

# 分科会Ⅱ

12月4日（木）9：00～15：00／会議室402

---

**座 長** 株式会社さくら苑 代表取締役 重永 啓輔 氏

**座 長** 社会福祉法人マイクロ福祉会 理事長 伊藤 弘子 氏

テーマ「グループホームケア、パーソン・センタード・  
ケア、自立支援、フレイル予防 等」

| 時間          | 演題 / 副題                                         | 所 属                     | 発表者 (都道府県)                       |
|-------------|-------------------------------------------------|-------------------------|----------------------------------|
| 9:00<br>}   | バルコニーから育む暮らしの彩り<br>グループホームでの園芸活動の実践             | グループホームけやきの杜            | 小林 弘幸<br>(新潟県)                   |
| 9:15<br>}   | リハビリを“生活にする”<br>～モンテッソーリケアと外部リハ連携の実践～           | 渋谷区グループホームつばめの<br>里・本町東 | 長森友佳子<br>(東京都)                   |
| 9:30<br>}   | 外国人によるグループホームケア<br>入居者の暮らしを支える                  | グループホームユピテル三田           | チャンティフエフォン<br>ファンテイトウズン<br>(兵庫県) |
| 9:45<br>}   | ティンジャン祭りで祝いあう<br>新しい行事で“ともに歩む”を体現する             | グループホームくれは陽光苑           | 室田 純<br>(富山県)                    |
| 10:00<br>}  | 穏やかで意欲的な生活を送るために<br>「おーい」と大きな声を出すA様への支援         | グループホームかわせみ             | 堀口 高志<br>(栃木県)                   |
| 10:15～ 休 憩  |                                                 |                         |                                  |
| 10:30<br>}  | 利用者様本人とご家族の途切れぬ繋がり<br>QOLの向上から家族関係を支援する         | グループホームジョイフル新那加         | 荻谷かおり<br>(岐阜県)                   |
| 10:45<br>}  | その「願い」叶えます！<br>何気ない言葉から想いを引き出しつなげる支援            | ほのぼのケアガーデン              | 内山 朋世<br>(静岡県)                   |
| 11:00<br>}  | 暮らし再発見<br>楽しみ・役割・睡眠で整える日常支援                     | グループホームジョイフル布袋          | 南山みゆき<br>(愛知県)                   |
| 11:15<br>}  | 創作活動を通じた安心できる居場所作り<br>「その人らしさ」と「今の喜び」           | グループホームグレイスフル牛山         | 山崎 小枝<br>(愛知県)                   |
| 11:30<br>}  | 認知症高齢者との関わり<br>～安全・安心な施設生活をしていただくために～           | グループホームあいあい             | 横田 武治<br>(香川県)                   |
| 11:45<br>}  | 自分らしく「生きる」暮らしを求めて<br>～共同生活の中で見い出せたもの～           | えがお神宮寺すまいる館             | 小木田節子<br>(秋田県)                   |
| 12:00～ 昼食休憩 |                                                 |                         |                                  |
| 13:15<br>}  | 摂食意欲の向上がもたらす効果                                  | グループホームらんまん高殿           | 西本 揚子<br>(大阪府)                   |
| 13:30<br>}  | バラバラになった家族を繋ぐ<br>～家族支援から学んだこと～                  | グループホーム我が家              | 渡邊 幸枝<br>(新潟県)                   |
| 13:45<br>}  | 今日は何個言えるかな<br>～コグニサイズとリハビリによる認知機能低下予防～          | グループホームはるや              | 佐藤 史菜<br>(岡山県)                   |
| 14:00<br>}  | アクティビティ活動の大切さ<br>～アクティビティ活動を取り入れた笑顔あふれる日常の取組～   | グループホーム画図こもれび           | 石坂 恵<br>(熊本県)                    |
| 14:15<br>}  | OODA（ウーダ）ループの周知と活用<br>PDCAサイクルと相乗効果の実践          | グループホーム大阪緑ヶ丘            | 和田ゆかり<br>西村ミチ子<br>(大阪府)          |
| 14:30<br>}  | 畑がつなぐ心と暮らし<br>園芸活動や畑仕事を通じた自尊心の回復                | グループホーム薬師のさと            | 藤野 聡史<br>(兵庫県)                   |
| 14:45<br>}  | 睡眠負債の解消方法案について<br>朝日は2500ルクス、一般家庭は700ルクス程度、効果は？ | グループホームゆうわの家            | 松崎 浩一<br>(兵庫県)                   |
| 総 評         |                                                 |                         |                                  |

## バルコニーから育む暮らしの彩り

## ◆キーワード

- 1 グループホームケア
- 2 フレイル予防
- 3 自立支援

## グループホームでの園芸活動の実践

新潟県・長岡市

ぐるーぷほーむ  
グループホームけやきのもり  
けやきの杜

かんりしゃ こばやし ひろゆき

発表者：管理者 小林 弘幸

やまだ こうよう

共同研究者： 山田 光耀

サービスの概要：グループホームけやきの杜は、長岡三古老人福祉会に属するグループホーム8事業所のうちの1つ。同じ建物の中にケアハウスとデイサービス・デイホームも併設しています。近隣には同じ法人が運営するグループホームもあり、互いに情報共有や協力を行うとともに地域のつながりを活かした交流の機会も増えています。

施設説明：グループホームけやきの杜は1ユニット9名の施設です。鉄筋コンクリート造の4階建てで建物の最上階に位置しており、4階からの眺望は開放感にあふれ、遠くの山々や田園風景を一望できます。また、バルコニーでは季節の花や野菜を育てており、入居者と職員が一緒に水やりや収穫を楽しんでいます。「育てる」「見守る」「味わう」といった自然とのふれあいが、日々の生活に彩りと喜びをもたらしている施設です。

## （取り組んだ課題・はじめに）

当グループホームでは、入居者の生活の質（QOL）向上を目的に、季節感を感じられる園芸活動を導入しました。活動には入居者9名が参加し、プランターや土嚢袋を使つての野菜栽培や花の手入れを行って参りました。この園芸活動をはじめるきっかけとなったのは年末の意見交換会で複数の入居者から「何か野菜を作ってみたい」という意向が聞かれ、今年の春から職員とご利用者が一丸となって、バルコニーでの野菜づくりと花の手入れに取り組んでいます。限られたスペースを活かし、土嚢袋を活用した野菜づくりにもチャレンジし、枝豆やナス、さつまいも、人参などの夏野菜も植えました。日々の水やりや成長の観察、収穫の喜びを共に分かち合う中で、ご利用者の表情には笑顔が増え、「育てる楽しみ」「待つ喜び」「味わう幸せ」が自然と根づいていきました。

## （倫理的配慮）

この研究発表に際し、ご利用者・家族に説明し、承諾を得ています。

## （具体的な取り組み）

限られたスペースを活かすため、土嚢袋やプランターを活用。日当たりや風通しを考慮し、ご利用者と職員で配置も検討。身体機能や認知機能に応じて役割を調整。4月にじゃが芋の植え付け、5月に枝豆・人参の豆蒔き、ナス・さつまいもの苗植え、花の苗植え。6月から8月にかけては野菜の水やりの他、採れたて野菜を使って料理を実施。他、お花のフラワーアレンジメントも実施した。また、土嚢袋を使った野菜づくりに対し、最初は「畑でしか野菜を作ったことがないからわからない」と言っていたご利用者が「昨日より伸びたね」「つぼみがついたよ」と成長を楽しみしている様子も見られました。

収穫した野菜は、グループホーム内の調理で使用し、みんなで味わうことで達成感を共有。

「昔は畑をやっていた」「孫にも見せたい」といった回想や誇りにつながる発言も見られました。

## （活動の成果と評価）

地元長岡と言えば枝豆消費量日本一と評されるほど馴染み深く、種から育てる枝豆植えも大変好評でした。普段は控えめな利用者が積極的にアドバイスをするなど、普段なかなか見られない場面もありました。その他、土嚢袋を使ったじゃがいも植えもはじめは戸惑ったご利用者も毎日のようにベランダのじゃがいもの成長を我が子のように気にかけ、土寄せや水やりなど成長の見守り役を自ら行う場面も多くありました。夏野菜のナスや枝豆なども順次、収穫してご利用者の皆様と一緒に美味しく頂いております。植える過程から育てる過程、そして収穫と大きくわけて3つの工程を楽しむことができ、取り組みとしては成功だったのではないかと思います。

## （今後の課題・考察・まとめ）

取り組みを行う前ではバルコニーで本当に作物を育てられるのかとの心配の声も聞かれましたが無事、収穫まで行えてきましたが、この夏の極暑と空梅雨の影響もあり、なかなかバルコニーに出での活動が思うようにできなかったことは残念でした。これからも意欲や生きがいを持った生活を送れるよう園芸活動を続けていこうと思っております。

## （参考・文献など）

「高齢者介護をサポートするレクリエーション情報誌レクリエ」

## リハビリを“生活にする”

## ◆キーワード

- 1 多職種連携
- 2 生活リハビリ
- 3 認知ケア

## ～モンテッソーリケアと外部リハ連携の実践～

東京都・渋谷区

しぶやく

さと ほんまちひがし

渋谷区グループホームつばめの里・本町東

ながもり ゆかこ

発表者： 介護福祉士・長森 友佳子

認知症対応型共同生活介護

2 ユニット：定員 18 名

生きがい・やる気・元気・楽しさ・感謝・笑顔に満ちていて「ゆっくり、一緒に、楽しく」を運営理念とし、お互いに温かい手と手をつなぎ合って助けながら歩んでいけるよう支援しています。

## (取り組んだ課題・はじめに)

当グループホームでは、地域のリハビリテーション病院と連携し、「生活機能向上連携加算」を取得。3 か月に 1 回、作業療法士の指導のもと、日常生活にリハビリの視点を取り入れたケアを行っている。今回は、入居直前に腰痛を発症した A 様に対し、痛みにより活動が制限されていた状況から、作業療法士と連携して、リハビリの定着を検討し、無理なく生活機能の維持・向上を目指した取り組みを行った。

