



# エンパワメントアプローチ

---

～自信をもって自分の人生を生きる～

3年4組

はじめに

エンパワメントアプローチ

自信の回復



得意なことを生  
かす

施設での生活を  
充実させる

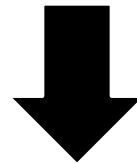


## 【基本研究①】

# 散歩の効果

ストレス解消  
リラックス効果

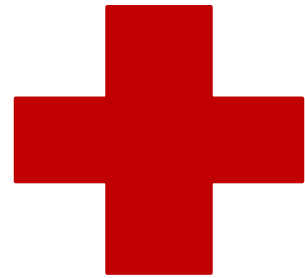
生活習慣病予防  
筋力・代謝UP



**身体的・精神的に効果あり！！**

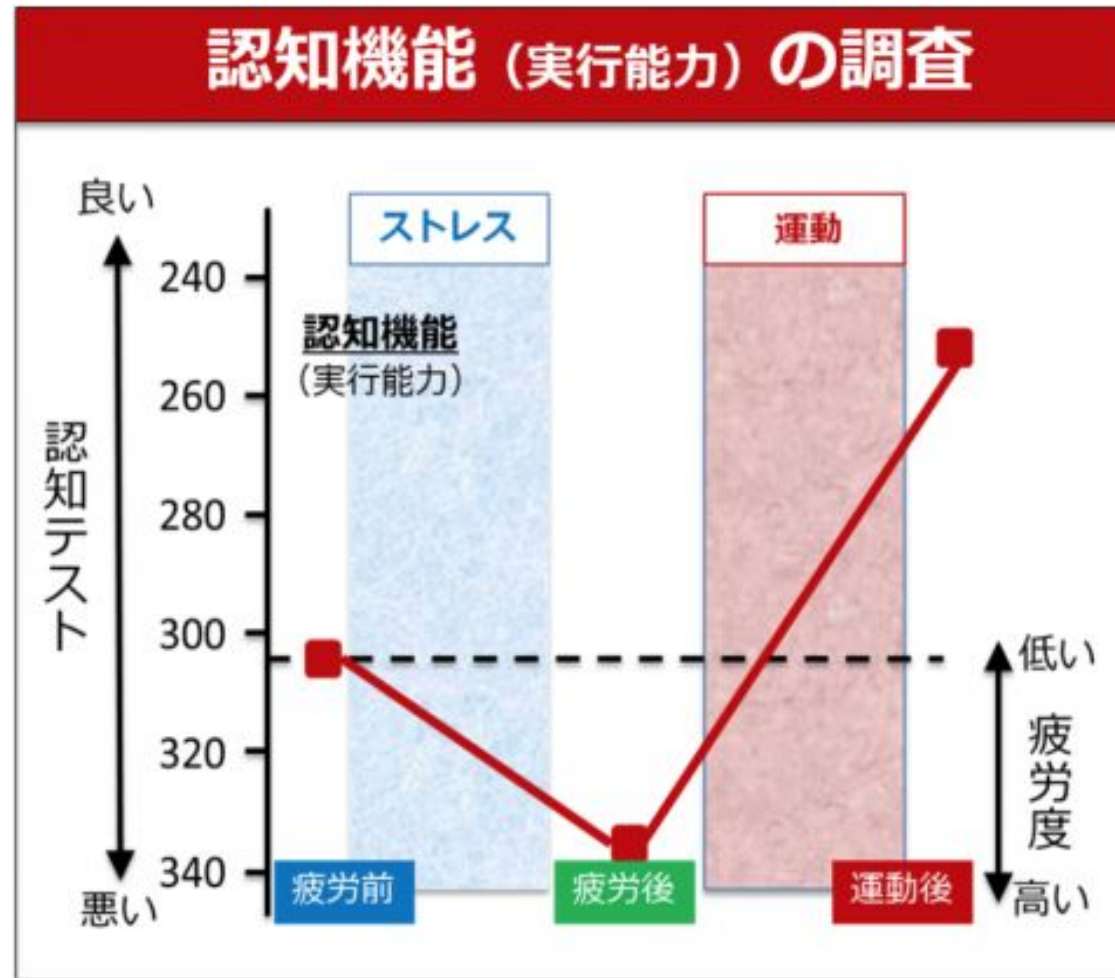
# 散歩と認知症予防

脳の活性化



身体の健康

# 散歩と認知症予防



出典：筑波大学 運動生化学研究室

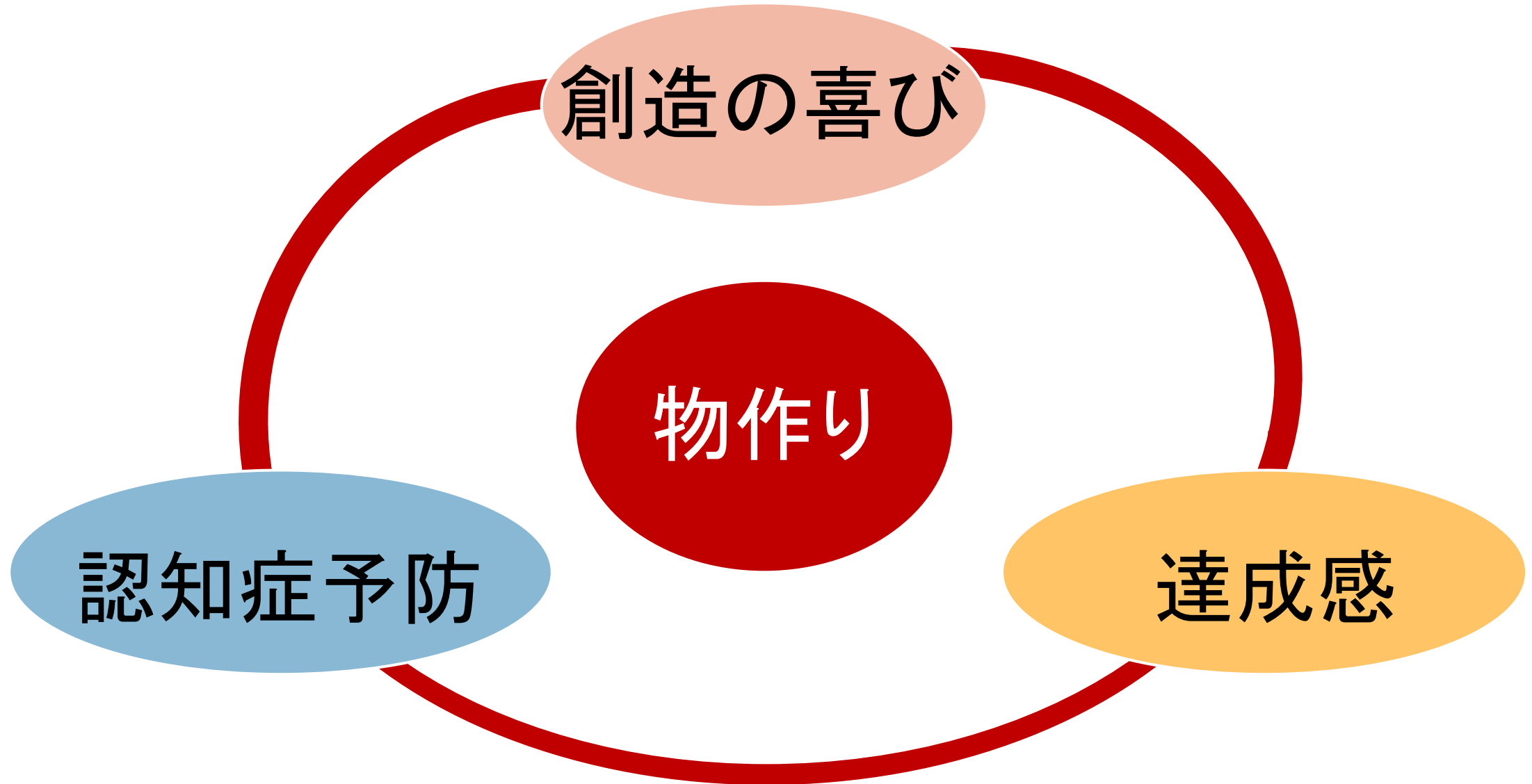
## 【基本研究②】

手指を動かすこと

指先は第2の脳



# 手指を動かす効果





# 手指を動かす効果

高齢者の心を  
明るく健やかにする





散歩＋裁縫



認知症予防



施設での生活が充実する



