

要介護老人の寝衣

——特別養護老人ホームの現状——

渡 辺 玉 見*

Night Wear and the Aged

——A Case Study in Home for the Aged——

Tamami Watanabe

要 旨 厚生省の発表によれば1992年9月末現在の満百歳以上の高齢者は4000人を突破したといわれ日本は本格的な高齢化社会を迎えている。高齢人口の増加にともない寝たきり老人の人口が増加することは必至であると考えられる。寝たきりでなくても介護の必要な高齢者が在宅及び特別養護老人ホームで生活しているが、衣服の着脱に介助を要する人達の寝衣の実状については報告が少ない。本報告は衣服の着脱に介助を要する高齢者の寝衣の現状調査と、着脱しやすい寝衣のデザイン検討を行った結果をまとめたものである。

最近の特別養護老人ホーム等においては、高齢者は寝たきりではなく寝かせきりなのだから介助により起きて生活させようという傾向も見られるようになってきている。したがって寝衣も日常着としての条件を十分に考慮する必要が生じた。そのような状況において、5種類の寝衣のデザインについて着脱の結果を出すことが出来たので報告する。

I はじめに

被服の目的の第1は身体保護である。身体を快適におおい保護するためには加齢にともなう身体機能の低下を十分考慮しなければならない。

高年齢になるにしたがって、個人差はあるが体型的変化はまぬがれない。更に身体各部の機能の低下とともに障害が加わってくる。以上のような条件のもとでは、着脱の容易さ・動作の容易さが被服に求められてくる。要介護老人の被服を考えるとときその形態は2種類に区分される。日常着つまり昼間の服と寝衣である。特に片麻痺などの障害による寝たきり状態になれば寝衣が生活の大部分を占めることになる。寝衣

を考える時、着用者の身体的状況・素材・デザイン・色・柄・洗濯による耐久性などの構成因子が考えられるが、本研究はデザインを中心にその機能性を求めてみたいと考え、デザインの異なる寝衣を製作し、着用実験を試みた。

II 研究方法

1. 横浜市における特別養護老人ホームの寝衣の現状

特別養護老人ホーム入園者が現在使用している寝衣がどのようなデザイン傾向であるかについて調査を行うこととした。

2. 要介護老人の寝衣のデザイン

寝衣とは就寝時に着用する衣服であるが寝たきり又は身体に障害があり、自由に動くことが出来ない場合は寝起巻と言う言葉が適切であるかどうかかわからないが、昼夜の区別なく同一の

* 本学教授 被服構成学

衣服で過ごすこともある。専門店・デパートなどでは要介護者の寝衣の要求を満たすため多くのメーカーの寝衣が販売されている。

1) 実験用寝衣の製作

身体を覆い保護することにデザインの原点を求め、平面構成の被服である和服の工夫を試みた。又立体構成のものは身体にフィットする着やすさを考えたデザインとした。特別養護老人ホーム入園者の寝衣についてはその大部分が既製の寝衣を購入し着用している場合が多い。そのため身体に障害のあるときにはデザイン・サイズについての不満も多くある¹⁾。寝衣の着脱時に介助を要する者の状態をみみると次のように分けられる。

- ① 全く寝たきりの状態。手足の拘縮等があり体位変換・歩行が困難である。
- ② 半身または身体の一部に障害がある。リウマチや脳内出血などの後遺症による片麻痺・手足の拘縮などで部分的に不自由である。
- ③ 身体機能に特別な障害はないが痴呆がある。

①～③について考えると、動作すべてに介助が必要である者、一部について介助の必要な者痴呆の状態によっては着脱の順序を指示することにより着脱の自立が可能な者もある。このような条件により5種類の実験用寝衣のデザインを選定し製作した。(図1～図5)

2) 寝衣の着用及び観察

被検者……特別養護老人ホーム入園者で65才から100才までの男・2名、女・8名による着用実験を行う。

着用条件……就寝時 (PM 6:30～7:30頃) に寝衣に着がえるので各自のベッドにおいて日常着脱をしている状態で実験用寝衣を着用する。着用に際しては、体位変換及び障害等もあるので専門のワーカーによる介助で着用を行い寝衣の適合性を観察した。



