



キラリ事業所訪問 11

地域と一体になってこそ、在宅生活が可能になる してあげる介護から共同作業の介護へ

NPO 法人 地域の絆 地域福祉センター鹿川 管理者 小田敏江さん



小田敏江さん(49歳)。看護師時代に退院後の在宅生活について何もできないことにもどかしさを感じ、10年前に介護の世界に。寝食の時間を削っての忙しい毎日ですが「利用者さんとの触れ合いに癒やされる」とバイタリティーにあふれています

高齢者が住み慣れた家や地域で、安心して暮らし続けることができる社会の実現を目指して平成23年4月、江田島市にNPO法人「地域の絆 地域福祉センター 鹿川(かのかわ)」が誕生。小規模多機能型居宅介護事業所を始め認知症対応型通所介護事業所、居宅介護支援サービスなどを地域や利用者との“共同作業”として取り組んでいます。管理者の小田敏江さんは、「在宅生活は、地域と介護施設が一体になって初めて可能になる」と地域との連携に力を入れています。

その取り組みの一つが「足湯」。施設内にあり、利用者でなくても誰でも利用できます。ご近所付き合いの場となり、地域の人と利用者との会話が生まれ交流が始まりました。また、施設を実際に見て雰囲気を感じてもらおうことで、施設への理解を深めてもらうことにもつながっています。



施設内にある足湯。利用料は50円。利用時間は自由、予約も不要

介護事業所との接点が少ない若い世代にも同施設を知ってもらおうと、今年8月に夏祭りを実施。保育園児の踊りのステージや職員と自治会によるそうめん流しなど、親子で参加できるイベントを企画。女性会や老人会などの協力も得て、予想以上の100人近い集客となりました。「利用者さんと地域の人を楽しめる行事をしかけて、



気づきのメモを分類する小田さん

地域の人に身近な施設にしたい。ここから近所付き合いが広がり、在宅生活を支える動きをつくりたい」と小田さんは言います。

また「ここに来たら楽しいことがあると思ってもらいたい」と、イチゴ狩り、桜やさつきのお花見ドライブなど頻繁に外出します。利用者との会話の中で「遠足に行きたい」という声を聞くと、スタッフにそのことを伝え計画についてはお任せ。すると、「どこへ遠足に行く?」「お弁当はどうする?」と利用者への問いかけが生まれ、利用者からは「サラダ作り得意よ」といった声も。しっかり見守ることで利用者の主体性を引き出し、「してあげる」介護から「共同作業の介護」へと変化させています。

同施設では毎日、15分ミーティングを実施。そこでは、その日に出勤する全スタッフが5つの気づきをメモ用紙に書いて提出し、全員分の気づきから1つだけ課題を選んで改善策を話し合います。1日1個、1年で365個の課題を解決し、小さな積み重ねで大きな事故を予防し、よりよいサービスの提供を可能にします。「気付くことでやるべきことが分かり、やりたいことが見つかります。私はやりたいことをやらしてもらってるから、仕事が本当に楽しい。そんな私をスタッフが受け入れてくれて本当にありがたい」と笑う小田さん。仕事を楽しむ姿はスタッフの主体を引き出し、励ましにもなって活気が生まれています。

<DATA>
■地域福祉センター鹿川
江田島市能美町鹿川字郷 2758-1
<http://npokizuna.jp/>
TEL:0823-45-2557



未来につなぐ人財育成のエッセンス③

研修の報告 どうしていますか? 「学びを現場にいかすために」

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)



秋から来年にかけて研修や会議が目白押し。とくに、制度改正の動きや、各団体や組織の方針が定まる頃には、聞き逃せない情報を持ちかえるべき研修や会議が多く開催され、気が抜けないものです。

こうした研修や会議の報告、どうしていますか? 職場を代表して特定の職員が現場を離れ、研修受講して戻ってきますが、参加していない他の職員にどう伝えるか、そしてそれを職場に根付かせるにはどうしたらいいのか悩むところです。せっかく研修に行ってもらっても、それを持ち帰って生かせないようでは意味がありませんね。今回は、上司が指示すべき研修報告の方法をテーマに考えてみたいと思います。

研修や会議報告のポイント

①報告は、まずは上司へ。帰ったらすぐに報告をさせていますか?

