

P6-3 デイサービスにおける利用者の行動変容を促す取り組みとは

○高澤 壮志(OT)¹⁾, 泰地 正樹(その他)²⁾, 田中 啓規(OT)¹⁾, 松岡 郁子(その他)¹⁾,
岡本 有可里(その他)¹⁾

1) 株式会社 セラピット

2) 株式会社 REHALIBERO

Key word : 活動, 主体性, 行動変容

【はじめに】 当デイサービス(以下、デイ)の利用者は利用時間内においては運動などを行い活動的に過ごしているが、帰宅後特にすることがないとの声が多く聞かれた。その原因としてはデイでの活動、自宅での活動と分けていたことが考えられた。そこでデイサービススタッフ(以下、デイスタッフ)と協力し、デイでの活動が自宅に、自宅での活動がデイにと一つの連続した活動となるように工夫し提案した。

結果、利用者はデイであっても、自宅であっても主体的に活動するようになったため取り組みを報告する。

【方法】 デイの利用者総数は128名で男女比5:7、年齢は56歳~96歳(平均年齢79.3歳)、利用者の割合は、事業対象者27%、要支援65%、要介護8%であった。

活動は作業療法士とデイスタッフで「自宅でも取り組むことができる」ということをキーワードに考えた。

2ヶ月ごとに活動を紹介するプリントを作成し、配布した。内容は運動、ものづくりといった様々なものを用意し、それを行うことで得られる効果を明確に記し、利用者が目的別、嗜好などにより選択できるようにした。また自宅で作ったものを持ち寄り、作品を完成させる。作成した作品はデイに展示する、自宅での課題を達成できれば賞状を贈呈するなどデイのみで完結するものでなく生活の中で取り組めるように提供した。

活動の告知や実施方法はデイスタッフが行い、活動は自宅で行うように促した。利用者からの質問にはその都度デイスタッフが対応した。

活動の評価はマトリクス形式の4段階評価で「楽しいか」「説明が分かりやすかったか」などを質問し、集計することで、どの活動に利用者の反響があったか分かるようにした。

【経過と結果】 開始当初、元々が運動中心のデイであったこともあり、興味を持ってくれる人は少なかった。しかし徐々にこの活動が浸透し、あまり他者と関

わりを持たない利用者から「皆で持ち寄って作るから楽しい、続けて欲しい」や普段運動を好まない利用者のケアマネから「普段は運動しないのに家で奥様の手を借りながら頑張っていた」など行動変容がみられるようになった。

またデイのみの活動ではなく、自宅でも行えるようになり、今まではみられなかった「次回の利用日までに作品を完成させる」や「前に行った活動が楽しかったからまたやりたい」など計画を立てたり、過去を振り返ったりする利用者が増えた。

加えて、活動効果を明確にしたことで自身の目標に合わせた活動を選択する人も現れ、生活の中で楽しく取り組めるだけでなく、目標達成のための訓練としても受け入れられるようになった。

【考察】 利用者のデイでの活動は利用時間内で完結するものが多く、自宅での活動に繋がっていなかった。

今回、デイと自宅での活動に繋がりをを持たせて提供することで、利用者の行動変容や活動を生活の中に落とし込むことができた。この結果が得られた要因は、まず活動の選択肢を多くしたことにより多くの利用者が活動に興味を持ってくれたことが挙げられる。興味を持ち活動に取り組むことで主体性が生まれ、作品展示や賞状の贈呈により達成感を得ることができた。また利用者同士が教え合うことで単純な繋がりでなく、互いが有能感を体感し、より活動に取り組むようになったと考える。そして活動に主体的に取り組む、達成感を得る、人と繋がる、有能感を得るという体験が活動を自宅でも取り組もうという行動変容に繋がったと考える。今後は利用者が活動に取り組んだことによる身体的な変化や介護度の変化を評価しこの取り組みの有効性を示していきたい。