

平成17年度教員特別研究報告書

介護福祉士養成における居宅生活援助教育に関する研究

奥田都子 石野育子 内藤初枝 今井朋実

I. 研究の背景と目的

介護福祉領域では、施設から在宅への潮流の中で、居宅型介護サービスへのニーズが増大しており、介護福祉士の養成においても、平成12年より居宅への訪問介護実習が義務化されるなど、良質な居宅介護サービスを提供する能力の養成を視野に入れた教育が必須になっている。

しかしながら、主に施設介護を想定した現行の厚労省指定カリキュラムでは、居宅介護に必要な知識や技術を抽出し、統合・応用して利用者の生活をトータルに援助する視点や能力を育むには、不十分といわざるを得ない。そこで、本研究グループでは、既存の関連科目の教育内容・指導方法への反省の下に、平成17年度より、全国的にも類例を見ない専門科目「居宅生活援助演習」を創設し、複数領域の連携・協同による授業運営に取り組むことにより、学生の居宅生活援助能力の向上をめざしてきた。本研究は、居宅介護の現場でどのような知識や技術が必要とされるのかを、サービス従事者を対象とする調査を通して明らかにし、その結果を授業内容に反映させることを目的とする。

II. 研究の方法

本年度は、調査項目の設定に向けて第1次調査を企画し、平成17年12月17日に静岡市内のグループホーム職員を対象に介護食調理研究会を開催し、参加者17名に、①介護福祉士の養成教育に求める内容と②現場で知識や技術の必要性を感じる事柄について自由記述式の質問紙調査を行った（調査対象者17名、有効回答数17票、有効回答率100%）。

ここで得られた回答と、東京都のグループホーム評価基準などを参考に、第2次調査では、居宅生活援助に必要と考えられる知識・技術を30項目（表1）に整理し、平成18年1月17日に静岡県内の認知症高齢者の介護実務者を対象とする「認知症介護実践者研修」に参加したグループホーム等の職員を対象に、①グループホームで働く際に、どのような知識や技術が必要であるかを、各項目について「たいへん必要である」から「必要がない」までの5段階の選択肢で尋ねるとともに、②仕事の上で必要を感じる知識や技術について自由記述式で回答を求めた。調査対象者59名、有効回答数59票、有効回答率100%であった。

表1 調査項目

質問項目	質問項目
1. 認知症高齢者への関わり方について	16. 生活場面における自立支援について(食事・入浴・整容・排泄など)
2. 高齢者のかかりやすい病気とその対応について	17. 栄養面を考慮した献立について
3. 服薬管理について	18. 簡単にできる和食、洋食、中華料理の作り方について
4. 安眠確保について	19. 食事を楽しむことのできる支援の方法について
5. 衛生管理と感染予防について	20. 買い物及び金銭の取り扱いについて
6. 疾患別治療食について(減塩食・高カルシウム食・糖尿病食)	21. 高齢者に適した被服の選び方について
7. 認知症に対する各種療法(園芸・動物介在・音楽療法など)について	22. 汚れなどの特性に合わせた洗濯方法や掃除方法について
8. 認知症の特性をふまえた住環境について	23. 裁縫の基本技術について(ボタン付け・すそかがりなど)
9. 室内外の安全確保について	24. 認知症の特性をふまえた物の収納・整理の方法について
10. 成年後見制度、地域福祉権利擁護事業の活用方法について	25. ホーム内の役割を持つことへの支援について
11. 家族のニーズを配慮した家族支援のあり方について	26. 余暇・趣味活動への援助について
12. 虐待や権利侵害に関する知識について	27. 地域住民との交流について
13. 他機関・他職種との連携の進め方について	28. 地域の行事・季節の風物、郷土食などを生活に取り入れる工夫について
14. 生活史をふまえた個別具体的な介護計画の立案について	29. 個人の空間を尊重する方法について(プライバシーの保護)
15. 確実な申し送り・情報伝達の方法、ケア会議の方法について	30. 守秘義務・個人情報保護法に基づいた関わりについて

Ⅲ. 結果と考察

1. 回答者の属性(表2)

回答者の性別は9割を女性が占め、年齢では20代と40代が各3割、30代と50代が各17%であった。介護職の経験年数は、5年未満55.9%、5年以上44.1%であり、所持資格はホームヘルパー2級と介護福祉士が各5割を占め、うち4分の1が重複している。