# ケースの概要

## <身体的側面>

徘徊多い 帰宅願望

- M様 98歳 女性
- 要介護度 2 ・ 日常生活自立度Ⅲa
- アルツハイマー型認知症
- ADLほぼ自立
- キャスター付き歩行器使用

# ケースの概要

## <心理的側面>

- 洋裁が得意
- 散歩をすることが好き
- 人と会話することが好き
- 何事にも熱心に取り組む



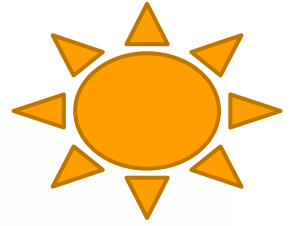
# 長期目標

- ・散歩をすることで、視野を広げ、体力の向上を図り、裁縫ができる。
- ・家事をすることで認知症の進行を遅らせ、施設での生活を充実させる。

# 短期目標

- ① 散歩をすることで視野を広げ、体力を向上させ、布巾を縫い刺繍ができる。
- ② 役割を持ち、家事ができる。

# 介護計画の立案①



## 【散歩】

時間：30分程度

場所：施設の内外

内容：職員と2人、他利用者と職員  
実施後 水分補給



## 介護計画の立案②



**【裁縫（布巾縫い）】**

**時間：昼食後以降の余暇時間（30分）**

**場所：共同スペース・M様の居室**

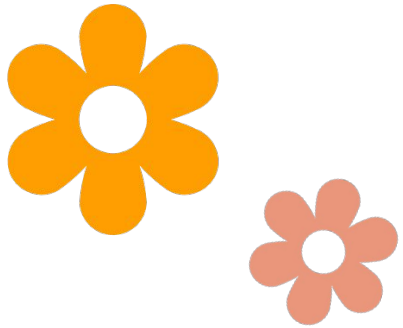