報告はその日のうちに。または次の日の朝一番に報告を受けましょう。時間がたてばたつほど忘れてしまうものです。すぐに報告をするルールを定着させましょう。

②職場のスタッフへの報告は、朝礼を活用していますか?

他の職員へ周知徹底させるために、次の日の朝礼でまず概要を報告してもらいましょう。詳細は別に「復命研修」を設けてしっかりと伝えますが、何の研修に行くために職場を空けたのかを知ってもらうことと、要点だけをまず周知する

このために、朝礼で3分報告をさせましょう。

③本資料とメモ(報告書)をつけていますか?

報告は、本資料とA4一枚分の報告書をつけさせます。講師の話を書き羅列するのではなく、研修の主旨のポイントを簡潔に、客観的に、正確に、わかりやすくまとめることが必要です。これは、相手にとって読みやすいという点も見逃しません。報告書作成に時間をとることのないように、効率よく作成させましょう。

④研修のポイントを確認していますか?

報告を受けたら、質問をします。「この研修で一番大切な点を3つあげるとしたら?」「今、職場で取り組むべき点はどこ?」「研修を通じてさらに必要だと感じたことはなに?」など。くれぐれも、報告を受けただけで「お疲れさん」にしないように。

⑤「こうしたら実践できる」という視点で提案をさせていますか?

人材を育成する視点でいえば、さらに提案を求めるのは効果があります。「まず、なにから始める?」「なにがあれば実行できる?」など、研修を受けての考察を求めます。

⑥他の職員へ伝えるための研修の機会を設けていますか?

人にわかりやすく伝えるために、自分の言葉で話せるために、再度学びを深めます。職場風土を改善する機会でもあるので、ぜひ取り組んでいただきたいと思います。

地域包括ケア

これからの介護のありかた 街の調剤薬局の活用法について

医療と介護の連携が、地域包括ケア実現のカギと言われています。我が家で暮らすときに、医療が的確にそしてタイムリーに受けられるようにするためには、本人が医療のドアをノックする必要がありますが、医療費のこと、交通手段のこと、療養中の身で受診に向かうことへのしんどさを考えるとどうしても億劫になりがち。かといって生活によりそってくれる介護スタッフはあくまでも介護であり、医療のプロではありません。

その双方を結ぶかけはしの役割を担うのが、街の調剤薬局。単に処方箋に対して薬剤を整えるだけではありません。必要に応じて飲みやすいよう個別対応を行い、ケアマネジャーと協働して在宅療養を支援するため、カンファレンスにも出席します。街の調剤薬局もどんどんネットワークが活発になってきました。頼りになるパートナーでもあるのです。



介護を語るあなたへ贈る本

介護のことば



三好春樹(著)
講談社 128ページ

毎日新聞で好評だった連載コラムの単行本化。「尊厳生」「雑踏ケア」「盗られ妄想」「八十過ぎたら生き仏」…現場や制度、行政への疑問の投げかけ、認知症への理解、お年寄りとの向き合い方など。「介護」に対する考え方、向き合い方は人それぞれ。「三好流」介護の考え方も、日々「介護」に仕事として関わる介護職だからこそ、ふと立ち止まって考えるきっかけになる一冊です。

介護のための医療用語・医学知識(3) 「消化器系の知識と用語」の続き

訪問看護ステーション「さいの」看護師 玉田八重子



【前号からの続き】

⑥**排便障害**：便秘、下痢、排便困難（便が出にくい状態）、便失禁の状態のこと。

医療専門職ナースからのワンポイント

⇒排便障害の原因には、老化現象で身体の動きが落ちてくるため、麻痺や痛みしびれ等のために排便の動作が難しいため、病気や飲んでいる薬の影響等が考えられます。

⑦**便秘**：長い日数（期間）便が出ていない状態のこと。または、食べた量よりはるかに少ない硬い便しか出ていない時のこと。（2～3日便がなくても、便の硬さが普通でスムーズに出る場合は便秘とはいわない。）

