



キラリ事業所訪問

働きやすい職場でよいチームづくり “待ち”じゃなく“自ら動く”現場に

IGL 小規模多機能型居宅介護 西風新都 管理者 真狩留美子さん



ライブでは、詩織さんのオリジナル曲や「いい日旅立ち」など全6曲を披露

7月16日(土) 午後1時30分～、「IGL 高齢複合施設 西風新都」で、シンガーソングライターの谷村詩織さんの「共鳴LIVE」が行われました。同事業所内



IGL 高齢複合施設 西風新都」の外観

にある小規模多機能型居宅介護やグループホームなどの利用者、スタッフ、近隣住民、そして別法人の利用者も含めて約70人が集まりました。

詩織さんは歌手・谷村新司さんの長女で、2008年にメジャーデビュー。TVドラマ「マルモのおきて」の挿入歌「きみのとなりで」で、一躍その名を広めました。09年に新潟県長岡市にある障害福祉施設でのライブをきっかけに、全国各地の福祉施設でライブを展開し今回で62カ所目。心癒される温かみのある声で、会場を優しい気分で満たしました。

このライブの準備に、対応にと走り回っていたのが、同事業所管理者の真狩留美子さん。「あなたが一番楽しそうねって言われちゃいました」と笑います。真狩さん同様に、スタッフも利用者の肩を叩いて手拍子を促したりハミングしたり、「アンコール!」の大声援。利用者に動きがあるとすぐに駆け寄り、声に耳を傾けます。調理員や事務員も交代で会場に入り、施設全体でライブを楽しむ様子ははっきりと伝わってきました。「スタッフ一人ひとりが、自分が何をすべきかが分かっています。だから、私は楽をさせてもらってるんですよ」と真狩さんは涼しい館内でそっと汗をぬぐいます。

同事業所は、昨年10月にオープンしたばかりの新しい施設

管理者の真狩さんが一番に心がけているのが、言いたいことが言え、協力し合えるよいチームをつくること。「スタッフには、遠慮なく休もう、とにかく早く帰りなさいって言っています。子どもや家族のことは、あなたじゃないとだめなんだよって。私生活と仕事のメリハリが付かず、仕事を引きずってしまうと次のいい仕事ができない。時間の管理ができてこそ、次の仕事が見えて自ら行動できるようになると思うんです」。

また、社会性を持ち、それを大事にする気持ちを育てることも強調。「介護施設は、サービスも問題も施設内だけで完結しようとしがち。でも、利用者の方は社会の中に生き、自分なりの生活史がある。利用者一人ひとりの生き方にアプローチする介護をしていきたい。利用者と過ごす時間は、その人の歴史、思いを聞く時間として大切にしています」

今後の目標は、地域と共生し一緒に地域づくりをすること。高齢者のクラブ活動に出掛けたり、家庭菜園もしてみたい



いそう。「この施設を使って地域と繋がっていききたい。待っていても仕方ない、出掛けることばかり考えてます」

真狩留美子さん(53歳)
「介護の世界に入ったばかりの職場で、高齢者の方にとってもお世話になりました。今は、そのお返しをしている感じかな。いつでも人とのつながりで支えてもらってることを実感しています」



- IGL小規模多機能型居宅介護 西風新都
営業日/365日(年中無休)
定員/登録制 25人(1カ月)
- IGLグループホーム西風新都
営業日/365日(年中無休)
定員数/18人(1ユニット9人×2ユニット)
- IGLデイサービスセンター西風新都
営業日/月～土曜(日曜休業、1月1日・2日)
定員数/月～金曜 30人、土曜 10人
広島市安佐南区沼田町大字大塚字長畑 1904-1
TEL:082-848-3313 FAX:082-848-3314

未来につなぐ人財育成のエッセンス 事実と思考を分けて伝える習慣を

リエゾン地域福祉研究所 代表 丸山法子

(社会福祉士 介護福祉士 介護支援専門員 生涯学習開発財団認定コーチ NLPマスタープラクティショナー)



今後ますます増加するとみられる要介護者に対応する介護職員は、数はもちろん人柄や人材の資質も強く求められます。

従来の利用者といえば、概ね明治や大正生まれの高齢者に見られる「福祉のお世話になるなんて…」と控えて恐縮しながら介護を受ける“受け身姿勢”でした。最近では、介護保険制度にも慣れ保険料を負担しているぶん、きちんと「元を取らなければ」といった“権利意識を前面に出す利用者像”へ移行しつつあります。そこで介護サービス事業所には、利用者とごご家族に対して、また職場の中で、きちんと伝えるスキルを持つスタッフが必要。ケアプランに基づいた介護サービスの意味や成果、見通しを利用者に理解させ、今後の介護サービス利用の見通しと介護予防に向かう主体性を向上させる必要があるからです。正しい報告を受けることで、事業所としていち早く危機回避や対策を講ずることができるからです。事例からみてみましょう。