## 介護計画の立案②

内容：布を2つ折りにして周囲を手縫いする。



好きな色の刺繍糸を選び刺繍する。



# 介護計画の立案③

## 【家事】

時間：食後・余暇時間（15分）

場所：共同スペース

内容：指先を使う家事中心



# 【計画の実施】

## 散歩への参加意欲の程度

✿	参加
✿ ✿	笑顔で歩く 話しながら歩く
✿ ✿ ✿	笑顔で歩く、話しながら歩く、 歩く距離が長い



# 散歩への参加意欲

景色がいいわ～

もう少し歩こうかな～

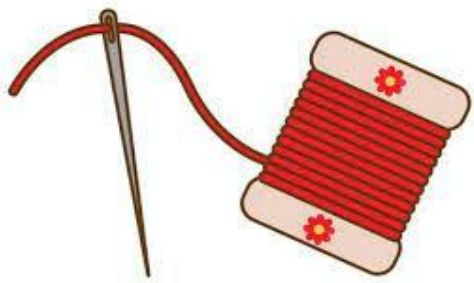
5日目	●	6日目	●●
6日目	●●	7日目	×
7日目	●	8日目	●
8日目	●●●	9日目	●●●
9日目	●●●	10日目	●●



外を散歩する



**帰宅願望 軽減**



## 裁縫への参加意欲の程度

✿	実施
✿ ✿	実施 笑顔が見られた
✿ ✿ ✿	集中して実施 笑顔が見られた、会話が弾んだ

# 裁縫への参加意欲

1日目	✿ ✿	6日目	✿ ✿
2日目	✿ ✿ ✿	7日目	×
3日目	✿ ✿	8日目	✿ ✿ ✿
4日目	×	9日目	✿ ✿
5日目	✿ ✿	10日目	✿ ✿ ✿

