工藤　美由喜

「心と身体に表れた変化　～ソフトバレーボールに取り組んで～」

救護施設山形県立みやま荘　・・・Ｐ５３～５８

援助員　海野　雄翔　　主任援助員　奥山　麻依子

援助員　柏倉　花子　　援助員　設楽　正英

援助員　髙橋　淳悦

「用具の見直しから快適な排泄環境へ」
障害者支援施設　山形県鶴峰園　・・・Ｐ５９～６３
援助主査　山口　健　援助主査　佐藤　瞳
援助員　佐藤　和香

「利用者ニーズに即した食事形態のあり方について」
障害者支援施設　山形県慈丘園　・・・Ｐ６４～６７
援助主査　富樫　伸　援助主査　鈴木　恵
主任援助員　池田　満　主任援助員　永田　万美子

「健康運動の取り組みについて～「すこやかタイム」の定着を目指す～」
山形県総合コロニー希望が丘　こだま寮　・・・Ｐ６８～７２
主任援助員　本間　久美　主任援助員　小笠原　幸司
主任援助員　佐藤　友也　援助員　沼澤　麻望

「利用者、職員双方にとって優しい介護の実践
～介護のきほんの「き」ボディメカニクス～」
山形県総合コロニー希望が丘　ひめゆり寮・・・Ｐ７３～８０
援助員　渡部　優太　援助員　遠藤　ゆかり
援助員　髙木　善章　援助員　佐藤　紗希

「元気にいくべ　～グループ活動への参加と健康維持～」
山形県総合コロニー希望が丘　まつのみ寮・・・Ｐ８１～８５
主任援助員　加藤　義直　援助員　平　大祐
援助員　髙橋　かほる　援助員　志鎌　由実

「音楽療法の取り組みから　～一人一人の生活に潤いを～」
山形県総合コロニー希望が丘　あさひ寮　・・・Ｐ８６～８９
援助員　益満　望　援助主査　高瀬　美穂
援助員　殿岡　裕佳子

「日中活動の充実について」
サポートセンターらいと　・・・Ｐ９０～９４
援助員　伊勢　知幸　援助員　渡部　たえ子
援助員　高橋　みゆき　援助員　小野　由香里
援助員　横山　俊宏　援助員　叶　裕美
援助員　齋藤　夕季　援助員　佐藤　綾子

「生活のしづらさの解消に向けて」
救護施設　山形県立泉荘　・・・Ｐ９５～９８
援助主査　石川　尚宏　主任援助員　渡辺　亮子
主任援助員　萩生田　憲彦　援助員　船山　紀之
主任援助員　関　友里恵

Ⅱ－２　福祉ＱＣ報告
「障がい者支援施設における買い物外出支援に関する研究
～どの様な支援が安心感提供につながるか～」
障がい者支援施設　山形県梓園　・・・Ｐ９９～１０２
援助員　大地　弘巳　援助員　渡部　智子
看護師　佐藤　純

おーぷん・ざ・どあ
－ 地域に開かれた施設を目指して －

社会福祉法人山形県社会福祉事業団
山形県ワークショップ明星園
援助主査　田中亜寿香
理学療法士　佐藤沙弥香
看護師　今野　泉

はじめに

山形県ワークショップ明星園は、前身の身体障害者授産施設「明星園」から、身体障害者通所授産施設「ワークショップ明星園」として平成７年に開所した。

現在、多機能型障害福祉サービス事業所として、「就労継続支援Ｂ型事業」及び「生活介護事業」並びに「共同生活援助事業」を運営している。

当園では、これまで地域に住む多くのボランティアのご協力の下、囲碁やパソコン、書道、絵画など利用者向け各種教室を開催し、地域住民（八朗会）と利用者が一緒に活動するカローリング教室などや、当園職員による地域開放講座（栄養講座・レザー教室など）も行ってきた。

また、「地域共生社会」の実現の在り方が問われている中、近隣施設との医療福祉連携型施設として、地域内から明星園に対して期待される役割が大きくなってきている。

１　明星園の概要

当園は、山形県山形市の北部である千歳地区・長町８区（高齢化率31％、人口およそ8,100人）に位置している。

東側は古くからの住宅街、西側には田園地帯、南側には内陸部の医療の中核を担う急性期病院、北側には特別養護老人ホーム（以下特養）があり、比較的交通量の多い環境にある。

当園では、障がい種別を問わず利用者を受け入れている。平成２８年度からは、医療的ケア、障がい者の重度高齢化、重症心身障害者、難病者等への対応のため、看護師や理学療法士が生活介護事業に常勤配置となった。

また、平成３０年度より就労支援継続Ｂ型事業は３０名から２０名に、生活介護事業は１０名から２０名に利用定員が変更となった。平成３０年４月現在、重症心身障害者や進行性難病等、吸引注入が必要な利用者やリハビリテーションを希望する利用者を積極的に受け入れている。

２　内　容

平成２８年度の当法人実践報告にて行った地域住民向けアンケート調査や、地域開放講座（カローリング教室等）で実施した参加者アンケート結果を元に、本年度も地域開放講座を実施したので、その内容を報告する。

３　経過及び講座内容の検討

平成２８年度の実践報告では、「地域の声を反映しながら看護師・理学療法士等の専門職をどのように活かすことができるか」、「地域住民は当園に対してどのようなニーズを持っているのか」を地域の回覧に添付する方法で地域住民向けアンケート調査(別表１)を行った。例年開催している地域開放講座（カローリング教室等）でも参加者アンケート(別表２)を実施し、「楽しく体を動かしたい」「体操などの軽運動をしたい」「利用者さんと一緒で楽しい」との結果を得られた。

平成２９年５月、山形市社会福祉協議会（以下市社協)、当園及び近隣施設（特養２施設、包括支援センター１事業所など）で構成される千歳地区福祉団体で話し合いが行われた。その話合いの中で地域住民の居場所づくりが課題とされ、利用者の利用がない土日に当園を開放していきたいと提案した。

また、山形市としても、市社協を中心に生活支援コーディネーターを配置し、「我が事・丸ごと」地域づくり推進事業を行っている。住民に身近な圏域の地域単位を原則とし、住民が主体的に地域課題を把握して解決を試みる体制づくりを支援推進するものである。その中で、実施意欲がある地域に対して支援すると表明していることから、地域のニーズに対応した計画を職員間で立案することができると考えた。

くわえて、地域にある社会福祉施設と地域が連携しながら、施設の持つ専門的機能や人材を活用し、地域福祉活動の推進を図ることを目的に、「施設と地域の交流事業」に対する助成事業もあることを市社協より情報提供があった。

当園においても、【楽しく体を動かして地域との架け橋をつくろう！】をテーマに、健康づくりを主体とした地域開放講座として年５回の健康運動教室を計画(別表３)し提出したところ、交流助成金を得られることとなり、計画書に沿って事業を実施することとなった。

健康運動教室以外の地域開放講座については、平成２８年度の実践報告での地域住民向けアンケート調査や地域開放講座（カローリング教室等）参加者アンケートで得られた「楽しく体を動かしたい」「体操などの軽運動をしたい」「利用者さんと一緒で楽しい」との結果を参考にし、これまで開催してきた八朗会とのカローリング教室なども継続開催とした。

なお、地域開放講座と健康運動教室の案内は、第１回目～第４回目は長町地区区長に回覧板に案内文書を添付する方法で依頼した。第５回目は、市社協のアドバイスもあり、回覧板への添付に加え市報に案内を掲載(表１)した。

表１　平成３０年１月１５日付け　山形市報掲載

●健康運動教室「楽しく体を動かそう」
と　き　１月２７日（土）午前９時３０分
ところ　ワークショップ明星園（長町）
内　容　ボール、玄米ダンベル体操
費　用　無　料
申込み　要
問合せ　明星園鈴木　☎０００－００００

４　地域開放講座の実際

カローリング教室は、山形県障害者スポーツ指導者協会が開催する「障がい者ニュースポーツ出前教室」の利用申込みを行い、用具類のレンタルと指導者の派遣を依頼している。利用者と地域住民の交流を目的に毎年１０月当園にて開催している。

例年、地域住民(八朗会)、当園利用者、それぞれ１０名程度の参加があり、地域住民と利用者の混合チームで対戦するなど貴重な交流の時間となっている。

【カローリング教室の様子】

健康運動教室では、「健康運動指導士」の資格を有する当園園長が講師となり、リズムに合わせた体操や玄米ダンベル体操、ボールを使った体操などに取り組んだ。あらかじめ、血圧測定を行うなど健康やリスク管理に留意した。耳が聞こえにくい参加者などには職員が支援に入った。

また、看護師や理学療法士等による「健康に関するワンポイント講話」を適宜取り入れ、当園に専門職が配置されていることをアピールしたところ、健康相談をする参加者も増加した。

【ボールを使った運動の様子】

【健康相談の様子】

くわえて、就労継続支援Ｂ型事業所の自主製品の宣伝や、当事業所が農福連携でつながりのある地域住民の協力を得て、工賃向上を目的とした自主製品や野菜の販売を行った。

また、地域交流やコミュニケーションの場として茶話会も開催した。

【販売会の様子】

【茶話会の様子】

健康運動教室の開催実績（表２）にあるように、第３回目まで地域の行事と重なることが多く参加者が少ない状況であった。しかし、徐々に千歳地区以外からの参加者も増加したことにより、参加人数の制限を検討するまでになった。

その他、栄養、音楽療法、口腔ケアなど当園職員による地域開放講座を企画したものの、ほとんど地域からの参加はない状況であった。

表２　健康運動教室の実績

日付	参加人数	備考
第１回(7/15)	９人	
第２回(8/26)	９人	
第３回(10/14)	６人	
第４回(12/ 2)	１６人	千歳地区以外からの参加者１名
第５回(1/27)	１９人	市報を見ての参加者３名 千歳地区以外からの参加者３名

５　地域開放講座・参加者の声（交流会での発言、アンケートより）

■ 明星園で行う地域開放講座について

・一人暮らしだけど、ここにきて「ひとりじゃない」と思えた
・みんなと交流できて良かった、人との会話が楽しい
・明星園は知っていたけど、初めてきた
・近くの明星園で運動できるといい
・今後も毎月継続してほしい、参加したい
・介護予防が明星園を拠点に広がるといい（市社協職員）

■ 講座内容について

・和気あいあいと楽しく体を動かした
・家ではなかなか体操しないのでよかった
・デイサービスに５年行っているが、体操もしないのでできてよかった
・ボールなど、運動方法を知りたい
・普段は介護する身、リフレッシュになった
・カローリングも続けてほしい

■ 利用者との交流について

・初めて参加した、楽しかった
・カローリングなど今後も楽しみにしている
・利用者さんとの交流も楽しみにしている
・利用者さんと一緒にできないのだと思っていた
・利用者さんとできる軽スポーツもしてほしい

■ その他

・看護師に血圧について相談できてよかった
・看護師に薬の飲み方のアドバイスをもらった
・理学療法士に脚長差について相談できた
・看護師、理学療法士に相談したいことはないけど、近くにいて心強い

６　まとめ及び今後の方針

平成２８年度の実践報告にて行った地域住民向けアンケート調査や、地域開放講座（カローリング教室等）で実施した参加者アンケートを元に、地域に開かれた施設づくりを目指すため、本年度も、地域開放講座（健康運動教室及びカローリング教室等）を開催した。

平成２９年１０月にカローリング教室を実施、平成２９年７月から平成３０年１月までに全５回の健康運動教室を終了した。回数を重ねるごとに口コミで情報が広がり、更に市報に健康運動教室の案内を掲載したことで千歳地区以外の参加者も増加した。

地域開放講座の参加者の声から「明星園は知っていたけど、初めて来た」との意見もあった。そのため、当園は近くの施設でありながら施設の中や利用されている方々のことが地域住民に十分知られていないことが分かった。

また、利用者と地域住民との交流を目的としたカローリング教室については、地域住民にとっても利用者との関わりや交流を楽しみにしていることが改めて分かった。

一方で、地域住民からは「利用者と一緒にできないのだと思っていた」「利用者さんと一緒にできる軽スポーツもしてほしい」との意見もあった。

平成２９年度は地域住民を対象とし、利用者の利用がない土曜日に地域開放講座として健康運動教室を実施した。アンケートにあったように、今後は利用者と地域住民が一緒に楽しむことができる内容で地域開放講座を複数回にわたって開催することも、検討していく必要があると考えた。

くわえて、参加者からは「楽しかった」「毎月継続してほしい」など前向きな意見が多かったが、当園の自主製品販売や農福連携での野菜販売では、利用者への還元は少ない状況であり工賃向上にあまりつながらないなど課題があった。今後は、地域住民の目に留まる自主製品などの開発は必要であると感じた。

看護師や理学療法士に健康相談をする参加者もみられた。平成２８年度より医療重視型の支援体制を整えたことで、利用者のみならず地域に対しても専門的な情報を提供できることができるようになり超高齢社会、高齢単身世帯や高齢者のみ世帯の増加といった地域の現状やニーズに答えられる強みとなった。

７　あとがき

千歳地区福祉団体での話合いで課題とされた地域住民の居場所づくりや、参加者の声から分かった一人暮らし住民の交流の場の提供など公益活動を検討するとともに、地域と施設を結ぶ事業展開を考えていくなど当園に求められていることや課題が大変多い状況にあることが分かった。

これからは、当園を中心として、高齢者、障がい者に関わらず互いに支え合える地域づくりを行うとともに、地域における障がい者への理解や受け入れが進むよう働きかけていく必要があると実感している。

そして、行政が取り組んでいる「我が事・丸ごと」地域づくり推進事業につなげるとともに地域に開かれた施設づくりを目指して事業展開を図っていきたいと考えている。

8　謝　辞

千歳地区の担当であった山形市社会福祉協議会の小関氏をはじめ、地域の方々や当園利用者に多くのご協力をいただきましたことを、心より感謝申し上げます。

（別表１）

アンケートご協力のお願い

平成２８年７月

ワークショップ明星園
園長　○　○　○　○

日頃よりワークショップ明星園へのご理解とご協力に感謝申し上げます。
さて、今年度も体制を新たにスタートして約４か月が過ぎようとしています。
また、今年度から新たに看護師・理学療法士・介護福祉士等が配置され、より良いサービスの提供を目指しているところです。
明星園も地域の一員として地域ぐるみで健やかな生活を目指すべく各職種を活用いただければと、地域開放講座や健康相談などを考えております。
そこで、みなさまからご意見をいただきたいと思いますのでアンケートのご協力をお願いいたします。

例）
○看　護　師・・・認知症について、各疾病の理解と予防など
○理学療法士・・・介護予防、リハビリなど
○介護福祉士・・・介護教室など
○管理栄養士・・・栄養講座、料理教室など
○健康運動指導士・健康運動教室（テレビを見ながらできる運動、軽運動など）

○希望される講座・内容について、具体的に記入してください。

よろしければ、アンケート記入された方の年齢・性別を○で囲んでください
○年齢　40歳以下・40歳代・50歳代・60歳代・70歳代・80歳代以上
○性別　男性　・　女性

ご協力ありがとうございました。

（別表２）

- 健康運動教室（カローリング教室）アンケート -

カローリング教室にご参加いただき、ありがとうございました。
アンケートのご協力をお願いいたします。

名前（無記名でも構いません）＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

●当てはまる項目に○もしくは、必要に応じて記入してください

年齢（歳代）　60　70　80　その他（　　）

性別　男性　女性

○今回のカローリング教室はいかがでしたか

楽しかった　・　楽しくなかった　・　その他（

○今後、カローリング教室を継続してほしいですか

継続してほしい　・　継続しなくてもいい

その他（　　）

○今後、明星園の地域開放講座で取り上げてほしい内容は？

介護予防　・　介護教室　・　認知症

疾病・病気について　・　栄養　・　料理教室

体操など軽運動　・　リハビリテーション

その他（　　）

（別表３）

平成２９年度「地域と施設の交流事業」計画書

連絡担当者氏名	○○　○○	電話	000-000-0000

1　実施施設及び協力団体等	山形県ワークショップ明星園
2　事業の目的	施設を開放し、地域住民との交流・連携による介護予防啓発活動を実施し開かれた施設づくりを目指す
3　事業の内容等	テーマ 【楽しくからだを動かして地域との架け橋をつくろう！】 地域開放講座　１　≪えがおショップ≫ 〔予定：７/１５〕 ～ 健康運動教室 ～ ＜いつまでも若々しく生活する講話と実技＞ 地域開放講座　２　≪えがおショップ≫ 〔予定：８/２６〕 ～ 健康づくり教室 ～ ＜レクで楽しく＞ 地域開放講座　３　≪えがおショップ≫ 〔予定：１０/１４〕 ～ 健康づくり教室 ～ ＜ダンベルで筋トレ＞ 地域開放講座　４　≪えがおショップ≫ 〔予定：１２/２〕 ～ 健康づくり教室 ～ ＜ボールでリラクゼーション＞ 地域開放講座　５　≪えがおショップ≫ 〔予定：１/２７〕 ～ 健康づくり教室 ～ ＜スクエアステップでロコモ予防＞
4　実施期日	開始 平成29年７月15日　～　終了 平成30年１月31日
5　申請施設の概要	（１）設立年月日　平成７年９月１日 （２）種　　別　障害者支援施設　多機能型事業所

ＮＯミス作戦

社会福祉法人山形県社会福祉事業団
山形県総合コロニー希望が丘　管理課
調理師　遠藤雪子　調理師　舩山詠美
調理師　遠藤勇輝　調理師　佐竹祐里奈
調理師　齋藤郁美　調理師　和田ふみ子

１．　はじめに

社会福祉制度の変革により、希望が丘も利用者５００人の定員が施設入所支援３００人に再編された。利用者数が減るとともに食事提供の数も減っている。しかし、以前は大半が普通食であり刻み食はわずかであったが、現在は利用者の高齢化・重度化に伴って提供する食事形態も大きく変化した。嚥下障害・摂食障害や各種疾病による療養食など個別対応が増加している。

今年度よりしらさぎ寮の、栄養ケアマネジメントの導入に伴い将来構想に基づく５か年実行計画と平行しながら食事提供のあり方も検討を進めている。

２．　目的

現在希望が丘では、利用者２８８名の食事提供している。アレルギーや拒食の対応、補助食品や療養食対応等、個別対応の方が約２３０名おり、普通食の方は（何も手をかけない常食の方）５０名となっている。また、その食事形態だけでなく、個人にあった使いやすい食器やスプーン等の個別対応も進んでいる。それらを把握するため、スプーンや補助食品は表を作り、拒食はカードを作って対応している。しかし、その量が膨大なため、作業ミスがなくならない状況にある。希望が丘は、集中管理方式で食事サービスを提供しており 2 台の食缶車で５寮へ配食をしている。各寮と厨房が離れているため、ひとつ忘れ物をすると厨房から持ってくるのに５分以上はかかり、その分食事提供は遅れて食事サービスの質の低下に繋がってしまう。それらを防ぐため全体の作業をスムーズにして作業ミスを減らし、食事サービスの質の向上につなげることを目的とした。

３．　実施方法

（１）　作業ミスを記録し昼会で報告しながら情報の共有化を図った。

①　Ｈ２８．３～Ｈ２８．９　　日々のミスを箇条書きにする

・前の日の玉ねぎの使い忘れあり

・しらさぎＮのご飯茶碗の大が１３個不足

・まつのみＮの特殊容器のつけ忘れあり

②　Ｈ２８．９～現在　　作業リストを作成し毎日記入

下記の表は、早番が朝食時、日勤が昼食時、遅番が夕食時の結果である。食器食材の食缶車への積み込み忘れ、積み込み間違いが多く見られた。

調理作業チェック項目に×印が付いた日（問題があった日）/日

	月	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	計	月平均
	何も問題のなかった日/日	0	3	3	5	8	7	11	9	6	3	55	5.5
早番	①調理作業中の事故はありませんでしたか？	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	②材料の不良・不足等ありませんでしたか？	2	1	0	1	0	1	1	0	1	1	8	0.8
	③機械の故障はありませんでしたか？	2	1	0	1	0	0	1	0	1	0	6	0.6
	④積みこみ忘れ・間違いはありませんでしたか？(食器)	6	7	2	7	4	3	6	7	8	1	51	5.1
	⑤積みこみ忘れ・間違いはありませんでしたか？（食材）	2	5	4	4	2	2	4	6	6	6	41	4.1
	⑥食缶車は定時で出発できましたか？	5	1	2	4	5	1	2	3	1	0	24	2.4
	⑦異物混入はありませんでしたか？	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	4	0.4
	⑧寮での配膳時のトラブルはありませんでしたか？	4	2	0	1	2	1	2	1	1	0	14	1.4
	⑨その他　上記以外の事柄はありませんでしたか？	5	4	5	10	2	1	4	1	2	0	34	3.4
	早番計	26	21	14	29	16	10	20	18	20	8	182	18.2
日勤	①調理作業中の事故はありませんでしたか？	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0.1
	②材料の不良・不足等ありませんでしたか？	3	1	0	1	1	0	1	1	1	1	10	1
	③機械の故障はありませんでしたか？	1	0	4	0	0	0	0	0	0	0	5	0.5
	④積みこみ忘れ・間違いはありませんでしたか？(食器)	3	5	3	3	0	3	3	4	6	0	30	3
	⑤積みこみ忘れ・間違いはありませんでしたか？（食材）	2	4	4	6	3	6	2	3	4	3	37	3.7
	⑥食缶車は定時で出発できましたか？	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	4	0.4
	⑦異物混入はありませんでしたか？	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0.1
	⑧寮での配膳時のトラブルはありませんでしたか？	3	4	2	5	1	1	1	1	1	2	21	2.1
	⑨その他　上記以外の事柄はありませんでしたか？	4	5	6	3	0	3	2	1	2	0	26	2.6
	日勤計	17	19	21	18	5	14	10	11	14	6	135	13.5
遅番	①調理作業中の事故はありませんでしたか？	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0.1
	②材料の不良・不足等ありませんでしたか？	0	4	1	1	0	0	1	1	0	0	8	0.8
	③機械の故障はありませんでしたか？	2	0	0	0	1	0	1	1	0	1	6	0.6
	④積みこみ忘れ・間違いはありませんでしたか？(食器)	3	3	5	3	1	4	4	3	2	0	28	2.8
	⑤積みこみ忘れ・間違いはありませんでしたか？（食材）	3	3	5	3	5	3	3	5	1	3	34	3.4
	⑥食缶車は定時で出発できましたか？	0	2	2	2	1	4	1	3	3	3	21	2.1
	⑦異物混入はありませんでしたか？	0	1	2	2	0	1	0	0	0	0	6	0.6
	⑧寮での配膳時のトラブルはありませんでしたか？	4	4	2	0	0	1	4	1	3	0	19	1.9
	⑨その他　上記以外の事柄はありませんでしたか？	2	7	6	4	1	0	0	4	3	1	28	2.8
	遅番計	14	24	23	15	9	13	15	18	12	8	151	15.1

（2）厨房職員へアンケートを実施

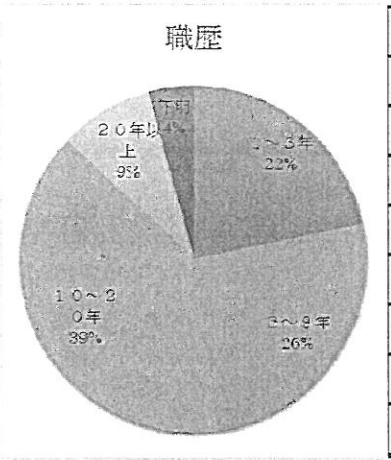
調理係りへアンケートを実施し原因と対策を探った。

・調理師　8人

・8H調理員　9人

・6H調理員　13人　　回答率　79．3％

すべての職歴を通して食器やスプーンの数え間違いつけ忘れや、食缶車への積み込み間違いが多いことがわかる。



	1~3年	3~9年	10~20年	20年以上	不明
職員数	5名	6名	9名	2名	8名
①食器やスプーンの使い忘れ	2人	4人	5人	2人	3人
②食材の使い忘れと機械での切り方間違い	1人	3人	2人	0人	0人
③米の水入れ忘れと炊飯のスイッチ入れ忘れ	0人	1人	1人	0人	0人
④補助食品と拒食の準備忘れ、つけ忘れ	1人	0人	5人	0人	0人
⑤人数変更時のセット食の数間違い	0人	0人	1人	0人	0人
⑥食缶車への積み込み間違いや確認不足	2人	4人	4人	0人	0人
⑦寮で配膳時の盛り付けの食器間違い	0人	1人	0人	1人	1人

Q：どんなミスが多いか？（複数回答可とした）

・食器やスプーンの数え間違いつけ忘れ　１６人
・食材の使い忘れと機械での切り方間違い　６人
・米の水入れ忘れと炊飯のスイッチ入れ忘れ　２人
・補助食品と拒食の準備忘れ、つけ忘れ　６人
・人数変更時のセット食の数間違い　１人
・食缶車への積み込み間違いや確認不足　１０人
・寮で配膳時の盛り付けの食器間違い　３人

Q：原因はなにか？

・慣れが出てきて思い込みで作業してしまう
・個別対応が増えたため
・ミーティングを正しく聞いていない
・仕事に慣れていないため
・掛け声が不十分
・確認不足
・限られた時間内で作業することへのあせり

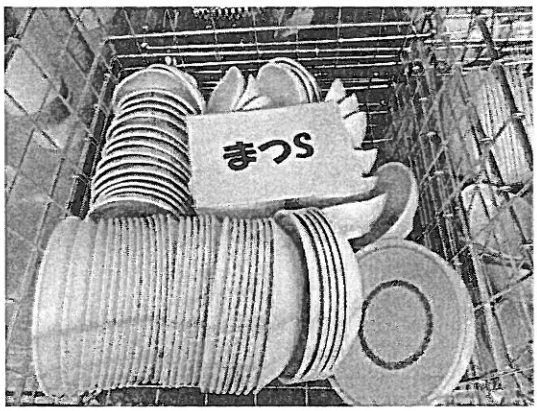
Q：ミスを防ぐには？

・わからないときは聞いてメモを取る
・ミーティングをきちんと聞く自分から積極的に声がけをする
・複数に確認してもらう
・落ちついて作業する
・事前の準備をして時間に余裕を持たせる

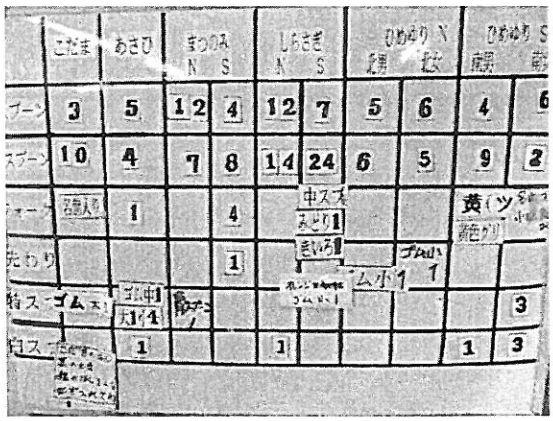
今回のアンケート結果でも、つけ忘れつけ間違いの多さが目立った。ミスをした個人だけではなく職場全体で共有することで全体のミスを減らすために次のことを実施した。

（３）特に多いミスへの対策

① 希望が丘は５寮に分かれており、各寮の食器は２つのファミリーごと数を数えている。（こだま、あさひ、まつのみＮ、まつのみＳ、しらさぎＮ、しらさぎＳ、ひめゆりＮ、ひめゆりＳ）と分けて、２台の食缶車で運んでいる。その中の作業工程として、食器を数える人と、食缶車に積み込む人は異なる。そのため男子ファミリーと女子ファミリーが逆になる等のミスが続いた。その対策として、各寮の名前カードを作成し食器カゴに入れるようにした。

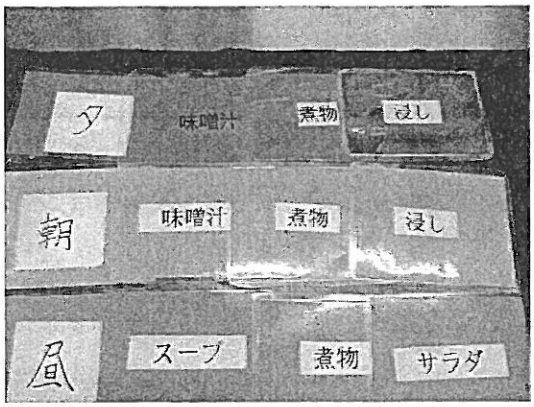


② 個人対応の特殊スプーンは各寮のスプーンを数えたあと、カゴに入れて乾燥している。作業工程として、下膳された各スプーンを洗い、それぞれカゴにいれて乾燥後、食器と一緒に食缶車で運んでいる。さまざまなスプーンがあるため、写真を撮りわかりやすいようにした。



③ 毎食２８８名分の食事を提供するため、食材の下処理は翌日の朝の分までを前日の１７時まで仕込みをしている。そのためその日の夜の分と、翌日の朝の分が同じ冷蔵室に入っていることになる。食材が重複すると間違いやすいため、食材に区分するためのカードを作成した。朝昼夕と色分けし、献立ごとに対応できるように工夫した。紙にすると濡れて破れやすく異物混入につながる危険があるためラミネート加工したカ

ードに作り変えた。



4.　考察

今回の取り組みはサークルメンバーだけでなく課内の各委員会を含めて取り組むことができたため、職場全体での活動になったのが良かったと思う。今回の取り組みでミスが大幅に減ったというわけではないが、調理作業チェックリストに毎日記録することで作業ミスに対する意識は確実に増したと思われる。また、カード作成した６月からは特にミスの多かった食器のつけ間違いが減っている。このことから個人対応が増えた現在は、メモや、記憶に頼るのではなく誰が見ても分かる形にすることが大事である。全職員が同じ情報を共有することで、膨大な個別対応にも応じることができると考える。

5.　まとめ

職場全体でも活動になっていたが、アンケートに対しての回答がない部分もみられた。内容も難しいものではなかったが、記入しやすい項目にする配慮も必要に感じた。どんな時も課内の職員が同じ意識を持てるように声がけもしていきたい。

今後の課題として、一人ひとりが意識を持ってミスを防ぐことが必要であり、同じミスを繰り返さないようにしていくことが大切であると考える。今回の取り組みで、カードや表の作成が成果をだしたように、今後も食材の切り方や補助食品の種類なども、わかりやすい表にして写真を撮るなど、よりよい対策を考えていきたい。これからますます個人対応が増えていくことが予想されるが誰が見てもわかる形にして、ミスを減らすことが食事サービスの向上にも繋がると考える。これからもこのメンバーが主体となって職場全体でミスを減らしていくために活動を続けていきたいと思う。

大寿荘利用者の「健口」運動の
取り組みについて
～美味しい食事、健康をいつまでも！！～

特別養護老人ホーム　大 寿 荘
東 棟 職 員

1. はじめに

当荘は昭和５１年の開設から本年で40周年を迎えた。特養は利用者の方々の「生活の場」であることから、当荘は「安心と安全な生活」を提供し、「笑顔のある暮らし」を送っていただけるよう、利用者の立場に立った個別ケアの充実を目標としている。しかし、荘生活は団体生活であり、週課・日課が決まっている中で個人のニーズをすべて満たすことは難しい。そういった生活の中でも楽しみを見つけ、活き活きと生活を送って頂けるようなサービスを提供したいと考えている。

2. 目的

（１）昨年度の目的より

日々の生活の中で毎日の食事を大変楽しみにしている利用者は多く、常食（キザミ、ミキサーではない食形態）といった形のある食事をいただくことに誇りに感じている利用者もいることから、いつまでも楽しく、美味しい食生活を送っていただけるよう口腔衛生を見直したいと考えた。また、口腔内を清潔に保つことは、口臭予防や高齢者の死因の１つである肺炎の予防にも繋がることから、食事の待ち時間を活用した口腔体操と毎食後の口腔ケアの充実を図ることとした。

