

# 京都式えらべるデイサービス

## 実施マニュアル

京都式えらべるデイサービス推進委員会

## 平成18年度京都式えらべるデイサービス実施基準

- 1 レクリエーション活動援助を複数の多様な小グループに分けて実施すること。
- 2 利用者が自ら小グループを選択できるようにすること。  
ただし、意思決定が困難な利用者については、アセスメントを基に本人の決定を支援すること。
- 3 利用者が所属する小グループを明確にし、原則として所属グループを変更せず継続して活動するようにすること。  
(利用者が変更を希望する場合は、変更を妨げるものではない。)
- 4 小グループ活動を実施するときは10人以下とすること。
- 5 各利用者の活動目標を設定し、活動の記録・評価を行うこと。
- 6 小グループ活動の実施に当たり、ボランティア(元気高齢者が中心)を活用すること。

### 【京都式えらべるデイサービスの目的】

高齢者が楽しみ・やりがいを感じながら、意欲を持って自主的・継続的な活動に取り組めるよう個別ケアを実施することにより、生活機能を向上させ、介護予防となることを目的としたデイサービスを提供する。

※ 「京都式えらべるデイサービス」は上記目的を達成するための一手段であり、各施設がその他の方法により行われている個別ケアや介護予防の取組を排除するものではありません。

※ 以下の手順は実施基準を満たすための具体例を示したものであり、実施基準を満たす限り、詳細な実施手順は各施設の事情により工夫して差し支えありません。

## 1 実施の準備

事業の実施に当たっては、事業の推進役と全職員の理解・意識改革が重要。

- (1) 「京都式えらべるデイサービス」の実施責任者を決定する。
- (2) 施設職員全員に対して「京都式えらべるデイサービス」の目的、内容について研修を行い、基本理念を十分に理解しておく。

### 【ポイント】

- デイサービスは、ケアプラン（居宅サービス計画又は介護予防サービス計画）に基づく通所介護計画又は介護予防通所介護計画を根拠に実施しており、レクリエーション活動援助もその中で提供されるものであること。
- 職員が、利用者の自主性を尊重し、活動の意欲を向上させる意識を持って援助をすること。（8参照）
- 利用者の個別性・自主性を引き出すため、利用者が意思表示しない又は意思表示とは異なるかもしれない内面のニーズを洞察する習慣を身につけること。

- (3) 利用者及び家族に対して実施の目的、内容を説明し、理解を求める。
- (4) 記録シートを整備する。
  - ※標準様式は別添のとおり。
  - 各施設の特徴に応じて修正してもよい。
  - 全職員が話し合い、各施設で業務の流れ、記入方法等について認識を共通にしておく。
- (5) 利用者が通所を開始する際の面談でヒアリングをしておくことにより、又は、これまでに蓄積している利用者に関する情報を整理し、必要に応じてアセスメントを実施することにより、あらかじめ利用者のレクリエーションニーズ（趣味や特技、好きなこと・苦手なこと等）を明らかにしておく。

## 2 小グループの設置

小グループ化することにより、

- 利用者の自主性が引き出され、活動意欲が向上する。
  - 利用者一人ひとりへの援助が深まり、職員による個別ケアが推進できる。
  - 利用者の残存能力の把握、確認が容易になる。
  - 個々の職員のスキルアップが期待できる。
- などの効果を促進する。

- 利用者のニーズや自施設ができることを踏まえながら、小グループの種類や大まかな活動内容を決定する。
- グループの種類は、運動系とものづくり系のバランスを考慮するなど、多様なものとする。【基準1】
- 小グループの数は、小グループ一つ当たりの人数が平均して6～10人となるよう、各施設の定員数に応じて設定する。
- 小グループ活動は、原則として毎日実施する。  
ただし、毎日実施することが困難な場合は、利用者全員が少なくとも数週間に一度小グループ活動を行う形態であれば、隔週で曜日を変えて実施するなどの方法もやむを得ない。
- 小グループの活動期間は、原則として3ヶ月間とする。  
ただし、グループによって活動期間が変わることもありうる。この場合、例えば3ヶ月か6ヶ月というようにできるだけ活動期間の終了を合わせることにより、活動期間が一段落したときには利用者のグループ変更をしやすいようにする。
- 小グループ活動の期間（原則3ヶ月）が経過したら、再度小グループの設置とグループ分けを行う。

