

「私が主役」のレクリエーション

—利用者主体による活動での意欲向上のための取り組み—

介護老人保健施設はまかぜ入所 Aチーム

小林さつき 富永萌香 勝部風河 鷺見寿子 手島恵美子
小池葉子 池田美幸 松本利香 足立貢一

はじめに

当施設では、毎週水・木曜日にちぎり絵や体操などのレクリエーションを実施している。

しかし、職員主導の活動になっている現状があり、利用者自身が自発的に楽しめるにはどうすれば良いかを考えた。

そこで情報収集を行い、最も希望が多かった「園芸」と「音楽」に決定し、モチベーションとなるよう、目的を設定して活動を行った。活動を「高齢者向け生きがい感スケール」を用いて評価した結果、意欲の向上がみられたので報告する。

方法

- 1 調査期間：令和2年7月～令和3年1月
- 2 対象：Aチーム利用者15名
- 3 方法
 - ①活動前「高齢者向け生きがい感スケール」をとる
 - ②週1回30分程度の活動を行う
 - ③活動後「高齢者向け生きがい感スケール」をとり
活動前後の結果を比較し評価を行う

方法

①活動前「高齢者向け生きがい感スケール」をとる

利用者主観の質問になっている

名前：						様
日付：	年	月	日			
これはあなたの現在の気持ちをおたずねするものです。読んでいただいて、はい・どちらでもない・いいえのいずれかを○で囲んで下さい。						
		はい	どちらでもない	いいえ		
1. 私には家庭の内または外で役割がある	2	1	0			
2. 毎日をなんとなく惰性(だせい)に過ごしている	0	1	2	△		
3. 私には心のよりどころ、励みとするものがある	2	1	0			
4. 何もかもむなしと思うことがある	0	1	2	△		
5. 私にはまだやりたいことがある	2	1	0			
6. 自分が向上したと思えることがある	2	1	0			
7. 私がいなければ駄目だと思えることがある	2	1	0			
8. 今の生活に張り合いを感じている	2	1	0			
9. 何のために生きているのか分からないと思えることがある	0	1	2	△		
10. 私は世の中や家族のためになることをしていると思う	2	1	0			
11. 世の中がどうなっていくのか、もっと見ていきたいと思う	2	1	0			
12. 今日は何をして過ごそうかと困ることがある	0	1	2	△		
13. まだ死ぬわけにはいかないと思っている	2	1	0			
14. 他人から認められ評価されたと思えることがある	2	1	0			
15. 何かなしとげたと思えることがある	2	1	0			
16. 私は家族や他人から期待され頼りにされている	2	1	0			
	合計					点
△の項目は配点が逆になっている。(16項目のため、最高点は16×2点=32点となる)						
点数	32~28	27~24	23~17	16~13	12~0	
評価	大変高い	高いほう	ふつう	低いほう	大変低い	

0~2の3段階評価

[拡大図]