このことから、この支援をユニット内に展開し、全体で取り組んだ内容について、本発表にて報告する。

## (倫理的配慮)

調査協力、研究発表に際し、ご利用者様並びにご家族様に説明し、承諾を得ている。

## (具体的な取り組み)

対象者：A 様 令和 6 年 6 月入居

性別：女性 年齢：80 歳 要介護度：要介護 2

認知症高齢者の日常生活自立度：Ⅱb

障害高齢者の日常生活の自立度：A2

生活歴：群馬県出身。毎日外出し、地域の友人とお茶を楽しむ生活を送っていた。

- ① 作業療法士による生活リハビリの指導・現在の課題を共有し、評価する。
- ② モンテッソーリケアの手法を取り入れたアセスメントを行い、本人の既存能力(読字力の調査)・A 様の趣味嗜好などを深く知る。
- ③ PAL 活動レベルを使用した A 様への関わり方をより詳細に分析する。
- ④ 自発的に行えるようフロアにスペースを確保し、体操コーナーの設営・運用の声掛けの実施。
- ⑤ 職員に向けて BPSD+Q 評価を使用し、取り組み前後の数値化を図る。(令和 6 年 7 月～12 月末)

## (活動の成果と評価)

生活機能向上連携加算を活用し、作業療法士の指導のもと、生活に取り入れたリハビリの定着を図った。今回は体操のプログラムと背筋を伸ばす運動の機会を増やす内容となった。A 様へ展開をした際、日常生活の定着を目標とし、モンテッソーリケアを用いたアセスメントにより、既存能力を活かした関わりを行い、暮らしの中で無理のない形での習慣化を目指した。介護職員の継続的な介入により、A 様自身のスケジュールに組み込むことができ、身体機能の改善や活動意欲の向上が見られ、BPSD+Q による行動・心理面でも良好な変化が確認された。リハビリ支援の定着に向けた連携の有効性の成果が見られた。

## (今後の課題・考察・まとめ)

グループホームでは専門職の配置が限られている中、作業療法士の定期訪問は入居者と職員の双方にリハビリの理解を広める良い機会となった。定期訪問を通じて入居者の状態の変化や課題を共有できたことは、次の支援へのステップアップへ移行しやすいものとなり、介護職員が無理のない範囲で生活に即した支援を継続するためには、認知症ケアの視点とともに、本人の生活歴・趣味嗜好のアセスメントが重要であると再認識した。そして、生活機能上連携加算の活用により専門性の向上が図れ、モンテッソーリケアなどの手法と組み合わせることで、入居者の自立した生活の継続が可能になると感じた。

このことから、今後も多職種によるチームアプローチを継続し、認知症ケアの質の向上を目指していきたい。

## (参考・文献など)

認知症の行動・心理症状質問票 (BPSD+Q/BPSD25Q)  
PAL 活動レベル (著：Pool, Jackie 訳：小川真寛)  
モンテッソーリケア (一般社団法人日本モンテッソーリケア協会/一般社団法人AMI友の会NIPPON)

## 外国人によるグループホームケア

## ◆キーワード

- 1 食事作り
- 2 レクリエーション
- 3 外国人職員

入居者の暮らしを支える

ゆびてるさんだ

兵庫県・三田市

グループホーム ユピテル三田

発表者：チャン ティ フェ フォン  
ファン ティ トウ ズン

たなべ ともし みしま りえ  
共同研究者： 田辺 智子 三島 理恵

入居者3ユニット27名のグループホーム

事業所は、グループホーム、共用デイ、緊急ショートステイ、定期巡回随時対応型訪問介護看護、三田市認知症高齢者緊急ショートステイ業務を受託

(取り組んだ課題・はじめに)

当グループホームでは20名の外国人職員が勤務しており、その国別構成はベトナム18名、中国1名、韓国1名である。全員が介護福祉士の有資格者で、多くはN1、N2である。

当事業所では開設時から入居者と一緒に買い物から3食手作りである。外国人が買い物や調理をすることはなかなかハードルが高い。ハードルの高いものと言えば、食事作りだけでなくレクリエーション活動も同じことが言える。外国人としての視点で発表を行っていききたいと思う。

(倫理的配慮)

本発表では、個人が特定出来ないよう倫理的配慮をしている。

(具体的な取り組み)

日中利用者は次の通りとなっている。  
グループホーム利用者27名、平均介護度3  
共用型デイ利用者5～9名/日、平均介護度3  
緊急ショートステイ1～3名/日、平均介護度3  
中でも緊急ショートで利用される方は、混乱があり「はじめまして」「よろしくお願いします」と声をかけるだけで不穏になる方が利用されている状況。

【調理について】

20名の外国人の内、グループホームの食事を一緒に食べているのは20%の職員のみで味や食感が合わないことでお弁当持参が多い。尚更、グループホームで外国人が食事を作るのは難しいと考えられる。

Ⅰ. 具体的に困ったこと。

調味料の使用方法や出汁の取り方が難しい。香草やナンプラー中心のベトナム。日本は出汁の旨味が基本。食材の買い出しは、商品名がわからないことがある。(入居者と一緒なら大丈夫)

Ⅱ. 調理に挑戦しようと思ったきっかけ。  
そもそも日本料理は、やわらかく噛みやすいので高齢者にとって良い食べ物だと考えていた。入居者にもっと打ち解ける時間を持ちたいと思い、私の得意

な料理で親睦を深める挑戦をしようと思った。

【レクリエーション】

Ⅰ. 具体的に困ったこと。

レクリエーションをするのに、きびきびした日本語が話せない。日本の習慣、文化への理解不足。

Ⅱ. レクリエーションに積極的に関わろうと考えた理由。

入居者は家族と離れて暮らし、寂しく不安を抱えていると思う。グループホームは自宅にいるような支援を行うことが大切だと研修で学んだ。であれば、プロの介護福祉士になるために、入居者の笑顔をもっと引き出したいと考えた。

(活動の成果と評価)

食事作りは、過去の思い出や家族との記憶につながる大切な場面である。実際に任されることがわかった時はモチベーションが上がった。日本人に調味料の分量やゆで時間まで聞き取り予習をして、心を込めて調理した。「家庭の味が嬉しい」と言われた時は心が温まった。家庭の記憶に寄り添うケアができた実感もある。レクリエーションでは計画・準備・練習をして余裕を持つようにした。楽しい雰囲気のできるようにすると、伝えにくい言葉があったとしても、間違えたことで笑いが生まれた。心がつながる瞬間があり幸せな気持ちになった。次に、入居者への説明は視覚的な補助道具を使用したりすると理解されやすいし、常に肯定的な表現方法を使用すると、受け入れが良いことも分かった。

今後の課題・考察・まとめ)

調理、レクリエーションを通じて介護する側とされる側ではなく、支えあう関係が築かれていると考える。まさにグループホームケアは生活支援である。今後は、入居者にはベトナムの味を楽しんでほしい気持ちが湧いた。今後は、他の外国人職員にもこの気持ちが実感できるように、伝えていき日本で自信を持って仕事をして行けたら良いと考える。

## ティンジャン祭りで祝いあう

## ◆キーワード

- 1 技能実習生
- 2 レクリエーション
- 3 認知症共生社会

新しい行事で“ともに歩む”を体現する

富山県・富山市

グループホームくれは陽光苑

ようこうえん

発表者：管理者 室田 純  
かんりしゃ むろた じゅん

グループホームくれは陽光苑は、1ユニットの認知症対応型共同生活介護を提供している。

地域密着型サービス施設として、小規模多機能型居宅介護、小規模特別養護老人ホームを併設している。

## （取り組んだ課題・はじめに）

地域密着型サービス施設くれは陽光苑は、令和6年度から2人のミャンマー人女性を技能実習生として受け入れている。彼女たちが当施設にて勤務を開始した4月中旬は、ミャンマーにとって日本の大晦日から正月に相当する時期だった。それから1年が経過し、彼女たちの介護士としての活躍は当施設には欠かせないものになった。この1年間の彼女たちのがんばりを労い、また母国の正月にも帰国しない彼女たちに少しでもミャンマーらしさを日本で感じてもらうために、ミャンマーの新年を祝う「ティンジャン」をモデルにした行事を当施設で企画、実施することにした。これはグループホームのみならず、併設する小規模多機能型居宅介護、小規模特別養護老人ホームでも開催し、多くの施設利用者がミャンマー文化を体験する当施設では全く新しい試みの行事となった。

## （倫理的配慮）

発表に際し利用者と家族へ書面で説明を行い、同意を得た。個人情報と秘密保持へ配慮した。

## （具体的な取り組み）

ミャンマーの「ティンジャン」は、別名「水かけ祭り」とも呼ばれ、お互いに水をかけ合い、相手への尊敬と祝福を表わし、1年の穢れや汚れを洗い流す意味がある。そこで「ティンジャン」の主題を大切に、当施設の「ティンジャン祭り」では、ミャンマー人技能実習生が母国の文化の紹介と体験を通して、施設利用者への尊敬を表わし、また施設職員はこの行事を通して、技能実習生の勤務1周年の祝福を表わすことをポイントとした。行事の具体的な内容は、①4月中旬にミャンマーで咲くパダウの花を模した黄色い造花を利用者と作り、施設内を黄色い花で飾った。②ミャンマーで使われるビルマ文字で利用者が自分の名前を書いた。③ミャンマーの天然の化粧品「タナカ」を体験した。④ココナッツミルクを使ったミャンマーの手作りお菓子「チャウチョー」をみんなで食べた。

## （活動の成果と評価）

この行事の着想は発表者自身であったが、具体的内容は技能実習生からの提案だった。この1年間、日本人職員から介護の知識や技術を受け取るばかりだった彼女たちは、今回の行事運営を通して、能動的にケアに携わることができた。それは彼女たちの1年間の技能習得の成果だったと考えられる。施設高齢者にはミャンマー文化は馴染みの無いものだと思っていたが、「ビルマは、私の叔父さんが戦争で…」と話し出す認知症高齢者もいた。またビルマ文字を使って自分の名前を書く体験をした認知症高齢者は、日本人には書き馴染みのないはずのクルクルと丸いビルマ文字をまるで絵のように上手に書き写し、ミャンマー人技能実習生を驚かせていた。天然の化粧品「タナカ」の体験では、コロナ禍以降、なんとなく難しく感じていた“高齢者の顔に直接触れるケア”が簡単にできた。認知症高齢者を含めた施設利用者はこのささやかな異文化体験・国際交流を大いに楽しんでいた。行事後の施設職員へのアンケートでは、来年も実施したいという回答が多数を占めた。