（２）今年の目的

昨年度、実践してきて以下のような成果が得られた。

・口臭が軽減された
・口腔ケア時、口を開けてくれるようになった
・口腔内が清潔に保たれている
・口腔内の残渣物が減少した
・食べこぼし、むせりが減った
・歯みがきによる出血が減った
・車椅子を自走するようになった
・活動へ積極的に参加するようになった

大きな成果が得られたので今年の課題としては、「食堂」のみではなく①「ひだまり」「ディルーム」でも嚥下体操、リズム体操を行い、食べこぼしやむせり、口臭の軽減を図ること、②個々の利用者に合った口腔ケアを検討することが挙げられた。この２点が達成できるよう、引き続き実践研修の課題として取り組むこととした。

3. 対象者

食事場所　○食堂　　（東棟の利用者中心）　18名+ショート利用者
　　○ひだまり（中央棟の利用者中心）22名
　　○ディルーム（西棟の利用者中心）18名+ショート利用者
　　○居室　42名

4. 職員の実態調査

リズム体操と嚥下体操は利用者の前でお手本となり、リズムに合わせて手足を動かしたり、カードを使用し利用者の発声を促すことが必要となる。お手本となる職員が動きを覚えていないと出来ないのではないかと話し合い、どの程度知っているのか、またどのような効果を期待しているのか、というアンケートを取ることにした。

アンケートの結果（３０人中）

1）リズム体操を知っていますか？　→　はい　　５名　・いいえ　２５名
2）嚥下体操を知っていますか？　→　はい　２４名　・いいえ６名
3）唾液腺マッサージを知っていますか？　→　はい　１６名　・いいえ　１４名
4）どんな効果を期待しますか？
　・誤嚥防止　・肺炎予防　・口臭防止　・風邪等の感染症予防　・自分の歯が残る
　・美味しく食事が出来る　・飲み込みがよくなる　・口開きがよくなる
5）歯科衛生士による講習会に参加したいですか？→はい　２５名　・いいえ５名

この結果より、やはり職員の認知度が低かったのでリズム体操については、まず職員の周知を図ることとする。また職場内研修も計画することとする。

5、方法

「食堂」「ひだまり」「ディルーム」それぞれの食事場所へ利用者の移動が完了してから、食事を提供するまでの時間を利用し「健口運動」として嚥下体操とリズム体操を実施する。朝食時は夜勤者５名のみとなり待ち時間もほとんどないため、昼食事と夕食時の待ち時間に設定する。それぞれの場所の当番になった職員が主に行う。他の職員は、利用者がしっかり行えるよう一人ひとりのサポートにまわる。リズム体操については、職員への伝授から始めることとする。ラジオ体操をしていた時間に、リズム体操「アラームモーション」「日々」を全館放送して行う。朝会終了後、アルコープに集合し、利用者も交えてリズム体操の伝授を行う。不規則勤務でもあるので約１ヶ月間、期間をとりその後、嚥下体操とリズム体操両方を各食事場所で行う。

居室での全介助の必要な利用者へは、食事介助をする前に唾液腺マッサージを行い、唾液の分泌を促してから食事介助をする。

食後は毎食後、歯みがき、うがい、全介助の利用者へはメンバンにて口腔ケアを行う。

1）リズム体操

・「アラームモーション」「日々」のＣＤを使用し、音楽に合わせ、職員がお手本を見せながら指示を出す。主に深呼吸、背伸び、腕・足の曲げ伸ばし、上下運動、足踏みなど。

2）嚥下体操

・「ぱ・た・か・ら」と一文字ずつ書いたカードを使用。できるだけ大きな声を出す。

① 「ぱ・ぱ・ぱ・ぱ」「た・た・た・た」「か・か・か・か」「ら・ら・ら・ら」とゆっくり発音する。

② 「ぱぱぱぱ」「たたたた」「かかかか」「らららら」と早くハッキリと発音する。

③ 「ぱたから」「ぱたから」「ぱたから」と続けて発音する。

④ 最後に「あ・い・う・え・お」と一文字ずつ書いたカードを使用し、「あ・い・う・え・お」を大きな口を開けて発音する。

※「ぱたから」の効果

・ぱ→唇を閉じ食べこぼさない。

・た→食物を潰す。

・か→食物を食道へ運ぶ。

・ら→舌を丸め、食物を口腔内へ運び飲み込み易くする

3）唾液腺マッサージ

①耳下腺に両手を当て、ゆっくり円を描くようにマッサージする。

→ネバネバした唾液を出す。

②顎下線を刺激。顎の内側を親指で後ろから前へ５ケ所くらい押す。

③舌下線の刺激。顎の下を両手の親指で５回くらい押す。　→サラサラした唾液を出す。

4）職場内研修

外部講師（歯科衛生士）による研修があれば参加したい、という声も多かったこともあり、口腔ケアに対しての正しい知識と技術を身につけ、職員の意識向上をはかるため、外部講師（歯科衛生士）を招き、昨年参加できなかった職員を中心に職場内研修を実施する。(10 月 4 日)

6. 実践

1）リズム体操

「アラームモーション」はラジオ体操のように曲を聴きながら体を動かせるようになっているため、誰もが同じ動きが出来る。しかし、「日々」は泣ける曲として知っている人もいるが、大寿荘の職員で知っている人はあまりいなかったこともあり、伝授してくれる職員が休みの時は「こんな動きあったよね？」「こんな感じだったかも」と寄せ集めのようにな

り、利用者も戸惑う結果となってしまった。

2）嚥下体操

3）唾液腺マッサージ

4）職場内研修

実際に口臭があり、うがいを拒否したりうがいの水を飲んでしまう利用者がモデルとなりブラッシングをしていただいた。講師の先生が声掛けすると、抵抗なく口を開き手を払いのけることもなく最後までブラッシングを受け、うがいをして吐き出すことが出来た。驚きの声が上がるほどであり、技術だけではなく声掛けの大切を改めて実感できた場面となった。経管栄養の利用者は口臭がありブラッシング困難であるためモデルとなってもらった。「きれいにされていますね。」とお褒めの言葉を頂いた。「一本一本丁寧にブラッシングすると臭いも少なくなります。」と指導して頂いた。

研修後のアンケートより
・歯ブラシの仕方、一本一本丁寧にブラッシングしていきたいと思った。
・口腔ケアをする前の、やる気を起こす声掛けが大切だと思った。
・唾液が多く出るマッサージの仕方がわかった。マッサージが大切だとわかった。
・歯ブラシやうがいだけでなく嚥下体操や口腔リハビリも機能訓練に含まれるとわかった。

7. 考察

リズム体操と嚥下体操ともに施設全体に広がり、遠慮がちに小さな声しか出せなかった利用者が大きな声を出せるようになったり、手足を大きく動かす利用者も多くなってきた。また表情が明るくなり、笑顔で取り組んでいる利用者が増えてきた。食べこぼしが減少しエプロンの汚れが減った利用者もいる。食前に体操を行うことにより、より効果が表れやすかったのではないかと思われる。なにより、楽しんで参加してくれたことが大きな成果となって表れたのではないかと考える。

毎食後の口腔ケアを継続することで、一部介助 56 名の内、水を飲んでしまう利用者 8 名、全介助で歯ブラシや指を噛んでしまう利用者 10 名、メンバンにて全介助の利用者 22 名の内、口開きが悪い利用者 16 名、それぞれに合ったやり方を工夫することができた。一部介助の利用者へは言葉かけとコップ、ガーグルを見える位置に準備し目視したことを確認することでうがいを促す。水を飲んでしまう利用者へは、ガーグルを見える位置に持ちジェスチャーと言葉かけで吐き出すよう伝える。歯ブラシ等を噛んでしまう利用者へは、頬の内側から拭き取り徐々に奥の方へ歯ブラシを移動してから内側のブラッシングをする。メンバンにて全介助の利用者へは、口角から指を入れて上下左右ていねいに拭き取る。口開きが悪い利用者へは、食事前と後に頬のマッサージをする。など利用者の状態にあった方法を考えながら行うことができた。

歯科衛生士の研修では得られることがたくさんあり、研修後の取り組みでは言葉かけでの工夫と丁寧な口腔ケアを意識する事ができるようになった。

8、まとめ

口腔ケアの充実を図ろうと取り組んでから二年目となり、習慣づいてきたように思われる。「ぱたから」の他に、早口言葉や「あ」の付く言葉を言ってもらうなど、ゲーム感覚で楽しく取り組める運動も良いのでは？と新たなアイディアを出してくれる職員も出てきたことに驚いている。

歯科衛生士による研修を受けてからは、言葉かけと丁寧なブラッシングの重要性について認識できたため、技術的にも向上が図れたと思われる。職員間で意見交換したり、アドバイスをしたりと共有することができたのではないかと思う。

今後も表情豊かに、笑顔で楽しく口腔ケア体操に参加してくれる利用者が一人でも多くなり、口腔ケアを通して利用者の生活の質の向上につながればと期待している。

～ 健康サークルを通して ～ 「未来の自分につなげるために・・・」

社会福祉法人山形県社会福祉事業団　特別養護老人ホーム福寿荘
主任援助員　大場明美　主任管理栄養士　佐藤千章
主任援助員　高橋恵子　主任作業療法士　矢作智志
主任援助員　髙橋明寿美　事務長　柿崎美由紀
看護師長　小松恵美　協力　健康運動普及推進員

はじめに

福寿荘は、昭和４９年に開設した山形県で２番目に古い施設である。山形県の北側、秋田県との県境にあり、梅の名所である「真室川公園」近くに立地している。真室川音頭が有名で、利用者の方もよく口ずさんでいる姿がみられる。

この地は県内でも豪雪地帯の一つである。長く厳しい冬を過ごした人々に、真っ先に春の訪れを知らせる「福寿草」にあやかるとともに利用者の幸多き長寿を願うことから、施設名を「福寿荘」と名付けられたといわれている。

福寿荘に勤務する職員は、変則勤務であり体を動かす業務が多いため、年齢を重ねるごとに疲労が取れにくいとよく話題になる。建物が古いため介助スペースが狭く、職員の力量で利用者の生活の不便さをカバーしている状態である。

いつまでも働ける環境が整ってきている現代である。しかし、自身の健康管理について不安がないのか考えると、仕事と家庭で忙しい毎日で立ち止まって考える余裕がない。くわえて、個人で運動などの健康維持する取組を継続することは難しい。そのため、職場と自宅との往復の間に健康について考える機会やリフレッシュできる時間を設けたいという思いで、この取組を実践することになった。

目　的

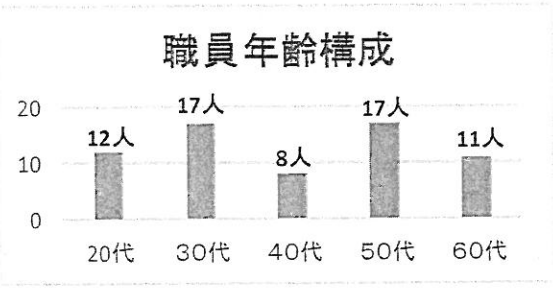
職員の日常生活の見直しや健康の維持増進を図り、自己管理に対しての意識の向上を目指す。正しい介護技術を習得することや、職場でリフレッシュタイムを設けることにより、精神的余裕を持ち個々の業務や利用者のケアにあたることができるようにする。そして、利用者の方々の充実した生活につながるよう職場環境を整えていく。

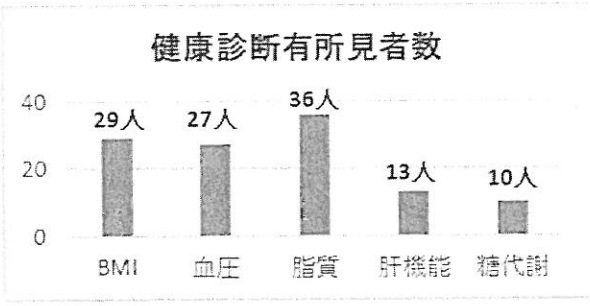
方　法

福寿荘に健康サークルを発足させ、安全衛生委員会より職員の年齢構成や健康診断の評価などの情報を収集する。職員に対して初期と後期にアンケートを実施する。初期は自身の健康状態や生活について現状を見つめ直す内容とし、後期は健康に対する意識や生活の変化、心の余裕について問う内容としてアンケートを実施し、集計結果からその効果をみる。

実施期間は７月から１１月までの５か月とする。健康サークルの活動を職員に説明し、活動内容はアンケート集計後に決定する。活動内容の日程が決定した後にポスターを掲示し参加者を募る。

なお、実践前に利用者に対して、今回の職員の活動取組を説明し、終了後、利用者自治会にて職員に変化があったか意見を伺うこととする。



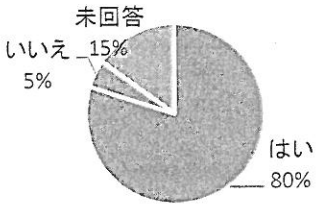


※ 職員の平均年齢 43.48 歳、平成 28 年度の健康診断結果で有所見者の多い分野

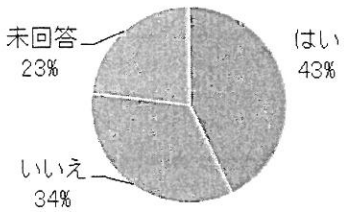
経　過

【初期アンケート集計結果】　職員６５名中５４名の回答（回答率 83%）

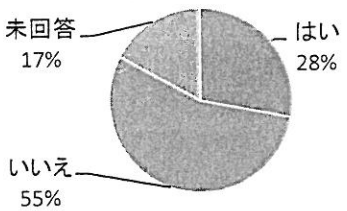
① 元気に働いていますか？



② 健康に不安はありますか？



③ 健康でいるために取り組んでいることはありますか？

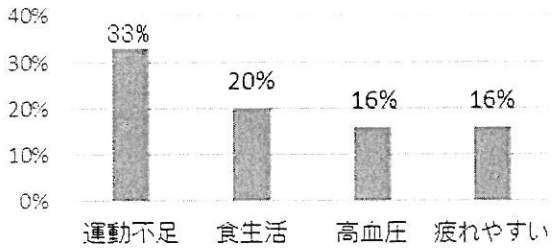


アンケートから

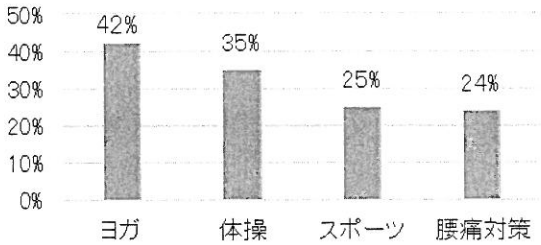
- 元気に働いているが健康に不安がある職員が４割。
- 現在健康維持のため何か取り組んでいる職員は３割。
- ④のような不安を抱いている職員が多いことから、健康サークルを発足したため、興味のある内容について質問したところ⑤の回答となった。

以上の回答から⑤のような４つのサークル活動を実施することとした。

④ どのようなことが不安ですか？



⑤ 健康サークルでやりたい活動はありますか



【健康サークルの実施】

① 健康運動（全３回）

健康運動普及推進員による指導の実施。
１６：４５～１７：１５の３０分間で
１回の参加者数５名程度

（職員の感想）

・健康のためには、運動が必要といわれていますが一人では、なかなか取り組むことが困難です。就業中に機会があれば、とてもうれしいと思います。緩やかな動きの中でも普段使っていない筋肉が伸びて、スッキリでした。明日の朝が心配と思われましたが何事もなく起きています。
・呼吸法、ストレッチ、脳トレなど短い時間で、いろいろプログラムを立ててもらい、楽しく充実した時間でした。動きもゆっくり無理なくできたので、業務の後でも疲れを感じませんでした。
・他職種の方々とお互いの顔を見ながら運動することができて楽しかった。

② ヨガ（全４回）

外部講師に依頼しヨガを実施する。
ゆきわりそうホールを使用し
15:30～16:30 の１時間（勤務時間内）。
１回の参加者数６～８名程度。

（職員の感想）

・体の緊張がほぐれる感覚を実感できました。
・全身、特に首、肩が軽くなった気がします。リラックスでき気持ち良かったです。
・特に腰痛対策のストレッチに関心があり、もう少し時間をかけてゆっくりやってほしかった。

・主婦は、職場と家の往復で自分のための時間を作れないので、今回、心と身体もリフレッシュできました。
・身体を大きく動かす機会は、なかなかなく、大変良い時間となった。自分の体と向き合い、どの程度、自分の身体が動くのか、硬いのか、自分を見つめる良い機会となった。翌日、少し筋肉痛になったが、そのぐらい体を動かしたと思うと気持ち良かった。
・呼吸法が難しかったのですが、マスターしたいと思いました。仕事の疲れが吹っ飛ぶようなヨガでした。これからも続けられるように自分でも努力したいと思いました。また、セルフケアの視点からも続けていきたいと思いました。

③ 生活習慣病についての講話（１回）

最上総合支庁の保健師による出前講座を実施。
秋山地区住民に案内を回覧し、参加者を募る。
１５：３０～１６：３０の１時間（勤務時間内）。
参加者は、職員１０名程度、地域の方１０名。

（職員の感想）
・マヨネーズ大さじ半分で５０kcal とは驚きました。運動で消費するには普通に歩いて２５分とのこと。食べることに気を付け、塩分に気を付けたいと思いました。大変わかりやすい講義でした。
・高血圧、糖尿病、がん、自覚症状のない病気がこれからの生活を大きく左右すること。不安に思うことだけでなく病気の芽を摘み取りながら、明るく生活したいと思います。

④ 作業療法士による介護技術と腰痛予防指導（２回）

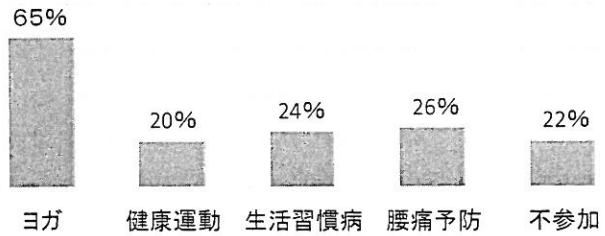
作業動作中の腰への負担量やスライディングシートを活用した移乗方法の実践。
１６：４５～１７：４５の１時間。
１回の参加者は６～７名程度。

（職員の感想）
・腰痛の原因や正しい体の使い方を知ることができた良い機会でした。この講座を聞いて、日々現場で働く時の体の動きを振り返って一つひとつの動作に目を向け改善していこうと思った。
・今まで排泄介助や移乗介助の際に力任せに行うことが多く、腰への負担を大きく感じていましたが、ボディメカニクスを上手に使い、自分自身と利用者がお互いに負担にならないようにしなくてはならないと思いました。
・腰痛を初めて味わい姿勢の大事さが身にしみました。これから、自分の身体を大事にし、利用者様の負担にならないような介護介助をしていきます。残存機能を利用し、自分の身体を労わりつつ、長くこの仕事を続けていきたいと思います。

結　果

【後期アンケート集計結果】６５名中、５４名の回答（回答率 83%）

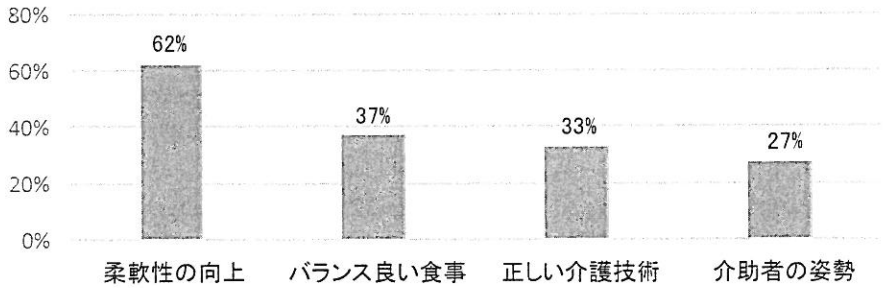
① 体験率



① 体験率は複数回答可能として質問し、回答者全体の 77.8%は何らかのサークル活動に参加したことがわかった。

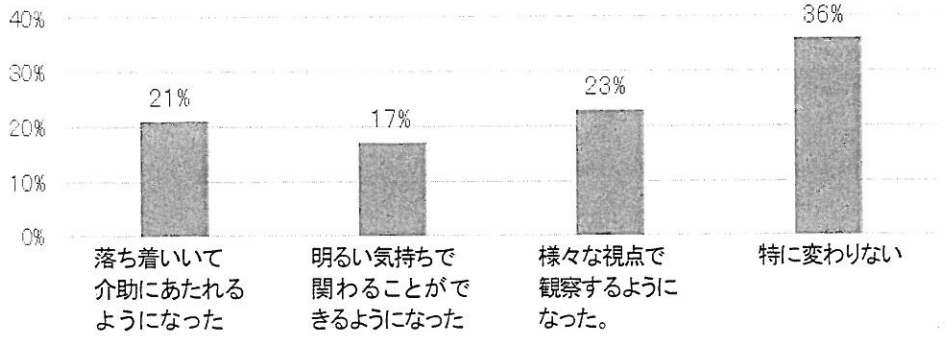
② 今後改善したいこと（意識調査）

サークルを通しての意識の変化では、食生活改善やストレッチなど生活の見直しと業務動作の改善に意識が向くようになったとの意見が多かった。



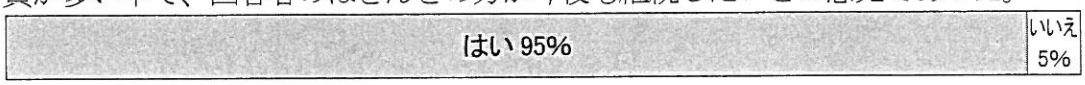
【具体的記述内容】
・自分で予防することが大切だと思った。自分の体は自分しか分からないので気を付けたい。
・これからも体づくりを続けたい。栄養学も学びたいと思う。
・日頃から少しでも身体を動かすようにしようと心掛けるようになった。
・腰痛を予防するために腰に負担のかかる姿勢を避けるようになった。
・料理で食べる順番などに気を付けた。
・減塩を意識して間食を控える。

③ 利用者に対する関わり方



④ 今後も健康サークルを継続したいですか？

忙しい業務や日常生活を送っている中であり、参加した回数が１～２回と少ない職員が多い中で、回答者のほとんどの方が今後も継続したいとの意見であった。



食堂で過ごしていた利用者に個別に聞き取りを行った。職員の変化について質問した結果「いつも明るく元気に仕事をしている。」「皆さんが優しく接してくれる。」「気遣いをしてもらってありがたい。」と数名の方の発言があった。

考　察

【効　果】

今回このような取組の中で、全員が同じように参加することはできなかった。一度でも参加することにより、自分自身を見つめ直す機会となったのではないかと思う。

４０～５０歳代、６０歳を超えた職員も多いが、まず初期のアンケートで元気に働いていると回答した方が多いことに驚き、職員の仕事に対する責任感が強いことが把握できた。

実施中、職員の腰痛の訴えもなく、長期休養する職員もほとんどいなかった。これは一人ひとりがスケジュールに合わせて自分の生活をコントロールし、仕事に従事しているともいえる。健康サークルへの参加から、更に健康に対する意識の向上が図られたと思われる。

サークルを通して参加できなかった職員も内容に興味があるとの意見があり、健康に対する向上心を持っている職員が多いことがわかった。後期アンケートからは、全体の約７割が何らかの前向きな姿勢の変化を感じ取ることができたようだ。腰痛予防のための介護技術について学習やヨガを通し身体の柔軟性の大切さを実感し、利用者の直接援助につながる活動になったと思われる。

【課　題】

課題として、運動には興味はあるが家事や育児などで忙しく、自分自身のための時間が取りにくいことが感想などからわかった。利用者と一緒に健康運動の時間を設けてみることはできないかなどの意見などもみられた。実現すれば、利用者と職員、双方の心も身体もリフレッシュでき良好なコミュニケーションが図れるように思える。

後期アンケートに関しては、利用者に対する関わり方には変化がないと回答した方が36%と最も多かった。サークル活動の実施回数が少ないことと、個々の参加回数から、利用者に対する良い影響は現在のところみられないものと考えられる。

しかし、活動を継続することにより、健康な心体で長く仕事が続けられることをめざし、経験年数を重ね心体のセルフケアすることにより仕事への余裕がでることに期待される。良い人間関係を作り、ゆとりをもって、利用者の援助に広げていければと思う。

おわりに

仕事には責任と柔軟性のある発想が必要であるといわれている。そのためには職員一人ひとりの心のゆとりと健康な身体が大切である。

今回の研究発表で、各委員会の協力により健康サークルを立ち上げ、参加したそれぞれの職員が心身の健康を維持増進できるよう、生活習慣病予防や、身体を動かす楽しみ、筋力を維持することに興味を持ち、心と体のリラックス効果が得られたのではないかと思う。

今回の取組では、「心のゆとりと健康な身体」までは見いだせなかったが、「意識する」スタートラインにたてたのではないかと思う。今後も心身の健康を意識できる機会を設け、一緒に継続し取り組めるような環境を整えていきたい。

～「いただきます」「ごちそうさま」～

１日の栄養（必要なkcal）をしっかりとろう

～食育～

障害者支援施設　吹浦荘
主任調理師 池田　みづほ　管理栄養士 曽野部　由香里
調理師　石垣　律　栄養士　信夫　悠
援助員　今野　彰人　生活援助員 佐藤　欣也
生活援助員　冨樫　光　調理員 佐藤　美貴
調理員　石垣　智美　生活援助員　門脇　夏子

1. はじめに

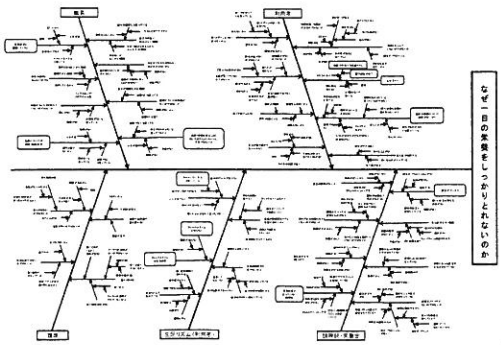
「健康とは・・・」という問いに・・・私達は「食べる事」と答えます。１日のkcalを（栄養面）ちゃんととっていたら・・・規則正しく同じ時間に３食きちんと頂いたら・・・「健康」という事を身近に感じるのではないかと思います。今年から栄養ケアマネジメントも進むなか、一人一人の個別ケアもしっかりと表れてきました。「食育」活動の中で健康でいる為には、地産地消、郷土料理の大切さも覚えました。利用者様にも、栄養献立を新鮮な食材できちんとした調理法での料理、そのあたり前の現在をもう一度「いただきます」「ごちそうさま」を通して、見直そうと思います。

2. 目的

食育活動も７年目に入り、利用者様も食育という言葉を通して食べることに健康に興味を持ち始めたように思います。しっかり全部、食事を摂取して頂いている様子が栄養ケアマネジメントを通して伺えます。吹浦荘の食事提供の中で、食事時間もフレックスタイムと各自自由ではあるが大半の利用者様は、時間になるのを「じーっ」と待っています。楽しみにして頂いている食事、そして好き嫌いなく頂いてもらう為に、個別ケア食を目指し、一人一人にあった食事提供、健康でいるためには・・・と考えてもらえるように利用者様と一緒に食育活動を探りながら、援助職との連携のあり方等、荘一丸となって取り組む事を目的とします。

3. 実践方法（スタッフの検討事項を含む）

スタッフ全員の話し合いのもと要因解析（フィッシュボーン・ダイアグラム／イシカワダイアグラム）を行う。その問題点は次の通りである。



要因解析図

レストラン献立（左：普通食　右：スマイルケア食）

（1）利用者様の平均年齢での一日の摂取kcal。（栄養ケアマネジメント）
（2）利用者様、職員にアンケートを取る。その中身として、「いただきます」「ごちそうさま」と言って（強制はしない）食事を頂いていますか、残さないで食事を頂いているか等、職員の食育に対する事柄等を含む。
（3）利用者様一人一人の食事摂取量の記録をグラフで表す（男子・女子）（平均）。（栄養ケアマネジメント）
（4）検食簿の活用（調査）。
（5）嚥下の困難な利用者様にどのように食事を提供したらよいか研修に行く。
（6）メンバー10名のコミュニケーションを深め、「食事サービス」の向上に努める。
（7）スタッフの「やる気」「前向き」な業務の向上心をつかさどる為に、研修に行く。
（8）自閉症の利用者様から協力してもらい、自閉症の方の好き嫌いの在り方を追求する。
（9）利用者様の嗜好調査をもとに、栄養面・食べ方について更に追及する（栄養ケアマネジメント）。

4．実践、経過（現状把握・波及含む）

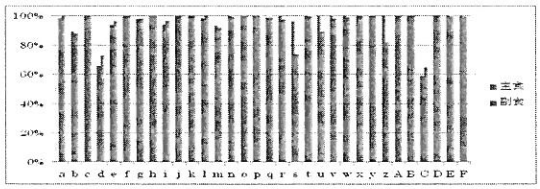
（1）利用者様の平均年齢での一日の摂取kcal

1日の提供kcal　1863kcal（平成29年8月平均）

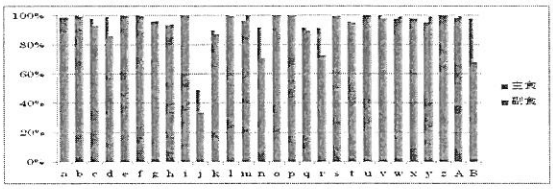
・20歳台～80歳台と年齢に幅がありますが、ごはんの量（炭水化物、療養食含む）で100g～250gとkcalが違います。

・その結果として一人一人の食事摂取量の結果。（平成29年8月平均）

〈男子利用者（32名）〉



〈女子利用者（28名）〉



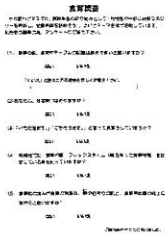
○平均食事摂取量　主食：94%　副食：93%　　○平均食事摂取量　主食：95%　副食：91%

●全体の平均食事摂取量　主食94%　副食：92%

●推定される平均摂取エネルギー量　1749kcal（平成29年8月平均）

（2）ハピネスアンケートの結果

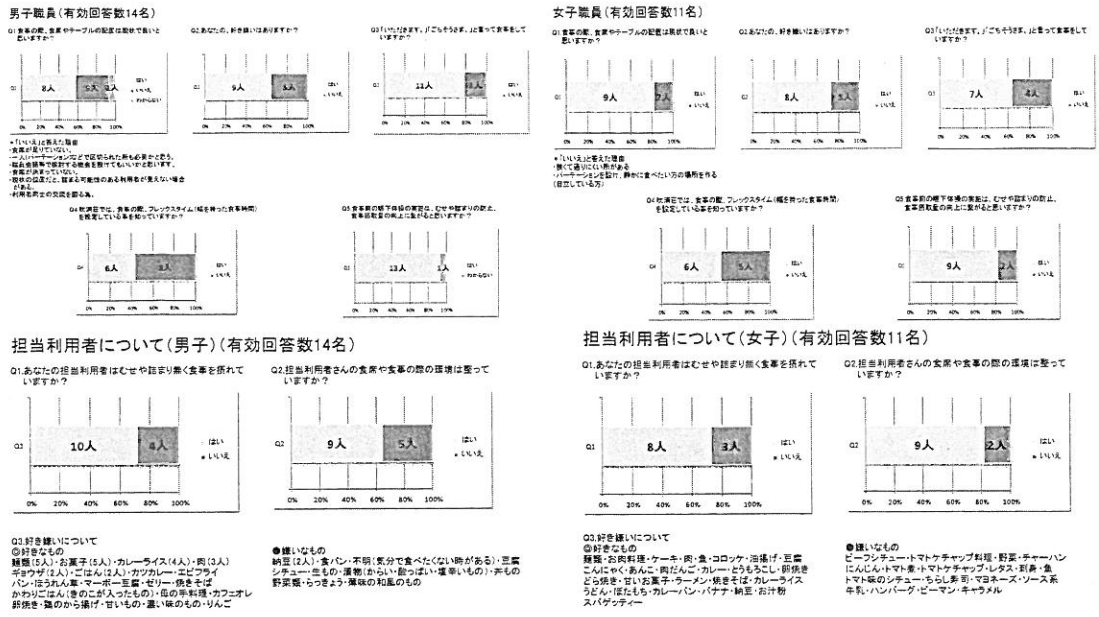
利用者



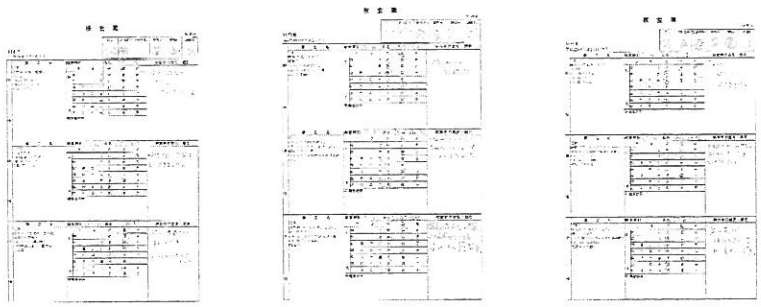
担当職員

七夕献立

緑トレイ：スマイルケア食　茶色トレイ：普通食



（3）検食簿の例



・管理栄養士、栄養士、厨房スタッフ８名必ず目を通し、盛り付け、色彩を含む味つけ等参考にし、毎日の検討事項にしています。

（4）各自の研修の取り組みとして

・8 月 10 日(木)　障害者支援施設恵風園に食育活動の取り組みを通して、他施設で行っている「嚥下体操」や食事状況を視察し、今後の食育活動に活かすために研修に行く。援助員３名・栄養士１名・調理師２名を参加させる。

