

フレンズ 第28号

特別養護老人ホーム
短期入所生活介護事業
通所介護事業（3カ所）
認知症対応型通所介護事業（2カ所）

発行日 平成23年11月25日
居宅介護支援事業（1カ所）
地域包括支援センター（2カ所）
（世田谷区委託/介護予防支援事業）

デイサービスで取り組む学習療法 ～生きている喜びを実感する～

統括施設長 飯田能子

目次:

巻頭言 デイサービスで取り組む学習療法 ～生きている喜びを実感する～	1
特集 デイサービスが支える認知機能の低下予防 ～3事業所で一斉に取り組んだ学習療法～	2 3
第3回 フレンズ祭り	
連載 地域の絆 ⑥	4

私は、先日、運転免許証の更新手続きを地元の警察署で行った。「優良運転者講習30分」の内容は、5年前との変更点の説明が主であった。

改正道路交通法は平成21年6月1日に施行されているが、その中で75歳以上の高齢者には更新期間満了の6ヶ月以内に「講習予備検査（認知機能検査）」を受け、その検査結果に基づき高齢者講習を受講することを定めている。さらには、認知機能低下により法令で定めた行為が認められた場合は、専門医の診断による「臨時適正検査」が実施される。

以上の例を引くまでもなく、認知機能の低下は長寿社会が抱える不可避のリスクである。聴覚、視覚、身体能力、運動能力、生活習慣病等々は認知機能の低下を引き起こす要因であるから、予防のための取り組みは高齢者になってからでは遅いのである。加齢に伴って徐々に進行しているという捉え方が多分、正しいのではあるまいか。

さて、多くの高齢者が極度に恐れている認知症とは、一体、どのようなものなのか。現代医学では生化学検査や画像検査などによって認知症の診断は確かに進歩した。しかし、認知症を完治できる治療法というものは実は存在していない。疫学調査が示すところでは、65歳以上の10人に1人の頻度で発症が見られるといわれているが、認知症は自分で気づくことが難しい病気であるから、医療や介護の接点を持たない認知症高齢者の正確な数字を把握することは容易ではない。今、医療の現

場では認知症の約半数を占めるアルツハイマー型認知症の進行を抑制できる治療薬が処方されているが、それも「早期発見」が決め手のようである。

このように認知症は発見までの道筋がそもそも曖昧であり、発見されたとき予防の意味は消失する。「認知症予防」を巡って諸説があるのも、この辺の事情によるのであろうか。そこで認知症予防に効果がある、ない、という不毛な議論よりも、先述したように「認知機能の低下」のリスクを最小限に食い止めるために、運動機能の改善、低栄養の改善、学習機能の改善、これらの相互作用による相乗効果を唱えるほうが、はるかに有効であると言えないだろうか。

本号では、デイサービスの事業所が取り組んだ「学習療法」について、導入から展開、方法と成果を紹介している。デイサービスには、先述のような認知機能の低下を予防する上で効果のある活動メニューが複数用意されているが、「学習療法」は利用者の自己決定と学習意欲を最大限に引き出し、スタッフの個別対応による30分間の集中した時間を可能にする。要介護高齢者が実感するのは、「生きている喜び」であり、「達成感がもたらした明日への希望」であるに相違ない。

経営トップの主導で、フレンズのすべての通所介護事業所に「学習療法」を導入したが、このことによって、事業ドメイン（領域）としての点から面への視点をスタッフに共有してもらいたいと願っている。

デイサービスが支える認知機能の低下予防

～3事業所で一斉に取り組んだ学習療法～

フレンズの在宅介護部には、デイサービスの拠点が3ヶ所あります。「認知機能低下を地域で予防したい」という統括施設長の提案で、一昨年秋から事業計画の中に「学習療法」を取り入れることになりました。先陣を切って取り組んだデイ・ホーム上馬では導入後、20ヶ月が経過しています。

本号では、9月28日に開催された第6回高齢者福祉研究大会（「アクティブ福祉in東京'11」於・京王プラザホテル）で発表したデイ・ホーム上馬の実践報告を中心に、学習療法に参加した3事業所のご利用者のご家族、スタッフの声をまとめてみました。

学習療法とは

～学習療法研究会より～

音読と計算を中心とする教材を用いた学習を、学習者と支援者がコミュニケーションをとりながら行うことで、学習者の認知機能やコミュニケーション機能、身辺自立機能等の前頭前野機能の維持・改善を図るものである。

