

【最終回】介護施設の質を高めるレクリエーション

介護施設で「入居者が参加したい」と思えるレク実践のポイントについて事例を交えながら紹介する。

アイデアを駆使した
“ちょっと変わった”レク8年来の恒例行事
「紅白歌合戦」と「除夜の鐘」

本来、レクに参加するか否かは入居者の自由です。それでもレクの種類が多様なら、「ごなたにも興味のあるジャンルもきっとあるはず」と、当施設ではレクの種類を積極的に増やしてきました。

当施設で非常に人気がある「外食ツアー&ドライブ」をはじめ、音楽系や手づくり系、運動系、ふれあい系のレクはもちろん、季節に合わせた夏祭りや盆踊り、運動会、カツオの解体ショー、流しそりめぐり、月下美人鑑賞会など大概のことは網羅しています。もちろん、好天時の散歩やマーじゃんも適宜行います。今回はこれらのなかから、ちょっと変わったレクを紹介したいと思います。

まずは、「紅白歌合戦」と「除夜の鐘」です。毎年大晦日になると、過ぎには2組に分かれて「紅白歌合戦」大会、そして夕食後には、再びホールに集まって除夜の鐘を撞いています。これらのレクはもう8年来の恒例行事になっています。

「紅白歌合戦」は、もちろんNHKのマネことですが、年間で延べ1

500曲を歌う当施設にとって歌い納めとなるだけに、かなり盛り上がるレクとなります(写真1)。

除夜の鐘のほうは、鐘といっても金属製ではなく大きな発泡ポリスチロールの平板に鐘の写真を貼ったもので、撞き棒も太い紙筒に木目の紙を貼ったものです。いずれも本物さながらに天井から縄で吊してあります。さらに、撞き棒が当たるところにはスイッチが隠されておたり、うまくそこに命中すれば由緒ある京都某寺院の鐘の音が「クワン」と低く、しかも長くホールに響きわたる仕掛けになっているのです。もちろん、これらは市販されていないので、すべて手づくりです(写真2)。



写真1 紅白歌合戦では利用者が鉢巻を巻いて雰囲気盛り上げる



写真2 除夜の鐘は本物に負けないうらいの大迫力

ているのを眺めていましたが、「さあ、○○さんの番ですよ」と誘って、「ふん、アホらしい」とつぶやいてさっさと部屋に戻ってしまいました。しかし、翌年からこの女性は真剣に撞くようになったのです。普通に考えれば、確かにアホらしい。しかし、1年間暮らしてみても職員や他の入居者と信頼関係が築かれ、何事も楽しみとして受け取れるようになったのでしよう。

また、鐘にも改良を加えました。鐘の頭のほうにたくさん付いている凹凸部分にLEDを埋め込み、「クワン」という鐘の音が鳴り響いている間はカラフルな電飾が点滅するようにしたところ、大受けでした。来年はどんなサブプライズで喜んでもらおうかと考えるのも楽しいものです。

香りとお美が入居者を魅了
「月下美人鑑賞会」

「月下美人鑑賞会」も喜ばれます。当施設を応援してくださる地域の方が「今夜咲くでしゅ」と持ってきてくださり、今か今かと、夜中でも皆がのぞきにきます(写真3)。挿む人もいます。ただでさえ珍しい花であるうえに、その美しさと



写真3 月下美人の花が咲く瞬間を待ち構える入居者

香りが皆さんには尽きない話題にもなるようです。翌日にはもうすっかり忘れてしまっている入居者も多いのですが、それでも何かしらの印象が心に焼きついているに違いありません。

地域との関連行事も大切

地域交流としての行事も大切だと思っています。毎年、「介護の日」や「看護の日」には地域の方々を招待し、前者では車いす試乗会の開催を通じて介護を身近に感じてもらいたい、後者では往診医の内科や歯科の先生に講演していただくなど地域交流にも力を入れていきます。

施設系レクを
成功させる秘訣

人にはそれぞれこれまで生きてきた長い歴史があって、100人

いれば100とおりの価値観があり、百様の喜びがあります。しかし、高齢になると人と接するチャンスが減ってとかく生活のメリハリが失われてきます。これを補う1つの方法がレクだとしても、百人百様の対応は容易ではありません。

たとえば、個人の家を訪問して、個々人の状態に応じ、介護の一環として癒しの要素を取り入れることもできますが、現在の介護保険制度のもとではなかなか難しいのも事実です。その点施設系では、集団レクをベースに個別レクも組織的に実践することができます。

そこで施設職員は忍耐強く相手の心理に潜む機微を研究し、レクについては介護の一環として、「計画」「実行」「反省」「修正」のPDCAサイクルを繰り返すことが求められます。その過程で、自分が成長していくのがわかるでしょう。スタッフにとってレクはいろいろな意味でチャンスだと言えるのです。

そして、レクは心の接点とらえています。入居者とスタッフがお互いに普段と違う点を発見することで、生活全般のヒントやアイデアを得ることができそうです。レクは奥が深く、真面目にやる

入居者が1人ずつ順番に鐘を撞いていき、音の鳴り響く間、手を合わせて拝みます。必要な人は適宜介助を受けながら、40分程度で全員が撞き終わり、「では、良いお年を」と言いながら解散します。遊びだと言いつつも鐘の中心に当たってなくて音が鳴らないので、皆さん結構真剣に鐘を撞こうとします。うまく鳴ったら全員から拍手喝采を浴び、部屋に戻った後も嬉しそうにご様子で、家族に報告する入居者もいらっしゃいます。

「除夜の鐘」に関してはおもしろいエピソードがあります。5年ほど前、「除夜の鐘」と聞いて半信半疑で部屋を出て来られた入居したばかりの女性。じつと他の人が撞い

と上限はありません。手間もヒマもお金もかかります。スタッフが時間外にボランティアでレク用の小物をつくったり、練習したりといった表面に表れない努力も無視できません。しかし、介護の世界に飛び込むスタッフの多くは、入居者が大好きだから仕事は決して苦になりません。相手のうれしそうな顔を見ると癒されるだけでなく、自分たちも成長を感じるからこそ、誰も文句も言わずにやってくれる。そういうスタッフがいるからこそ、施設で有意義なレクが実践できるということを最後にお伝えしたいと思います。

岡崎公一郎

シニア・エンタープライズ株式会社代表取締役社長

おさき こういちろう
1948年、福岡県生まれ。早稲田大学理工学部機械工学科を卒業後、新日鉄に入社、エンジニアとして設備畑、操業畑を歩む。97年、介護業界に転身し、有料老人ホーム会社で施設長と入居相談室長を歴任。99年10月にシニア・エンタープライズ株式会社を設立。翌2000年に横浜市青葉区に介護付有料老人ホーム「びあはーと藤が丘」(定員32人)を開設。施設内に自作したハイテク映画を多数設置、技術屋としての経験を活かした介護支援に尽力している。青葉区特定施設事業者連絡会代表幹事。