## （今後の課題・考察・まとめ）

高齢者にも職員にも馴染みのないミャンマー文化を扱った行事がどれほど受け入れられるものか、準備段階から当日に至るまで予想できなかった。しかし、認知症高齢者はこの初体験の行事を楽しみ、その姿に人生の先輩としての懐の深さを感じずにはいられなかった。人生歴という「過去」と生活の意向やリスク回避という「未来」とにたわれず、初体験の行事を職員と認知症高齢者が共に楽しめたことは、偶然にも認知症共生社会のキーワードである“ともに歩む”を体現したのではないかと考える。それは、「過去」で「今」を判断せず、「今」を「未来」の犠牲にしない、認知症高齢者の今にフォーカスした生活の拡充、またオルタナティブな認知症ケアのあり方のようにも感じられた。

## 穏やかで意欲的な生活を送るために

## ◆キーワード

- 1 グループホームケア
- 2 パーソンセンタード  
ケア
- 3 自立支援

「おーい」と大きな声を出す A 様への支援

栃木県・日光市

いりょうほうじんやおいたきねんかい

医療法人矢尾板記念会 グループホームかわせみ

しせつちょうほさ ほりぐち たかし  
発表者：施設長補佐・堀口 高志

やまだ せつこ なかの あいり  
共同研究者：山田 節子 中野 亜衣利

医療法人矢尾板記念会グループホームかわせみは、  
栃木県日光市の豊かな自然に囲まれた 1 ユニットのグ  
ループホームです。

平成 15 年 5 月病棟の 2 階部分を改築しグループホーム  
として開設した。1 階は診療所。法人内には老健、介護医  
療院、在宅サービス等、協力施設が複数ある。

（取り組んだ課題・はじめに）認知症グループホームは入居者様に心と身体の安寧をもたらし、幸せな生活を楽しんでもらう事が目的のひとつである。当施設に入所中の A 様は、昼夜問わず突然「おーい」「はやくー」と大きな声を出してしまう事が目立った。本人に理由を聞いても不明。日によっては夜間も大きな声を出し良く寝られない日もある。また、声が大きいと、他の入居者も驚いて困惑した様子が見られた。職員はその都度対応しているものの、「認知症があるから仕方ない」「いつものこと」と、支援が画一的でその場しのぎとなってしまう。アセスメントとカンファレンスの結果、A 様が大きな声を出してしまう要因のひとつには、A 様の「好きなこと」や「したいこと」を、職員がよく把握できておらず、A 様の生活が不快や不満が多いものとなり、その結果大きな声を出す事になってしまっているのではないかと、もし、A 様が「好きなこと」「したいこと」を少しでも自発的にやる事が出来たら、生活が穏やかで意欲的なものとなり、大きな声を出す事が少なくなるのではないかと考えた。

（倫理的配慮）今回の発表にあたり、入居者及びご家族に目的を説明し同意を得た。

（具体的な取り組み）対象者 A 様、女性、90 歳代前半、要介護 2、認知症日常生活自立度Ⅲa、既往歴・現病歴、認知症、糖尿、肝腫瘍後遺症、右目網膜剥離術後、乳癌術後、40 歳位まで飲食店を経営。閉店後は地元のホテル等で働いていた。ご主人の死後独居生活が困難な為、入院や施設入所を経て当施設に入所した。今回の取り組みでは A 様が「好きなこと」「したいこと」と思われる「習字、パズル、編み物」への参加について介護職員の関わり方に着目した支援を二週間実施。一週目は職員が寄り添い一緒に活動し、二週目はできるだけ見守りで自主的な活動ができる事を目標に支援を行ない、結果を○参加したケアの内容○開始と終了時刻○参加した時間○参加中の大声の回数（A なかった・B1～5 回・C6～10 回・D それ以上）○夜間の睡眠・大声（A なかった・B 大声あり声かけで概ね良眠・C 大声あり声かけで～2

時間以内に良眠・D 大声あり声かけするが 2 時間以上続きあまり寝ていない）○日中の本人の様子は？参加の様子・表情・集中度・満足度など（自由記載）○夜間の睡眠・大声の様子は？（大声があったとき、どのような声かけをしたか？どのような対応をしたか？その後どうなったか？）の項目に分け、一週目と二週目を比較し結果を集計した。

（活動の成果と評価）一週目の、職員が寄り添い活動を一緒に活動を行う事を目標とした支援では、活動中の大声は無く集中した参加が出来ていた。また、職員との会話も多く習字から家族への手紙に発展した意欲的な活動となった。夜間も概ね良眠であった。これに対し二週目の、できるだけ見守りで自主的な活動ができる事を目標した支援では、パズルを選択することが多く活動中の大声は無いものの、すぐ手が止まってしまうなど集中できず活動時間も短かった。惰性での活動となり集中できていなかったのかもしれない。夜間も良く寝れない日が二日あり、そのうち一日は日中の活動に参加できなかった。便秘も大きな影響が見られた。（詳細は発表にて）

（今後の課題・考察・まとめ）今回の取り組みで、支援の際の職員の寄り添いがとても有効だという結果が得られたと考える。環境を整え、自発を促しただけの活動では集中力に欠けすぐに飽きてしまう様子が見られた。職員が寄り添い一緒に活動を行うことで、習字から家族への手紙に発展したように意欲的な活動が実現できたのではないかと。認知症を有する高齢者は、自発性や意欲、活動性の低下が生じるため、常に寄り添うケアを提供する事が非常に大切だという事を再認識した。A 様の状態をよく観察し、こうした支援を続け A 様の穏やかで意欲的な生活が実現できるように、我々はその一助となるような支援をしていかなければならない。今後の課題として、介護職員のみではなく、医師や看護師、リハビリ職員、栄養士等、多職種と共同した取り組みを行い、さらに良い支援となるよう努力したい。

（参考・文献など）アセスメント：認知症介護研究・研修センター、センター方式シートを一部使用。

## 利用者様本人とご家族の途切れぬ繋がり

## ◆キーワード

- 1 家族支援
- 2 信頼関係
- 3 家族と共に

QOLの向上から家族関係を支援する

しんなか

岐阜県・各務原市

グループホーム ジョイフル新那加

かりや

発表者： 介護職・荻谷 かおり

しよくいんいちどう

共同研究者： グループホーム 職員一同

認知症対応型共同生活介護

平成18年開設 定員18名（2ユニット）

平均年齢87歳 平均要介護度1.6

小規模多機能型居宅介護・特定ケアハウスが併設

家事や運動等の活動を通して体力や認知機能を維持し、出来ることを継続的に行って頂けるように取り組んでいます。近くには駅があり、駅前の清掃活動やスーパーマーケットでの買物等、地域との繋がりが根付いている。

（取り組んだ課題・はじめに）

H様（88歳）は令和6年6月、当グループホームに入居される。入居理由としては、同居しているご家族（娘様家族）への暴言や物盗られ妄想により自宅での対応が困難であることや、親族間でも対応が困難であることがあげられる。娘様は入居させたことの後ろめたさや元々の親子関係もあり、入居後の様子は気になられているが本人様との面会に踏み出せずにいる。施設サービスにおいてご家族との連携やご家族の存在は不可欠である。利用者様本人の生活支援と共に、娘様の思いの実現に向けて取り組んだ。

（倫理的配慮）

利用者様本人及びそのご家族に発表の趣旨を説明し、取り組みの報告を行うことと、写真の掲載について承諾を得た。

（具体的な取り組み）

○本人様の状況…日常的に「明日帰るから」「娘に電話して」と言われ荷物をひとまとめにされるものの、活動意欲は高く、レクリエーションや家事等、声をかけると何事も参加され、特に外出は喜ばれる。  
○娘様の思い…「私が幼い頃から『子供が親の面倒を見るのは当たり前、その為に産んだ』と言い私を支配するような人でした」と言われ、母親への恐怖を抱いておられる。一方、入居されてからの様子を気にされ「必要な物はないでしょうか？」「本当は私が（部屋の）衣替えを出来ると良いのですが」等と言われる。

1. 施設の様子を（来所時や電話、便り）で発信し、情報共有する中でポジティブイメージに向ける。
  - ・娘様は日用品等を届けに月1回程来所されており、職員が玄関で受け取っている。その際に生活状況（活動内容、娘様や職員に関する発言）を報告する。
  - ・本人様にも、娘様へのネガティブ感情からポジティブ要素が膨らむ（感覚が残る）ように関わる。
  - ・ご家族宛の便りは毎月1回発行しており、重点的に画像（本人様の活動内容）を掲載する。
  - ・家族同士対面ではなく電話を通して会話、または面会中は職員が立ち会うことを娘様に提案する。

2. 主治医に協力（仲介者として対応）を求める。

- ・本人様と娘様は主治医との付き合いが長く信頼関係もある為、主治医からの直接的助言は有効的である。（娘様は自身の検診で主治医のもとへ通院している。主治医も親子関係を把握している）往診時に娘様に立ち会って頂く（主治医が立ち会いのもと面会して頂く）ことを双方に提案する。
- ・主治医より本人様が施設で落ち着いていることを娘様に話してもらい、面会をすすめてもらう。

（活動の成果と評価）

- 本人様「荷物だけ持ってきて、黙って帰っちゃったの？普通、声かけたり顔を見に来るものでしょ」→「娘が用意してくれる物は気が利くわね」「子供一人しかいないから大切にしないと、と思って要らんことは言わないようにしている」  
○娘様「会うには踏ん切りがつかなくて。色々言ってくると思いますし、私もこれ以上母を憎みたくありません」「面会しないので罪の意識があります」「先生の許可が出るまでは会わないようにします」→「家では家事をしないのに信じられません。家族皆が驚いています」「体調が安定しているので安心しています」（令和7年7月の初面会にて）「本人が『ここに居させてもらいたいわね、言おうかと思っていた』と言って驚きました。これからはちょくちょく来ます」と言われる。  
○主治医「未だ帰宅願望があるから面会はすすめていません」→「そろそろ良いんじゃない？素敵」