表2 回答者の属性

	カテゴリー	度数	
性別	女性	54 人	(91.5 %)
	男性	4	(6.8)
	無回答	1	(1.7)
年齢	10代	1	(1.7)
	20代	18	(30.5)
	30代	10	(16.9)
	40代	18	(30.5)
	50代	10	(16.9)
	60代～	2	(3.4)
介護職経験年数	1年未満	3	(5.1)
	1年以上3年未満	19	(32.2)
	3年以上5年未満	11	(18.6)
	5年以上10年未満	20	(33.9)
	10年以上	6	(10.2)
所持資格(複数回答)	ホームヘルパー1級	11	(18.6)
	ホームヘルパー2級	30	(50.8)
	ホームヘルパー3級	2	(3.4)
	介護福祉士	29	(49.2)
	介護支援専門員	11	(18.6)
	社会福祉士	1	(1.7)
	社会福祉主事	7	(11.9)
	調理師	2	(3.4)
	栄養士・管理栄養士	1	(1.7)
	看護師	4	(6.8)
	福祉住環境コーディネーター	3	(5.1)
	その他	8	(13.6)
役職	平のスタッフ	34	(57.6)
	主任	12	(20.3)
	管理者	9	(15.3)
	その他	3	(5.1)
	無回答	1	(1.7)
施設種別	グループホーム	35	(59.3)
	特別養護老人ホーム	7	(11.9)
	デイサービス事業所	9	(15.3)
	その他	8	(13.6)

N=59

次いで多いのは介護支援専門員の18%であり、介護福祉系以外の資格では看護師が6.8%、栄養士は1.7%であった。これらの結果から、グループホーム等で認知症介護の実務に携わる職員の構成は、介護の専門職が多数を占める一方で、医療や栄養面の専門職は少数派であることがうかがわれた。役職については、平のスタッフ57.6%、主任20.3%、管理者15.3%であり、施設種別としては、グループホームが59.3%、特別養護老人ホーム11.9%、デイサービス事業15.3%であった。

2. グループホームで必要な知識や技術についての回答結果から

全体的傾向としては、図1に示すように、回答のほとんどが「たいへん必要である」と「必要である」に集中し、「必要がない」とする回答は皆無であった。

以下では、「たいへん必要である」の回答が多い順に項目を並べ、①70%を超える項目群、②60%以上70%未満の項目群、③40%以上60%未満の項目群、④40%未満の項目群の順に、その内容を見ていこう。

①「たいへん必要である」の回答が70%を超える項目

「認知症高齢者への関わり方について」89.8%

「確実な申し送り・情報伝達の方法・ケア会議の方法について」79.7%

「守秘義務・個人情報保護法に基づいた関わりについて」79.7%

「衛生管理と感染予防について」74.6%

「服薬管理について」72.9%

「高齢者のかかりやすい病気とその対応について」71.2%

「たいへん必要である」を選んだ者が70%を超える上位項目には、高齢者施設の運営において最も基本となる知識・技術が並び、とくに医療面での知識・技術に対するニーズ（青色の文字で示した項目）が集中している点が目立った。

