

西1病棟のアクティビティケアを紹介します

精神科認定看護師 池田 聖子

私が勤務している西1病棟ストレスケアユニットでは、近年認知症の患者さんが入院されることが多くなっていることから、昨年9月から認知症の患者さんと高齢の患者さんを対象に月1回アクティビティケアを実施しています。

* アクティビティ・ケアとは

昔からの生活の中でなじみのある遊びとして楽しんでいたこと、習慣として行っていた散歩や運動、調理や配膳など自然に身体や手を使うことで、脳を活性化させ、生活にメリハリをつけて暮らすことが心身の機能維持や生きがいづくり、そして生活の質の向上に繋がります。そのことが生活全体の活性化にもなります。予防としての役割、機能訓練としての役割、生活の質の維持としての役割があります。認知症ケアにおけるアクティビティを用いたプログラムは、日常生活、療養生活の質（QOL）に視点をおいて行います。

実際には、軽い体操や運動・ゲーム、音楽、手工芸を組み合わせ実施しています。

事前に患者さんからリクエストをもらい、2~3曲歌詞カードを見ながらみんなで歌います。童謡や演歌、歌謡曲などが好まれます。音楽への反応は良く、歌いながら涙ぐんだりする患者さんもいます。毎月内容は変わりますが、音楽は毎回取り入れています。

その他としては、輪投げや紙風船、季節を感じてもらうため、秋には木の実やススキ・落ち葉を使った工作、1月に書道をしました。

普段はあまり笑わない患者さんの笑顔がみられたり、歌ったりする患者さんの反応を見ると、アクティビティケアの効果を実感すると共に、ほっこりうれしくなります。