

1 天橋の郷通所介護事業所

(1) 実施状況

小グループ活動について

) 小グループ活動の全体像

活動日は毎週月曜日から金曜日の午前10時～11時半までの1時間半で行った。対象者は介護度による分類はせず、デイサービス利用者全員（定員20名）とした。

小グループはゲーム、ものづくり、園芸の3グループとし、基本的にグループ間の移動はせず固定化し行った。身体状況等により参加できない方をフリーとしたが、見学等の参加ではあるが各グループに属していただいた。職員も各グループに固定し2名ずつ担当を配置した。

小グループ活動以外の時間帯（午後）は、午前中の小グループ活動の継続、他グループの活動、スカイクロス（フライングディスクによるゴルフ形式のゲーム）、囲碁・将棋・トランプ、歌唱等、任意の小グループ活動、個別理学療法を行った。

) ゲーム・健康グループ（ゲーム機器等活用グループ）

活動の概略

体感型テレビゲーム（ボーリング、ボクシング、フィットネス）、ボードゲーム（将棋、囲碁、トランプ等）、ニュースポーツ（スカイクロス）

長期目標

「認知症や片麻痺の方の活動参加。介護予防につながる可能性の評価」

長期目標の達成度評価

どの曜日にも認知症や片麻痺の方がおられ、その方達に合わせた活動を展開していった。例えば、ボーリングで個人戦では集中力の持続が難しい方でも、ペアを組んで団体戦形式にすると、直接的にプレーする活動と間接的に応援する活動の両面で楽しむことができた。

今後の課題として、リーグ戦形式で勝敗表をつける、得点をグラフ化する、月間チャンピオンを表彰する等、より盛り上げる為の演出が必要であると考えます。

また、男性利用者に受け入れやすい活動であった。どうしても、男性の好む活動は女性より幅が狭い傾向にある。その点、「若い頃よくやった」「身体を動かすと気持ち

が良い」という理由で男性に受け入れが良かったように思われる。

活動の成果

「新たな価値観へのチャレンジ」

当然、高齢者80歳以上の方にテレビに向かいゲームをするということは経験の無い事である。今回の1番人気はボーリングであった。やはり、そのルールの明快さが人気の理由だったように思われる。意外であったのが、実際のボーリング経験者の反応で、「こんなのおもちゃでボーリングじゃない」と受け入れることのできなかった方、「昔彼氏とやったことを思い出す」といって楽しめる方、賛否両論であった。また、手作業などの活動に継続的に取り組めない認知症の方でも、1時間半という長時間にわたり集中力を持続できたことは特筆すべき点である。しかし、小グループ活動としての継続性・自主性・発展性という面では運営が厳しい面があり、今後、介護予防への活用としては、運動器向上プログラム中の1つのコンテンツとして運営していくことが望ましいと考えられる。



) ものづくりグループ（物品作成等グループ）

活動の概略

月曜：編み座布団作り、指編み、木工

火曜：モチーフ、編み座布団作り

水曜：玉づくり、鶴とおし、編み座布団

木曜：ふくろう作り、指編み

金曜：編み座布団、指編み

長期目標

「創作意欲、理解力を高め脳機能低下・身体機能低下を予防する。」

長期目標の達成度評価

活動によっては、会話の機会が多いもの・少ないもの、御本人主体のもの・職員主導のものがあった。

編み物等の活動は、活動の特性によって、初期には材料の選択、編み方の説明、編み方の確認等の会話があるものの、活動中は殆ど会話がなく、次の活動につながるような会話に乏しい現状があった。そのため、個人の達成感はあるもののグループとしての達成感を味わうにいたらなかった。

一方、木工やふくろうづくりは、色や素材を選んだり、道具を使ったりする活動の中

から、昔の事を思い出し「次は がしたい」といった会話が聞かれ、個人の主体的・発展的な活動ができた。長期目標である創作意欲を引き出すことができ、脳機能・身体機能の低下を予防する活動が展開できた。