Aさん(女性 40歳)はデイサービスのスタッフとして1か月前から働き始めました。子育てがひと段落し、専業主婦の経験を生かしたいと介護の世界に。細やかな気配りのできる性格ですが、少々臨機応変さが足りないと気になっていました。ある日、Aさんと利用者にささいなトラブルがあったことを夕方に知った私は、帰り支度をしたAさん呼び、事情を聞くことにしました。

私「今日、何があったのか教えてほしい」

Aさん「…たいしたことではないです」

(黙り込んで下を向き、口ごもる)

私「大したことではないと思うけれど、事実だけを聞かせてくれればいいんですよ」

Aさん「…私が、…悪いんです…」

(涙ぐみながら下唇をかみしめるAさん)

Aさんは、事実と自分の思考、感覚や感情を混同しています。事実だけを聞きたいと伝えているのにもかかわらず、事実と自分の思考や気持ちが入り乱れ、うまく表現ができなくなってしまったようです。結局、泣きながら自分を責める言葉しか聞けなかったため、次の日に改めて聞くことにしました。Aさんには、「事実と思考を分けて伝える」ことを学んでもらうために、報告の仕方を伝えました。

まず、①なにがあったのかを自分以外の人の目でみた「事実」を、客観的、具体的、簡潔に話す。そして、②その事実に対して、自分がどう思っているのかを話す。「自分の感情は自分のものであるから「あなたのせいでイライラする」「利用者が怒ったから」ではなく、「私はこんなふう感じている」と自分を主語にして話すように。Aさんはそれをメモし、常に確認しながら報告してくれるようになりました。それを見て、「Aさんはメモを見ながら報告ができるようになったね(事実)。とても分かりやすいので、うれしいです。ありがとう(思考)」と承認したところ、とてもうれしそうな表情になりました。

スタッフの育成は、まずは管理職から。きちんと伝えるスキルとして、事実と思考を分けて伝える習慣が職場を変えます。このコーナーではこうしたスタッフ育成のポイントをお伝えしていきます。どうぞご活用ください。



旬カメラ

世羅高原農場のヒマワリ

世羅高原農場(世羅郡世羅町別迫)では8月21日(日)まで「ひまわりまつり」を開催中。100万本のヒマワリで辺りは黄一色に。「東日本大震災後、ヒマワリが注目されています。この花を見て、皆さんが元気に、少しでも心が癒されますように」との願いが込められています。



介護を語るあなたへ贈る本

死にカタログ



寄藤文平：著
大和書房、単行本
154ページ

高齢者介護の現場で、死は身近な存在だからこそ、スタッフの一人ひとりが自分なりの「死生観」をいかに持つかが求められています。この本は、死を絵にして視覚に語りかけます。死のカタチ、タイミング、場所、ものがたり、そして理由。数値を見せ、過去の著名人の死に方や世界各国における死の考え方、また死についての宗教観の違いなどを紹介。長寿が可能な今、介護現場はもちろん、自分自身の未来についてきちんと考えたい人へおすすめの1冊です。

1,2,3...? 気になる数字

65歳以上女性5人に1人 一人暮らしがますます増加

「一人暮らしの65歳以上人口」は457万7000人。65歳以上男性の10人に1人(10.4%)、65歳以上女性の5人に1人(19.5%)となっており、65歳以上人口の15.6%を占めています。一方、高齢者以外にすべての年齢層で「世帯人員1人」の世帯が1588万5000世帯と最も多く、全世帯の3割を超えました。すべての年齢層で単身世帯化が今後ますます上昇するとみられます。(平成22年国勢調査)

介護のための医療用語・医学知識（1）

訪問看護ステーション「さいの」看護師 玉田八重子



解りやすい用語や知識の解説にあたり…

超高齢社会といわれて久しい現在、介護の現場では、意味や読み方が解らない医療用語がたくさん行きかっています。その意味を理解する事で、ますますコミュニケーションが深まり良い関係が出来ると思います。このたび、現場で必要と思われる用語・知識をリストアップして解りやすく解説を始める事になりました。このコーナーが日々の介護に自信を持って取り組んで頂ける助けになれば幸いです。

