

## 発表⑤「社交ダンスで元気！認知症ケアの取り組み」

法人名：南医療生活協同組合  
事業所名：南生協よってって横丁 小規模多機能ホームよってって  
サービス種別：小規模多機能型居宅介護

高齢者・認知症の介護は、食事・入浴・排泄が3大介護とされていますが、その3つは生活をする中での人としてあたりまえのことです。私達は食事・入浴・排泄の介護はもちろんですが、日々の楽しみを作ることが重要と考えています。病気や障害があっても、何か楽しみがあれば充実した日々出来ると思います。

利用者さんが楽しく充実した日々を過ごすためにどうすれば？と職員間でアイデアを練っていた頃、社交ダンスの経験があるボランティアさんから「横丁で社交ダンスをしましょう！」とお話があり H27 年の9月から実現に至りました。

対象者は小規模多機能ホームよってっての認知症の利用者さんを中心として企画しましたが、当初、利用者さん達は「ダンス??踊れるかな?」と緊張や不安気味な方が多くのスタートでした。

しかし、ボランティアさんとダンスの先生が上手にサポートしてくれて、レッスンを重ねることでステップを思い出したり、覚えたりして踊れるようになり、ある方はターン（回転）まで出来るようになっていきます。現在は社交ダンスが利用者さんの週1回の楽しみになっており、ダンスが終わった後は「私が社交ダンスをした頃はいろいろあってねえ」など、皆さんで感想を出し合っています。

認知症の方には昔流行した社交ダンスをすることで、昔を思い出す回想法にも繋がっています。

ダンスをしているときの、利用者様の笑顔やいい表情が私達小規模多機能ホームよってっての職員の喜びです。ダンスの場は、心地よいBGMが流れ、とてもいい雰囲気が出ています。

ダンスを踊ることがいい疲れとなり夜間よく休まれることにも繋がっています。

H27/12 月頃にダンスに参加されている利用者さんのあるご家族より、「以前より母の表情が明るくなりました。」との声をいただきました。

参加者は、「今日は先生に「上手になったね!」と言われたわ。」と嬉しげに話されたり、H

H28/1 月の雪が降った日に、「雪の上でダンスを踊ってみたいわ。」と笑顔で言われていました

H27/12/17 に、女性の利用者さんは化粧をしてスカートを着用して「社交ダンスクリスマスパーティー」を行い30名程の参加で横丁2Fにあるよってって広場がダンスホールのようになり、大盛況でした。

今後はよってって横丁社交ダンス班会に横丁入居者や町内外の方にもどんどん参加できるようにしていければと思っています。