②「たいへん必要である」の回答が60%以上70%未満の項目

「生活史をふまえた個別具体的な介護計画の立案について」69.5%

「生活場面における自立支援について」69.5%

「個人の空間を尊重する方法について（プライバシーの保護）」69.5%

「生活において役割をもつことへの支援について」62.7%

「室内外の安全確保について」61.0%

「たいへん必要である」を選んだ者が60%以上70%未満の項目群には、利用者の個別的ケアのための基礎的な知識へのニーズが目立つ。

③「たいへん必要である」の回答が40%以上60%未満の項目

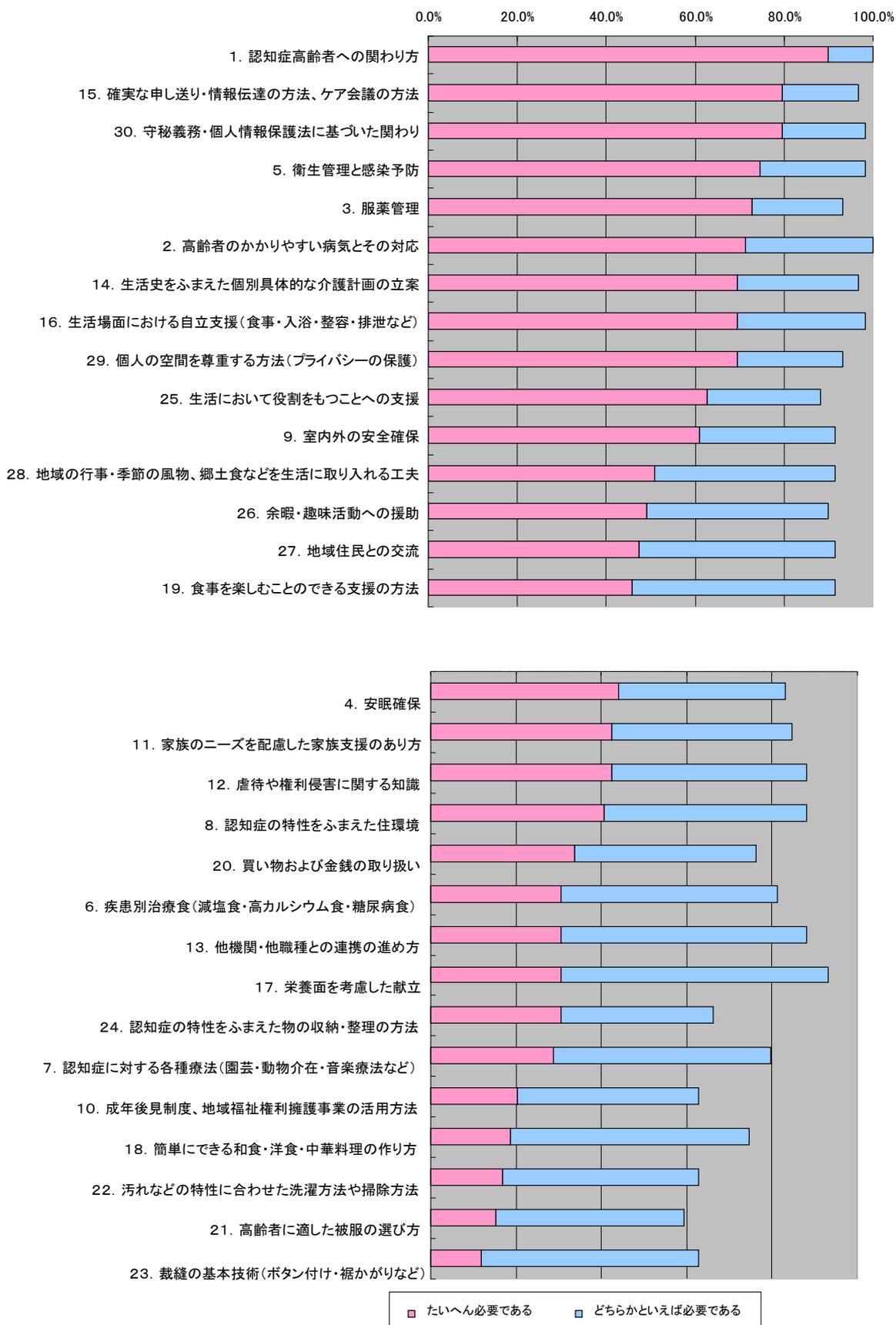
「地域の行事・季節の風物・郷土食を生活に取り入れる工夫について」50.8%

「余暇・趣味活動への援助について」49.2%

「地域住民との交流について」47.5%

「食事を楽しむことのできる支援の方法について」45.8%

図1 グループホームで必要な知識や技術についての回答結果
 (「大変必要である」、「どちらかといえば必要である」と答えた割合)



「安眠確保」 44. 1%

「家族のニーズを配慮した家族支援のあり方について」 42. 4%

「虐待や権利侵害に関する知識」 42. 4%

「認知症の特性をふまえた住環境」 40. 7%

「たいへん必要である」を選んだ者が40%以上60%未満の中位項目群には、認知症の利用者に起こりやすい状況（不眠や昼夜逆転、種々の権利侵害、徘徊や妄想など）への対応（紫色の文字で示した項目）や、QOLの向上に向けた支援（緑色の文字で示した項目）に関する知識へのニーズが目立つ

