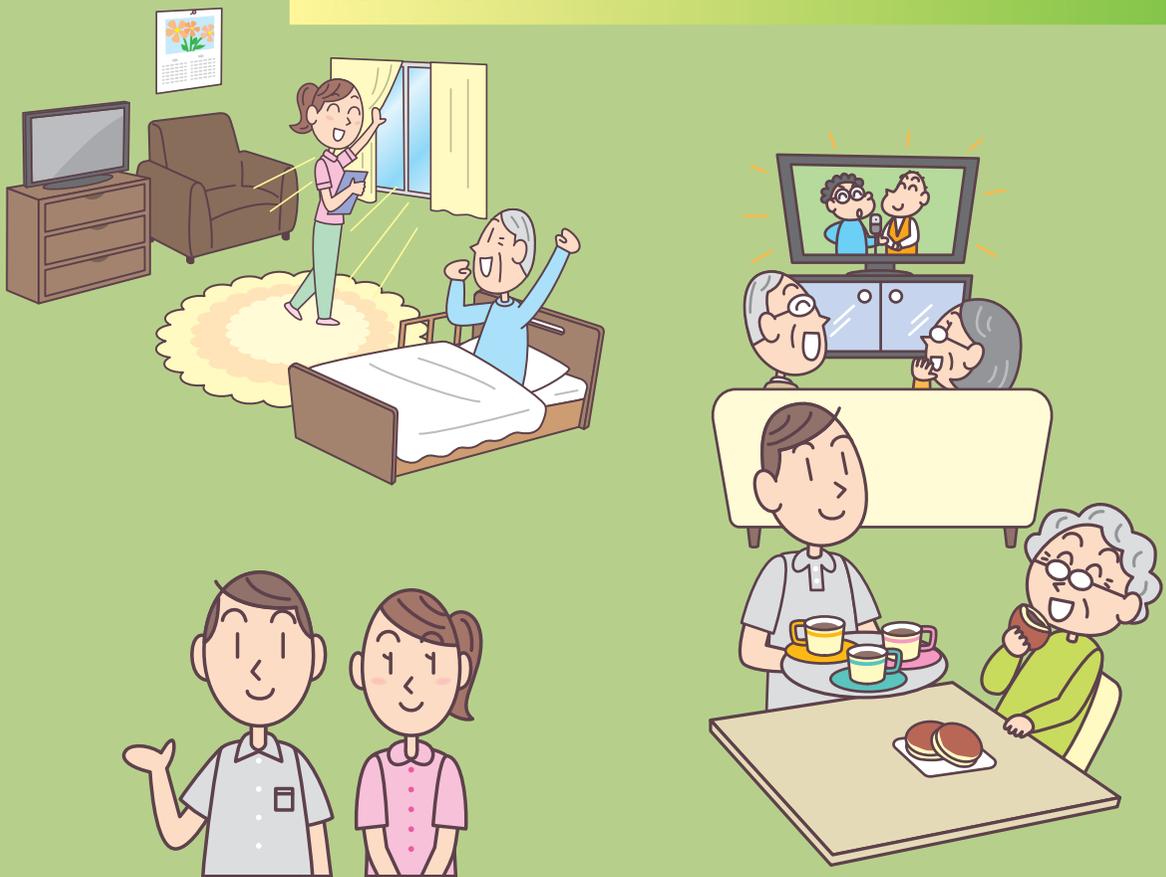




特別養護老人ホームにおける

個別ケアのガイドライン



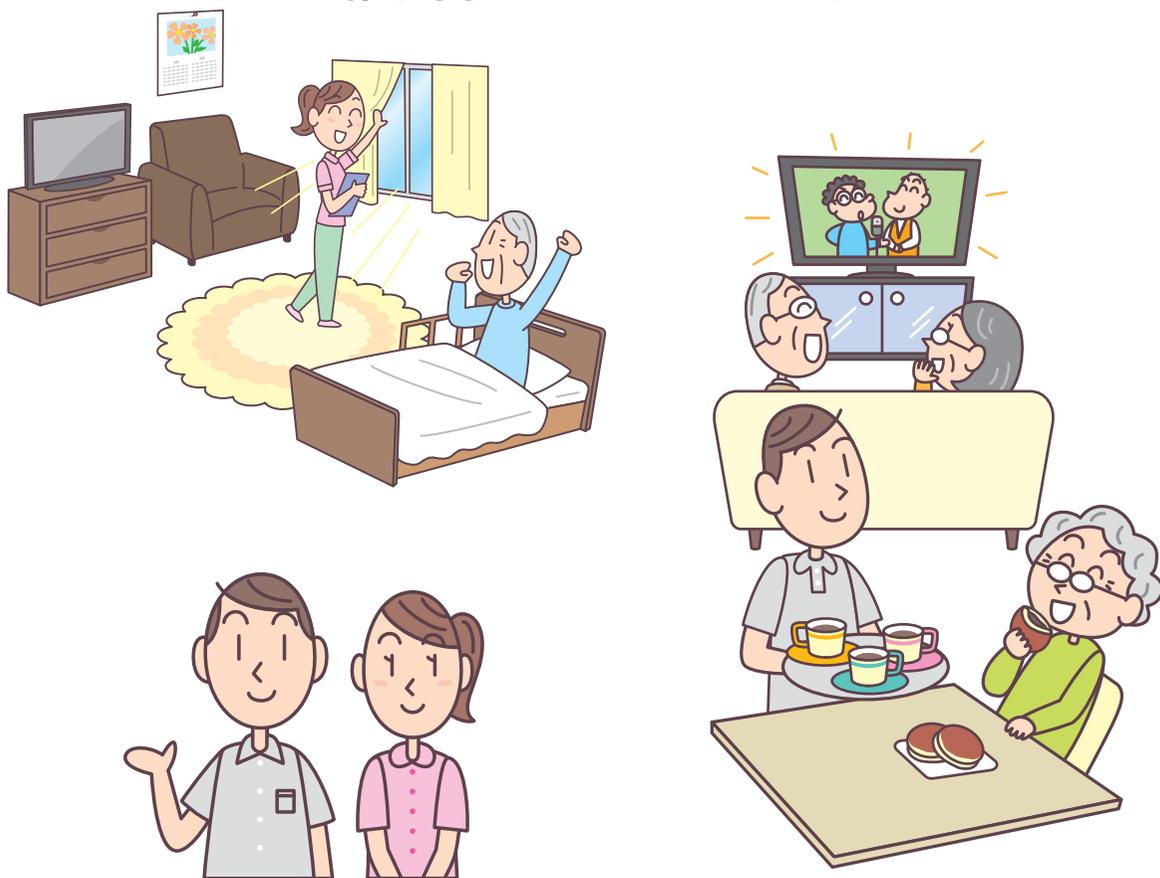
一般社団法人

日本ユニットケア推進センター



特別養護老人ホームにおける

個別ケアのガイドライン



一般社団法人

日本ユニットケア推進センター



特別養護老人ホームにおける 個別ケアのガイドライン

本ガイドラインについて

特別養護老人ホームは、要介護高齢者が日常生活を送る施設であり、明るく家庭的な雰囲気有し、地域や家族との結びつきを重視した運営を行うことが求められています。ユニット型個室や多床室といった居室の種別に関わらず、利用者一人ひとりに寄り添ったケアをすることが重要であると考えられます。実際には、特別養護老人ホームには要介護度が中重度の方が多く入所（居）しており、限られた職員数や環境の中で個別ケアを実践するには、施設の理念を職員で共有し、工夫してケアを行っていくことが必要です。

そのためには、どのように個別ケアを実践していくか、個別ケアの在り方と手法を検討し、これを施設で実践できるように全国の施設に提示する必要があります。

本ガイドラインの作成にあたり、平成 30 年度老人保健健康増進等事業「特別養護老人ホームにおける個別ケアの手法開発に関する調査研究」において、施設へのアンケート調査で施設のケアに関する実態把握・比較分析を行い、調査研究委員会でその結果を基に現場の課題とケアの在り方等について検討を重ねました。

具体的には、調査研究で収集した現場の状況や職員の方のご意見等を参考に、どのような施設にも共通した課題がないかを探り、ガイドライン作成の手がかりとしました。

ガイドラインでの個別ケアの手法の提示にあたっては、できるだけどのような施設にも実践できる方法を示すことを心掛けました。施設での個別ケアの実践と普及・推進に、施設の管理者をはじめ多くの職員の方、これから介護職を目指す方に本ガイドラインを手にとっていただき、活用していただくことを期待します。