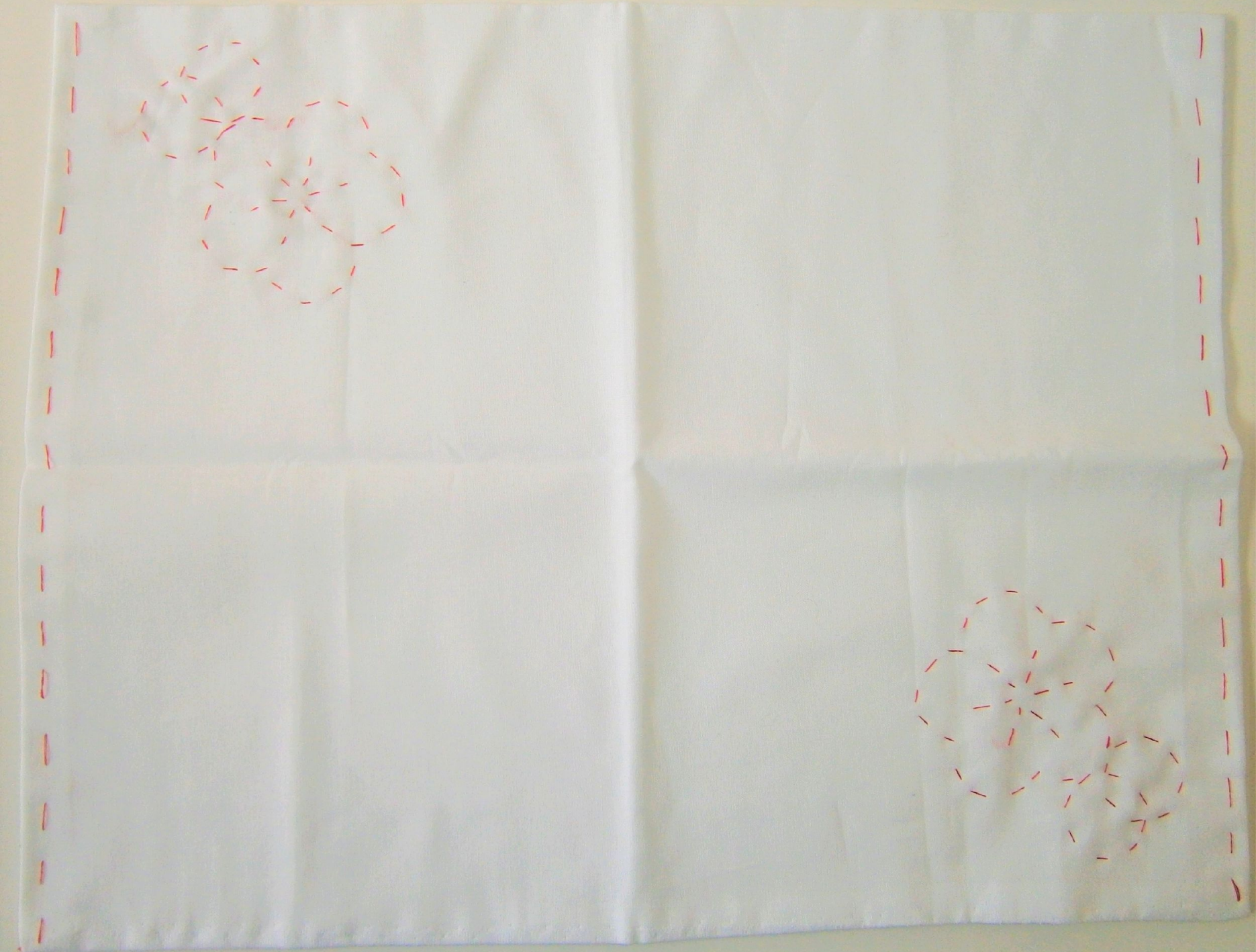
# 10日目



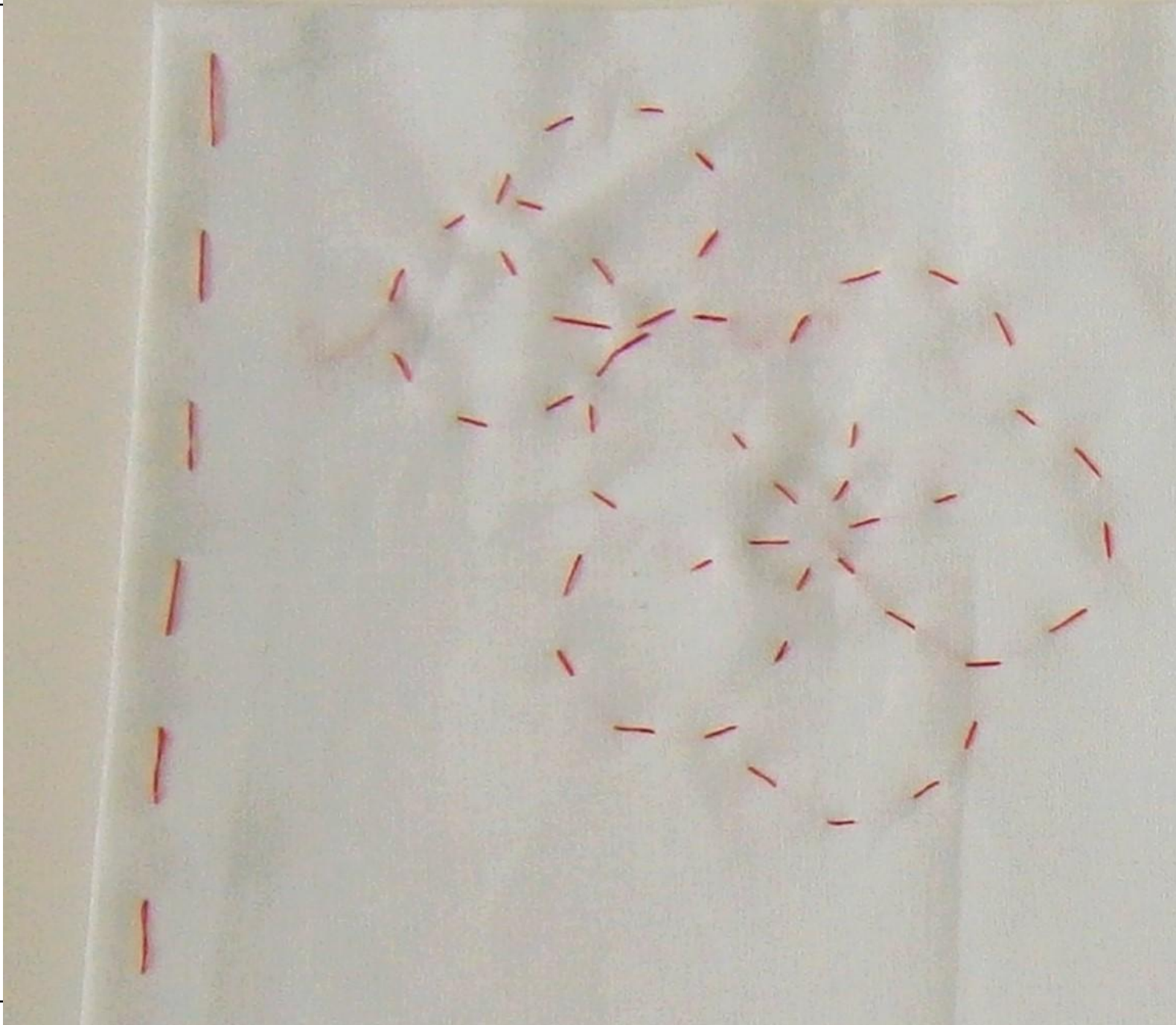
若い頃を思い出すわ～

この色の刺繍糸が  
可愛らしいわ～！









# 家事への参加意欲の程度

✿	実施
✿ ✿	実施 笑顔が見られた
✿ ✿ ✿	自分から実施 笑顔が見られた



# 家事への参加意欲

1日目	✿	6日目	✿ ✿ ✿
2日目	✿ ✿	7日目	✿ ✿ ✿
3日目	✿ ✿ ✿	8日目	✿ ✿
4日目	✿	9日目	✿ ✿
5日目	✿ ✿ ✿	10日目	✿ ✿ ✿

