



# 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



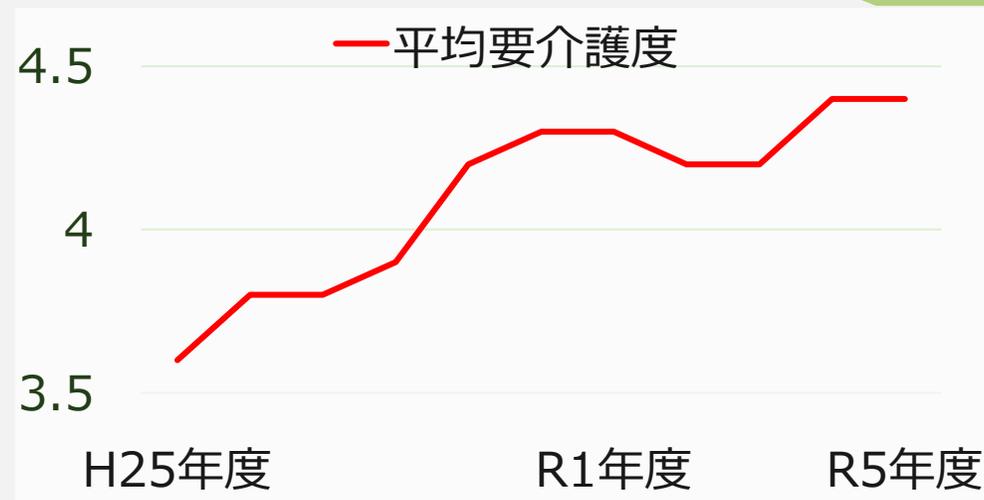
# 近年の状況 宏生苑

## 【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"><li>・ <b>小規模</b> 少人数の入居者 1ユニットで実施 職員2～3名</li></ul> <p><b>ノウハウ構築</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>・ <b>規模、範囲の拡大</b> 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</li></ul> <p><b>ノウハウ活用</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"><li>・ <b>感染流行への対応</b> 会議：ルールの設定と検討 実施直前の情報交換・調整</li></ul> 		

## 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】

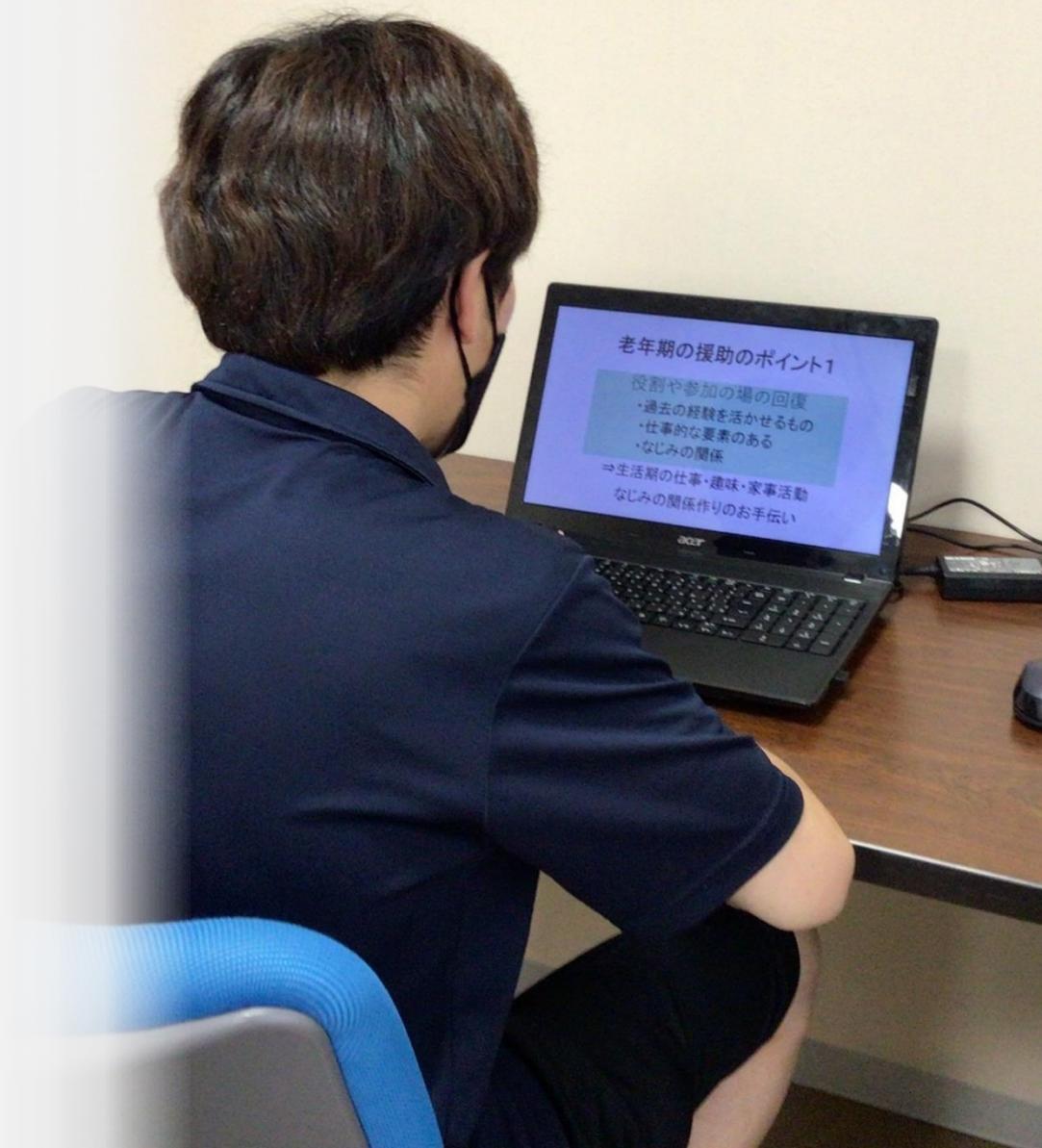
「高齢期の特徴とレクリエーション」  
園芸・喫茶 成果報告

## 【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

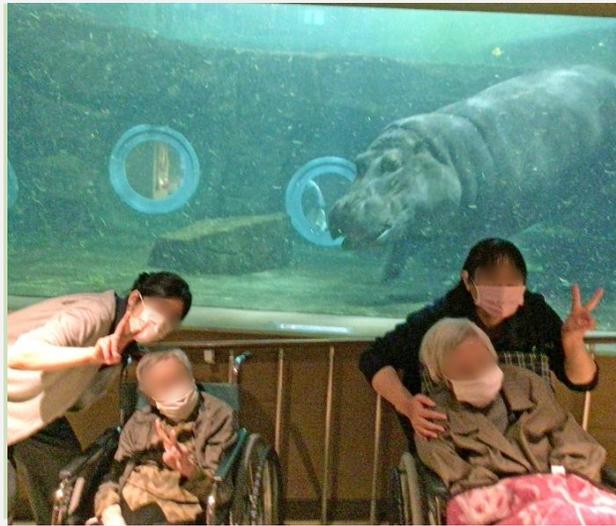
【研修アンケートより】介護職員 38名/48名 参加

- 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/>