（今後の課題・考察・まとめ）

- ・利用者様の為に良かれと思いつけていることが相手の負担（介護者側の一方的な満足感）になってしまう時もある為、緩急のある関わりを行うと共に対応の振り返りを行うことが大切である。
- ・利用者様本人とご家族の関わりが継続されるよう、双方の立場になって支援を行うこと、状態や状況の変化に応じて対応方法を見直す中で利用者様にとって（家族関係を維持し）安心出来るサービス提供に繋がると考える。

## その「願い」叶えます！

## ◆キーワード

- 1 感じ取る力
- 2 今の願いを叶える支援
- 3 家族の協力

何気ない言葉から想いを引き出しつなげる支援

静岡県・浜松市

せいれいふくしじぎょうだん いなさあいこうえん ほのぼのけあがーでん

聖隷福祉事業団 いなさ愛光園 ほのぼのケアガーデン

発表者：介護福祉士 内山朋世

共同研究者：グループホーム職員一同

入居者 9名 1ユニット 緑豊かな山間地域にある  
ガーデンでは 四季折々の花を楽しみ散歩をしたり  
テラスでお茶をのんだり 旬の野菜を育て収穫し  
調理している

入居者と職員が共にこじんまりとした生活空間の中で家  
庭のように自由に暮らす「もうひとつの家」です  
ほのぼのの家のみんなが居場所を感じられる家作りをし  
ます

(取り組んだ課題・はじめに)

ほのぼのケアガーデンは開設以来25年、入居しても「家と変わらない生活ができるように」「家だったら普通にしていたことを継続したい」という想いを第一にケアを実施してきた。それぞれに役割を持っていたが日常生活の中で家事作業等の自立支援、季節に合わせた行事やレクリエーション、外出支援、お誕生月には個別の外出支援等にも力を入れてきた。そんな中一人の入居者が新聞広告を見て「ここに行きたい」と、つぶやかれていたのを聞いて、改めて入居者の「今を大切にしたい」と考えた。一人一人に向き合い「今の想いは？今の願いは何だろう？」と日々の対応の中、入居者との会話や言葉の端々から探り、想いを引き出し叶える取り組みを実施したので発表する。

(倫理的配慮)

今回の取り組み・発表に際し、ご本人・ご家族の了承を得ている。

(具体的な取り組み)

(2024年4月から～現在実施中)

- ①フロア会議で言葉や想いの引き出し方について話し合い共有。
  - ②日常生活での会話や言葉かけに工夫。(聞き出すのではなく感じ取る)
  - ③情報提供。(テレビ・新聞・雑誌・チラシ等、常に視覚に入るようにしておく)
  - ④願いに対し、ご家族に許可をいただき計画・実施。
- 今回の取り組み実施者○
- ・A様：90代 認知症(特定不明)  
(要介護度1 日常生活自立度Ⅱa  
地元の店へ外食と墓参りへ)
  - ・B様：80代 アルツハイマー型認知症  
要介護度2、日常生活自立度Ⅲa  
他施設に入居しているご主人に会いに行く
  - ・C様：80代 アルツハイマー型認知症  
要介護度3 日常生活自立度Ⅲb  
友人と馴染みのカフェで待ち合わせ

(活動の成果と評価)

A様：普段は「みんなと一緒にいいよ」と他者の意見に合わせる事が多い方だが、誕生日前の個別の会話から「冷たいそばが食べたい」「お墓参りに行きたい」と願いが聞けた。地元の店でそばを食べ、何年かぶりの墓参りへ。場所も覚えており昔を懐かしむように手を合わせていた。地元を散策したことで偶然にも同級生のお兄さんに会い懐かしい話が出来た

B様：入浴中ふと、「主人はお風呂が好きだったの」と、つぶやかれご主人の話を聞いていくと「一度会いに行かなきゃと思って」との発言が聞けた。近隣施設に入所しているご主人に会いに出かけ、お二人とも認知症状が進んだ中での再会に不安もあったが、会った瞬間、ご主人から名前を呼ばれ、手を取りあって喜ばれていた。普段、感情を表になかなか出せない方だが、自ら「本当に良かったです」と喜びの声が聞けた。

C様：ご友人が面会に来られても、帰ってしまうとの不安感から会えたことを喜ばず、でも「会いたい」との発言からご友人に相談すると、馴染みのカフェで待ち合わせをしてくださり、お茶を飲むことができた。以前のような穏やかな笑顔を見せゆっくりと過ごすことができ、別れ際も不安になる事は無かった。ご友人からも「施設に入ると外出は難しいと思ったがこうやって会えるのは嬉しい、今後も協力したい」と仰っていただいた。

(今後の課題・考察・まとめ)

今回の取り組みで普段見られない生き生きとした表情を引き出したのは、馴染みの環境で、馴染みの方に会えたからこそだと感じた。どんな支援もこちらから働きかけることで、家族や周りの方の協力につながり、実現することを改めて認識した。認知症の進行により生活歴・趣味・嗜好までわからなくなってくると、想いや願いを引き出す、感じ取ることは簡単なことではない。これからは過去にとらわれずとも、その方の“今”を大切にしたい、今の想いに寄り添った支援をしていく事も必要だと感じた。これからも入居者・職員共にいろいろな事に挑戦し、“今”を楽しく、毎日を笑顔で居心地よく過ごせるグループホームでありたい。

## 暮らし再発見

## ◆キーワード

- 1 深堀
- 2 出来ることに着目
- 3 対応の統一

楽しみ・役割・睡眠で整える日常支援

愛知県江南市

グループホーム ジョイフル布袋<sup>ほてい</sup>

発表者：介護職兼看護師 みなみやま 南山みゆき

共同研究者： しよくいんいちどう グループホーム職員一同

特養、ショートステイ、デイサービス、居宅介護支援事業所を併設し、在宅から入所までトータルサポートする地域の拠点。

1 ユニット 9 名の事業所、開設は 2002 年 4 月

(取り組んだ課題・はじめに)

## 事例紹介

A 様/83 歳女性/要介護 1/身体自立度 A2/認知症自立度Ⅳ/アルツハイマー型認知症/高血圧症/睡眠障害/他人のことが心配な性格/

A 様は入居当初から他の入居者様との間でトラブルが頻発していた。トラブルに関するヒヤリハットが月 10 件程挙がっていた。人と関わりたい気持ちはあるものの、コミュニケーションがうまくいかず、結果としてトラブルに発展していた。そこで「トラブルに至る要因を探ること」「A 様にとって過ごしやすい環境を整備すること」の 2 点を目的に取り組みを開始した。

(倫理的配慮)

利用者様本人及びそのご家族に発表の趣旨を説明し、同意を得た。

(具体的な取り組み)

## ○要因解析

## ①トラブル

家事、体操が苦手→他利用者様と関わりたいが上手くいかない→楽しみと役割がない→役に立ちたい→困っている人を助けたい→他利用者様のことが気になり必要以上に声をかける→どうしたらいいかわからなくなる→その場を離れる  
A 様の楽しみと役割が必要。

## ②睡眠障害

| 項目    | 要因           |
|-------|--------------|
| 生活リズム | 起床・就寝時間がバラバラ |
| 活動量   | 活動量が少ない      |
| 居室環境  | 明るさ、温度がバラバラ  |
| 医療的対応 | コロナ感染後に増えた   |

## ○対策

## ①楽しみ

行動を観察する→聴き取りを行う→興味関心を示すものを提供する→さらに観察する。

A 様が本当に楽しめるものが判明した。

→サスペンスドラマとアイドル。

視聴環境を整備する。

## ②役割作り

| 項目     | 対応策        |
|--------|------------|
| 食器拭き   | 小皿 2～3 枚拭く |
| 洗濯物たたみ | タオル 2～3 枚  |

ポイントは「量と内容を本人の出来ることに合わせる。継続して行える。

## ③睡眠障害

| 項目    | 対応策        |
|-------|------------|
| 生活リズム | 起床・就寝時間の固定 |
| 活動量   | 散歩を増やす     |
| 居室環境  | 明るさ、温度の統一  |
| 医療的対応 | 不眠症治療薬の処方  |

対策開始 3 ヶ月で中途覚醒がほぼなくなる。

(活動の成果と評価)

| 項目   | 実践前    | 実践後    |
|------|--------|--------|
| 楽しみ  | なし     | 歌、ドラマ  |
| 役割   | なし     | 洗濯たたみ  |
| 睡眠   | 中途覚醒多い | 中途覚醒減少 |
| トラブル | 10 件/月 | 1 件/月  |

A 様の課題を分析し、楽しめる活動を継続的に観察し嗜好を把握。できることに着目し量を調整した役割を提供した結果、活動の幅と自己肯定感が向上した。

(今後の課題・考察・まとめ)

以上が A 様へのアプローチと成果になります。行動の背景を利用者様視点で捉え、出来ることに着目し続けることが自己肯定感と生活の安定に繋がると実感しました。今後もチーム一丸となって、よりよいケアを提供してまいります。

## 創作活動を通じた安心できる居場所作り

## ◆キーワード

- 1 不安と混乱
- 2 本人理解
- 3 作品作り

「その人らしさ」と「今の喜び」

愛知県・春日井市

ぐるーぷほーむ

グループホーム

ぐれいすふるうしやま

グレイスフル牛山

発表者：介護職 やまさき さえだ  
山崎 小枝共同研究者：ぐるーぷほーむ しよくいんいちどう  
グループホーム 職員一同

グループホーム牛山は令和5年4月に春日井市牛山町に開設されました。グループホームは2ユニットです。

1ユニット9名、2ユニット合計18名の事業所、全員女性です。  
平均介護度は1.96です。平均年齢は88歳です。

## (取り組んだ課題・はじめに)

2024年2月に入所されたA様は入所当初より不安と混乱から強い帰宅願望があり、日中は他利用者様と談笑され、体操やリクリエーションにも積極的に参加されるものの夜間になると「なぜここにいるのか」「今日は何をしていたのか」と混乱し、涙ぐみ考え込んで朝まで眠れない状態や職員に対して「結構です。」と拒否を繰り返される事が数日おきに見られていた。A様の不安と混乱の軽減を目指し、「安心できる居場所作り」をテーマに行った2024年11月から2025年6月まで支援と成果について発表する。

