

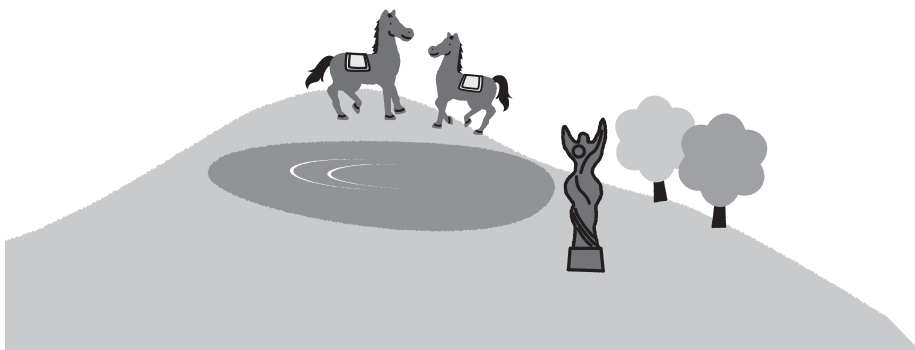
次に、「リフトシートを敷いたまま、車椅子にずっと座っていると痛くなってくる」という利用者の意見から、リフトシートの使用方法を見直すことにしました。リフトを使用するルールと同じように「一人が痛いと感じているのであれば、他の方も痛いと感じているのではないか?」と考え、研究グループが試験的にシートを敷かずに食事を食べて頂きました。すると、普段は車椅子上で動かれ座位姿勢の安定されない方が殆ど動かれる事無く、スムーズに食べて頂く事ができました。

これらの取組結果をカンファレンス等でフロアの職員に知ってもらおうと同時に、リフトシートは移乗を行う為に使う物であって、常に敷いておく物ではない事を伝えました。ご家族に対してもシーティングの必要性や安全面等についての説明を行い、理解を得たのちに職員間でシートを外すための実践研修を行いました。利用者ごとに使用されている車椅子やリフトシートの形状が違う為、順番に対象となる利用者を決め、シートを外す方法についての研修を開始しました。短期目標として今年度中にリフトを使用される全ての利用者について、シートを外す事を目標に取り組みを続けています。どれ位の時間が掛かるか分かりませんが、長期目標はフロアだけの取り組みに留まらず、今回の取り組みを施設全体に広げる事を目標に取り組みを続けたいと考えています。

### ◆◆おわりに（考察・今後の課題）

今回の実践で、今まで行っていたケアに「数分」のひと手間を加える事で、利用者に快適に過ごして頂ける事を目に見えて知る事ができました。リフトやリフトシートの福祉用具の事だけではなく、「数分」利用者の話を真剣に傾聴する、普段より大好きなお風呂に「数分」長く入って頂く事で、より快適に過ごして頂けるでしょう。この「数分」を作る為には現在行っている集団援助を見直し、個別援助を視野に入れた業務の改善が今後の課題になると考えられます。ただ漠然と日々のケアを行うのではなく、その方にとってこのケアはどのような意味があるのか、その方はどのようなケアを望んでおられるのか、そして快適な暮らし作りをサポートさせて頂く為に、職員主体で作られた業務内容で毎日を過ごして頂くのではなく、利用者の生活が中心となりその為に職員のケアがまちまちにならぬよう、フロアの役職者を中心とし統一したケアを私たちは続けていかなければなりません。

その為にどんな事でも伝えあい、お互いが対等に意見を言い、また聞く事もでき、悪い事は注意し合える。更に、難しい問題を「出来ない」と考えるだけでなく「どうやったら出来るか」をフロアの職員全員が前向きに考えられるチームを目指します。





# アロマエッセンスを使用した 生活の質の向上をはかる



～快適に過ごして頂く為に～

南館 2 階 援助員 北田美代子・北野奈津美・松垣千佳子・板倉誠也

## ◆◆ はじめに

利用者様の生活の向上を図る為に、昨今注目されているアロマエッセンスを使用し利用者様にあったアロマエッセンスを選び、配合したスプレーを衣服などに吹きかけ匂いによる嗅覚からの刺激を得て頂く事で、生活に向上をもたらすという研究を行いました。アロマコーディネーターの資格を持った職員の下、1 週間のアロマを使用していない生活を観察し、1 時間ごとの情報を収集した上で、続けて 1 週間アロマを使用した期間の 1 時間ごとの情報を収集し、統計をはかりました。