特別養護老人ホームにおける 個別ケアの考え方

特別養護老人ホームは日常生活の場とされていることから、利用者が「自分らしく」暮らしを継続していくことが重要と考えられます。高齢者の方が身体機能や認知機能が低下していく中で、施設で「自分らしい」生活を継続していくには様々なケアやサポートが必要です。こういったケアやサポートを行っていくには、利用者一人ひとりの生活リズムや好みを把握し、それらの情報をアセスメントしながらケアの方針や計画を立てていくこととなります。このような利用者の具体的な情報に基づいた方針や計画に沿ったケアが、個別ケアであると考えられます。現場では、それぞれの施設の理念に基づいてこの個別ケアが実施されています。その考え方には施設の個性も生かされており、それぞれの手法がとられていますが、どのような施設でも、この個別ケアの質を保ち、向上させるには、個別ケアについてどのように考えていくか、どのように実践するかをの標準を示すことが必要です。具体的には、起床、食事、排泄、入浴といった日常生活において、利用者の「自分らしさ」が現れてきます。その個性を大切に、その人らしく過ごしてもらうためには、高齢者一人ひとりの状況に合わせた「個別ケア」が不可欠です。

「個別ケア」は、高齢者がその人らしくいられるように、高齢者の尊厳と暮らしの継続性を保障するために実践されるものです。そして、高齢者一人ひとりの生活に寄り添ったケアを行うために、どのようなケアやサポートが必要であるかをその人の日々の暮らしの中に探し、その気づきの蓄積のもとで、根拠を持ってケアを実践する、一連の取り組みを指す言葉です。

この個別ケアの実践にあたっては、職員配置等の施設の体制整備と、利用者が居心地よく暮らすための環境づくりが基礎となります。その上で、「その人らしい」暮らしの実現に向けて、個別ケアを進めていただくこととなります。

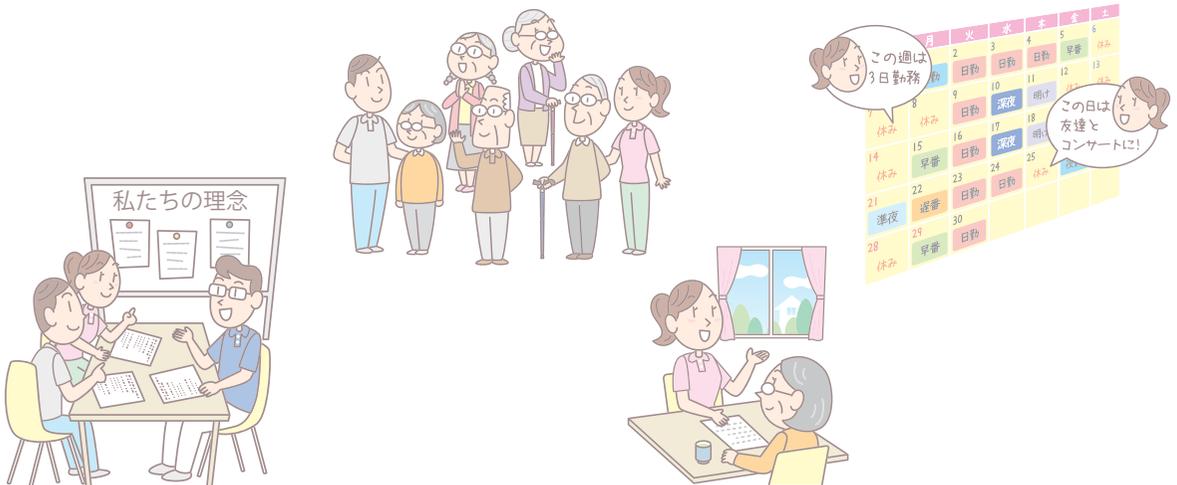
特別養護老人ホームの職員は、一人ひとりの高齢者に寄り添う個別ケアを行いながら経験を積み、やがて施設内の連携等、マネジメントも担っていくこととなります。それぞれの職員が専門的技術や経験を個別ケアの実践に生かし、また、キャリアを重ねた職員が積極的に個別ケアの普及・推進をしていくことが必要です。

目次

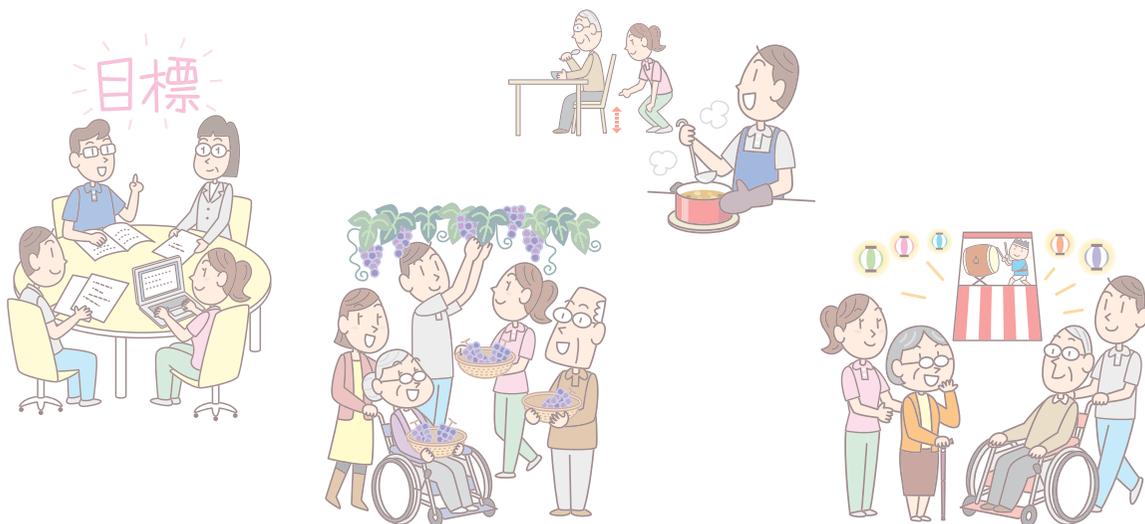
特別養護老人ホームにおける個別ケアのガイドライン

特別養護老人ホームにおける個別ケアの考え方

A-1. 施設の理念を共有する	6
A-2. 利用者らしい生活を過ごせる単位（グルーピング）の設定	8
A-3. 適切な配置、勤務の組み方	10
A-4. 組織体制・役割の明確化	12
A-5. 自律した職員の育成	14
A-6. チームケア（多職種連携）を進める	15
B-1. 利用者の生活リズムの把握	16
B-2. 利用者に合わせた起床・就寝支援	18
B-3. 利用者の尊厳・プライバシーに配慮した排泄支援	20

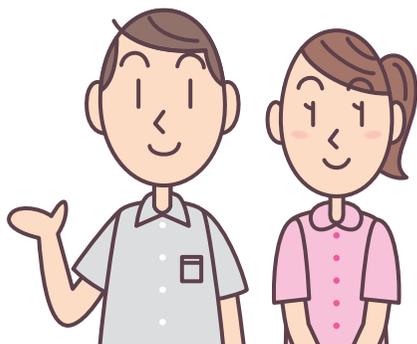


B-4. おいしく、楽しい食事支援	22
B-5. 利用者に合わせた入浴支援	24
B-6. レクリエーション活動や行事で豊かな日常を過ごす	26
B-7. 日常のケアの延長としての看取りの支援	28
B-8. 記録の取り方	30
C-1. 居心地の良い環境・空間づくり	32
C-2. 利用者と家族の居場所づくり	34
C-3. 地域とのつながりを感じる場をつくる	36



A-1.