医療専門職ナースからのワンポイント

⇒イレウス（腸閉塞）の原因になる事もあります。

⑧**下血**：消化管に出血した血液が便として出ること。

医療専門職ナースからのワンポイント

⇒食道、胃等の上部消化管からの出血の場合、黒色の泥状の便（タール便）になります。
直腸や肛門の場合は、鮮やかな色の便です。

⑨**下痢**：水分量が多い液の様な便やそれに近いような便が1日に数回～数十回出る状態のこと。便の種類は、軟便（軟らかい便）、泥状便（形がなく泥のような便）、水様便（水のような便）、不消化便等がある。

医療専門職ナースからのワンポイント

⇒高齢者の場合は、脱水症や栄養障害等に影響することがあります。

⇒感染性の下痢もありますので、後の始末には注意が必要です。
⇒激しい下痢が続く場合は、医療関係者との連携を求めましょう。

⑩**残便感**：便が充分に出ていない、残っているような不快感があること。

⑪**黄疸**：皮膚や粘膜が黄色になること。

医療専門職ナースからのワンポイント

⇒観察は、眼球の白い部分が黄色くなっているかどうかをひとつの目安にします。

肝臓や胆のう系の病気がある時に出やすい症状です。

○次回は、呼吸器系についてお伝えします。



高齢者の借金問題 第4回

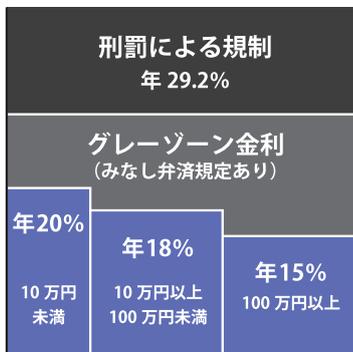
司法書士 飯島きよか

今日のテーマは「高齢者の借金問題」の第4回「借金問題を解決するための具体的な方法」です。

当事務所で実際に手続きをさせていただいた70代の女性（Aさん）のケースを例に、どのように解決していったのかをお話いたします。まずは前回のおさらいです。Aさんの借金の総額は約300万円、月に10万円ずつ返済されていました。

借金問題の手続きは、法的に払わなければならない借金の額を確認することから始まります。法律改正前、利息の上限について定められた法律が2つありました。利息制限法と出資法です。

改正前の金利の状況



・青い部分が利息制限法
・黒い部分が出資法
*利息制限法は超えるけど、出資法は超えない部分の金利が「グレーゾーン金利」でした。

利息制限法の上限を超える金利を適用しても、出資法の上限を超えなければ、罰則の対象になりませんでした。よって、貸金業者は、出資法ギリギリの利息で貸していました。

貸金業者から請求されている金額は、高い利息で計算をされている金額です。取られ過ぎている利息がいくらになるかを計算していき、法的に払わなければならない残額を確定させます。この計算を引き直し計算と呼びます。計算をした結果、どのくらい借金が減るのかは、取引の仕方により異なりますので、1人1人全く異なります。一般的に、貸金業者と5年以上取引が続いている場合は、計算をすると、残高がほとんど残らず、場合によ

ては、返しすぎている（過払い）になる可能性があると言われています。

Aさんは、引き直しの計算をした結果、全ての会社で過払いになっていました。そこで、払い過ぎていた利息を、貸金業者から返してもらった手続きをとりました。最終的には、借金が無くなっただけでなく、200万円戻ってきました。Aさんが、一生懸命、返済してこられた結果です。