・その後、メンバーで話し合い、嚥下体操を荘でも取り組んでいった方が良いと意見がまとまる。恵風園で教えていただいた内容をもとに、吹浦荘に合った形での嚥下体操を構成する。スタッフで話し合い、手をつけ、一つ一つの項目に楽しく覚えることを意義とした。

・9 月 12 日（火）嚥下体操について利用者様を対象とした健康教室を行う。

・9 月 14 日（木）嚥下体操の実施について職場内研修を行う。全職員の協力のもと、実施することに決定する。時間帯や実施する場所を話し合い、平日の昼食配膳前、11 時 20 分～食堂前リビングで実施と決定する。翌日 9 月 15 日（金）より開始する。

・9 月 26 日（火）障害者支援施設慈丘園で行われた研修「なりきり体験！！“おいしい”を叶える食事ケア～食リハとユニバーサルレシピ～」に援助員２名・管理栄養士１名・調理師１名が参加する。

・12 月 1 日（金）現在、昼食配膳前の時間、食堂前リビングに集まっている利用者様と嚥下体操を

行っている。
・その他のメンバーも、食材・食事等の研修に10名全員行きました。

（5）水分拒否のAさんについて
Aさん　（男性）　４７歳　障害程度区分６　やせ型
○生活状況　10/1現在
Aさんの日常の様子として、着替えや入浴、排泄に介助を必要としています。日中は朝から晩まで荘内を歩き回り、他者には執拗に接することが多々みられています。常時落ち着きなく動きまわる様子がみられています。現在の食事形態として主食は普通食、副食は荒刻み食で提供しています。以前は自力摂取していましたが、現在は噎せ込み著しい為、水分など安全に美味しく摂取出来ない状況でした。
○食事摂取状況　（現状として）　10/1現在
現在の食事形態として主食は普通食、副食は荒刻み食で提供しています。以前は自力摂取していましたが、現在は噎せ込み著しい為、水分など安全に美味しく摂取出来ない様子がみられます。水分摂取時は介助を必要していますが、お茶やみそ汁等の水分には顔を背け、嫌がる様子が著しくみられ、水分補給が困難な状況がみられました。
○現在のAさん　（結果として）　12/1現在
以前は一日にたった200ccの水分補給も嫌がり、飲めなかった状況でしたが、水分をゼリー状で提供することで現在はお茶だけでも１ℓ以上の水分補給をスムーズに摂取出来ています。また、食事の際も噎せなく安全に食べられることから食事を自力摂取されることが増えています。今後もAさんの摂取状況を経過観察し、安全に美味しく食べられるよう支援していきます。

このような現状から、水分補給にお茶ゼリーの提供をすることにしました。（一日５回）
どの程度の濃度がよいか、その結果は表の通りです。

第１回目試作（7月28日）

	使用量	お茶の量	濃度
ゼラチンRR（新田ゼラチン株式会社）	20g	1000ml	2%
クールアガー（新田ゼラチン株式会社）	30g	2000ml	1.5%

ゼラチンRRは出来上がりがかたく、クールアガーはやわらかかった。

第２回目試作（8月10日）

	使用量	お茶の量	濃度
クールアガー（新田ゼラチン株式会社）	30g	1500ml	2%
イナアガーL（伊那食品工業株式会社）	20g	1000ml	2%

価格と口の中に入れた時の食感でイナアガーLに決定。

実施

	使用量	お茶の量	濃度
イナアガーL（伊那食品工業株式会社）	25g	1500ml	1.7%

実施はイナアガーLの濃度1.7%に決めました。8月25日から実施しています。
このお茶ゼリーの補給のおかげで、一日に必要な水分が摂取できるようになりました。
今後、栄養も必要な分が摂れるように取り組んでいきます。

○スマイルケア食（ミキサー・とろみ・刻み・荒刻み）は現在27名で、ご飯の種類は100g・150g・160g・180g・200g・250g・PLCご飯、お粥の種類は200g・300g・ミキサー粥・PLCお粥があります。代替食（好き嫌い含む）は21名で、栄養ケアマネジメント開始後、個別ケア食（スマイル

ケア食含む）の利用者様は13名新たに増えました。今現在も個別ケアを目指しています。

5．取り組んだ結果

「いただきます」「ごちそうさま」私達もあまり使わなくなった言葉の一つのような気がしました。利用者様にも強制はせず、自分から進んで言ってくる利用者様はたくさんいます。下膳の時も「ごちそうさま」はよく聞きます。「いただきます」は各自テーブルに座るせいか（毎日バイキング形式）あまり聞けませんが、お辞儀をしてから頂く利用者様は数名見られます。食事の「あいさつ」も1つの食事のマナーではあるのではないかと思われました。

「健康」でいる為に、全て残さず食事を頂いてもらう為に、今回は「嚥下」について深く追求しました。その結果として、利用者様と楽しく「嚥下体操」も出来、スムーズに食事をいただいてもらう為に荘一丸となり、全職員の協力のもと進める事も出来、本当に「健康」という言葉の意味を深く、深く理解しあえたように思われます。私達も昨年同様「一口でおいしい」と言える食事を提供しなければいけません。業務を遂行する為には、マンネリにはならず、常に新しい情報、前向きな心持をもたなければいけないし、古くからの郷土料理の大切さや、命を守る公衆衛生等々、一日の業務の重さを痛感すると共に、「健康」というこの言葉の意味を利用者様、荘職員、全員で感ずる事ができたのではないかと思います。そして、更に援助員のスタッフの「やる気」や、厨房職員では分らない利用者様の日常生活での在り方等々、その協力対策の強さも素晴らしいと思います。

栄養ケアマネジメントも進んでいる中、荘全職員の協力で結果を出すことができ、大変良かったと思います。吹浦荘の食事の残飯、残菜はほとんどなく、「おいしい」との声も聞け、私達も自分が健康でなければいけないという事を確認しつつ、肝に銘じなければいけないと思いました。

6．おわりに

今回のテーマは、「健康」を「確認」「認識」し「食事の大切さ」を分かって頂く為に取り組みました。結果として、「食事は楽しみの一つ」だと利用者様からも言ってもらえ「一口でおいしい」とも言ってもらえ、一つ一つのテーマが食育を通して1つになると感じる事が出来ました。

栄養ケアマネジメントも進んでいる中、職員の協力体制も素晴らしいと思い、一人一人の職員が食事に対して、利用者様の健康を考えているのがわかりました。「嚥下体操」での「噛む」という事の大切さ、そして、視察に行った施設での「おいしくごはんを食べましょう」という合図に、私達も同感しました。

利用者様の年齢には幅はありますが、年齢ではなく、「噛む力」「あごの力」「大きく口を開ける」ことの大切さを吹浦荘独自のやり方でリズムに合わせ手をつけて、今現在、毎日昼食前に行っており、3 食共に食事の前に出来る事を目標に頑張っています。今現在も利用者様から、朝・夕食もしてほしいとの声もあがってきています。このような日課の取り組みも、生活習慣につなげていけたらいいと思います。これからも、職種間の隔たりを無くし、スムーズな連携をし、情報を共有し、業務を遂行していきたいと思います。

食事をいただく前に「いただきます」食事を食べ終えた後に「ごちそうさま」。食事のマナーと思うだけではなく、最初に発する声も「嚥下体操」につながっているのではないかと思いました。どんなに時代が変わっても、「食べる事は生きる事の基本」を忘れてはいけない事だと思われました。

様々な問題が日常である中、1つ1つ難題を解き、答えの出ない（アンサーの出ない）問題を職員一人ひとりが自覚し、そのチームワークが出来たら、素晴らしい施設環境・施設運営になるのではないかと思われます。

利用者様の一人ひとりの「気づき」を見落とさないという基本的、初歩的な事を職員が見落とさないという事を決して忘れてはいけない。その「忘れる」という言葉自体を軽く思ってもいけないという事を心に強く思い、私達は職務を行いたいと思います。

新ステップハウスでの取組について

山形県社会福祉事業団　山形県総合コロニー希望が丘しらさぎ寮
主任援助員　黒　澤　　拓　　援助主査　白　岩　　守
援　助　員　佐々木　　歩　　援　助　員　加　藤　裕　司
援　助　員　来次　佐智子　　援　助　員　大　木　敏　行
援　助　員　川井　雄一朗

1　はじめに

しらさぎ寮は、平成１２年１月に強度行動障害特別処遇事業を受託した。県内では唯一、強度行動障がい者を専門的に支援する施設として、ステップハウスとすずらんハウスでの支援に力を入れてきた。

平成２３年にこの事業は終了したが、事業を受託していたこともあり、「自閉症」＝「しらさぎ寮」というイメージが県内外に浸透していた。そのことから、強度行動障がい者や自閉症の方の入所希望が現在も続いている。

平成２８年度、県立障がい者等施設の移譲に伴い、「将来構想に基づく５か年実行計画」の中で、機能強化の方向性の一つとして「強度行動障がい者の受入れ強化」があげられた。この中では、障がい特性に配慮した、音などの刺激をコントロールできる住環境の整備、自閉症の方や強度行動障がい者支援に関する専門性の高い職員の配置、地域社会で生活する自閉症の方や強度行動障がい者のセーフティネット機能の充実があげられている。

今回は、今年度から新たな活動場所として整備された「新ステップハウス」での取組と、機能強化推進のための課題について述べる。

2　しらさぎ寮の特徴と現状

先にも述べたとおり、しらさぎ寮では自閉症、強度行動障がい者への支援に力を入れてきた。平成７年には「ステップハウス」、平成１１年には「すずらんハウス」が完成し、主にＢファミリーを中心に、より専門性の高い支援の提供に努めてきた。

現在、しらさぎ寮では重度障害者支援加算の対象者が３０名入所しており、その中でも、特に行動の軽減や改善が必要とされている方々を対象に「すずらんハウス」と「ステップハウス」での日中活動を行っている。

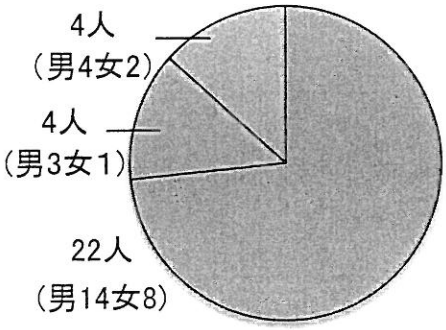
「すずらんハウス」では６名の利用者が活動している。ここでは、不適応行動が顕著にみられる方を対象として、行動障がいの軽減や改善を目標に、同じルーチンでの日課を構築しながら、安定した生活が送ることができるような支援体制をとっている。

また、「新ステップハウス」では、９名の利用者が活動している。ここでは、

行動障がいの軽減や改善といった目標の他に、より自立した活動ができるような環境作りに努め、日常生活の中で必要なスキルを身につけることや地域生活に向けたスキルの獲得を目標に活動している。

この他には、ショートステイの申込みが多く、１０代から３０代の強度行動障がいがある方や自閉症の方が、主に土曜日、日曜日、祝日に利用している。新規の利用に際しては、長期入所の時と同様に、専門的な視点でのアセスメントを実施し、より混乱の少ない環境で受け入れられるよう配慮している。

重度障害者支援加算対象者支援区分



□支援区分6 □支援区分5 □支援区分4

ステップハウス・すずらんハウス利用者の内訳

	男	女
ステップハウス	7（5）	2（2）
すずらんハウス	6（5）	

※（　）内は重度加算対象者

3　新ステップハウスでの取組から

平成７年に完成した「ステップハウス」は、しらさぎ寮に併設されたプレハブの建物で、Ｂファミリーから渡り廊下を通り入室することができた。ここでは、７名～８名の利用者が、主に自立課題と散歩を中心とした活動を行ってきた。食事や入浴といった生活をする場所と日中活動(仕事)をする場所を区別することで、自閉症の方々にとって理解しやすい環境の設定を整備し、メリハリのある生活リズムの構築に努めてきた。

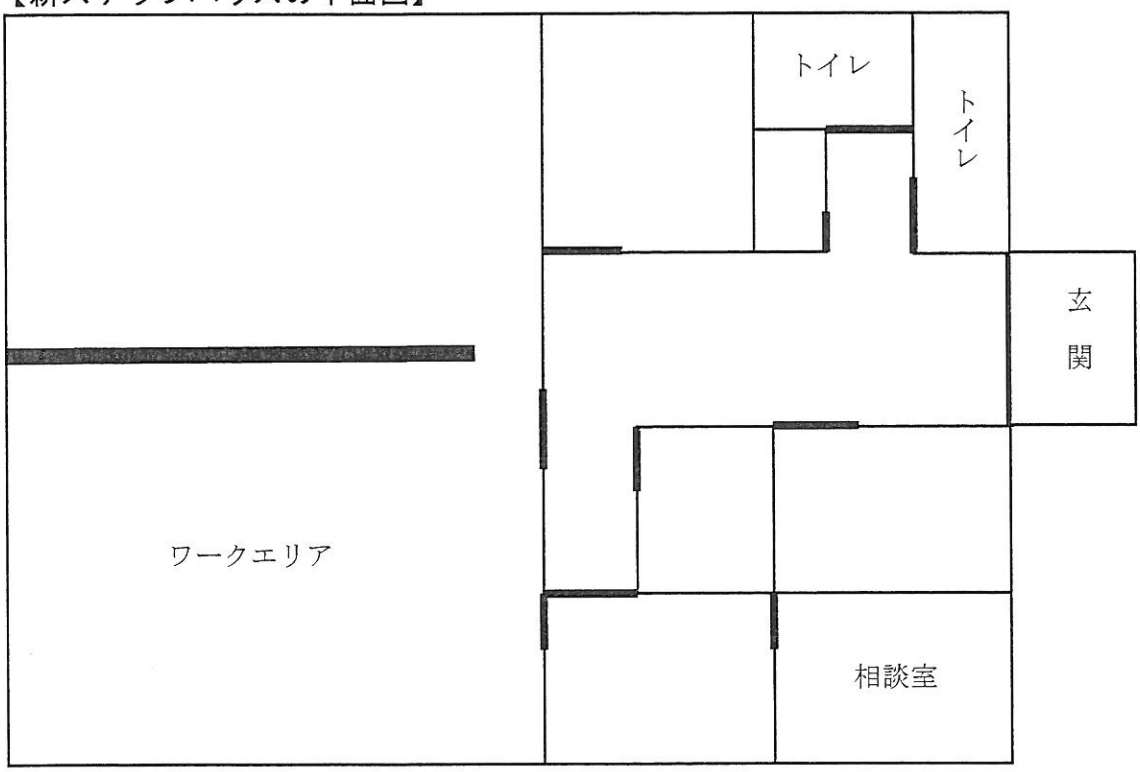
しかし、この建物は７名～８名の方が活動するにはやや手狭であり、基礎工事がなされているとはいえプレハブという建物である。多動な利用者が飛び跳ねたりしたときの振動や、大きな声を出したりしたときの反響音など、自閉症の方にとって「不快」に感じる環境になりやすかったり、パニック状態になってしまったときにクールダウンできるエリアがないことが課題となっていた。

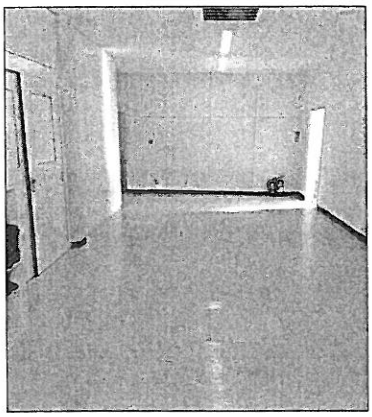
今年度から新たな日中活動の場として使用を開始した「新ステップハウス」は、平成２８年度からの移譲に伴い「将来構想に基づく５か年実行計画」において示された「障がい特性に配慮した、音などの刺激をコントロールできる住環境の整備」として、山形県からの補助金で旧木工棟を改修してできた建物である。この旧木工棟の改修にあたっては、法人が示した遊休施設の活

用をもとにし、これまでにしらさぎ寮が行ってきた強度行動障害特別処遇事業や、すずらんハウス、ステップハウスで培った経験を反映させ、強度行動障がい者や自閉症の方を支援することを前提としたものになっている。

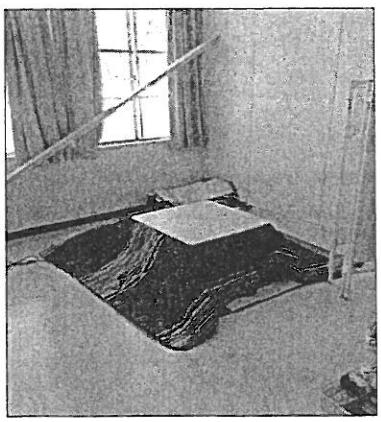
これまでのステップハウスに比べ十分な広さがあることで、活動に幅を持たせ活動内容を増やすことができるようになった。これまでに課題となっていたクールダウンエリアを設けることや一人ひとりに適した物理的構造化が可能となった。また、将来的なことにはなるが、寮から完全に離れて（徒歩で１０分）の活動となるため、より職住分離を意識した日課の構築が可能となるのではないかと考えている。

【新ステップハウスの平面図】

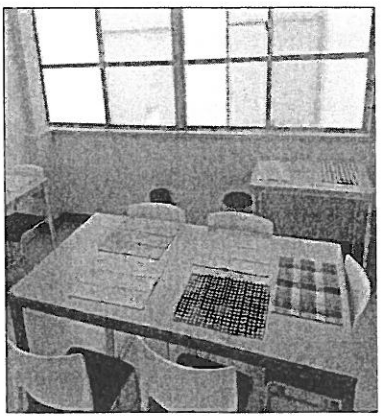




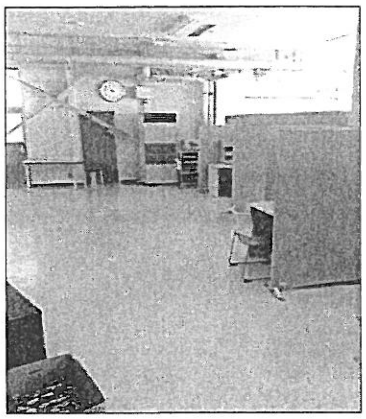
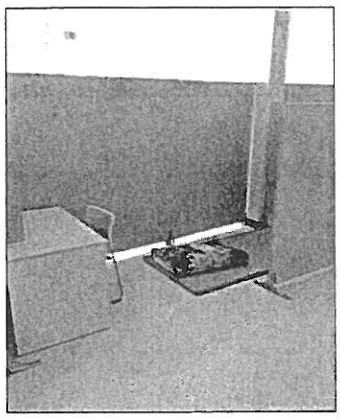
《玄関》



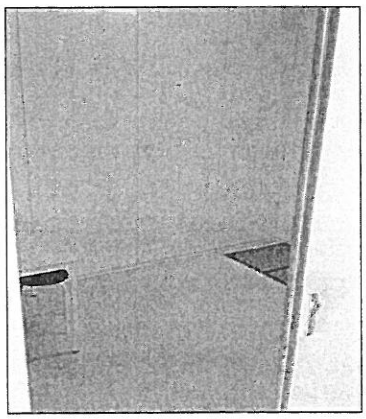
《個別スペース》



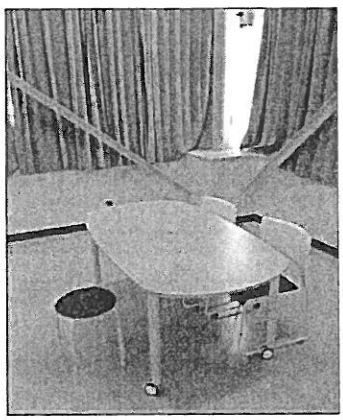
《飲食スペース》

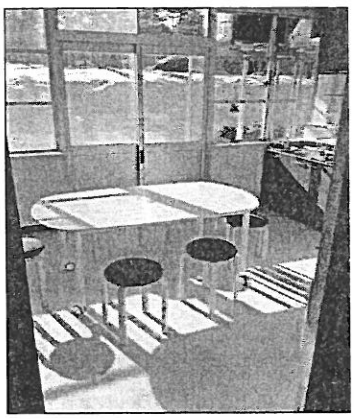
《ワーキングエリア》



《クールダウンエリア》



《相談室》



《スタッフルーム》

【Ａさんへの取組】

男性　４４歳　自閉症　障害支援区分５

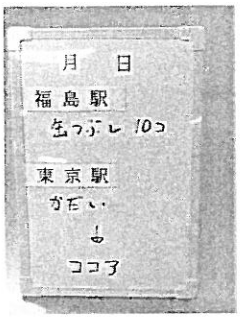
入所時は、特定の音や職員からの制止、注意に対し、暴力行為や破壊行為が頻繁にみられ、すずらんハウスでの支援対象者だった。すずらんハウスでは、ルーチン化された日課や本人に適した環境を整備したこともあり、他害行為は減少した。そのため、すずらんハウスでの支援からステップハウスでの活動へ切替え、現在に至っている。

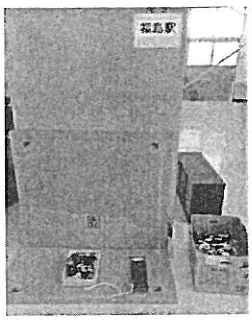
これまでのステップハウスでは、手狭だったこともあり、本人の興味・関心があるものを中心に机に座っての自立課題を中心に活動を行ってきたが、「新ステップハウス」では、これまでのステップハウスでは行うことが困難だった空き缶つぶしなどの活動を取り入れることが可能になった。

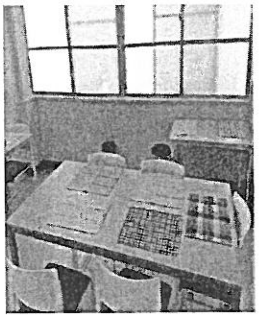
また、本人のスキルを専門的な視点から再アセスメントし、スケジュールやワークシステムを用いることで、１つの場所を多目的に使用するのではなく、それぞれのエリアで、より自立した活動ができるような日課を構築している。

【現在の活動内容】

スケジュール　　1 空き缶潰し　→　2 自立課題　→　3 ティータイム







本人の興味・関心が高い駅名をスケジュールやワークシステムに取り入れることで、職員の介入をなくし、ストレスが少ない環境の中で自立して活動を行っている。

現在、以前のような不適切な行動は更に減少しているが、Ａさんのもともとの行動（暴力行為や破壊行為）がなくなったわけではなく、こうした環境の中での支援が大きく影響しているということを、支援するスタッフ一人ひとりが自覚し、今後も「新ステップハウス」での支援を継続していく必要があると考えている。

4　今後の課題

新ステップハウスでの活動開始から、約７か月が経過したが、その中から見えてきた課題について考察する。

（1）作業棟までの移動

先にも述べたが、これまでのステップハウスは、しらさぎ寮に併設されていたこともあり、声がけやカード等を提示することで自分で活動場所へ移動することができていた。

しかし、「新ステップハウス」は寮から離れているために、交通事故や所在不明事故等のリスクを考え、移動の際は職員が２名又は３名で付添いしている。移動時のリスクを最小限に抑えながら、カードやそれに代わる手がかり　をもとに、より自発的に行動できるような取組も必要と考える。

（2）スタッフの確保

すずらんハウス、ステップハウスと２つの強度行動障がい・自閉症対応グループがあり、本人の特性上「新ステップハウス」へ移行しなかった方が、すずらんハウスで活動を継続している。

すずらんハウスで活動している方の多くは、本人又は周囲の人の安全を確保するという観点からも、より手厚い支援が必要である。Ｂファミリー職員の中から常時３名の職員を配置していることもあり、新ステップハウスでの活動へは、当日の出勤職員の中からの割当てが多くなっている。

そのため、職員間での情報共有がうまくいかず、解決すべき課題への対応が遅れてしまったり、対応方法にズレが生じたりすることが多くなっている。

活動時間帯に専門的に対応する職員を配置するなどの検討が必要と考えている。また、配置される職員の専門性を高めていくためにも、職場内研修の充実や、より丁寧なＯＪＴが必要であると考える。

５　これからの取組

これまで述べてきた「新ステップハウス」については、機能強化に伴い今年度から始まった取組であり解決すべき課題も多くある。

しかし、これらの課題を解決しながら、新たな活動場所として「新ステップハウス」の活用方法の確立や自閉症・強度行動障がい支援の特化施設としての役割を担っていく必要がある。

「新ステップハウス」の活用方法として、将来的にはしらさぎ寮だけでなく、希望が丘内や近隣施設における自閉症・強度行動障がい者の行動改善や、日常生活における生活スキルを身につけるための取組を行い、利用者だけでなく、その支援者や家族に向けて構造化された中での支援を体験してもらうなど、研修の場所としての活用も視野に入れている。

また、地域に暮らす自閉症・強度行動障がい者の日中活動の場としても、積極的に受入れを行い、しらさぎ寮短期入所事業と併せてセーフティネット機能の充実を図っていく。

６　おわりに

しらさぎ寮では、今後も自閉症者や強度行動障がい者の受入れを積極的に行っていく方針である。「将来構想に基づく５か年実行計画」で示された機能強化の推進に努めるとともに、「新ステップハウス」が地域における社会資源として重要な役割を果たしていけるような取組を行っていきたい。

活き活き長生き応援隊
～１年後も元気で活き活き～

特別養護老人ホーム　松濤荘
健康運動普及推進員
主任援助員　菅原　美和　　援助主査　青山　美保
主任援助員　小川　隼耶　　援助員　　松崎　茉有
主任援助員　佐藤　さつき

１．　はじめに

「要介護３の壁」・・・平成２７年の介護保険法の改正に伴い、入所基準は原則として要介護３以上に変更となった。施設の目的として在宅復帰を念頭に置いた支援として位置付けてきたが、新規入居において体調不安定な方や自立度の低い入居者が増えてきている。当施設でも、健康を維持し元気に過ごされる方々が年々少なくなってきていることに伴い、平均滞在日数も減少傾向となっている。私たちは何ができるのか？改めて話し合うことになった。

健康運動普及推進員は５名のメンバーで活動しています。～１年後も元気で活き活き～を掲げ、今できることを続けていけるお手伝いをしながら、推進員による創意と工夫の軽体操やゲームを取り入れ交流していますが、全職員への周知や温度差も生じてしまい、長期で職員を巻き込むことの難しさもありました。下肢筋力の強化・歩行バランスの保持・嚥下機能体操を取り入れ、現有機能を維持していくことを目標に、一つのユニットに絞り、心と身体の安定につながるような取り組みを積極的に行い、どんなことができたのか、どれほどの笑顔がみられたか、私たちはどんな学びを得ることができたのか、これを紹介します。

ユニット紹介

摩耶山ユニットは、東１０人・西１０人の計２０人と１０名のスタッフで、ユニット職員の装飾で季節を感じられる温かい雰囲気の中で共同生活しています。

今年度の目標は

①心地よい雰囲気の場で笑顔のある生活を提供します。

②ユニット内の装飾や行事で季節を感じていただきます。

年間を通してユニット内でも様々な行事や催し物、旬を食す食事会など交流を繋

ぎ、いくつものふれあいの中「生きる喜び」を感じて頂けたら嬉しく思います。

“一日一笑”　利用者と職員、笑顔咲くユニットです。

2.　利用者について（下肢筋力の強化）

利用者紹介

対象利用者：Ｋさん

生年月日：大正１５年３月３０日（９１歳）

要介護度：要介護３

既往歴：心不全　腎不全　脳梗塞

日常生活など：コミュニケーションは可能

気分にムラがあり、少しのことでも傷ついてしまうため、優しい声かけを心がけて支援しています。集団行動が少し苦手なので環境に慣れるまで時間がかかりました。自室から見える、寛ぎの場所のリビングで、皆が賑やかにしている様子を気にしながらも食事と排泄は自室で済ませ、殆ど自室から出ない生活が続きました。ポータブルトイレの排泄を続けていきたいとの要望のため、転倒の危険なく動ける環境を整え、立位は可能だが歩行は難しく、バランスを崩してしまう恐れがあるた、めケアコールで呼んでもらい介助を行っていました。

笑顔が少し見られるようになった頃、排便にひどく依存してしまうＫさんでもあるため、トイレでの排泄を促し日中のトイレでの排泄を勧めてみました。車椅子での移動介助時、廊下ですれ違う利用者と簡単なあいさつを交わすことが続き、少しづつ安全に、自分で車椅子に移り自走してトイレに向かうようになりました。

トイレの帰りにリビングに誘われ、顔なじみの利用者が出来ると、自然と食事も皆とリビングで食べるようなりました。(今では昼と夜はリビングで食べています)
午後の余暇の時間、音楽に合わせて下肢筋力を中心とした軽体操にも参加することができています。入居当初は、立位、歩行の不安定さから支援の手も多く、ご自身も不安感を強く抱いている様子がありましたが、現在は立位、歩行も安定し、調子が良い時には杖で歩行しながらリビングに出てくることも見られるようになりました。以前よりも《自分でできること》が増えたことで、自信に繋がり、表情も明るくなりました。声にも張りが出たように思います。自室の植物に水をやり花が咲くのを待ちわびながら、毎日「水戸黄門」の鑑賞を楽しみに過ごしています。

利用者について（嚥下体操）

私たちもやっています。。

ぱたから体操！！

「口腔」は生きるための重要な機能を担う場所であり、呼吸、飲む、食べるという生命の維持に関わることはもちろん、話す、笑うといった「生きる喜びを」を表現するための器官でもあります。高齢者は、話す機会が減り、顔の筋肉そのものを動かすチャンスが減少してしまいます。

	作用するところと効果
ぱ	唇をしっかり閉じることで出る音 唇の閉じる力を鍛えることで、食べ物をこぼさないよう口を閉じて飲み込むことができるようになる。
た	舌先の前方が口の上側に触れて出る音 下を前に押し出す力を鍛えることで、舌で食べ物を取り込み口の奥に運ぶことができるようになる。
か	舌をのどの奥へ引いて出る音 舌を後方へ引く力を鍛えることで、舌の根を使いのどの奥に運ばれた食べ物を、さらに食堂へ運ぶことができるようになる。
ら	舌が上あごについて離れる時に出る音 下の上方への動きを鍛えることで、舌を使って「ゴックン」と飲み込むことができるようになる。