活動の成果

「昔輝いていた時間を取り戻す為に」

Aさんの趣味の1つは編み物であった。しかし、脳卒中により右片麻痺になって以来、自信を失い家の中に閉じこもる生活を余儀なくされた。Aさんは小グループ活動において「ものづくり」の編み物を選択された。2本針される方、かぎ針をされる方、難易度に応じて様々に活動がスタートした。当然、Aさんは他の方と同じ様にはできなかった。そこで、木枠に棒を立て片手でできる指編みをすすめた。85歳にして初めてのチャレンジが始まった。最初は戸惑いもあったが、徐々に慣れていく。気がつくと補助手として不全麻痺の右手が動きだしていた。「マフラーが作りたい、飾りのボンボンはあなた（スタッフ）が作って」と意欲がわいてくる。現在は、家に持ち帰りお孫さんに帽子を作っているとか・・・その頑張りにより元大工さんが新しい木枠を作ってAさんにプレゼントしてくれた。グループの輪が広がりだしている。



自分が輝いていた頃、「昔は、物がなくてね、子どもの服はみんな編んであげたの」昔と同じ様にできないから駄目ではなく、片手だからこそできることがあるのではないだろうか。片麻痺になったからこそ指編みに出会えたのかもしれない。そして、また輝けるような援助の仕方こそ個別援助の原点ではないかと思う。

「あなたの左腕となる仕事」

Bさんとスタッフの会話「椅子が作りたいけどどうやって作るの？」だったら「設計図は私がつくれますよ」。でも「釘が打てないよ」だったら「木ねじで止めましょう」。でも「ねじが回せないよ」だったら「電動ねじ回しがありますよ」。でも「のこぎりが使えないよ」だったら「電動のこぎりがありますよ」。でも「どうやって木材を固定するの」だったら「クリップで止めときましょう」・・・「じゃあやってみようかな！！」

私達も、階段が上れるといっても、エスカレーターやエレベーターを使用する。歩けるからといっても車に乗って買い物に行く。障害を持った方が杖や車椅子を使って生活する。Bさんが椅子を作るという目標にむかって、できないことを様々な道具やスタッフにサポートされて、自分の思いや願いを実現化して行く。私達が目指したのはその方の左腕となることであり、一緒に成し遂げた喜びを分かち合うことである。



) 園芸グループ（物品作成等グループ）

活動の概略

月曜	目標	園芸の習慣づく・仲間意識が生まれ、各自のグループでの役割を見つける。
	活動	ツル籠編み、竹とんぼ作り、門松、しめ縄、干し大根、干し芋
火曜	目標	仲間意識が高まり、園芸活動が習慣づく。
	活動	椎茸作り、クリスマスツリー作り、干し大根、しめ縄
水曜	目標	仲間意識が高まり、園芸活動が習慣づく。
	活動	チューリップの球根植え、プランター作り、リース作り、干し大根、門松、干し柿作り
木曜	目標	仲間意識が高まり、園芸活動が習慣づく。
	活動	門松作り（葉牡丹の鉢上げ、竹枠作り、組み立て・片付け）、草木染
金曜	目標	仲間意識が高まり、会話が增える。
	活動	春の小庭作り、リース作り、干し柿、干し大根、草木染

園芸グループに決定した経過・理由

ものづくりに対して、園芸は自然の素材を生かした創作活動と定義した。園芸活動に取り組んだのは、この地方では昔から農業をされていた方達が多いが、身体的な理由から土に触れることが出来なくなっている。再び活動を通じて昔の感覚を取り戻し、自信と生きがいを取り戻していただきたいという思いから導入した。