東北大学の川島隆太教授を中心とする産・学・官の共同研究チームによって研究開発され、認知症を予防・改善する効果が科学的に証明された非薬物療法です。

学習療法参加人数

デイホーム上馬	17名
デイホーム中丸	13名
フレンズケアセンター	15名

H23.11月1日現在

【学習の進め方】

- ・学習支援者（スタッフ）1名に対して、学習者（利用者）1名又は2名で行われる。
- ・開始前に検査を実施し、学習者がつっかからずにスラスラできるレベルに合わせた教材を選定する。
- ・「読み書き」と「計算」のプリントを各3枚ずつと、計算の学習後に「数字盤」と言う数字のコマを置いてゆくゲームを実施する。
- ・時間は30分で、週3回を目安とする。

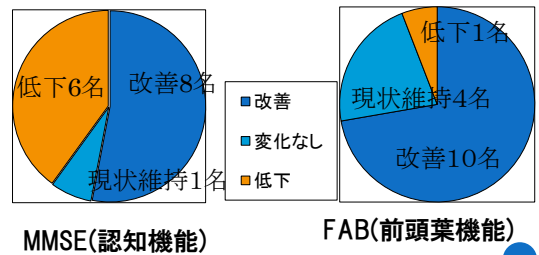


デイ・ホーム上馬の研究発表・・・ 所長 石崎三郎、相談員 檜山 睦 「認知症改善を目指した学習療法への取り組み」から

学習療法を実施する前の検査で、FABとMMSEの2つの検査を実施します。FABは前頭葉の機能をみる検査で、MMSEは認知機能を見るために国際的に最も使用されているものです。いずれも質問形式の検査で、正解の数を得点化します。右記はFAB・MMSEの検査結果が、学習療法を実施する前と後で、結果の数値がどう変化したかをグラフにしたものです。

MMSEは15名中8名に改善がみられ、FABも15名中10名に改善、4名に維持がみられました。

FAB検査及びMMSE検査の変化
～学習療法開始後6ヶ月～1年後の変化(15名)～



【利用者の変化】

○うつ傾向の利用者Aさん

晴れない顔で、職員の声掛けにも「ウンウン。今日は調子が悪いわ。」と体操も不参加。「今日は頭の体操がありますが、どうしますか？」と声を掛けると「うん..やるだけやってみようかしら」。学習療法が始まると、ご自分を納得させるかのように、うなずきながら音読の教材を読んでいた。進行していくうちに少しずつつづみカルになり、表情も和らいでいきます。終了時には「頭がスッキリしました。今日は自信なかったけど、やって良かった」と笑顔で答えて下さいました。

○おとなしい性格のBさん

難聴なので、他の利用者とのコミュニケーションが難しい上に、おとなしい性格なので、どのプログラムにも積極的ではなかった。学習療法にも、淡々と実施している様子だった。毎回、学習教材を帰宅時に渡しているが、ある時、スタッフが渡すのを忘れてしまった。次の送迎時、同居の息子さんから「帰ってきて本人が教材がないと、怒るんです」と教えていただいた。実施時は積極的ではない様子だが、Bさんにとって学習療法が、とても大切なものであることをスタッフが再確認できた。

学習療法の案内をもらって、参加しようかどうか母が迷っている様子だったので、「嫌だったらやめればいから」と勧めてみました。今では100点の記載のあるテキストを自慢気にわざわざ見せてくれるようになりました。通所意欲にはもちろんつながっているように思えますが、あまり外出をしなくなった母が、近所まで買い物に出るようになり、学習療法の効果なのかと思います。
(デイホーム中丸)

家族の声

「家での発言が多くなった」
「本人が（学習療法を）喜んでやっている」
「自宅で本人が書類に書いた名前がこれまでに
なくしっかり書いていた」
「本人が疲れたと言ってもぜひ続けてほしい」
「少しでも認知症の進行が遅ればいいな」
(フレンズケアセンター)

スタート時は進行することに精いっぱいでしたが、慣れてくると利用者さんとの会話を楽しむことができるようになってきました。その中で、利用者の小さな変化にも気づけるようになりました。学習療法の時間だけでなく、普段の活動プログラムにも、その気づきを生かしていきたいと思います。
(デイホーム中丸)

職員の声

始めた頃は「頭の体操」の声かけに馴染まず断られる事もありましたが、最近では声かけを待っていたかのように立ち上がり、学習を楽しまれています。来所中、発言の少ない方も、回想法では表情豊かに話される場面も見られ、普段見られない笑顔、特技や知識などの新たな発見に気付くことが出来ます。コミュニケーションの時間はその方を知る上で大切な時間となっています。
(フレンズケアセンター)

第3回 フレンズ祭り

フレンズバザー通算13回目
10月30日(日)