一番の楽しみである「食事の時間」を安全で安心に美味しく過ごしていただくことを心がけ支援しています。食事前の寛ぎの時間を利用し始めてみました。最初は、一文字だけ連続して、た・た・た・・・と口のリハビリを行っていましたが、なかなか利用者の皆様には浸透せず途中で止めてしまう方も・・・
ある日、ユニットスタッフの発想で、童謡に置き換えて楽しく唄っていることをきっかけに続けることができています。馴染みの「ゾウさん」「カエルのうた」「チューリップ」などは、歌詞が分からなくても歌えますから、満足度を得ることができるようです。大きな声を出しながら行う方が効果的ですが、恥ずかしがる方には「小さい声でもいいですよ」と声をかけて毎日続けられるように見守っていきたいと思います。まだまだ結果はみられませんが、何もしなければ口腔の機能は日を追うごとに衰えてしまいます。一年後も変わらず元気で活き活きに「ゴックン」ができますように・・・支援していきます。

利用者について

利用者紹介
対象利用者：Hさん
生年月日：大正14年6月１１日（９２歳）
要介護度：要介護３
既往歴：白内障・高血圧・脳梗塞・骨粗しょう症・関節症
日常生活など：コミュニケーションは可能
年相当の物忘れはあるが、職員の名前ははっきり覚えることができる。

他人に迷惑をかけたくないと思っているため、コールを押さないことが多い。夜間はポータブルトイレが必要ですが、以前、ベットからの移動の際にずり落ちた事があるので、センサーマットを使用し、見守りは必要です。センサーが反応する度に訪室しますが、その度に「起こしてしまってごめんの。あなたも寝てたのに」と申し訳なさそうな言葉や労いの言葉を多く聞かれます。また、体調不良時には弱気になってしまう傾向があり、傾聴や話かけに努め安心感を持って生活できるよう支援しています。

ショートステイ利用から入所へと切り替わり、「自分だけ離されて・・・」という思いが大きかった方です。環境の変化も大きく変わるため一日も早く慣れて頂き、安心して過ごせるように声かけ支援を行ってきました。衣類の着脱については、時間はかかるが見守りながら自分で出来ることはやってもらうことにしました。２ヶ月が過ぎ、語り合う仲間が出来た頃、その仲間同士でユニットスタッフの**格付けランキング**が付けられていました。一人ひとりの支援について、統一化は難しく毎日変化していく環境の中で、「あの、職員は全部やってくれた」「あの、職員は車椅子を押して連れて行ってくれた」「あの、職員は何もしてくれない」 職員の中でもそれぞれ違う想いが生まれ、支援にも差が出来てしまった結果、通信簿で評価されるようになった。Hさんにとって、自分でできることは「待つ」を心がけ、現有機能の維持をしていく目標でしたが、周知が薄れてしまったのでしょうか？話し合いの場を持ちランキングの上位の職員に聞いたところ、車椅子をつい押してしまう時は、慌ただしい業務の中早く席についてもらいたかった。着替えを手伝ってしまうのは早く休んでゆっくりしてもらいたかった。との返答でした。

課題(支援の統一化)

①「ちょっと待つ」 手伝ってしまえば早く済むことでも待ってみる。

②「優しい声かけ」 自分だったら嬉しくなる言葉を考える。

評価

しばらく食後のリビングでも、誰かに車椅子を押してもらいたいのか、いつまでも待っていることが多くみられました。「Hさん、もう一杯お茶でも飲みますか？」と声をかけました。「ありがとう。でもいりません。トイレに行って休む準備します」と自走で向かい、時間はかかりましたが、見守りながらできることをしてもらいました。下肢筋力の低下があり、排泄時の下衣の上げ下ろしは介助しながら、Hさんができる部分とサポートが必要な部分を

自立支援の観点から見極めて支援を提供していきます。
また、ランキング上位の職員の支援の方法は、自立支援の観点から考えると、この支援は矛盾していることがよく分かります。ランキング上位の職員には、あらためて自立支援についてを考える機会となり、Hさんにとっても《いつまでもできることは自分でする》ことを考えていただく良い機会となりました。

まとめ

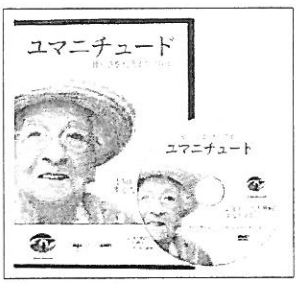
自分が高齢になり、何らかの理由で自宅に住み続けられなくなった時、私たちは次の住まいや暮らしはどうありたいと思うか？「今までと同じように・・・」きっとそう望むでしょう。
当たり前でより豊かな生活を送ることができるよう何ができるのか、目に見える成果は少なかったが、思い悩んだ分だけ、ちょっとした変化に喜びを感じたこともありました。
積極的に身体を動かすことを支援することで生活機能低下リスクを軽減し自立した生活が長く保つことができるよう、また、専門分野との連携も必須となります。
「ありがとう」その言葉を聞けると、また頑張ろうと・・・私たちが元気をもらっているのかもしれません。

ユマニチュードを学んで
～人間の尊厳を取り戻すために～

特別養護老人ホーム寿泉荘

援助主査	鈴木　恵美子	主任援助員	佐藤　奈津美
理学療法士	瀧澤　千尋	准看護師	髙橋　哲人
援助員	押切　翔平	援助員	四釜　瞳
援助員	長谷部　美香	援助員	米野　智秋
援助員	長谷部　千春	主任調理師	山口　美穂
援助員	児玉　麻悠子	援助員	那須　直美
援助員	打田　恵美子		

1　はじめに



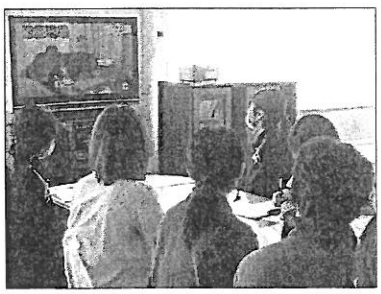
昨年度、初めて「ユマニチュード」という言葉を聞き、「いったいそれって何？」から始まった実践研究の取組であった。今年度も引き続き、その実践編として取り組むことになった。ユマニチュードという言葉も施設ではすっかり耳に慣れ、４つの柱である「見る・話す・触れる・立つ」を中心に学び実践してきた。

今年で２年目の取組となる。寿泉荘では毎年３０人ほどの方が亡くなり入れ替えがある。最近は、骨折リスクが高い利用者や認知症による理解力低下のため危険回避が困難な方も多いと感じる。そうした中で、ユマニチュードの技法が生かされ、利用者の安心した表情や多くの笑顔がみられる対応がどれだけできているかが大事になってくる。このユマニチュードを学び、職員一人ひとりがこれを意識し実践していくことで、更なる処遇向上を目指していきたいと考えた。

2　目　標

１棟職員を中心に実践を行い、ユマニチュードの技法を用いることによって、利用者との関わりがいかに良好となるかを実感するとともに介護業務に生かしていく。

また、１棟職員のみならず職員全体でユマニチュードの技法を学び、実践に移せるような取組を行う。



3　実施方法

・ユマニチュードの書籍を購入し資料を作成。
　１棟職員へ配布し事前に読んでもらう。
・今年度新たに１棟に配置になった職員に、
　購入してあるＤＶＤによる事前学習をしてもらう。
・この手法のやり方や手順を身につける。

見　る	① 正面から見る ② 目線を合わせる ③ 視線をつかむ
話　す	① 目が合ったら２秒以内に話しかける。 ② 反応のない人にも話しかける。（絆を結ぶ） ③ 自分が行っているケアの様子を言葉にする。

触れる	① ポジティブな触れ方で(広い範囲、ゆっくり、優しく) ② 一定の重みをかけて触れる。 ③ 指先だけでなく、手のひら全体で触れる。 ④ つかまず下から支える。 ⑤ 触れるときは、飛行機が着陸するイメージ。手を放すときは離陸のイメージ。
立　つ	① 膝とかかとが垂直になっているかチェックする。 ② まず握手する。 ③ 続いて腕相撲型の握手に ④ ぐるりと回って下から手を差し入れる。

・「立つ」の実践に向け、打合せを実施し効果が得られる可能性の実践に取り組む。
・日々の生活の中で、実践した記録を取る。
・アンケートを行い、取組に対しての感想を集める。
・荘内研修において、ＤＶＤ視聴によりユマニチュードを学び、職員同士で実践してみる。

ＤＶＤを視聴しての感想

・利用者との信頼関係を築いていく上で有効的な技法で、自分はできていないこともあった。これから意識して実践していきたい。
・短時間で信頼関係を築くことができる場面を見て、素晴らしいことだと思った。
・利用者にどう映っているかを考えながら接していきたい。また、安心して過ごしていただけるような関わりをしていきたい。
・優しさを持ち相手に寄り添い、相手の立場に立ち、気持ちの良いケアができるように、ユマニチュードを実践していきたい。
・一方通行で「○○してください」というだけでは、気持ちが通じ合わないのだと再認識した。
・ユマニチュードを介護に役立てていけば、介護をする側も介護される側も、生きがい若しくはやりがいを感じることができるかもしれないと思った。
・実際に日々の業務に取り入れられたら、利用者が喜んでくれると思う。

取り組んでみての感想

・「立つ」ことに関して、今まで自分が行ってきた介助とは違って、利用者にしっかり伝えることで利用者自身の力を利用して行うことができた。ユマニチュードを意識して実践したことでプラス面として実感できた。
・余裕のない中での実践で、支える力が強くなり「触れる」の部分でゆっくり優しくとのやり方に反してしまったことに気づいたが、自分の足で立つことができ本人の意識に添えた。人間としての自信へとつなげることができたのではないかと思う。

研修、実践の様子

4　実施経過

ユマニチュードの理念は、絆を結ぶことにある。人は周りの人から眼差しを受けること、声をかけられること、触れられることが希薄になると、周囲との人間的存在に関する絆が弱まり、“人間として扱われているという感覚”を失ってしまう恐れがあると言われている。

さらに、立つことができなくなり寝たきりになってしまうと、人はその尊厳を保つことが難しくなってしまう。そのため、周囲にいる人は、その状況を理解し、希薄になっていく絆を積極的に結びなおしていく必要があると学んだ。そして、より良いきずなを結ぶための具体的技法として「見る」「話す」「触れる」「立つ」の四つの柱を身につけることを意識して援助することに努めた。

5　まとめ

これまで聞いたこともない「ユマニチュード」という言葉から始まったこの取組も、２年を経て思うことは、普段私たちが行っている介護とかけ離れた特別な技法ではないということ。一つひとつの行動に意味があり、人間として尊厳を守るために、理論的に裏付けられた技法であることを学んだ。

四つの柱を見ても、何も難しいことではなく普通に行っている行為であると思う。その意味を自覚しながらやり方や手順を踏んで実践することで、利用者の表情に現れたり、抵抗なくスムーズな介護ができたり、互いの信頼関係を築くことができた。

ただ、良いことだとわかっていても、限られた時間と人手のない中では十分な取組や学習ができなかったことを反省している。また、実例として「立つ」実践を行った利用者が、疾病によって入院してしまったことで、その評価ができずじまいになってしまったことも残念であった。

一棟を中心に取り組んだユマニチュードだが、荘内研修としてビデオ学習を行い施設全体でもその技法を学んだ。どれだけ、利用者に寄り添えるか、人生の最終章を生きるお年寄りにどれだけ多くの笑顔がみられるか、絆を結んでいけるか、今回学んだユマニチュードを職員一人ひとり意識して実践することに努め、良好な信頼関係を築き続けたいと思う。

外出支援の取り組み　～そとに出かけたい！partⅡ～

社会福祉法人　山形県社会福祉事業団

養護老人ホーム　明鏡荘

総括援助専門員　高橋　真　　援助主査　渡邉　英史
援助主査　　堀　千代子　　援助員　　小松　恵瑠香
援助員　　菅原　美愛　　援助員　　岸　　美紀子
援助員　　工藤　美由喜

１．はじめに

明鏡荘では、入荘者の方々の人権や意思を尊重しながら、自立した生活が送れるよう日々支援している。入荘している方々は環境上の理由や経済的な理由により、居宅での生活が困難な方がほとんどで、身体障がいや精神障がい、知的障がいなど様々な障がいを持つ方も多い。そのなかで要支援・要介護認定を受け、希望する方には外部サービス利用型特定施設との契約により、様々なサービスが利用でき、ケアプランに基づいて個々人に合った支援を行っている。要介護認定を受けている入荘者のほかにも、介助を必要とした入荘者も昨年度より増えてきており、養護老人ホームの『特養化』が目立ってきている現状である。

２．外出支援の取り組み

昨年度取り組んだ外出支援の取り組みについて、「他のところにも行きたい」、「久しぶりに出掛けることが出来て嬉しかった」などの入荘者からの満足の声が多く聞かれ、好評であった。これらの入荘者の声を受け、今年度も外出支援を実施する事となる。

今年度も昨年度同様、入荘者全員を対象に希望調査を実施した。昨年度は外出の行き先を職員側で決めたが、今年度は食事、買い物、ドライブを選択したそれぞれの方に“何を食べたいか”、“何を買いたいか”、“どこに行きたいか”を聞き取りし、希望に合わせて行き先を決めた。特に歩行不安定等の理由で普段出掛ける機会の少ない入荘者を中心に参加していただけるよう声掛けを行った。

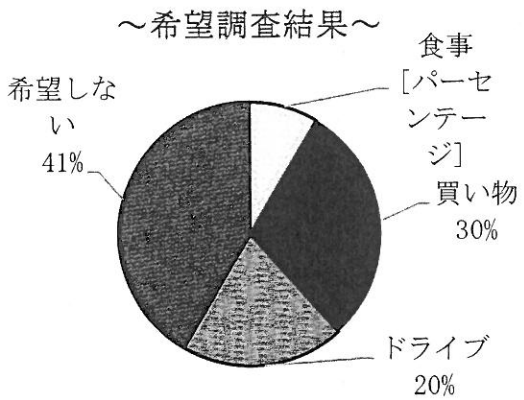
① 昨年度と今年度の外出希望調査結果についての比較

◎昨年度の希望調査結果（計９４名）

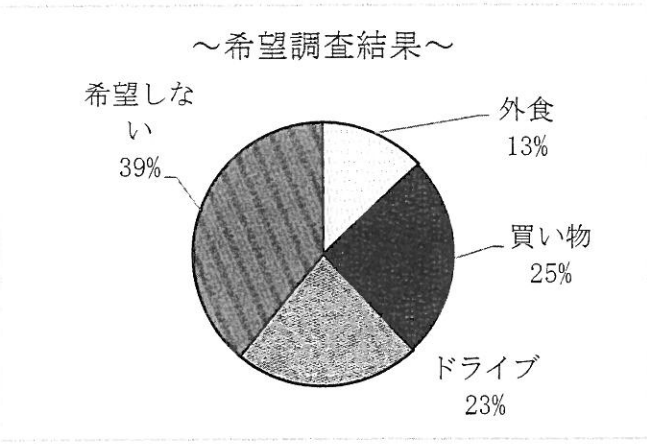
（ア）食事　・・・・　８名
（イ）買い物　・・・・　２８名
（ウ）ドライブ　・・・・　１９名
（エ）希望しない　・・・・　３９名

●実際に外出した入荘者数（計４３名）

（ア）食事　・・・・　８名
（イ）買い物　・・・・　１８名
（ウ）ドライブ　・・・・　１７名



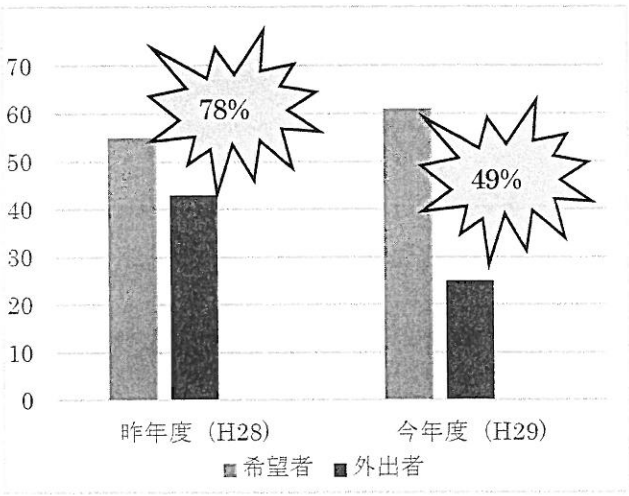
◎今年度の希望調査結果（計９４名）
（ア）食事　・・・・　１３名
（イ）買い物　・・・・　２５名
（ウ）ドライブ　・・・・　２３名
（エ）希望しない　・・・・　３３名
（入院者含む）



●実際に外出した入荘者数（計２５名）
（ア）食事　・・・・　１２名
（イ）買い物　・・・・　９名
（ウ）ドライブ　・・・・　４名
※途中経過

○昨年度
【希望者】　・・・　５５名
【実　施】　・・・　４３名
（達成率：７８％）

○今年度
【希望者】　・・・　６１名（↑　６名）
【実　施】　・・・　２５名（↓１８名）
（達成率：４９％）



⇒　昨年度より達成率は下がったものの、外出を希望する入荘者が増えた！
⇒　『楽しかった』『行って良かった』などの声が外出しなかった入荘者にも広がった！
⇒　外出することに不安を抱えていた入荘者も『外出したい』という気持ちを持ってもらえた！

～車椅子やシルバーカー使用している入荘者～

３２名　中　１４名　が外出したいとの希望があった！

② 今年度の実施結果

『食事』・『買い物』・『ドライブ』に共通することとして…
・１人１回のみの参加とし、経費については実費とした
・公用車使用で、職員が２～３名付き添った
・外出希望はしたものの、退荘や入院、気分が乗らない等で行かない入荘者もいた

（ア）食事　　・・・・　　計１２名

日付	行き先	人数	職員人数
９月１５日	ラーメン屋	２名	２名
１０月１７日	ラーメン屋	３名	２名
１０月１９日	回転寿司屋	４名	２名
１１月２１日	食　　堂	３名	２名

（イ）買い物　　・・・・　　計９名

日付	行き先	人数	職員人数
９月７日	スーパーマーケット（１００円ショップ）	３名	２名
９月１９日	ドラッグストア	３名	２名
１０月３０日	スーパーマーケット（１００円ショップ）	３名	２名

（ウ）ドライブ　　・・・・　　計４名

日付	行き先	人数	職員人数
１１月２日	最上川ふるさと総合公園	４名	２名

③　実際に外出した入荘者の声

（ア）　食事

Ｍ氏（８２歳・女性）
「回転寿司を食べに行って楽しかった。車に乗って、外食をすることで美味しさ倍増だと感じた。」

Ｋ氏（７２歳・男性）
「回転寿司を初めて食べた。どうやって食べればいいのか分からず、最初困ってしまったが、職員に教えてもらいながら、楽しく食べることが出来た。今度は食べ放題のお店に行きたい。」

Ｓ氏（７５歳・男性）
「荘内の食事で提供されているラーメンとはまた違っていろいろな味があった。メニューを選ぶのが楽しかった。」

（イ）買い物

Ｓ氏（７９歳・女性）
「施設内で生活していると、どうしても気持ちが詰まってストレスがたまってしまう。外に買い物に出掛けるだけでも良い気分転換になった。１００円だと１０個買っても１０００円なので、安くて驚いた。今度はゆっくり買い物に出掛けたい。」

Ｔ氏（９４歳・女性）
「いつもは行けないところに買い物に出掛けることができ、楽しかった。時間のしばりがないともっと良かった。職員が付添いをしてくれたおかげで安心して出掛けられた。」

Ｅ氏（８６歳・女性）
「普段の訪問販売では買えない物も購入することができて、良かった。安くて良いものばかりあって、楽しかった。」

（ウ）ドライブ

Ｔ氏（７７歳・男性）
「昨年度もドライブに参加して、今年度もドライブに参加した。今回も１００点満点で楽しかった。次は山形方面など少し遠い方までドライブに出掛けたい。」

Ｗ氏（７５歳・男性）
「山の景色などを見て、癒された。ドライブだけではなく買い物や他のところにも行ってみたい。」

Ｉ氏（７２歳・男性）
「車に乗って、公園でアイスを食べて楽しかった。また車に乗って外に出掛けたい。」

④ 振り返って（職員側の意見）

・聞き取りから遅れをとってしまい、実施も昨年度より遅い時期から開始となってしまった。

・急な通院等で公用車が使用され、計画していた外出支援が実施できないことが何回かあった。（通院数が昨年度より多くなった）

・外出先を限定せず、行きたい場所の希望を取り、選択肢を広げることができた。

・１か月ほど感染症の流行により、外出支援自体、実施することが難しかった。

・買い物支援の際、買い物できる金額の上限を決めたのは良かった。
（衣料品：２点５０００円以内、食品：２０００円以内）

・外出支援の時間に限りがあった為、ゆっくり買い物できなかったと感じる入荘者がいた。

・１００円ショップ・回転寿司屋・ラーメン屋（チェーン店）など、
入荘者が行った事のないところに行けて楽しそうだった。

・行事が集中する時期に外出支援を実施することになり、
業務の都合から外出支援の変更や中止が発生してしまった。

・一度に利用者２～５名に対し、職員２～３名の引率とした為、職員の人数不足により、
その日の業務に支障をきたしてしまった。その為引率した職員も、
施設に残った職員も互いに業務の負担がかかった。

３．まとめ

今回の外出支援では、行き先を限定せず、選択肢を広げたことで、聞き取り等に時間はかかってしまったが、外出支援が入荘者の生活の中で『一大イベント』となったと感じる。普段見られないような入荘者の笑顔も見ることができ、次回はもっとゆっくり行きたいという声も聞かれ、職員にとってもやりがいを感じることが出来た。外出支援の取り組みを行って２年目ということで、聞き取りや計画の流れが上手くできなかったり、感染症の流行で実施が滞ってしまったりと、反省すべき点が多々あった。しかし、今年度は行ける範囲で入荘者の希望に沿って、行き先を決めることができ、昨年度の反省を今回の外出支援に活かすことが出来た。達成度としては昨年度よりも劣る部分はあるが、実施内容では昨年より充実したものになったといえるだろう。

外出支援の計画をしても、本人の体調や急な通院、業務の関係等で予定変更になり、対応しきれない場面が多々あった。そのような中で外出支援だけに限らず、荘内での余暇活動にも力を入れ、入荘者が『楽しい』と思いながら生活できるよう支援し、荘内を入荘者の笑顔でいっぱいにしていきたい。

心と身体に表れた変化

～ソフトバレーボールに取り組んで～

救護施設　山形県立みやま荘
援助員　海野　雄翔　　主任援助員　奥山　麻依子
援助員　柏倉　花子　　援助員　　設楽　正英
援助員　髙橋　淳悦

１．はじめに

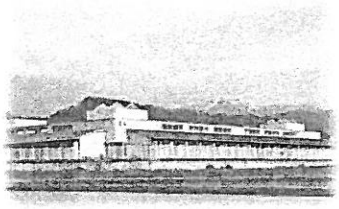
昨今、競技スポーツが統合失調症治療に効果的であるとされる中、みやま荘では平成１７年度よりスタートした山形県精神障がい者バレーボール大会に参加し、今年度で１３回目を数える。平成２６年度には3位入賞し、喜びの言葉はもちろん、“もっと練習すれば勝てた”という貪欲な意見も多くあった。平成２７年度からは1回戦敗退が続いているが、選手・応援団共に同じ目標に向かって支え合い、声を掛け合いながら一丸となり厳しい練習に励んできた。今年度も大会に参加し、惜しくも1回戦敗退という結果になってしまったが、選手やみやま荘利用者で結成される“応援団”の『自信』や『悔しさ』という素直な気持ちから見て取れるように、チームスポーツが選手及び応援団に与える影響は大きいものがあると言える。活動始動時には、選手たちが話し合い、『一戦必勝』とチーム目標を定め、５か月間の練習に取り組んだ。

２．目的

みやま荘がこれまで行ってきた薬物療法やＳＳＴなどのプログラムに加え、競技スポーツ（運動療法）へ取り組んだ結果、精神面・身体面・生活面にどんな変化が見られるのか、また、スポーツ参加の意義や目的、課題等についての調査を行い、目に見えてわかる身体面や生活面の変化を数字等で把握することにより、選手の意識や社会復帰への思いがどのように変化するのか検証していくこととする。数々のスポーツに取り組む利用者が多い中、今回は大会参加年数が長く、短期集中的に練習を行い、かつチームスポーツであるソフトバレーボールを取り上げていく。

３．施設概要

開設：昭和４５年４月１日
住所：山形県西村山郡河北町大字吉田字馬場１１
定員：９０名（他、短期・一時3名）
平均年齢：６２歳（平成２９年４月現在）



みやま荘は、精神障がい者の地域生活移行のための中間施設として位置付けられ、生活保護法による救護施設として設置された。以来４０年余り、地域生活移行を主とした社会リハビリテーションを中心に支援を行っている。スポーツに関する荘内行事は軽スポーツ大会やスリッパ卓球大会などがあり、地域主催では障がい者バレーボール大会や河北オープン卓球大会などに参加している。

４．平成２９年度活動状況

【構成メンバー】

男性９名、女性２名　　合計１１名

平均年齢５５．８歳（３９歳～６９歳）

平均入所歴５．１年（１年未満～２３年）

【練習時間】

１５時～１７時（2時間）

【練習頻度】

６月度　３回　　７月度　４回　　８月度　６回

９月度　４回　　１０月度　６回

【練習メニュー】

ランニング、ストレッチ、ウォーミングアップ、筋力トレーニング

レシーブ練習、アタック練習、サーブ練習、試合形式（職員との試合など）

※選手と相談の結果、サーブ成功率の向上や簡単なミスの削減の為、サーブ練習はミスをしたらペナルティ、試合形式では３回連続ミスでペナルティ（腕立て伏せ５回など）を科した。最終的に全体のミスが減り、サーブ成功率も著しく向上した。

５．検証

今回は、バレーボール歴３年にしてキャプテンを担うことになったA氏、みやま荘入所後まもなく入部したB氏を対象とし、検証していく。

≪対象者プロフィール≫

	A氏	B氏
入所	平成26年5月	平成29年4月
年齢　/　性別	57歳　/　女性	39歳　/　男性
バレーボール歴	3年	なし
ポジション	キャプテン、セッター	アタッカー
病歴	躁鬱病、アルコール乱用 自己愛型人格障害	軽度知的障害、解離性障害
家族	父、母、妹、長女、長男　/ 離婚歴あり	父、母、兄（2人）　/ 婚姻歴なし
生活歴	・S56　結婚後、長女出産。体調不良に悩まされる。 ・H6　精神科受診。若妻会の会長になり、不安定になる。 ・H10　離婚。双極性障害との診断を受ける。 ・H18～精神病院入院。 様々な要求が多く、スタッフを振り回す言動など不安定な状態が続く。 子供たちからは現在も避けられている。	・H11~　就職するが、長続きせず、職を転々とする。 長兄からの暴力や金銭搾取が常態化していた。仕事で知り合った本人を利用する知人も多く、給料をまともにもらうことはなかった。 ・H28~　取り巻きからの強制労働で除染作業に従事する。 駅に逃げ、ホームレス生活を送る。 ・みやま荘一時入所後、精神病院へ任意入院となる。

入所後の様子	・対人関係で不満や不安があり、両親へ飲食物や日用品の要求が頻回。 ・同室者や他利用者への批判的な発言が多く、イライラの訴えが頻回にある。 ・本人の言動や陰湿な行為で他利用者に著しく悪影響を与えた為、入院となる。しかし、本人に自覚はなく、「自分は被害者だ」と訴えていた。	・一時入所利用していたこともあり、落ち着いている。 ・何度も同じことを言ったり、勝手に発言する利用者に対し、声を荒げることがあった。 ・働きたい気持ちが強く、入所後すぐに外勤訓練へ挑戦する。 ・三救護交歓会でバレーボールに出場するが、緊張で体が動かず、悔しい思いをする。

≪アンケート結果≫

１回目は意気込みや目標を確認する為、バレー部活動始動時に行った。２回目は大会前と大会後の気持ちを振り返ってもらう為、大会終了後に行った。

【全体】

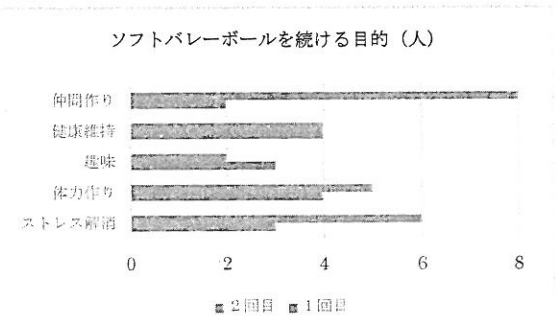
『ソフトバレーボールを続ける目的』を「仲間作り」「ストレス解消」と答えた方が多く見られ、１回目と２回目の人数にも大きな違いが見られた（図１）。

身体面では、「体力・筋力がついた」と実感している方が多く、生活習慣の改善が見られた（図２）。

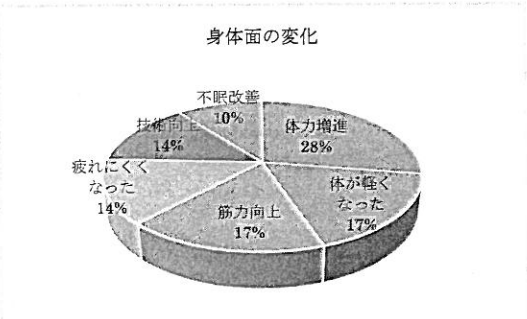
精神面では「自信がついた」との回答が最も多く、精神的な安定や積極性が見られるようになった（図３）。

生活面では「人との交流が増えた」と回答する方が最も多く、コミュニケーション力が向上したことが見て取れる（図４）。

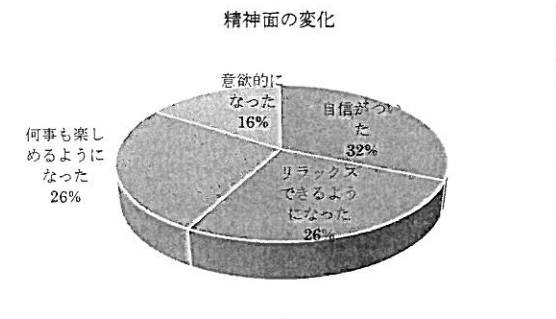
（図１　ソフトバレーボールを続ける目的）



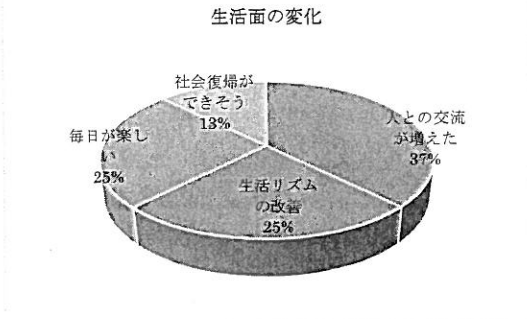
（図２　身体面の変化）



（図３　精神面の変化）



（図４　生活面の変化）



【アンケート内容】

	A氏	B氏
始めたきっかけ	担当職員からの勧誘。	担当職員からの勧誘。
続ける目的	やっているうちに好きになった。	仲間作り。運動不足解消。
生活上、困っていること	人間関係が難しい。	ストレスで眠れないことがある。
練習の満足度	メンバーが全員練習に来てくれて大会も全員で出れた。苦しい練習だったが、みんな頑張ってくれた。	外勤でみんなと練習が出来ず、迷惑をかけてしまった。
大会の満足度	最初は不満足だったが、時間が経つにつれてみんなで頑張ったなぁと思い、満足してきた。	練習の成果を出せず、自分のプレーが出来なかった。
身体面の変化	体力・筋力がついた。 技術が向上した。 コレステロール値の改善。	体力・筋力がついた。
精神面の変化	自信がついた。 何事も楽しめるようになった。	特になし
生活面の変化	人との交流が増えた。 仲間ができた。	仲間ができた。毎日が楽しい。 ストレスが減り、眠れるようになった。
将来の目標	地域で生活する。子供と会う。 色々な行事に参加して自分の力を発揮したい。	今のところないが、来月の卓球大会を頑張りたい。