図1 実験用寝衣 A



図2 実験用寝衣 B

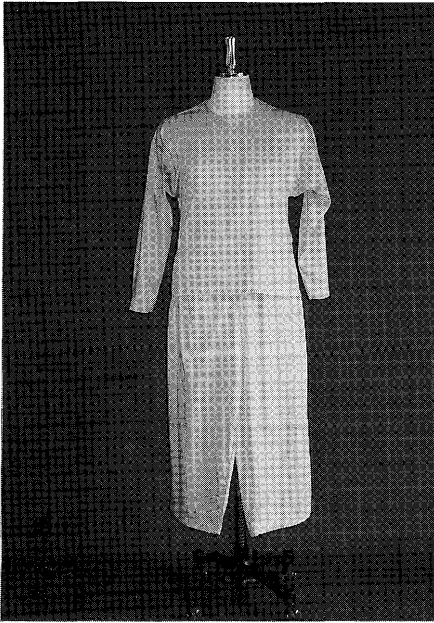


図3 実験用寝衣 C



図5 実験用寝衣 E



図4 実験用寝衣 D

III 結果及び考察

1. 特別養護老人ホームにおける寝衣の現状

横浜市内の2か所の特別養護老人ホームの入園者が現在使用している寝衣のデザイン及び使用枚数について調査を行った。

調査期間：1992年4月～8月

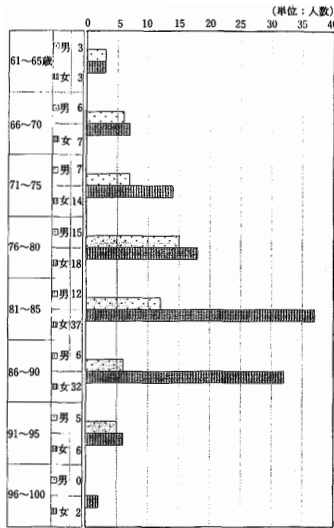
調査場所：横浜市旭区・瀬谷区の特別養護老人ホーム

調査対象：特別養護老人ホーム入園者(表1)

男 54名, 女 119名

いずれの施設も寝衣についての規定はなく、在宅時に使用していたもの及び必要に応じて自由に本人及び家族が用意したものを使用している。したがって大部分は市販の一般寝衣だと考えられる。使用している寝衣のデザイン及び所持数をアンケート調査より見ると、表3のようである。使用枚数が多く洋服型二部式・和服型一部式の2種類を使用している者、洋服型一部式のネグリジェを使用している者、痴呆が進みつなぎ型を使用している者もあった。アンケー

表1 年齢別による人数



トには7種の寝衣のデザインを示し(表2), その中から選択する方法を用いた。最も多く使用されていたのが洋服型二部式で上下二部に区分されているものであった。次が和服型一部式ガーゼねまきであった(表3)。又身体状況及び着脱の自立の状況をみると表4のようである。片麻痺による一部介助の必要な者 声をかけ、順番を指示すると自分で出来る者 下肢に拘縮はあるが上衣は介助不要の者 着脱衣の自立している者 寝たきりで全面介助の者と症状により各自条件が異なっている。現在使用している寝衣は、洋服型二部式・和服型一部式でそれぞれ着用者の症状により不便な点があるが、身近に介護用の寝衣を販売している店がないため一般用の寝衣を使用しているのが現状であると考えられる。使用枚数については3枚が大多