用語の解説

バイタルサインとは…

生きている事を表す測定値や状態の事をいいます。一般的には、体温・呼吸・脈拍・血圧の測定値の事を言います。その他、意識状態・排尿・排便・食事・睡眠状態・神経反射等も含まれています。

高齢者や障害者等の健康状態を評価したり、医療との適切な連携を図ったりするために重要なバロメーターです。

その為には、正しい測定方法とバイタルサインに対する基礎

知識は必要です。

(当社販売ハンドブック「医療依存度の高い利用者への訪問介護」参照)

参考：測定の基本値

体温：36℃台 脈拍：60～100/1分間 呼吸数：16～18/1分間
血圧：最高血圧 130mmhg 以下 かつ最低血圧 85mmhg 以下

医療専門職ナースからのワンポイント

⇒一般的に使われているバイタルサイン（体温・呼吸・脈拍・血圧の測定値）は、その人の普段の測定値を知っておく事が最も大事です。その為、サービスの提供時には、毎回測定を行って記録をしています。

⇒「いつもの様子とどこか違う」と思った時、バイタルサインは、異常の早期発見の目安になります。

⇒医療関係者に連絡・相談をする際、状態の変化とバイタルサインの値を一緒に伝える事で治療や処置（対応）の重要な判断の資料になります。「いつもと〇〇の状態が違います。バイタルサインは、普段の値が〇〇で、本日、〇〇の値です。」



東日本大震災の法的な情報のまとめ

司法書士 飯島きよか

東日本大震災により被害にあわれた皆様に心よりお見舞い申し上げます。また、犠牲になられた方々に対し、心よりお悔やみを申し上げます。

今日のテーマは、「高齢者の借金問題」（4回シリーズ）の第3回、「借金問題の解決方法」でしたが、上記のとおりテーマを変更させていただきます。今回は、被災者の方にとって、お役に立てるかもしれない法的な情報をまとめました。

1. 災害時の法律問題についての書籍が、2冊、インターネット上で公開されています。

①「Q&A 災害時の法律実務ハンドブック（新日本法規出版）」

<http://www.sn-hoki.co.jp/shop/zmsrc/qa50593/mokuji.htm>

また、日本弁護士連合会は、上記のハンドブックを簡略化し編集し直したQ&Aを、インターネット上に公開しています。

「東日本大震災法律相談Q&A」

http://www.nichibenren.or.jp/ja/special_theme/data/soudanQ&A.pdf

〈目次〉 第1章 土地・建物所有者 第2章 マンション区分所有者 第3章 借地・借家関係 第4章 罹災都市臨時借地借家法 第5章 債務の処理、破産など 第6章 金融取引など 第7章 保険（生命保険・地震保険） 第8章 不在者の財産管理など 第9章 消費者問題 第10章 労働問題 第11章 租税特別措置 第12章 外国人の人権 第13章 高齢者・障害者の人権 第14章 子供の人権 第15章 環境問題 第16章 津波の被害に係る問題 第17章 原子力被害に係る問題

②「地震に伴う法律問題Q&A（商事法務）」

<http://www.shojihomu.co.jp/0708qa/0708qa.html>

平成7年、阪神淡路大震災を機に、近畿弁護士会連合会編集によって発売された書籍です。少し前のものですので、情報が古くなっているものもあるかもしれません。

2. 被災者の方々に対するクレジット各社のコールセンター情報等の提供について

経済産業省は、平成23年東北地方太平洋沖地震等の被災者の方々が各クレジット会社のコールセンターなどに問い合わせできるように、各社の問い合わせ窓口リストを公表しました。また、インターネットの閲覧が困難な被災者の方向けに、リストを市町村に配布し、各避難所に御連絡いただくよう依頼することとしました。（経済産業法HPより）