上記、アンケート結果からA氏は主に人間関係と体調面の改善、B氏は睡眠状況の改善が見て取れる。また、満足度ではA氏から達成感が感じられ、B氏からは悔しさが感じられる。

≪体力測定結果≫

１回目は基準となる数値を測定し、運動能力向上のモチベーションにしてもらう為、バレー部始動時に行った。２回目は試合前にどの程度体力が向上したか確認し、自信を持ってもらう為、３回目は大会が終わり、心も体もリラックス出来た頃に行った。

※比較は１回目をベースに、２・３回目の好記録だった方を用い、検証する。

【全体】

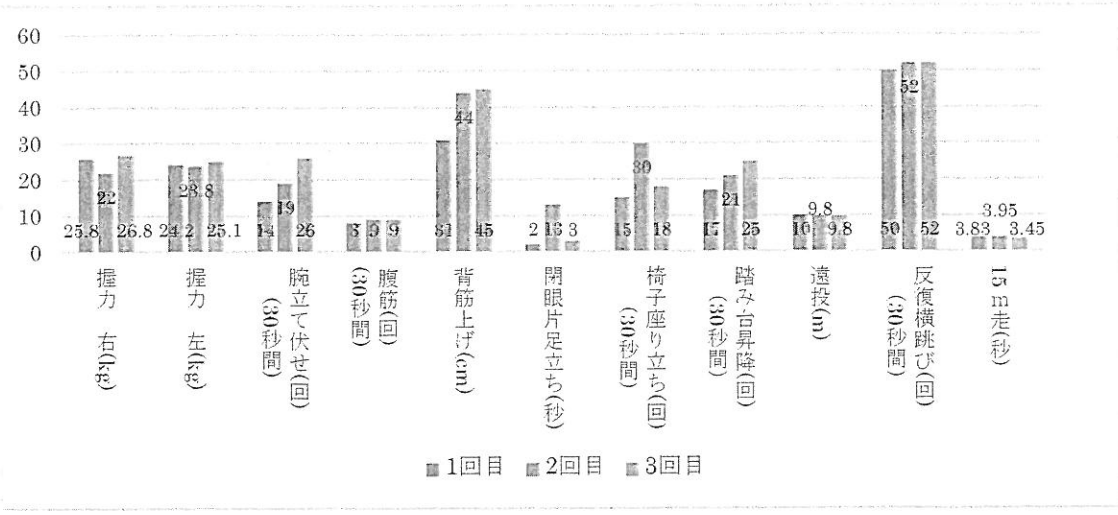
全身の筋肉と相互作用があるとされる「握力」は全員向上が見られた。また、全身の筋力バランスが必要となる「遠投」「短距離走」でも多くの方に向上が見られた。

※他の項目でも向上した方、維持している方がいたが、服薬調整やその日の精神状態により、記録が後退してしまった方もいた。

【A氏】

「腹筋」「遠投」「反復横跳び」の３項目には、あまり変化は見られなかった。「握力」では左右ともに向上が見られた。大きな向上が見られた項目は、「腕立て」１４回→２６回、「背筋上げ」３１cm→４５cm、「閉眼片足立ち」２秒→１３秒、「椅子座り立ち」１５回→３０回、「踏み台昇降」１７回→２５回、「15m走」３．８３秒→３．４５秒の６項目であった。（図５）

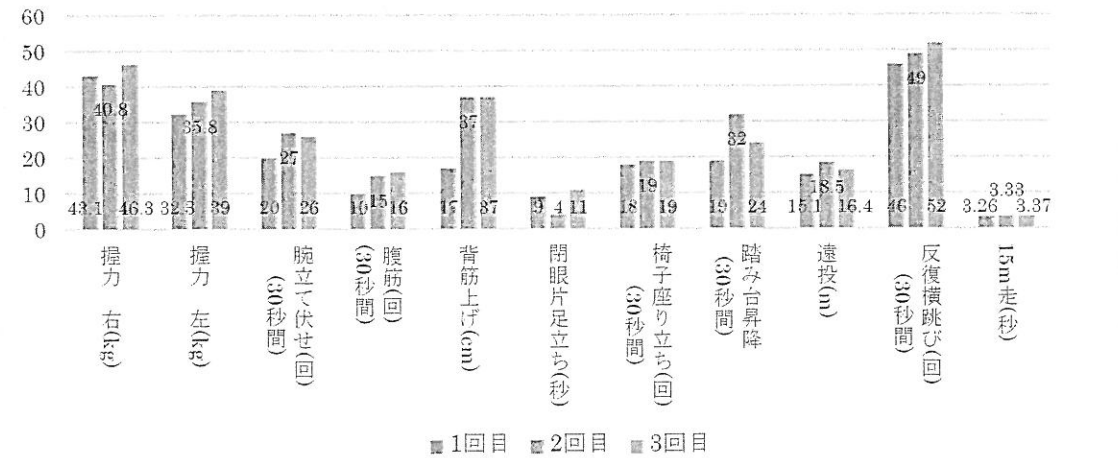
（図５　A氏体力測定結果）



【B氏】

多くの項目で向上が見られた。特に顕著だったのは、「握力」右４３．１kg→４６．３kg、左３２．３kg→３９．０kg、「腕立て伏せ」２０回→２７回、「背筋上げ」１７cm→３７cm、「踏み台昇降」１９回→３２回の４項目であった。１５ｍ走は、若干ではあるが記録が低下した。（図６）

（図６　B氏体力測定結果）



６．考察

今年度、選手たちから「もっと厳しい練習がしたい。」と声があがり、例年にはなかった筋力トレーニングを加えた。結果、全体的に短期間で体力や筋力が向上した。それを体力測定で数字として見ることで各個人の自信に繋がり、リタイアする選手も出なかったと考えられる。また、練習終了後にはミーティングを行い、“今日の課題”を話し合った。その結果、コミュニケーション力が向上し、お互いの信頼関係が構築され、『仲間』であることを実感でき、それが選手同士で声を掛けあいながら休日には自主練習を選手全員で行ったり、練習前の準備を自ら行う等、昨年は

見られなかった“自分たちで考えて行動する”ことに繋がったと考えられる。　最初はキャプテンを任されたA氏は不安でいっぱいだったが、練習を重ねるうちに責任感が生まれ、自分のことだけでなくチーム全体を見ることができるようになった。外部講師を招聘した際にも積極的に意見を求めたり、バレー部顧問（職員）へも熱い気持ちをぶつけてきたことがあった。

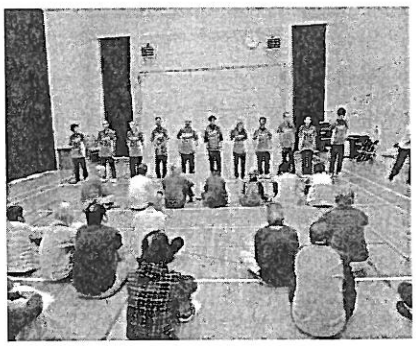
※後日、「言い過ぎました。」と謝罪に来たことがあり、自己愛型人格障害の本人としては大きな進歩だったと言える。

そんなA氏の「勝ちたい」「上手になりたい」という強い気持ちが他選手にも伝わり、体力やコミュニケーション力の向上に繋がったと考えられる。また、アンケートでは具体的な将来の目標を上げており、社会復帰へ目が向き、後押しする良いきっかけになったのではないだろうか。

B氏もアタッカーを任されたことで責任感が生まれたことはもちろんだが、最も顕著だったのが人との接し方である。当初は人と接する経験に乏しく、付き合ってきた人間関係が影響してか、攻撃的な態度や言動が見られていたが、練習を重ねるにつれて言葉遣いに気をつけるようになり、笑顔で接するようになった。入所間もないこともあり、仲が良い利用者もいなかった為、バレー部に入ることで仲間を作り、さらにはコミュニケーション力向上のきっかけになったと考えられる。ソフトバレーボール初体験のB氏にとっては大きな挑戦であったと思われるが、仲間ができたと実感することにより、充実した日々の生活に繋がっていると考えられる。まだ将来の目標こそ見えていないものの、自由意見欄に「卓球大会も頑張りたい」と記入があり、ソフトバレーボールを通して得た自信による短期目標へ向けての決意が感じられた。

7．まとめ

バレーボールのみならず、コミュニケーションや運動量が自然と確保されるスポーツは、多くの効果が期待できるものである。A氏のコレステロール値の改善があったように、適度の運動量があり、生活リズムの改善や運動不足解消などが期待でき、生活習慣病の予防に効果がある。さらに、社会復帰後の労働に耐えることのできる基礎体力をつけるという意味でも大きな役割がある。B氏も８月から外勤にチャレンジしており、体調不良を除いては一度も休んでいない。さらに、居宅訓練への挑戦も口にしており、意欲が出てきている。さらに、練習を重ねるにつれて応援に来てくれる利用者も増え、普段体育館に顔を出さないような方も準備や練習中のサポートをしてくれ、試合前の壮行式にもたくさんの方が駆け付けてくれた。さらに、大会の応援団にもこれまで一度も参加したことがない方の参加もあり、みやま荘全体の雰囲気にもいい影響を与えたと言える。これは競技スポーツのメリットの一つである同じ目標に向けて一生懸命取り組む姿勢が表出されたと考えられる。



精神疾患の最大の治療は『人との交流』であり、今回の研究で得られたものそのものである。大会終了後も選手同士の交流や休日の自主練習は継続しており、選手たちの結束は強いと感じる。また、社会復帰に欠かせない要素として『自信の回復』があげられる。今回、選手を募って１１名の選手が集まったが、初参加の方にとっては大きな決断であったと考えられる。選手たちは、緊張感やプレッシャーがある中でプレーをしなければならず、試合の勝敗がかかっている場面では相当なものがある。その緊張感やプレッシャーを経験することが社会復帰に大きく役立つと考えられる。

最後に、今回の大会では勝利こそ得られなかったものの、大会前の練習試合では何度か勝利を収め、喜びもひとしおであった。精神障がい者にとって勝つ喜びはとてつもない経験である。今後もスポーツだけでなく、日々の生活の中でも“成功体験（達成感）”が得られるよう、利用者一人ひとりに寄り添うというみやま荘の根本を忘れずに支援していきたい。

用具の見直しから快適な排泄環境へ

障害者支援施設　山形県鶴峰園
援助主査　　山口　健
援助主査　　佐藤　瞳
援助員　　佐藤和香

1．はじめに

鶴峰園は、昭和51年7月に「重度身体障害者授産施設」として、鶴岡市の奥座敷湯田川温泉街のすぐそばに開設された。平成18年度に指定管理者制度へ移行、平成23年度から新事業体系へ移行し今に至っている。

現在は障害者支援施設として施設入所支援事業、生活介護事業と就労移行支援事業の日中活動事業を展開している。

以前は身体介護を必要とする利用者はごく数人に限られていたが、現在は急激に重度化しており、オムツ対応利用者も増加傾向にある。しかし、職員の介護技術が追い付かないことや、紙おむつの付け方が職員によって違いがあることから、職員の介護技術の向上とオムツ交換の効率、統一化を図るため、そして快適な排泄環境を目指すため、今回のテーマに取り組んだ。

2．実態調査

（1）尿量計測

①目的：尿量の計測を行い、その人、その時間帯に合ったパットの確認をする。

②対象：オムツを着用している利用者。（男性7名、女性2名）

③期間：月曜日から日曜日の7日間

④方法：尿量記録表を作成し、尿量計測後記入する。

＜尿量記録表＞

居室名	氏名／時間	（月）					（火）					（水）					（木）					（金）					（土）					（日）				
		6:30	9:00	11:30	入浴	19:00	6:30	9:00	11:30	15:30	19:00	6:30	9:00	11:30	入浴	19:00	6:30	9:00	11:30	15:30	19:00	6:30	9:00	11:30	入浴	19:00	6:30	10:30	13:30	15:30	19:00	6:30	10:30	13:30	15:30	19:00
	下剤・整腸剤																																			
	下剤・整腸剤																																			

＜記載時の注意点＞

・尿で汚れたパット、オムツの計測のため、どのパットを使用していたか記載する。

・便の時は計測しない。

・新聞紙1枚に包んだ重さを計測する。（手袋、おしり拭きは含まない）

⑤結果

計測結果をもとに、福祉用品業者も交えてパットの確認、見直しを行った。その際、他のパットへの変更の提案があり、新しいパットの業者に来ていただき、新しいパットについて説明、当て方講習を実施後、新しいパットの試行を行うこととなった。

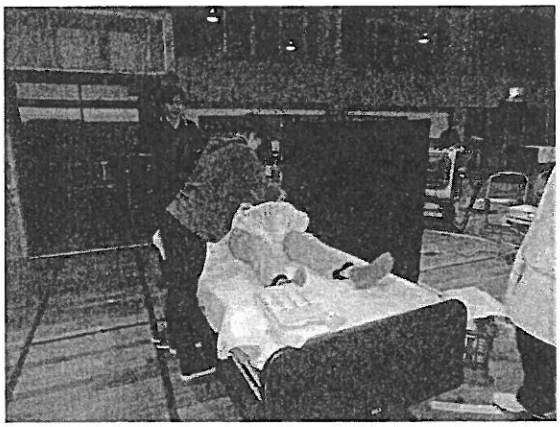
新しいパットを試行するにあたって、対象利用者を男性2名、女性2名にし、その利用者一人ひとり、時間帯に合ったパットを業者より提案していただいた。

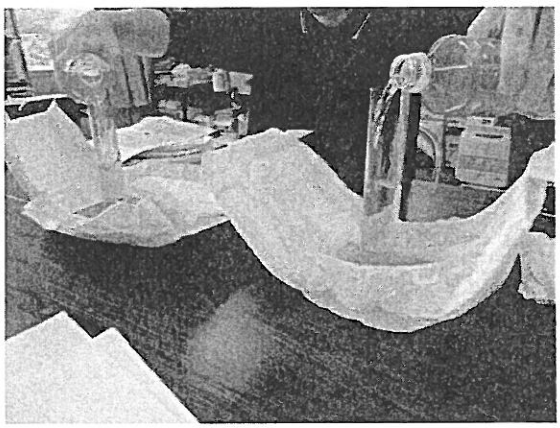
（2）新しいパットの試行

新しいパットの試行にあたって、見直す点として㋐利用者の快適生活の向上、㋑職員の業務改善、㋒コストの改善、の3点を挙げ、以下のことを実施した。

①オムツ、パットの当て方講習

・目的：排泄ケアに対する意識を変え、新しいパット、オムツの商品説明や当て方等を学ぶ。
・内容：新しいパットの業者に来ていただき、全援助職員を対象に、商品説明や当て方等を実際に職員同士で着用しながら学ぶ。





②パットの試行
・目的：新しいパットを試行したことでオムツ環境の改善やコスト削減等に変化が見られるかを確認する。
・対象：男性利用者２名、女性利用者２名の計４名
・期間：２週間（うち１週目はテストランとし、パットの見直しを掛けた後、本番として２週目を実施する。）
・方法：オムツまで漏れていたかどうかを表に○×でチェックする。また、漏れ方についても記入する。

＜漏れ方＞
・尿量が多くて漏れていた
・横漏れしていた
・上から漏れていた
・便が出て漏れていた

＜表＞

男性

居室名	氏名／時間	(月)					(火)					(水)					(木)					(金)					(土)					(日)				
		6:30	9:00	11:30	入浴	19:00	6:30	9:00	11:30	15:30	19:00	6:30	9:00	11:30	入浴	19:00	6:30	9:00	11:30	15:30	19:00	6:30	9:00	11:30	入浴	19:00	6:30	10:30	13:30	15:30	19:00	6:30	10:30	13:30	15:30	19:00
		緑	黄	黄	紫	夜用	緑	黄	紫	紫	夜用	緑	黄	黄	紫	夜用	緑	黄	紫	紫	夜用	緑	黄	黄	紫	夜用	紫	紫	紫	紫	夜用	紫	紫	紫	紫	夜用
	下剤・整腸剤																																			
		緑	黄	黄	紫	夜用	緑	黄	紫	紫	夜用	緑	黄	黄	紫	夜用	緑	黄	紫	紫	夜用	緑	黄	黄	紫	夜用	紫	紫	紫	紫	夜用	紫	紫	紫	紫	夜用

③職員へのアンケート
・目的：パット試行終了後、新しいパットを使用しての状況等を確認する。
・対象：全援助職員 13 名
・方法：無記名での質問用紙への記入（性別の回答あり）
・内容：ア．十分な回数を当てることができたか。
ィ．オムツの当て方はうまくできたか。
ウ．男性利用者はパットを複数枚から１枚にしたことで、何か向上したか。
エ．男性利用者について、今後どう取り組みたいか。
オ．女性利用者は今回、高吸収パットを利用し、何か向上したか。

カ．女性利用者について、今後どう取り組みたいか。
キ．今回のモニターについてどうだったか。

3．実態調査の結果

（1）パット試行の結果

＜男性Aさん＞

現状	使用枚数									
	単価	7/24	7/25	7/26	7/27	7/28	7/29	7/30	合計	金額
パット1	26.11	2	4	2	4	3	5	4	24	626.64
パット2	11	2	2	2	1	2	0	0	9	99
オムツ	61.59	2	0	0	0	1	0	0	3	184.77
合計									36	910.41

テスト結果	使用枚数									
	単価	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24	11/25	11/26	合計	金額
新パット1	32.33	1	2	1	2	1	3	3	13	420.29
新パット2	20.78	1	1	1	1	1	0	0	5	103.9
新パット3	30.39	2	1	1	1	2	0	0	7	212.73
新パット4	38.33	1	1	1	1	1	1	1	7	268.31
オムツ	67.17	1	0	1	0	1	1	1	5	335.85
合計									37	1341.08

男性Bさん、女性Cさん、Dさんについても同様に試行を行い、まとめた結果が次の表になる。

	使用金額		使用枚数		漏れ率	
	男性Aさん	男性Bさん	男性Aさん	男性Bさん	男性Aさん	男性Bさん
今までのパット	910.41	1198.45	36	48	9.1%	5.7%
新しいパット	1341.08	1738.55	37	43	8.6%	25.7%

	使用金額		使用枚数		漏れ率	
	女性Cさん	女性Dさん	女性Cさん	女性Dさん	女性Cさん	女性Dさん
今までのパット	910.41	1198.45	36	48	9.1%	5.7%
新しいパット	1341.08	1738.55	37	43	8.6%	25.7%

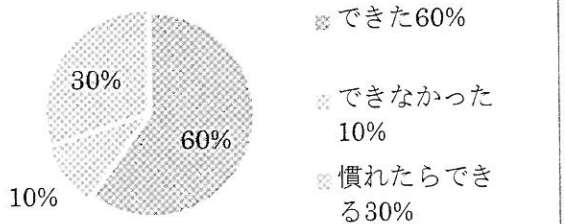
男性Aさん…使用金額は増えたが、漏れ率は多少削減できた。
男性Bさん…使用枚数は削減できたが、使用金額、漏れ率ともに増加した。
以前はパットを巻いていたため、ムレて痒みがあったが、新しいパットでは治まった。
女性Cさん…全体的に削減することが出来た。
以前より鼠蹊部にフィットして動きやすくなった。
女性Dさん…使用枚数、漏れ率ともに削減した。

（2）職員アンケートの結果

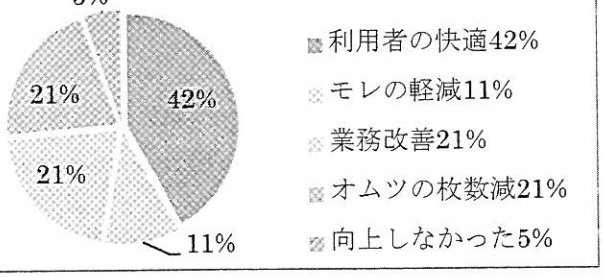
配布数：13名、回答者：10名（男性4名、女性5名、記載なし1名）

①十分な回数当てることができたか

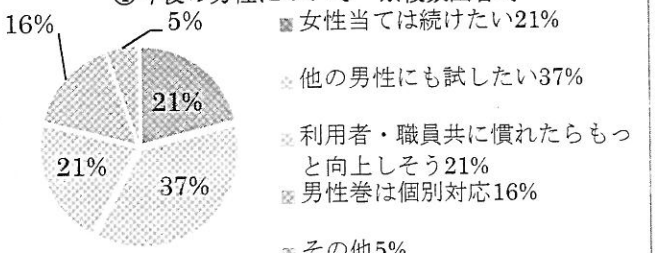
②オムツの当て方は上手くできたか



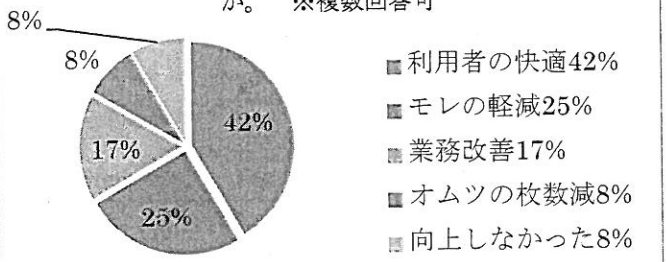
③男性は複数枚から1枚した事で、何か向上したか。　※複数回答可



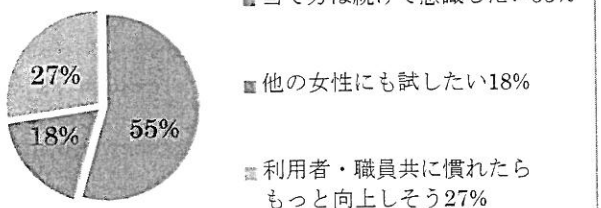
④今後の男性について　※複数回答可



⑤女性は今回(高吸収パット）、何か向上したか。　※複数回答可



⑥今後の女性について　※複数回答可



⑦今回のモニターについて

4．考察

女性のＣさんＤさんについては、新しいパットにしたことでモレ率も減り、パットの使用も減ったことでコスト削減にもつながった。本人からの感想も、「安心。」「動きやすい。」という声があり、オムツ環境も改善された。一方、男性Ａさんについては、モレ率、パットの使用枚数ともに大きな変わりはなかったが、コスト面では増加してしまい、本人からの感想も、以前使用していたパットが良いという声だった。さらに詳しく伺うと、「軟らか過ぎる。」とのことで、本人が新しいパットに切り替えられないことからの感想で、慣れれば改善されると思われる。麻痺があり仰向けできず、本人も仰向けになると痛がるため、オムツするのに時間がかかった。男性Ｄさんについても、モレ率が大幅に高くなっておりパットの使用枚数は減っているものの、コストは増加している。モレ率が高くなっているのは、夏よりも冬の方が尿量は多くなる為と思われる。結果、女性利用者はパットの見直しが改善されたが、男子利用者は再度検討して行く必要がある。

多くの職員は、「漏れなければいい。」という思いがあり、その人に合った排泄ケアにするには多くの手順を踏むことが必要だった。アンケート結果から、オムツ講習を行い自分が試したことにより取り組みに前向きになった。オムツの試行に取り組みやすい状況が出来たと思われる。オムツの当て方は人それぞれだったが、オムツ講習したことでオムツ交換の効率、統一化され業務改善された。

5．まとめ

職員の意識や行いで、快適な排泄環境を作ることもできて不快な排泄環境を作ることもできる。利用者から、「漏れずに気持ち良かった。」「動きやすい。」「安心。」「痒みがなくなった。」の声をこれからも聞けるように、施設全体の排泄環境・職員意識を良くしていきたい。そのためには、今回の取り組みで終わりになるのではなく、定期的に確認、見直しながら今後も継続して取り組んでいきたい。

利用者ニーズに即した食事形態のあり方について

障害者支援施設　山形県慈丘園
援助主査　富樫 伸　　援助主査　鈴木 恵
主任援助員　池田 満　主任援助員　永田 万美子

1　はじめに

利用者の重度、高齢化が進む中で、昨年度は、楽しみの一つである食事（形態）において、利用者一人ひとりの状態と食事形態を確認してきました。今年度は、楽しく、安全な食事提供を行うためには、利用者個々の食事形態を確認することは勿論のこと、職員が勉強不足、勉強会必要であるとの声があり研修会を設けました。

2　職員研修会

・　調理部門・・・「摂食回復支援食　Ｉ　ＥＡＴ（私は食べる）」　大塚製薬

・　全 職 員・・・「なりきり体験・おいしいを叶える食事ケア～食リハとﾕﾆﾊﾞｰｻﾙｼﾋﾟ～
一般社団法人　ゆにしあ　代表理事　池田百合子氏

3　研修会の感想（一部抜粋）

1)　調理部門・・・管理栄養士１名　調理職員８名
「摂食回復支援食　Ｉ　ＥＡＴ（私は食べる）」　大塚製薬

・　支援食とは、栄養価を損なわず、しかも見た目は常食と変わらず柔らかい食事だった。歯ぐきで容易に潰れ、ミキサー食のように、どんな食材なのか分からず食べる事はなく、見て楽しめる食事だった。
・　豆腐や魚、食パンも常食と変わりなくスプーンでも潰れ、見た目も綺麗で利用者に楽しんでもらえる食事と思う。
・　企業で作られた品を購入し提供するシステムとコスト高でもあり、施設で取り入れるには難しい。
・　見た目はとても大事だが、自分達で食材を切り味を調える食事は、改めて美味しいと感じた。

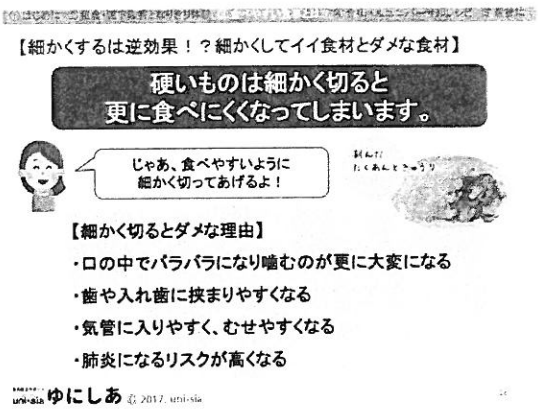
2) 全 職 員・・・(近隣2施設参加)

「なりきり体験・おいしいを叶える食事ケア～食リハとユニバーサルレシピ～」

一般社団法人　ゆにしあ　代表理事　池田百合子氏

① 「摂食・嚥下障害」となりきり体験

利用者の食べる、飲み込む機能を実際に食べ物や飲み物を使って体験し、食べにくさや飲み込みにくさ、怖さを感じてもらいながら、摂食・嚥下機能の基礎的な注意点や対応を学ぶ。



(2人組になり、介助される方は目を閉じ、それぞれ物性の違うチョコレート、サラミ、粉々に砕いた、するめを食べ舌と口腔内の動きや介助時の声掛けの大切さを体験した)

② 「食べやすい食事作りのポイント」

刻む・ゼリー・トロミなどよくある対応や注意点について、食べ物や飲み物を使って実際の食事状況を再現しながら、食べにくさや危険性について体験する。

③ 「食リハ&ユニバーサルレシピ」

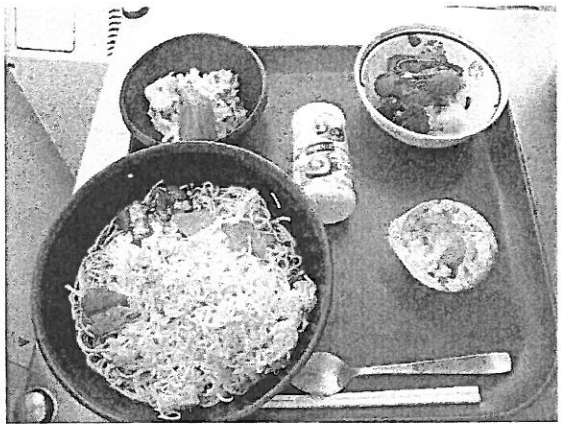
おいしいと感じて頂くために必用な「味」以外の要素と利用者の能力を生かした食事作りを通した食リハの取り組みから学ぶ。

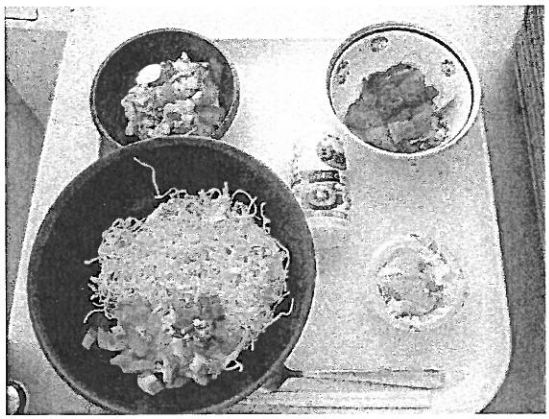
- 実際に体験する事で介助される側になり考えることができ、また、普段、自身の五感を使食べ物を認識したりイメージや先入観で決め付ける所があると思った。
- 自分が体験する事で介助、支援を受ける方の不安、恐怖が分かった。
- 食材を細かく刻む事で食べにくさは解消されず、舌の動きがあり、また、口の中でまとまる事で上手に飲み込むことができると理解できた。
- 利用者が食べられないから刻むという概念が、美味しく感じず、更に食べにくくなってしまう事に対して、せんべいを細かく砕き（刻む）飲み込む体験から、硬いものは細かく刻むものではなく、柔らかい物に置き換えて提供する事で美味しさを保ち、食べたい気持ちを引き出す事が重要だと感じた。

4　実際の見直し

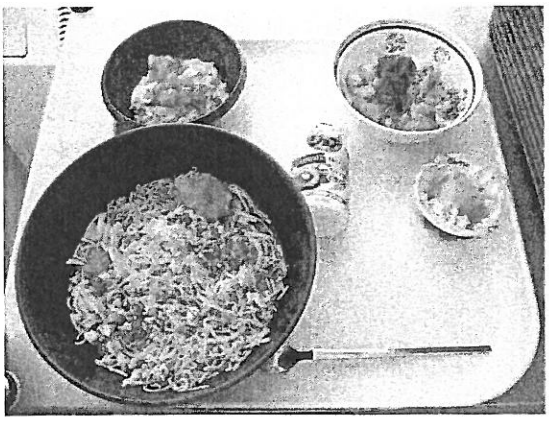
食事サービス委員会でも重点テーマとして食事形態の見直しを協議し、利用者が好きな「麺」の形態を見直し、箸やスプーンで食べやすい、すくい易いと好評得るとともに、調理の現場においても、スムーズに調理できた。

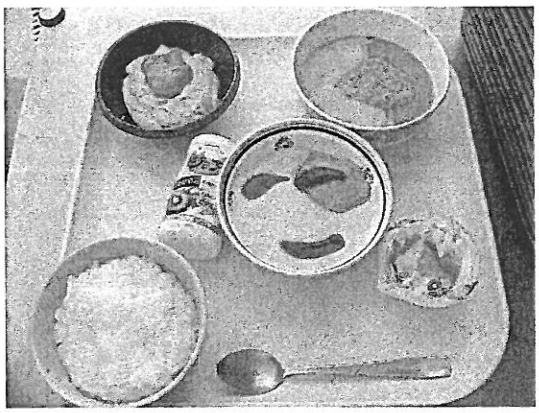
- 見直し前の麺：普通、一口、刻み、極刻み４種あった
- 見直し後：普通、一口（乾麺 1/2）
- 刻み、極刻み（２ｃｍ）

