



くらしの中のレクリエーション ～共に参加し・共に楽しむ～

特別養護老人ホーム
機能訓練指導員
(作業療法士)

宏生苑
平山香織

特別養護老人ホーム 宏生苑

旭川市 東旭川町

全室ユニット型特養

入居定員 70名

短期入所 10名

職員数： 63名

介護職員 47名

看護職員 6名



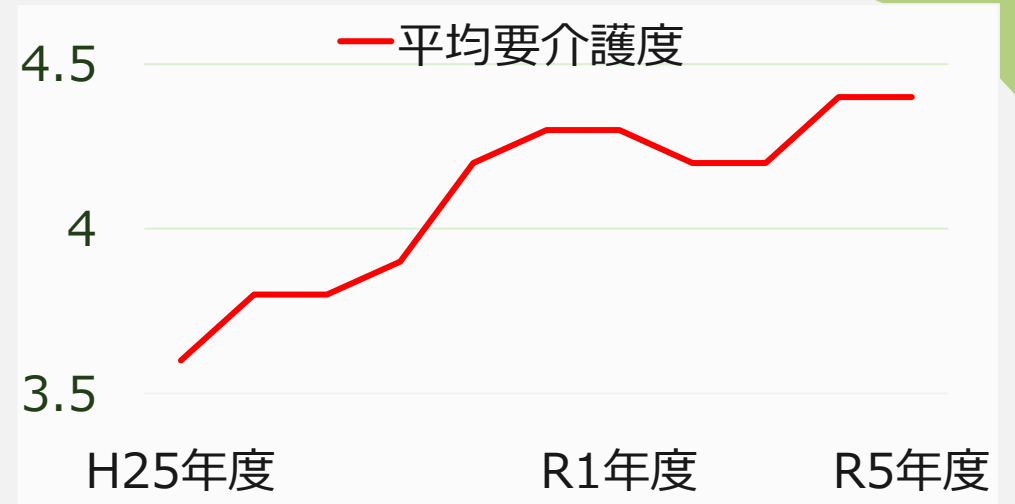
近年の状況 宏生苑

【多様性への対応】

- 医学的ニーズの高まり
在宅酸素・胃ろう
- 平均要介護度：4.36（R6.4）
- 看取りケア増加

【感染症流行】

- 2020年3月 緊急事態宣言
- 2022年12月 施設内クラスター



くらしの中のレクリエーション 開始

重度化・多様化：活動提供への影響
感染症流行：交流・参加機会の減少



2022年

入居者の活動と参加拡大を目指し

「くらしの中のレクリエーション」開始：喫茶・園芸

多様な個性に寄り添うプログラム

残存機能の活用：身体機能・身体状況をポジティブに評価

五感を刺激する
体験


自立支援

自己効力感の
獲得

生活暦

過去の体験・経験を活用

実施機会・実施規模のマネジメント

開始～6ヶ月	6ヶ月以降	以降
<ul style="list-style-type: none">・ 小規模 少人数の入居者 1ユニットで実施 職員2～3名 <p>ノウハウ構築</p>	<ul style="list-style-type: none">・ 規模、範囲の拡大 通常業務との調整 複数のユニットで開催 ユニット規模の協力 <p>ノウハウ活用</p>	
<ul style="list-style-type: none">・ 感染流行への対応 会議：ルールの設定と検討 実施直前の情報交換・調整 		

