

選べる小グループ活動で 利用者も職員も変身(心)

天橋の郷通所介護事業所 (京都府宮津市)

介護予防通所介護のサー

ビス内容については、従来と同様の「アクティビティ等」でもよいことになって

いる。しかし、より効果的で、自宅や地域でも継続できる内容に出来ないだろうか。そうした思いから京都府は昨年度、モデル事業「通所介護カフェテリアプラン導入事業」を府内3カ所で行った。

その一つ、京都府宮津市にある天橋の郷通所介護事業所を取材した。

カフェテリア方式のデイ
府のモデル事業に参加

天橋の郷通所介護事業所は、日本三景のひとつとして有名な天橋立から車で15分ほどの、宮津港を望む高台にある。昨年5月開所とまだ新しい同事業所は、個室・ユニットケアの特養ホーム(定員は短期入所20人を含め90人)に併設され、施設全体が非常にゆったりと開放感あふれるつくりになっている。

大きな窓から陽の射す

広々としたホール(地域交流ホール)やデルームをのぞいて見ると、3〜4人から6〜7人のグループに分かれ、それぞれが違うことを行っている。あるグループは組みひもを編んだク

ラフトを、別のグループは端切れで人形を作っている。カラオケを楽しむグループもあれば、円卓でビリヤードゲームをしているグループ、自転車こぎをしている人たちもいる。「デイサービスの光景としてはちよつと変わってるな」、という印象だ。

一般にデイサービスで提供されるプログラムは、曜日や時間帯によってバラエティはあっても、利用者が一斉に同じことをするといったやりが多い。利用者には、それに興味があるとなかろうと、職員が提供するプログラムを受け入れるしかないわけだ。しかし天橋の郷では、利用者自身がさまざまな小グループ活動の中から自分のやりたいことを選び、1日の過ごし方を自分なりにアレンジすることができると、集団処遇的なデイサービスとは全く異なる。

開所当初から個別ケアを重視する観点から、小グループ活動を取り入れてきた天橋の郷だが、京都府が昨年実施した「通所介護カフェテリアプラン導入事業」のモデル事業に参加したこと、その取り組みは大きく前進した。

カフェテリアプランとは

もともと、企業が提供する種々の福利厚生メニューを従業員が自由に選べる制度のこと。この仕組みをデイサービスに応用することで、利用者の自主性・積極性を高め、介護予防につなげていこうというのが事業のねらいである(モデル事業は府内3事業所で実施された)。

「カフェテリアプランの構想が、私たちがやるうとしていたことと非常に近いものだったので『ぜひやりたい』と手を挙げたんです」と、施設長の北條千恵子さんは経緯を説明する。

3カ月のモデル事業の結果としては、それまで試行錯誤しながらやってきた小グループ活動を、「アセスメント↓計画↓実施↓評価」という一連の流れ(APIEプロセス注1)に落とし込み、利用者や職員が活動の目標や方向性をしっかりと共有できるようになっ

たこと。また、SOAP方式(注2)を活用した個別

記録を、活動の振り返りや援助につなげる意識が身についたことなどが挙げられるという。

「この活動がどう利用者の自立支援につながっているのか、そういう視点で見られるようになりました。職員にも自分たちがやっていることに對する自信が出てきたように思います」

小グループだからこそ 目的意識や主体性が高まる

現在、天橋の郷のデイサービスは定員30人。利用者の約4割が要支援1・2の予防給付対象者である。

プログラムは体を動かすものやゲーム性の高いものを中心とした「健康グループ」と、ものづくりを中心とした「お元気倶楽部」の大きく二つのカテゴリーに分かれている。

前者のメニューはマシンを使った自転車こぎ、体感型テレビゲームのボウリング、スカイクロスやスナックゴルフといった高齢者でも楽しめるニュースポーツ、ダーツ、ジエンカなど。後者のメニューは指編みや、機織り、キルト、染色、フクロウの人形づくり、アクリル毛糸のたわしづくり、木工など実に多彩で、利用者や目的に応じて計

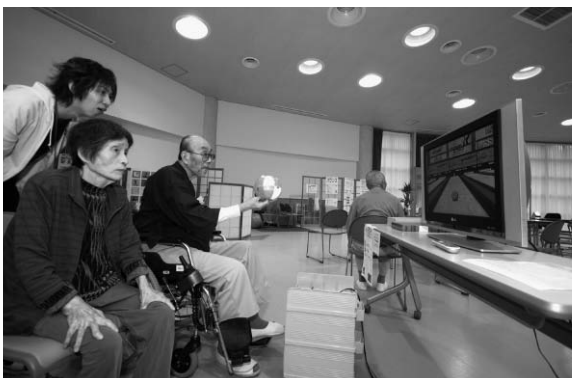
画・実施している。

運動系のプログラムは地域交流ホールで、その他はデルームで実施し、それぞれ落ち着いて取り組める雰囲気づくりに配慮がなされている。

基本的に午前はこれ午後はこれと、利用者それぞれが好きなメニューを選ぶが、予防給付対象者は午前ないし午後の1時間半、「健康グループ」に参加する。予防給付対象者向けの運動器の機能向上プログラムとして別個に位置づけているためだ。「健康グループ」は小グループに分かれての活動だけでなく、全員で行うバランスボールやゴムバンドを用いたエクササイズ、歌にあわせた徒手体操の時間もある。

