コロナ禍におけるエクシングの取り組みについて

株式会社エクシング
エリア事業部　関西第二支店
支店長　川井田繁樹

株式会社エクシングについて

ブラザー工業株式会社の子会社。カラオケブランド「JOYSOUND」を展開する業務用カラオケ機器メーカーです。また全国の介護・福祉関連施設向け音楽療養コンテンツ「健康王国」を搭載した機器を提供、多くの施設に導入いただいています。

健康王国とは

高齢者施設向けトータルヘルスケア機器「JOYSOUND FESTA」に搭載された音楽療養コンテンツです。

音楽と体操、理学療法士・作業療法士の監修による個別機能訓練のポイントやクイズ、また懐かしい昭和の映像など、約900種類の豊富なコンテンツを用いて、介護施設で音楽を楽しみながら運動を実践することが可能です。個別機能訓練加算取得の運動メニューとしてもご利用いただいています。

コロナ禍での有用な利用方法

ウィズコロナにある現在では、映像を見ながら密を避けて利用ができること、またサポートする側の負担も軽減できることから、「安心短時間プログラム」を2020年7月より全国で提案させていただきました（図1）。

図1

「安心短時間プログラム」を提案した背景

当プログラムを提案した背景としては、以下のことがあげられます。

・「3密」回避を優先した結果、レクリエーション（特に集団での運動）の実施が減少したため、高齢者の方々のADL(日常生活動作)低下や、フレイルの進行等のリスクが発生しているのではないか。

・「密」を避けるため少人数での運動を行っているので、実施回数が増え、スタッフの負担が増加しているのではないか。（従来の集団で実施の場合と比較すると、少なくとも2倍以上の回数が必要。）

・従来実施していたアクティビティやレクリエーションが行えなくなり、「利用者・職員共にストレスを抱えている」「実施方法についても悩んでいる」という声をいただいていたこと。

厚生労働省から出された『介護現場における感染対策の手引き』には、レクリエーションやリハビリテーション等集団で実施する際には、「3つの密」を回避ということに加えて、以下のことが明記されています（図2）。

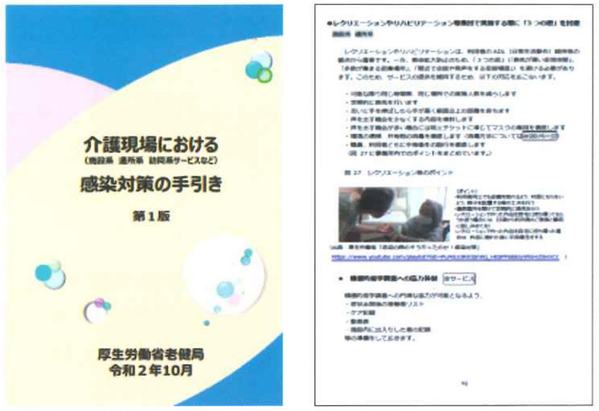

図2　介護現場における感染対策の手引き
（厚生労働省老健局．2020年10月）

ゆったり体操一覧　2-1

ゆったり体操<上肢運動1>　約14分

カテゴリ	タイトル	コンテンツ名	時間
体を動かす	手指体操	手指の筋力トレーニング	5分
体を動かす	顔ヨガスマイル体操	やさしさに包まれたなら(初級編)	6分
体を動かす	あんしん体操	一人体操(現在)	3分

ゆったり体操<上肢運動2>　約17分

カテゴリ	タイトル	コンテンツ名	時間
体を動かす	ラジオ体操	ラジオ体操　第一	3分
体を動かす	手指体操	手指の柔軟体操	5分
体を動かす	座って踊れるフラダンス	故郷（ふるさと）	4分
眺る癒す	音の周波数528Hz	AT SUNSET	5分

ゆったり体操<上肢運動3　発声あり>　約20分

カテゴリ	タイトル	コンテンツ名	時間
遊ぶ	一日のはじまり	一日のはじまり 今日の思い出編	3分
体を動かす	ゆったり体操	カモメの水兵さん	5分
体を動かす	顔ヨガスマイル体操	知れたらいいな(中級編)	7分
眺る癒す	音の周波数528Hz	Eternal Soul	5分

ゆったり体操<下肢運動>　約16分

カテゴリ	タイトル	コンテンツ名	時間
体を動かす	ゆうゆう体操	ゆうゆう体操	5分
体を動かす	ねないろけけけ	(初級編)手拭ききけけ<楽>	7分
体を動かす	個別機能訓練のポイント	筋下を伸く	4分

ゆったり体操<全身運動1>　約18分

カテゴリ	タイトル	コンテンツ名	時間
体を動かす	ゆったり体操	春の小川	5分
体を動かす	あんしん体操	一人体操(現在)	3分
体を動かす	手指体操	手指を動かして頭のトレーニング	5分
眺る癒す	音の周波数528Hz	ECHO	5分

ゆったり体操<全身運動2>　約18分

カテゴリ	タイトル	コンテンツ名	時間
体を動かす	ゆったり体操	春の小川	5分
体を動かす	あんしん体操	一人体操(現在)	3分
体を動かす	手指体操	手指を動かして頭のトレーニング	5分
眺る癒す	音の周波数528Hz	ECHO	5分

図3　安心短時間プログラムの内容
（実施環境と運動コンテンツ、監修付きコンテンツ）

◎レクリエーションやリハビリテーションは、利用者のADL維持等の観点から重要。

◎可能な限り同じ時間帯、同じ場所での実施人数を減らす。

◎利用者同士でも距離をとれるよう、対面にならないよう、椅子を配置する等の工夫を行う。

つまりADL維持のためにレクリエーションは重要であるが、対面を避け、少人数で、複数回に分けての実施が必要と読み取ることができます。しかし現場の職員の方々にとって、これまでの業務に加えてこのような対応を求められることは業務の負担が大きくなる可能性が高いと考え、今回、当プログラムの提案をさせていただきました。

提案後の評価

介護施設の現場では、日々不安を抱えながら従事されている職員の方々が多く、介護老人保健施設でも「運動機会の減少を起因としたADL低下を懸念されている」という声が多く聞かれましたが、当プロブラムの提案について施設の皆様からは、「ADLの維持に役立った」「運動不足を改善できた」等といった評価を多数頂戴しました。

コロナ対策に、安心短時間プログラム！（図3）

コロナ禍での機能訓練・アクティビティの充実のために、「健康王国」は皆様をサポートできるツールとなり得るものと考えます。今年度の緊急包括支援事業（介護分）でも、「3密防止をしながら、機能訓練やレクリエーションを継続提供していくのに必要な機器」ということで、多数の都道府県で交付対象としていただいた実績もあります。

今後も介護・福祉業界へ音楽や映像を通して新しい「JOY!!!（楽しさ！喜び！安らぎ！）」を創造し、提供し続けます。