施設の理念を共有する



考え方

理念とは、事業やケアの方針のあるべきかたちを示す重要なものです。施設運営を進めるにあたって、法人・施設の理念を明確にし、目指すべき方向性を示し、全職員で共有していく必要があります。理念は、わかりやすく示し、全職員に浸透する工夫をしていくことが大切です。

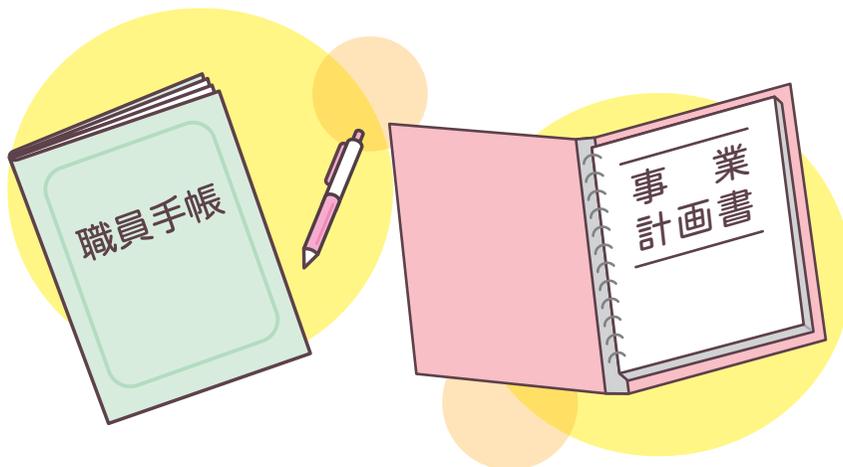


実践のポイント

- 理念を、施設の事業計画の作成や振り返りに活用する。
- 理念を実現するために、理念を踏まえた行動指針やケア方針を定める。
- 行動指針やケア方針は、ケアマニュアルや具体的な支援計画に落とし込み、これに基づき支援を行う。

実践のポイント

- 法人・施設の理念は、常に職員目に触れるところ（施設内の掲示）、すぐに確認できる形式（職員への紙面での配布、職員手帳への掲載等）で共有する。
- 理念の浸透については、管理者（施設長）が積極的に行っていく。



参 考 事 例

- 職員への理念の浸透を目的とした研修会や勉強会を定期的を開催する。
- グループやユニットごとに個別ケアに基づいた支援目標を設定し、PDCAを行う。
- 家族会や地域の住民への発信の機会等、施設外の方に向けて理念の説明を行う。



A-2.

利用者らしい生活を過ごせる 単位（グルーピング）の設定

考え方

利用者一人ひとりと向き合って支援を行っていくには、職員1人が常に状態を把握できる人数は限られています。利用者も職員も負担なく支援が行えるよう、適切な生活の単位を設定（グルーピング）することが必要です。居室や建物の構造を考慮してグループ分けを検討する等、柔軟に対応していくことが求められます。

実践のポイント

利用者がその人らしい生活を過ごすことができる人数を生活単位として設定する。全てのグループが同じ人数である必要はなく、利用者の状態や建物の構造、職員配置等を考慮して決める。

- グループごとに、担当する職員を配置（固定配置）する。
- 状況に応じて、他のグループに配置されている職員や、固定配置していない職員が応援に入れるようにする。



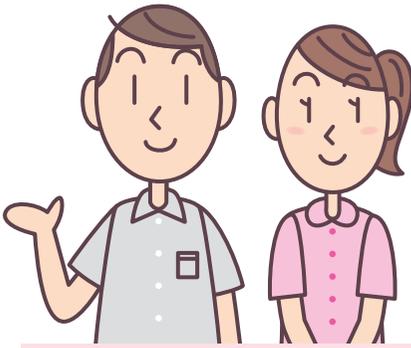
実践のポイント

- グループごとに協力してケアにあたることができるよう、あらかじめ協力体制のルールを定める。
- 利用者の状態変化も考慮しながら、適宜グルーピングの見直しを行う。
- グループの個性を大切にしつつも、施設の理念や目標といった共通認識を持ってケアの質を保つよう心掛ける。



参 考 事 例

- それぞれのグループの個性を尊重しつつも、施設のケアの質を保つ視点から、調整・取りまとめを行うグループリーダー等のマネジメント職を配置する。
- 管理者（施設長）は、グループ間がお互いの利用者と職員の状況を把握して建設的に情報交換が行えるよう、調整に努める。
- 利用者と職員の馴染みの関係を構築しやすいよう、少人数でのグルーピングを心掛ける。



A-3.

適切な配置、勤務の組み方

考え方

職員配置は、利用者への支援の在り方に直接影響する重要な要素です。利用者の暮らしに合わせ、状態によって適切に個別ケアが実践できるよう、時間帯によって必要な職員数を見極める必要があります。一方で、職員が長期的に勤務していく上では、家庭や心身の事情に応じて柔軟な働き方ができるようにすることが求められています。利用者や職員に負担がないよう、施設における勤務の組み方を整理しておく必要があります。

実践のポイント

- 早番・日勤・遅番・夜勤といった勤務時間ではなく、勤務形態や勤務時間（シフト）の種類を多く設定し、柔軟な配置ができるようにする。
- グループやユニットごとに、利用者の暮らしや状態に合わせて必要な職員数を算出し、状況に応じた最適な勤務を組む。勤務を組む際に利用者のアセスメントの情報を活用する。
- 急な欠員にも対応できるように、施設全体の勤務体制を工夫する。

○月勤務表 ○×○×様

	○/○	○/○	○/○	○/○	○/○	○/○	○/○
午前		00:00			00:00		00:00
午後	00:00	00:00	00:00		00:00	00:00	
	○/○	○/○	○/○	○/○	○/○	○/○	○/○
午前			00:00		00:00	00:00	
午後			00:00	00:00		00:00	

実践のポイント

- 職員が長期的に勤務していけるよう、勤務形態や勤務時間（シフト）の希望をあらかじめ確認する。
- 勤務を組む際に配慮が必要な事情のある職員については、申し出ることができる仕組みをつくる。

この週は3日勤務

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休み	日勤	日勤	日勤	早番	休み	休み
8	9	10	11	12	13	14
休み	日勤	深夜	明け	休み	休み	休み
15	16	17	18	19	20	21
早番	日勤	深夜	明け	深夜	明け	深夜
22	23	24	25	26	27	28
遅番	日勤	日勤	休み	休み	休み	休み
29	30					
早番	日勤					

この日は友達とコンサートに!

参 考 事 例

- 利用者が安心して暮らせるよう、施設、グループ（ユニット）の勤務の組み方の方針についてあらかじめ利用者と家族に説明を行う。
- OJTを適切に行い、職員の育成ができるよう勤務の組み方を工夫する。
- 朝の食事等、より多くの支援が必要な時間帯は、家事援助を行う職員や短時間労働者等の活用を検討する。



A-4.

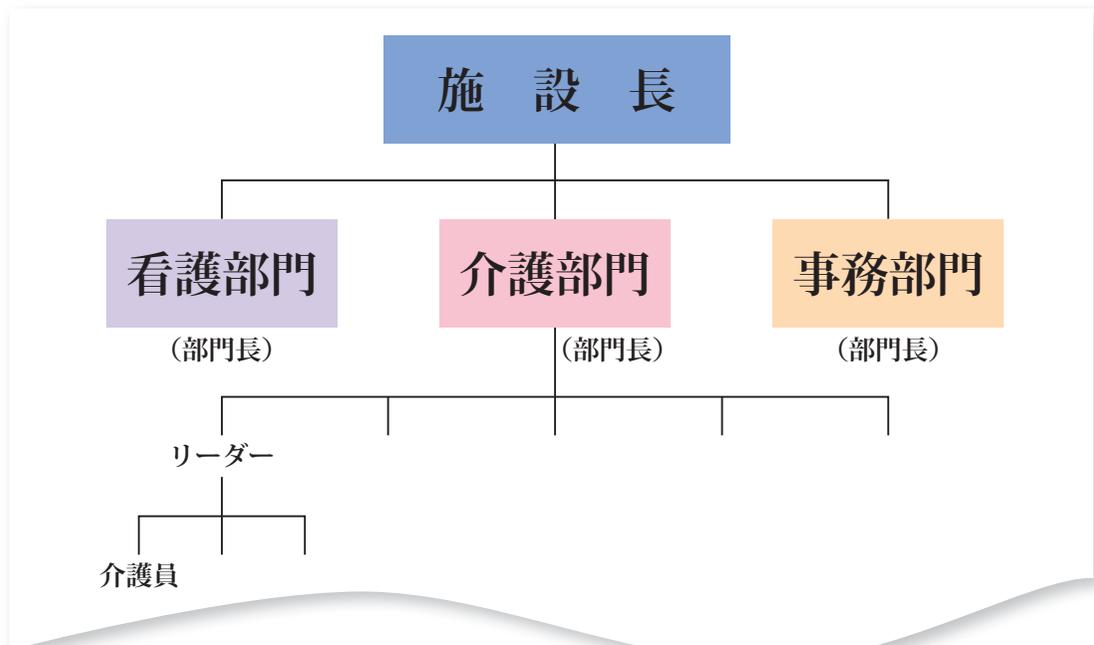
組織体制・役割の明確化

考え方

個別ケアを行っていくには、適切に職員配置し、職員が連携しやすいような体制を組むことが重要です。また、職種や職層、配置での役割を明確にすることで、職員が自らの役割を意識しながら支援を行っていくことができ、職員間の連携の円滑化にも繋がります。