長期目標

「仲間意識の構築。利用者・職員・ボランティアの相互理解。」

長期目標の達成度評価

小グループ活動を実施したことで、今まで見えてこなかった利用者の生き活きとした表情や、情熱に接することができた。

1人1人の利用者との会話の回数も増え、今まで聞いたことのなかった昔の思い出話を聞くことができた。

私たちが出来ないであろうと決め付けていた活動に対して、非常に積極的に取り組まれ、上手にされることで、利用者を過小評価していたことに気づかされた。

職員の側が「1人の利用者から1人の普通の人間」として捉えることができた。

活動の成果

「小グループは社会の縮図」

「わたし大根抜いてくるよ。」すごい力持ち。「わたし大根洗ってくる。」さすが元主

婦。「わたし大根の皮むくよ。」包丁裁きはお手のもの。「わたし大根切るぐらいはできるよ。」右手だけで頑張れる。「わたし大根に紐穴ぐらい開けられるよ。」男性でもできる。「わたし紐通しできるよ。」なかなか器用ですね。「干しあがったら蒸してもう1回干すのだよ。」おばあちゃんの知恵袋はすばらしい。甘みたっぷりの干し大根のできあがり。「じゃあ俺は味見するよ。」・・・。

小グループ活動の中では利用者1人1人が色々な役割を演じ、そして自分にどのような能力が残されているか見つめ直すことができる。私達も例外ではなく、適材適所様々な役割を演じ、支え・支えられながら社会を構築している。まさに、小グループ活動は社会の縮図であるといえる。自分で役割を探せる方、探せない方でもスタッフが導くことにより、チームワークが生まれ、みんなで達成感を分かち合うことができる。



「時には孫として、時には生徒として」

スタッフ「門松ってどうやって作るのですかね？」Cさん「松はこう、竹は3本、・・・」スタッフ「さすが亀の甲より年の功ですね」Cさん「松、竹、梅の意味はね・・・」

人間は誰かに教えること、役に立ったということにより、自分の存在意義を確認することができるのではないだろうか。既存のサービスの中でスタッフ主導となるがあまりに高齢者に対して指導的な立場に立ちすぎているように思う。

小グループ活動の中では、時にはスタッフがおじいちゃんおばあちゃんの知恵を求める孫の役割、各分野の専門家である先生から技術を学ぶ生徒の役割を演じることにより、たとえ手足が動かなくとも立派にグループに貢献することができる。



職員の業務について

カフェテリアプラン導入前は、活動の計画及び実施は口頭でミーティングをする程度で、施設外での企画以外は企画書を提出することはなかった。今回、導入にあたって、3ヶ月分の企画書を提出することが1番目の課題となった。

講師の先生方の提案により、小グループの評価として1日スケジュール（各個人目標、活動のながれ・反応・対応）と3ヶ月プラン（活動目標・ながれ）、個人の評価として管理システム「ちょうじゅ」を活用し、SOAP形式（主観、客観、評価、計画）で記録を行っ

た。目標設定をすることにより、利用者からの言葉（主観的）や様子（客観的）が、目標に対してプラスであるかマイナスであるか評価をすることができ、具体的な声掛けの仕方、環境設定、次回の企画の手がかりを捉えることができた。

また、記録の効率化を図るために、電子手帳を2台増やし各グループごとに記録ができるようにした。さらに、手帳の項目の詳細もグループごとに予測されるキーワードを登録した。記録にかかる時間を短縮することができ、ミーティングをする時間を確保することができた。

(2) 今回の事業に対する思い・感想

今までの、集团的レクリエーションは「楽しく過ごせた」「盛り上がった」など、レクリエーションを遂行すること自体が目標となってきた。また、その内容はスタッフだけで決定され、スタッフ主導型であることがほとんどであった。

今回の小グループ活動では、その日の活動の目標、個人の目標を設定することにより、利用者からでた言葉・反応が、目標に対し好ましいものであるか否か評価することができる。また、メンバーを固定することにより、その日に出た利用者から課題を1週間かけて準備をすることができる。利用者からの言葉を大切に扱い、計画や準備の段階から活動に参加し、共に成功体験を積み重ねる事により、信頼関係を築いていくことができると考える。