## (倫理的配慮)

参加については無理強いする事なく、利用者様の体調や気分配慮し、参加されたい時に、参加頂くよう活動を行った。

## (具体的な取り組み)

ご家族に「習慣・お好みシート」(生活歴・趣味・嗜好)を記入していただき、ユニット会議ではA様の言動を情報共有し、「ひもときシート」を活用して生活歴や価値観を整理した結果、「社会生活の中で中心的な役割を果たしてきた過去」と「今はできない事、覚えていない事が増えているという不安」の両面が浮き彫りとなった。

A様が「他の方と一緒に楽しむ事に喜びを感じている」点に着目し、壁紙作成を中心とした創作活動をユニット内のレクリエーションに積極的に取り入れ、季節テーマに沿って、他利用者様・職員と共に作業を行い、共同スペースに掲示した。

並行して日中は体操やカードゲームなど他者との交流や談笑の機会を意識的に増やし、夜間の不眠時には無理に入眠を促すのではなく、職員との談笑にお誘いするなどご本人の不安に寄り添う対応をユニット内で統一した。

## (活動の成果と評価)

職員が根気よく、安心感を持っていただけるような声掛け・対応をすることに加え、壁紙作成に参加いただく事で他利用者様と一緒に作品作りを楽しんでいた。作品をキッチンの大きな壁面に飾る事で、常にA様の視界に入り、「素敵ね～」と喜んでいただき、作成に関わった事は忘れてしまわれる事もあるが、一緒に作成した事をお伝えすると「良かった!」「お役に立てたのね」と他者様との繋がりが安心感につながっていると考えられる。

取組み当初は2～3日に1度は朝方まで眠れない日があったが、現在では概ね22時頃までには就寝されている。また、長男様との面会や通院後に強く出ていた帰宅願望も軽減し、「気を付けてかえりなさいよ。」と穏やかに声をかける姿が見られている。

ユニット全体で一つの作品に協力して取り組むことでA様だけでなく、利用者様全体のコミュニケーションが増え、利用者様同士の関係が良好となっている。

## (まとめ)

A様にとって、壁紙作成などの創作活動は過去の経験を活かしつつ、「今の自分でも誰かと一緒に楽しめる」ことを実感できる場となり、安心感と喜びを持っていただく事ができた。

「習慣・お好みシート」や「ひもときシート」を活用した本人理解に基づく支援の重要性を再認識すると共に今後も認知症の方の生活歴や背景、変化する思いに寄り添った支援を継続していきたい。

## 認知症高齢者との関わり

## ◆キーワード

- 1 安全な歩行手段
- 2 施設での生活
- 3 職員の声掛け

～安全・安心な施設生活をしていただくために～

香川県・仁尾町

グループホーム あいあい

発表者：管理者・横田 武治

認知症グループホームあいあい

認知症状があるが、住み慣れた自宅の延長線上で生活が出来る様に職員が援助し取り組んでいます。

## (取り組んだ課題・はじめに)

- ・施設に入所して1年目のF様を通じて認知症高齢者との関わり方を考える
- ・安全な移動補助具シルバーカーを居室などに置き忘れてしまい転倒リスクが高い。
- ・シルバーカー使用の声掛けに対しては拒否的な事が多く使用習慣化が難しい
- ・不安定な発言が多く常に注意散漫になっている。
- ・集団での活動からすぐ離れてしまい最後まで活動を行う事が出来ない。

## (倫理的配慮)

調査協力、研究発表に際し、利用者様とキーパーソンの息子様に連絡をし、承諾を得ている。

## (具体的な取り組み)

- ・生活状況を再評価するために、同フロア職員と協力し、シルバーカーの使用状況や歩行の状態、他利用者とのコミュニケーション内での出来事、日中の様子などを記録する。

(対象利用者様の1日の流れや夜間のトイレ時等独歩、シルバーカー、手すりを何回使用するか等)

- ・独歩、もしくは手すりを持たれている時はシルバーカーを持って使用するよう誘導する。

- ・根気強く、対応してシルバーカーの使用を習慣づける様にする。

## (活動の成果と評価)

- ・シルバーカー使用頻度が上がった。
- ・フロアや廊下を歩き回るといった行動が減った。
- ・以前は注意散漫になっていた塗り絵等の作業活動が最後まで行う事が出来る様になった。
- ・シルバーカーの使用を声掛けしても反発する事が少なくなった。
- ・他利用者とのコミュニケーションを自ら取られるようになった。

## (今後の課題・考察・まとめ)

- ・シルバーカーの使用を習慣づけられるように支援していく。
- ・自席とは反対の方向にシルバーカーを置かれる為使用をめんどくさがったり、忘れてしまったりする。その都度対応していく。
- ・認知症を理解し、関わりをもち職員同士でコミュニケーション能力を高め、情報共有していく。

## (参考・文献など)

## 自分らしく「生きる」暮らしを求めて

～共同生活の中で見い出せたもの～

## ◆キーワード

- 1 やりがい
- 2 楽しみ
- 3 コミュニケーション

秋田県・大仙市

にんちしょうたいおうがたきょうどうせいかつかいご  
認知症対応型共同生活介護

えがお神宮寺すまいる館

発表者名：介護福祉士 小ぎた せつこ  
小木田 節子

共同研究者：すまいる館 職員一同

認知症対応型共同生活介護  
ほほえみ館、すまいる館の2ユニット

定員9名。「地域と共に」の理念のもと、地域の中で、地域の方々と共にその人らしい生活を送ることが出来るような支援をモットーとしている。

## 【取り組んだ課題・はじめに】

A様は、令和4年3月に自宅で転倒し、左大腿骨頸部骨折にて入院した。ショートステイを利用後令和5年3月当施設へ入居となる。共同生活をしている中で、毎日のように他者へ自分の鬱憤を晴らすような発言を繰り返し、トラブルが続いている。また、気に入らない事や自分は嫌われていると思ひ込むと部屋に閉じこもりがちになり、他利用者を批判する言動が増えて孤立している。

そこでA様にとっての楽しみややりがいを見出し、気分転換を図ることで他者と円滑なコミュニケーションが出来る様になれば、不満が減るのではないかと考えた。

## 【倫理的配慮】

事例報告にあたり、ご本人・ご家族に発表の趣旨を説明し同意を得ている。また、写真・資料の掲載に関しても承諾を得ている。

## 【対象者】

A様 80歳代後半 女性 要介護2  
認知症高齢者の日常生活自立度：Ⅱb  
既往歴：左大腿骨頸部骨折・うっ血性心不全  
糖尿病・認知症

## 【具体的な取り組み】

実践期間：令和6年6月20日～令和7年1月15日

- ① 6月20日～25日頃 情報収集  
日頃のコミュニケーションから情報の聞き出し
- ② 6月25日～30日 実践方法の決定・説明・周知  
職員カンファレンスで問題点の分析と改善策を検討し、実践方法を決定。本人への説明と職員への周知。
- ③ 7月1日～12月31日 実践  
随時カンファレンスを行い、実践内容の評価と修正
- ④ 12月31日～1月15日 まとめ  
本人から満足度の聞き取り・職員には変化の状況についてのアンケート調査

## 【結果】

- ① 情報収集の結果、花が好きである。塗り絵等の創作活動は意欲的に取り組んでいる。
- ② 本人が好きな花のお世話を役割として行ってもらった。花の買い出しから、定植、お世話までを本人が一貫して行う。また、雨の場合や花のない季節は塗り絵、ちぎり絵などの提供を行う。本人への説明と職員への周知を行った。

- ③ 毎日趣味活動にお誘いすることにより、徐々に部屋から出てくる回数が増え、水やりの時間を待つ間、食器拭きをして待っていたり、意欲的になっていった。また、ちぎり絵のカレンダー作りをしながら、他者との会話が弾み、表情は日々穏やかで、笑顔で過ごす時間が多くなった。不満や鬱憤を晴らすような言動も減少傾向にある。

- ④ 本人からは、「仕事ができ楽しかった」「みんなから褒められたり、声をかけてもらえたりして、うれしかった」との声があった。取り組み後のA様の変化を職員にアンケートをとったところ、ほぼ全員から「意欲的になった」「コミュニケーションが取れるようになった」との返答が聞かれた。

## 【考察】

A様にとって、花の水やりとカレンダー作りは「やりがい」や「楽しみ」となり、メリハリのある生活と充実した時間をもたらしたと考えられる。グループホームでの生活が「自分の好きなことを楽しめる場所」になった事で、不満や鬱憤を晴らす行為の軽減に結びついたのではないかと。

さらに趣味活動を通じて他の利用者と会話のきっかけができ円滑なコミュニケーションへと結び付けられた事は今後のA様の日常生活をより豊かにしてくれると考えられる。

実践期間中もA様からマイナスな発言が聞かれることがあった。A様にとってのやりがいを見い出していく支援を続けていかなければ、再び居室に閉じこもりがちになってしまう恐れがある。今後も継続的に取り組みを行うことが大切なのだと感じている。

## 【まとめ】

今回の取り組みを通して利用者一人ひとりの事を深く知ること、その方に適した質の高いケアができる事を学んだので、他の利用者にもより適したケアを提供できるように努めながら、信頼関係を築いていきたいと思っている。

## 摂食意欲の向上がもたらす効果

## ◆キーワード

- 1 認知症ケア
- 2 食事
- 3 自立支援

大阪府・旭区

たかどの

グループホームらんまん高殿

にしもと ようこ

発表者：西本 揚子

たかどのしょくいん

共同研究者：グループホームらんまん高殿職員

認知症対応型共同生活介護

令和4年5月1日 開所

3ユニット 定員27名

運営理念：のんびり ゆったり ほがらかに。  
いつまでも自分らしい生活のお手伝い。

(取り組んだ課題・はじめに)

自己摂取が困難で、声かけや食事介助を必要としていた対象者が入院により ADL がさらに低下した。退院後、自立支援を目的とした個別的な介入を行った結果、ADL の向上が認められたため、その経過と成果について報告する。

(対象者紹介)

