



キラリ事業所訪問 29

出張理美容の先駆者として、業界の地位確立とスタッフ育成を目指す 「介護の現場に爽やかな風をもたらす存在に」

(有)ベラミステーション 専務取締役 小川優子さん

広島市を中心に出張理美容を行う「(有)ベラミステーション」。専務取締役の小川優子さんは、准看護師として病院に勤務し、ヘアサロンを経営する夫との結婚を機に理容師免許を取得。二つの資格をいかせる出張理美容をひらめき、夫の小川博文さんとともに2000年から病院や高齢者施設を対象に出張理美容業務、10年には在宅訪問理美容「エール」を設立。病院や施設は50カ所、在宅は月200軒がお客様です。スタッフは、子育てがひと段落した元美容師。女性の積極的な雇用と働きやすい環境づくりが評価され、2011年には広島市の第6回男女共同参画推進事業所として表彰されました。広島の出張理美容の先駆者として、出張理美容にむけて開業支援を行っています。

病院や在宅では、サロンのように環境が整い、椅子に座ってカットするとは限りません。寝たままの状態や床に座った状態もあり、掃除が行き届かずスリッパを履きたくない部屋、体を入れる場所がないほど狭い場所でカットすることもあります。1軒1軒、一人一人、同じ人でも前回とは症状が変わります。「利用者に負担をかけないように、もっといい方法はないのかと常に考えています」と小川さん。ほぼ毎日現場に出てスタッフと情報を共有し、知識と技術、仕事を素早く進めるチーム力の向上に力を注いでいます。

病院や施設の場合は2、3人でチームを組んで午前中に3、4カ所、在宅では1日に8、9軒ほど訪問します。カットの前後で利用者の表情が変わり、「こんな表情を見たのは久しぶりです」と目を潤ませる家族や職員も。閉鎖的な介護になりがちな在宅の場合、小川さんらスタッフから聞くほかの家族の介護の話などに勇気づけられる家族も多い



「出張理美容は人生の先輩にかかわる学びの多い場。仕事を通じて自分を高めることもできます。スタッフにはもっと誇りを持ってほしい」と言葉を強める小川優子さん(48歳)。同社代表取締役で夫の小川博文さんが優しく見守ります

ようです。「もっと話を聞かせてほしいと、お菓子の歓迎を受けることもあります。情報を伝える役割もあるのかな。介護の現場に爽やかな風をもたらす存在になりたい」と話します。

整容は多くの人が必要を感じていながら、業界がまだ整っていないという現状があります。「団体をつくり、情報を共有して業界を盛り上げたい。若い子を育成する組織をつくりたい」というのが目標。個人では、「医療資格者として医療の専門性を高めたい。皮膚科の医師と提携すると、利用者の病変を報告できますし」とやりたいことが次々と浮かびます。「せっかくの人生だもの、いろんなことをしないともったいないでしょ」とエネルギーがほとばしる小川さんです。

<DATA>

出張理美容サービス「(有)ベラミステーション」 ☎0120-380-466

在宅訪問理美容「エール」 ☎0120-038-248

広島市中区鶴見町7-5 黒瀬ビル1階

<http://www.bel-ami.co.jp>

未来につなぐ人財育成のエッセンス⑬ 災害時に動じないスタッフとは

一般社団法人リエゾン地域福祉研究所 代表理事 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)



地震、大雨、台風、土砂災害…。災害は時間と場所を選ばず起こります。もし、あなたの地域でなんらかの災害がおきたとき、そのときの準備はできていますか。

入所施設における災害時の動きをみると、消防法に基づく防災管理者が任命され、防災訓練や被害軽減のための活動の計画策定などの業務があります。発災時にはいち早く避難指示等をし、施設内で混乱のないようにすぐに対処できるよう指示をだす重要な司令塔です。

同時にスタッフはその指揮命令をすばやく正確に受け取り、入所者及びスタッフ本人を含めて安全確保に動きます。その際「あわてず、落ち着いて」というのがどのマニュアルにも書かれています。想定外のできごとには慌てずにはいられないのが災害。適切な動きのとれるスタッフにするために、どんなことが必要か考えてみましょう。

● 全員参加の防災訓練を

防災訓練は基本的に全員参加を。シフトの関係で全員が参加できない場合には複数回の開催をしましょう。通常、日中、お天気のいいときに防災訓練をしがちですが、可能な範囲で夜間、または早朝の防災訓練も開催してみませんか。条件のよくないときの訓練で非常時のイメージを体験することが大切です。