①被災者の方々に対するクレジット各社のコールセンター情報等の提供について

<http://www.meti.go.jp/press/20110328009/20110328009-1.pdf>

②クレジット会社相談窓口一覧

<http://www.meti.go.jp/press/20110328009/20110328009-2.pdf>

3. その他、電話法律相談が実施されています。

日本司法支援センター 法テラス

期 間 3月23日（水）より当面の間。

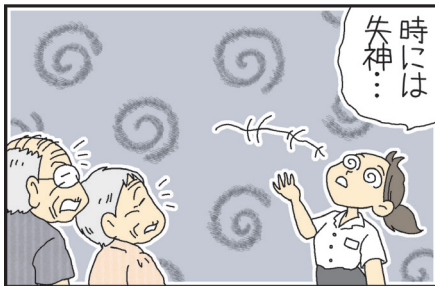
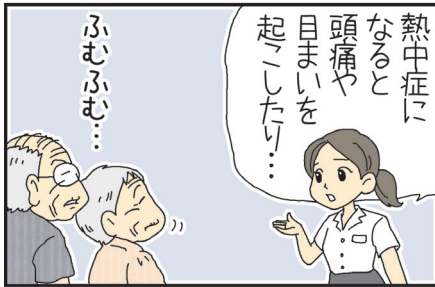
平日のみ 午前10時～午後3時

電話番号 0120-366-556（フリーダイヤル）

一日も早い復興を心よりお祈り申し上げます。

●運営HP「飯島きよか司法書士事務所」<http://www.sihou.biz/>
「ひろしま債務整理相談室」<http://hiroshima-saimuseiri.com/>
「ひろしま相続手続.com」<http://hiroshima-souzoku.com/>
TEL：082-502-6485（月～金 9：30～18：00）

◆弊所作成小冊子「相続手続きはじめてガイド」無料配布中
お電話、またはHPの「問い合わせフォーム」からお申し込み下さい。



胃の疲れに 「仰向けダイヤ」のポーズ

暑い季節は、冷たい飲み物や食べ物がつい増えて胃腸が弱りがち。「仰向けダイヤ」のポーズで、もたれていた胃が動き出したり、体が温まるのを感じるはず。痩せていて胃下垂気味の人にもぴったり。(取材協力: 国際ヨガ協会)

- 1、正座から両足先をそれぞれ外側に開き、ゆっくりと腰を下ろして割座になる。足の甲をしっかりと床に。両手とも背中より少し後ろに着き、手先は体に向ける。
- 2、自然に呼吸しながら片ひじずつ床に着き、上体を後ろに倒す。背中が広がるような感覚を持って。
- 3、頭の上でお互いのひじをつかむように両手を組む。腰が浮かないように。この姿勢で数分間、自然に呼吸する。



トピックス Topics

- ・ノバルティスファーマと小野薬品工業は7月19日、アルツハイマー型認知症治療薬としては国内初の貼付剤となるイクセロンパッチ/リバスタッチパッチを新発売した。
- ・厚生労働省は7月14日までに、訪問介護事業者に向けたホームヘルパーの労務管理マニュアル「訪問介護員のための魅力ある就労環境づくり～労働条件改善に向けた実践方策～」をまとめ、ホームページ上で公表した。

きゃぶす NEWS



ヘルパー・スキルアップ 研修始まります

ヘルパーさんのスキルアップで、利用者様への満足度アップ、ヘルパーさんのモチベーションアップにつながるような年間12回のカリキュラムです。

第1回 セミナー 接遇・マナー

- 日時: 平成23年9月15日(木)
10:00～12:00(9:30開場)
- 会場: 広島市まちづくり市民交流プラザ 研修室A
- 料金: 5,000円/人(教材費・消費税込)
※複数回申込み・団体申込み割引有り(ご相談ください)
- 定員: 40名
- 特典: 事業所内で使えるマニュアルになるレジュメ
便利な研修計画・記録簿様式
人材育成支援奨励金(助成金) 情報提供

編集後記

今回から「きゃぶす便り」を担当する丸山法子です。リニューアルしてお届けいたしましたがいかがでしたか? 介護の現場は広くて深く、じつは狭い。でもつながりがあって学びがあって、感謝が当たり前にある職場だと思っています。みなさんがより強くて大きな手ごたえを味わえるように参考になる情報をお届けしますので、どうぞよろしくお願ひします。(リエゾン地域福祉研究所 丸山法子)

*皆様からのご意見・ご感想・ご質問をお待ちしております。ご意見等をいただいた方に、キャブスオリジナルエコバッグをプレゼントします。下記までお送りください。
〒730-0845 広島市中区舟入川口町4-2
「キャブス介護事業サポート」

きゃぶす便り定期購読について

きゃぶす便りの定期購読をご希望の方は、お届け先の郵便番号、住所、事業所名(ご氏名)、「きゃぶす便り定期購読希望」と明記の上、下記フリーダイヤルFAX宛てにお送りください。無料でお届けします。

FAX 0120-47-1704