

<b>2</b>					
主題	生活習慣を整えて、日常生活の向上を目指す。				
副題	眠気に負けずに潜在能力を伸ばそう。				
キーワード 1	眠気	キーワード 2	声を聴く	研究(実践)期間	8ヶ月

法人名・事業所名	社会福祉法人 三育ライフ 特別養護老人ホーム シャーローム東久留米
発表者(職種)	千葉 高輝(介護職)
共同研究(実践)者	生活介護課1階ケアワーカー・施設相談員

電話	042-467-1561	FAX	042-467-3040
----	--------------	-----	--------------

事業所紹介	<p>&lt;安らぎのある生活の場&gt;シャーローム(平安)はその名の通り、毎日、心から介護を持って「安らぎ」を作り出す努力をしている施設です。1階では現在28名が在籍中です。食事・排泄・移乗など基本的な生活全般において介助を必要としている入居者様が多くいる、重度フロアーとなっています。</p>
-------	---

<p>《1. 研究(実践)前の状況と課題》</p> <p>今回の研究実践に協力して下さるS様は、夜勤者の申し送りで、夜間帯によく眠れていないと送られることがあり、その為か日中帯も車椅子上で傾眠している事が度々あり、食事中も途中で眠気や疲れなどで手が止まってしまう、途中からお手伝いをする事が多い。1日が食べる。寝る。変化がなく終わってしまう生活が多い。また、職員も業務に追われる日々、入居者の声を聴くことが難しい状況である。</p> <p>S様 74歳 既往歴 高血圧 脳出血による左半身まひ(重度) 介護度5 女性</p> <p>《2. 研究(実践)の目的ならびに仮説》</p> <p>S様は、覚えている曲はしっかりと歌える。字も書ける時がある。会話もできる。など色々な事ができる可能性がある方だと感じて、生活習慣を整えて、メリハリのある生活を送る事で、今よりも充実した生活を送れるのではないかと考えられる。</p> <p>《3. 具体的な取り組みの内容》</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 初めにご自身で食事が食べる事が出来る様に、フロアーミーティングにて食事のポジショニング。テーブルの高さ。食器の位置など話し合い実地した。</li> <li>2 H30年、1月より、S様の体調に合わせて無理のない範囲で昼食後は出来るだけ臥床をしないで食堂で過ごす時間を強化した。暖かくなってきた頃より、時間を作って外気浴に行く時間を作った。</li> <li>3 ミントティーを飲んでリラックスして頂き入眠を促すためにミントを栽培するところから始めた。</li> </ol> <p>《4. 取り組みの結果》</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 フロアーミーティングにて車椅子上のポジショニング。テーブルの高さ。食器の位置など</li> </ol>
--

話し合い実践した結果。自力での食事の摂取量が増えた。と職員間で感じる事ができた。

- 2 離床時間を強化したことで外気浴を始めS様との会話の中から「花が好き。」と話を聞くことで相談員協力のもと華道・書道の参加につながった。
- 3 ミントを栽培して、夕食前にミントティーやミントゼリーを提供するまでは行えたが睡眠の効果は現時点では得られなかった。

#### 《5. 考察、まとめ》

今回の研究実践では、今後も継続できるように無理のしない介護で行った。幸いS様の声を聞くことができ、華道・書道の参加につながった。アンケートでも職員間で変化も感じられた。S様の気持ちの変化や表情の変化が見られ、他者への配慮も見られてきた。（職員の介助に対し「重たいでしょ。大丈夫？」等職員に声をかける様になってきた。）意欲を少し引きだせた。今回、様々な声に助けられて声を聴く大切さを改めて再確認できた。今後も蜷様の声を聴いて、潜在能力を引き出して、充実できる生活を共にすごしていきたいと思います。

#### 《6. 倫理的配慮に関する事項》

なお、本研究(実践)発表を行うにあたり、ご本人（ご家族）に口頭にて確認をし、本発表以外では使用しないこと、それにより不利益を被ることはないことを説明し、回答をもって同意を得たこととした。

#### 《7. 参考文献》

#### 《8. 提案と発信》

今回の本研究(実践)発表を行った中で、声を聴く大切さを再認識できた。今後も相手の立場に立って配慮し、心のこもった介護を実践して、小さなことでも職員間でよく話しあい。皆様の様々な声を聴き、潜在能力を伸ばす事で、今よりも充実した、安らぎのある施設生活を送れるのではないかと考える。