

B - 1

コロナ禍で疲れた心と身体のリフレッシュ

気分転換となる活動を提供する取り組み

気分転換

活動の場

会話の重要性

広島市・安佐北区

ひろしまげんぱくようご

広島原爆養護ホーム

くらかけ

倉掛のぞみ園

介護員 石倉 友美

介護員 寺本 修也

E-Mail Address : nozomien@hge.city.hiroshima.jp Fax 番号 082-845-6934施設（事業所）
またはサービスの
概要

当施設は原爆被爆者の特別養護施設として、平成4年7月に開設された介護保険適用外の施設である。入園定員は300名。ショートステイ4名。平均年齢は90歳8か月。5階建ての建物で、5フロアで構成されている。

I. <取り組み課題>

コロナ禍によって活動が制限された生活が定着し、入園者様はどのような思いを感じておられるのだろうか。他者との交流が減り、居室での生活を過ごされる日々で不安や苛立ちが募っていないだろうか。5類へ移行となった現在フロアで何か気分転換となる活動ができないだろうか。という思いから取り組みを開始した。

II. <具体的な取り組み>

1. アンケートの実施

入園者様の気持ちを理解するため、実施前に5項目のアンケートを実施した。コミュニケーションが困難な方でも回答して頂けるよう5段階の表情から選んで頂く「表情尺度スケール」を活用した。その後、活動開始の7月から11月まで評価を実施した。

- ① 実施前の生活満足度は平均3点以下で、不満の多い生活を送られていることが分かった。
- ② 入園者様の意見としては、寂しさや孤独を感じられており、気分転換になる活動を求める声が多く見られた。

2. アロマ足浴

- ① アロマ足浴の取り組み週2回、アロマ入浴剤を使用し音楽を流しながら足浴を実施した。
- ② アロマの種類は入園者様に選んで頂き、楽しい気分になれるよう昭和の歌謡曲CDを作成した。

3. みんなで歌おう

- ① 毎日の体操時に1～2曲、季節の歌を歌う取り組みを行った。
- ② 入園者様より歌詞がなくとも歌える童謡がいいと助言を受け、CDと歌詞カードを作成した。

4. 見て楽しい環境づくり

- ① 活動場所の飾り付けを行い、参加して楽しかったと思える環境づくりを行った。
- ② 飾りの制作は入園者様にも手伝って頂き、レクリエーションとして実施した。

III. <活動の成果と評価>

生活満足度の平均は4点以上に届かなかったが、活動を続けていくうちにコミュニティの場として形成されていき、入園者様からも「みんなで何かするのは楽しい。」「色々な人と話ができて嬉しい。」と他者との交流を楽しみにされている声がみられるようになった。

活動の内容よりも、その場に集まって色々な人との会話を楽しまれることが気分転換に繋がっていた。コロナ禍の制限ある生活を過ごされていたからこそ、交流のきっかけとなる場を提供することが重要であることが分かった。

IV. <今後の課題>

今後はコロナ禍で制限されていたクラブ活動等が再開されていき、入園者様の余暇活動も充実していくと考えられる。

しかし、入園者様の平均年齢は約90歳と高齢化が進んでおり、身体・認知機能の低下によって、行事やクラブ活動への参加が困難な方も増えている。また、介助が必要な方が増えることで職員の業務的負担も大きくなっている。

活動が実施できなければ、生活に楽しみがなく他者との交流も減少し、コロナ禍の制限された生活と変わらないと考える。入園者様の状態に合わせた活動を考案し、無理のない範囲で実施していくことが課題となる。

V. <参考資料など>

参考資料等はなし。