

制作 (ゲーム) (運動) 介護の現場で役立ちます!

年間購読をお申し込みの方に

**プレゼント**  
を差し上げます!

本誌キャラ  
クリエです!

<http://recrea.jp/>  
☎ 0120-35-4007  
(土・日・祝日を除く  
10:00~17:00)



RECREA

# レクリエ

3・4月<sup>[2016]</sup>  
別冊家庭画報

特集

## 認知症の人のための 少人数レク



3・4月の壁画  
桜の並木道

### ひな祭りに作ってみませんか

コロコロおひなさま  
おひなさまの吊るし飾り

### 機能向上体操

転ばない力をつける

みんな  
で料理  
ご飯で作る  
お花見団子

### 回想法

もっと効果を上げるには?

カラーページに  
なって  
ボリュームUP!

クイズで話そう!  
今日は何の日?

コピーして使える

## パズル&ぬり絵





# 目からウロコ! 介護の現場Q&A

高橋好美  
特別養護老人ホーム・レジデンシャル常盤台施設長。  
看護師、ソーシャルワーカーを経験後、社会福祉士、  
介護支援専門員の資格を取得。大田区立特別養護  
老人ホームたまがわ特養第一課課長を経て現職。

介護の現場では悩んでしまうことがたくさんあります。そんな“お悩み”に、現場でスタッフとともに日々奮闘している高橋好美先生がお答えします。“目からウロコ”な視点を事例とともにご紹介します。

## Q

介護の実習などで学んだ丁寧なケアと現場で求められるケアのスピードの違いに、自信をなくしてしまいます。

介護専門学校の実習などでは、丁寧なケアを学んできました。しかし実際の現場では、スピードが速くてついていけないこともしばしば。どうすればいいのでしょうか。

## A

「丁寧なケア」と「ゆっくりケアを行う」とことは違うと思います。丁寧なケアをしなからず、スピードを速めるということはできるはずですが、ただし、それには経験が必要。ですから、入職した際には、まずはケアを丁寧・安全・確実に行うことを目指すべきです。速いスピードでケアをすることが良いケアにつながるわけではありません。急いで雑なケアになったり、事故を引き起こす要因ともなりかねません。

一方で、実際の現場ではスピード（＝手早さ）が求められる場面が多いのも事実です。しかし、速さのみを追求してもダメ。排洩介助など、利用者の羞恥心に配慮しなければいけない時は、丁寧さと手早さの両方が求められます。ただ、コツはあります。おむつ交換の時などは、「さっぱりしましうね」などと言いながら居室に入り、話しながら手を動かす機転は大事ですし、敬意を込めた声か

### 目からウロコ!

ケアの「丁寧さ」と「スピード」は実は矛盾しないのです。

丁寧なケアとスピード＝手早さは、両立できます。確かに、新人の頃は丁寧にと心がけるあまり、ケアがゆっくりになってしまいがち。しかし、経験を積むうちに手早さは備わってきます。手早く丁寧に、が良いケアなのです。

## Q

レクが終わった時などに利用者から「ありがとう」と言われますが、自分の介護が押しつけになっていないか心配です。

レクの後で利用者からお礼を言われますが、レクのほとんどがこちら側で考えて提供しているもの。本心に満足してくれているのでしょうか？

## A

利用者の「ありがとう」は素直に受け入れ、そのうえで要望を聞く姿勢が大事。

利用者からいただく「ありがとう」の言葉はとても嬉しいもので、仕事に臨むモチベーションともなります。素直に受け入れてよいと思います。

ただし、レクの場合はグループ参加を促すものが多いので、様々な感じ方があるのも事実。なかには不満に思う利用者もいるかもしれません。「こんなことをやってみたいと思うことはありますか？」と要望をご本人に直接お聞きすることも必要です。やはり「利用者のニーズは利用者のなかにしかない」のです。そのようにコミュニケーションをしっかりとると「こうするともっと楽しくなるよ」など貴重なアドバイスをいただけることも。

また、こちら側が利用者のニーズを洞察して提供することで、効果的なレクになることもあります。押しつけにならぬよう、利用者が生きてきた時代・文化をきちんと知ったうえで提供ならば、きつと喜んでいただける

でしょう。さらに「もっと、こういうことをやりたい」と利用者の要望を、新たに引き出すきっかけになります。

### 目からウロコ!

利用者のニーズは、利用者を知り、利用者によく聞くことでより理解できます。

ケアに臨んだ時、利用者満足してもらえたと振り返ることは大事です。そして、その際には、利用者へ直接聞くことや人生の背景を謙虚に推し量ることが大切。そうすれば、本心の利用者ニーズに出会うことができると思います。

### 高橋先生の経験談から

こんな事例がありました

レクは施設での毎日の生活のなかで、利用者にとって大きな楽しみのひとつです。当施設でも組紐や歌謡クラブなど多くのレクに取り組んできました。驚いたのが1年ほど前から始めた書道教室です。先生の教えを受けて書いていただくのですが、書道は皆さんの若い時代から身の回りに自然にあった文化なので、反響がとても良かったのです。普段はレクに参加しない方も「書道なら」と来てくださったり、右麻痺の方が左手で一筆懸命書いてくださったり。素敵な作品がいくつも仕上がっています。こういった出来事は、高齢者の生きてきた時代や文化や価値観を知り、レクに活用することで利用者の生活の質を高めることができた例といえます。



### 高橋先生の経験談から

こんな事例がありました

当施設では、入職した際の職員に最初の3ヶ月は「成長の記録」という日記形式の報告書を書いてもらっています。そこでは多くの人が「学んだことと実際のケアのギャップ」に悩んでいることがわかります。私が施設長として以前勤めていた施設でも、主任クラスが新人スタッフのことを「現場の流れについていけない。一つひとつの作業が遅く、もの覚えも悪い」と言ってきたことがありました。しかし、私は「あなたも最初は遅かったのよ。でも、経験を積んで手早くなったのでは?」と返しました。丁寧さと手早さの両立に悩むことは誰もが通る道で、きちんとしたケアをしたいという思いが、その人を成長させてくれます。そのような気持ちはずっと大切にしたいものです。

