

1 発表テーマ：初めてのワクワクをあなたに

- 2 所属先所在の市町村：豊田市
- 3 所属先等名称：医療法人豊和会 グループホーム プルミエールさなげ
- 4 役職：副主任 介護福祉士
- 5 発表者氏名：田宮 純子

【はじめに】プルミエールさなげは、定員 18 名（2 ユニット）のグループホームで、開設して 10 年を迎えた。これまで、入居者へ楽しみや喜びの多い生活を提供するために、個々の希望に添った外出や趣味の継続、ホーム全体でのレクリエーションの充実等に取り組んできた。そんな中、職員へのアンケート調査で、入居者の活動参加について「入居者がこれまでに経験したことのない事（例えば初めて体験した農作業や初めて作るおやつや料理等）を体験した時に、活き活きとした言動を認めた。」との意見が聞かれた。これまでは、過去的生活歴や趣味等から支援内容を検討してきたが、入居者にとって経験の無い新しい体験がもたらす良い影響も、活かしていくことが出来ないかと考えた。その取り組みについて報告する。

【目的】入居者がこれまで経験したことのない出来事をイベントや活動を通して体験できる。新しい体験が入居者にとって楽しみの多い“ワクワクする時間”となる。

【方法】

1. どんな初めてを行ってみたいかを入居者と職員でイメージする。
 - (1) 初めて作って食する。➡パン作り 麺作り 餃子作り等
 - (2) 初めてのお菓子を作る。➡節句菓子 ジェラート さなげで初めてのお菓子等
 - (3) 初めてのところへ行く。➡初めてのレストラン 開店した喫茶店 地域のイベント等
 - (4) 初めの野菜等を作る。➡ハーブ さなげで初めての野菜等
 - (5) 初めてのことを行う。➡季節湯等
2. どんな方法で叶えるか具体的に考える。上記 1. (1)～(5)に対応した形で(1)～(5)を記載した。
 - (1) 必要な物品やレシピを手に入れる。費用を検討する。
 - (2) 節句菓子の情報を集める。畑の食材を利用したお菓子を提案する。
 - (3) 運営推進会議やイベント誌で情報を入手する。
 - (4) 作ってみたい育てやすく使いやすいハーブや野菜を、検討する。育て方の目安を立てる。
 - (5) 育てたハーブや果樹園の果物等を利用する。

【対象者】（平成 29 年 1 月 1 日取り組み開始時点）

人数：18 名（男性：1 名・女性：17 名） 平均年齢：86.5 歳 平均要介護度：1.1 要支援 2：2 名
平均HDS-R：14.4/30 点

【経過・結果】

1. 計画の実施：入居者と職員で相談し、大よその年間計画を立て実行した。
 - (1) 初めて作って食する。
よもぎあんパン、茶そば、パスタ、中華そば、餃子等を作った。そば打ちやパスタ麺作りの道具を検討し、玩具メーカーのものを、比較的安価で購入できた。中華麺や餃子の皮作りにも応用できた。

<よもぎあんパン作り>生地作りから行った。庭のよもぎを生地に練り込んだ。発酵し膨らんだ生地を見て驚かれる姿や、手作りでパンができることに感心されている様子が多く見られた。「自分で作ったパンは味も格別で美味しい。」と好評であった。これまでの生活の中でパン作りを行ったことのある入居者は、2名であった。果樹園の食材を利用し、クランベリーや山桃のジャムパン、栗あんパンも作ってみた。

*パン作りの様子



よもぎの整え



あん包み



よもぎあんパン



栗あんパン

<そば作り>麺づくりの器具を用意したことで、そば打ちの工程を一つひとつの段階に分けることが出来た。作業が分かりやすくなり、手軽で簡単に取り組むことができた。そば生地に5月に植えたヤブキタ茶の新芽と抹茶を加えた。生地を混ぜる工程が簡単で、楽しみながら作ることができた。「お茶の風味がしっかりしていて美味しい。」との発言が聞かれた。