表2 アンケートの寝衣のデザイン

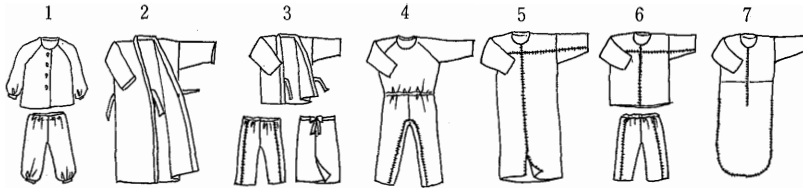


表3-1 現在使用のデザイン

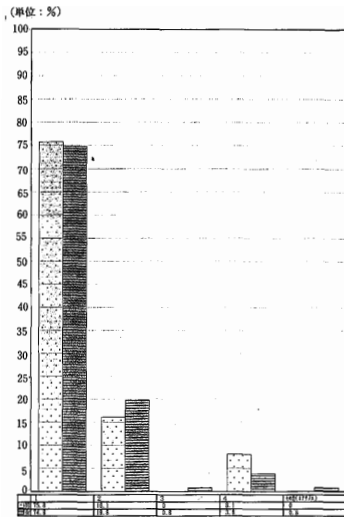


表3-2 現在使用の枚数

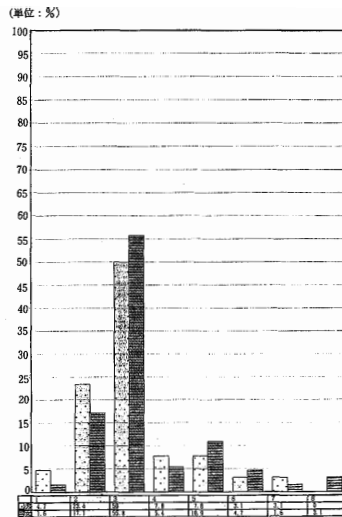
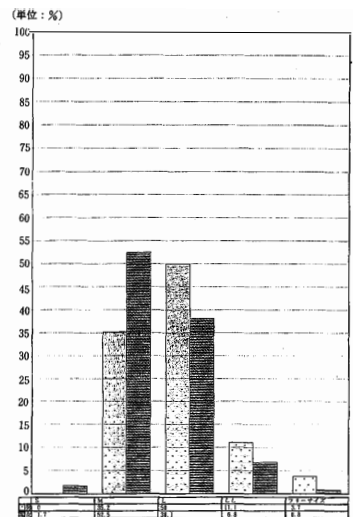


表3-3 現在使用のサイズ



要介護老人の寝衣

表4 身体に関する介護の状況

(単位%)

| | 男 | 女 |
|----------------------------|------|------|
| 全面介助 | 29.6 | 31.1 |
| 一部介助：上衣は自分で着替えることができる | 3.7 | 6.7 |
| 一部介助：ズボンの上げ下げぐらいはできる | 3.7 | 0.8 |
| 一部介助：声をかけ順番を指示すると自分でできる | 5.6 | 12.6 |
| 一部介助：ひとりで着替えるときと着替えないときがある | 1.9 | 1.7 |
| 着替えはほとんど自分でできる | 5.6 | 12.6 |
| 自分で着替えることができる | 50.0 | 34.5 |

数を占めている。洗濯の関係からみると乾燥機を使用するので多くの枚数を準備する必要はないであろう。

2. 要介護老人の寝衣のデザイン

1) 実験用寝衣の製作

寝衣は睡眠中、長時間にわたり着用するものであり、皮膚の新陳代謝の機能や体温調節の機能も低下することから考えると、素材として肌ざわりがよく動きやすい点からは綿メリヤス地やガーゼなどが適しているが、洗濯性を考えると上質のブロード・晒なども適当である。夏の寝衣としての条件は、胴まわりをしめつけない緩やかな形がよく、襟ぐりはやや大きく、袖ぐりは深いものがよい。縫い目はできるだけ身体

に当たらない位置に設計し、洗濯回数も多いので縫製についても注意を要する。デザインに関しては、障害のない場合は一般に寝衣として市販されているものが使用可能であるが被検者に対してはそれぞれの介助の状況を考慮して、デザインをA～Eの5種類に選定し製作した。

A型：和服型一部式(図6)

B型：フルオープン型一部式(図8)

C型：洋服型二部式(まち付)(図11)