## 事例紹介

### ●事例 1

#### K さんの紹介と取り組み内容および結果考察

K さん (88 歳 女性) 要介護度 3 平成 24 年 12 月 3 日入居

(既往歴) ・平成 17 年 白内障 (両眼)

・平成 21 年 左大腿頸部骨折

(現疾患) 鉄欠乏性貧血、アルツハイマー型認知症

#### 生活上の課題と改善したいポイント

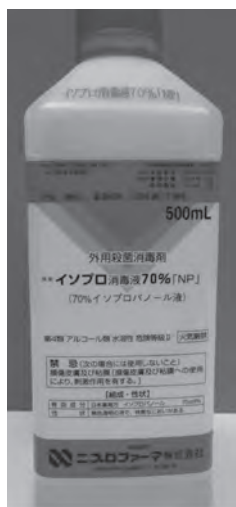
平成 26 年 1 月に気管支炎にて入院され、大幅に A D L が低下しました。退院されてから食思も低下気味で体重も減少し仙骨部に褥瘡ができやすくなりました。それによる痛みが原因なのか以前より熟睡されることが減多になく昼夜逆転となる日が多くなり、日中に険しい表情でおられることがよくありました。

夜間に安眠していただき疲労を軽減する為、就寝時間後の 22 時～翌 5 時までアロマ配合のルームスプレーを 1 時間ごとの見回り訪室時に枕元のバスタオルに染み込ませて様子観察を行いました。

#### 使用するアロマオイルとその効能



医療用精製水



イソプロ  
アルコール



リラックスブレンド精油  
(イランイラン+ラベンダー  
+ゼラニウム)



リラックス及び導眠効果が期待

★精油のそれぞれの効能★

イランイラン  
落ち着き

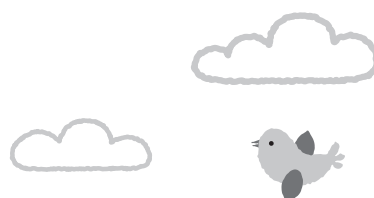
ラベンダー  
癒し、緊張をほぐす

ゼラニウム  
ストレスの緩和

	22時	23時	0時	1時	2時	3時	4時	5時		
記入例	良眠	良眠	覚醒	良眠	体交時に覚醒	良眠	おむつ交換時に覚醒	良眠		
8/4	良眠	良眠	体交時に覚醒	良眠	体交時に覚醒	良眠	良眠。 交換時に覚醒	良眠		
8/5	排泄介助時に訪室すると開眼し天井を見つめておられる。	開眼	覚醒され右側の手すり握っておられる。	良眠	覚醒している。右の柵を両手で掴む。	覚醒している。	表情硬い。良眠。おむつ交換にて覚醒。	覚醒し右側の手すりを握りしめている。	未使用時	
8/6	開眼	良眠	開眼	覚醒され、右ベット柵を掴んでおられます。	覚醒され、右ベット柵を掴んでおられます。	見回り訪室時に呼び止められ、「トイレに行きたい。」といわれる。	目を瞑っておられたが、覚醒しておられる。	良眠	事例Kさん	
8/7	排泄介助時両手でしっかり柵をぎって覚醒しておられる。	天井を見上げて開眼しておられる。	覚醒され体位交換しても元の体位に戻られようとしてします。	覚醒され右ベット柵を掴んでおられます。	体位交換時に覚醒しておられる。	覚醒している。	寝ておられたが排泄介助で覚醒される。	良眠		
8/8	両手で柵をしっかりと握って覚醒しておられる。	良眠	体位交換時に開眼される。	迎臥位で天井をみつめて開眼されている。	柵を握りしめて開眼されている。	迎臥位で天井をながめ開眼されている。	覚醒されていきました。	ウトウトとされるが、開眼しておられる。		
8/9	開眼されじつとしていました。	職員が近づくと目を覚まされる。眠りが浅い。	職員が近づくと目を覚まされる。眠りが浅い。	良眠	開眼され両手でベット柵を掴んでいる。	開眼され右手でベット柵を掴んでいる。	開眼されベット柵を掴んでいる。	開眼されベット柵を掴んでいる。		
8/10	開眼	開眼	覚醒	険しい表情で眠っておられる。	良眠	険しい表情で半目を開けておられる。	排泄介助で覚醒される。	浅い眠りにつかれている。		
8/11	開眼	開眼	良眠	良眠	体位交換時に起きる。すぐ良眠される。	良眠	排泄介助で開眼される。	良眠		使用時
8/12	良眠	おむつ交換時に開眼される。それまでは良眠。	良眠	訪室開眼しているも、香料をふきかけて15分後入眠される。	良眠	良眠	良眠	良眠		
8/13	開眼	開眼	開眼していたが、「眠りませんか？」との問いかけに頷く。	良眠	良眠	良眠	良眠	良眠		
8/14	20時頃に香料をかけており良眠、爆睡されていた。	おむつ交換時に開眼される。それからすぐに休まれる。	良眠。左側臥位で眠っておられた。	良眠。ぐっすり。	覚醒。お時間を伝えると納得され眠られる。	良眠	良眠	良眠		
8/15	訪室時、眠っておられました。	訪室時、良眠されていました。おしめ交換時「ありがとう」と笑顔でいわれた。	良眠	良眠	体位交換時に起きるが、すぐ良眠される。	良眠	良眠	良眠		
8/16	開眼。険しい表情をされています。	ウトウトとされている様子でした。	覚醒されて、柵をしっかりと持っておられる。	良眠	良眠	良眠	良眠	良眠		
8/17	20時頃に香料をかけており良眠であった。	良眠	良眠	良眠	良眠	良眠	良眠	良眠		