### 3 利用者のグループ分け

- 小グループの種類及びその活動概要を利用者に提示・説明しながら、利用者が自ら小グループを選択・決定するよう促す。【基準2】
- 利用者の小グループ選択に当たっては、個別面談や書類への記入など、利用者ができるだけ活動内容から判断して希望の小グループを選べるよう配慮することとする。
- 利用者が希望を出さないときは、レクリエーションニーズを基に職員が本人の決定を支援する。【基準2】
- 小グループ間で人数にばらつきがあったとしても人数調整は原則として行わない。  
ただし、特定のグループへの希望が10人を超えるなど過剰に多くなった場合は、同じグループを複数設けるなどの対応をする。(4参照)
- 1日当たり全体で25～30名の利用者を3～4グループに分けることを目安とする。
- 認知症高齢者及び重度者についても小グループ活動に参加するが、軽度者と区別せずグループ分けするか、独立したグループとするかは各施設で独自に判断する。

### 4 利用者ごとに所属グループを明確化

- グループのメンバーを固定することにより、職員が計画的に活動内容を深めていくことができる。  
また、コミュニケーションの活性化、利用者ごとに役割を持った活動が期待でき、グループワークが可能になる。
- 利用者が『その場だけ楽しい』と感じて終わるのではなく、次回何をするのか目標を持つようになり、活動意欲が高まる。活動に自主的・積極的に参加し、さらに自宅などにおいても継続して活動するようになり、介護予防につなげることができる。

- メンバーの固定により「なじみの関係」づくりができるよう援助する。
- 各小グループごとの利用者名簿を作成し、利用者の所属グループを明確にしておく。  
【基準3】
- 少なくとも小グループ活動を実施するときは10人以下とする必要がある【基準4】ことから、一つの小グループの希望者が10人を超えるときは10人以下となるようあらかじめ小グループを分割して同じグループを複数設けておくことが望ましい。(3参照)  
又は、小グループの1日の活動内容を企画(えらべるデイ企画書(1日)の作成)する際にグループ分けをする、小グループ内にさらに多様なメニューを準備し1つのメニューでは10人以下で活動をしてもらうなどの方法もある。(7(4)③参照)
- 利用者は選択した小グループを原則として変更せずに、継続して活動する。【基準3】  
※ただし、活動開始から1ヶ月間以内の移行期間を設け、その間に限り利用者が自由にグループを移動しながら所属グループを決めることとしてもよい。
- 利用者が小グループ活動中に他の小グループに無秩序に移動することのないよう注意を払う。(7(5)参照)
- 利用者がグループの変更を希望し、それを認めるときは、利用者名簿を修正する。

## 5 ボランティア（元気高齢者が中心）の活用

利用者と比較的年齢に近い元気高齢者は、職員（特に若齢職員）とは異なった感覚で、利用者と同じ視点や共通の話題で会話を交わしたり、利用者の活動意欲や生きる意欲を助長したり、利用者のニーズに合った活動のアイデアを出したりして、事業の成功をサポートすることができる。

➔ 今後の高齢者の増加、特に団塊の世代が高齢者となる際の生きがいづくりの受け皿ともなる。

➔ 高齢者が元気な段階から介護予防や生活不活発病に関する基本的な認識を持つようになり、元気高齢者自身に介護予防や生活機能向上の効果をもたらす。

○ 市区町村社会福祉協議会、市町村老人クラブ連合会、シルバー人材センター等にボランティアの募集を依頼する。又は、利用者の家族や地域でボランティア活動をしている個人等に直接依頼する。

○ ボランティアは原則として元気高齢者（概ね60歳以上）を条件として募集をする。

【基準6】

○ 応募のあったボランティアに対して説明会（オリエンテーション）を開催する。

※説明会の主な内容は次のとおり。

・「京都式えらべるデイサービス」の趣旨

・介護予防、生活不活発病について

＊ボランティア自身の介護予防や生活不活発病の予防にもなることを認識してもらう。

・施設の理念・概要、小グループ活動の内容

・ボランティア活動の内容、利用者への接し方

＊認知症や障害のある方への理解や介助方法を啓発し、トラブルや事故を防ぐ。

特に、組織団体からの指示により交代交代で参加することとなったボランティアについては、トラブルや事故につながりやすい傾向にあることから、活動内容や利用者の接し方について十分に理解してもらうように努める。