D型：ジーンズ型二部式(図13)

E型：洋服型オープン二部式(図17)

被検者による寝衣の着用は就寝のためおむつを使用する者も多く、被検者の着用順序もその障害の状況によって異なる。車椅子に座位の状

表5 被検者の身体状況

| デザイン | 性別 | 年齢 | 身体状況 | |
|------|----------------|----|------|-------------------------|
| A型 | A ₁ | 男 | 91 | 全面介助：左半身の片麻痺 |
| | A ₂ | 女 | | 全面介助：両足に拘縮があり・痴呆は、重度の障害 |
| B型 | B ₁ | 女 | 65 | 全面介助：背部損傷でほとんど動かず |
| | B ₂ | 男 | | 全面介助：殆ど寝たきり・痴呆は、重度の障害 |
| C型 | C ₁ | 女 | 87 | 一部介助：上衣は自分で着用できる |
| | C ₂ | 女 | | 全面介助：下肢・背部に拘縮あり |
| D型 | D ₁ | 女 | 100 | 全面介助：全体的に機能低下 |
| | D ₂ | 女 | | 全面介助：下肢に拘縮あり |
| E型 | E ₁ | 女 | 69 | 全面介助：右半身の片麻痺 |
| | E ₂ | 女 | | 全面介助：左半身の片麻痺・痴呆 |

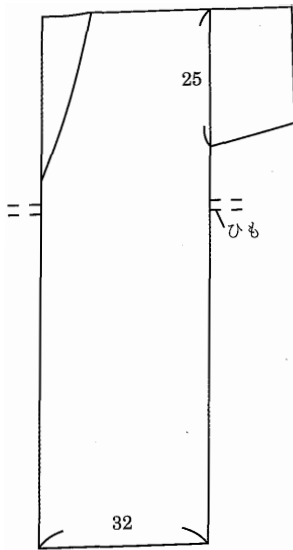


図 6



図 7

態で二部式の上衣のみ着替えを行う者、片麻痺では二部式でもすべてベッド上において着用させるなどすべて同一条件ではない。

A型：和服型一部式

和服の襟をはずし、衽もなく、全体的にゆったりした簡単な構成である。

- 夏は襟元も涼しくゆったりしていてよいが動作により前がはだけることもある。

- 2組のひもで留めてあるだけなので、おむつ交換は前がオープンになるので介助しやすいが移動のため車椅子にのせると安全ベルト使用のため前が開きやすい。
- 丈は座位では中途半端になるので腰がかくれる程度か、長着丈がよい。短いと前が開きやすい。
- 袖つけ寸法は大きい方がよい。市販のガーゼねまきは、袖つけ寸法が25~28 cm ぐらいのものが多く、30~32 cm ぐらい必要である。
- おむつ着用者のためには身幅が広い方がよい。後ろ幅32~33 cm ぐらいでよいが前打合せの場合は前幅45~50 cm 必要となる。

B型：フルオープン型一部式

留め具を全てはずすと一枚の布状になり麻痺などによる全面介助の場合ベッド上に寝衣を広げて体位変換して着用することができる。

- 後ろ中心・肩などの位置がずれたりした場合着せ直しのためには長い丈のもの全体を移動させなければならないので、自由に体位変換のできない者には着用時に注意が必要である。
- 後ろ身頃が一枚布の構成であり寝たきり者には縫い代が身体にあたることもなく、静かに寝ている状態であれば着用感は良好である。
- 動作によっては前がはだけることもあるので打合せがずれないように留め具の工夫が必要である。(図7)
- 車椅子への移動など体位変換時に一枚布のため腰のあたりで手のかかる部分がなく介助しにくい時もある。
- 身頃がオープンになるので、おむつ交換も便利である。おむつ使用の場合は腰囲寸法が大きくなるので身頃が広い方がよい。両足に拘縮がある場合など更に前幅が必要である。(図9)
- 袖下のマジックテープは脇など体位の変換により力がかかる部位は、はずれやすく弱い。(図10) スナップがよいが、スナップの大きいものはしっかり留まるが身体にあたること

