

「今日は何を作るの？」 ～生活そのものがリハビリ～

ウエストケアセンター

水越 博子

I. はじめに

自施設は東京都の八王子市にある128床の超強化型老健であり、通所リハと居宅介護支援事業所を併設している。所属フロアは40床で、在宅復帰率は55.9%と高い。利用者が自宅へ帰っても安心して生活できるよう、入所時から在宅支援することは介護福祉士としての役割である。また、少しでも有意義に、生きがいのある生活が送れるように、日常生活に必要な心身の機能を維持できるよう、援助し指導することも重要である。

しかし、利用者の日常生活を見ると、自発的にフロアリハビリをしている方、自分のペースで過ごしている方は、わずかであり、半数以上の利用者は何となく一日を過ごしていた。介護施設に入所するということは、自宅から離れ、それまでとは異なる雰囲気やライフスタイルになる。自宅でできていたことができなくなったりもする。毎日の生活に楽しみが見つければ、それがQOL(=生活の質)やADL(=日常生活動作)の向上につながるなど、高齢者の生活に大きなメリットをもたらすことになると考えた。

施設での生活そのものがリハビリであることを意識し、楽しみを共有するレクリエーションの提供を充実させることを課題と位置づけ、取り組みを行った。創作活動の作業などを通して、利用者同士の交流の場が広がり、利用者の行動意欲に変化が見られたので報告する。

II. 研究目的

施設生活をリハビリとしてとらえ、余暇活動を充実し、利用者と職員が楽しみの時

間を共有することができる。

III. 研究方法

1. 創作活動：季節感や生活感を感じていただけのような壁画などの創作活動を実施する。
2. 期間：平成30年4月～平成31年3月
3. 方法
 - 1)日常生活(箸を持つ、エプロンをつける、服を着るなど)で行う生活の中からリハビリであること意識付けを行った
 - 2)個別に聞き取りを行う
 - 3)「やりたい」と返答のあった利用者数名から実施した
4. 倫理的配慮
対象の利用者・職員の情報が特定されないよう配慮した

IV. 結果

- 1)昔の自分を思い出し、懐かしみながら作業をする創作活動が決定した
- 2)一つの創作が終了後にフロア内に展示することで、徐々に人数が増えた
利用者の反応が良く、参加率が高かった作品は花紙で作った4月の枝垂れ桜であった。初めての作品で3D効果もあり、施設の広報誌に掲載され、利用者家族にも活動を知っていただく機会となった。5月の鯉のぼりは、トイレットペーパーの芯を鱗に見立て作成した。ハサミの使用は力が必要で、うまく切ることができない利用者が多かった。ハサミは男性に、色塗りは女性にと役割を分け大きな作品が出来上がった。作業中は、むかし働いていた時のことや、子供の頃に遊んでいた様

子など、それぞれの思いを語りながら作業に取り組んでいた。作業では自然と役割分担ができ、個々の性格や個性が垣間見ることができた。完成した作品はフロアでの展示のほか施設広報誌へ掲載した。創作活動がフロアでの習慣となり、「今日は何するの」「今月は何作るの」という声が聞かれるようになった。

また、共同し作業することで、職員の行動の変化として「何か楽しめることはないか」と自発的に考えるようになった。意欲低下や拒否があった時は無理をしないように申し送りや情報共有を行い、現在も楽しく継続している。

V. 考察

開始時は「できない」「難しい」「やりたくない」という声も多かった。職員からの継続的な働きかけと、創作している利用者の様子を見て「やりたくない」から「やってみたい」と利用者の行動に変化が見られ、徐々に参加者が増えていった。これは、創作活動を通じた利用者同士の関わりや、「やれば出来る」という達成感が芽生え、意欲の向上にもつながったと考える。完成した作品は創作活動の成果として展示し、見ることによって喜びを共有し、利用者同士の話題になり、コミュニケーションが増えたと言える。また、季節を感じていただく作品を作ることで季節や場所への認知機能へ働きかけることができたと考える。高齢者は加齢に伴い、できない事が増えてくるため、自分に自信を無くしていることがある。その時に何か小さいことでも出来る様になると、そのことをきっかけに自信を取り戻して生き活きと暮らし始めることになる。地域(在宅)に帰った時、社会からの孤独を防ぎ、いつまでも元気にいけるよう、私たちが意識して働きかけが必要であると考え。生活リハビリの目的の一つに生活リハビリとしての作業療法がある。セラピストによるリハビリは重要であるが、何気ない日常生活（薬

の袋を開ける、箸を使うなど）すべてがリハビリと言える。在宅復帰は地域社会へ送り出すことである。どこに行っても安心して暮らせるように支援しなければならない。高齢者の生活そのもの、日常生活全般を援助し、その人がその人らしく生活していけるように喜びのある生活、目標のある生活、生きがいの獲得を目指し、援助・支援していくことが、介護福祉士の役割であることを改めて考えることができた。今回の活動は利用者、職員ともに行動意欲に変化があったと言える。

VI. 結論

施設生活そのものがリハビリとし、楽しみを共有する創作活動というレクリエーションの提供を充実させることは、生活史に触れながら、楽しみ、充実感、達成感を与える活動であった。それは利用者だけでなく職員も一緒に得ることができた。今後は地域の祭りへの出展や情報誌への掲載を企画し施設生活を充実させていきたい。

参考文献

- 1) 監修/尾瀬順子:認知機能を高めるレクリエーション.レクリエ 2019年 1.2月号