＊ボランティア活動は小グループ活動に直接参加することとする。【基準6】

＊従来の特技を教えたり披露したりするボランティア活動とは違う「新たなボランティア像」（後述）について十分に理解を得る。

・スケジュール調整

・施設内の案内・見学

○ 小グループごとに配置される職員をサポートするため、できるだけ各小グループにボランティアを配置する。

○ ボランティアの目的は、利用者が楽しみややりがいを感じながら、意欲を持って自主的・継続的に取り組める活動を見つけるための手助けをすることである。

従って、小グループ活動の内容について特別な特技を有することは必要とせず、むしろ小グループ活動を通して『お互いが学び合い共に楽しむ』という姿勢で利用者と一緒に活動することを基本とする。（新たなボランティア像）

## **6 居宅介護支援事業所及び地域包括支援センターとの連携**

- 居宅介護支援事業所及び地域包括支援センターに活動趣旨を説明し、「京都式えらべるデイサービス」の活動状況を伝える。

### ＜標準的な場合＞

- ケアプラン（居宅サービス計画又は介護予防サービス計画。以下同じ。）にレクリエーションニーズや活動に沿った目標があるときは、それを長期目標とする。
- 各施設は通所介護計画もしくは介護予防サービス計画においてレクリエーション活動に関する具体的な目標があるとき、又はなくても変更が可能なきときは、それを具体的な長期目標とする。

通所介護計画又は介護予防サービス計画の変更ができないときは、それらの計画とは別に「個別記録」で独自に、具体的な長期目標を設定する。

※各施設では、活動当日の「ねらい」（短期目標）も設定することになる。

- 利用者の「京都式えらべるデイサービス」の活動状況をサービス担当者会議又はモニタリングにおいて報告し、ケアプランにおいてレクリエーションニーズや活動における目標（長期目標）を設定（更新・変更）してもらうとともに、必要に応じて通所介護計画又は介護予防サービス計画においても具体的な長期目標を再設定する。

### ＜新規利用者とケアプラン策定の際にケアマネ等と協議する機会がある場合＞

- ケアプラン策定の際、居宅介護支援事業所又は地域包括支援センターと協力して、利用予定者に「京都式えらべるデイサービス」の内容を説明しながら、レクリエーションニーズや活動に沿った目標（長期目標）を設定してもらう。
  - このとき同時に、所属するグループも決定する。
  - 各施設は、通所介護計画又は介護予防サービス計画において、利用者のレクリエーション活動に関する具体的な長期目標を設定する。
- 
- 小グループ活動を行っているうちに利用者の目標を変更する必要がある場合、居宅介護支援事業所及び地域包括支援センターに随時報告、調整する。

## 7 目標の設定、記録・評価

職員は、利用者の自立度向上に向けて目標に合った意図的な援助をする。

### <準備段階>

- (1) 利用者一人ひとりに「個別記録」を作成し、目標欄を記入する。
  - ※標準様式は別添「個別記録」のとおり。
  - ※目標例は別添「えらべるデイ企画書用目標（ねらい）例」のとおり。
  - ケアプランでレクリエーションニーズや活動に沿った目標があるときは、「個別記録」の「長期目標」欄の上段「ケアプラン」に転記する。
  - 通所介護計画もしくは介護予防サービス計画で設定された、又は施設が独自に設定するレクリエーション活動における具体的な目標は「個別記録」の「長期目標」欄の下段「施設設定の具体的な目標」に転記・記入する。
  
- (2) 「えらべるデイ企画書（3ヶ月）」を記入する。
  - ※標準様式は別添「えらべるデイ企画書（3ヶ月）」のとおり。
  - ① グループに所属する利用者の3ヶ月後（グループの活動期間が3ヶ月でないときは、その活動期間終了後とする。2参照）の目標（長期目標）を記入する。
    - 「個別記録」の「施設設定の具体的な目標」から転記する。
  - ② グループ別に3ヶ月間の大まかな活動内容を決める。
    - 同じグループでも曜日等が違えば、利用者の希望・状況により活動内容が異なることがある。
    - 3ヶ月後の活動内容は、活動の成果を発表、展示するなど利用者の活動意欲を高めることとなるように設定する。

