

2005年度 A棟余暇活動の取り組みについて

余暇活動の基盤作り

A棟は自閉傾向の強い方が大半で、作業の無い休日は何をするのかの見通しが持てずに不安定になって余暇を楽しめないことが多かった。そこで、休日の余暇活動を固定した内容にし、一日の流れをわかりやすくすることで余暇活動を楽しめるようにすることを目指した。

	午前	午後
土曜日	ドライブ 散歩	オヤツ作り
日曜日	一日外出（月に一度）/調理実習（月に一度）/個別外出	
祝日	ドライブ 散歩	散歩

余暇活動を固定した内容にした結果、一人一人が「次は何をするのか」が分かるようになり、以前のように見通しが持てずに不安定になることなく落ち着いて楽しむことができるようになってきた。そこで、活動の内容を「落ち着いて過ごす」から「余暇を楽しむ」ことに重点を置くようにした。また、今まで帰宅者が多い週を選んで行っていた一日外出を全員が参加できる形にし、入居者同士の仲間意識が深められるようにした。

2005年度の余暇活動

・一日外出

月に一度、ガルのバスに乗って全員で外出。なるべく四季を感じて自然に触れられるような内容にしたり、慣れない場所へ行くことで社会経験を増やしていった。また、A棟だけでなく、グループホームの方や他棟と合同で外出することで普段は関わりの少ない人たちと交流する機会を作った。

2005年3月…海遊館（さくらハウスと合同）

4月…京都岡崎動物園

5月…ブルーメの丘

6月…奈良公園

7月…びわこバレイ

8月…希望が丘

9月…太田農園 ぶどう狩り（GHゆりかもめと合同）

10月…夕食外出

11月…比叡山ドライブウェイ 紅葉狩り（GHゆりかもめと合同）

12月…海遊館（B棟と合同）

2006年1月…堅田イズミヤで買い物

- ・調理実習

月に一度、自分たちで昼食を作って「食べる」ことだけでなく「作って食べる」ことを体験した。

- ・散髪

今までガルに来てくださっていたボランティアさんにカットをお願いしたり、棟の職員でカットしていたりしたが、施設外での経験を積むために地域の理髪店を利用するようにした。

- ・誕生日会

今までは土曜日の午後にケーキを食べたりプレゼントを渡したりする誕生日会だったが、一人一人にどんな誕生日会をしたいか希望を聞いて選べるようにした。

(例) ココスやマクドナルドで誕生日会

食べたいものを買に行き、いつもの昼食に+ することで豪華な昼食会にする・・・など。

これらの取り組みを始めて見えてきた変化

- ・ Aさんの場合 今まで余暇にほとんど参加できていなかったが、休日になると一日の予定を職員に確認してくるようになった。特に一日外出は本人の中で楽しみなものとして定着してきた。

- ・ Bさんの場合 日曜日は帰宅していて棟の外出に参加することは少なかったが、皆で一日外出へ行くようになってから、それを楽しみに仕事を頑張れたり、毎年不安定になっていた年一回のガル旅行で落ち着いて過ごせるようになった。

- ・ Cさんの場合 自閉傾向が強く、慣れない場所に行くと動きが取りにくかったが、外出を繰り返していくうちに集団を意識して皆の輪に入って行動できるようになってきた。また、以前は動きにくいために失禁されることも多かったが、今ではトイレへの移動もスムーズになり失禁することがなくなった。

地域の理髪店で散髪する取り組みを始めた頃は、店内に入ることに抵抗があり、こだわりであるスリッパを持っていなければ落ち着いて椅子に座っていることができなかつたり首を振ってカットを嫌がったりしていたが、回を重ねることにより今ではスリッパがなくても落ち着いてカットを受け、鏡でカットを受けている自分の姿を見る余裕もある。

- ・ Dさんの場合 4月からA棟に移動して来られたため、最初は皆の中に居場所がないような様子で表情も硬かったが、余暇活動を通して皆と一緒に

に行動することで仲間意識を持つことができるようになった。今では表情も明るく、自分から入居者に関わりに行く姿が多く見られる。

- ・ Eさんの場合 以前は外出をすると周りが気になって食事が入りにくかったが、外出の経験を重ねることで慣れない場所に適応する力がつき、食事もしっかりと摂れるようになった。

今後の余暇のあり方

月に一度のバス外出は継続し、いろいろなものに触れたり経験したりする機会を保障して皆の興味の幅を広げていく。また、保護者からの要望でもある身体を動かせる余暇も取り入れていく。