

36-1 レクリエーション

『車椅子で行う上肢と下肢の運動による基礎体温の変化』

1 介護老人福祉施設 ケアホーム葛飾 リハビリ課, 2 介護老人福祉施設 ヴィラ都筑 リハビリ課

あきはら けんと

○秋原 健利 (作業療法士)¹, 渡邊 里香²

【はじめに】

老化に伴って基礎体温の低下や免疫系の機能が低下し、感染抵抗性が低下することが分かっている。人間は深部体温が 37.2° C が最も免疫細胞の白血球が働くとしてされており、本研究では、車椅子の高齢者が上肢・下肢のどちらかの運動を行い、体温の上昇率を比較し違いを明らかにすることで健康維持への有用性や集団体操などプログラムの参考に出来ないかと考える。

【対象】

対象:施設入所利用者。サンプルサイズ (N) :52 名。

基準:指示理解可能な方で車椅子乗車し運動が可能な方。

除外:同意が得られない方、車椅子上での運動困難者。

【方法】

1 ベースライン調査:○基本属性:性別・年齢・基礎体温。

2 施設入所者 (52 名) に対し、上肢群 (A 群) と下肢群 (B 群) に分け、目標心拍数 105~90 目安の運動 (カルボーネン法) とする。

※対象者の負荷量の目安として『お話ができる程度』を目安に行う。

※体温は日内変動がある為基本的な評価時間は統一。

※体操提供時間は 9:40~10:00 とする。

3 運動後のバイタル、体温を計測 (腋窩)。

4 A 群と B 群の上肢と下肢の運動を変え、再度評価。

5 上肢の運動と下肢のデータにて深部体温の変化を評価・考察。

【結果】

運動後は心拍数の増加と上下肢ともに体温の上昇を認めた。(上肢運動:運動前 36.1 ± 0.5 、運動後 36.3 ± 0.6 、下肢運動:運動前 36.2 ± 0.4 、運動後 36.5 ± 0.5) 上肢に比べ下肢の運動の方が基礎体温の上昇を認めた。

【考察】

下肢の運動が体温上昇に繋がった理由として、下肢は大腿部に筋力量が多く車椅子では大腿四頭筋などの粗大筋にアプローチが行いやすい為、熱の生産量が高くなったと考えられる。今回の結果から車椅子高齢者は下肢の運動を多く入れることで体温を上昇させることができ、体温の上昇から免疫機能を高め健康維持に有用と示唆される。

36-2 レクリエーション

レクリエーションを通じて得たもの
～患者の笑顔が大切な意味～

セントラル病院 看護科

つばた みえこ

○坪田 三枝子 (介護福祉士), 伊藤 輔実子

[目的]

レクリエーション（以下レクとする）は心身の活性化やコミュニケーション能力、仲間との繋がりを意識させるなどが実証されている。更に他者を思いやる心が生まれる効果もあるとされている。しかし、介護業務を優先し、週2～3回のレクはテレビ鑑賞やラジオ体操のDVDを流すだけなど恒常化していた。患者からの「つまらない、私はいいわ」などネガティブな発言をきっかけに、スタッフの意欲向上にも繋がった結果を以下に報告する。

[方法]

ヘアメイク・魚釣りゲーム等

[結果・考察]

（6月の状況）得意不得意が表面化し、患者から「難しい」との声が聞かれた。

（7月の状況）ヘアメイクでは「久しぶりに鏡を見るから恥ずかしい」と言いつつ手櫛で髪を直し、顔のしわを気にしながらもセットアップされた髪型を見ていた。そして満足そうにほほ笑むと、隣の患者と目を合わせ照れ笑いしながらお互いを褒め合う場面がみられ、スタッフからは「やりがいを感じる」と発言があった。

（8月の状況）普段から活気なく痛みの訴えが多い患者は、魚釣りゲームを開始すると目をキラキラさせ熱心に取り組む姿が印象的だった。家族からは「病院に来る度に母が明るく元気になった」との声が幾度も聞かるようになった。

スタッフや家族が感じた患者の変化はレクを通して生じたものであると考えられる。他者との連帯感や想いが通じ合う事は患者にとって大きな意義がある。仲間と過ごす楽しい時間は自信に満ち生き生きとした表情を生み、平坦になりがちな入院生活の中に張り合いのある時間を作る事が出来た。更にレクにより感情が安定したと考えられる。そしてレク活動により生じた患者の笑顔は、スタッフにとって日々の活力になる事が明らかになった。これからも患者との関わりを大切に継続していきたい。