ただし、活動内容はあくまで援助の手段であって必ずしも達成すべきものではないことに留意する。

### <実践段階（1日の流れ）>

- (3) 「個別記録」を記入する。
  - ① 利用者ごとにその日の目標（短期目標）を設定し、「個別記録」の「ねらい」欄に記入する。
    - ※ねらいの例は別添「えらべるデイ企画書用目標（ねらい）例」のとおり。
    - 目標を利用者に説明し、理解してもらう。
      - ※目標設定に当たっては、利用者が希望し、かつ適切なものとなるよう利用者との話し合いにより決定するとともに、利用者と職員が共通の認識を持つておくことが望ましい。
  - ② 「プログラム内容」欄は「えらべるデイ企画書（1日）」から簡単に転記する。



- (4) 「えらべるデイ企画書（1日）」を記入する。
- ① 参加予定者の「ねらい」欄は、利用者の短期目標を記入（「個別記録」の「ねらい」欄から転記）する。
  - ② 「活動内容」欄は、「えらべるデイ企画書（3ヶ月）」で決めた「活動内容」から活動状況に応じて変更してもよい。
  - ③ 10人を超える小グループがあるときは、少なくとも活動するときには10人以下となるよう、小グループをさらに分けておくこと。また、小グループ内にさらに多様なメニューを準備し1つのメニューでは10人以下で活動をしてもらうなどの方法もある。（4参照）
- (5) 活動中は各利用者の目標を念頭に入れながら援助する。
- ※当日朝にミーティングを開催するなどにより、常に利用者の援助目標・ねらいを確認しておく。
  - 利用者が小グループ活動中に他の小グループに無秩序に移動することのないよう注意を払う。（4参照）
  - グループ目標は特に設定する必要はないが、小グループ活動により個人の活動意欲、自主性、積極性を引き出しやすくなることに留意し、グループ内のコミュニケーションや役割分担等が適切になされるよう配慮する。
- (6) その日の活動が終了したら、「個別記録」の残りの欄に記録・評価する。
- ※利用者とは共通認識を持っていた目標の達成度合について、利用者本人との話し合いにより評価する方法もある。
  - ※評価結果について利用者自身が確認できる形で記録し、利用者本人の達成感や次の活動意欲に結びつける方法もある。
  - 「えらべるデイ企画書（1日）」で予定していた活動内容と異なっていた点を記録しておく。
- (7) 記録シートを整理して、全職員が情報を共有しておく。

<終了段階>

- (8) 3ヶ月の活動期間が終了したら、「個別記録」の評価欄を記入する。
- ※次クールにおける「個別記録」記入時に活用する。

【留意事項】

## **8 職員は、利用者の自主性を尊重し、活動の意欲を向上させる意識を持つ。**

- デイサービスセンターの職員は、利用者が自分の意志のままに自分らしく生きることを支えること、日常生活の維持・向上を支援することが最終目的であることを再認識する。
- 利用者が活動意欲を高め、楽しみややりがいを自主的・積極的に追求し取り組んでもらえるような利用者の内面の力を引き出す。
- 職員主導により企画や活動をしなければならないとする意識・姿勢は避ける。  
このため、
- 職員と利用者、ボランティアと利用者、あるいは利用者同士のコミュニケーションが活発になるよう配慮する。(グループワーク)
- 小グループ活動の具体的な内容については、利用者の意思・自主性を尊重することとし、できるだけ利用者が希望を意思表示できるような環境づくりに配慮する。
- 利用者には普段あまり用いない身体機能や以前特技としていた能力があることを前提に接することとし、利用者自身が自らの能力に気づいて自信を持ってもらう。  
※職員は、介護の「知識・情報」と実務的な「技術・技能」を伴いながら、これらの「価値観・態度を援助の中心に置く」ように努力することが必要。

## **9 活動内容を工夫する。**

- 自宅でも継続して取り組むことができないか、家族とも相談しながら創意工夫を行う。  
※家族の孫と一緒にゲーム機等が活用できないか相談するなど。
- ものづくり関係のグループでは、
  - ・活動が段階的で多面性があり、利用者の役割分担が可能でコミュニケーションが多様に行われるような内容となるよう工夫する。
  - ・作品展示のほか、販売や公共施設への無償提供等の社会貢献も視野に入れた目標設定、活動内容とすることが望ましい。