実践のポイント

- 全体的な組織体制の構築については、管理者（施設長）だけでなく、リーダー級の職員も参加して検討を行う。
- 組織図、配置表を職員がいつでも閲覧できるようにする。





実践のポイント

- 職種、職層別の役割（職務分掌）を明確にし、職員に周知する。役割を明確にしつつも、相互にフォローし合う、又は職層が上の役割にチャレンジする重要性を同時に伝える。
- 配置での役割を明確にし、グループやユニットに固定配置されている職員は、さらにグループやユニット内での役割を決める。

事務分掌

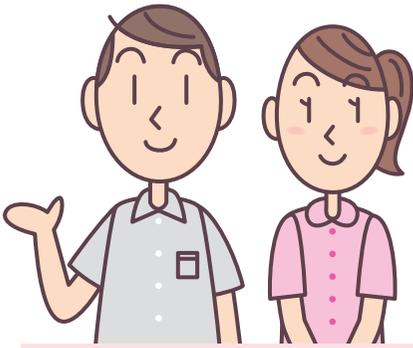
施設長	施設全体のマネジメント、理念の方向性を示し、方針を提示する。
介護部門長	リーダー・職員の補佐、相談役、部門の責任者
リーダー	職員への指導、助言、入居者、家族の意見、思いを聞く。

参 考 事 例

- 施設での職員配置や役割について、職員の意見が反映される仕組みにする。
- 職員配置や役割分担、連携体制をグループやユニットごとに、利用者の状況・状態に合わせて調整する。
- 各グループやユニットで組まれた体制を実際の支援と照らし合わせてPDCAを行う。
- グループやユニット間でそれぞれの体制を情報共有し、工夫点や改善点がないか、見直しを行っていく。グループやユニット間で体制によるケアの質の差が生じないようにする。

A-5.

自律した職員の育成



考え方

個別ケアを実践していくには、職員自らが利用者一人ひとりの気持ちに寄り添い、積極的にアセスメントを行いながら支援を進めていくことが必要です。利用者の状態や意向に合わせて臨機応援に対応できる職員を育成し、それぞれの職員が自律して支援にあたることで、施設全体の個別ケアの質の向上が図られます。

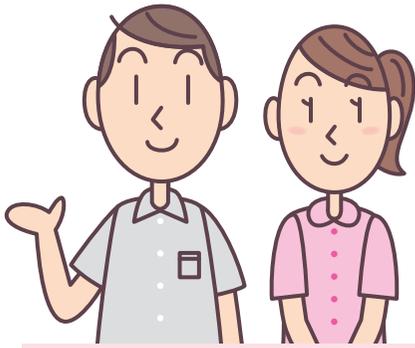
実践のポイント

- 職員は、常に利用者一人ひとりの気持ちに寄り添ったケアの意識を持つ。
- 職員は、自ら支援目標の設定と振り返りを行う。
- 職員は、利用者のアセスメントに基づき、支援を行う。



参 考 事 例

- OJTが進めやすいように職員の勤務の組み方を工夫する。
- 利用者が外出を希望した場合、職員の判断で短時間の外出支援を行えるようにする。
- グループやユニットごとの経費支出について、職員に権限委譲する。



A-6.

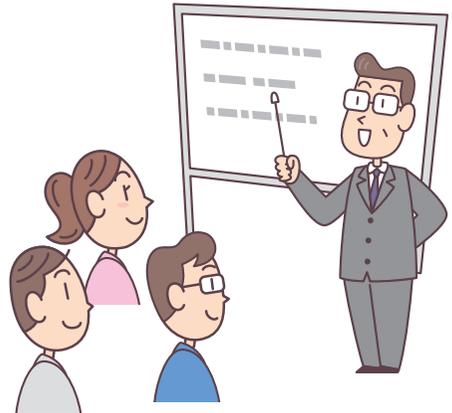
チームケア（多職種連携）を進める

考え方

起床・食事・排泄・入浴・余暇活動等といった日常の支援にあたり、職員それぞれの専門性を最大限に生かしたケアをしていくことが求められます。多職種で理念を共有し、それぞれの職員が利用者一人ひとりの意向や好みを把握し、ケアの考え方、方針を統一することが必要です。

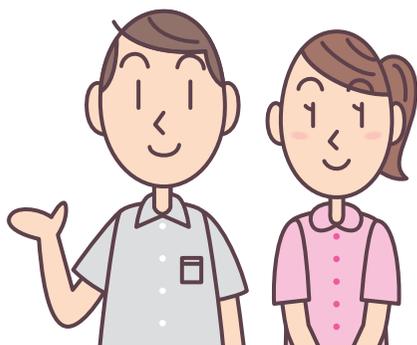
実践のポイント

- それぞれの職種の専門性を生かし、ケアに関する各場面に参加し、多職種共同で個別ケアの検討にあたる。具体的には、
 - ・利用者のアセスメント、支援計画の作成、ケースカンファレンスの実施、各委員会、会議・ミーティング・勉強会に多職種が参加し、日常的に利用者の協同支援、話題の共有を図る。
 - ・多職種連携を円滑に行うため、記録を一元化する（1つの様式に利用者1人に対し多職種で作成する）。
 - ・看取りの支援にあたっては、利用者の意向の把握、家族への連絡等が密にとれるよう、とくに多職種連携を強化する。



参 考 事 例

- 多職種連携を進めやすいよう、各職種がどの時間帯もバランスよく配置されるような体制を組む。
- どの職種においても、利用者の日常生活の支援に直接関われる体制をとる。
- 多職種でユニットやグループのレクリエーションや行事参加に参加する等、ユニットやグループ単位で深く関わる機会を設ける。
- 会議・ミーティング・勉強会は、ただ多職種で参加するだけでなく、活発に情報連携、意見交換ができるよう職員間のコミュニケーション能力向上を図る。



B-1.

利用者の生活リズムの把握

考え方

特別養護老人ホームは日常生活を過ごす場所です。まず、入所（入居）前の居宅での暮らしから施設での暮らしが継続できるための支援が必要です。これまでの生活を継続させていく観点から起床・食事・排泄・入浴等といった利用者の日常の暮らしを支援していくには、その人の生活リズムを把握しましょう。

利用者が生活上の行動をいつ、なにを、どのようにしたいのか、何ができるか、1日の暮らしのアセスメントを行います。アセスメントをもとに把握した情報や利用者本人の意向は職員間で共有し、多職種が活用できるようにすることで、連続性のある個別ケアに繋がります。

また、利用者の状態は日々変化するものですから、その人の生活リズムを観察し、小さな変化も捉え、定期的に評価を行うことが必要です。利用者の生活リズムを把握し、適切にケア方針や計画に反映させることで、利用者も職員も安心できる個別ケアを行うことができます。

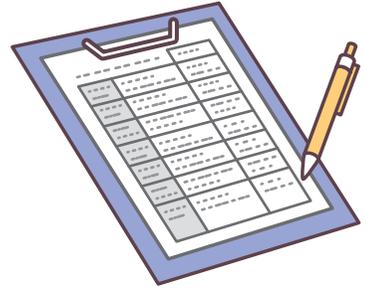


実践のポイント

- 利用者の1日の暮らしの中の生活リズムを、24時間単位の時間軸に沿って、アセスメントを行う。
- 生活上の行為をいつ、何を、どのようにしたいのか、利用者本人は何ができるかを観点にアセスメントをする。



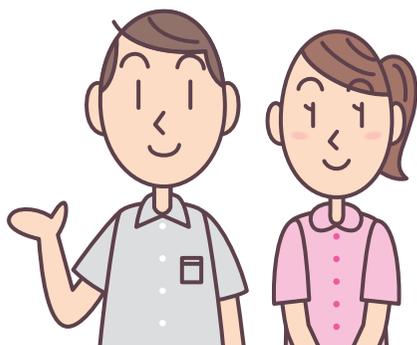
実践のポイント



- アセスメントは、利用者本人への読み取り・聞き取り・観察情報収集といった方法で行う。
- フェイスシート、24Hシート、包括的自立支援プログラムなどの様式（アセスメントシート）を活用する。
- アセスメントで情報収集した内容をもとに、支援計画を立てる。支援計画を作成する際は多職種の見解を反映させる。
- 支援計画については、利用者本人と家族に説明するとともに、管理者（施設長）まで報告・共有する。
- 支援計画は、個人情報に配慮しつつ、職員（多職種含む）が絶えず把握しておく必要があることから、確認しやすい場所においておく。アセスメントは、利用者の状態に応じて見直すことが必要。また、予め決められた期間内に定期的に見直し、取り直しを行う。アセスメント内容に変更があった場合は必要に応じ、支援計画を更新する。アセスメントに変化があった場合は支援計画を更新する。

参 考 事 例

- 支援計画の作成時に、利用者本人や家族が参加する。
- アセスメントシートを、施設の人員配置や勤務表作成に活用する。
- アセスメントシートを、備品購入や施設の安全管理を効率的に行うことに活用する。
- アセスメントシートを、事故等のケース記録を作成する際の確認やケースカンファレンスの際に活用する。
- アセスメントシートを、OJT等、職員の育成に活用する。



B-2.