36-3 レクリエーション

重度認知症デイケアにおける色カルタの取り組み～複数回実施により参加様式と他者交流に変化が生じた事例～

1 大内病院 重度認知症デイケア, 2 大内病院 精神科デイケア, 3 大内病院 リハビリテーション部

すずき みきえ

○鈴木 美貴恵 (作業療法士)¹, 古御門 幸奈², 伊東 光則², 飯島 直孝³

【目的】色カルタは認知症高齢者向けに開発されたアクティビティであり、社会的交流やBPSD等の改善に有効である可能性が示唆されている。そこで、当デイケアにて活動がなく不穏になる利用者が多い時間帯であった昼休みに、色カルタの小集団プログラムを実施した。複数回実施により、孤立しがちで帰宅願望があった事例の参加様式や他者交流に変化が生じたため報告する。【事例】アルツハイマー型認知症の80歳代女性、A氏。夫と死別後は独居である。要介護1、MMSE17点、認知症高齢者の日常生活自立度M判定、NMスケール41点、N-ADL45点。通所開始から1年が経過し週5日の通所が定着している。【方法】色カルタとは、128枚の色カードから設問にふさわしいと感じた色を選択し、その色を選んだ理由や色に纏わるエピソードから語りを引き出すゲームである。昼休みに1回30分程度で週2回、全10回、参加者はA氏を含め3~6名の利用者で実施した。プログラム時の様子を記述する他、実施前と10回目のコミュニケーションと交流技能評価(以下ACIS)を実施し検討した。【結果】介入初期では、色カードへ興味を示し設問ごとに色カードを選ぶが発語は少なく、主に他利用者の話を聞いて過ごしており小集団外へ注意が逸れる場面もあった。回を重ねると徐々に発語が増え、色に纏わるエピソードが語られるようになった。また、他利用者の選んだ色や語られるエピソードへの関心も高まり、相槌を打ち共感や反応を示す場面が増えた。介入後期では、OTRがA氏に発言を促す場面以外でも自ら他利用者間の会話に加わる場面があった。ACIS48/56点→72/72点(未観察技能は採点項目から除外)【考察】色カルタを用いたことで、言語だけでなく選んだ色カードを他者に見せることでも自己を開示し他者からの受容を得ることができた。そして、複数回実施しその体験が積み重なったことでコミュニケーション意欲や他者への関心の向上に繋がったと考える。

36-4 レクリエーション

ボランティアが介護医療院のチーム医療に与える効果

日の出ヶ丘病院 法人本部

なかみね ゆうた

○仲嶺 雄太（事務職）

【はじめに】

当院は2019年4月に東京都初である病院併設型介護医療院を開設。介護医療院は医療・介護の生活を提供することを機能とする。そこで当院の「日常の風をもたらす」というボランティア理念の基、生活の場をより感じて頂くため、様々なボランティア活動を展開している。中でも図書ボランティアは毎週1回、手押しワゴン車に様々な本を乗せ各居室を訪ね、ベットサイドで本の読み聞かせや、本の貸し出しを行っている。今回は当院独自の図書ボランティア活動が介護医療院に与える影響を報告する。

【目的】

より良いボランティア活動を提供する為、入所者様、ご家族、介護医療院の職員よりアンケートを実施。さらなる図書ボランティアの活動の向上を目指し、入所者様が充実した介護医療院生活を送れることを目的としている。

【考察】

現在介護医療院では図書ボランティアを主体として行っているが、今後は図書ボランティア以外の活動も取り入れ、演奏やレクリエーションのボランティア等を更に集うことで、入所者様やご家族に介護医療院を利用して良かったと思えるような体制を考えている。

【まとめ】

アンケートを行うことで看護師、介護士、ボランティアがチームで入所者様に寄り添う事により、入院生活をより充実させる効果があることが分かった。

36-5 レクリエーション

入院後にせん妄を生じた後期高齢者に向けたレクリエーション介入の試み

1 群馬パース病院 看護部, 2 群馬パース病院 診療部

ながた こうき

○永田 幸輝 (看護師)¹, 真庭 友香里¹, 阿部 奈津子¹, 中島 都¹, 関 妙子¹, 國元 文生²

【目的】

入院中にせん妄を生じた患者にレクリエーションを実施し、せん妄状態の改善に効果が得られるかを明らかにする。

【方法】

1. 対象者 せん妄スクリーニング・ツール (DST) でせん妄の可能性ありと判定が出た75歳以上の患者で、ニーチャム混乱・錯乱スケール (以下: J-NCS) により危険度Ⅲ (20点) 以上と判定された3名
2. 調査方法
 - 1) 対象者3名を含めた集団 (5~10人) に対してレクリエーションを述べ8~9日間実施
 - 2) チェックリストにて対象者の発言、表情、行動、他者との交流の様子、レクリエーションへの意欲などを観察
 - 3) 毎回介入後にJ-NCSによる評価
 - 4) J-NCS、自作のチェックリストを基に介入前後のせん妄症状の変化について評価

【結果】

A氏はJ-NCS:19~26点で推移した。2~5日目は車椅子で廊下を徘徊したり、他患者の部屋に入るなどの行動があったが、6~9日目では帰宅願望は減り、夜間帯の覚醒時間は減少した。

B氏はJ-NCS:12~23点で推移した。介入前後で大きな変化は見られなかった。

C氏はJ-NCS:22~25点で推移した。1~2日目は辻褃の合わない発言や入眠困難・徘徊があり、車椅子で眠っていることもあったが3日目以降徘徊は減少し、入床を促せば入眠することが出来ていた。

