

レクリエーション委員会の取り組み～ご利用者の笑顔のために～

刈谷市 介護老人保健施設ハビリスーツ木

◎介護主任 三丁目 智子・兵藤 秀人

他レクリエーション委員会メンバー5名

はじめに

当施設は入所定員 146 名、通所定員 120 名の大規模老健です。開設当初より全てのフロアで午前、午後の 1 日 2 回レクリエーション（以下レク）を提供し、クラブ活動や年間行事等レクには力を入れてきました。

ここ数年、日々のレクや年間の季節行事については各フロアでの企画、実施が定着しています。そのためレクリエーション委員会では、全フロアが共同で行う企画やボランティア持ち込み企画の受け入れ、また利用者のやる気を引き出すレクの企画や職員のモチベーション向上のための取り組みを行ってきました。

今年度は、多様化する利用者ニーズへの対応やマンネリ化からの脱却、職員のレクに対するモチベーションの向上を目標に実施項目を定めて活動してきましたのでその一部を報告します。

1. フロア対抗レクの企画を検討し実施する。(3回/年)

フロア対抗レクを「ハビリンピック」と銘打ち、以前から小規模で実施していた企画を見直して実施しました。

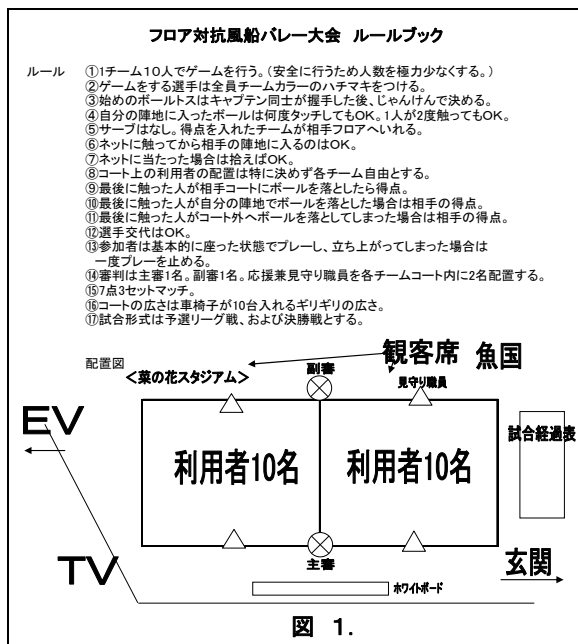


図 1.

普段は各フロアでレクを行っており、他フロアと交流する機会が少ないという理由で始めた企画でした。種目は定番の「風船バレー」、「もの送りゲーム」「玉入れ」など分かりやすいものを選んでいきます。

実施する上で注意した点は、①ルールブック（図 1.）を作り、勝敗をきちんと判定できるようにする。②企画書を事前に各フロアに配布し、事故なく円滑に実施できるようにする。③ポスターや対戦表を拡大して施設内に掲示し、事前に告知することで利用者の参加意欲を掻き立てる。④日々のフロアレクに応援グッズ作りや競技の練習を取り入れて、士気を高め、勝利に向けてフロアの一体感を高める。

などです。

実際にハビリンピックを行ってみると、職員とご利用者が一体となって応援し、想像以上に盛り上がりました。大きな声を出して応援することで終了後は気分がすっきりしてストレス発散にもなりました。また、ゲーム中に思わず立ち上がったたり、風船を追って手が伸びたり、いつもと違う動きを引き出すなど思いがけないリハビリ効果も得られました。

別のフロアが同じ場所に集まることは、誘導などの面で職員の負担になることもありましたが、

いつもと違う環境に移動することはご利用者にとっても気分転換になったと思います。今年度は4月に「物送り」、10月に「玉入れ」を実施し、2月に風船バレー大会を予定していましたが、インフルエンザの流行で実施を見合わせました。来年度は開催時期を見直し、当施設の看板レクとして今後も継続していく予定です。

2. 職員のレクに対する意識向上のため Activity アワードを企画・実施する。(1回/年)

Activity アワードは各フロアで実施しているレクを職員同士で評価する企画です。期間を決め、他フロアのレクを3回ずつ見に行きます。通所も含めて全部で6フロアあるため、15回見に行くことになります。自分のフロアでもレクを実施している時間帯になるため、評価に行く職員を出すのは楽なことではありませんが、レクの質の維持・向上のため、毎年1回、今年で5回目の実施になります。①他フロアのレクを見に行くことでお互いに刺激を受け、レクの質向上に役立つ。②評価基準を確認することで、レクを実施する際に配慮すべき点を再確認することを目的として始めました。

2012年度 アクティビティアワード評価表					
対象フロア 棟 階 日時 月 日 AM・PM レク名()					
評価項目	評価の基準	悪い 1点	良い 2点	とても良い 3点	合計
計画性	準備がきちんとしており、スムーズに開始できているか。 進行しているスタッフが内容や効果を理解して、進行しているか。				
レクを行ううえでの工夫	レクの効果を説明し、きちんと導入できているか。 音楽を使うなどの雰囲気作りはできているか。 内容や道具に工夫が見られるか。				
職員の動き	レクに携わる職員同士が協力して進行できているか。 職員にも笑顔が見られ、楽しんで行う事ができているか。 参加していない利用者にも配慮ができているか。				
安全性への配慮	レクの内容に危険な部分はないか。 転倒事故など、利用者には危険がないよう配慮できているか。				
利用者の満足度	利用者に笑顔が見られるか 集中して参加しているか。 利用者の反応はどうか。(利用者2～3名に聞き取りをしてください)				
※見学时、レクリエーションが始まっていない場合は、時間をあけて再度見学し、評価するようにして下さい。					
・気づいたこと、アドバイスを記入してください					

図 2.