## ◆◆考察結果

アロマエッセンスを使用していない1週間と使用した1週間とを比べると、格段に睡眠時間が増え睡眠の質が上がったことが確認できました。使用したアロマエッセンスがKさんの体質に合い、不快な香りで無かった事が分かります。効能から考え、導眠効果をもたらした睡魔により快眠に繋がったことが判明しました。更に、夜間に質の良い睡眠がとれたことによって、日中のKさんの行動や表情にも変化が見られました。他職員より、日中の表情が穏やかになり、食思が上昇し、介助に対する苦痛表情が和らいだと報告を受けました。これらに大きな成果を感じ、研究が成功であったと実感しました。



## 事例紹介

### ●事例2

#### Mさんの紹介と取り組み内容および結果考察

Mさん (77歳 女性) 要介護度4 平成25年9月27日入居

(既往歴) ・平成15年 変形性関節症(人工関節)

・平成24年 糖尿病

(現疾患) アルツハイマー型認知症

#### 生活上の課題と改善したいポイント

夜間によく熟睡されているにも関わらず日中、居室にこもって寝ておられることが多々ありました。その為褥瘡になるリスクも高く、できるだけ日勤帯の時間は食堂などの共用スペースで過ごしていただきたく9時～17時の1時間ごとに衣服にアロマ配合のルームスプレーをふきかけ様子観察を行いました。

#### 使用するアロマオイルとその効能



医療用精製水

イソプロ  
アルコール

レモン

ベルガモット

ローズマリー

活発、覚醒、  
清涼効果が期待



## ★精油のそれぞれの効能★

<b>レモン</b> <b>明瞭効果、心を開く</b>	<b>ベルガモット</b> <b>抗うつ作用</b>	<b>ローズマリー</b> <b>精神を高揚</b>
--------------------------------	-------------------------------	-------------------------------