要介護老人の寝衣

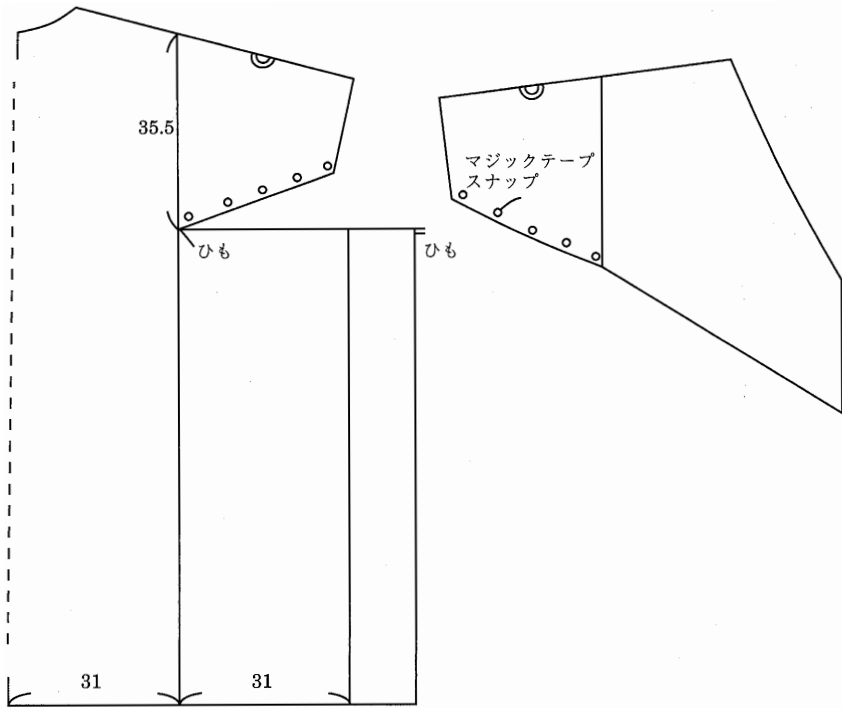


図 8



図 9

もあり問題としてあげられる。最近ソフトなマジックテープが出ているが、力のかかる部分では弱くてすぐはずれ使用は不可能であった。留め具の工夫がいるところである。

C型：洋服型二部式（まち付）



図10

市販されている普通のパジャマに近いサイズにし、前ボタンあきとした一般的なデザインである。着用状態をすっきりさせるため、ゆとりを少なくし、素材を伸縮性のある綿メリヤスにした。

◦被検者は手を動かすことは出来るが、着用時は片腕を通し体位変換して、もう片腕を通すという着用順序なので、オープン型のデザインより着用は時間を要する。留め具が少ない

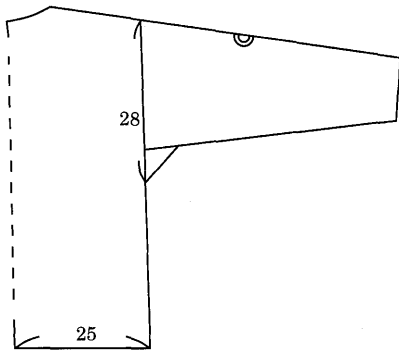
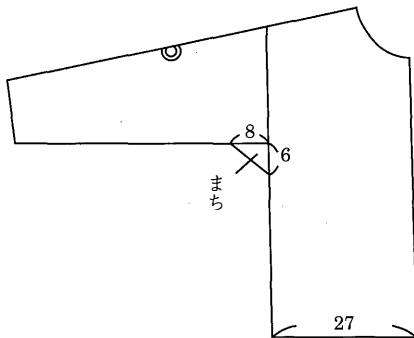