今回は、「フレンズのサービスの特徴を地域の皆様に知ってもらおう」をテーマに企画しました。

- ①学習療法・・・デイサービス3事業所
- ②パワーリハビリ・・・フレンズケアセンター
- ③個浴(檜風呂、機械浴、ミスト浴の3種)・・・フレンズホーム

いずれも自立支援を目指したサービスです。当日、擬似体験、浴室見学などに約80名の方々が参加されました。



学習療法体験コーナー



パワーリハビリ体験



浴室見学・入浴擬似体験

恒例のバザー、足裏マッサージ、布ぞうり作り、福祉用具の展示、焼きそばの出店も大好評でした。演芸大会の初参加は、ハワイアンバンドの「サロン・座・楽談」。

平均年齢75歳の元気老人のパワーがブレイクしました。



福祉用具展示

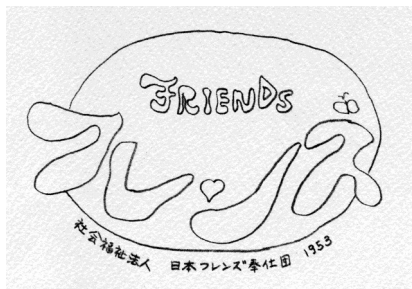


サロン・座・楽談

※リサイクルバザー、模擬店などの収益は4頁に掲載しています。

〒154-0002
世田谷区下馬2-21-11
電話 03 (3422) 7211
Fax 03 (3422) 7227
Email info@n-friends.or.jp

ホームページもご覧下さい。
<http://www.n-friends.or.jp/>



であい
ふれあい
地域のささえあい

- 世田谷区下馬2-21-11 Tel 3422-7211(代)
フレンズホーム
フレンズケアセンター・認知症デイ「くつろぎ」
下馬あんしんすこやかセンター
- 世田谷区上馬4-36-9 Tel 5430-8050
デイ・ホーム上馬
上馬あんしんすこやかセンター
- 世田谷区野沢3-25-10 Tel 5486-7400
デイ・ホーム中央・認知症デイ「ひだまり」
フレンズ介護保険サービス

編集後記

かつて「風船バレー」「ぬり絵」が象徴するように、デイは「高齢者の幼稚園」と揶揄されていた時代がありましたが、近年その多様性は目を見張るものがあります。家族の介護負担軽減を強化した「お泊りデイ」、機能訓練に特化した「リハビリデイ」、学校のようなカリキュラムを組むデイなど、自分にあったデイを選べる時代になりつつあります。

さて、今回は、昨年度からフレンズの通所介護部門で一斉に取り組んでいる「学習療法」を特集しました。評価はいろいろですが、何よりもご利用者の喜びや意欲の引出しにつながっている、その事実を私たちは大事にしていきたいと思えます。(N)

第3回 フレンズ祭り

ご協力ありがとうございました。

皆様のご協力のおかげで、来場者数293人、利益20万4210円でした。この利益は、ご利用者のために使わせて頂きます。献品のご協力やご来場ありがとうございました。

《協力団体》

NPO法人えこひろば、NPO地球足もみ健康法実践普及教会、園芸ボランティアひまわり、かがやきの会、カトレア会、関東ティールサービス、駒大ボランティアサークル、サロン・座・楽談、下馬二丁目北町会、生活クラブ生協虹のまち、日赤奉仕団下馬出張所東分団、キアヌ中丸会、フイナルレイ・吹上、横山様、レティケアサービス城南（五十音順）

=連載= リレーエッセイ 地域の絆 ⑥

佐藤倫子（仮名）さんは、数年前に夫を亡くし、90歳代半ばの義母のはるさん（仮名）と二人暮らしをしていました。倫子さんは月曜から金曜日まで仕事があり、はるさんは日中を一人で過ごしていました。はるさんは、ある時体調を崩し入院。退院にあたって病院のソーシャルワーカーから日中の健康管理ができるようデイサービスに通うことを勧められました。はじめは嫌がっていたものの、デイサービス職員の上手な対応に毎日デイサービスで過ごすようになりました。

しかし、倫子さんが出勤してからデイサービスのバスが来るまでの約2時間、はるさんは人淋しくて、通りがかりの人を家に招き入れようとしたり、近所のお宅を頻りに訪ねるようになりました。残念ながら介護保険制度では見守りで2時間のヘルパーを派遣することはできません。倫子さんは仕事を辞めようかと悩みましたが、近所の方たちが「仕事を辞めてはだめ、私たちが交代で毎朝見守りますから」と言ってくくださったのです。いつまで続くか目途も立たなかったにもかかわらず、はるさんは介護老人保健施設に入所するまでの数カ月を5人の見守りで無事に過ごすことができたのです。

近所付き合いが希薄になり、隣の人が誰で何をしているのかわからなく、孤立死も増えている昨今に、5人の親切が集まって2人の生活を守ることができました。

この地域のすばらしさを実感できた出来事でした。

フレンズ介護保険サービス 石川 敬子