	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時		
記入例											
8/4	居室でベッドで横になっている。	玄関を探して、歩行器で散策されていた。	食堂のイスに座っておられ、しっかりと覚醒している。	落ち着いて食事を召し上がっています。	歩行器で居室まで戻られベッドで横になっています。	トイレを探して散策され、その後おやつに自分で居室から出てこられた。	歩行器を放置して落ち着きなく廊下を散策されています。	居室内を散策。「今から買い物行く。」とおっしゃられています。	食堂に出てこられ、夕食まで椅子に座っておられます。	未使用時 事例Mさん	
8/5	食堂で落ち着いて過ごされています。やや傾眠傾向。	食堂でお茶とお菓子を召し上がっています。	トイレ誘導後、「自分の部屋がわからない。」と気にされています。	「小さい財布を忘れてしまった。」と居室まで探しにいかれる。落ち着きがない。	居室内を散策しておられる。	隣のY様の棚を漁っておられました。	落ち着きなく廊下を散策されています。	食堂で静かに過ごされています。	食堂で静かに過ごされています。		
8/6	居室に歩行器を置いたまま、共用女子トイレに行かれました。	食堂に誘導するも短時間で居室に戻られ、ベッドで横になっています。	食堂と居室を歩いたり来たり、トイレに行ったりやや不機嫌な様子でした。	昼食を召し上がり食事席で傾眠。お手洗い後に食堂へ来られるも直ぐに居室へ帰られる。	居室で眠っておられる。	居室で眠っておられたが、入浴のお誘いにはスムーズに応じて下さる。	入浴後は食堂で過ごされました。	食堂でしっかりと覚醒されますが、前を向いておられます。	食堂で静かに過ごされています。		
8/7	居室のベッドで横になっておられました。	居室で横になっておられました。声掛けをすると食堂に来られています。	食堂の席でおやつを召し上げられる。その後トイレ誘導を行います。	落ち着いて食事を召し上がられています。	居室で寝ておられる。	共用女性トイレに行かれ、その後ベッドで横になります。	食堂でおやつを食べられています。	トイレ誘導後に食堂へご案内し、席に座られています。	食堂の席に座っておられました。		
8/8	10時前まで自室のベッドでぐっすり眠っておられます。	食堂にておやつ・コーヒーを召し上がり、机に伏して寝ておられます。	トイレ誘導後、食堂の座席に起きて座っておられる。	落ち着いて食事をされています。	居室で寝ておられます。	居室で寝ておられます。	食堂に出てこられおやつを召し上げる。	トイレ誘導後に食堂へ来られ座席に座っておられました。	食堂で落ち着いて過ごしておられました。		
8/9	何度か食事へ案内するも居室で休まれています。	お茶やお菓子にお誘いするも「お父さんが待っているから」と居室で過ごされています。	食堂で昼食を静かに待っておられます。	食後再び食堂に戻ってこられ座席で過ごされる。	「お財布がないの。」とおっしゃられ落ち着きなく散策されています。	居室で寝ておられました。	落ち着いて入浴されています。その後は廊下を散策されていました。	居室でかなり時間をかけてパジャマに更衣されています。	居室でまだ着替えておられました。		
8/10	居室で横になっている。誘導するも廊下を散策され「部屋はどこ?」とおっしゃられる。	おやつを召し上がった後、机に伏して寝ておられます。	トイレを探している。誘導後、食堂で静かに座っておられます。	食事後、歯磨きをしてそのまま居室へ帰られています。	歩行器を放置して廊下を散策、居室の場所を探しておられました。	おやつをソファで食べてその後、居室を探しておられました。	居室で寝ておられました。	居室で寝ておられました。			
8/11		食堂におられず、居室で衣類の整理をされていました。	食堂におられましたが、何度か居室へ戻ろうとされていました。	食後、食堂で静かに過ごされる。	食堂におられ、机に伏せて寝ておられました。	食堂にて過ごされていますが、落ち着きがありませんでした。	食堂にて過ごされていますが、落ち着きがありませんでした。	食堂で静かに座っておられます。	食堂で静かに座っておられます。		使用時 事例Mさん
8/12	食堂で静かに座っておられました。	食堂のテーブルで伏せて寝ておられました。	利用者N様の居室で間違えて寝ておられました。4点棚を乗り越えておられます。	フロアの西側に行こうとされ「どこから出るの?」と出口を探しておられます。	1F大ホールへコーヒーを飲みにいかれ、喫茶を楽しんでいます。	喫茶を楽しんでいます。	ベッドで臥床されています。	おやつを召し上がった後、南側の個室へ入れられるなど迷っておられました。	テーブルで静かに過ごされています。		
8/13	居室で寝て過ごされています。	食堂で机に伏せて寝ておられました。声掛けをしておやつを召し上がっています。	眠そうにされていますが食堂で起きて過ごされています。	食堂で過ごされています。眠そうな様子でした。	居室で起きて過ごされています。	防災訓練に参加されています。	食堂でおやつを召し上がっています。	トイレに行かれ、そのまま食堂で過ごされています。	食堂で座っておられる。		
8/14	すやすやと眠っておられる。	おやつに誘いに行くもベッドに横になっておられる。	机の上で伏せて寝ておられる。	食後、居室に戻られています。	居室で起きて過ごされています。	居室のベッドで休まれている。「よく寝た。」とおっしゃられる。	おやつを召し上がっておられる。トイレ誘導を行う。	トイレ後、少し散策され居室に行かれています。			
8/15	居室で寝て過ごされています。	おやつとコーヒーを食堂にて召し上がっています。	机の上で伏せて寝ておられる。	食後、居室に戻られています。	食堂で落ち着いて過ごされています。	食堂で落ち着いて過ごされています。	おやつを召し上がっておられる。その後食堂で落ち着いて座っておられます。	トイレ誘導後食堂にて過ごされます。	食堂にてゆっくり過ごされる。		
8/16				食堂にて過ごされています。やや眠そうにされています。	居室で寝ておられました。	落ち着いて入浴されています。	食堂に来られおやつ後すぐに居室へ帰られる。	居室で更衣され食堂に出て来られる。	食堂にてゆっくり過ごされる。		
8/17	食堂で座って過ごされています。	おやつをおいしそうに召し上がっています。	トイレに頻回に行かれています。	食後、居室に戻られています。	居室で起きて過ごされています。	食堂にて穏やかに過ごされています。	食堂にておやつを召し上がっています。	食事席で座っておられますが、眠そうにされています。	食堂にてゆっくり過ごされます。		