施設内で「楽しい」から、在宅で「生き生き」を目指すケア。

今までのデイサービスの目指していたものは、施設内で完結するものがほとんどであった。

しかし、介護予防では、その場の「楽しさ」はもとより、その活動が在宅生活を「生き生き」とされるきっかけに成らなければならない。つまり、「今日は楽しかった」にとどまらず在宅での行動変容がこれからのデイサービスが目指す目的・目標となる。それは、リハビリテーション（以下リハ）の理念に通ずるものであり、「施設で頑張る」から「在宅で頑張る」への転換と等しい。この理念こそが、これからの介護予防に必要な理念であり、いかに「在宅で頑張る」を支えていくかがこれからの課題となるであろう。

こなす仕事からつくる仕事への転換。

今までの、集团的・画一的なレクリエーションの中では、何を利用者に提供しようかスタッフ間で考えることに重点がおかれ、利用者との会話に乏しいのが現状であった。

しかし、小グループ活動では利用者との日常的な会話によるコミュニケーションが大前提になる。活動の計画から利用者が中心となり小グループ活動を展開して行く。あたかも1人1人が主人公を演ずる物語のように活動が組み立てられていく。それは、昔やっていたこと・自分が輝いていた頃の物語はもとより、今までしたことのない・新しい未知の物語へのチャレンジも今回の活動の中から引き出すことができた。小グループ活動のメリットとしてコミュニケーションの機会の増加がある。

また、当デイサービスでは会話の機会を増やす為に お風呂を一日中一人一人提供する

利用者と一緒に食事をするといったことを体制的に実施した。

ボランティアは利用者との架け橋。

私たちは利用者と同じ時代を生きた時間が20～30年程である。しかし、ボランティアは、利用者にとって、弟・妹の世代にあたる。共有する時間も60年を越え、会話の引き出しの多さに私たちが学ぶべき点は非常に多かった。また、その経験の豊富さから、つまりいた時、行き詰った時に適切なアドバイスをいただき、導いて頂くことができた。

また、ボランティアから「こんなデイサービスだったら私も利用したい」という言葉を頂いた。福祉の現場では「利用者さんの立場にたったサービス」といわれるが、スタッフより高齢者ボランティアの方がこの言葉に親近感があったように思う。なにか「未来の居場所づくり」をしているような思いが感じられた。頼り、頼られることにより、ボランティア自身の生きがい、介護予防にも繋がる可能性を感じた。スタッフ側としても、近未来にサービスを受けられる次世代の価値観にふれることができ、ニーズを先取りできるメリットがあるだろう。

また、ボランティアのオリエンテーションは、小グループ活動の理念を説明することが中心で、具体的に何をして下さいという指示はしなかった。しかし、小グループ活動の理念を理解していただき、利用者1人1人に応じて役割を演じていただけた。今後の、小グループ活動を導入するにあたって、利用者、職員、ボランティアの共通理念をもつことの大切さを感じた。

真のニーズとは。

「年だから何もしたくない」という利用者の声、「お年寄りには、したいことなんかありませんよ」というスタッフの声、はたして、それは「真のニーズ」でしょうか？ 高齢になると色々なことが一人でできなくなるのは確かである。しかし、例えば畑仕事を1～10までの工程に分けて考えると、1～10まで全てできなくなったからしなくなったのでしょうか？ 畝作りや、杭打ちなどの力仕事はできなくても、種まき、収穫などの活動はできるかも知れません。

カフェテリアプランにおける小グループ活動は、まさに社会であり、色々な能力をもった個性の集合体である。個人個人が役割を演じ、当初「私は見ているだけでいい」が「私にも出来ることはない？」になり「私はこんなことがしてみたい」と変化していく。活動にとけこみ、自分から集団の中での役割を探し、意思表示ができるようになっていく。その過程こそが心のリハであり、主体的に自分の意見が言えるようになれば、リハゴールに到達したと言っても過言ではない。そして、その可能性をスタッフが受け止め、利用者一人一人の夢を実現する為に何が必要か考え、真のニーズを引き出せる人間関係を構築すること、それこそが小グループ活動の成功の鍵であると考えている。