④「たいへん必要である」の回答が40%未満の項目

「買い物および金銭の取り扱いについて」 33. 9%

「疾患別治療食について（減塩食・高Ca食・糖尿病食）」 30. 5%

「他機関・他職種との連携の進め方について」 30. 5%

「栄養面を考慮した献立について」 30. 5%

「認知症の特性をふまえた物の収納・整理の方法について」 30. 5%

「認知症に対する各種療法（園芸・動物介在・音楽療法など）について」 28. 8%

「成年後見制度、地域福祉権利擁護事業の活用方法について」 20. 3%

「簡単にできる和食・洋食・中華料理の作り方について」 18. 6%

「汚れなどの特性に合わせた洗濯方法や掃除方法について」 16. 9%

「高齢者に適した被服の選び方について」 15. 3%

「裁縫の基本技術について（ボタン付け・裾かがりなど） 11. 9%

「たいへん必要である」を選んだ者が40%未満の下位項目群には、居宅生活における健康とQOLを支える家政領域の知識・技術が集中し（ピンク色の文字で示した項目）、認知症の各種療法や、障害特性をふまえた自立支援のための具体的方法も含まれていた（濃い赤色で示した項目）。これらの回答傾向からは、現場では居宅生活の支援という視点がさほど強くないことや、認知症への基本的対応に必要な知識・技術へのニーズに比べて、より専門的な認知症ケアに関する知識・技術へのニーズが相対的に低いことが示された。

3. 自由記述回答結果から

自由記述回答が得られた30ケースについて、記述内容を分析した結果、医療面のニーズに関する記述が最も多く、12ケースに見られたほか、栄養面の知識や高齢者に適した食事の知識へのニーズがうかがわれる記述が4ケースに見られた。

[医療面のニーズについての記述例]

- 医療の知識と、服薬管理、特に薬の作用と副作用については必要
- 体調不良や急変の時に、普段と違う状態を見極める必要がある
- 利用者の急変などの時の対処の仕方の技術があるといい

[栄養面・食生活面でのニーズについての記述例]

- 一番は3度の食事。栄養士の資格もない人間が他人の口に入る料理を作るので、一番気を使います。
- 食事面でのカロリー計算

- 栄養やカロリー、水分量や料理法（ブレンダー食、きざみ食、普通食）
- 食べ物が今風なもの、老人が余り好まないものが多く残されることが多い。

4. 考察

「認知症高齢者への関わり方」の必要性が最も高く認識されているにもかかわらず、「認知症の各種療法」や、障害特性をふまえた自立支援のための具体的方法の必要性は相対的に低くなっていることから、概念レベルでは、認知症高齢者との関わり方が重要だと理解しているものの、認知症への対応に有効な具体的技術面へのニーズは高いとは言い難い。一方、「確実な申し送り・情報伝達の方法・ケア会議の方法」「守秘義務・個人情報保護法に基づいた関わり」など、組織における業務を円滑に運ぶために「すぐに役立つ知識・技術」についてのニーズは高いといえることができる。

また、医療面の知識ニーズが目立って高いことは、グループホームに常勤の医療職が不在であることに起因すると推察され、現状のグループホームにおける居宅生活支援では、利用者を危険にさらさないためのリスクマネジメントに関する知識へのニーズが高いことがうかがわれた。

一方、中位項目群になると、QOL向上に向けた支援に関する知識へのニーズや認知症特有の問題状況に対応する知識が目立つ。しかし、医療職ではない介護福祉職の専門性を考えたとき、単なる介助を超えて生活における自立支援というレベルでの専門性を目指さねばならず、中位項目群にあがっている知識・技術にこそ、介護福祉職の専門性がある。このことから、現場職員に中位項目群の必要性がさらに強く認識されるためには、養成教育において、この領域の教育内容を強化する必要性が示唆される。

「大変必要である」という回答が少なかった項目群には、衣食住等の生活を支える家政領域の知識・技術が集中しており、利用者の健康を支える食生活や栄養面の知識も、必要性の認識は相対的に低いといえる。また、認知症高齢者の不安軽減や情緒安定につながる認知症ケアとしての専門性の高い項目も目立ち、認知症への専門的な理解が充分でない状況が推察された。

以上をまとめると、居宅介護の現場では、業務にすぐに役立ち、利用者の生活の危険を回避するための知識や技術についての必要性の認識は高いが、利用者の生活の質を高め、介護福祉職としての専門性を活かす知識や技術については、必要性の認識は充分ではなく、現場でも後回しになっていることがうかがわれる。

しかしながら、より質の高い介護を提供するためには、目先の必要を満たすだけでなく、さらに各種療法についての知識を深め、より専門的な介護技術を深めたり、高齢者にとって「なじみの作業」である家事作業を、認知症ケアに取り入れることなどがますます必要になっていくだろう。

したがって、養成教育において、日常性に根ざした専門的介護を教育内容に取り入れていくことが必要であり、研究レベルでも、日常性の中にある専門性を検討・評価し、認知症ケアにつなげていくための方法を模索していくことが同時に求められよう。