## ◆◆考察結果

アロマエッセンスを使用していない1週間と使用した1週間とを比べると、それほど目立った差が出ることはありませんでした。前者のKさんに比べ、好みの香りではなかった可能性があること、嗅覚からの刺激があまり作用していなかった事などがあげられます。アロマは自然の植物を使っているため、効能や刺激など、個人によってさまざまな違いが出てくるものであり、使用方法によっては今回のようにあまり効果がみられない結果になるのも自然の物を使っているがゆえのことのように思います。なかなか、すぐには質の向上に直結はしませんでした。今後使用方法や効能を変えて研究することで、Mさんに合ったものが見つかるのではないかと思います。

## ◆◆おわりに

今回この研究を行った結果、快適に過ごして頂くという目的はアロマ使用前に比べると、利用者様の表情や仕草に変化がみられたことから、アロマ使用前に比べると質のよい環境になっていたことが分かります。KさんとMさんとは、大きく異なった結果となりましたが、アロマは使用する人の体質や環境、使用方法などによっても変動がみられます。今回はアロマ初心者(利用者様、職員)が気兼ねなく、使用しやすいように、施設での使用となる為どの職員でも簡単に行えるといった点を考慮してルームスプレーとして使用しましたが、ボディクリームやマッサージオイル、アロマ風呂など他にも沢山の使用方法があり、ルームスプレーではない方法で試すことで、異なった結果が得られると感じそれらを今後の研究として挙げていきたいと思えます。また、今回の研究材料であったアロマは、利用者様だけでなく、職員にも良い刺激となり、良い香りの匂いがするというだけで普段とは違った気分になり、アロマを使用していた1週間は普段に比べさらに気分よく援助が出来たと報告を受けています。利用者様、援助員共に良い刺激となるアロマをこれからより一層身近なものにしていき、利用者様の生活の質の向上につなげたいと思えます。





# 居室を変えて、生活しやすく



## ～その人に合った居室環境の工夫～

南館 3 階 援助員 澤野清美・伊藤尚一・石川幸男

### ◆◆はじめに

今回、入所時から個室を利用されている利用者様の中で様々な気分的な行動が見られ、居室環境がお一人お一人に合っていないのではないかとと思われる 3 名の方の居室を変更させて頂きました。生活上の変化を事例から、どのようにすればより良い生活環境を提供出来るのかを考えてみました。