評価には委員会で作成した「Activity アワード評価表」(図 2.)を使用し、計画性、レクを行う上での工夫、職員の動き、安全性への配慮、利用者の満足度などについて「悪い」0点、「良い」10点、「とても良い」20点で評価します。また、気づいたことやアドバイスを記入する欄を設けました。結果は委員会で集計し、評価表はレク実施

の際に生かせるよう該当フロアに返却します。賞状(1、2、3位と特別賞)を作成し、毎年受け継がれているトロフィーを全体勉強会の場で大々的に贈呈することで職員のモチベーションの向上につなげています。

3. レクコンペを実施し新企画レクのアイデアを募集する。(1件/年)

レクコンペはマンネリ化しがちなレクに新しいメニューを取り入れ、優秀な企画を考えた職員を表彰することで職員のレクに対する意識やモチベーションを向上するために始めた企画です。今年で3回目の実施となりましたが、毎年20～30件の応募があります。集まった企画はパソコン入力して各フロアに配布し、看護・介護部の全職員が投票して順位を決めます。3位までに入賞した企画を考えた職員は朝礼の場で表彰し、副賞として生活用品や商品券等が授与された上、新レクとして各フロアで実施されるという栄誉が与えられます。今年度は「茶摘ゲーム」「地名当てクイズ」「パラソル輪投げ」が受賞し、フロアレクとして定着しました。パラソル輪投げでは、利用者が夢中になりすぎて傘が壊れるというハプニングがあるほどご利用者にも好評です。

4. フロア・通所レクの新レクを企画し、試行・評価し新メニューを作る。(3件/年)

レクコンペで受賞した企画をフロアレクとして定着させるため、企画書や備品などの準備、保管場所の周知徹底はレクリエーション委員会が中心となって行っています。企画した職員一人が準備するのでは負担が大きいため、応募する職員が減るのを防ぐ目的もあります。

5. レク提供時間以外の余暇時間を楽しく過ごせる環境づくりに取り組む。(3件/年)

レク提供時間以外の余暇時間を楽しく過ごせる環境づくりは「レク以外の時間にやることがない」というご利用者のニーズに対応するために考えた企画です。塗り絵や色鉛筆を準備していつでもできるように環境を整えるだけでなく、「塗り絵コンテスト」を企画し、利用者のやる気を引き出せるよう考えました。ただ、漫然と塗り絵をするのではなく、「コンテストに出す」という目標ができたことで余暇時間に塗り絵をするご利用者が増え、「どれを出そうか」「何色で塗ろうか」など、職員とご利用者のコミュニケーションの機会も増えました。塗り絵コンテストは施設の夏祭りの際に実施し、参加したご家族やご利用者、職員が投票して順位を決定し表彰しました。今年度が初めての取り組みでしたが、同様に「漢字コンテスト」を実施、3月には「クイズ王コンテスト」を実施しています。

6. 利用者・家族に向けて、「レク便り」を作成し発行する。(3件/年)

「レク便り」は開始当初、職員の知識や技術の向上を図るために職員向けの内容で発行を開始しました。レク実施前にご利用者に説明するためにレクの効果を掲載したり、各フロアで行ったレクについて報告したりする内容で作成し、職員食堂に掲示していました。内容を見た他職員から「ご利用者・ご家族にも見てもらってはどうか」との意見があり、2年目からは内容を見直してご利用者・ご家族向けに作成し施設内の目立つところに掲示しています。面会のご家族が立ち止まって読んでいる姿を見かける他、刈谷市のオンブズマンの方からは「施設で行っていることがわかってとても良い」との言葉をいただいています。

最後に

以上、私たちの取り組みの一部を紹介させていただきました。割愛させていただきましたが、このほかにも職員のレク技術向上のためのレクリエーション実践技術研修も1回/年のペースで企画・実施しています。

介護の現場では、どんな施設でも生きていくために必要な三大介護「食事」「排泄」「入浴」を気持ちよく援助し、身体の健康を保つための努力をしています。しかし、身体の健康を保つことができても日々を生きるだけで何も楽しいことがないのでは本当の意味で健康とは言えないのではないかと考えます。高齢者に限らず、私たちが人生を楽しむためには「心の栄養補給」や「心のケア」も大切です。楽しみのない生活は生きる力を低下させ、ADLの低下にもつながります。介護が必要になっても「楽しみ」や「生きがい」を提供し、ご利用者一人ひとりの楽しみが継続できることはとても大切なことです。そして私たちがそのお手伝いをさせていただき、人生の最後の時間をともに喜んだり、楽しんだり、時に悔しがったりして一緒に過ごせることは大きな喜びです。

これからも私たちの取り組みの延長線上にご利用者の笑顔があるよう努力を続けていきたいと思っております。