図11

ので着用後はすっきりして外観はとてもよい。身幅のゆとりは最も少ないが、伸縮性のある布地のため柔らかく着用しやすくすっきりしている。

- 身幅は狭いが袖つけ寸法は「まち」を入れることにより大きくなるので手を通す時の不便さはなくニット素材なので着用時も伸びがあり介助は容易である。(図12)
 - 素材は夏用で薄く柔らかいので、着心地はよいが、パンツはおむつを使用するため力がかかるので少し厚地の素材を使用すると耐久性もあり介助もしやすい。
- D型：ジンバイ型二部式
- 上衣は和服型と同じで打合せを2組のひもで留めたものである。A型と同様に動作によっては前がはだけることがある。
- 車椅子で移動する程度の動作であればひもの留め具も全体のゆとりも適切であるとの評価が得られた。
 - 袖つけ寸法はかなり大きく腕にも麻痺はない

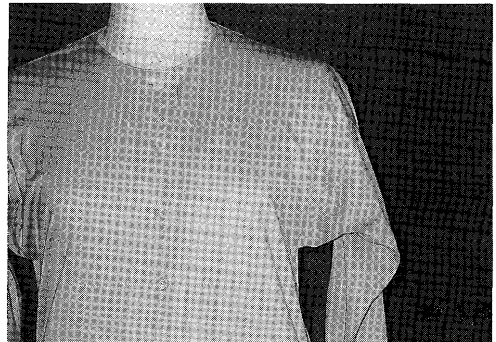


図12

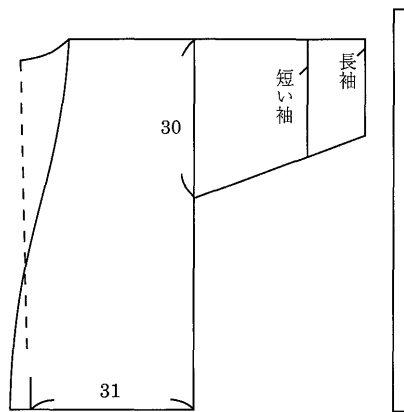


図13

が全体に太りぎみの被検者で袖に手を通す時やや支障があったが着用後のサイズは適度なゆるみもあり外観もよい。袖丈も左右長さの差をつけ製作したが、袖つけ寸法及び袖口寸法も広いので、夏季も長い袖丈でもよい。(図14, 15, 16)

E型：洋服型オープン二部式

袖・前身頃が3本のオープンファスナーにより全開することができるので障害のある者に使用するとよい。

- 片麻痺及び手の一部の拘縮などがある場合は包むような形で着用させることができるので着用者も苦痛が少なく介助も容易である。
- 3本のオープンファスナーがフロントネックポイント近くに集中するので、前襟ぐりをやや深くするとファスナーがあごに当たらずにす



図14



図15



図16

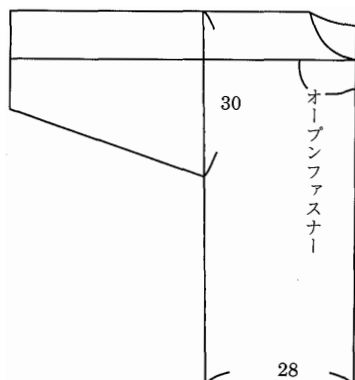


図17

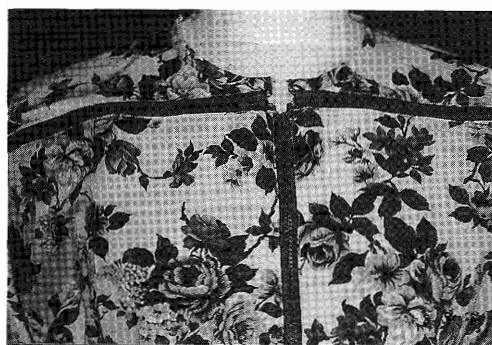


図18

む。(図18)