### 事例紹介

A 様 (84 歳 女性) 要介護度 2

ADL：車椅子自乗 意思疎通良好

現疾病：高血圧

生活歴：平成 24 年自宅トイレにて転倒し、右大腿骨頸部骨折され病院にて人工骨置換術を受ける。

リハビリ後、在宅生活が困難となり平成 24 年介護老人保健施設に入所となる。

#### ①生活しにくい点

平成 25 年 5 月 29 日に入所されました。トイレ使用時における排泄行動はほぼ自立されていますが、尿漏れ等への心配からか「起こして下さい」「パッドを交換して下さい」等の訴えが多々あります。頻尿の為、夜間は長時間ぐっすり眠られない場合があり、被害妄想もあります。日によっては訴えが少ない日の場合もありますが、多い日には 30 分間隔でナースコールにて職員を呼ばれる状態でした。また居室変更前は 6 件の車椅子からのずり落ち事故や、トイレでの転倒事故もありました。変更前の居室の写真を用意しましたので、パワーポイントをご覧ください。A 様はベッドの左側が（左方向に）向きにくく降りにくい様子で、ベッドとトイレの位置関係は壁を隔てて隣り合わせですが、トイレの反対側（ベッドの右側）から車椅子に移乗され、足下から迂回する形でトイレに行かれる等、居室の間取りと生活環境が合っていない様子でした。A 様も生活しにくい様子で車椅子の角度を細かく何度も変え、トイレとベッドの間を移動されていました。

A 様 居室変更前





※写真は、現在生活されている利用者様のものです。

## ②居室変更後の様子

7月22日に居室変更させて頂きました。変更後の居室の写真はこちらです。変更当日は新しい間取り（ベッドとトイレの間に壁が無く、A様自身が動き易いベッドの右側からトイレに直接移動出来る配置）に慣れておられない様子で、1時間に1回の間隔にてナースコールがありました。数日後には居室変更に関しての訴えがあり、変更時にA様へ説明はさせて頂いていましたが「食堂近くの部屋を探して下さい」「食堂行ったら部屋が変わっている」と話されていました。

しかしその後暫くするとベッドとトイレの距離が近い為、ご自身でトイレへ行かれる事が多くなり、ナースコールの回数が明らかに減少しました。また、日によって一度もナースコールがない日も見られました。しかしトイレへ行かれる回数は、巡回時の様子や介護日誌に記録する特記事項からは減っていない様子です。

### A様 居室変更後





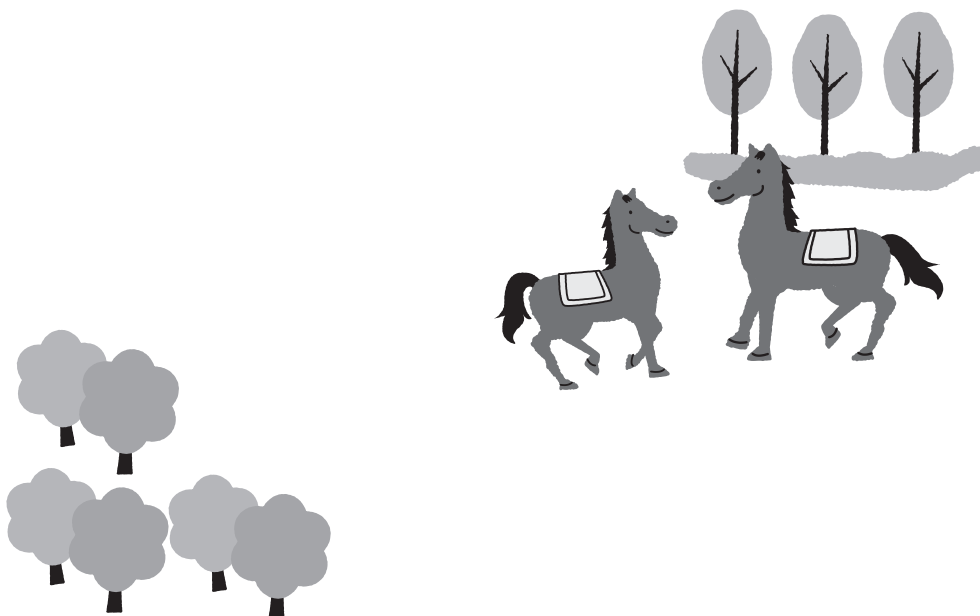
### ③結果

居室変更後も頻回にトイレに行かれています。居室の間取りが変わったことでベッドからトイレへの移動が楽になり（今までの3分の1程距離が短くなりました）、移動時間の短縮、変更後、車椅子からのずり落ち事故が1件ありましたが以前と比較すると転倒事故等の軽減が図れたのではないかと思います。以前は左側臥位になられることがなかった為、左側にテレビを置かせて頂き、少しでも左側臥位になるよう褥瘡防止の意味合いを含めて間取りを変更させて頂きました。居室が変わり不穏な様子も見られましたが、時間の経過と共に慣れられた様子です。トイレへは独歩で行かれ、動線距離が従来の3分の1になり体力の消耗等による疲労感は減少し、安全度は増したと思われまます。転倒リスクが減り職員の排泄介助も減った事によりご自身で出来る動作が増え、今まで以上にADLが維持しやすい環境になったと思われまます。以上の事例から、変更前より生活環境が改善されていると思われまます。