A 様 84 歳 女性 要介護 1 B1 IIIb

アルツハイマー型認知症

アルツハイマー型認知症の既往により、短期記憶障害と失認が中核症状としてあり、食事の認識が困難であり咀嚼・嚥下機能にも低下がみられた。食事中には手を叩く、歌を唄うといった行動がみられ、箸やスプーンの操作も難しく、食事が進まない状況であったため、声かけや介助を要した。体重減少も確認され、栄養状態も悪く、医療用経腸栄養剤を開始していた。排泄面では、尿意・便意の自覚が乏しく、失禁が頻回にみられていた。インフルエンザウイルス感染症により約 1 か月間入院。入院中は全粥・ペースト食を全介助で摂取し、排泄もオムツ使用しベッド上での全介助対応であった。退院後も咀嚼・嚥下機能の改善は乏しく、主食は粥、副食は刻み食、水分にはとろみを付加して提供していた。

(倫理的な配慮)

本人と家族・責任者より承諾を得た。

(具体的な取り組み)

【食事】①A 様の食事状態として身体面・認知機能面・介助状況についてアセスメントを実施した。②A 様の好きな料理や生活背景について再度 A 様とコミュニケーションを取る機会を設け情報収集をおこなった。③嚥下状態の評価を行った。④季節の移ろいを食事を通じて感じる事ができる事を目的として、季節行事であるお花見の特別メニュー（お花見弁当）を提供し、A 様の嗜好や楽しみにつながる食事内容を工夫した。

【活動】①身体的な筋力低下を防止するため、散歩を継続して実施した。②日常生活動作の維持・向上を目的とした自立支援を行った。

上記についてユニット会議の中で職員間で共有し、これらの取り組みにより、食事・活動の両面から A 様

の自立と生活の質の向上を目指した。

(活動の成果と評価)

【食事】①視力の低下が疑われたため、白色の食器から黒色の食器へ変更し、食事内容の認識向上を図った。②「なんでも好き」と話す一方で、食事が進まないことが多かったが、甘味を提供すると自ら進んで食べていた。③飲み込みが難しかったため主食はお粥としたが、徐々にお茶はトロミなし、味噌汁にはトロミを加えるなど、嚥下機能に応じた調整を行った。④お花見弁当では、自らスプーンを手に取り、自己摂取が見られ、笑顔で稲荷寿司を完食された。現在では茶碗を持って、食事を口に運べるようになり、完食される場面が増加している。主食は米飯へと移行し、味噌汁へのとろみも不要となった。また、食事時には声掛けなくとも「いただきます」と自発的に食事を始め、「美味しい」と喜びや満足感を表出する場面が増えた。

【活動】①排泄も自発的にトイレへ向かう行動が増え、見守りは必要なものの、歩行はほぼ自立している。失禁の頻度も減少し、日常生活動作の自立度が向上している。②自立支援の一環としてテーブル拭きなどの「できること」を役割りとしてすることができた。

(今後の課題・考察・まとめ)

行事食としてお花見弁当を提供することで、日常の食事とは異なる彩りや盛り付け、特別感のあるメニューにより、視覚・嗅覚・味覚を刺激し、食欲が促進されたと考える。秋田谷らも「彩りよい盛り付けは、味覚、嗅覚などの機能低下から来る食欲の低下を補い食事に対する関心を高めてくれます。」と述べている<sup>1)</sup>。今後も、行事食を大切に、食事の時間が「楽しみ」であり「生きがい」にもなるような支援を継続していきたい。また、日々の変化や反応を職員間で共有し、意見交換を行うことで、支援方法の工夫や個別性のある対応につなげていくことができた。今後も、利用者が「できないこと」に着目するのではなく、「どうすればできるようになるか」に焦点を当てた支援を行っていきたい。

(参考・文献など)

- 1) 秋田谷一、池田泉、大久保幸積(2010), 初めて認知症介護をする人へ「初めての認知症介護 食事・入浴・排泄編 解説集」, pp. 44-97.

## バラバラになった家族を繋ぐ

## ◆キーワード

- 1 家族の確執
- 2 傾聴
- 3 繋ぐ

～家族支援から学んだこと～

新潟県・燕市

わがや  
グループホーム 我が家

発表者：計画作成担当者 渡邊 幸枝

共同研究者：介護福祉士 中村 正和

新潟県燕市に平成 17 年 6 月、平屋 1 戸建て 2 ユニット。定員 18 名で開設し、今年の 6 月で 20 年目を迎える事ができました。

「もうひとつの我が家づくり」を運営理念に住み慣れた地域を大切に、やすらぎと落ち着ける居心地の良い我が家づくりを目指して支援しております。

## (取り組んだ課題・はじめに)

入居者 A 様 女性・73 歳 要介護 3 認知症高齢者自立度Ⅱb アルツハイマー型認知症

A 様は夫と 2 人暮らしで夫から暴力を受けていた。市外に住む長男が警察を呼んだ事もあったが A 様は「何もされていません」と言い、警察はその後関わることができなかった。A 様は長男と 2 人きりになると「嫁と別れて私と暮らそう！」と縋り、喧嘩になることが多かった。両親の事が原因で長男は適応障害を患い、何度か命を絶とうとされた事もあった。その後、夫が入院した事や自宅の老朽化もあり、R6 年 9 月にグループホーム我が家へ入居となる。入居前の情報から、緊迫した家族関係と認識していたが、実際に関わるとそれ以上に危険が差し迫った状態であった。入居後程なく長男妻より「重い内容ですが、職員のみなさんに知ってもらいたい。」と今までの経緯と想いが詳細に書かれた A4 用紙 2 枚分の手紙が届いた。職員は戸惑ったが、情報の共有と A 様に統一した支援を行うため管理者、看護師も含め話し合いを行い A 様が安心して過ごせるように取り組みを行った。その後 2 ヶ月ほど経った頃に体調を崩した A 様に対して電話で「そのまま死んだっていい！」と長男からの言葉があり、A 様だけではなく長男夫婦にも支援が必要と考え取り組みを行う事にした。

## (倫理的配慮)

今回の発表に際しての資料、写真などについては、ご本人、及びご家族に了承を得ている。

## (A 様への取り組み)

- ①「お父さんに会いたい。家のことも心配。」と職員と 2 人きりになると毎日のように涙される事から、自分の気持ちを話し、少しでも楽になってもらえるよう、その都度、寄り添い傾聴を行う事。また、家族には会えないが少しでも安心してもらえるよう、自宅への外出支援を行う事。
- ②半年前まで清掃の仕事をされており、落ち葉掃除を一緒に行ってみると、翌日は自ら「葉っぱが落ちているから、掃いてくるね」と手際よく掃除をされていたことから、今まで培ってきた経験を活かした、馴染みのある仕事を提案し一緒に行う事。

## (長男夫婦への取り組み)

- ①長男妻と密に関われるよう、A 様の担当職員と管理者の 2 人を窓口と決め、長男妻の来所時は十分な時間を準備し、何かあればいつでも連絡頂きたいと伝える事。
- ②A 様の日頃の様子をメールや電話で伝える事。

## (活動の成果と評価)

<A 様>今では日課となった玄関掃除、ゴミ出し等に精をだされている。「我が家」で役割を持ち、自分の居場所を見つけられたと思われる。自宅への外出支援を行った時には、職員と一緒に草取りをされ「家を見て安心したわ。また草取り来なきゃね」と晴れやかな笑顔がみられた。A 様と夫との面会について提案を行ったが、長男夫婦は過去の経緯から心の準備が出来ておらず現時点では了承をもらえていない。<長男夫婦>担当の職員との話し合いの際は毎回 1 時間以上もの時間をかけ、何度も機会を設け、長男妻のあふれ出る思いを受け止めながら、寄り添ったことで心の距離感が縮まり、話しやすい関係になったと思われる。電話や、メールでもやり取りを行った事で、離れていても A 様の様子がわかり安心に繋がったと思われる。また、A 様の主治医についても悩み事があるという、看護師とも情報共有を行いながら相談に乗る事が出来た。入居日以来、1 回も来所されなかった長男も認定調査に自ら希望し同席され、時には冗談も交え笑顔で職員と話しをされる等、信頼関係も構築されてきていると思われる。

## (今後の課題・考察・まとめ)

「私、ここにいるわ。みんないい人だしね。」と笑顔で話される A 様。入居され 10 か月が経った今、活き活きと過ごされている。長男妻からも「義母が良い表情をして元気に過ごせているのは皆様のおかげです。」と言葉を頂いている。グループホーム我が家が行ってきた取り組みは決して特別なことではないかも知れないが、極限状態であった A 様と長男夫婦を繋ぎ止めた重要な関りであったと感じている。夫との面会等、まだ課題も残っているが、今後も一つひとつ丁寧にに関わりながら、バラバラになった家族を繋ぎ続けていけるよう努めていきたい。

## 今日は何個言えるかな

## ◆キーワード

- 1 コグニサイズ
- 2 心身機能の低下防止
- 3 多職種連携

～コグニサイズとリハビリによる認知機能低下予防～

岡山県・玉野市

かぶしきがいしゃ

株式会社アール・ケア グループホーム はるや

さとう ふみな  
発表者：佐藤 史菜

共同研究者：事業部長 鈴木 茂和  
所長 立花 圭  
理学療法士 三原 秀斗  
はるや ユニットスタッフ一同

(株)アール・ケア グループホームはるや 平成 14 年  
3 月に開設。平成 24 年 3 月施設老朽化により移設。  
2 ユニット 18 名。

理念【幸福に生き、幸福に暮らし、そして幸福な人生を  
…】

## (取り組んだ課題・はじめに)

入所されている利用者様の多くが、居間にてウトウトされていたり、ぼーっとする時間が長く、活力が低下している様子が散見される。また、利用者様ご本人からも「退屈」「生き甲斐がない」といった発言があり、このままでは生活意欲がさらに低下し、心身の機能低下に繋がると考えた。グループホームにおける“その人らしい生活”を送るにはどのようにしたら良いか考え、取り組みを開始する。

## 【対象者紹介】

- A 様：95 歳 女性 要介護度 1  
認知症高齢者の日常生活自立度 Ⅱb  
B 様：85 歳 女性 要介護度 1  
認知症高齢者の日常生活自立度 Ⅱb  
C 様：80 歳 女性 要介護度 2  
認知症高齢者の日常生活自立度 Ⅱb

## (倫理的配慮)

今回の発表にあたり関係者各位に了承を得ている。  
(具体的な取り組み)

