

レクリエーション実態調査

介護老人保健施設 セージュ山の手

木津 諭¹⁾

1) 介護福祉士

1. はじめに

当施設は平成 2 年 5 月に札幌太田病院の併設型施設として開設。入所定員 80 名、通所リハビリ 40 名の規模で運営している。そして、利用者の自立を支援し、家庭復帰を目指すため週間プログラム（表 1 参照）が毎日組まれ、ヨガ、書道、詩吟など様々なレクリエーション活動を行っている。

今後利用者一人ひとりにあったケアプランを立てるために、レクリエーション活動の参加状況を調査した。

2. 期間・対象・結果

平成 17 年 8 月 24 日～平成 17 年 8 月 30

日までの期間で、2 階入所者 40 名全員を対象とし、レク活動への参加状況を毎日観察した。

午前中は体操やゲームなど身体を動かす活動を行い、ADL 機能の維持・向上を目的としてプログラムを組んでいる。午後は、趣味活動を中心とし、楽しみながら活動に参加して頂いている。

表 2 は、調査期間内に各レク活動へ参加した人数である。

3. 考察

実際に調査してみると、午前中にレク活動に参加された入所者は、全体の約半分である。逆に、午後のレク活動に参加された入所者は

表 1 週間プログラム

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前	ヨガ体操	体操・ゲーム	体操・ゲーム	詩吟	体操・ゲーム
午後	書道・手芸	陶芸・俳句	コーラス	絵画	籐芸
おやつ後	ピアノの会	なし	なし	なし	なし

表 2 各レク活動の参加人数

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前	ヨガ体操 (18 名)	体操・ゲーム (17 名)	体操・ゲーム (22 名)	詩吟 (17 名)	体操・ゲーム (14 名)
午後	書道(11 名) 手芸(1 名)	陶芸(1 名) 俳句(6 名)	コーラス (17 名)	絵画 (4 名)	籐工芸 (2 名)
おやつ後	ピアノの会 (17 名)				

全体の1/4程度でバラつきがある。中には書道がやってみたい、俳句をしてみたいなど積極的に参加される方もいる。職員も午後レク活動の際には、一人ひとりに言葉がけをしているが、昼食後というのも関係しているのか、自室でゆっくりしたいという入所者や新聞を読んだりと自分で余暇時間を過ごされる方も多い。

手芸や陶芸、籐工芸などの午後レク活動の参加人数が少ないのは、障害の程度や体力的な問題が関係していると思われる。

ヨガ体操、体操・ゲーム、詩吟、俳句は午前中に行われ、書道、俳句、コーラス、ピアノの会は椅子に腰掛けながら、ゆっくりと行うため、体力的に参加が容易である¹⁾。陶芸や籐工芸は、集中力や力がある作業で、体力のない高齢者には負担が多い。さらには、作品の出来、不出来が見えてくるあまり、積極的に参加されないのではないかと考えた。

実際に参加しない入所者に、理由を聞いてみたところ、一番多かった理由が、「体がこわい」「手を自由に動かすことができない」「肩が痛く、腕に力が入らない」などの身体的理由だった。中には、書道や陶芸は、「自分は不器用で上手く作ることが出来ず、失敗したら恥ずかしい」という理由で参加されない方もいた。

そして、当施設は、札幌太田病院の併設型施設として、精神疾患を抱えた方がたくさん入所されている。精神によって、意欲的にレク活動に参加することもあれば、うつ状態になり、自室にてひきこもり状態に至り、レク活動に参加されない場合もある²⁾。

そのような中で、当施設では、毎月不定期に行われる誕生会などの行事に、地域の方々を招いての地域交流を行っている。最近では、山の手小学校の児童やどんぐり保育園の子供たちとの交流があった。そういった行事があるときは、精神疾患を抱えた方も意欲的に参加され涙ぐみながら楽しまれていた。

入所者の生活は、毎日が単調で、外部から刺激が少ない。施設という空間がそうさせているのかもしれない。しかし、様々な地域の方々との交流の場を増やすことによって、入所者にとって良い刺激になると考えられる。

4. おわりに

今回の調査は、期間が短いこともあり、あまり明確な結果が得られず、今後も継続する必要がある。いずれにしても入所者全員が楽しんで参加できるよう努力は必要である。しかし、調査を行うこと自体が、レク活動への不参加理由を把握することができ、入所者理解につながったと思われる。また、今後は、入所者から「今日のレクは楽しかったよ」と話して頂けるよう努力し、入所者の気持ちや意見なども大切にし、検討、変更していきたい。

そして、地域の方々の交流を通し、入所者の精神に大きな変化を与え、レク活動などに意欲的に参加する機会を増やしたい。日常生活において生き生きとした、笑顔が増えていくことを願いたい。また、職員、入所者ともに、この地域の一員であることをしっかり理解し、より良い施設生活を営んでもらえるよう日々考えたい。

文 献

- 1) 介護福祉養成講座編集委員会・編：介護老人福祉施設での活性化サービスとしてのレクリエーション．新版 介護福祉養成講座レクリエーション活動援助法，中央法規，東京，pp167～172，2003
- 2) 下仲順子ら：高齢者の健康長寿とライフスタイル．高齢者心理学，建泉社，東京，pp29～31，2004