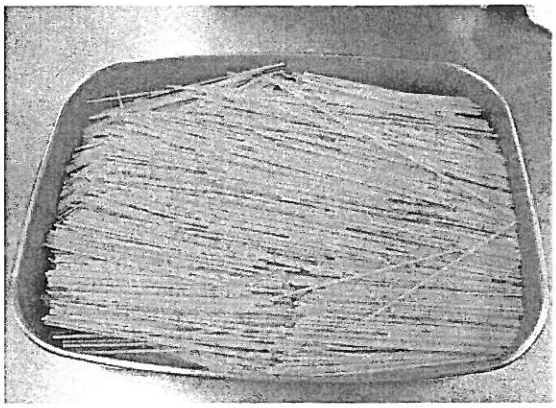




普通

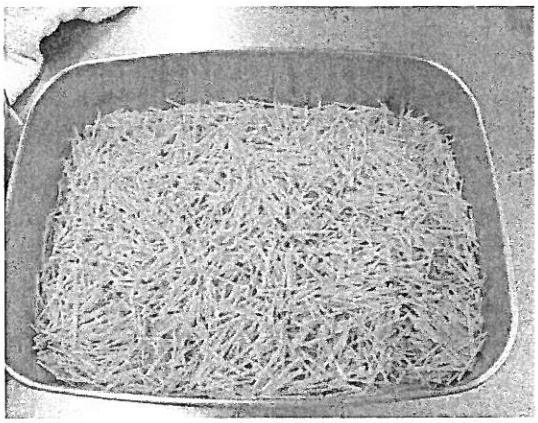


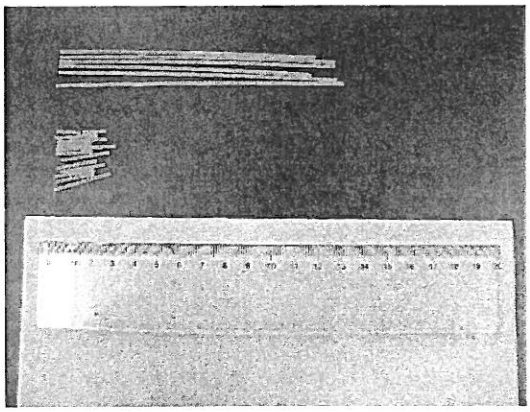




一口大以上

一口以上調理済み





定規計測

5　まとめ

利用者の障害特性に柔軟に対応していけるよう職場内研修により多職種で共通理解を図る機会を設けました。食事サービス委員会でも重点テーマとして食事形態の見直しを協議すると共に、日々の調理現場でも検証し、少しづつではありますが前進しています。利用者の心身の状況が日々変わる中、これからも食事面において柔軟な対応と言う直営ゆえに可能な強みを生かしながら、食に対するニーズと楽しみ、満足して頂けるよう、今回の取り組みを多職種で継続していきます。

＊参照　2）一般社団法人　ゆにしあ　代表理事　池田百合子

『健康運動の取り組みについて』

～「すこやかタイム」の定着を目指す～

山形県総合コロニー希望が丘　こだま寮
主任援助員　本間　久美　　主任援助員　小笠原　幸司
主任援助員　佐藤　友也　　援助員　　沼澤　麻望

1．はじめに

こだま寮は昭和５４年に開所し、３８年が経過しました。当初、定員１００名で授産施設として社会参加、社会復帰に向けた取り組みを行い、グループホームや他施設へたくさんの方が移行していきました。現在、こだま寮は施設入所支援定員４５名で、生活介護・自立訓練（生活訓練）・短期入所のサービスを提供、男性２８名、女性１５名、計４３名の方が利用しています。平均障害支援区分は３．８２、平均年齢５３．７歳となり、年々利用者の重度化・高齢化が進んでいます。それに伴い、転倒による怪我の危険性が高まっており、転倒防止が課題になっています。また、重度化・高齢化が進んだことで、運動する気力が低下してきていることも課題としてあげられます。

2．テーマ選定

こだま寮では、「健康運動」「安心・安全」「地域活動」を支援の３本柱としています。その中のひとつ、「健康運動」に特に力を入れています。健康維持や転倒防止の観点から、以前より朝昼夕に時間を決め様々な取り組みを行っていますが、健康を意識して取り組まれている方は少なくなってきました。利用者の重度化・高齢化が進んでおり、運動に対する意識が低下している状況にあります。

そこで、今年度、利用者の健康維持や転倒防止についての意識付けを強化するため、新たな取り組みとして「すこやかタイム」という時間を設定しました。様々なテーマを通し、健康について考えることで、健康運動への参加率向上を目指しています。今回は「すこやかタイム」の定着を図ることを目的に、健康運動係と協力して実践に取り組むことにしました。

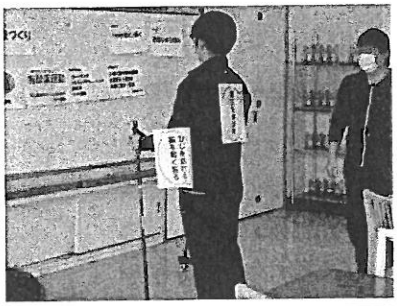
3．「すこやかタイム」の活動内容（年間予定）

	内容		内容
４月	健康運動とは何か、正しいウォーキングの姿勢と実践	１０月	栄養について
５月	音楽やタオルを使った運動	１１月	体力測定
６月	レクリエーション大会に向けて（フライングディスク）	１２月	室内でできる健康運動（予定）
７月	認知症予防体操	１月	室内ゲーム大会に向けて（予定）
８月	認知症予防体操	２月	室内でできる健康運動（予定）
９月	障害者ニュースポーツ出前講座	３月	室内でできる健康運動（予定）

※月１回、テーマを設定して実施。

4.「すこやかタイム」の実践状況

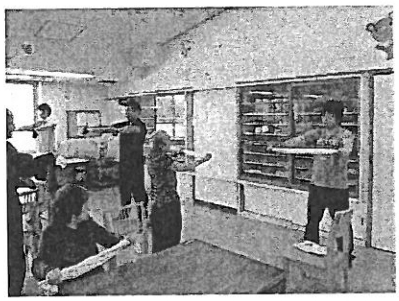
○4月　正しいウォーキングの姿勢と実践



今年度初めての試みということもあり、最初はこだま寮の毎日の日課であるウォーキングの大切さを、利用者の皆さんに再確認していただくところからはじめました。

総　評	参加人数　…　男子２０名　　女子９名　　※参加率６９％ 初めての試みだったため、実践を交えながら利用者の皆さんに講習を行いました。その後、ポールを使ったノルディックウォーキングを行い、暖かい日春の日差しのもと桜を眺めながら歩きました。今年度最初のすこやかタイムは、普段はベッドに横になっている方などたくさんの利用者が参加し、とても良いスタートを切ることができました。

○5月　音楽やタオルを使った運動



グーパー体操による脳のトレーニングや、皆さんになじみのある『北国の春』、また、利用者の皆さんには初めてとなる『日々』という音楽に合わせてストレッチ体操を行いました。

総　評	参加人数　…　男子２０名　　女子１１名　　※参加率７５％ 『北国の春』という歌は利用者の皆さんにとてもなじみがあり、体を動かすことが難しい利用者の方も歌を口ずさみながら楽しく参加できました。初めて取り入れた『日々』に合わせての運動は難しそうでした。

○7月－Ⅰ　フライングディスク

７月に行なわれたこだま寮のレクレーション大会に向けフライングディスクを使った健康運動を実施しました。「アキュラシー」や「ターゲットディスク」等、色々な競技で汗を流しました。

総　評	参加人数　…　男子１５名　　女子１０名　　※参加率６２％ 希望が丘の体育館を使用しての健康運動であり移動が必要だったためか、５月のすこやかタイムよりも若干男子利用者の参加が減りました。 しかし、参加された利用者の方はいつもと違う広い場所での健康運動ということもあり、伸び伸びと体を動かしていました。

○７月－Ⅱ　認知症予防（デュアルタスク）

外部講師をお招きし認知症予防（デュアルタスク）の健康運動を行っていただきました。筋肉が低下した場合に起きる症状やリスクを絵や寸劇を交え楽しく教えていただき、講師の動きに合わせ体を動かしました。

総　評	参加人数　…　　男子１９名　　女子14名　　※参加率８０％ ボールや音楽を使い、こだま寮では普段できないような健康運動を行うことができました。外部講師を呼んだこともあり、終始もりあがった健康運動の時間になりました。

○８月　デュアルタスク

７月に外部講師から教えていただいたデュアルタスクの実践を行いました。その他、ボールを使った運動や「３６５歩のマーチ」に合わせた体操で身体を動かしました。

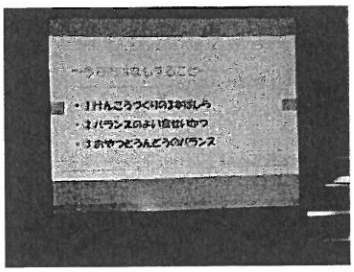
総　評	参加人数　…　　男子２０名　　女子１１名　　※参加率７２％ 『３６５歩のマーチ』は皆さんになじみのある曲だったこともあり、すんなり運動に入ることができました。また、手拍子や足踏みをしながら花の名前や動物の名前を言うデュアルタスクは、みなさんには少し難しいようでしたが楽しみながら行うことができました。

○９月　障がい者ニュースポーツ出前教室

山形県障害者スポーツ指導者協議会より講師をお招きし出前講座を行っていただきました。
競技内容：ラダーゲッター、卓球バレー

総　評	参加人数　…　　男子２０名　　女子１２名　　※参加率７６％ 緊張のためか、はじめは皆さん動きがぎこちなかったです。しかし、徐々に慣れて楽しんで運動する姿が見られました。皆さんからはとても楽しかったとの声が聞かれました。

○１０月　栄養について



希望が丘管理課より管理栄養士を講師お招きし、栄養についてのお話をいただきました。普段提供されている食事の栄養のことや、何気なく食べているお菓子のカロリーについてなどスライドを使いわかりやすく説明してもらいました。

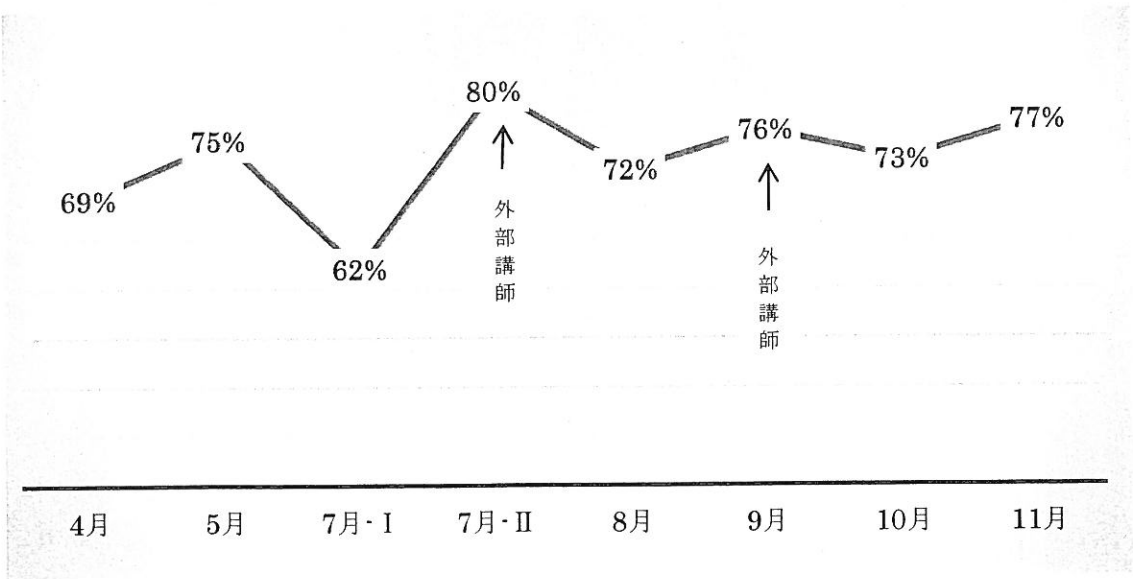
総　評	参加人数　…　男子２３名　　女子９名　　※参加率７３％ 栄養素の話では少し難しかったようでしたが、皆さん真剣に聞いていました。普段見ることのできない調理中の写真を見て、鍋の大きさにびっくりしていたようです。質問コーナーでは、「しょうゆをかけすぎないようにします」など積極的に発言していました。

○１１月　体力測定

理学療法士を講師に招き体力測定を実施しました。「握力測定」「長座体前屈」「片足バランス」「タイムアップアンドゴー」の４項目を測定しました。

総　評	参加人数　…　男子１９名　　女子１２名　　※参加率７７％ 慣れない計測で最初は戸惑いもありましたが、みなさんからは「楽しかった、またやりたい。」という声がたくさん聴かれました。体力測定の結果と理学療法士のアドバイスにより、柔軟性を向上させていくことが怪我の予防になるので必要だとの結論に達しました。

５．参加率



６．結果及び考察

実践の途中ではありますが、これまで計８回の「すこやかタイム」を実施してきました。懸念されていた参加率に関しては最高８０％、平均でも７３％と高い割合を維持できました。初回にオリエンテーションを行い、活動の趣旨・内容については説明をしました。また、日時に関しては月間の予定に組み込まれていたため、早い段階から利用者に周知できました。そのため、安定した参加率になったと思います。しかし、日時の周知はしたものの、内容については当日の周知となっていました。次年度は早い段階でポスターなどにより周知することで参加率を向上させることができるかを検証していきたいと思います。

参加傾向としては、外部講師を招いた際の参加率が比較的高く、７月の認知症予防体操では最高の８０％、９月の出前講座では７６％といずれも高い数値となりました。外部講師が来るということは、皆さんにとって新鮮だったようです。そのことが参加率を高めたと考えます。逆に一番低かったのは、７月に行われたフライングディスクでした。体育館での実施に加え、暑い中での移動を要したためか参加率が低かったようです。９月の出前講座は体育館での活動でしたが、７６％と高い数値であったため、体育館で活動する際は外部講師に協力を求めるとより参加率が向上するのではないかと考えました。

活動内容は健康運動係を中心に検討し提供しました。また、１１月に実施した体力測定の結果では全体的に平均値を下回っていました。特に柔軟性に関しては転倒防止の観点から、より力を入れて取り組んでいきたいと思います。今後は定期的に体力測定を行い、そのときどきに応じた活動メニューを提供していきたいです。次年度に向けて利用者にアンケートを取り、皆さんの希望を活動メニューに取り入れることで、活動の充実、参加率向上につなげていきたいと思います。さらに、健康運動指導士の資格取得予定者がいるため、有資格者によるプログラムの作成・実践により、運動の効率をあげていくことも検討していきたいと考えています。

７．まとめ

今年度初めての取り組みということもあり試行錯誤の繰り返しでした。また、皆さんに参加してもらえるか、楽しんでもらえるか心配でしたが、寮全体で作り上げるという一体感が生まれたように思います。年間を通しては高い参加率を維持できたと思います。毎回違った内容で活動を実施し、皆さんに楽しんでいただくことができました。健康維持や転倒防止には日々の健康運動の継続が重要であるため、一つ一つの活動を振り返り、必要性の高いものは日々の活動に取り入れていきたいと思います。来年度以降も情報を共有しながら健康運動係を主体とし、寮全体で「すこやかタイム」をより充実したものにしていきたいです。

「利用者、職員双方にとって優しい介護の実践」
～介護のきほんの「き」ボディメカニクス～

社会福祉法人山形県社会福祉事業団
山形県総合コロニー希望が丘ひめゆり寮
援助員 渡部優太　援助員 遠藤ゆかり
援助員 髙木善章　援助員　佐藤紗希

1．はじめに

世界でもトップクラスの高齢化が進むわが国では、健常者だけでなく障がいを持つ方の長寿、高齢化も顕著になりつつある。

ひめゆり寮では現在70名が施設入所、生活介護サービスを利用されているが、その例に漏れず利用者の重度化、高齢化の傾向はあり、希望が丘にある各寮の中でも特に顕著にみられている。そうした中、現在は利用者に合わせた支援を行うべく、北棟・南棟で生活環境の再編に取り組んでいる過渡期にある。

北棟では一部を行動障がいを持つ利用者に対応した支援と日中活動の提供を、南棟では介護が必要な高齢の利用者や身体機能の低下が著しい利用者に特化して支援を行うといったように、棟によって役割を分けている。

また、ひめゆり寮は山形県社会福祉事業団の５か年計画の中で策定された重度高齢化に特化した障がい者施設としての役割を担うべく、機能強化の一環として昨年度から作業療法士が配置されており、看護師・作業療法士・援助員の３つの職種を活用した、加齢に伴う身体機能の低下が著しい利用者への支援強化を図ることを運営理念の一つとして掲げている。

しかし、ひめゆり寮の人員構成を見てみると、近年の人事異動や団塊世代の定年退職に伴う新規採用職員の増加によって経験年数が若い援助員が多い傾向にあり、現場で求められる能力に職員のレベルが追い付いていないと感じることが増えてきた。

こうした施設の現状を踏まえ、利用者の重度高齢化に対応していくには職員の介護技術の向上が急務であるという結論に至り、今年度は職員の介護技術の向上を目指して取り組んでいくこととなった。

今回はその取り組みをしていった中で、職員の技術力や負担および利用者の様子がどう変化したかを報告する。

2．テーマを設定するにあたって

取り組みを始めるに際し、まずは介助面での課題を洗い出すべく、現場で働く援助員を対象に利用者介助に関するアンケートを実施することとした。

【利用者介助におけるアンケート実施要項】

目　　的：利用者介助における職員個々の課題を明らかにし、多く寄せられた課題を当年度の実践研究の取り組みとすることを目的とする。

方　　法：援助員 45 名を対象にアンケートを実施。

回 収 率：22 名（48.8%）

質問 1 では介助時の不安や不安を感じる場面について聞いてみた。

結果としては介護技術が不足していることが不安という回答が最も多かった。具体的には「オムツの当て方が上手くできているか心配」「移乗介助の方法」「特浴のやり方」といった回答があった。

次に多かったのは、利用者介助における腰への負担という回答であった。具体的には「車椅子からベッドへの移乗時に腰への負担がかかる」といった内容であった。

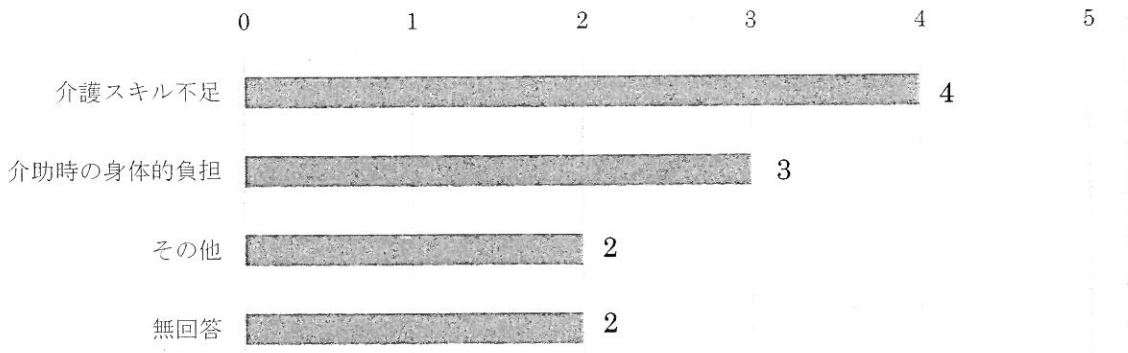
その他として、「夜勤時、利用者の発熱やケガをした時の対応」「マンツーマンで付き添う必要のある利用者への対応」という回答もあった。

●質問 1-1：利用者の介助をしていて不安に感じることはあるか。

・ある：11 名

・ない：11 名

●質問 1-2：どのような時に不安に感じるか。（1-1 であると回答した方）



質問 2 では現状の自分の介助方法を踏まえて、改善すべき点があるか、またどのような点を改善すべきであると感じるか聞いてみた。

結果としては、自身の介護技術を改善したいという回答が多かった。質問 2-2 で介護技術不足による不安が回答として多かったこともあり、このような結果になったと考えられる。

具体的には介助全般において利用者、職員双方にとって負担とならないような介助方法を知りたいという声が多かった。

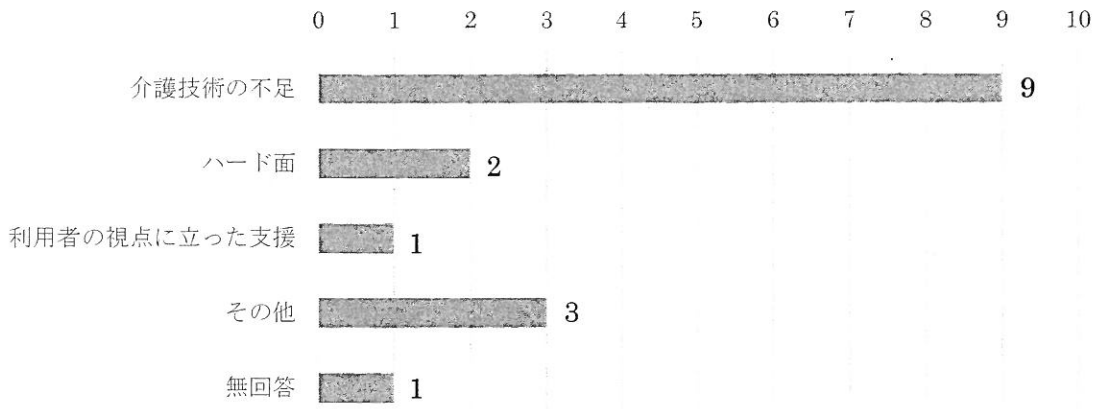
その他としては「介助が重なった際の対応」「焦らない」という回答などがみられた。

●質問 2-1：現状の自分の介助方法を踏まえ、改善すべき点があると感じるか。

・ある：16 名

・ない：5 名

●質問 2-2：どのような点を改善すべきと感じるか。（2－1であると回答した方）



介護の現場では車椅子・ベッド間の移乗や体位交換、立ち上がりの補助など、ボディメカニクスに基づいて利用者の介助を行っているが、質問３ではどれだけの職員がボディメカニクスについて理解しているか、また習得の必要性について聞いてみた。

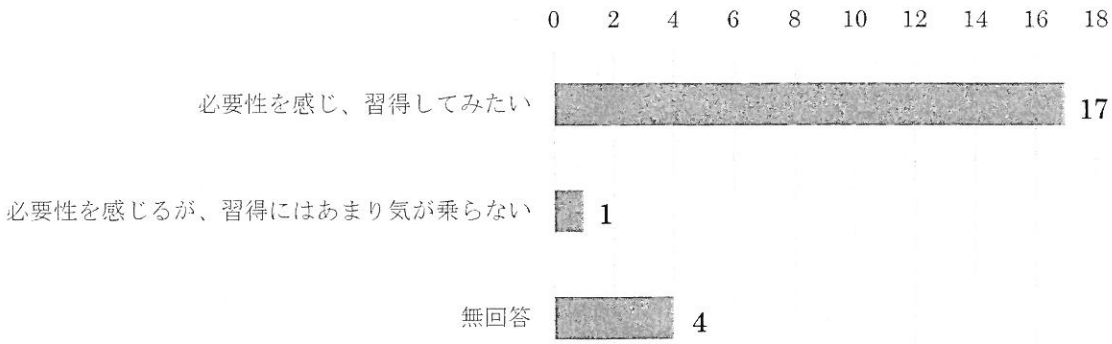
●質問 3-1：ボディメカニクスについて知っているか。

・知っている：10 名

・知らない：11 名

・無回答：1 名

●質問 3-2：ボディメカニクスに基づいた介護技術の習得についてどう思うか。



結果としては「知っている」と答えた職員と「知らない」と答えた職員は半々であった。

しかし、質問3-1でボディメカニクスについて「知らない」と答えた職員が11名であったのに対し「必要性を感じ習得してみたい」と答えた職員は17名にもなった。

以上がアンケートの結果となる。

この結果から介護技術の不足を不安視する声が多いことがわかった。不安の原因としても利用者へのリスクの不安だけでなく、介助を行う職員への身体的負担を心配する声も多くみられた。現場では腰痛を抱えながら業務にあたっている職員もいるため、このような回答があったと考えられる。

また、介護の現場で実践されているボディメカニクスに基づいた介護技術については、知っている職員と知らない職員がほぼ半々ではありながら、習得してみたいと思っている職員が多くいる結果になった。このことより、ボディメカニクスについて再度学びなおしたいと考える職員もいると考えられる。

これらのことより、問題解決の手段としてまずは利用者・職員双方にとって身体的負担の少ないボディメカニクスに基づいた介護技術を学び、実践していけるようになることが必要であると考えられた。そこで今年度はボディメカニクスに基づいた介護技術の習得を目指し取り組んでいくこととなった。

3．課題解決のための取り組み

以下の実施要項のとおり、ボディメカニクスについて理解するための研修を実施した。研修では、希望が丘地域福祉センターの柴田理学療法士（ＰＴ）と当施設の齋藤作業療法士（ＯＴ）に講師を依頼した。また、現在介護を必要としている利用者2名にも協力をお願いし、実習を中心とした研修を行うことで理解を深められるようにした。

【ボディメカニクスを活用した介護を習得するための研修実施要項】

目的：ボディメカニクスとは何かを理解し、実践を通して身につける。

研修内容（3回ともに同じ内容で実施）

1．総括援助専門員より講師の紹介（地福センターの柴田ＰＴ、当施設の齋藤ＯＴ）

2．ボディメカニクスの基本について（講義15分程度）

①人の重心の位置について

②支持基底面について

3．ボディメカニクスを活用した介護について（実践45分程度）

①車椅子からベッドへの移乗介助

②ベッドから車椅子への移乗介助

③ベッド上で仰臥位の状態からの起き上がりの介助

④正しい体位交換のやり方

⑤車椅子の使用方法について

実際の研修においては、まず講師が見本をみせた後で、職員が介助者、被介助者の役を交代しながら実習を行った。また2名の利用者からも協力していただき、両名の介護上の課題を共有したうえで、課題の解決を念頭に置きながら実習を行った。

尚、研修に協力してもらった利用者に関する情報については以下に記載しておく。

○南棟男子ファミリー　M・Kさん

年齢：67歳

障害支援区分：5

要介護認定：5

障害名：知的障害、両下肢機能障害、てんかん

身体機能：

長期間の車椅子生活により全身の筋力、耐久性の低下がみられている（特に車椅子、端座位時左側に傾きがみられる）

身体構造：

・左下肢短縮（右下肢より15ｃｍ短い）、左膝関節・股関節に屈曲拘縮、両下腿に浮腫がみられる。

介護時の現状：

・要介護認定5の判定を受けており、日常生活上において介護を必要とする場面が多い。

・左膝関節・股関節に屈曲拘縮がみられ、体重も60kgになるため介護時の職員の負担が大きい。

・介助時に落ち着きがなくじっとしていることができない。ベッドからの移乗時、車椅子の手すりに掴まるのも億劫な様子がみられ、介助時に不安を抱えている様子がみられている。

当施設ＯＴの指導により、リハビリテーション実施計画書に基づいたリハビリを実施。

○南棟女子ファミリー　A・Tさん

年齢：57歳

障害支援区分：6

障害名：知的障害、てんかん、器質性統合失調症、視覚障害

身体機能：

両視力低下、頸部、肩甲帯、肩関節周囲、上肢の筋緊張が高く、動作に制限がみられる。

身体構造：

頸部屈曲拘縮、肩関節外転・屈曲、肘関節伸展に特に制限がみられる。

当施設ＯＴの指導により、リハビリテーション実施計画書に基づいたリハビリを実施。

介護時の現状：

・体全体の筋肉の緊張が高いため介護時の職員の負担が大きい。

・介護時、精神的に不安定になり大声を出すことがある。

4．実習後の評価

研修の全日程終了１か月後、受講した職員を対象に研修内容の理解度と実際の支援において身体的負担はどう変化したかを評価するためにアンケートを実施した。

また、研修に協力して下さった利用者２名を対象とし、ボディメカニクスを活用した介護を提供することで介助時にどのような変化があったかどうかを、日々のケース記録に記載し評価することにした。

◆職員側からみた評価◆

【研修後の内容理解度を調査するためのアンケート実施要項】

目　　的：研修後の内容理解度を調査することを目的とする。

方　　法：援助員 45 名を対象にアンケートを実施。

回 収 率：33 名（73.3%）

質問１では研修をどの程度理解できたか聞いてみた。

結果としては、ほとんどの職員が研修を理解することができたということだった。理解できなかったと回答した職員からは、どういったところを理解できなかったか質問するが回答は得られなかった。

●質問 1-1：研修はどの程度理解できたか。

理解できた：25 名

概ね理解できた：7 名

理解できなかった：1 名

●質問 1-2：理解できなかったと答えた方はどういったところが理解できなかったか。

無回答：1 名

質問２では研修前後での負担の変化はどうか聞いてみた。

結果としては変わったという回答が多くみられた。どういった部分が変わったかについては、介助面での身体的負担も軽減されたという回答がほとんどだったが、他にも研修を受講したことがきっかけになったのか、利用者・職員双方のことを考えながら介助するようになったとの回答もみられた

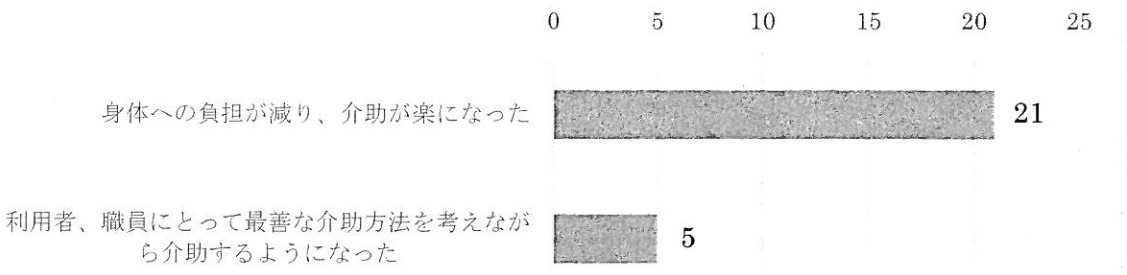
変わらないと回答した職員からは、「研修内容を踏まえて介助しているため」「もともと介助をあまりしない」と回答があった。推測するに、前者は元から技術を持っていて普段から実践できていた職員と思われる。また、後者に関しては介護技術を必要とすることが少ない北棟の職員による回答と思われる。

●質問 2-1：研修の前後で介助面の負担は変わったか。

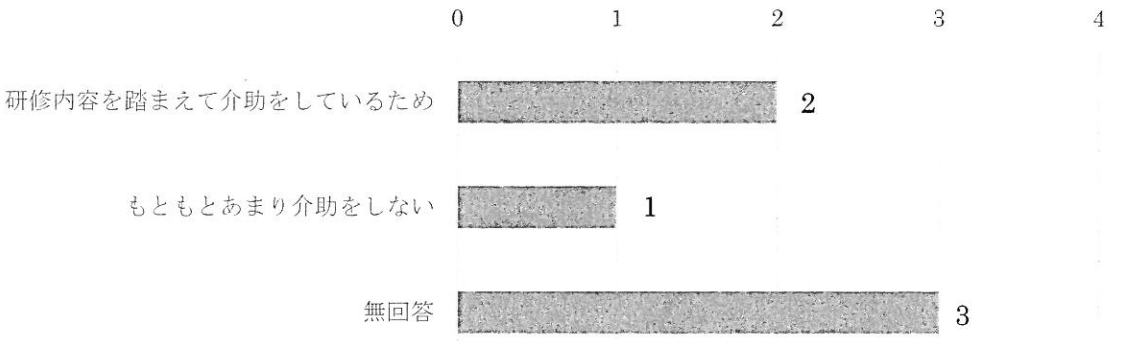
変わった：26 名

変わらない：6 名

●質問 2-2-1：どのように変わったか。(2-1 で変わったと回答した方)



●質問 2-2-2：どのような部分を改善する必要があるか。(2-1 で変わらないと回答した方)



以上、アンケート結果となる。

全体としては研修後の変化がみられたことから、まずは職員の介助面での身体的負担を軽減するという目的の一つは達せられたと思われる。また、利用者、職員双方にとって負担の少ない介助方法を考える機会にもなったようである。

今後は、今回の研修で協力してもらった希望が丘地域福祉センターの柴田ＰＴや当施設の齋藤ＯＴ、看護師、援助員がより連携を密に支援力強化を図っていきたいという声も聞かれ、利用者にとってより良い支援を行っていく一つのきっかけにはなったのではないかと思う。