今回の取り組みでは、比較的自立度が高いものの、生活全体において閉じ籠りがちになり、活動性が低下している利用者様の、さらなる機能低下を予防する為、理学療法士の指導に従い毎日行っている、個人メニューのリハビリ後に、コグニサイズを 1 人 30 秒間行うことにした。個人リハビリのメニューは、A 様(つま先立ち 20 回・介助にて歩行訓練施設内 1 周 64m)B 様(車椅子のフットレストにて足踏み 5 分間・杖歩行にて居間内 1 周 30m)C 様(大股早歩きでの歩行訓練施設内 1 周)である。コグニサイズの実施内容は、椅子からの立ち上がり動作に加え、①数字逆唱(100～)②1 人しりとり③ことわざクイズの 3 種類を、日替わりで実施し、反応、注意力を引き出す工夫を行った。加えて、生活リハビリとして、壁画作業や家事的な手伝いなどを、日課として取り入れた。初めは、当該動作と返答が同時に出来なかったり、途中で「分らんようになってしまった」と中断してし

まう場面が多く見られたが、取り組みを続けていくと、立ち上がり動作、返答共にスムーズさが向上し取り組み開始前よりも目に見えて良好な変化があった。利用者様の当日の体調や気分によって成果に波があり、進行が難しい場合もあった。利用者様の認知機能面を評価する為に、1 週間に 1 度、長谷川式簡易知能評価スケール(以降長谷川式)を実施していたが、長谷川式の回答を暗記してしまうケースや、コグニサイズと混同されるケースが見られ、正確なデータが得られなかった為、R7.6 月より 2 週間に 1 度の頻度に変更する。さらに、1 ヶ月に 1 度、理学療法士による歩行評価を実施した。評価内容は、リハビリ面での評価として、施設内 1 週の歩行時間の計測。同時に、認知機能面(注意力)での評価として、歩行ルートに目印を設置し、歩行評価終了時まで、いくつかの目印に気づくことができるのかを検証した。  
(活動の成果と評価)

今回、大きく分けてリハビリ面での評価と認知機能面に関しての評価を行った。リハビリ面に関しては、対象者 3 名とも、歩行時間は若干遅くなる傾向が見られた。認知機能面に関しては、対象者 3 名中 2 名が、課題発見数増加という結果になった。また、長谷川式の最終測定の総合点についても、3 名とも、取り組み開始前の測定結果から向上、もしくは変化無しと、下回る値は確認されず、一定の効果は認められた。取り組み前は、「ぼーっとしとくだけじゃ生きる意味がないな」と話し、自室へ籠りがちだった利用者様が、「今日も体操するのかな?」「何か手伝うことはない?」などと声をかけてくださり、生活全体への前向きな姿勢がうかがえるようになった。

## (今後の課題・考察・まとめ)

評価に関しては、利用者様の体調や気分によってばらつきがあったが、取り組みによる刺激が、利用者様の日常に変化を与え、前向きな意欲に繋がった。今後も個人リハ、脳トレを継続し、認知機能低下防止に繋げていきたい。

# アクティビティ活動の大切さ

## ◆キーワード

- 1 アクティビティ
- 2 生きがい
- 3 自分らしさ

～アクティビティ活動を取り入れた笑顔あふれる日常の取組～

熊本県・熊本市

グループホーム画図こもれび

発表者： いしざか めぐみ  
石坂 恵

共同研究者： あそう なおや  
麻生 尚哉

社会福祉法人 伸生紀  
グループホーム画図こもれび  
H30 年開設 2 ユニット 18 名

法人の理念である、こもれびの日差しのように、穏やか  
かでキラキラと輝かれる生活を送ることができるように支  
援することを目指しています。

## (取り組んだ課題・はじめに)

当事業所は日頃から、理念に則り、入居者が穏やかでキラキラと輝かれる生活を送ることができるケアを目指している。

今回、感染症のための外出、面会制限により認知症症状の進行、帰宅願望の増加などの課題があった中、どうにか改善したいという思いで、入居者 18 人に対し日々の生活に加え、アクティビティ活動を活発に行い、ADL の維持、自分らしさ、笑顔あふれる日常生活に効果が得られたので報告する。

## (倫理的配慮)

発表にあたり、個人が特定できないよう配慮し、家族の理解と同意を得ている。

## (具体的な取り組み)

- ・1 日 3 回、レクリエーションを実施。
- ・個別レクの時間を設け、それぞれが希望するレクを提供した。
- ・毎月、イベントを複数回開催。他事業所から職員応援など法人全体で協力した。
- ・職員全員でイベントの準備を行った。
- ・カラオケ機器を取り入れ、新たなレクリエーションのアイデア、マンネリ化防止、職員の負担軽減を図った。
- ・SNS を活用し、他施設での取り組みを参考に、実現可能なアクティビティを取り入れた。
- ・入居者、家族にポスターで事前にイベント案内を行った。
- ・感染症に対して段階を踏まえて規制緩和し、家族と一緒に参加できるイベントを立案した。

## (活動の成果と評価)

- ・季節の手仕事(梅ジュース作りや、らっきょう漬け、干し柿作り)では、慣れた手つきで作業され、職員が教えてもらいながら、和気あいあいと交流できる時間となっている。入居者の方が役割を持った活動ができた。
- ・以前は 1 日 2 回のレクリエーションを実施してい

たが、レクリエーションが終わると、夕方に帰宅願望が出ている方も多かった。現在は時間を変更し、個別レクの時間を設け、夕方にレクリエーションを実施することで、帰宅願望が激減した。

・個別レクの時間として設けることで、その人らしさをより職員が学ぶ機会になり、趣味の時間として、おやつ作りや、作品作り、日本舞踊、読書、家庭菜園、アルバムを一緒に見るなど、有意義に活用することが出来ている。

・クリスマス会は、隣接する結婚式場を貸し切り、家族も参加して実施した。家族にも協力をいただき、事前に当日のパーティー衣装を準備、前日に美容 DAY として、フェイスパックやネイルを行い、非日常を演出したパーティーを実施できた。当日は、開会の挨拶や聖歌隊など、それぞれが役割を持った活動を行うこともでき、入居者の日頃の成果を発揮でき、いつも以上の笑顔を見ることができた。

・その他、職員で作るホストクラブや夏祭り、そうめん流し、のど自慢大会、バリ島出身の職員によるバリカフェ(昼食にバリの料理、踊りを提供)など、職員も一緒に楽しみながら、様々なイベントの実施に取り組むことができた。

・当初イベントの実施が大変だと感じている職員も多かったが、入居者の笑顔、生き活きとした生活の姿を経験し、徐々に意識が変わってきた。現在は、職員自身も楽しみ、「こんなことがしてみたい」と新たなアイデアがでるようになった。

## (今後の課題・考察・まとめ)

アクティビティ活動を工夫することで、自分らしさや役割を維持することができ、気持ちが明るくなり、生きる意欲、生きがいに繋がっていると考える。

職員全員を巻き込んだイベントの実施により、職員も一丸となって成功したという思いを持つことができ、次のイベントに繋がっている。

これからも自分らしさを大切にして笑顔のある日常を継続できるよう取り組みたい。

## OODA（ウーダ）ループの周知と活用

## ◆キーワード

- 1 共用デイ
- 2 OODA ループ
- 3 相乗効果

## PDCA サイクルと相乗効果の実践

大阪府・岸和田市

しゃかいりょうほうじんじくんかい

おおさかみどりがおか

社会医療法人慈薫会 グループホーム大阪緑ヶ丘

発表者：和田 ゆかり、西村ミチ子

共同研究者： 事業所全職員

平成 24 年開設（定員 18 名）緊急ショート（空床型）平成 27 年開設 共用デイサービス（6 名）

社会医療法人であり、医療面、看護面についても安心できる環境です。緑に囲まれ四季を感じられる施設です。

## 【取り組んだ課題・はじめに】

## （背景）

OODA（ウーダ）ループとは航空戦術家でもあるジョン・ボイド氏が発明した意思決定方法である。Observe（観察）→Orient（状況判断）→Decide（意思決定）→Act（行動）の 4 つのステップで構成されている。

予測出来ない物事に対して、対象とその状況に応じた柔軟な意思、対応ができるかを解決するのに適した手法である。PDCA サイクルは目標から設定されるが OODA ループは観察から設定され、どちらも状況を改善するためのフレームワークであるが、目的とプロセスに違いがある。

## （目的）

現場では転倒や急変、利用者の BPSD に対して即座に判断しなければならない場面に多く遭遇する。

OODA ループは迅速な判断が求められている時に活用されるため、介護現場での職員個々のスキルアップ適していると考えた。OODA ループと PDCA サイクルの 2 つを活用することで相乗効果が生まれ業務改善に繋がるので OODA ループを取り入れた。

## （倫理的配慮）

発表の趣旨を口頭と書面で説明し同意を得た。

## （具体的な取り組み）

1. 職員に説明、周知を行った。OODA ループの思考方法を知る職員は少数であった。
2. 今回は新規利用者に対し、職員 A（1 年未満）、職員 B（5 年以上）の 2 人 1 組で実施。

対象者は A 氏 70 歳代、女性、要介護度 1。夫と 2 人暮らし。認知症の症状が出現し身辺動作などできることは多いが、自宅での帰宅願望などがあり、一人で外出してしまい警察も出動した経緯がある。また自宅での入浴は拒否があり 1 年以上入ることが出来ていなかった。食事・水分摂取量の低下など A 氏の健康面についても問題があった。夫の身体的・精神的負担が増えていた。A 氏は新規の共用デイサービス利用者であり、週 4 回の利用となった。利用当初、グループホーム到着時は感情の変化が起こりやすく、また感情失禁と連動して帰宅願望も発生していた。物を叩いて感情をぶつけることもあり、速い段階で

職員が行動する必要があった。

職員 A が観察から入り、リスク回避の為、職員 B を配置した。利用者観察から入り、職員 A のみで対応を行ってもらった。利用者の不安が増長した場合、職員 B が一緒に関わった。

カンファレンスを行い、職員 A が他の職員から対応方法を聞き取った。再度利用者の観察→状況判断→意思決定→行動を繰り返した。

## （活動の成果と評価）

職員 A は他の職員からの情報により主観で捉えず観察できるようになった。利用者 A 氏の感情の変化に適応してその場面で適した複数の対応方法から選択肢を自分で見出し、行動に移す即応力が身についてきた。経験者に委ねていた利用者に対しての判断も 1 人で意思決定→行動のサイクルを理解し始めた。利用者 A 氏は食事を毎回ほぼ完食されるようになった。同性介助を行い施設で入浴できるようになった。帰宅願望については職員が付き添い話を傾聴することで不安増長の回数が減り笑顔がみられるようになった。