*茶そば作りの様子



茶摘み



生地作り



麺を切る



ざるそばを頂く

<パスタ・中華そば・餃子作り>生地をこね、器具に入れてハンドルを回すと中華麺やパスタ麺ができ、刃の部分を取り換えることで餃子の皮も作ることができる。パスタは畑で育てた夏野菜やハーブをトッピングし美味しく頂いた。

*パスタ作り等の様子



生地をこねる



麺を切る



夏野菜パスタ完成



手作り餃子

(2) 初めてのお菓子を作る。

ホームで漬けた梅のゼラートや、畑の里芋で里芋もち作りを行った。里芋もち作りでは、一方のユニットの入居者を招き、お点前を披露した。五節句の一つとされている重陽の節句では、練りきりの菊菓子作りにも挑戦した。また、今年は果樹園のびわが初めてたわわに実った。インターネットで調べ、その種を使った杏仁豆腐作りも行った。

(3) 初めてところへ行く。

初めてイタリアンのファミリーレストランへ出掛けた。事前にメニューを取り寄せ、バランスよく食べていただけよう準備した。また、開店した回転寿司店にも出掛けた。地域の新しい花の名所も見つけた。満開の藤に歓声が上がり大変喜ばれていた。参加率は100%であった。

ガーデニングフェスタでは花の苗を購入し、ホームの花壇で育てている。

(4) 初めの野菜等を作る。

バジル、ルッコラ、ローゼルを栽培した。料理のトッピングやお茶にして楽しんだ。ズッキーニ、オクラ、苺の栽培も試みた。

(5) 初めてのことを行う。

ラベンダーを栽培し、季節湯として利用した。心身ともにリラクスの効果があるとのことで、その効果をお話しした。他にも、庭の姫リンゴの皮を使用したリンゴ湯や、ヨモギ湯を楽しんだ。

2. 結果

実施した内容(1)(2)について、入居者、家族から入居前の生活の中での経験の有無を確認した。入居者、家族から同じ回答が得られ、さなげで初めて提供した活動が初体験の割合は、98.1%であった。平均参加率は、96.7%であった。

平成29年度は、新しい活動の企画について4項目(表情、活動への積極性、発言・会話、職員の気づき)の記録を取った。表情の記録では、何が始まるのか期待の表情、戸惑いや不安な表情など、職員が感じる反応は、様々だった。活動の工程を1段階ずつ説明すると表情が和らいだ。活動への積極性では、参加率同様、普段は消極的で、家事活動にあまり参加されない入居者も含め、積極的に参加される姿が見られた。お互い協力して行う姿が回数を重ねるごとに増えていった。例えば麺作りでは、粉を混ぜ合わせる、生地を固さなどみる、捏ねる、伸ばす、麺を切る、麺をほぐすなど色々な工程がある。そば、パスタ、中華麺、パン、餃子の皮等は、似た工程もあり、できる事に応じた内容での役割分担が自然に形成された。徐々に初めての体験から馴染みの活動に変化していく過程がみられた。

【考察】

今回の取り組みから、これまでの生活歴にない初めて体験も入居者の生活を豊かにする良い機会になることがわかった。特に参加率にバラツキの出やすい屋内での活動について、その企画によっては、参加率・積極性共に確保できることを実感した。しかし、配慮も必要であり、参加に際する不安や戸惑いを、分かり易く排除する具体的な説明や、段階に応じた関わりが肝心だと考えた。また、内容に色々な工程があり、誰もがどこかで活躍できる、成果や収穫が目に見えて分かるものが良いのではないかと思った。パン作りやそば打ちは、それを具現化した内容であった。そして、女性の多いホームであり、日々の生活の活性化に向けての動機付けにもなるのではないかと考えた。しかし、支援の基本は、日頃からの入居者一人ひとりに対するアセスメントであることも痛感した。支援の根拠が明確であることで、初めてサービスの内容として、ケアプランの中での整合も可能となる。

今回の気づきを基に、入居者の初めての経験がわくわくした体験となるよう、考慮した企画の立案と日頃からの入居者との関わりを大切にしていきたいと思う。そして、その体験が、いずれは、馴染みの楽しい活動となり、生活の活性化に繋がっていく。日々の小さな幸せが、大きな成果を生み出すような、そんな支援を目指していきたいと実感した。