

# 本人らしさを生かした生活を

## ◆キーワード

- 1 暮らしの活性化
- 2 筋肉量低下の抑制
- 3 体重増加抑制

活気ある生活を目指して

(岐阜県・各務原市)

ふりがな ぐるーぷほーむ じょいふる かがみはら  
種別・施設名 グループホーム ジョイフル各務原

ふりがな いわた たくや  
職種・発表者：介護職 岩田 拓也

共同研究者：グループホーム 職員一同

(今回の発表の施設またはサービスの概況記入欄)  
自然と町の調和がとれた地域の中で安心とくつろぎを提供。

(事業所に関する情報記入欄) 1ユニット9名の事業所、  
設立は平成15年。

(取り組んだ課題・はじめに)

利用者様の中に入所当初に比べて、ポーっと外を眺めているのみの時間や、テレビをただ見ているだけの時間が増えている方が見える。若い頃は厨房で調理の仕事をしていた方で、料理が得意であったり、体を動かしたりすることが好きな方であったが、認知症状の進行もあってか、活動量の低下が見られる。そのため以前の生活を取り戻せるような働きかけをしたいと思った。また、ご家族も本人様の動きの緩慢さや体重増加をかなり気にしておられ、R1.10月カンファレンス時に活動量の増加と体重減少に向けての取り組みを行いたいとの申し出があった。主治医にも相談を行い、栄養状態も良好であるため、体重減少に向けて食事量半分でも問題ないと助言を頂ける。

【現状把握として】

- ・MMSEの得点が減少している。(H30.2月22点 R1.6月23点 R1.10月21点 R2.3 19点)
- ・体重が増加している。(H30.2月 54.8kg H30.10月 60.9kg H31.4月 62.7kg R1.8月 65kg R1.10月 65.2kg)
- ・BMIが増加している。(H30.2月 21.6。 H30.10月 23.8。 H31.4月 24.4。 R1.8月 25.4。 R1.10月 25.4。)
- ・筋肉量が低下している。(H30.2月 25.3% H30.6月 23.4% H31.2月 21.4% R1.6月 20.8% R1.10月 19.6%)

(倫理的配慮)

該当利用者様、ご家族には同意を得た上で取り組みを行っている。

(具体的な取り組み)

- ・日中の活動量増加を目的とし、居室内の清掃(モップがけ)を行う
- ・グループホーム内で提供しているアクティビティの種類を増やし、楽しみながら活動量を増加できるようにする。

にする。

- ・食事の提供を、主食・副食共に半分量で提供する。  
⇒ご家族からの提案。
  - ・週に1回(土曜日)に体重を測定する。  
(活動の成果と評価)
    - ・体重増加が抑制され、63.0kg~64.5kgの間を推移するようになった。
    - ・筋肉量の低下が抑制された。(R2.2月 20.6% R2.3月 20.4%)
    - ・職員が提供するレクリエーションの種類が増え、アクティビティの幅が広がった。

(今後の課題・考察・まとめ)

【歯止めとして】

- ・週に1回(土曜日)の体重測定の継続
  - ・月に1回、筋肉量測定の継続
  - ・多様なアクティビティの提供
  - ・定期的なMMSE検査の実施
- 【波及効果として】
- ・表情がよくなった。
  - ・職員が様々なレクリエーションやアクティビティを考えて提供する機会が増えた為、他の利用者様から楽しみが増えたと声があった。
  - ・活動への意欲が高まった。

【まとめ】

- ・コロナウイルスの影響や熱中症対策の為、施設外での活動がしにくい状態にあるが、今後もレクリエーションやアクティビティに工夫をしながら、どの利用者様に対しても活動量の低下や筋力低下がなく過ごしていただけるよう、支援を行っていきたい。

(参考・文献など)

こちらは大会実行委員会で使用する  
広告掲載用のスペースとなります