IV. まとめと今後の課題 — 居宅生活援助演習への反映に向けて

本研究では、居宅介護の現場でどのような知識や技術が必要とされるのかを、サービス従事

者を対象とする調査を通して明らかにし、その結果を授業内容に反映させることを目的としたが、研究費の決定が10月までずれ込んだために調査の実施が遅れ、今回の調査結果を直接17年度授業に反映させることはできなかった。しかしながら、昨年度までに行ったホームヘルパーを対象とするインタビューおよびアンケート調査の結果や、先行研究の検討を通して、居宅生活援助に必要なであると考えられる教育内容を手探りで構築し、ともかくも初年度の授業を終えた今、その内容を振り返ると、今回の調査結果に符合する所が多い。17年度の居宅生活援助演習は、「健康で文化的な楽しみのある暮らしの支援」というテーマのもとに、認知症高齢者のQOLを高める介護を追求する内容を展開した。授業内容と調査結果の対応についての検討は今後の課題となるが、一年間、どのように授業を創ってきたのかを簡単にまとめたものとして、最後に卒業発表会用に作成した資料を示すので、参照されたい。

今後の展望としては、初年度の「居宅生活援助演習」を展開した結果、どのような教育効果が見られたかを、学生と教員の双方の視点から評価・検討するとともに、調査結果をふまえて、居宅生活援助教育に必要な内容や有効な授業方法についての研究を発展させていく予定である。また、反省点としては、今回の調査結果はサンプル数が少なく、居宅生活支援の現場の一端を知ることができたにすぎないが、今後は、今回の結果を基に調査項目の妥当性を検討するとともに、調査対象をサービス提供者だけでなく、利用者側にも拡大し、サンプル数を増やし、次なる調査を行いたいと考えている。

最後に、本調査にご協力を頂いたグループホーム等の現場職員の皆様に心より御礼申し上げます。

(資料)

居宅生活援助演習 卒業発表会

平成 18 年 2 月 17 日(金)

於:静岡県立大学短期大学部家政実習室

居宅生活援助演習卒業発表会によせて

居宅生活援助は、今年度から始まった選択科目です。

居宅とは、広辞苑によれば「いつも住んでいる家」と記されており、介護保険における居宅サービスにおいては、通常の居宅生活者に加えて、軽費老人ホームや有料老人ホームで暮らしている方々に対する訪問介護やデイサービス、さらにグループホームでの介護サービスも含んでいます。この居宅生活援助は、こうした暮らしの場面での援助を、老いや障害の特性を踏まえて学習していく科目です。

利用者の居宅生活を援助する目的は、介護保険制度の理念にもあるように、住みなれた地域で安心して暮らし続けることを目指していることです。老いや障害を抱えて地域で暮らしを持続していくためには、健康や支援者の存在、及び経済的基盤等が欠かせません。そこで介護福祉士教育においては、様々な障害を抱える人々に対する、身体的・精神的・社会的な特性を踏まえた介護や社会福祉を必須科目として学んでいます。

とりわけ高齢化の進展とともに「認知症高齢者」の増加が著しく、施設利用者の8割、介護保険利用者の5割に認知症症状が見られると言われています。認知症高齢者介護においては、利用者の生活史の中で、記憶に刻まれた生活技術を引き出し、それを活用することによって、認知症症状である周辺症状や全般的な生活の安定を図ることを重視しています。昨今増加してきたグループホームケアやユニットケアにおいては、炊事・裁縫・洗濯・掃除・季節行事の運営等、いわゆる家政領域における昔の生活技術や生活文化が、認知症高齢者介護においてとりわけ重要な介護技術になろうとしています。

しかし、若い世代の学生たちにとっては、50年以上前の利用者が慣れ親しんだ生活に触れることも想像することも難しく、利用者が記憶している生活技術を引き出すことの困難さが浮上してきました。そこで、この科目においては、高齢利用者が生活の中で身に付けた技術を学生に伝授することも含めて、認知症高齢者のQOLを高める介護として位置づけ追求してきました。

このたびの「春の祝い」の行事は、日本各地で庶民の楽しみとして行なわれていた「ひな祭り」を取り上げ、祭りの一部をお膳と空間作りで表現し、その行事の意味を利用者と共に喜び合えるための素材として取り組みました。空間作りにおける「ひな人形」や「つるし雛」は、利用者の記憶が蘇り懐かしい思い出を語っていただくための装置であり仕掛けであると考えます。このように、懐かしい記憶が呼び覚まされることは楽しいひと時の経験ですが、このことは認知症の介護予防においても注目されているところです。ご参加の皆様にも、楽しんでいただけましたならば幸いに思います。