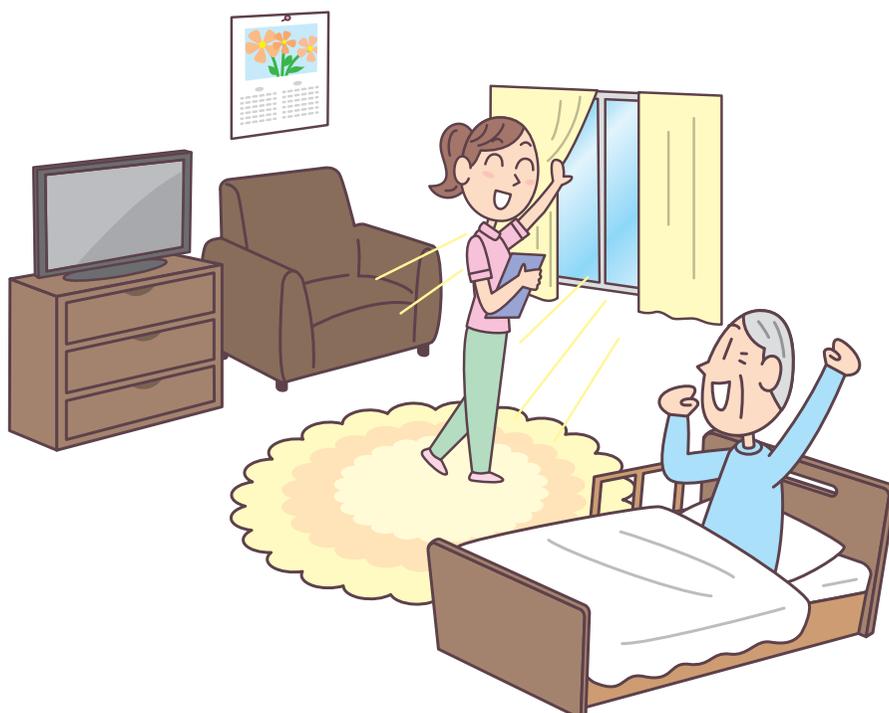
利用者に合わせて 起床・就寝支援

考え方

1日は起床から始まり、その後の日中の活動にも影響する重要な日常生活動作です。起床と就寝の支援は、利用者の状態や気持ちを確認することが大切です。就寝時と起床時で職員が入れ替わる場合等は、着実に職員間の連携をとって支援していく必要があります。

実践のポイント

- 利用者の起床・就寝時間についてアセスメントを行い、その人の生活習慣や意向を考慮して支援計画を作成する。



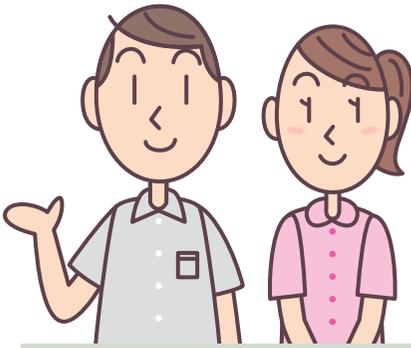
実践のポイント

- アセスメント結果を大事にしながらも、毎日、利用者一人ひとりの意思を確認した上で起床・就寝支援を行う。
- 毎日の起床・就寝の時間やそのときの利用者の状態は記録に残す。
- どの職員でも利用者にあった起床支援ができるよう、職員間の情報共有と報告・連絡・相談を着実にを行う。



参 考 事 例

- 決められた朝食時間にとらわれず、個人の状態、意向に沿った起床支援を実践するため、朝食時間に間に合わなかった場合に提供する代替の食事を用意しておく。
- 起床時間が極端に早い又は遅い、又は時間が定まっておらず不安定な利用者がある場合には、栄養士や看護職員、医師等と連携して対策をとる。
- 睡眠や起床の記録をとる ICT 機器や介護ロボットを活用する。
- 利用者の状態に合わせて、起床支援にリフト等の福祉用具を活用する。
- 起床が集中する朝の時間帯に職員を多く配置できるようにシフトを工夫する。又は、介護助手等の人材を活用する。

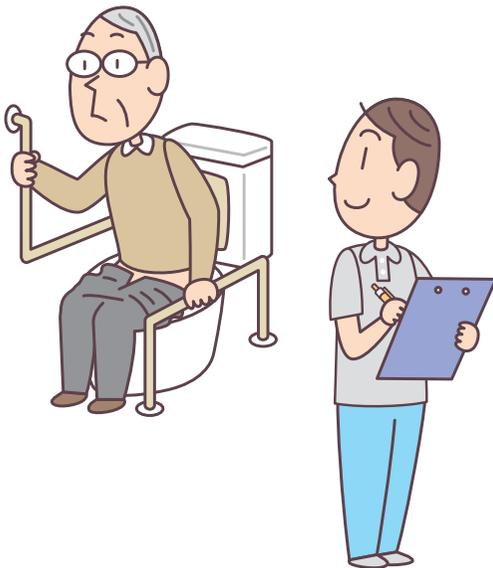


B-3.

利用者の尊厳・プライバシーに配慮した排泄支援

考え方

日常生活動作の中でも、排泄は個人の尊厳に特に大きく関わります。「自分らしく」生活していく上で、利用者の尊厳・プライバシーに配慮した排泄支援を行っていくことは個別ケアでも重要な視点です。個別ケアでは、集団的な排泄支援ではなく、一人ひとりに合わせて随時に排泄支援を行うことが基本です。排泄データを取っていくことはもちろん、利用者の状態や意向を把握し、気持ちに寄り添った支援を行います。



実践のポイント

- 利用者の排泄リズムを把握するため、1週間、1時間といった一定の期間・時間で排泄の有無や量を測定し、記録し分析する。
※1週間は例示であり、本人の状態に応じて2週間、2時間、他の期間・時間を設定しても問題ない。
- アセスメントと排泄リズムの情報を把握しつつ、その都度利用者の意思も確認して、心身の状態に配慮して支援を行う。利用者の意思を確認する際は、他の利用者に聞こえないよう配慮する。



実践のポイント

- 排泄支援の際は、利用者の尊厳・プライバシーを尊重し、他の利用者の目に触れない、臭いが漏れない、聞こえないように行う。
- 利用者の状態に応じた排泄用品を使用する。利用者の状態が変化したらアセスメントを取り直し、排泄用品の変更も適宜行う。
- 未使用の排泄用品は利用者ごとに、居室やベッド付近等、本人の近くに準備しておくのが望ましい。
- 使用済み排泄用品の持ち運びは、外見でそれとわからないよう（排泄交換をしたとわからないように）工夫して行う。
- 排泄に関するアセスメントは健康管理上重要であるので、変化があった場合は適切に職員間で情報共有する。

参 考 事 例

- 利用者に合った排泄用品を用意できるよう、パット等も含め、種類を多く準備する。10種類以上備えておくのが望ましい。
- 利用者に排泄の意思について声かけする際、他の利用者に聞こえそうな距離の場合は、少し移動する等の配慮をする。
- 排泄支援の環境の整備（消臭対策、備品の衛生管理、カーテンの場合はドアの取り付け等）を行う。
- 衛生管理上、トイレと汚物処理室は分けるのが望ましい（トイレ内に汚物処理室を置かない）。
- 排泄支援時に利用者の自立も促すことができるよう、手すり等の補助用具を設置、使用する。



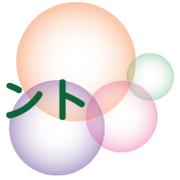
B-4.