### ◆◆おわりに

「出来る事はご自身で行動をして頂く」「利用者様に対して可能な限り身体・精神的な苦痛は与えないようにする」という考えのもと利用者様に合った居室環境を考え変更させて頂きました。甲寿園の個室は一部屋ごとに間取りが異なり、その分利用者様にとっても生活しやすい居室と生活しにくい居室があります。個室より4人部屋の方が生活しやすい利用者様も当然おられます。またその反対の場合もあります。

今回の事例から利用者様の生活状況を考慮し居室を選ぶ事は、ご本人がより良い生活をいつまでも生き甲斐を持って生活していただく為に必要な支援である事が分かりました。同時に、居室変更だけでは解決出来ない問題も数多くあることを学びました。また学び得た事は、今後支援方法を考える上で全ての利用者様にも当てはまる事であり、全職員で連携しながら活かしていきたいと思われまます。

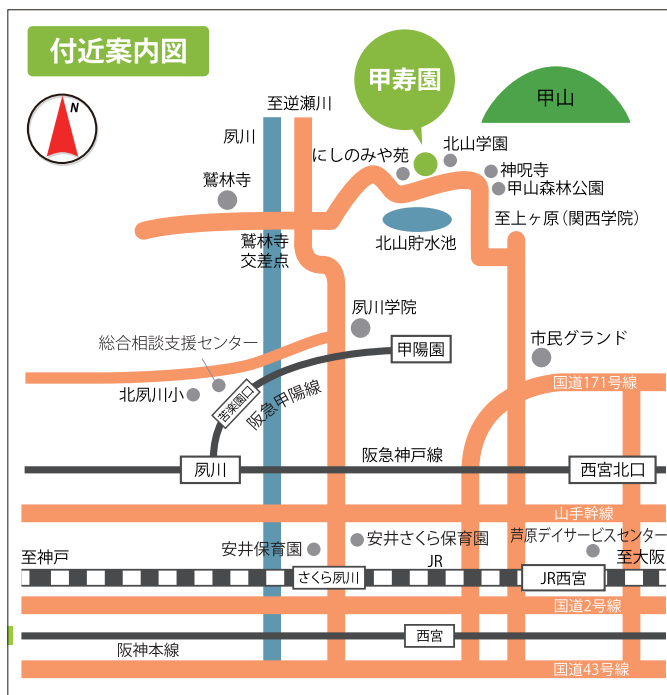




甲寿園だより  
平成 26 年度年報  
平成 26 年度事業報告  
平成 27 年度事業計画

発行日 平成 27 年 7 月  
発行 社会福祉法人甲山福祉センター  
特別養護老人ホーム 甲寿園  
〒 662-0001 西宮市甲山町 53  
TEL 0798-71-8236  
FAX 0798-73-7303  
URL <http://kojyuen.jp>  
Email [kabuto.01@minos.ocn.ne.jp](mailto:kabuto.01@minos.ocn.ne.jp)


発行責任者 園長 狭間 孝  
協力 株式会社 ビィー・プランニング



**阪神バス**  
 阪神西宮駅から鷺林寺線で約25分。  
 甲山墓園下車徒歩2分

**阪急バス**  
 阪急夙川駅から約20分。  
 甲山墓園下車徒歩2分

※施設見学(平日9時~17時)ご希望のお時間をお知らせ下さい。


 社会福祉法人 甲山福祉センター **甲寿園**  
 特別養護老人ホーム  
 Kabutoyama Fukushi Center Koujyuen  
 〒662-0001 西宮市甲山町53



**TEL 0798-71-8236(代)**  
**FAX 0798-73-7303**  
 ☒ kabuto.01@minos.ocn.ne.jp  
 http://kojyuen.jp

居宅介護支援事業所(ケアプラン作成)  
 通所介護事業所(デイサービス)  
 短期入所生活介護事業所(ショートステイ)  
 厨房室専用

**TEL 0798-71-8237**  
**TEL 0798-71-8236**  
**TEL 0798-71-8474**  
**TEL 0798-71-7496**