平成十八年二月十七日

居宅生活援助演習担当教員

奥田都子 石野育子 内藤初枝
今井朋実 大塚順子

居宅生活援助演習卒業発表会

～春を祝う～

企画の趣旨

認知症の高齢者の生活支援を想定し、かつての暮らしの中で大切にされてきた営みを今の暮らしに再現し、季節行事にまつわる昔の記憶や、手が覚えている「なじみの作業」などを引き出すことによって、情緒的安定をはかることを意図して、ひな祭りを取り入れた行事を企画しました。

〔会場装飾〕

○壁面構成

西側はテーマの「春を祝う」から、春霞のたなびく様を壁面いっぱいに表示し、内裏雛の背景としました。東側は、遠景に富士山と裾野にかかる花霞、近景には満開の桃や桜が咲き競っています。

壁紙の素材は包装紙を利用し、掲示用マグネットに花を貼りました。デイサービスやグループホームでも活用できるように、利用者にも花作りや花の配置に参加して頂くことを想定し、花は丸く切った紙を貼り合わせるだけで簡単にできるように工夫し、マグネットにより壁面上に自由に配置できるようにしました。

○吊し飾り

お雛様の両側に、布の端切れで作った縫いぐるみを、竹ひごの輪から赤い糸で吊したものを「吊し飾り」とか「吊し雛」などと呼び、伊豆の稲取地区には、ひな壇の両脇に 55 個×2 対の飾りをぶら下げる風習が江戸時代から続いています。子どもの成長に関わる願い事をお飾りに託して飾るのが特徴で、伊豆稲取のほか、九州柳川地区、山形酒田地区にも同様の風習が残っています。

県内東部地区の高齢者施設でよく目にするこのお飾りを、利用者といっしょに作ったり、飾り付けたりすることを想定して、思い思いの縫いぐるみを作り、スクリーンにぶらさげてみました。女性高齢者の手が覚えているなじみの作業である針仕事を認知症介護に取り入れ、職員と一緒に作ることを通して、昔の思い出を語って頂くことを意図しています。

壁面装飾



つるし飾り めいぐるみに込められる願い

もも



邪気をはらい、延命長寿の意味が。実が多く多産の象徴も。



唐がらし

虫除けの効能があり、赤ちゃんにも悪い虫がつかないように。

猿っ子



さる（去る）にかけて、厄や災いが去るという意味があります。



柿

栄養、滋養があり、長寿の木、厄払いの効果があります。

巾着



すべてのお金が我が子に集まり幸せになるように。

三番そう



祝い事につきもの。稲取の「子供三番そう」は今でも7月に実施しています。

這い子人形



ハイハイの多い子は丈夫に育ちます。健やかな成長を。

おかたごろ



「おかたさま」とは美しいお嬢様や奥方様のこと。稲取の女の子の人形遊びを表現



うさぎ

赤い目のうさぎは呪力があり、病気を治すと信じられていました。神様のお使いとも。

三角



薬袋、香袋など病気には薬の世話になります。紫と白色で富士山を表したのも。

〔春を祝うひな祭りの食膳〕

今回のテーマである「春」の、いちばんのイベントであるひな祭りを意識して、季節感を盛り込んだ献立を考えました。ひな祭りは、高齢の方にとっても子ども時代の楽しい思い出につながる行事です。ひな祭りの食事として、全国各地でポピュラーな「ちらし寿司」を主食に、菜の花のごま和えには、卵を散らして菜の花の黄色を表現し、吸い物には花麩を使って華やかさと春らしさを演出しました。

焼き物に使った鯖は、文字通り春の魚として、この時期の食材に用いられることの多い魚です。鯖などに比べて脂が少ないため消化もよく、淡白であっさりとした味わいが高齢者の食膳には適しています。

これまで調理実習等を通して学んできた減塩の工夫、おいしく見せる工夫などの知識を活かし、心を込めて作りました。どうぞ皆さままでお楽しみ下さい。少しでも「春」を感じて頂けたら嬉しく思います。