このほか、利用者の8割近くが理学療法士による個別リハを受けており、歩行訓練や超音波療法、低周波療法などが行われている。

■手作りクラフトに挑戦中。談笑しつつも手先は止まらない(右の上・下)
■立っても座ってもできるボウリングが一番人気だ。優秀者のスコアが貼り出されていたが、91歳男性の259点を筆頭に、ハイスコアがずらり(左上)
■円卓を囲み、座ってできる「神戸式ミニヤード」は男性に人気のあるメニューのひとつ。「ビリヤードより難しいくらいだよ」(左下)



●えらべるデイを推進 京都府がマニュアル作成

京都府は、介護予防を視野に入れた新たなデイサービスについてのモデル事業を昨年度実施、その結果をふまえて、このほど「京都式えらべるデイサービス実施マニュアル」をまとめた。

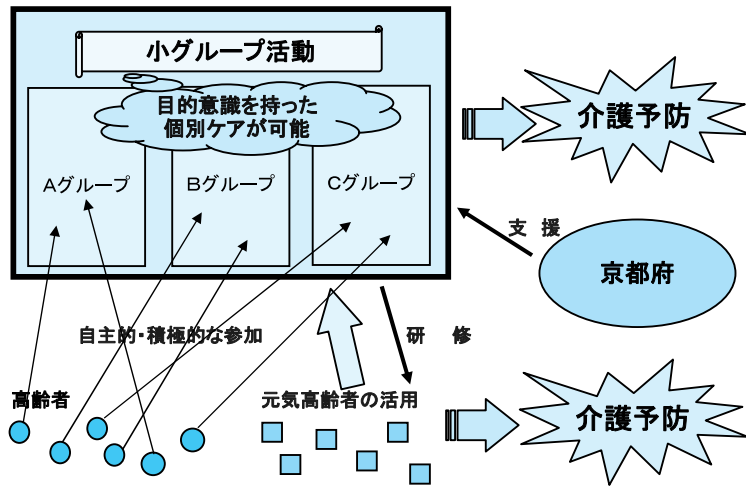
天橋の郷を含む府内の3カ所の通所介護事業所で行ったモデル事業の結果は、今年5月に「介護予防サービスに係る参加・継続推進事業に関する調査研究報告書」として発表されているが、参加した利用者・ボランティア、施設側のそれぞれに大きな成果があったことから、今年度は「えらべるデイ」を府内全域で推進する方針だ。

その手引きとして作成したのが、「京都式えらべるデイサービス実施マニュアル」。えらべるデイの特徴は下の図のとおりで、これまでの多くのデイサービスが集団的・画一的なサービスで、利用者も義務的で消極的になりがちだったのに対して、利用者が自ら小グループを選び、できるだけ小グループを固定して活動することにより、▼目的意識を持った個別ケアが実現、▼利用者の活動意欲が向上して自主的・積極的に参加するようになり心身機能が向上、▼自宅でも活動に取り組む継続性が生まれ日常生活行動が活性化、といった効果を狙ったもの。

通所介護事業所の現状

- ◎ 集団的処遇・画一的なレクリエーション
- ◎ 職員から利用者への一方的なサービス提供
- ◎ 楽しみが一時的、その場限り
- ◎ 団塊世代の高齢化への対応が必要

京都式えらべるデイサービス推進事業



また、団塊世代の高齢化に対応するため、元気高齢者にボランティアとして参加してもらい、生きがいつくりの受け皿を準備するとともに、元気高齢者自身への介護予防効果も期待できる。さらに、利用者が通所を終了してもボランティアとして引き続き参加するという介護予防の継続的取組も可能だ。

この「京都式えらべるデイサービス推進事業」を担当している京都府保健福祉部高齢・保険総括室介護保険推進室の荒田均室長は、「事業の目的は、高齢者が楽しみ・やりがいを感じながら、意欲を持って自主的・継続的な活動に取り組めるよう個別ケアを実施することにより、生活機能を向上させ、介護予防となることを目的としたデイサービスを提供することです。マニュアルは、そのための参考書。職員主導ではなく、利用者に応じて内面の力をいかに引き出し活動意欲を高めるか、そして最終的に在宅生活の維持・質の向上につなげていくこと。それが個別ケアの本質です。職員一人ひとりがそういった意識改革ができるかどうか事業成功のポイントになります」と話している。