## （今後の課題・考察・まとめ）

OODA ループは PDCA サイクルと同じように 1 度回すことで成功を得られるものではなく、何度も回すことでゴールの達成へと近づいていく。毎回の状況判断段階で前回の判断の誤りに気づき、新たな仮説をもとに次の行動を起こしていくことが前提となっている。

今回は特定の利用者に対して OODA ループを実施したが、1 つの物事に対して時間が掛かってしまった。対象人物が変化すれば、対応できていない場面もみられた。OODA ループは「経験」「教育」「情報」の組織内での共有を徹底する事で実現に至る。

職員各個人の努力に左右されるだけでなく、柔軟な組織の体制や取り組みが欠かせない。PDCA サイクルは重要視されているフレームワークの一つであるが新たな思考方法として OODA ループを周知していきその時々に応じて素早く観察、判断、意思決定、行動をできるスキルを個々学んでいきたい。

## 畑がつなぐ心と暮らし

## ◆キーワード

- 1 不安症状の軽減
- 2 役割の獲得
- 3 野菜の栽培

園芸活動や畑仕事を通じた自尊心の回復

兵庫県・三田市

グループホーム

やくし

薬師のさと

発表者：介護職 藤野 聡史

共同研究者： 職員一同

社会福祉法人三翠会 特別養護老人ホームと併設され、有料老人ホームや軽費老人ホーム、在宅介護サービスや保育園など多数の事業所を運営

自然豊かな環境にある2ユニットで定員18名のグループホームです。平均年齢87歳・平均要介護度2.4

## (取り組んだ課題・はじめに)

当グループホームでは、入居者一人ひとりの生活歴や興味関心に基づいたケアの提供を重視している。しかしAさん(90代・女性)は、入居当初より強い不安症と帰宅願望を抱えており、何もする事が無いと「家に帰らなければ」「早く死にたい」「殺して」と訴えることが日常的にあった。特に夕方になると不安が増し、玄関付近をうろうろする、職員の制止に対して興奮したり泣き出したりなどの行動が繰り返されていた。また、食事や入浴の声かけにも応じず、居室に閉じこもることがあり、他の入居者との交流も少なかった。本人のQOL低下が懸念され、職員間での対応方法にも迷いが生じていた。何とかしてAさんが穏やかに安心して過ごせる方法を見つけない、という思いから取り組みが始まった。

## (倫理的配慮)

発表にあたり、個人が特定できないように配慮しご本人・ご家族に説明し同意を得た

## (具体的な取り組み)

まずはAさんの生活歴の再アセスメントを行い、過去農作業に従事し、特に夏野菜の栽培に強いこだわりと誇りを持っていたことがわかった。そこで、「畑仕事を担当してもらう」ことを新たな役割とし、不安の原因を強みに変えるアプローチを検討した。この取り組みは2024年5月から開始し、約4か月間継続して実施した。畑は施設敷地内にあり、既存の花壇スペースを拡張する形で活用。Aさんにはナス・きゅうり・ピーマン等を中心に野菜の栽培を依頼し、毎日の水やり、収穫作業、収穫物の一部調理や下処理などをお願いした。取り組みの初期には介護職員2名が中心となり、他職員も適宜関わる体制を整えた。付き添いではあるが本人が畑へ出入りしやすいよう、玄関から畑への動線を確認し、帽子や手袋などの備品も揃えた。また、情報を共有し関わる職員全員で日々の変化を共有する体制を取った。活動成果を出すうえで重要だったのは、Aさんに「お願いする」という形で役割を明確に伝えたことと、作業の成果を一緒に喜ぶなど、成功体験を共有する関わりを継続した点である。

## (活動の成果と評価)

この取り組みを通じて、Aさんの生活に明らかな変化が見られた。毎朝自発的に起床するようになり、日中も「畑は大丈夫か？」と畑を気にする発言が増え、帽子と手袋を手に畑に向かう姿が日課となった。収穫した野菜を手に「これは上出来」「昔もこうして育てていた」と笑顔で話すようになり、他の入居者や職員との会話も自然に増えた。夕方の帰宅願望や不安症状も次第に減少し、特に「死にたい」等の発言は取組前のケース記録と比べると8割以上減少し、穏やかに過ごせる時間が格段に増えた。また、食事や入浴への拒否も少なくなり、生活全体の安定につながった。

うまくいった点としては、「役割を持ってもらうこと」「本人の得意分野に焦点を当てた支援」が行動変容につながったことである。また、関わる職員を限定せず、チーム全体で支援したことが継続性を高めた。

一方で、夏場の熱中症対策や水分補給への注意が必要だったこと、天候不良時には代替の活動が見つけづかった点は課題として残った。また、成果の見える化に関しては、より多くの記録や写真などを活用する余地があったと感じている。

## (今後の課題・考察・まとめ)

今回の取り組みを通じて、認知症のある方が「過去の経験や得意なこと」を活かすことで、自信や意欲を取り戻し、穏やかに暮らすことが可能であることを再確認できた。後は、Aさんのように「特定の得意分野を持つ入居者」を把握し、それぞれに合った役割支援を計画的に取り入れていく予定である。また、畑作業に限らず、調理・洗濯・掃除など生活の中にあるあらゆる「仕事」を役割として見立て、個別支援計画に反映させていきたい。

さらに、同様の取り組みを通じた成功事例を職員間で共有し、全体の支援力の向上にもつなげていく。今後は、取り組みの評価方法の標準化や、活動に対する入居者の満足度の把握にも取り組み、より質の高いケアの提供を目指す。

## 睡眠負債の解消方法案について

## ◆キーワード

- 1 睡眠負債
- 2 起立性調節障害
- 3 2500 ルクス

朝日は 2500 ルクス、一般家庭は 700 ルクス程度、効果は？

兵庫県 三木市

しゃかいふくしほうじん ゆうわふくしかい ぐるーぷほーむ ゆうわのいえ  
社会福祉法人 優和福祉会 グループホームゆうわの家

まつざき こういち

ときえだ とおる

発表者：介護支援専門員 松崎 浩一

共同研究者名：介護支援専門員 時枝 亘

ゆうわの家は平成 17 年に開設し(2 ユニット)共用型デイサービスも行っている。併設施設に特別養護老人ホームがある。

「愛情と根気と忍耐」「母なるやさしさ」の理念のもと、利用者の尊厳を損なうことなく、個々の能力を生かすことが出来るよう援助している。

## (取り組んだ課題・はじめに)

睡眠負債について言われることが増加している。日本人は特に睡眠時間が短く。また、慢性的な睡眠不足と認知症の発生について関連性についての説もある。睡眠負債についてマスコミ等で取り上げられる少し以前、理由なき登校拒否の治療に光療法が取り入れられ成果を得ている例に学び、睡眠負債の解消方法案として、令和 5 年 12 月より当施設全体での取り組みとして概ね 16 時頃より意図的に照明を暗くし、利用者に夜である事の認識をしていただき、明るすぎる環境にメリハリをつけ、利用者の睡眠の質の向上の一助とすることに取り組んできました。また、令和 6 年 6 月より離床を促す時間について、これまで日の出の時間が季節の影響を受けるため徹底していませんでしたが、一応の離床を促す時間としての朝 6 時に、カーテンをレースも含めて全開にし、照明についても点灯できるものは全て点けていただくことで統一しこれまでやや片手落ちの感あった、朝日をしっかりと浴びるという観点からも取り組みを深化しました実際の起床離床時間の記録から変化を分析してみました。

## \* (対象者)

- ・ A 様 80 歳 女性 要介護 4
- ・ 障害高齢者の日常生活自立度 A2
- ・ 認知症高齢者の日常生活自立度 IIIa
- ・ 病歴：双極性障害(躁うつ病)アルツハイマー型認知症
- ・ H31.3 家を出て戻れなくなることが頻発し、警察保護に至り、入居希望受ける。

当初夜は大変良眠される方だったが、R4.9 より利用者間トラブルから別ユニットに移動する。すぐに慣れたように見られたが不眠、日中の傾眠がみられるようになる。他の同様の傾向が見られる方とともに取り組む。

## (倫理的配慮)

今回の発表にあたり A 様並びにご家族に事例内容、写真掲載の承諾を得た。個人情報や秘密保持については配慮を行った。

## (具体的な取り組み)

令和 5 年 12 月より概ね 16 時頃より意図的に照明を暗くし、夜である事の認識をしていただいた。また、令和 6 年 6 月より離床を促す時間について、6 時に、カーテンをレースも含めて全開にし、照明についても点灯できるものは全て点けていただくことで統一し、朝日をしっかりと浴びていただき、さらに実際の起床離床時間の記録を行った。

## (活動の成果と評価)

A 様の睡眠リズムの乱れは広い意味でのリロケーションダメージと言えるのではないかと思います。装置としてのリビングであったり、居室であったりは変化をご本人が認識できたかは疑問だが、社会としての他利用者は一変していた。慣れによりなにもしなくても好転した時期だったのかもしれないが、メリハリをつけた夜の闇、および強い朝日の前では他は些細な問題となったと思う。

## (今後の課題・考察・まとめ)

朝 6 時には十分な朝日を浴びることができ、これまでの半年間にはない起床離床の規則性が記録から読み取れた。もともと便秘される方でありこのことも気分等に影響することが考えられるが、大勢に影響なく、一定の睡眠リズムを取り返しつつあり、他の利用者にも良い影響となり、またできるだけ応用していきたい。

## (参考・文献など)

最強に面白い睡眠(ニュートン超図解新書) [新書]  
柳沢 正史(監修) 発売日 2023 年 08 月 08 日 出版社ニュートンプレス  
朝型勤務がダメな理由 あなたの睡眠を改善する最新知識 三島 和夫(著), 発売日 2016 年 1 月 22 日  
ナショナル ジオグラフィック (編集)

なぜ眠るのか 現代人のための最新睡眠学入門 三島 和夫(著) 発売日 2021 年 7 月 29 日  
ナショナル ジオグラフィック (編集)