本日の献立

ちらし寿司
鯖の幽庵焼き
菜の花のごま和え
花麩のすまし汁
煮物



居宅生活援助演習で私たちが学んできたこと

これまでの授業の流れ

1. 居宅生活支援におけるコミュニケーション
2. ホームヘルプにおける生活援助の知識と技術
 身体・衣服・寝具の清潔保持
 清潔な空間作り…清掃・換気 →p.15 参照
 安全な空間作り…バリアの除去と徘徊の危険防止
3. 居宅介護実習に向けての演習
 ～第2段階実習
4. 健康で文化的な食生活の支援に向けて
 台所の衛生管理
 食卓の演出
 調理のプロに学ぶ介護食調理の工夫 →p.16 参照
 ～夏期休暇中にグループホームでのボランティア体験
5. 食事作りにおける自立支援に向けての演習
 ロールプレイを通して学ぶ認知症の方に対する自立支援
6. 楽しみのある文化的な暮らしの支援に向けて
 グループ単位で行事の企画と発表 →p.17~18 参照
 個人単位で実習中の行事・レクリエーション企画
 ～3段階実習（施設における行事・レクリエーションの提案、実践）
7. 行事の空間作り
 介護食講座の会場装飾を担当。 →p.19 参照
 （壁面構成と卓上花制作、テーブルクロスを選定）
8. 卒業課題〔行事企画〕へのとりくみ

介護食講座の会場を飾った卓上花



授業内容の紹介

今年度の居宅生活援助演習で行ってきた授業から、抜粋して内容を紹介します。

I. ホームヘルプにおける生活援助の知識と技術 より

★清潔な空間作り

居宅の場面における掃除の手順や方法を学び、それをふまえてロールプレイを行いました。すでに家政学実習において、衣と食の分野についての実践的知識と技術を学びましたが、住生活分野については、住居の手入れや掃除など、日常的な住空間を整えることについての知識や技術を学ぶ機会はありませんでした。そこで、2段階実習に組み込まれたホームヘルプ実習に向けての予行演習となるように、清潔な空間作りに必要な知識と技術を学び、安全かつ手軽に行うことのできる清掃方法を、ロールプレイの中で実践してみました。

★ ロールプレイの内容

3人一組のグループに分かれ

・利用者役 ・ホームヘルパー役 ・解説者

と担当を決めて実演しました。

今日は私の家の台所と玄関の掃除をお願いします。



海野ヒロさん 81歳

利用者の身体状況や性格、意向を理解し、どのような援助が望ましいのかをそれぞれが考えていきました。

身体状況

要介護2

脳梗塞の後遺症がある。難聴で行動は少ない。会話は多弁で一方的である。食事はインスタント食品とスーパーの惣菜が主になっている。ビール好きだが、喫煙はしない。掃除・洗濯はしない。入浴は洗体とも自立。排泄は自立、時折漏尿することがあり、臭気もある。

生活状況

毎日着のみ着のままの状態で見ている。食生活は、食べるものがなくなるとなんとか近くのスーパーまで出向いてそのまま食べられるものを買ってくるぐらいである。娘の忠告もありガスは自分では使わないようにしている。ポットや電子レンジが使える程度である。頑固で思いこみが強い面がある。

豆知識

テープやシールをはがしたい！

家具などに貼ってしまったシールをはがす時は、ドライヤーの温風を利用します。温風を当てながら角からはがします。

ポットの水あかにはお酢

ポットややかんの中にこびりついた水あかには水に酢を加えて沸騰させると効果的です。100cc くらいの酢を混ぜます。

II 健康で文化的な食生活の支援

ーこの授業のねらいー

居宅での「食事作り」には多くの制約があります。価格は300円/食以下、そして栄養バランスを整え、おいしく満足して頂く……。今回のメニューでは高齢者の最も大切な減塩・高カルシウムという栄養管理にチャレンジしました。色取りも美しく、食材は口当たり、食べやすさなど細部にも配慮したメニューとなりました。魚の付け合わせ、スープの具材などは、季節の旬の物を活用すれば四季の移ろいまでもが食卓上に鮮やかに広がっていきますね。

7月15日 講師の神谷先生にご指導頂き調理のプロ直伝の調理実習を体験しました。



食事の味気なさ

こんな工夫でおいしいレシピ

(Ca:300mg、食塩:1.9g)

主食:ご飯

主菜:鯖の幽庵焼き

副菜:じゃがいもの牛乳煮

付け合わせ:新キャベツと昆布のレモン風味

汁物:もやしとわかめのスープ

デザート:簡単ブラマンジェ

ポイント

- ・ 鯖は付け汁で味付け。さっぱりした味に香ばしい焼き風味を楽しんでいただきました。
- ・ 付け合わせでは食塩を一切使わず昆布の塩気とレモンで減塩に心がけています。
- ・ 副菜のじゃがいもの煮物は牛乳で煮ることでカルシウム満足です。皆からも大好評でした。