点数	32~28	27~24	23~17	16~13	12~0
評価	大変高い	高いほう	ふつう	低いほう	大変低い

合計点が高いほど生きがい感も高い

方法②週1回30分程度の活動を行う

園芸

花や野菜の栽培を実施。

アルバムを作成し、活動の振り返りも行う。

目的：育てた野菜の調理、試食会。押し花の作成。



音楽

利用者自身に曲や振付の一部を考えてもらい練習。

目的：毎月1回の行事にて衣装を着て発表を行う。



方法③

活動後「高齢者向け生きがい感スケール」をとり
活動前後を比較し評価を行う

結果をもとにチーム会にて多職種で話し合い、
更に改善を行う。



活動の様子

押し花



園芸
アルバム



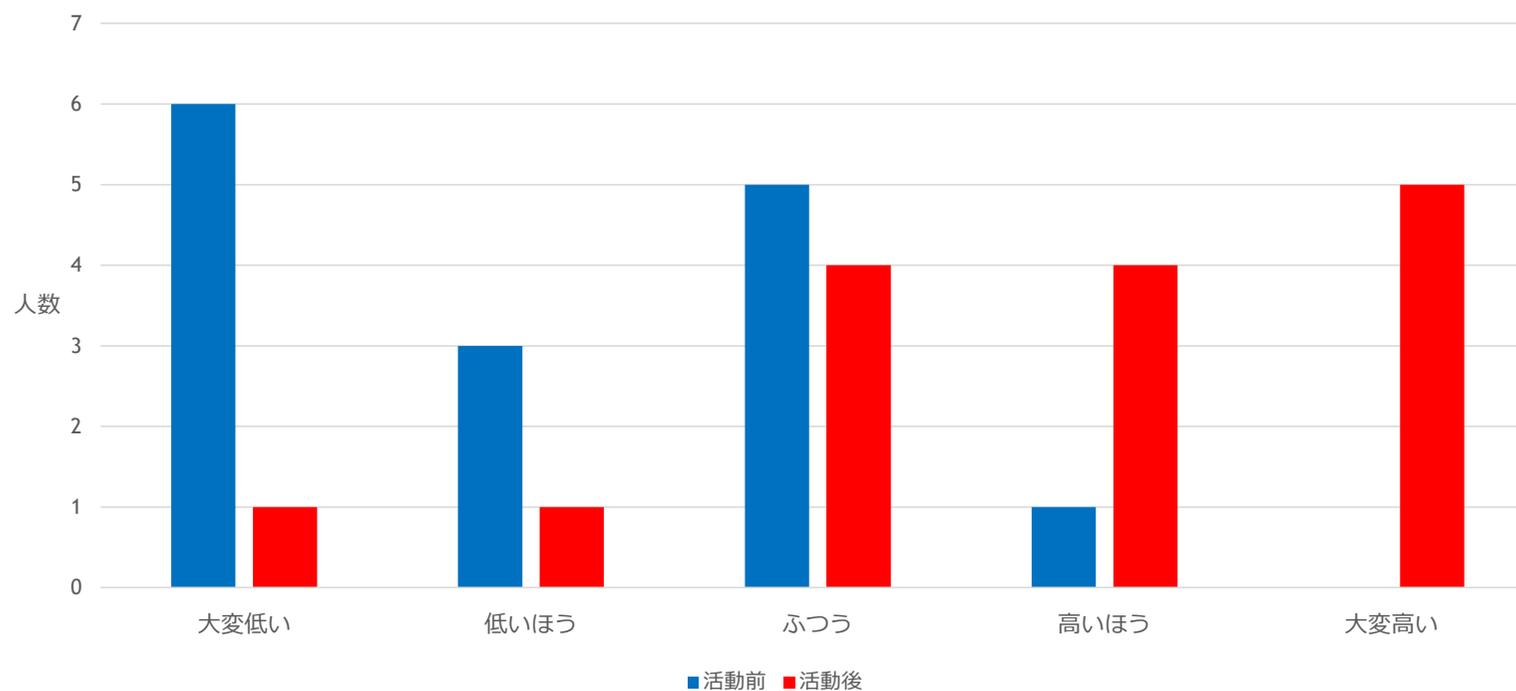
調理



音楽



結果 「高齢者向け生きがい感スケール」



活動前は低い人が多かったが
活動後は高い人が多くなった



結果 点数以外での変化

- ▶ 普段食事摂取量が少ない方が、自分が育て、調理したものは完食した
- ▶ 活動時間外でも「野菜どうやって食べようか」「音楽の発表もうすぐだね」などの前向きな発言があった

結果 多職種の話し合いによって見えた改善点

- ▶ 肩の痛みがあるので、作業テーブルを低くした。
- ▶ 「人と比べて何もできない」との発言があったので、一緒に行うメンバーを替え個人のレベルを合わせた。
- ▶ 種まき時に種が小さすぎて掴めず苛立つ利用者の姿から、掴みやすい種や、苗から育てた。
- ▶ 音楽を毎月替えると利用者が覚えられなかった為、定番曲をアレンジした。

考察

目的をもって取り組んだことや、自分自身が得意な分野を活かしながら活動に取り組めたことが、利用者主体のレクリエーションとなり、意欲が向上したと考える。

また、活動を通して人に認めてもらっているという実感も湧いたと考える。点数以外にも前向きな発言が増えたことから、意欲が向上したと考える。

そして、意欲の評価を点数化し多職種で話し合ったことで、項目ごとに改善点が見つけ出しやすくなり、利用者の意欲の引出し方などを職員同士で学ぶきっかけにもなったと考える。

おわりに

限られた施設生活の中で利用者自身がやりたい事を取り入れ、利用者主体のレクリエーションを行うことの重要性を改めて感じる活動となった。

しかし、スタッフの確保や時間的に難しい部分もあったため、今後の課題とする必要性がある。

また、今回の活動を続けていくのも良いが、他の候補に上がったものについても取り組んでいきたい。