おいしく、楽しい食事支援

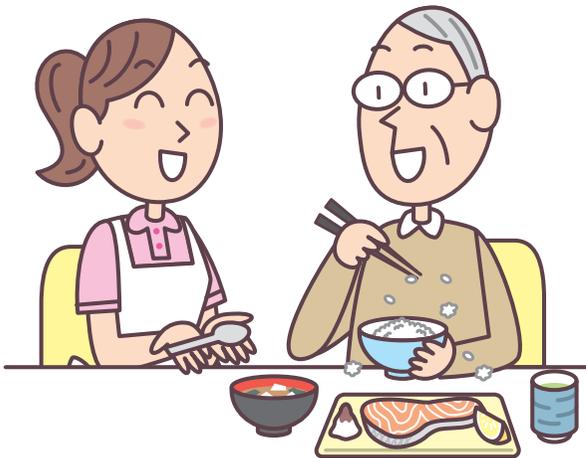
考え方

食事は日常生活上の楽しみであり、見た目、味、雰囲気等、食事の環境は利用者の生きるモチベーションや自立度にも影響します。利用者の身体、健康状態に合わせてできる限り本人の好みや意向に沿い、最期まで口で食べられる食事支援をすることが大切です。

実践のポイント



- 食生活について利用者や家族から情報を得て、利用者の意向や好み（温度・量等）を把握し、アセスメントを行う。
- 食事の意向や好みは変化することもあるので、利用者本人への意向確認を含め、定期的に確認を行う。
- 咀嚼、嚥下困難になる等、食事に制約がかかった場合でも、極力見た目、味を通常の食事に近いかたちで提供できるよう工夫する。
- 利用者の身体機能に配慮し、状態に合った食器や自助具を使用する。





実践のポイント

- 正しく、無理のない姿勢で食事がとれるよう、テーブルやイスの高さ、食事介助する職員の位置などに配慮する。

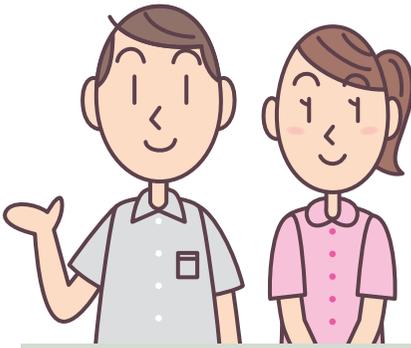


参 考 事 例

- 集団ではなく、「個人ごとに用意された食事」「その人らしい食事」の認識を持っていただくため、食器の一部またはセットを、利用者個人が用意した食器（マグカップ・湯飲み等）を利用する。
- 正しい姿勢で食事するために、食事の際のテーブルやイスの種類を複数用意し、利用者に合わせて使用できるようにする。
- 利用者の意向により通常の食事時間に食事支援ができなかった場合や、利用者に求められた場合に適宜対応できるよう、あらかじめ軽食等を準備しておく。
- 食事は、アセスメントに基づいて利用者の好みの温度で提供する。また、食事支援に時間がかかる等の理由で、調理してから時間が経ってしまったときは、利用者本人の希望に応じて、温め直して提供する。
- 利用者の食欲を促すよう、炊飯や盛り付け等の調理の過程（の一部）が見られるようにする。
- 食事の楽しみを増やすため、本人の嗜好品（アルコール等）を用意する。
- 利用者本人が可能な限り口から食べる楽しみをもてるよう、刻み食に加え、ソフト食やムース食を検討する。

B-5.

利用者に合わせて入浴支援



考え方

身体を清潔に保ち、気持ちよく生活していく上で入浴支援は大切な時間です。入浴支援は、要介護度が上がるにつれて、利用者も職員も負担が大きくなるという課題があります。利用者が負担を感じることなく安全で、リラックス、リフレッシュできるように、支援をしていくことが必要です。

実践のポイント

- 入浴支援は流れ作業ではなく、利用者と向き合って個人ごとのケアを行っていくものであるという意識を徹底する。



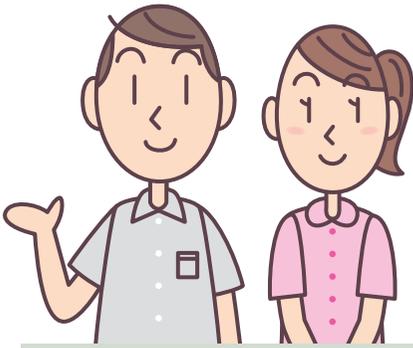


実践のポイント

- 居室や共同生活室から浴室に移り、入浴後、浴室から居室等に戻るまでの一連が入浴支援であるという認識を持ち、これを意識してアセスメントを行う。
- 入浴支援中は、声掛けをして利用者の意向等を適宜確認する。
- 利用者が気持ちよく入浴できるよう、脱衣所や浴室は排泄用品や掃除用具は見えないようにする等、環境整備や整理整頓を行う。
- 着替えや脱衣の際は、利用者の尊厳やプライバシーに配慮し、他の利用者に見えないように支援を行う。

参 考 事 例

- 利用者一人ひとりの意向に沿った入浴支援ができるよう、施設の入浴可能日（浴室を使用する日）を4日以上確保し、入浴支援を行う日や時間帯を分散させる。
- 利用者の意向に沿った入浴支援ができるよう、一人ひとりの入浴の時間には余裕を持ち、そのための勤務態勢を工夫する。
- 利用者職員との馴染みの関係の構築から、個人ごとの入浴支援（マンツーマン入浴：1人の利用者に対して同じ職員が入浴の一連の支援を担当する）を行う。
- 利用者の身体状況に合わせて、リフト付き浴槽等を使用し、利用者職員との負担軽減をする。
- 利用者の好みの温度や備品（タオル・シャンプー等）も聞いて対応する。



B-6.

レクリエーション活動や 行事で豊かな日常を過ごす

考え方

利用者の日常生活（食事・排泄・入浴等）以外の生活活動として、レクリエーション活動や行事などがあります。利用者が余暇を楽しみ、豊かな日常を過ごすために、施設の個性や地域性を活かしながら、利用者が楽しく主体的に参加できるレクリエーション活動や行事の在り方を考えていく必要があります。



実践のポイント

- レクリエーション活動や行事の企画の際は、利用者の意見を聞き取り、意向を取り入れる工夫をする。
- レクリエーション活動や行事の参加については、毎回利用者に参加の意思を確認する。

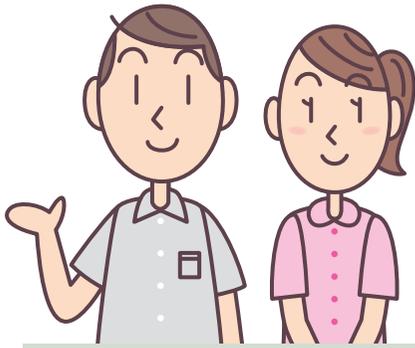
実践のポイント

- 施設全体規模のものやグループ（ユニット）単位のもの等、レクリエーション活動や行事の規模のバリエーションを用意する。
- 利用者が心身の状態により、レクリエーション活動等で求められる動作が行えなくても、見ているだけ、聞いているだけでも体感できるような内容のものを用意する。
- 利用者家族も参加できるレクリエーション活動や行事を企画する。



参 考 事 例

- 日常生活上の余暇を豊かにするという観点を押さえ、入所（入居）までの暮らしや季節を感じることができる屋内・屋外のレクリエーション活動や行事を取り入れる。
- レクリエーション活動や行事の講師や運営に、ボランティア等、外部の人に参加・協力してもらう。
- 地域の住民等との交流できるレクリエーション活動や行事を取り入れる。
- レクリエーション活動や行事を柔軟に行えるよう、職員による随時提案の権限や、レクリエーション活動や行事にかかる費用の支出権限を委譲する。
- 本人と家族で行う誕生日のお祝い、外食等の支援を行う。



B-7.