残存機能の活用



味・香り・雰囲気

感覚的体験



メニュー選択

自立



運営に参加

自己効力感

喫茶

マネジメント

【1ユニットにて半年実施】

⇒ノウハウ構築

【施設管理栄養士と実施】

⇒専門性を生かし内容拡大

メニュー提案

栄養量・アレルギー管理

【感染対策】

予備日設定・時間差で誘導



喫茶

実演調理

内容拡大を目指す

【馴染みのメニュー】

じゃがバター

甘酒

【経験を活かした活躍】

調理や味付けのアドバイス



喫茶

コミュニティづくり

【東旭川友の会】

地元出身者で交流

午前：喫茶・動画鑑賞

午後：馴染みの場所へドライブ

職員：地元出身職員

ケアマネ

相談員



喫茶

誰かの為に活動する

【お福分け】

実演調理した品を職員に提供

- 事務所
- 看護職員室
- 他ユニット

「提供される」から
「提供する」へ



喫茶

夏祭り

令和5年：
手作りドリンクの出店

令和6年：
スタンプラリー ゴール担当

喫茶部として活躍



残存機能の活用



植物に触れる

感覚的体験



植物選択

自立



育てる・教える

自己効力感

マネジメント

【環境設定】

室内での実施

プランター栽培

荷台使用

⇒参加者増加

実施回数増加

「畑に移動」から
「畑を移動」に



収穫

栽培の成果を感じる

【季節を感じられる配慮】

季節感のある会話

窓を開放する

【入居者の活躍】

栽培法・収穫時期のアドバイス



食べる

塩ゆで・和え物・漬物

勤務者の多い昼食時に提供

【調理】

5感への刺激

【よく使用した調理器具】

キッチンバサミ・電子レンジ

【よく使用した調味量】

砂糖・醤油・みりん



畑の管理

農作業の記憶の想起
身体機能の賦活

【草むしり・片付け】

季節の体感

活動成果の実感

来年度の予定を意識



出張販売

園芸店に依頼
施設前で、花苗販売

- ・外部との交流
- ・買い物のお機曾提供

「自分で選ぶ」楽しみ



【施設研修 R5年11月】

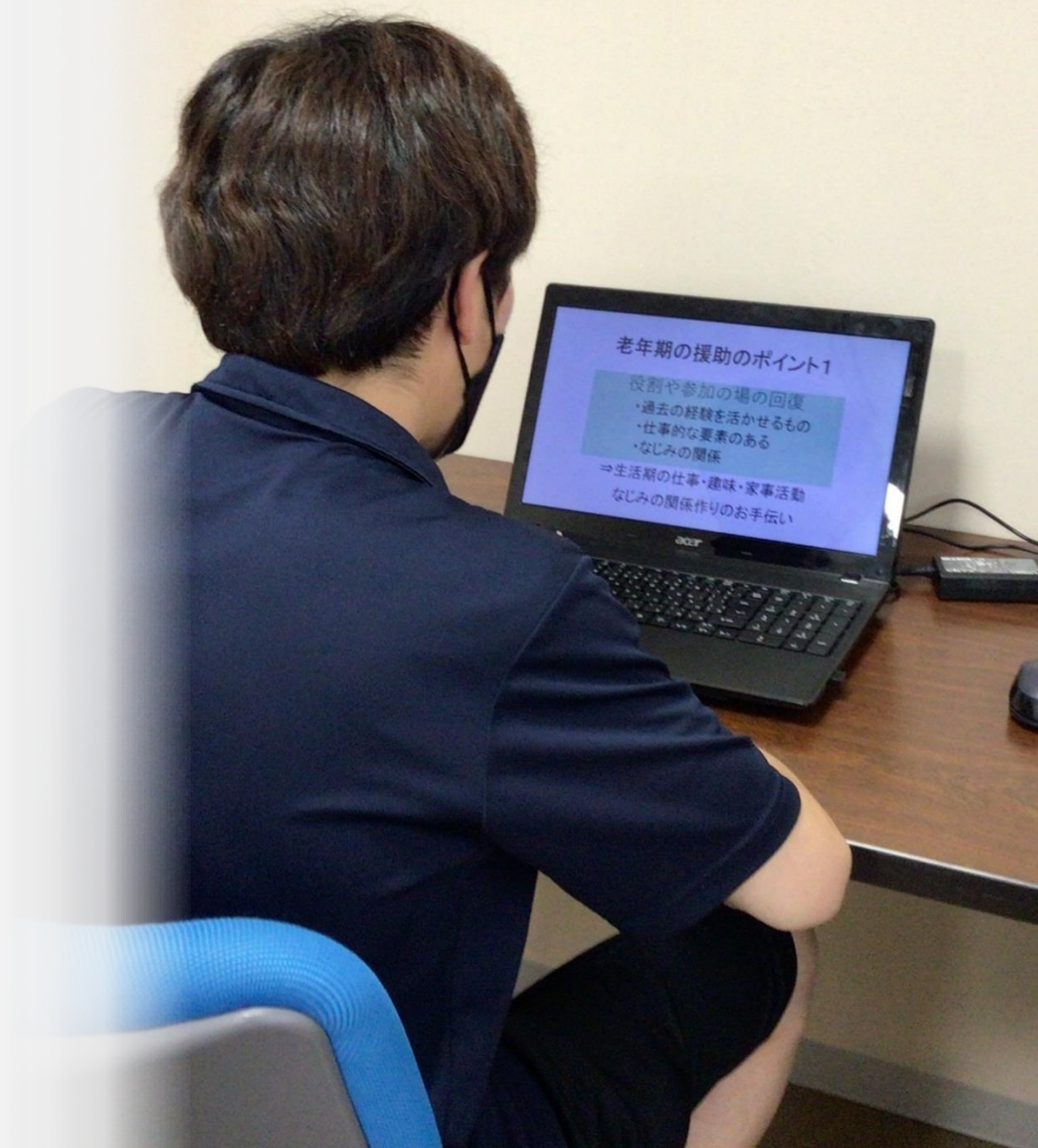
「高齢期の特徴とレクリエーション」
園芸・喫茶 成果報告