◆利用者側からみた評価◆

○南棟男子ファミリー　Ｍ・Ｋさん

・自分から車椅子の手すりを掴むようになった。

・自分からベッドの縁を掴み起き上がろうとする行動がみられるようになった。

・介助時に職員の体に掴まるように声掛けすると自然と体を掴んでくれるようになった。
・介助時に不安がる様子が少なくなった。

○南棟女子ファミリー　A・Tさん
・介助時に不安を感じて大声を出すことが少なくなった。
・歩行時の足の運びが軽くなった。

職員側の変化に伴い、利用者側にも少なからず変化がみられる結果となった。特にM・Kさんに関しては、以前はベッドからの移乗時に手すりを掴むことを嫌がる様子もみられたが、研修後は手すりを掴んでくれるようになった。その他にも職員の介助に協力的になってくれるという変化があった。

A・Tさんに関しては、重度の知的障がいがある故かM・Kさんほどの変化はみられなかったが、職員側の変化によって介助時に不安を感じることが減ったと思われる様子がみられている。

5．総評

今回は利用者、職員双方にとって身体的負担の少ない介護の実践と提供を目的に取り組んできた。介護をするうえで必要になってくるボディメカニクスの知識について、全職員が理解を深めることを目的に実習を中心とした研修を行うことで技術の習得を目指した。

職員側からみれば、当初はボディメカニクスについてしっかり理解している職員が少なかったことを考えると、その存在を知り理解を得られたことには意義があったように思える。また、今回協力してくれた利用者としても不安を覚えることが減ったと思われ、変化がみられたことは良かったと思う。

ただ反省点として、職員側の評価がアンケート実施のみになり、職員の主観だけの評価になってしまったため、理解度を客観的に評価することができず、研究の成果が見えにくいものとなってしまったことが悔やまれる。

6．おわりに

今回の取り組みでは運営理念に沿って、介護技術の向上を目指し、職員のボディメカニクスに基づいた介護技術の習得を目指した。冒頭でも述べたように、当施設は今後重度高齢化に特化した障がい者支援を中心に目指していくことになる。これからも利用者の高齢化、重度化も更に進んでいくことが懸念される中、今回の取り組みで明らかになったように、自らの介護技術の不足を認識し、介助中に不安を感じている職員が多いようでは質の高いサービスの提供はすることができない。

今後も要介護高齢障がい者への対応を中心に職員一人一人が介護技術の向上を目指すとともに、行動障がいやその他の障がいへの理解を深めていけるように努力していきたい。

元気にいくべ

～グループ活動への参加と健康維持～

社会福祉法人山形県社会福祉事業団
山形県総合コロニー希望が丘　まつのみ寮
主任援助員　加藤義直　援助員　平大祐
援助員　高橋かほる　　援助員　志鎌由実

1. はじめに

まつのみ寮は、障がい者の日常生活及び、社会生活を総合的に支援するための法律（障害者総合支援法）に基づく障がい者支援施設で、利用者の生活能力の向上のために必要な訓練及び介護、並びに創作活動の機会の提供などを行っている。現在は平均年齢 46.7 歳、平均支援区分 5.5 の方達が生活をしている。入居者は主に知的障がいの方々であるが、身体障がい、精神障がい、行動障がいなど、他の障がいを持つ方々も多く、行事や各種活動はもとより、入浴、食事、排泄、その他必要な支援を行っている。また、軽運動など体を動かすハッスルグループ、紙芝居の読み聞かせや音楽を楽しむのんびりグループ、地域で活動し生活体験や交流の機会を推進しているすまいるグループ、塗り絵や切り絵など創作活動のひまわりグループ、行動障がい者中心で個別課題を提供しているまつぼっくりグループなど 5 つのグルーピングをし、利用者の特性に合わせた日中活動の提供を行っている。

グループのひとつハッスルグループとは、個別支援計画に基づき、運動機能の残存、維持、体力の増進を目的とする方を集め、健康運動を中心に、ウォーキングや身体を動かす活動を行なっているグループであり、今年度は平均年齢 52.2 歳、14 名の方が在籍している。活動的に動ける人を中心としているグループではあるが、グループ内では高齢化が徐々に見られてきており、以前までのメニューだけでは十分とはいえないところがあった。そのため、現在の利用者が参加しやすいメニューを探り、参加率の向上・高齢化のための身体機能防止を図れるよう、現状と課題を検証した。

2. 目的

まつのみ寮、グループ活動のひとつハッスルグループ内で身体的理由・高齢化にともない、参加率の低下が見られた。グループ活動充実のため各利用者が参加できる内容の見直しを図り、参加率の向上を目指し、楽しく活動に参加することによって身体機能の維持を図る。

3. 取り組み方法

① 年度初めのハッスルグループ各利用者の参加状況を集計して、参加率を調査する。

調査期間：平成29年5月初旬～6月中旬
調査方法：グループ活動内や活動日誌を参照して参加状況を集計する。

② 活動内容を考えて実施し、それによっての参加状況の変化を調べる。

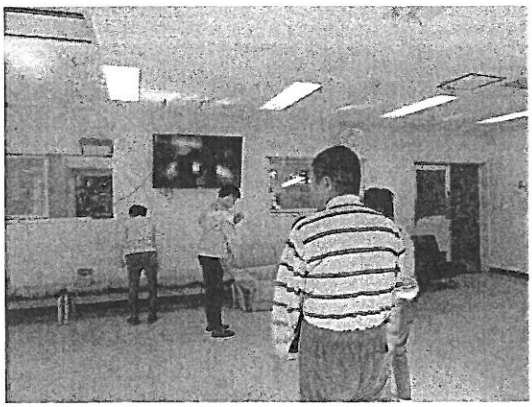
調査期間：平成29年7月～8月
調査方法：活動を実施する。①の調査結果から利用者を何名かを挙げ、参加状況の変化を集計する。

③ 活動に取り組んだ結果、取り組む前と後の変化について調べる。

調査期間：平成29年9月～10月
調査方法：取り組み後の利用者の様子や参加状況の変化をまとめる。

4. 取り組み内容

初めに5月初めから6月中旬までのグループ活動参加者全体の参加状況の集計を行う。それを元に参加率の低い利用者数名を対象として設定する。7月から8月の間、利用者に参加を促せるような活動内容を実施してみて、参加状況の変化を集計していく。活動を実施してみて、取り組みの前後の参加状況の変化、その後、どのようになったのかをまとめる。



5.参加状況の集計

①.ハッスルグループメンバー全体での参加状況（5月初旬～6中旬）

	5月（参加数 / 活動日）		6月（参加数 / 活動日）	
Aさん	１００％	(16/16)	６６％	(4/6)
Bさん	９３％	(15/16)	１００％	(6/6)
Cさん	７５％	(12/16)	６６％	(4/6)
Dさん	８５％	(11/13)	８３％	(5/6)
Eさん	１００％	(16/16)	６６％	(4/6)
Fさん	１００％	(16/16)	１００％	(6/6)
Gさん	９３％	(15/16)	６６％	(4/6)
Hさん	６９％	(9/13)	８３％	(5/6)
Iさん	３７．５％	(6/16)	６６％	(4/6)
Jさん	８５％	(11/13)	１００％	(6/6)
Kさん	７５％	(12/16)	６６％	(4/6)
Lさん	３１％	(5/16)	６６％	(4/6)
Mさん	８１％	(13/16)	１００％	(6/6)
Nさん	５６％	(9/16)	１００％	(6/6)

4月はグループ活動が少なかったため、5月から6月中頃までの参加状況を調査している。参加状況はそれほど悪くはなかったが、メンバーの中でも参加状況の低い方、6月の参加状況が5月よりも低下してしまっている方のうち4人を対象にして、見直した活動内容を実施してみての参加状況の変化と活動中の様子を調べていく。

②.見直した活動内容を実施。①で挙げた利用者４人の参加状況・様子を調査する。（7月～8月）

7月・8月の実施内容

ラジオ体操、寮内歩行、寮外歩行、ボール投げ、ボーリング
バランスボール、各種体操（花笠、骨骨筋肉、花笠など）、ロコモ体操

新規：輪投げ３回、毬入れ１回

	Cさん	Gさん	Kさん	Lさん
7月　% (参加回数)	100 (16/16)	100 (16/16)	93 (15/16)	75 (12/16)
8月　% (参加回数)	100 (16/16)	100 (16/16)	92 (12/13)	84 (12/13)

7月、8月は帰省する利用者もいたが、ともに16回の活動をしている。7月に輪投げ、8月に毬入れを実施し、活動開始前には参加を促す声掛けもしている。普段活動に参加できていなかった利用者も徐々に上昇傾向が見られた。新規で取り入れた輪投げ、毬入れの活動を普段のプログラムに組み込んだところ、参加率が上昇した。また、普段声掛けを要する方も自然と活動に足を運ぶ様子が見られている。今後も好みを探りながらメニューを実施してみての参加状況の変化と様子を調べていく。

③.活動に取り組み前と取り組み後の変化を調べる。（9月～10月）

9月・10月の実施内容

ラジオ体操、寮内歩行、寮外歩行、ボール投げ、ボーリング
バランスボール、各種体操（花笠、骨骨筋肉、花笠など）、ロコモ体操

新規：フライングディスク３回、ロデオマシン１回

	Cさん	Gさん	Kさん	Lさん
9月　% (参加回数)	64 (9/14)	78 (11/14)	71 (13/14)	92 (10/14)
10月　% (参加回数)	90 (9/10)	83 (5/6)	40 (8/9)	88 (4/10)

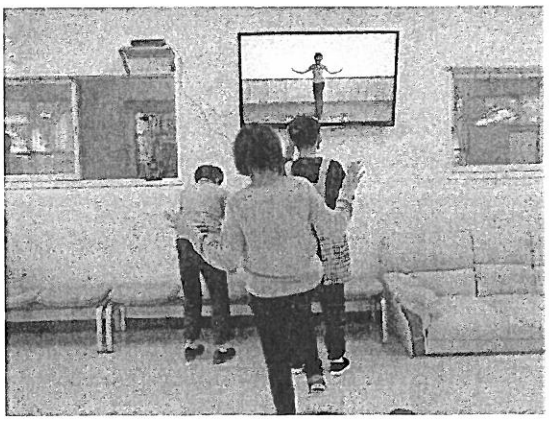
9月は14回、10月は10回の活動をしている。10月は旅行への参加や体調不良で欠席する利用者がいた。9月・10月と活動を継続してみて、②のときと比べ、参加状況は少し低くなっているが、参加状況は悪くなく、取り組む以前と比べても高い結果が出ている。調査したメンバーには、ひとつの作業にこだわりが見られ、参加できないときがあったが、参加できたときには楽しそうに活動をしているようであった。

6. まとめ

今回の取り組みを実施してみて、利用者の身体状況はもとより、高齢化のスピードも人により多様なものがあるため、年度当初のメニューであるラジオ体操など各種体操やボール投げ、寮内外の歩行だけでなく、順次、利用者の状況に応じたメニューの見直しを図ってきました。

新しいメニューとして輪投げや毬入れ、フライングディスクの導入など、楽しく活動に参加できるよう新しいメニューを実施するときにはメニュー内容の説明を行いました。グループ活動開始前にはゆっくりと準備ができるよう、時間に余裕をもって事前の声掛けをするなどしてきました。声がけの際には、その方に応じた誘い方を考える必要があり、利用者個人に寄り添った支援の必要性を感じました。

新しいメニューを導入してみて、はじめは参加していただけるかどうか不安がありましたが、ファミリー職員やケース担当より個人の好みを聞くことで、より個人に添ったメニューを考えることができました。そのおかげか以前よりも笑顔が多く見られるようになったと感じられました。活動に参加する職員も利用者の笑顔を見て励みとなり、さらに良いメニューはないかと考えるようになりました。支援の基本に立ち返り、その方をいかによく知り、情報をいかにより多く集められるようにすることの大切さを痛感しました。重度高齢化が進む中、どんな状態のときでも利用者個人に寄り添った支援をしていきたいという思いを改めて感じました。これからも利用者が楽しめるよう学びながら支援を行っていきたいと思います。



『音楽療法の取り組みから　『～一人一人の生活に潤いを～』
中 間 報 告

山形県総合コロニー希望が丘あさひ寮
援 助 員　益満　望
援助主査　高瀬　美穂
援 助 員　殿岡　裕佳子

はじめに

世の中にはさまざまな音楽があふれており、我々は毎日何かしらの音楽を聞きながら生活を送っている。

事業団における音楽療法のはじまりについては平成5年に県のモデル事業として加賀谷式集団音楽療法（ミュージック・セラピー）を山形県社会福祉事業団が取り入れ、山形県総合コロニー「希望が丘」内にて「石川磁場の会」代表として各地でセミナーの実技と理論を講義していた宮本啓子氏を招聘し、4年間希望が丘内でミュージック・セラピーを実践していただいたところから希望が丘内での音楽療法はスタートしている。途中、ミュージック・ケアに改称されたが、現在事業団内には37名の有資格者（講習修了者も含む）がおり、各施設・事業所にて定期的にセッションの提供を行っている。

我々はそこで得た技術を基に日々利用者の方々に生活メニューの一つとして音楽療法を提供しており、今回我々が音楽療法を利用者に提供していった中で生じた変化について事例を交えながら、音楽療法が利用者の方々の発達にどのような影響を与え、また利用者の心にどのような変化をもたらすのかを探っていきたいと考え今回の取り組みを行うこととなった。

1．音楽療法とは

音楽療法と一口に言ってもそのアプローチの仕方は様々であるが、方法としては次の二つに大きく分けられている。

①能動的音楽療法
対象者とともに歌う、演奏する、簡単な曲を作る、リズムに乗って踊るなど対象者が自発的に活動に参加し人と一緒に行動する楽しさを思い起こし、その楽しい気分によって協調性や交流意識の向上・改善が期待される療法。（Ex.カラオケ・アーティストのライブ等）

②受動的音楽療法
対象者にとって懐かしい曲やクラシック音楽などリラックス効果のある曲を日常の生活の場で流す療法。自然に曲が入ってくるため、対象者が意識することなくストレス軽減や認知症抑制の効果があるとされている。（Ex. 音楽鑑賞・コンサート等）

2．あさひ寮における利用者構成および音楽療法の実践について

あさひ寮は昭和 49 年 9 月に開設し、授産施設として受託作業や畜産活動（養豚・養鶏・食用牛の育成）および農業・果樹栽培など多岐にわたる作業に利用者が従事していた。利用者の多くは県内出身者で、生まれた環境も違えば成育歴が違う方々が 100 名ほど共同で生活していた。しかしながら平成 23 年の新法移行を機に授産施設から生活介護施設への変化がすすみ、それに伴い利用者の定員および年齢層にも変化が見られた。

現在入所者数は 43 名、20 代から 80 代までの幅広い年齢層で平均年齢は約 54 歳と高齢化が進んできている。それと並行して車いす対応の利用者が増えつつあるなど重度化の傾向もあるが、あさひ寮ではミュージック・ケア開始時より音楽療法を実践し重度高齢になっても楽しく生活のできる環境づくりをしている。現在は月に 2～3 回の実践を行っている。

3．課題の整理と対応

あさひ寮において音楽療法は 10 年以上前から取り組まれており、有資格者を中心として定期的にセッションが行われてきていた。しかしながら、職員の異動や退職に伴う有資格者の減少があり、満足にセッションが行えないことが続くなど実践を継続するのが困難な時期もあった。

そこであさひ寮では資格取得者の増加を検討し、平成 25 年に 2 名が初級資格を取得している。

また、音楽療法を行うにあたり実施日が不透明であったことから、毎週水曜日を基本とし週 1 回定期的に実践が行えるよう環境整備を行った。

また、参加メンバーについて他の療法（乗馬療法等）と異なり、こちらからはメンバーを設定せず自由参加にしたところ、実践開始当初は決まった利用者の参加が目立ち、最初だけ参加する利用者や途中で抜ける利用者がいる状況であった。しかしながら、療法への参加の声掛けを継続していくうちに今まで療法に参加していなかった利用者が参加したり、途中で抜けていた利用者が最後まで参加するなど変化が見られた。

4．実践

音楽療法の実践にあたって役割としてリーダーおよびサブリーダーがおり、それらが必ずペアで実践を行わなければならないとされている。また、セッションに付き添う職員についても細かい役割が定められている。

リーダー…セッションの中心となる人物であり、その場に応じた曲の変更、プログラムの舵取りを任されている。

サブリーダー…主に音響担当としてＣＤの入れ替えや楽器配りなどリーダーがスムーズにセッシを行えるよう補佐する役割。

付添い職員…利用者の見守りおよび療法への参加を行う。

プログラム…セッションを行うにあたり、対象者に応じてその都度楽曲の変更がある。

この中であさひ寮ではリーダーを有資格者、サブおよび付き添いをその他の職員に依頼し、3 名～5 名の職員で実践を行っている。また、実践を行うに際し、プログラムはリーダーが設定しスムーズな実践が出来るよう事前にサブリーダーと協議し曲の入れ替えのタイミングを協議するなどしている。付き添い職員についても楽器の渡し方や利用者と混じって療法に参加してもらうなど、実践を行うにあたって全体が一つの流れとなってセッションを行うようにしてきた。

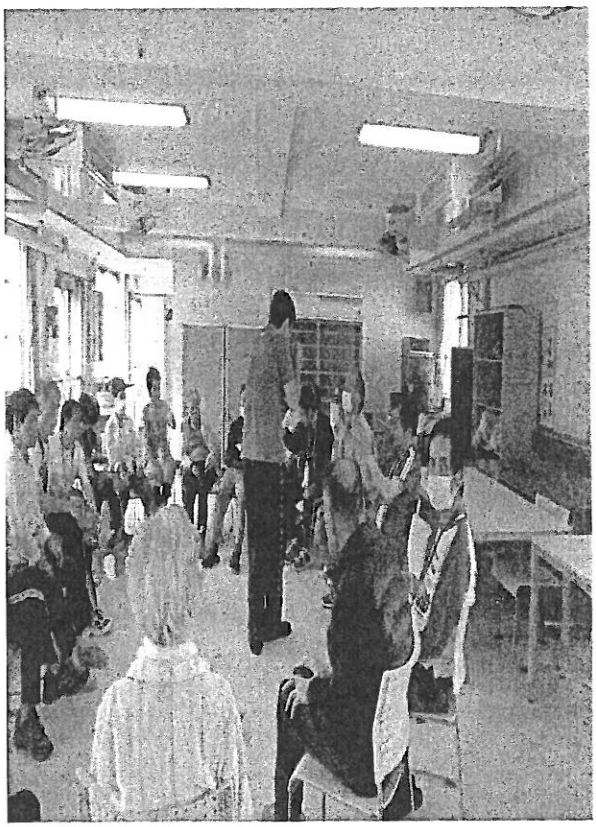
5．ケース紹介

S．Rさん　男性　35歳　あさひ寮入所4年目
障害特性：知的障害・精神障害・自閉症

寮生活の現状：ADLは基本自立している。しかしながら、賑やかしい環境が苦手で時折大きな声での独語、声出しが見られる。

実践開始時：セッション中に独語を発する、会場内を歩き回るといった動きが多くあり、セッションに集中して取り組むのは難しい状況が続いていた。

現在：セッション中に歩き回るといった行動が少なくなり、つづいてセッション中に独語を発する頻度も減少している。
また、療法に慣れてくると曲を口ずさむ、リーダーの指示を受リズムに合わせて楽器を叩くなど次第に音楽を意識した行動をとりはじめ、現在では朝会で音楽療法があることを伝えられると、笑顔で時間を尋ねてくるようになり他利用者と連れ立って療法に参加するなど安定した状況を作ることができている。



【事例1】

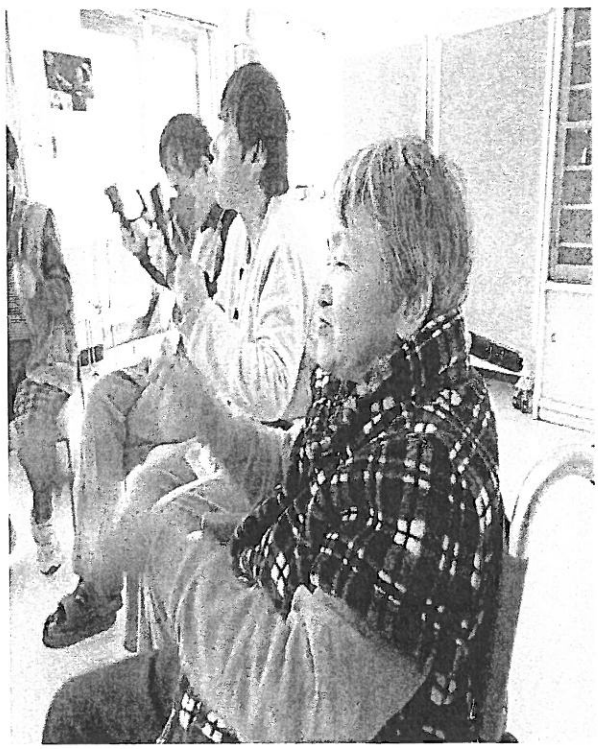
【事例2】

A．Mさん　女性　67歳　あさひ寮入所6年目

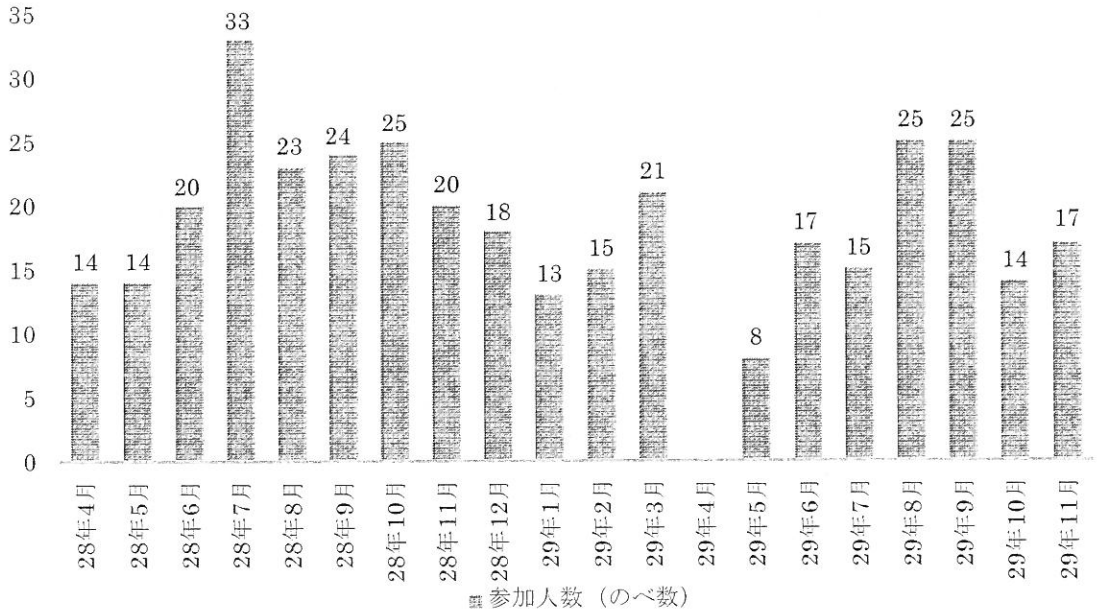
障害特性：知的障害・統合失調症
寮生活の現状：日常生活において職員の手引きによる誘導ないし、車椅子での移動を必要とするなどADLについては全般的に支援を要する。日中活動として創作活動を行っており、塗り絵やちぎり絵等を行い、また生け花愛好会に参加するなどしている。

実践開始当時：毎回職員に付き添われて参加しており、当初から動きが見られたが職員の指示や動きに対して全般的に自ら活発に動くことが難しく表情の変化もどちらかと言えば少ない方であった。

現在：曲が流れると自分から身振り手振りをしたり、掛け声をかけるなど活発な様子見られ、同時に笑顔が良く見られるようになった。また、職員の指示をある程度理解した動きも見られるようになっている。



6．音楽療法への参加人数の推移について



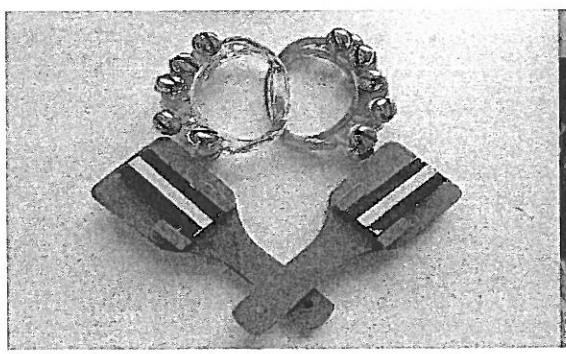
7．まとめ

あさひ寮で、今回音楽療法を実践してきた中で感じたことは利用者が思ったよりも療法への順応性が高いと感じたことである。以前より音楽療法があさひ寮で行われてきたことから、利用者の中で潜在的に経験として残っていたのが大きな要因と考える。

参加する利用者の中には「昔やったっけな～。」と言いながら笑顔で体を動かす方もおり、元々は音楽に親しんでいた様子がうかがえる。また、以前やっていなかった方でも職員の動きを真似る、自分なりに体をゆする、身振り手振りを行うといった行動が見られ、それぞれに自分なりに音楽を楽しんでいる様子がうかがえる。

今回対象とした、利用者のＳさんとＡさんは音楽療法の実践にあたり特に変化が見られたため事例として挙げさせていただいたが、その他の利用者についても笑顔が増えた、余暇活動として定期的に参加し生活リズムの一部となっている等変化はみられている。しかしながら、彼らは現在変化の途上にあり、今後の実践にてまた新たな変化が見られると考えているため、今後も継続して実践を行い、彼らの状況を見ていきたい。

その上であさひ寮の音楽療法の実践に求められてくるのは、余暇活動における選択肢の一つとして利用者に定着していくことだと思う。そのためにはプログラムを作るにあたり、新しい曲や懐かしのメロディを組み込んでいき利用者により親しみやすいセッションを行っていくべきであると考える。



日中活動の充実について

サポートセンターらいと
援助員　伊勢知幸　　援助員　渡部たえ子　援助員　高橋みゆき
援助員　小野由香里　援助員　横山俊宏　援助員　叶裕美
援助員　齋藤夕季　　援助員　佐藤綾子

1．テーマ選定理由

日頃の活動を通して利用者の楽しみを見つけ、日中活動中に利用者の笑顔を見たいと思った事と共に、利用者に出来る喜びを感じてほしいと思ったこと。
また、身体の健康維持を保ちたいと考えたこと。

2．日中活動の洗い出し

日中活動

日頃の活動

屋外
- 散歩（ゴミ拾い兼て）
- ドライブ（空港、土門拳）
- 公園などでの運動（ボール運動、体操）

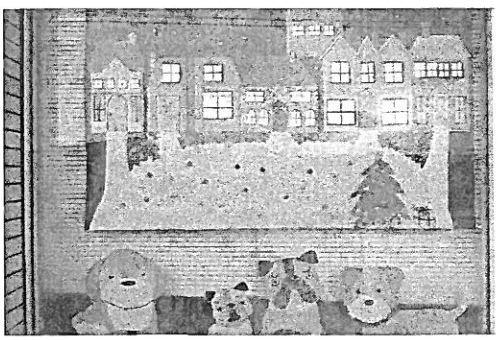
屋内
- ビーズ細工
- 刺し子
- 塗り絵
- 貼り絵
- 絵画
- ラジオやビデオにあわせての体操
- 読書
- ＤＶＤ鑑賞
- 編み物
- アイロンビーズ

企画行事

現状では、平均して、ひと月に２回以上は、企画を考え、行事を行っている

ex.
- 動物園見学（外出）
- 寿司つくり及び会食
- 非常食のラーメン会食
- 犬祭り見学（外出）
- チューリップサークル(生花)
- 陶芸教室（外出）
- ホットケーキ作り
- ミュージックケア（外出）
- 会食会（外出）

新規の取り組み
- 大窓に季節の貼り絵掲示
- 芋煮会
- きうりトマト栽培、収穫



3．テーマの絞込み

現時点では屋外の活動と企画行事は、充実していると考えられる。屋内での活動では、以前あったケースのように、利用者が繰り返し声がけ支援することで今まで出来なかった事ができるようになり、利用者自身喜んでいたことに着目し、「他にも同様の事柄がないか考えていこう！」という事で焦点を当てることにしました。

そしてさらに作業項目を絞っていくと・・・

⇒①貼り絵の楽しさを知ってもらう。

②利用者Ｎさんの行動パターンの改善。

③声賭けすればできていたことを（食事準備の手伝い）自発的に行えるように支援していく。

※上記のようなことが上げられました。が、今回のテーマの趣旨を考慮したうえで、最終的に①の「貼り絵の楽しさを知ってもらう」を行う事にした。

4．テーマに沿った試み

貼り絵の楽しさを知ってもらう。

〔目標〕和紙を画用紙に貼り大きな絵を作成すること。

・利用者が、絵を想像できないため援助員が画用紙に大きく絵の枠を描いて和紙を貼ってもらおうとしたが、のりを使用すると手の汚れを気にする利用者が多かった。

その為、次のような工夫をしてみた。

↓

和紙の裏に両面テープを貼り１㎝角のシールを作ってみた。

↓

両面テープの裏側（面）の紙がうまく剥がせなかった。

その為、さらに工夫し、

↓

両面テープの大きさが和紙より若干２㎜ほど小さくなるように１㎝角の和紙を作ってみた。

↓

すると、シールを剥がせるようになり、画用紙のいろいろな部分に思い思いに貼れるようになった。

↓

次にバラバラに貼るのではなく、簡単な図案を描きその中にシールを貼ることが

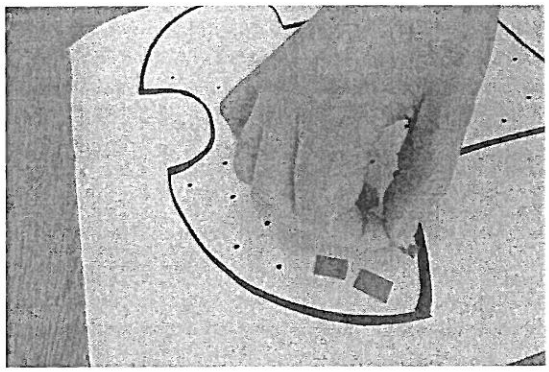
できるようにする為に、図案に点〔・〕を描きその上に貼って貰うことを何度も繰り返した。

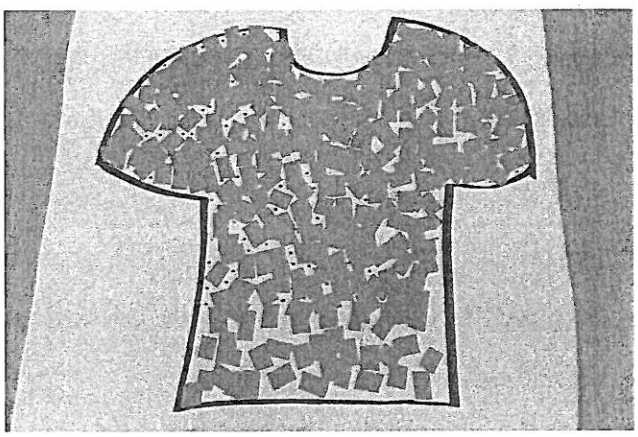
↓

すると次第に丸い点の上に和紙を貼ることが出来る様になった。
次に援助員が描いた絵の線の上に和紙を貼っていく練習を繰り返し行ってもらった。

↓

初めは、ばらばらに貼ったり、縦ばかりや横にばかり貼っていく利用者さんや重ねて貼るなど、さまざまな貼り方をしていました。次第に絵の枠に沿って和紙を貼れる事ができるようになった。