【考察】

A氏、C氏はレクリエーション介入がせん妄症状の軽減に繋がったと考えられる。変化が見られなかったB氏については、患者選出時にせん妄か認知症、またはその両方が混在した状態であった可能性が考えられる。DSTとJ-NCSだけでは認知症とせん妄の区別は難しいが、継続して評価することで対象理解を深めるための手段にはなると考えられる。レクリエーション実施中の患者には、笑顔や自発的な言動が多くみられ、『楽しさ』に繋がったと考えられる。また、観察の中で患者の残存機能への新たな気づきがあったことは着目すべき点であると考えられる。よって、継続したレクリエーション介入は、患者のせん妄状態の改善に繋がる一つの手段と考えられる。

36-6 レクリエーション

家族参加のレクリエーションが患者とその家族の満足度に及ぼす影響

1 群馬パース病院 看護部, 2 群馬パース病院 診療部

ばんば るみこ

○番場 るみ子 (介護福祉士)¹, 林 正貴¹, 新井 智春¹, 中島 都¹, 加藤 積良¹, 関 妙子¹,
國元 文生²

【目的】

療養病棟である当病棟では、日々の生活に変化を加え、季節を感じてもらえるように患者とその家族の参加によるレクリエーションを行っている。しかし、レクリエーションが、患者や家族の満足度にどのように影響を及ぼしているかという評価は行なっていなかった。そこで本研究では、当病棟で実施しているレクリエーションが患者や家族の満足度に及ぼす影響がどのようなものか明らかにし、さらなる効果的なレクリエーションを提供するための示唆を得ることを目的とする。

【方法】

- 1) 対象者 認知機能が軽度以下でレクリエーションに参加可能な患者とその家族
- 2) 対象施設 群馬パース病院 (旧ほたか病院) サフラン4階病棟
- 3) 質問紙調査
- 4) 分析方法 リッカート尺度を用いたアンケート形式

【結果】

- 1) レクリエーションの満足度 66%
- 2) レクリエーションの感想
 - ① 家族と話す機会は増えたか 増えた50% やや増えた34%
 - ② 普段動かさないところを動かせたか 動かせた66% やや動かせた17%
 - ③ 気分転換が行えたか 行えた66% やや行えた17%
- 3) 自由記載

「患者が車椅子に乗って起きているところを見ることができて良かった。」

「スタッフや患者の仮装などがとても楽しかった。」

【考察】

レクリエーションに参加した患者とその家族にアンケートを実施したところ、66%が満足していた。普段見ることのできない患者の姿を見ることができた喜びや楽しさを感じてもらえたことが明らかになった。しかし、満足感の詳細については調査ができておらず、季節を感じてもらうことができたかどうかについての調査は行なうことができなかった。今後は、どのようなレクリエーション内容が満足感を高めることができるか、また、季節感を感じてもらうためにはどのような工夫が必要であるか検討することが課題である。

36-7 レクリエーション

作業療法士が中心となったレクリエーションへの取り組み

上尾中央第二病院 リハビリテーション科

かざま たつや

○風間 達也（作業療法士）、鈴木 英里

【はじめに】

A病院の療養病棟では離床時間の確保が難しく、入院患者の大半はベッド上で過ごされる。リハビリテーション（以下リハ）の標準的算定日数を過ぎると、離床機会は大幅に減少してしまう。臥床時間が長くなることで、生活リズムの乱れが生じると考えられる。結果的に離床機会の少ない患者では、昼夜逆転や意欲低下を示すケースが多く見られた。

そこで作業療法士が中心となり集団レクリエーション（以下レク）を実施したため、活動を報告する。

【倫理的配慮】

当院倫理委員会の承認を得た。個人が特定出来ないよう配慮を行った。

【取り組み】

離床機会が乏しい患者を選定し、定期的に開催した。参加人数は5名前後とし、個別に支援が行えるよう配慮を行った。

事前にレクの作業分析を行い、作業特性と難易度を把握した。分析を元に個々人に合わせて内容の簡易化や工程数削減を行い、難易度を調整した。

レク実施時は成功体験が得られるよう助言やポジティブフィードバックを心掛けた。また、参加者同士の交流をサポートしながら実施した。

【結果】

昼夜逆転の改善には至らないが、リハに消極的な患者でもレクでは積極的に取り組める方が多くみられた。実施中活動の手が止まることは少なく、意欲低下を示す方でも能動的に取り組む様子が多く見られた。回を重ねるごとに参加者同士の交流が見られてきた。参加者同士で作品を褒める、道具を貸すなど他者尊重の様子が見られた。作品はベッドサイドに飾り、家族に見てもらおう機会を作った。特に長期臥床にある患者では、書字等自己表現をする作品作りで家族が驚くことがあった。

【考察】

入院中患者同士の会話は殆ど見られないが、少数集団の特性上会話が生まれやすい。活動意欲が低下している患者であってもレク中の会話がきっかけとなり、主体性を引き出す一助になると考える。また、作業分析により個々人に最適な難易度・作業量を設定でき、成功体験に繋がったと考える。