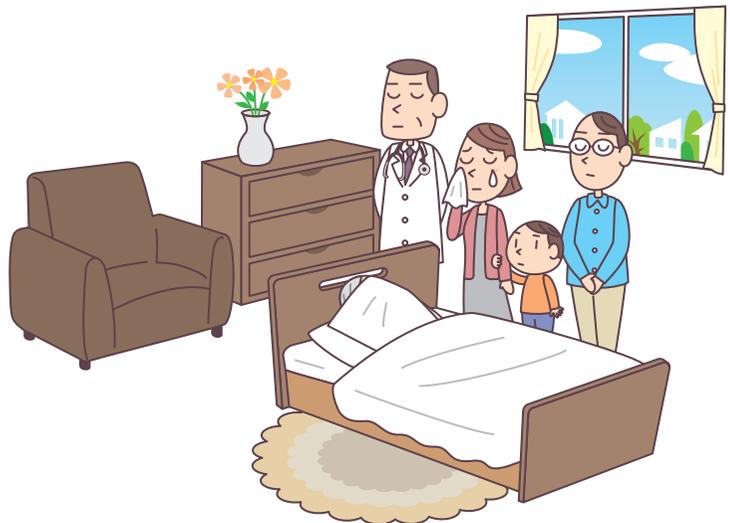
日常のケアの延長としての 看取りの支援

考え方

最期のときを迎える場所が特別養護老人ホームであるという利用者も増えてきており、看取り支援を行う施設は多くなっています。また、特別養護老人ホームは医療施設ではないことから、職員間の連携はもちろん、医師との連携も求められています。個別ケアの観点から、看取りは日常生活の延長であることを念頭に、利用者本人、家族とのコミュニケーションをとりながら、環境、体制を整えることが必要です。

実践のポイント

- 施設であらかじめ看取り支援のルールを定める。ルールの策定にあたっては、配置医師や協力医療機関の医師の見解を仰ぐ。
- 看取り期は家族への連絡を迅速に行えるよう、あらかじめ施設でルールを定めておく。
- まだ看取り期にない利用者についても、入所（入居）時や入所（入居）後に、看取りについての意向や希望を利用者と家族に確認し、アセスメントを行う。



実践のポイント



- 看取り支援については、利用者も家族も、途中で考え方や意向が変わることがあるということを理解する。そのため、定期的に確認し対応することが望ましい。
- 看取り支援の情報は、グループやユニットだけでなく施設全体で共有する。
- 看護職員が中心となって医師との連携を行い、医師からの指示等については、必ず多職種で共有する。
- 看取り支援を行った際は、管理者（施設長）も含め職員全体で振り返り（カンファレンス）を行う。
- 看取りを行った職員のメンタルケアを行う。

参 考 事 例

- 看取り期の食事は、施設のメニューではなく、利用者個人の意向に沿ったメニューにする等、できる限り要望に応えられるよう工夫する。
- 看取り期に利用者が家族と過ごせるよう、利用者の居室又は施設内に、家族が泊まることのできるスペースを確保する。
- 利用者が亡くなられたときは、共に過ごした時間を大切に、他の利用者や職員もお別れができるようにする。
- 家族会等で施設の看取り支援の方針について説明し、利用者家族にも看取り支援について理解いただくよう周知に努める。
- 施設の看取りの取組みについて、地域の住民向けに勉強会等を行い、地域全体で看取りについての意識を深める。



B-8.

記録の取り方

考え方

記録は、情報伝達（チームケア）の手段であり、仕事の成果を表すものです。利用者の1日の暮らしぶりや支援の様子を都度、適切に記録し、求めがあったときには開示できるように、対応できるようにします。記録は、アセスメントと連動するようにします。

実践のポイント

- 記録を一元化（1つの様式に利用者1人に対して多職種で作成）する。
- 記録を取ったときは、アセスメントシートと照合し確認を行う。
- 職員が適切に記録を取れるよう、書き方等のマニュアル作成や研修を行う。
- 個人情報に配慮した記録の管理をする。

参 考 事 例

- 個別ケアを実践する上で、アセスメント・記録・ケアプランが連動する仕組みを構築する。
- ICT機器を適切に活用し、記録にかかる時間・労力の省力化を図る。
- ICT機器の導入にあたっては、勉強会の開催や使いやすい機器の検討も重要である。
- 記録の正確性を期すため、都度、適切に記録することが望ましい。
- 利用者のケアが最優先であることから、利用者の身近で記録することが望ましい。

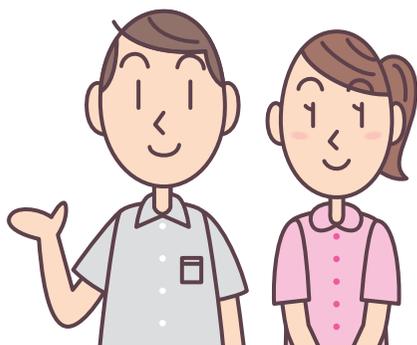
看護職員の記述

時刻	生活リズム	支援したこと	支援時の様子・環境	確認項目							健康										
				飲み物 内容	量 (mL)	おやつ 内容	食事		排泄			入浴									
							主 食	割合	便 性状・臭い 尿量	排泄用品											
0:00																					
1:00																					
2:00																					
3:00																					
4:00																					
5:00																					
6:00																					
7:00	10 起床、トイレ・着替え・洗面	移乗・誘導 衣類準備	自分でお腹をさすった。																		
8:00	20 食事	食事準備		お茶 牛乳 水	100 200 50	ヨーグルト 1	朝食 主 割合	10 10 10	トースト 1												
9:00	30 新聞・テレビ 歯磨き・化粧	バイタル チェック																			
10:00	30 トイレ・外出	昼食後の業 の準備	突然の外出で驚いていたが、うれしそうに出かけた																		
11:00																					
12:00	(*外食)		美味しく食べていたとご家族より																		
13:00																					
14:00	30 トイレ ベッドに横になる	移乗	少し疲れた表情																		
15:00	45 「起きます」	移乗																			

栄養士の記述

介護職員の記述

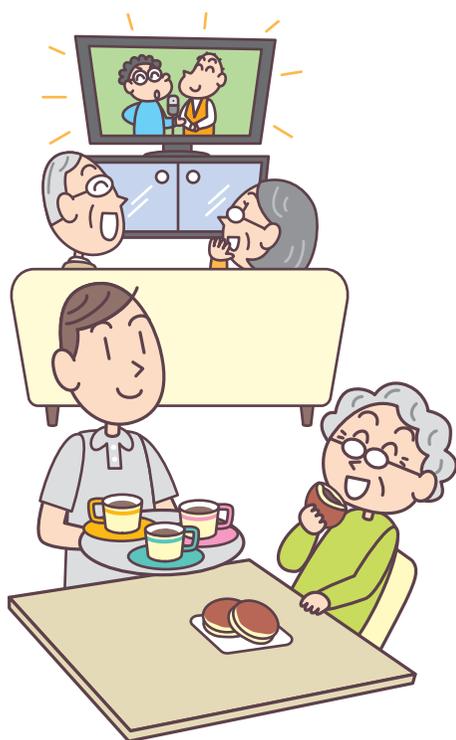
C-1.



居心地の良い 環境・空間づくり

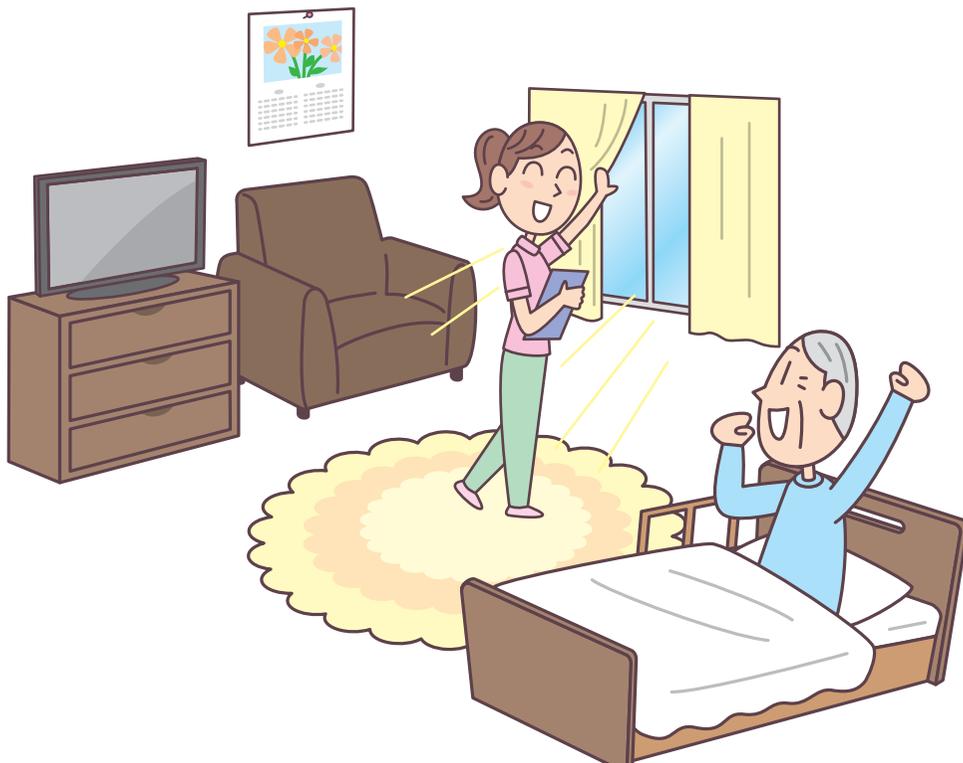
考え方

施設は、利用者の日常生活を過ごす場所なので、居室や共同生活室等、思い思いの場所で過ごせることが大切です。そのため、施設の各所を「居心地の良い場所」として整備する必要があります。また、利用者の居心地の良い場所は、一人ひとり異なります。利用者が施設内に自分自身の「居場所」を見つけ、自由に過ごすことができるよう、空間づくりや配慮が求められます。