# 6日目



エプロン畳むわ～

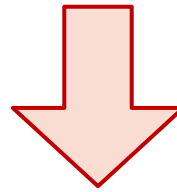
綺麗に畳めると  
嬉しいよね。



# 評価



「散歩が**好き**」 「洋裁が**得意**」

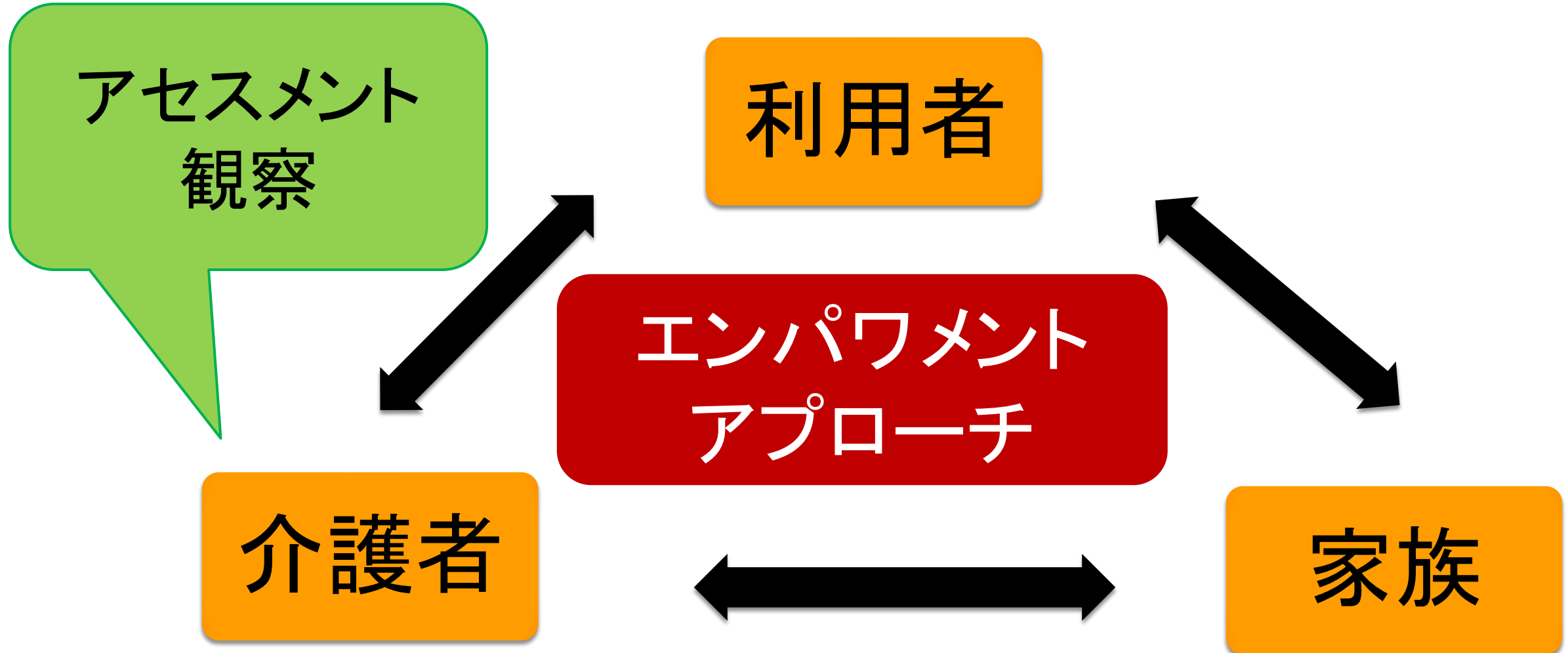


笑顔・コミュニケーション

# 考察

生きがい・楽しさ

# 研究の成果





# 今後の課題

- M様が縫った布巾を施設で使っていただき、自信を持てる支援
- 他利用者様とコミュニケーションがとれるような環境づくり

# 謝辞

ご指導いただいた職員の皆様、  
M様有難うございました。



# 引用・参考文献

- <https://special.nissay-mirai.jp/jinsei100y/hints/aFGxF>
- <https://www.tmghig.jp/research/topics/201412/>
- <https://www.mlit.go.jp/common/000022977.pdf>
- [https://kaifukunavi.com/kaigo/life/2019/03/589/?doing\\_wp\\_cron=1634168175.8266921043395996093750](https://kaifukunavi.com/kaigo/life/2019/03/589/?doing_wp_cron=1634168175.8266921043395996093750)
- [https://www.nexuscare.co.jp/archives/nursing\\_post/nursing\\_post-1554](https://www.nexuscare.co.jp/archives/nursing_post/nursing_post-1554)
- <https://bizcpu.co.jp/health/%E5%81%A5%E5%BA%B7%E3%81%A8%E9%81%8B%E5%8B%95%E3%81%AB%E9%96%A2%E3%81%99%E3%82%8B%E8%AA%BF%E6%9F%BB%E7%A0%94%E7%A9%B6>

ご静聴有難うございました