- 集中したファスナーを全開した時、対になる務歯を見つけにくいので目印をつけるなど介助者が扱いやすい留め具にするとよい。
- 自由に体位の変換ができない障害については着用位置がずれると前身頃が後ろに引きこまれたり、脇が後ろにまわったりして、着用時に左右のオープンファスナーの務歯を揃えてスライダーを通すことが困難なことも生じる。このような場合は着用時に全てのファスナーをオープンにせず、着用者の身体状況に合わせて着せ方も研究が必要である。(図19)



図19

- 市販されているオープンファスナーは、務歯の大きい、しっかりした型のものしかなく介助はしやすいが着用感はいいとはいえない。



図20

柔らかく身体への当たりがソフトなファスナーが求められる。

パンツについて

C・D・E型の寝衣については構成が二部式であり、パンツのサイズ・パターンは同一のものを使用し製作した。C型は素材が綿メリヤスであり伸縮性がある。D型は両脇にオープンファスナーを使用し、前面が開けるようなデザインとした。パンツの着用については就寝時も、移動のため車椅子を使用する時にも安全ベルトをするが、裾の乱れがなくすっきり着用できるので、一部介助の必要な者は二部式がよいと言える。(図20)

ポータブルトイレ等を使用する場合には、和服型一部式は裾が汚れることもあるのでパンツは便利に使用できる。パンツの形としてはどの被検者に対しても、身長による丈の長短はあるが今回使用のパターンは裾幅なども適切だったと言える。サイズについては以下のような点に注意を要するところである。

パンツ着用者は昼・夜間ともにおむつを使用する者もいるが、介助及び就寝を考えると夜間は特におむつが1~2枚増えることが多い。その結果腰まわりが非常にふくらんで腰囲寸法は大きいサイズに変化する。したがって二部式の



図21

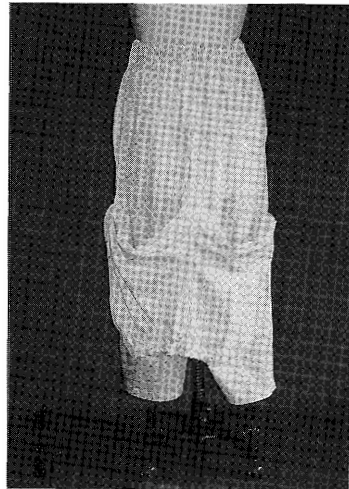


図22

場合は上衣より下衣のサイズは1~2サイズ大きいものが必要である。胴囲寸法と腰囲寸法は同寸が望ましい。腰囲寸法の変化とともに股上寸法も深くしなければならない。しかし腰囲寸法は大きくなって裾口寸法はそれほど大きくする必要はなく、普通寸法で十分である。

両脇オープンファスナーのパンツ

下肢に拘縮等の障害のある場合には着用者・介助者ともに脇が開くので着用しやすい。しかし脇ファスナーは横向きに寝るとファスナーが身体に当るので着心地はよくない。下肢障害者

にとっては、足をくるむような形で着用できるので痛みがなくてよい。現状では下肢障害のある者は和服型一部式か、二部式としては上衣と腰巻のような状態のものを下衣として着用している場合が多く、両脇オープンのデザインは是非使用したいパンツであることがわかった。

(図21, 22)

今回は素材に対しての調査は実施しなかったが、室内の温度はある程度調整されているが、やはり季節によって素材を選ぶ必要がある。柔らかく、伸縮性のある素材がよいが、障害のある時は、着用させたり起こしたりする場合、介助に慣れなかったり、着用者が体格がいい場合は支えるため着衣に手をかけることもあるのである程度しっかりした布地を使用することが望ましい。特にパンツの素材についてはそのことが言える。

その他寝衣全般についての問題点

和服一部式

- 袖つけや身八つ口がほころびやすい。
- 袖口が広いのでまくれやすい。
- 袖つけが小さく手が通しにくい。
- 襟が夏は暑苦しく、洗濯による丸まり・ねじれ・型くずれなどがあるので必要ない。