実践のポイント

- 利用者の居室やベッドの周りを清潔に努め、利用者の好きな個人の持ち物を配置できるよう工夫する。
- 利用者が日中過ごす場所を自分自身で選べるよう、くつろげるスペースを複数用意する。
- 施設内の目に付くところに使用済みタオルや洗濯物等を置かない。
- 施設内の掲示物は、乱雑にならないよう管理する。



参 考 事 例

- 居心地の良い日常生活の場を演出するため、観葉植物を置いたり、採光や照明を工夫したり、空間づくりに努める。インテリアに関しては、利用者からの意見も伺う。
- 食事をとる場所と、食事以外の時間に利用者がくつろぐ場所は別に設ける。
- 利用者個人のプライベート空間を確保できるよう、仕切りや目隠しの配置などを工夫する。
- 利用者が使っていた家具（仏壇や神棚等も含む）や趣味のものを持ち込んで置けるようにする。
- 食事用のテーブル・いすとは別に、ソファー等を設置して、くつろぐ場を設けることが望ましい。

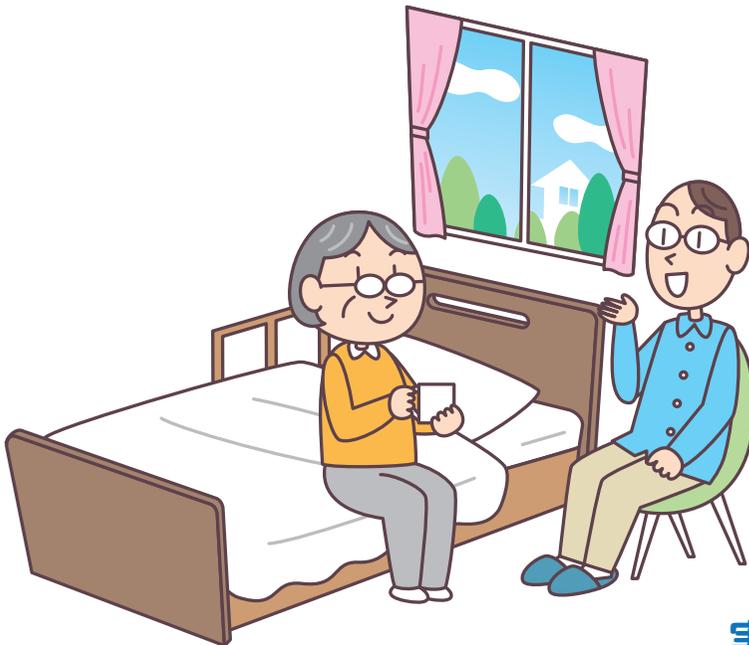
C-2.



利用者と家族の 居場所づくり

考え方

入所（入居）後も、利用者と家族と一緒に過ごす時間を持っていただくため、家族が遠慮することなく施設を訪問し、滞在できるようにすることが必要です。

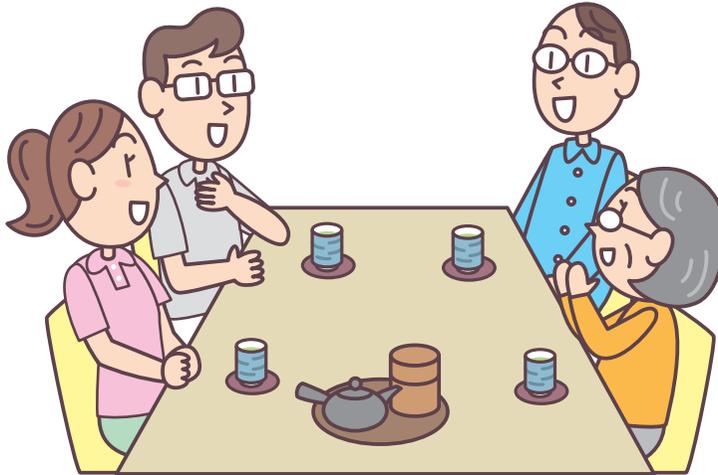


実践のポイント

- 利用者と家族の施設での過ごし方について、利用できるスペースや時間帯等を積極的に利用者や家族に周知する。
- 家族の訪問時に利用者や家族が過ごすスペースを居室内又は施設内の他の場所に用意する。

実践のポイント

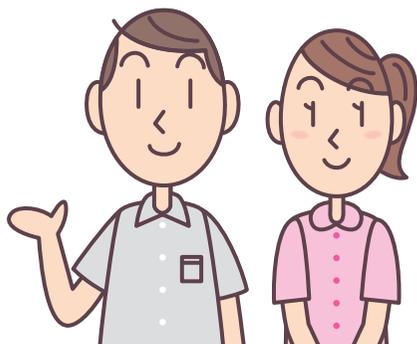
- （施設のルールの範囲内で）いつでも、どの職員でも家族の訪問に対応できるよう、あらかじめ対応方法を職員間で統一しておく。
- 家族の訪問のきっかけとなるレクリエーション活動や行事、家族会を実施する。



参 考 事 例

- 家族や外部の方等に幅広く活用してもらえるような喫茶室、交流室等のオープンスペースを設ける。
- 遠方に住む家族が使用できる宿泊スペースを施設内に設ける。
- 家族が利用者の支援に参加できるよう、家族会で事例を紹介したり、介護技術や福祉用具の使用等の家族向け研修会を行ったり、幅広く情報提供をするよう努める。

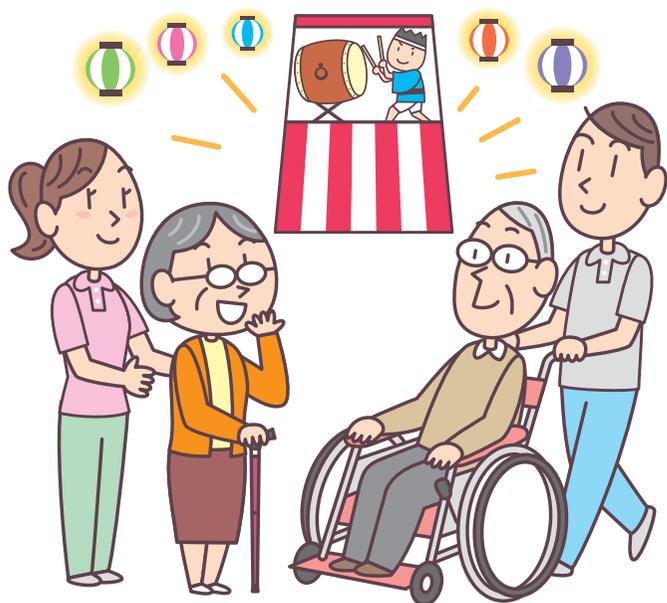
C-3.



地域との繋がりを感ずる 場をつくる

考え方

入所（入居）後も、利用者のこれまでの地域での暮らしを大切に、地域との繋がりを感ずながら日常生活を過ごすことができるよう、支援していくことが必要です。また、地域の様々な年代・立場の住民の方に施設・利用者に関わりを持っていただくことで、施設が地域での役割を持つことができます。



実践のポイント

- 利用者が地域でどのように暮らしてきたか、地域との繋がりの観点も踏まえてアセスメントする。
- 地域の住民が介護施設について理解を深められるような企画（施設見学、ボランティア体験等）を用意する。



参 考 事 例

- 入所（入居）後も、利用者が地域の行事等に参加できるようにする。
- 施設内に地域の住民が訪問・使用できるスペース（地域交流スペース等）を設ける。
- 施設内に地域の住民と利用者が一緒にくつろぐことができるスペース（喫茶室、談話室、図書室等）を設ける。
- 地域の住民も参加できるレクリエーション活動や行事を企画する。
- 地域と連携し、レクリエーション活動や行事等を共同企画する。
- 自治体と連携して、施設として地域活動（防災、地域見守り等）に参加する。

この事業は、平成30年度老人保健事業推進費等補助金
(老人保健健康増進等事業分)により実施したものです。

特別養護老人ホームにおける「個別ケアのガイドライン」

平成31年(2019)3月発行

一般社団法人 日本ユニットケア推進センター
〒101-0062 東京都千代田区神田駿河台1-8-11 東京YWCA会館 308号室

禁無断転載

