

P-7

老人病院における余暇支援～特殊疾患療養病棟への余暇支援の試み～

○今井 悦子 草壁 孝治 佐近 慎平 (医療法人社団慶成会 青梅慶友病院)

A老人病院では「豊かな最晩年をつくる」ことを事業目標に掲げている。進行性疾患及び重度意識障害状態の特殊疾患患者は、高度な医療を継続的に必要とし、疾患の進行による能力低下をソフトランディングすることが重要とされ、終末期には日常的に全面的な介護が必要となるケースが多い。特殊疾患患者の家族は患者のおかれた現状を受け止めつつも、残された時間を共にどのように過ごせばよいか、困惑されることも少なくない。

そこで、平成15年7月より「特殊疾患療養病棟での余暇支援プログラム」をスタートした。主な流れは、レクリエーションワーカーが(以下RW)がリアリティーオリエンテーションを行ない、多職種で歌・生演奏やマッサージ、体操を実施する。その他にもコミュニケーションを図る時間として、お茶を飲みながら患者や家族とスタッフで、世間話や季節感を共有し、生活の質を高め穏やかな時間を過ごす。その際、RWが中心となり相互交流を促す。

患者は常に自身の身体状態と向き合うことでの身体的・精神的苦痛感はあるが、プログラム中は心身の安定が見られた。また家族自身も出来ることを探し、プログラムの実施日に合わせた面会が増えた。今回は3年にもわたり現在も継続している、特殊疾患療養病棟での余暇支援プログラムについて報告する。

P-8

体操による健康の自己管理能力を高めるための取り組み

～心身への影響をみる「気づきスコア」を使って～

○三浦 玲子 小椋 一也 佐々木 明男 (芝浦工業大学)

澤田 弘子 小嶋 紀子 (株式会社マベリックトランスナショナル)

キーワード：体操指導、心身への影響、気づきスコア、自己管理

健康体操の実施が身体面の健康維持だけでなく、心の面の健康にも影響し、参加者自身がそれに気づくことが自分の健康状態を客観的に見つめ、自己管理することにつながるのではないかと考えた。今回はその基礎資料を得ることを目的とする。

健康維持には運動の継続的な実施が大きな課題といえる。運動を実施する場合の参加方法として、定期的に行われる体操教室等に参加する場合(集団型)と、自分の都合に合わせて自由に行なえるフィットネスクラブ等に通う場合(個人型)と、大きく二つのタイプに分けられる。今回は定期的な体操教室の運動に参加している人たちを対象に、運動前後の身体の調子、心の調子がどのような状態かアンケートにより確かめたいと思う。また、それは参加者自身が自己の心身への影響を把握するための「気づきスコア」を試案しているところである。