

タイトル：在宅サービスに前向きでなかったA氏がえがお健康体操教室に来る理由

キーワード

ひろのば体操

褒める

社会参加

【施設名】：社会福祉法人 特別養護老人ホーム 芦別慈恵園

研究者 (取組に関わった方 のお名前5名まで)	氏名	職種	備考
	①	中尾亮介	作業療法士
	②		
	③		
	④		
	⑤		

施設の概要

※ここに記載した内容のうち、発表内容に直接重要な関係を持たない事項については、本資料をもって発表の際の説明から省略してください。

設置主体	社会福祉法人	経営主体	芦別慈恵園
開設年月日	昭和44年12月7日	所在市町村	芦別市
市町村人口	15,160 人	65歳以上人口 (高齢化率)	6,421人 (高齢化率 42.3 %)
利用者定員数	86 人	利用者平均年齢	87.4 歳
職員数	85 人	職員数内訳	介護職 46名 看護職 7名
併設施設・事業	短期入所生活介護、地域密着型サテライト型居住施設、通所介護、認知症対応型通所介護、訪問介護事業所、居宅支援事業所、配食サービス、地域食堂		
施設のサービスの概要	<p><施設理念>『和顔愛語』～人に優しい笑顔で、心は豊かに言葉は和やかに～<介護理念>①ひとりひとりの生活や暮らしを大切にします ②最期の時まで口から食べる食事の工夫をします ③ご家族と一緒に看取ります 施設、在宅、地域の方にむけて、委員会や学習療法を活かし、笑顔・元気になって頂ける取り組みを行っています。</p>		

発表の概要

<p>①取り組んだ課題 今回の発表で紹介する事例A氏は介護度3だが、デイサービス等の在宅サービスに前向きでなく、断られていた。当園の併設事業所に勤めるケアマネージャーがA氏を担当しており、体操教室で紹介する。家にこもりがちなA氏に何とか元気になって頂くためサポートしていくことになった。</p> <p>②具体的な取り組み ○ひろのば体操を伝え、5本指ソックスを履いてもらう。どちらも一人でできるため、ご本人から「家でも簡単にできるのがいいね」とのことだった。 ○ふまねっと ネットを踏まないようにステップしていく必要がある。バランス感覚だけでなく、ネットをまたぐため足も上がるようになってきた。 ○歩き方講座 足指を日常生活の中でしっかり使う歩き方を伝えた。3人1組で歩くが、最近では他のみなさんとほぼ変わらないペースで歩けるようになった。歩いている最中は皆さんから褒められるため、なおのこと励みになった様子。 ○足指の写真を撮影する。 毎月撮影していき、日頃の体操の成果を目で見て実感して頂いた。皆さんの前で紹介すると「すごいね」と褒められることもあった。 ○元気水とおにぎり 当園で力を入れて取り組んでいる食も味わってもらうため、教室に来た時には元気水(水1ℓに対して塩3g、砂糖40g)、『なっつぼし』で握ったおにぎりをお渡ししていった。</p>	<p>③活動の成果と評価 体操教室に来てから半年後… ○ご自宅では杖なしでも歩けるようになった。 ○自営業を手伝われるようになった。 ○デイサービスを断っていたが通われるようになった。 ○色んな人へ体操教室を宣伝して下さる。 ○お米やみかん等を当園に寄贈して下さい。 これらの変化が見られたのは、ひろのば体操や5本指ソックスが教室だけでなくご自宅でもお一人で簡単に組みあわせるものであったこと、歩き方講座やふまねっとで体操教室に参加するメンバーから注目され、褒められたことが影響しているのだと思われる。体操教室に来始めた頃、奥様はA氏に何とか元気になってもらいたいと思っていたが、今では「本当に元気になりました。ありがとうございます」と話して下さるようになった。一緒に参加していたが安心されたのか、教室の送迎のみされる事もある。</p> <p>④今後の課題 ○A氏を今後も支えていく。 体操教室への継続的な参加を促し、良くなってきた部分を伝えていく。 ○来て下さる人を大切にしていく。 今来て下さる人の中で、膝の痛みが強く体操教室に通うのをやめようかと思っている人がいる。他のメンバーの話してはその人は体操教室に来ることでも明るくなったそうである。元気に明るく生活して頂くためにも何とか体操教室に継続して来てほしいと思う。</p> <p>⑤参考資料など 1日5分！足指をそらすと健康になる：湯浅慶喜, PHP研究所。</p>
--	--