さり気ない関わり方だが、「その力は予想以上」と、北條さんは絶賛する。「利用者」と年齢が近く、同時代を生きてきたという

こともあって、使う言葉や話題ひとつとっても、多くの思いを共有しています。利用者の気持ちや願いを引き出してくれる場面も多

く、職員にとっては教わるどころがたくさんある。利用者と一緒に橋渡しの存在といえます」

ボランティア活動がそのままのMさんは「人生の先輩です。教わることも多く、

とても良い経験をさせて頂いています。私も将来お世話になれば嬉しそうです。今は少しでも長く元気老人でいられるよう頑張りたい



「職員の数が多ければ個別ケアができるというものはありません。大切なのは、職員一人ひとりがどう考え、どう動くかということ。8人で少なすぎるとは感じていません」と、北條さん。

何かを教えたり特技を披露するのではなく、グループ活動と一緒に楽しむ仲間として参加するスタンス。

結びつく。一人ひとりに常に目を向けていない限り、それは難しいと思います」利用者だけでなく職員もまた、小グループ活動に楽しさとやりがいを感じているように思われた。

業務で効率化できるところはできるだけ効率化を図る工夫も行っている。たとえば記録。職員は、ちょっとした合間に電子手帳を使って個別記録をとっている(写真)。入力したデータは、そのままホストコンピュータに移されるため、改めて時間を割く必要がない。



■崩さないように、そーっとそーっと木のブロックを積み上げていく「ジエンガ」。手先の緻密な動きと集中力が必要だ(右上)
 ■3時のおやつで、ちょっと一息(左上)
 ■グループ活動が中心だが、利用者がそろって体を動かしたり歌ったりする全員参加のプログラムも取り入れ、メリハリのある過ごし方をしている。左の女性が相談員の一穂さん(右下)
 ■デイの終わりは皆そろって「天橋の郷音頭」(作詞は施設長)を歌う。伴奏は元ピアノの先生だった90代の女性(左下)

「い」と話す。
**自宅や地域でもやりがい
 を持てる暮らしを**

今後の課題について、北條さんはいくつかの点を挙げてもらった。

「まずは、一人ひとりの目標をより明確に設定していくことです。今までは目標設定はしているものの、あいまいな表現も多かった。目標を明確にするほど、意識的な関わりができるし、どこまで達成できたかという評価もしやすくなると思います」

ケアマネジャーや地域包括支援センターとの連携を深めていくことも、課題のひとつだ。

モデル事業に参加した宇治市の事業所では、ケアマネジャーがケアプランを立てる時点で小グループ活動を盛り込むようになっていたが、天橋の郷ではまだそ

こまでは至っていない。「小グループ活動のメリットや、どんな人に適しているかなどが、ケアマネジャーにまだ十分理解されていない」と北條さんは指摘する。

さらに、「地域の受け皿の不足」も懸念される。「今後利用者の要介護度が改善して介護保険の対象から外れたとしても、楽しさややりがいを感じられるような受け皿が、まだ地域にはほとんどありません。実際、軽度の方の中には、要介護度が改善して、天橋の郷を利用できなくなることを恐れている利用者もいます」

デイサービスでの楽しさややりがいを、いかに自宅や地域での暮らしにつなげていけるか――。自立支援の目標は、そこにあるはずだ。この日みた利用者のいきいきとした表情、力強さや集中力、歓声と笑い声が、デイの外へと広がっていく

ように。天橋の郷の次なる挑戦を期待したい。

撮影／竹林尚哉
 文／田中和泉

【注】

- (1) A P I Eプロセスとは、Assessment（アセスメント）・Planning（計画）・Implementation（実施）、Evaluation（評価）によって成り立つプロセスのこと。
- (2) 問題指向型医療記録もSOAPだが、ここではそ

うではなく、Subjective Data, Objective Data, Assessment, Planの略で、

▼利用者本人が何を言ったか、何を感じたかを利用者が発したままの言葉で述べ（S）、▼職員が観察した事実を記録し（O）、▼SとOに基づいてどのように職員が分析し結論づけるかをまとめ（A）、▼問題に対してどのような計画をたてるか（P）を順に記録していくことをいう。



■天橋の郷全景。右手の二階建て部分が個室・ユニットケアの特養ホームで、左手がデイサービスのスペース。

■社会福祉法人北星会 天橋の郷通所介護事業所
 〒626-0066 京都府宮津市字獅子1 9 0番地の4
 TEL 0772-22-0066
 FAX 0772-22-8585
 E-Mail tenkyonosato@wine.ocn.ne.jp

介護老人
 保健施設

他科受診の手引き

好評発売中

平成18年4月版

定価500円(税込) B5判・2色、40頁、送料一冊200円 (社) 全国老人保健施設協会 編

※本書、1冊のみのご注文は送金申込となりますので、郵便切手（または郵便為替）700円分を同封し、社会保険研究所宛に郵送して下さい。書店・取次経由のお取り扱いはできません。

株式会社 社会保険研究所

〒101-8522 東京都千代田区内神田2-4-6 WTC内神田ビル
 TEL (03) 3252-7901(代) FAX (03) 3252-7977