↓

その後、絵の部分ごとに和紙の色を変えて、特性を生かして作成することにした。

↓

例えば、視力の弱い利用者の為に、台紙と和紙の色を極端に変え、解りやすくする事で、より貼りやすくした。それぞれの利用者が出来るところからやってもらうようにした。

↓

段々と出来ることが増えていき、ようやく一つの作品が出来るようになった。

↓

中には職員が絵を描いたときに、その絵を認識できる利用者も居て、その絵が何

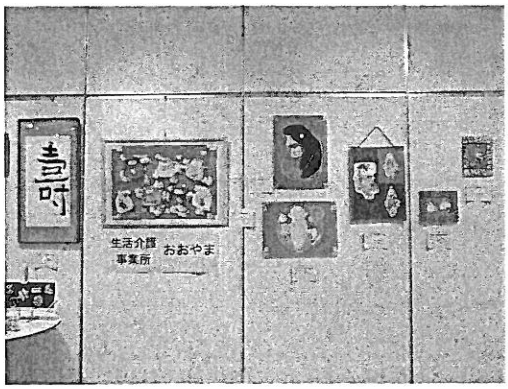
であるか分ると、完成を楽しみに貼り絵が出来るようになった。

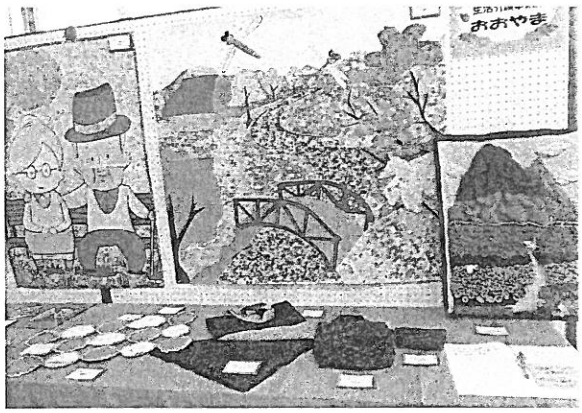
↓

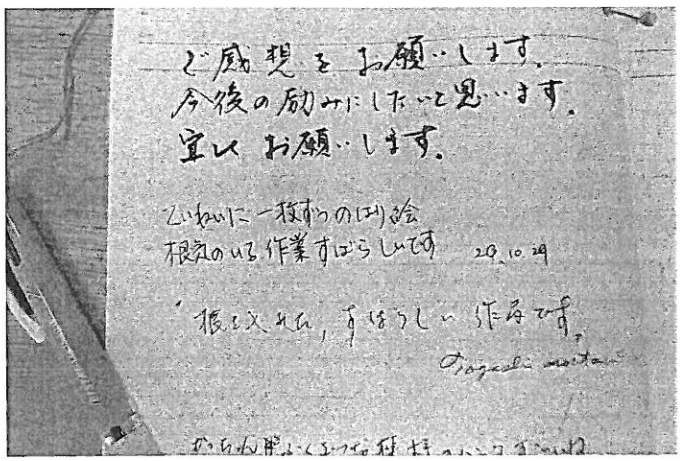
作品が出来るようになった利用者が増えてくると、合作による大作も出来るようになった。

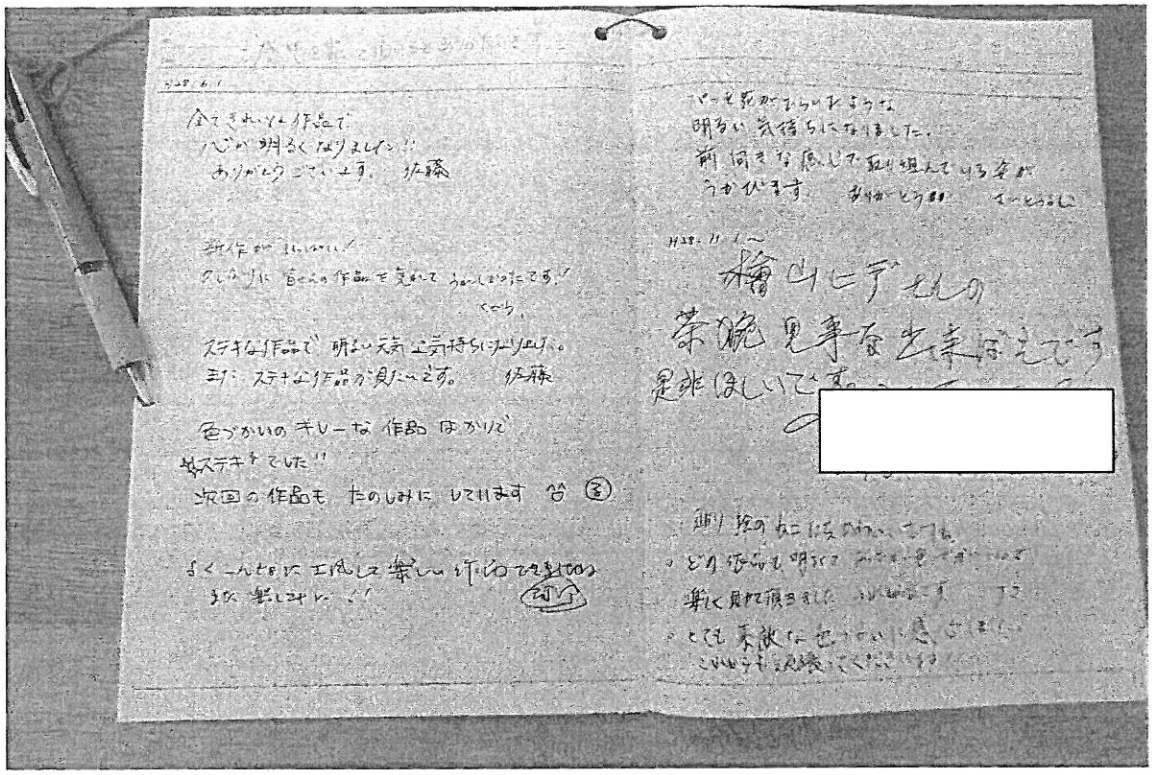
↓

次第に利用者も楽しさがわかるようになり参加する人も増え、コミュニティーセンターや荘内銀行などの展示会に出品し、見学を行っている。また、作品の側に感想ノートを置かせて頂き、地域の皆様からの沢山のご意見や励ましの言葉に喜びを感じられるようになった。









5．成果（結果）

①利用者が、援助員が描いた大きな絵に和紙を使って貼り絵を行うという目標が達成できたこと。

②集中することや作品を丁寧に仕上げる意識をもつ利用者さんが増えてきたこと。

③作業を楽しみに通所される利用者さんが増えたこと。

④指先を使うことによって脳の活性化が計られたと思われること。

6．反省

①利用者が作業を覚え集中して行うことが出来るようになったことが、とても良かった事だと思われる。利用者さん自身も作業を楽しみにされており、出来上がった時には大変喜んで笑顔を見せてくれるようになった。

〔集中力や達成感を感じられるようになった。〕

②利用者がより楽しめる創作活動を工夫していこうと思った。

「生活のしづらさの解消に向けて」

救護施設山形県立泉荘
援助主査　石川尚宏　　主任援助員　渡辺亮子
主任援助員　萩生田憲彦　援助員　船山紀之
主任援助員　関　友里恵

28年度は現状把握と実施可能な対策への取り組みを軸に行いました。その結果も加味しながら29年度に実施した項目は以下の通りです。

① 28年度の実態調査からわかったやり取りの多い利用者への対応策を、個別支援計画に反映させて実施していく。モニタリング等にも活用していく。

② 「やり取り」自体の考え方をもう一度整理していく。泉荘を長く利用してきた利用者の生き抜く処世術としても位置付けもあることから、再度整理していく。

③ ケアマネジメント技法だけではなく、活用可能な技法を選択し対応していく。

④ 自由な生活を保障するという事は、責任を持つこと、そしてそれを果たすことにつながっていくことを利用者に再認識してもらう。

この実践報告を行うにあたり、考え方の根幹が揺らがないようにするために、何度も話し合いを行いました。根幹がどうして揺らいでしまいそうになるのか。それは生活を支えるという支援の難しさや戸惑いがあるからであり、人と人との向き合いだからです。今後もそんな部分も大切に考えていなければならないと、この取り組みを通して再確認しました。

29年度の取り組みとして男性利用者のKさんにアプローチをし「生活のしづらさ」の解消に向けて取り組みをしました。

【Kさん個人票】			
性　別	男性	入　所	平成４年６月１日　在籍２７年
年　齢	６５歳	病　名	統合失調症

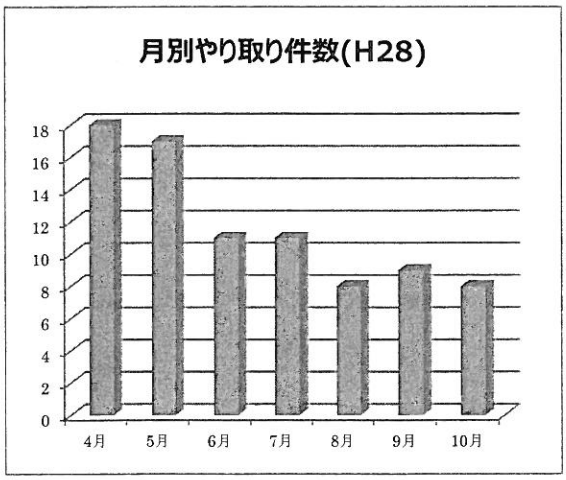
入所してから金銭のトラブルや借金などが頻繁にあり、荘周辺の店などからも借用していた。年金が入ると支払いをしていたが、収支のバランスが悪く借金が増えていった。通帳と印鑑の自己管理をしていたこともあったが、年金が入ると借金返済のため、利用者負担金が払えなくなってしまう状況が繰り返しあった。負担金が１か月遅れでしか払えない状況が続いたため、平成27年に通帳と印鑑の自己管理をやめ施設管理にし、担当職員から小遣い・タバコを管理してもらい約１年間かけて、遅れていた負担金を支払うことができている。その間、使える小遣いやタバコを吸う本数が少なかったため外勤作業を頑張り、小遣いを増やす努力をしてきたが、使えるお金が以前より少なくなってしまったこともあってか、物を売ったり、借金をしたりのやり取り

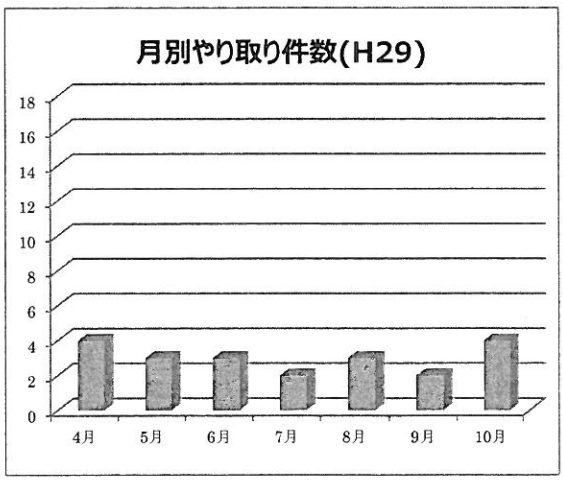
が続いている状況である。今現在も通帳と印鑑を施設管理とし担当職員と相談しながら、小遣いやタバコを管理してもらい生活している。

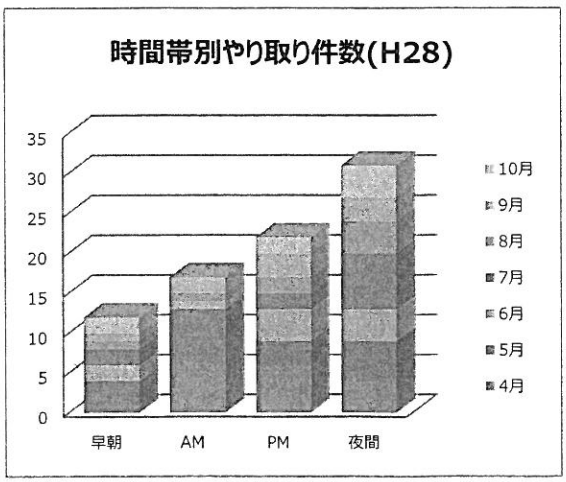
Ｋさんの個別支援計画を以下のとおり作成し、支援を行いました。

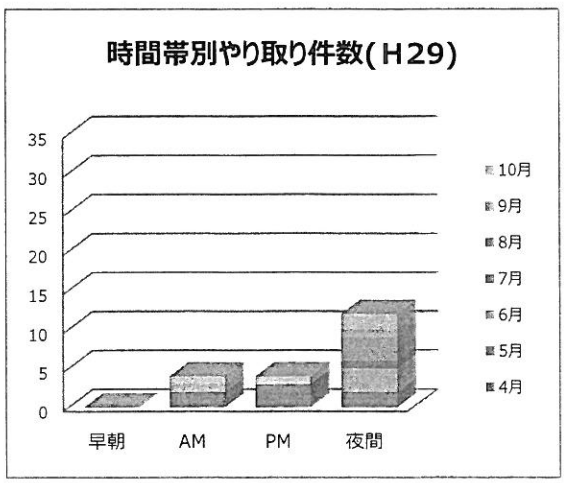
【個別目標】	
長期目標	サービス内容
生活のきまりを守り落ち着いた生活を送る	・生活のきまりを守るよう声掛けし、無心などがあれば、その場で注意し、その後聞き取りをし全職員が関与し対応します。 ・チーム朝会で生活のきまりについて利用者全体に注意喚起を行います。 ・１週間の振り返りを行い、本人がノートに記載する(出来た評価も含む)
短期目標	
生活のきまりを守る	

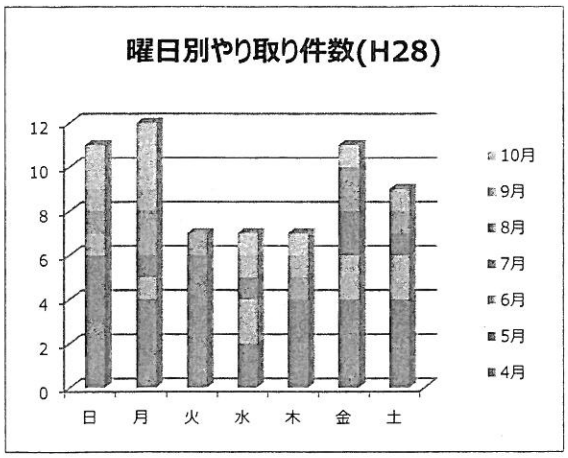
以下のグラフが、Ｋさんの平成２８年４月～１０月と平成２９年４月～１０月の「やり取り」を比較したものです。

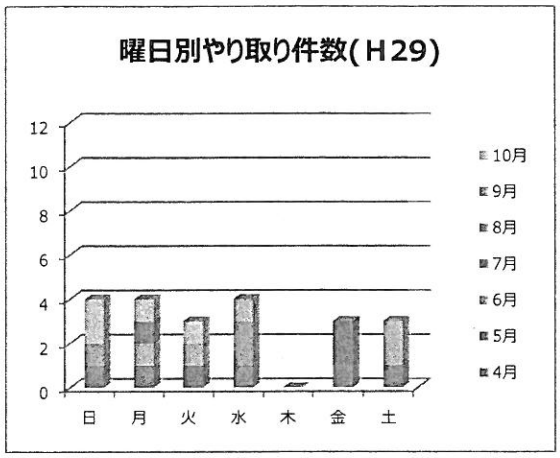


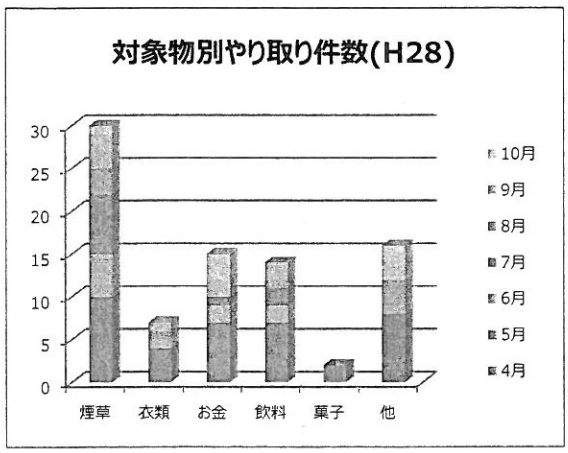


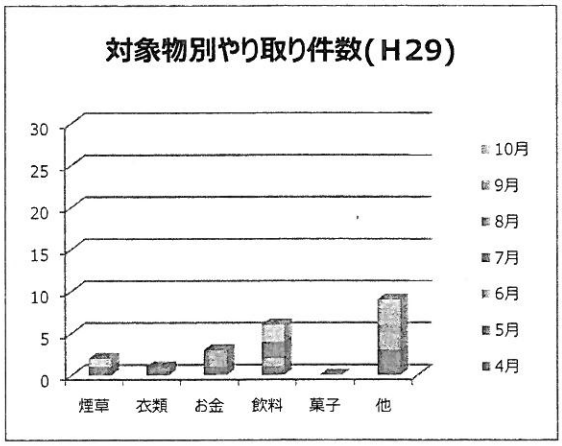












○本人がやり取りをした時のアプローチとして

・例として本人がやり取りをした時の職員の対応

→やり取りがあった場合は、その都度話し合いの場を設け、やり取りについて、考え・振り返る時間を設けた。

○本人に荘全体としてチームとして対応したこと

・自治会では、毎月の定例会時にやり取りについて話をしてもらい、利用者の意識を高めてきた。

・毎日のチーム朝会時、全体に対して「やり取り」についての声掛けを実施。

・本人、チームで相談しながら個別目標を作成し支援を続けてきた。

・嘱託医へも相談し意見を仰いだ。

・実態調査時に総合支庁のケースワーカーにも現状を報告し、本人へ「やり取りについて」話をしてもらった。

○本人の対応の他に昨年から強化した巡回の時間帯について

・日中の部分では15：00の巡回を増やしたことで、昨年から減少傾向にあるが、職員の少ない時間帯（夜間）についての「やり取り」が多いことがわかる。

○考察

泉荘において長年に渡り、図らずも黙認してきた物のやり取りは１～2年の対応でなくなるものではありません。しかし「生活のしづらさ」から、困る利用者がそこにいる以上、対応していくプロセスを構築する事は支援者として果たすべき責務の一つであると思います。今回の２年度に渡る実践報告は、そのプロセスの構築の一旦に過ぎず、今後もその強固なプロセスつくりを検討し続けなければなりません。今回はＫさんに対するアプローチの実践がメインのひとつになりましたが、このアプローチは他利用者にも通じるものがあり、対応していく有効性の高いものと考えます。泉荘でやり取りがまったくなくなることはないとは思いますが、今後も職員全員でこの取り組みを継続していき、少しでも減らしていきながら「生活のしづらさ」の解消になればと思います。

障がい者支援施設における買い物外出支援に関する研究

～どの様な支援が安心感提供につながるか～

社会福祉法人　山形県社会福祉事業団
障がい者支援施設　山形県梓園
援助員　大地弘巳　援助員　渡部智子
看護師　佐藤　純

Ⅰ．職場紹介

梓園は、施設入所支援、生活介護、自立訓練（機能訓練）、短期入所を提供している障がい者支援施設である。「地域で生活したい」「自分らしく暮らしたい」という、お一人おひとりの思いを大切に、その実現に向けて自立訓練（機能訓練）のサービスを提供している。理学療法士、作業療法士、看護師、生活支援員による理学療法・作業療法や、外出・家事・金銭管理・住まい・福祉制度に関してなど、日々の生活に必要なプログラムを作成し、相談や支援を行っている。皆さんのチャレンジする気持ちを感じ、その不安や悩みに寄り添い、共に考えながら、持っている力を活かしていけるようお手伝いしている。

Ⅱ．研究目的

梓園では、基本的に買い物外出は施設のルールを守れば自由にすることができる。しかし、個人での買い物外出が苦手な方も多数おられ、職員付添での買い物外出支援を計画するも、日々の業務におわれ、計画通り実行できず不定期になってしまう。その様な背景から、利用者さん自身も何を購入して良いのか決めることができず、日常生活において不安を話される。買い物外出は、施設内で多くの時間を過ごされる方にとっては、唯一地域社会との繋がりを感じられる時間であり、ストレス発散の場である。どの様な支援が長期的な安心感提供につながるかを目的とした。

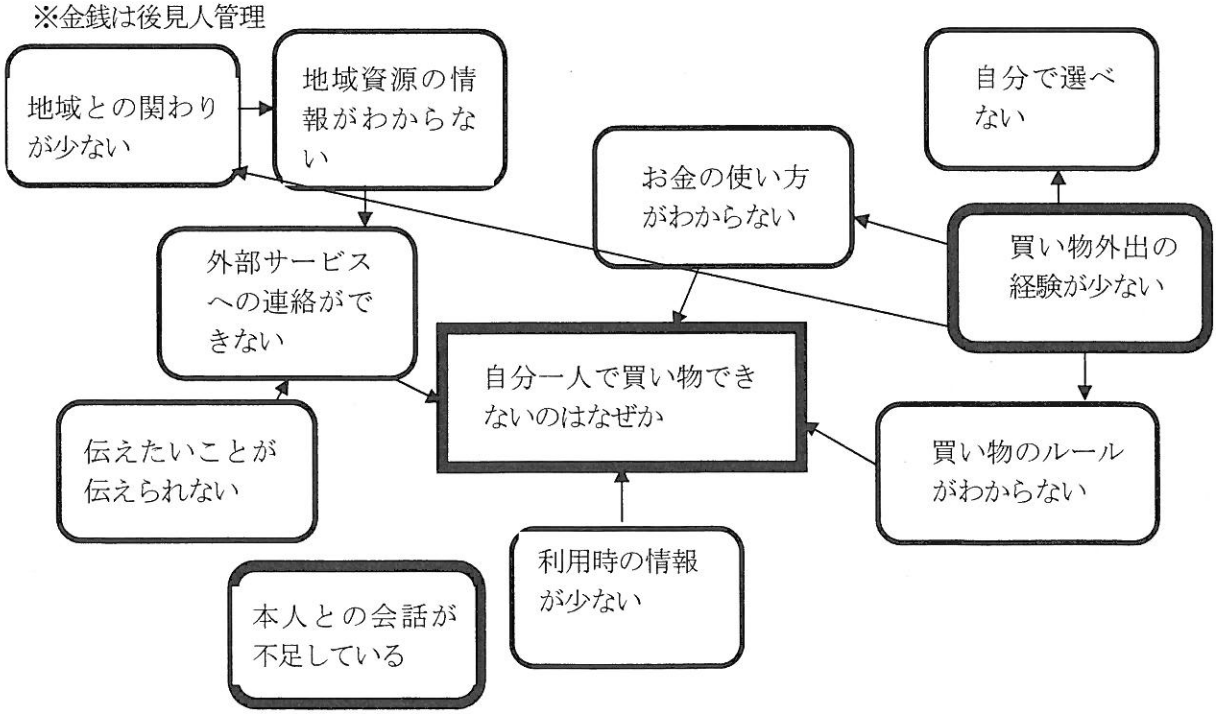
Ⅱ．方法

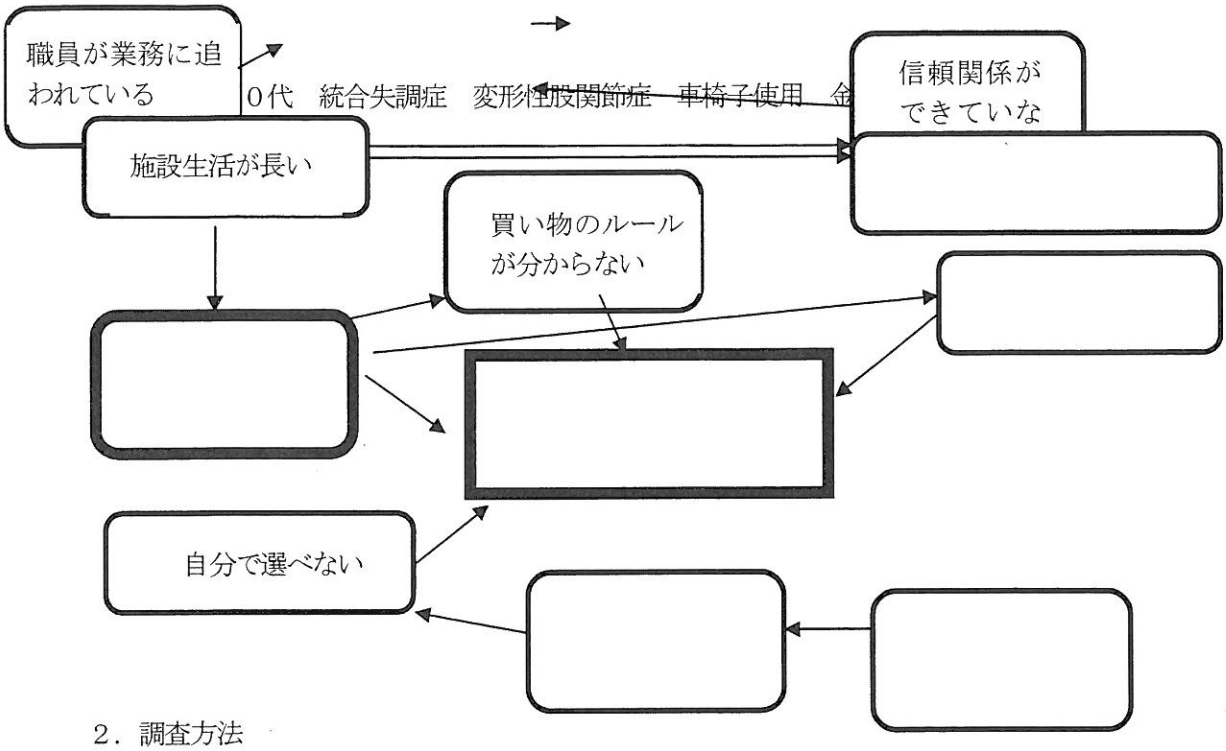
1．現状把握（連関図法を使用）

職員付添で買い物外出をされておられる２名を対象とした。

（Ａさん）40代　療育手帳Ｂ　知的障がい　脳梗塞による左上下肢機能障がい　車椅子使用

※金銭は後見人管理





2．調査方法

2名とも自己決定ができる。買い物外出を強く希望されている。共に買い物外出が延期されると、生活面でイライラ感が見られる。買い物外出支援の方法を2パターンに分け、生活面の状況観察を行う。

（Aさん）＊支援方法は2か月先までのカレンダーを準備、買い物外出の日に○を付け居室に貼る。買い物外出は月1回とする。介護タクシー利用、買い物支援も依頼。一回の買い物金額は三千円（タクシー利用代は含まず）

（Bさん）＊支援方法は近くのC病院売店まで自走、安全配慮のため職員1名同行。回数は週一回とし、職員から声掛けし日時を決める。お金は毎日お渡ししている小遣い二百円より出して頂く。日用品や衣類などの高額な購入品は別途支援を行う。C病院売店での買い物は本人からの希望である。

Ⅲ．倫理的配慮

研究協力の自由意思と拒否権を説明し同意を得、生活状況に関する情報の扱いには十分な秘密保持と、個人が特定されないように配慮した。

Ⅳ．結果

調査実施は平成２９年６月から９月まで行った。その間の生活状況や買い物外出への声掛け時の反応が、以前と比べてどのように異なったか比較した。

○Aさん

以前の主だった買い物支援での行動や言動としては、付添いが誰であるか複数の職員に幾度となく聞いて回り、ソワソワ施設内を移動される。人見知りが激しい面もあり、苦手な職員が付き添いと分かると「お前なんか嫌いだ。」「かっこ悪い。」と職員へ話される。必要な日用品や衣類、靴の購入に拒否がある。毎回お菓子とアイスの購入を希望される。買い物時間はいつも３０分～４０分程度、それ以上の時間は待てずにイライラされる。

＊今回の調査結果

（6月）は介護タクシーを利用しての買い物外出へ同意はされたが、人見知りが激しい事もあり、

ソワソワ施設内を移動されたが拒否はなし。職員付添いがなくとも買い物をされた。介護タクシーのドライバーさんからは買い物中は素直で落ち着いていたとの報告があった。買い物時間は３０分程度、お菓子とアイスを購入。

（７月）本人からサンダルが欲しいとの希望が職員へあった。買い物時間は３０分程度、お菓子、サンダルを購入。「楽しかった。」と職員へ笑顔で話された。「これを買ってきた。」とサンダルを複数の職員へ見せていた。

（８月）本人より日帰り旅行（施設行事）に参加するから行かないとの申し出がある。

（９月）本人より「破れてきた。」と靴下購入の希望がある。下着の購入も必要であると思われたので声掛けすると、はじめは「いらない。」と話されたが、その後本人より「分かった。」と素直な返事があった。買い物時間は３０分程度、靴下、下着、お菓子、アイスを購入。「アイス美味しかった。」と職員へ笑顔で報告された。

○Ｂさん

以前の主だった買い物支援での行動や言動としては、付添い職員へのこだわりはない。購入したい物への要望は強く、あれもこれもと物欲に歯止めがきかない面もみられるが、自分で選ぶことが面倒になると「なんでもいい。」と他人まかせになる。買い物時間は３０分程度、たい焼き、アイスなど甘い物の購入を毎回希望される。

＊今回の調査結果

（６月）第一週の水曜日に声掛けする。「行きたい。」との返事がある。お金を準備し、玄関まで来てもらうように話す。小遣いの残高を聞くと「大丈夫だ。」との返事があり、職員付添いで病院売店へ行く。しかし、売店にてお金が無いと突然話され引き返す。

翌週再度声掛けするも「お金がない。」と話された。理由を聞くと、施設として禁止している利用者間の煙草売買で、煙草を２本百円で買い無くなったとの事でした。その翌週の声掛けでも「お金が無い。」「行かなくてもいい。」との返事でした。本人の希望を反映した支援を実行したつもりでしたが、本人からの申し出で断念した。

（７月）Ａさんの買い物支援の状況を話し、同じ内容で買い物外出をしませんかと勧めてみるも「行ける自信がない。」との返事でした。

（８月）本人より日帰り旅行（施設行事）に参加するから行かないとの申し出がある。

（９月）にＡさんと同じ買い物外出支援で、Ｄさんが外出され「楽しかった。」と話されている姿を見ておられたようで、本人より「自分も行ってみたい。」　と希望された。

Ｖ．考察

Ａさんの調査を行うに当たり、人見知りが激しい面がどの様に影響するのか不安であったが、問題なく実行出来た。介護タクシー利用の利点として、予約が取りやすく予定通り実行できた。ドライバーさんは支援方法を熟知されていて、回数を重ねる度に、買い物中の状況なども細かく把握してもらえた。Ａさんの施設内での言動にも変化がみられ、今の自分は何が必要なのか考え、職員へ伝えることが多くなったと、複数の職員からの報告も聞かれた。笑顔が多く見られたことも、安心感を提供できた結果だと思えた。

Ｂさんの調査では、本人からの希望を取り入れたつもりであったが、どことなく他人任せな面が強く出てしまった。しかし、ＢさんはＤさんが介護タクシーを利用しての買い物外出はできないと思っていたようで、あんなに「自分は行けない。」と言っていたのがウソの様に「行ってみたい。」と自ら申し出てこられたことは意外であった。図らずも施設内での上下関係が垣間見えた。Ａさん、Ｂさん、Ｄさんは共に施設職員の付き添いが必要であると、職員側が勝手に思い込んでいた事も、今回の調査を通して分かった。そして事前に何を購入したいのか、本人に考えてもらう期間を設けた事で、職員に言われたから購入したのではなく、自分で選んで買ったとの満足感も得られたと思われた。

Ⅵ. おわりに

反省点として、業務関係の調整や職員の話し合い不足により研究に取り組む職員が限定されてしまったことが挙げられた。それらの反省点を改善するため、職員間で意見交換ができる場を設け情報共有を行うとともに、利用者の声を聞いたりするなど外出支援の充実に努めていきたい。

良かった点として、以前は、職員から買い物外出の誘いを待っているだけであったが、今回の調査で自ら「行ってみたい。」「次も行きたい。」と前向きな言動が多く聞かれた。介護タクシー利用には利点が多く有り、今回の調査対象者以外にも有効であり、安心感を提供できたと思われた。介護タクシーという地域資源からさらに他のサービスにつなげていくことができるよう職員も地域ネットワークの形成に努めていく。