Aさんの借金の状況

	債務整理前	債務整理後
借金の額	300万円	0円
月の返済額	10万円	0円
戻ってきた額		200万円

借金問題は必ず解決できます。お気軽に、お問い合わせ下さい。

●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時30分～18時 第2、第4土曜日 10時～17時）

◆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。

旬カメラ クリスマスを演出するポインセチア

クリスマスシーズンが近づくと、赤と緑の葉で店頭や玄関先を彩る「ポインセチア」。ある花屋さんでは小さな鉢を数鉢まとめて大きな鉢に入れ、クリスマスツリーに負けない存在感を放っていました。寒い季節に見かける植物ですが、実は南国の植物。寒さが苦手なので、暖かい室内に置いてぬるま湯をやるというそうです。（取材協力：広島市西区横川 花栄マダム・テテ）

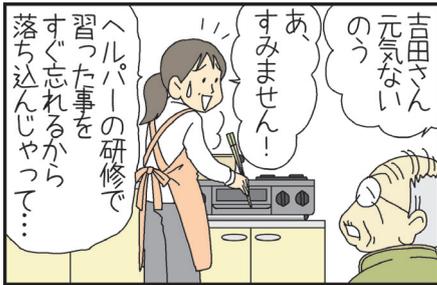




「前屈」で冷えを解消

冷え性の原因は、毛細血管の縮みや各器官の働きが鈍ることで、血液や体液の流れが滞ること。それらの流れをよくするために、前屈のポーズで足の裏やお尻、背中を通る「ぼうこう経」を刺激します。体が曲がらなくても、ぼうこう経を十分に伸ばすように意識することが重要。冷え性がひどいほど、足の裏や腰から背中が伸びないと感じるかもしれません。(取材協力：国際ヨガ協会)

- 1、座って両足を前に伸ばす。頭が真っすぐ伸びていくイメージで、骨盤を立てて背筋を伸ばす。首の緊張、膝や背中が曲がったり、腰をそらさないように注意。
- 2、息を吸いながら、上半身を腰から上へ、下半身は股関節から踵へと自然と伸びていることを感じる。
- 3、息を吐きながら、背骨が伸びるのを感じ、上半身を腰から倒す。
- 4、手のひらを上にし、足の第一指を握る。足首でもOK。4～10回呼吸する。
- 5、4の姿勢から腕を交差し足の裏の外側を手のひらで包むように持つ。息を吸いながら、腰からゆっくりと戻す。



1.2.3...? 気になる数字

25万1176世帯 10年間で約4倍に増加

60年ぶりに過去最多を更新した生活保護受給者。国や自治体が生活保護のために今年度計上した予算は3兆4千億円にのぼり、財政を圧迫している。働き世代の受給者増が指摘される中、今後は東日本大震災で働く場所を失った被災者が生活保護を受けざるを得なくなったことや、働けるのに仕事が

なく生活保護を受給する世帯の急増も気になる。今後、受給者はさらに増える可能性が高まっているが、収入を隠すなどした生活保護費の不正受給が増えており、受給者が増えれば、ケースワーカーが担当する人数も増え、目がますます行き届かなくなる。今、社会保障のあり方そのものもだが、現状を正しく知ること、そして自分なりの意見をもつことが必要ではないだろうか。

編集後記

この一年、人との絆やつながりをすいぶんと考えさせられました。私たちは介護のプロとして、安心してらせる社会をつくることをめざしていますが、そこが同じだと、事業所はちがえどもしっかりとつながりがあるのを実感します。明るい未来は私たちの手で! よいお年をお迎えください。(丸山)

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

トピックス Topics

厚生労働省は、12月5日の第87回社会保障審議会介護給付費分科会における、平成24年度介護報酬改定に関する審議報告(案)について公表しました。

PickUp 地域区分…5→7区分へ、3年間の経過措置

介護職員の処遇改善…介護報酬への移行(加算)

訪問介護…サービス提供責任者の任用要件段階的廃止・配置基準見直し
時間区分(生活援助45分区分・身体介護20分未満創設)

通所介護…サービス提供時間、人員基準(常勤換算方式導入)、機能訓練

厚生労働省は、12月5日の第6回障害福祉サービス等報酬改定検討チーム資料により訪問系・就労系等のサービスの報酬についての内容を公表しました。

居宅介護の主な内容は、上記介護保険の動向に即したものとなっています。