3人一組でグループを作り
協力して作りました。



柏木、
大塚、
伊東



鈴木栄里、鈴木翔子、川福

名川、
林、
府中



Ⅲ. 楽しみのある文化的な暮らしの支援 より

デイサービスやグループホームで、認知症の高齢者に楽しんで頂けるミニイベントやレクリエーション等を想定し、二人一組で企画・準備をし、他の学生を利用者に見立てて模擬実践をおこないました。

★月見の会食・茶話会を盛り上げるランチョンマットの作成と空間作り

お月見の会食や茶話会の場で、季節を感じて頂き、話題につながるような「場」を作るために、ランチョンマットづくりを企画しました。企画者としては、千代紙を貼るだけの簡単な作業を提示したのですが、細かい手作業による精密な力作もあり、お年寄りになりきって楽しく作ることができました。

また、利用者の話題を引き出す仕掛けを意図して、ススキや秋の七草を飾ることに挑戦し、ペットボトルを和紙でくるんだ花器に、あちこちから切ってきた野の草をたっぷり活かしてみました。秋らしさを感じて頂くとともに、お月見の雰囲気盛り上げることができたと思います（柏木・川福グループ）。



★月見団子づくり

利用者と一緒に作ることを想定して、月見団子作りを企画しました。丸める作業では、丸い球形につくるのか、静岡風に「へそ」型にするのかをめぐって、それぞれの出身地のお団子談義に花が咲きました。できあがったお団子には、利用者の好みに応じて、きな粉、こしあん、つぶあんを好きなだけ選んで食べられるように配慮しました。

また、会食時に話題を提供できるよう、月見の風習や食材についても調べ（下記参照）、試食時に披露しました。（府中・鈴木栄里グループ）

※ **お月見とは**…旧暦の八月十五日に仲秋の名月を鑑賞する行事。中国から伝わり、江戸時代には庶民の暮らしに広く普及した。月見の日には、団子や餅〔中国では月餅〕、ススキ、里芋などを供えて月を眺める。ルーツは、古代の主食であった里芋の収穫祭であるとする説もあるが詳しくは不明。日本では仲秋の名月に加え、旧暦の九月十五日にも月見をする独自の風習があり、八月に月見をしたら九月にも月見をしなければ縁起が悪いとする地方もある。

※ **月見の風習いろいろ**…地域によって供え物は異なるが、調べてみて驚いたのは、団子の形の違いである。静岡県中部で一般的な「へそもち」の形状は、全国的には珍しく、平べったくて真ん中のへこんだ「赤血球」のような形である。静岡市の人にとっては、それこそが月見団子なのであるが、藤枝の人や裾野の人にも初めて見たそうで、地域に根ざす生活文化の違いを実感する経験となった。



★利用者をつくるクリスマス飾り



クリスマスに向けて、季節を意識し、行事への期待感を持って頂くことを意図して、松ぼっくりでミニツリーを作る企画を立てました。松ぼっくりに色を塗り、ビーズ等を付ける単純作業でしたが、パーツが小さいためにとっても細かい作業になってしまい、お年寄りを対象とすると難しかったなあという反省点があります。この失敗から得た教訓は、手仕事を提供する場合には、高齢者にも扱いやすい大きなパーツを用意しな

くてはならないということ。でも、とても楽しい作業だったので、利用者にも楽しんでいただけるよう、さらに工夫をしたいと思います。

(名川・鈴木翔子グループ)



★ 利用者をつくる蒸しケーキ

利用者といっしょにおやつを作ることを想定して、短時間で簡単にできる蒸しケーキを選びました。手軽なホットケーキミックスを用い、蒸し器ではなく電子レンジを利用することにより、火を使わない工夫をしました。季節感を出すために、盛りつけの際に、南天の葉やもみじを添え、秋らしさを演出しました。

(大塚・伊東グループ)



試食中♪

IV. 介護食講座の空間構成 より



12月17日の介護食講座に向けて会場作りをしました。壁面に包装紙を貼り、テーブルクロスはクリスマスカラーの赤と緑をバランスよく配しました。クリスマスリースにリボンを飾る作業には、デイサービスやグループホームの利用者にも参加して頂けそうです。

テーマはクリスマス！



生け花やフラワーアレンジメントづくりは、施設のレクリエーションでもよく登場し、参加度の高い作業です。

今回は、各人が一つずつテーブルフラワーづくりに挑戦。同じ花材を使いながら、それぞれに表情の違うものに仕上げ、個性が現れました。経費は一つ500円でした。