【専門性を生かした推進】

家族との連携

地域との情報交換

レクリエーション内容の拡大



成果 1

レクリエーションの 組織的成長

「くらしの中のレクリエーション」 実施ノウハウの構築と活用

- 各種レクリエーションの提案実施
- レクリエーションが
入居者の日常生活と連動
⇒ 自立支援・余暇活動・役割獲得



【高齢期】

衰える身体機能

縮小する役割

縮小するコミュニティ

⇒ 失うばかり？

残存能力の活用で、
活動・参加は 増やせる

“誰かの為に活動する”

“いつもと違う場所に出向く”

“顔見知りを増やす”



職員のレクリエーションへの関心増加

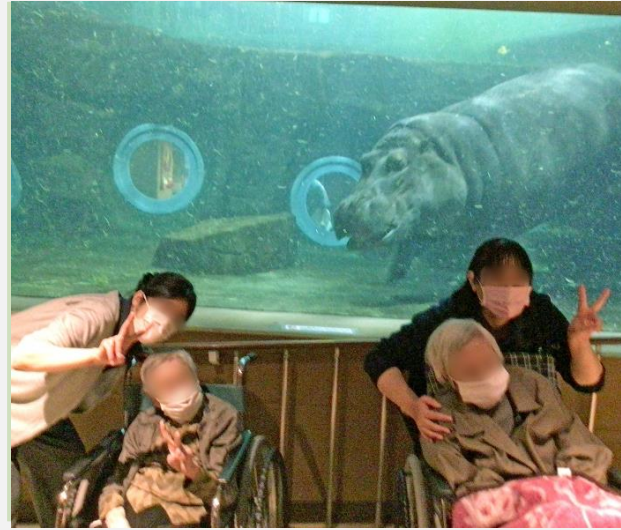
【研修アンケートより】介護職員 38名/48名 参加

- レクリエーションは、月1回の行事という薄い認識だったが、
趣味や昔の仕事を生かした時間を提供したいと思った。
- 「〇〇ができなくなった」ではなく、
「〇〇もできるんだ」ということを見つけていきたい。
- 入居者様の得意なことが見つかると、職員も嬉しい。
一緒に楽しく活動したいし、職員が笑顔でいなければと思う。



宏生苑冬祭り

暮らしと四季



動物園傾斜MAP
作成

アイデア活用



和太鼓レク

趣味・特技

積極的提案と協力

成果3

レクリエーションへの 家族の協力

- 入居者-家族間のコミュニケーション
- 職員-家族の情報交換
- なじみの品の寄付
- 家族がレクリエーションへ参加





施設内で：喫茶



施設外で：ドライブ時

入居者・職員・家族 共に活動

課題 1

レクリエーション 運営を強化

- 入居者の状態
- 社会情勢
- 介護保険で求められる役割

変化に対応し
サステナブルな
運営を目指す



課題2

地域とのつながり強化

未来：行きたい場所
会いたい人

現在：宏生苑

過去：自宅・職場・店
友人・同僚

過去を振り返り、
活動・参加拡大を目指す





園芸店 出張販売



ボランティアへのお礼

地域との繋がり 開始

共に参加し、 共に楽しむ

社会福祉法人 東旭川宏生会
特別養護老人ホーム 宏生苑
<https://www.h-kouseikai.jp/kouseien/>