洋服型一部式

- 夜間おむつをすると身幅がせまい。裾幅を広くすると着せやすい。

被検者による寝衣の着用状況を観察したが症状によってそれぞれの寝衣の条件が異なり、サイズ・デザインともに着心地のよい寝衣を製作することの難かしさを感じた。以上の結果から高齢者の寝衣に必要な条件をまとめてみると、

1. 着脱が楽であること。フルオープン型・前あき・広い袖つけ寸法・幅広のラグラン袖や和服風の袖つけにするとよい。
2. 着心地がよい。素材選びもその条件であるが適度なゆみや、襟ぐり・袖口などのあき寸法も大きすぎないようにする。
3. 安全であること。身体機能が低下しているので長すぎる着丈・広すぎる裾幅なども足にからまって転倒の原因になったりす

る。留め具なども身体に影響を及ぼさないソフトなものを使用したい。

4. 着用者の症状を把握しておく。残されている身体機能を生かし、自立できるようにデザインを選ぶと、気分を引きたてることもできて精神的にもプラスになると思われる。
5. 素材・色・柄を選ぶ。身体の動きが鈍くなっているのに、素材は伸縮性があり冬は軽くて保温性のあるもの・夏は涼しくて肌ざわりがよいものを季節に応じて使用するとよい。きれいな装飾もよいが、切替の縫い目などが睡眠の妨げにならないよう配慮が必要である。高齢化が進むと肌の色がくすんでくるので、目立たない地味な色や柄を着ると全体が暗い感じになり皮膚の老化も目立つ。明度の高いきれいな色・華やかでやさしい色や柄のものを身につけると雰囲気も明るくなり、気分転換にもよい。要介護老人にとっては寝衣が日常着でもある²⁾。おしゃれを愉しむことにより毎日の生活を豊かに過ごせたらよい。

ま と め

日常生活に介護を要する高齢者の寝衣について特別養護老人ホーム入園者の現状調査を行いどのようなデザインが着用者にとって着やすいものであるか、また介助者にとって着せやすい寝衣とはどのようなものであるかを研究した。

調査の結果は洋服型二部式のもの最も多く使用されている。市販されているものもパジャマの種類が多く、購入者が洋服時代に育っていることも影響していると思われる。次は和服型一部式のガーゼのねまきとも呼ばれているもので、伝統的に使用されてきたものが着用されている。これは高齢者が和服を着用していた時代が長く、着慣れたデザインであると考えられる。又価格の面でも比較的安価であり、量販店・寝具専門店でも販売しているので身近にあり求めやすいことから、この傾向はまだ暫らくは

続くと考えられる。

実験用寝衣を製作し、各症状における適合状況を観察した。A型～E型までの結果をみるとそれぞれの症状により必要条件が異ってくる。全体的に身体機能が低下した寝たきり者では全面介助となるが、その時の寝衣は袖つけ寸法が広く、身頃の幅がゆったりしたサイズのものであれば着せやすい。

和服型の前の打合せは留め具がひもであれば胸元がはだけやすいので、重なる位置をマジックテープかスナップでとめるとよい。季節により袖丈は短かくしてもよいが、体温調節機能の低下もあるので夏でも5分袖ぐらいの長さは必要である。おむつを使用していて下肢拘縮等があればセパレート型の寝衣がよく、パンツも前がオープンになるものが介助しやすい。

前オープンのための留め具の種類や位置がこ

れからの研究課題であると言える。

洋服型二部式の上衣については、和服型の袖つけにまちを入れて袖つけ寸法を大きくした。ラグランスリーブでも同様の結果は得られるがまちを入れたものが袖つけ縫い目が身体に及ぼす影響が少ないと考えられる。素材についての研究も必要であり今後の課題としたい。

本研究について調査と実験に際し御協力いただきました特別養護老人ホームさくら苑・特別養護老人ホームゆうあいの郷の皆様に深く感謝申し上げます。

参 考 文 献

- 1) 渡辺玉見：要介護老人の衣生活，文化女子大学研究紀要第23集（1992）
- 2) 我妻美奈子・三友雅夫：家政学の“老人福祉”への貢献，衣生活通巻297号（1991）