

楽しさを増やす ～レクリエーションを通して～

ケアハウス花 鈴木隆文・小野田燕子

ケアハウス花

「自立枠」

- ・ 自立をされている方
- ・ 独居が不安な方

「介護枠」

- ・ 介護保険を利用
- ・ 身の回りのお世話が必要

自立枠の入所者様



ブログ



運転



買い物や通院

介護枠の入所者様



車いす



歩行器



生活援助

外食ツアー・ドライブ



外食ツアー



観劇ツアー



お花見ツアー



新緑ツアー

行事・ボランティア



日本舞踊



コーヒータイム



端午の節句



よさこい踊り



ひな祭り



クリスマス会

Aさんの一日のタイムスケジュール

	8:00 ~11:30		12:00 ~17:30		18:30 ~21:00	
起床	朝食 3.自由時間 5h	昼食	4.自由時間 5h	夕食 入浴	2.自由時間 5h	入眠

一日10時間以上の自由時間

【具体的な取り組み】

- 期間：H28. 5. 1～H29. 12. 31
- 対象者：自立枠入所者様35名
- 男性6名、女性29名
- 年齢70歳～96歳 平均年齢84. 11歳
- 介護度 要支援1,2→ 8名、介護1,2→ 6名

【具体的な取り組み】

- 日時：毎月1回、第4日曜日の14時～15時の1時間
- 場所：食堂
- 内容：季節の歌 + ロコモ体操 → レクリエーション
- 行事名：いきいきリズム体操
- 「自立枠」と「介護枠」両方自由参加

玉を使った体操



棒を使った体操



季節の歌



リズム体操



口腔体操

- 早口言葉
- あいうえおの歌
- 舌の体操

ロコモ体操

- 開眼片脚立ち
- スクワット
- 膝の曲げ伸ばし
- 正しいウォーキング

【活動の成果と評価】

- 楽しみの一つに
- レベルUP
- 日常化
- コミュニケーション量のUP
- 変わらぬ人気
- 継続は力なり

【活動の成果と評価】

- 満足度が高い
- 開催に相応しい日時設定
- 修正
- 健康意識の高さ

【今後の課題】

- 自立枠の入所者様は、自立度は高いが、介護予防に繋がる体操等を実施していた方は少なかった。楽しみ事である事と、さらに介護予防という観点からも、今後も継続して実施して行きたい。
- 実施出来る職員を増やし、意識と質の向上を図って行きたい。

新たな取り組み



ご清聴、有難うございました

