

# 心に触れTOUCH!

～ラベンダー畑でつかまえて～

特別養護老人ホーム さぎの宮寮  
佐野 萌香  
鈴木 あかり

## 触れていますか

A様 について

こんなA様よく見るなあ...

- ・「私はどうすればいいの」「ここにいていいの」「家はどうなってる」などの不安を口にする。
- ・険しい表情をされている。
- ・他利用者様と口論になっている。

不安や  
心配

手に  
触れる

心に  
触れる



## アロマハンドマッサージについて

### \* 魅力 ①

#### 気持ちが落ち着く

心地よいタッチングと香りは、  
マッサージされる側、する側のメンタルに  
働きかけ、不安感やストレスを軽減できる。

### \* 魅力 ②

#### コミュニケーションを深める

会話をし、肌に直接触れることで、相手の心と  
体の様子が見える。

## ラベンダーの効能

今回のアロマハンドマッサージには、  
ラベンダーの香りがするオイルを使用。

### \* 心への効能

ストレスや怒り、不安や心配を  
抱えた心を癒し、  
深くリラックスさせる。  
安眠効果があることでも有名。



使用する物品

- \* マッサージオイル（ラベンダーの香り）
- \* 手順書

実施期間 平成30年5月8日～21日

場所 普段過ごされている食事席

時間 昼食後からおやつ前（13時ごろ）

実施前に職員へアンケート！

Q. ハンドマッサージを実施し、どんな効果を期待しますか？

- \* 職員や他利用者様と関わることで、A様の不安な言動が減る。笑顔で過ごす時間が増える。
- \* 今まで知らなかったこと、A様が考えていることを知り、職員間で共有することができる。
- \* 触れ合いを通して、A様に穏やかな時間を過ごしていただける。
- \* 1日の中に楽しみを感じることができる。

などなど...



日付	実施前 (AM) 早番	実施中 早番	実施後 (PM) 遅番	臥床後 (夜間帯) 夜勤
5/4	○他利用者様にお様子を見てもらい、お話を伺った。お話を伺った。	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。	△お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。
5/15	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。
5/16	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。
5/17	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。
5/18	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。
5/19	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。
5/20	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。
5/21	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。	○お話を伺った。お話を伺った。お話を伺った。

Q.1 実施後、A様に変化はありましたか？それはどのような変化ですか？

変化あり

- マッサージ中は笑顔になり、口調も穏やかであった
- A様にとって、1日の楽しみになっていたと思う

変化なし

- 直接的な変化はないと思う
- (マッサージ実施中以外の時間帯で) 不穏な発言が減ることはなかった
- 他利用者様と、強い口調で口論となることがあった

Q.2 他利用者様にも有効な手段であると思いますか？

YES!

- 触れ合うことで、普段話せないことを聞いたり、感じる事が出来たと思う。
- 普段自ら発言されることが少ない方に実施してみてもどうかと思った。
- A様以外の利用者様にも行って見たが、とても喜ばれた。

NO...

- なし

### Q.3 職員（自分自身）にも何か変化はありましたか？

YES!

- 実施前より、さらにA様に対し、「理解したい」「寄り添いたい」という気持ちが強くなった。
- 自分を見つめ、振り返ることができたと思う。
- 普段忙しく、対利用者のケアをせかせかとやりがちであった。少しの時間ではあるが、ゆとりを持ってアロマハンドマッサージが行えた。

NO...

- A様に対してとても良いアプローチだと思います。自分自身の変化は感じられない。
- 実施中はこちらも楽しいが、A様が不穏になるとこちらの気持ちも下がってしまったため、変化はあまりなかった。

◎→笑顔で過ごせた    ○→落ち着いた過ごせた  
 △→落ち着かない様子    ×→不穏、怒っていた

日付	実施前	実施中	実施後	夜間帯
5/8	△	◎	△	△
5/9	○→◎	◎	△	△
5/10	△	◎	○	○→△
5/11	○	◎	×	○
5/12	△	◎	△	○
5/13	○	◎	×	△
5/14	○	◎	△	○
5/15	○→×	×	◎→△→◎	○
5/16	○	◎	◎→△→○	○
5/17	○	×	×	○
5/18	△→○	△	×	○
5/19	◎	◎	△	○
5/20	◎	△	△	◎
5/21	○	◎	×	○

### 実施した結果

- \* 実施中、A様の表情は明るく、笑顔が多かった。
- \* A様の「どうすればいい」等の不安な発言が減った。
- \* A様に関するケア記録が増えた。
- \* 職員が、A様だけでなく、他利用者様に対しても余暇をより充実させたい！と各々が取り組むようになった。



### ラベンダー畑でつかまえて

「私は母親に似ててね、手が、見て。小さいの。だから不器用なの。父親は結構いい男だったんだよ。」

ご清聴ありがとうございました。

参考文献  
 「認知症の介護に役立つハンドセラピー」 鈴木みずえ  
 「アロマセラピーの教科書」 和田 文緒