その際に、「できたこと」「できなかったこと」の振り返りをおこないます。アンケート票を配布して課題を分析し今後の取り組みにします。とくに利用者の安否確認と避難誘導は徹底して行いましょう。なによりも人命がいちばんです。

● シミュレーション・ミーティングを

アンケート集計を配布するなど、「やってみてどうだったか」「前回に比べてできるようになったこと」など、防災管理者から職員へフィードバックします。それをもとに各セクションで話し合いをすすめます。「もし〇〇ならどう動けばいいだろう」と1つひとつ、シミュレーションをするわけです。ただ、業務多忙ななか、これのた

めだけに時間もつくれないうちかもしれません。例えば、ランチをしながらのミーティングはおすすめです。いざというときパニックにならないように、頭の中で動線を確認するためにも、しっかりと話し合いは必要です。

● 地域住民とともに学びあいを

災害時の不安は近隣住民も同様に感じています。危険箇所は周知されていますか。避難勧告や指示はどんなふうにならぬに知らされるのでしょうか。場所によっては、福祉施設が福祉避難所になることもあります。近隣住民にとっても心強い存在です。具体的にどんなニーズがありますか。地域にいる要援護者は高齢者だけでなく、障害のある人、ご病気で療養中の人、1人暮らしの人、小さな子どもがいる家庭、家族が外出して留守宅の人など様々です。また、家族同様のペットも大切にしたいという声もあります。生活を支える拠点として介護施設は非常時にどんな支援ができるのでしょうか。避難をして以降、どんなことなら頼っていいのか（ニーズ発信力）、どんなことなら引き受けられるのか（受援力）、といったコーディネートは意外に重労働でひと仕事。そのために平常時からしっかりと話し合っておくことは大切です。

● 防災訓練らしからぬ防災

さらに、最近では防災訓練っぽくない防災も工夫されています。たとえば、防災キャンプ、サバイバルクッキング、アートな防災マップなど。おとなだけでなく子どもも、障害のある人も共に楽しめるかたちができるのも介護施設ならではの強みです。スタッフがこうしたアイデアをだし、企画し実践できるように組織として後押しを行い、いつくるかわからない万一のときに、とても頼りになるスタッフ育成を実現しましょう。



「障害のある方、高齢者や小さな子どもがいる家庭のために防災ガイド」もぜひ参考に。リエゾン地域福祉研究所ホームページからダウンロードできます。

リエゾン地域福祉研究所

介護を語るあなたへ贈る本

「終活なんておやめなさい」

ひろさちや 著 青春出版社 出版

団塊の世代に関心が高まる「終活」ですが、介護職にと

って違和感はないですか。遺言、お墓、相続など、亡くなってからの準備をしておこうというものです。しかしほんとうに必要なのは生きている間の考え方。「迷惑をかけたくない」を嘘だという、仏教思想家の提唱する自由な終活に、肩のちからがふっととれた気がします。



<地域包括ケアのなるほどキーワード>

40代からの介護入門

介護に関する勉強会に40代50代の参加者の姿が増えてきたと思いませんか。はじめての親の介護に不安を抱え、情報を求めて仕事を休んでまで参加した人も。兄弟や親せきなど頼りにしたい人がいないまま、孤独な介護が長く続いているのでしょうか。できるだけ親の幸せを考えてどんなケアがいいのかを考えつつ、自分自身仕事と介護との両立に悩むと聞きます。地域包括ケアは、40代の働く子ども世代にとっても大きなテーマ。頼りにされる事業者であるために、今ある支援にさらなる工夫が必要です。

住み慣れた地域で暮らす高齢者の健康サポーター「訪問看護師」 「たかが便秘 されど便秘」排便のコントロールで生活が変わる!

訪問看護ステーション「さいの」看護師 玉田八重子



事例

Kさん 86歳 女性 アルツハイマー型認知症 高血圧
要介護4 平成22年頃より物忘れ、判断力の低下が著しく認知症と診断。ADLや食事量の低下、原因不明の発熱等がある。別棟で午後から20:00頃まで仕事をしながら全面的に介護している娘さんに介護や生活上の負担がかかり、心理的な混乱もありました。デイサービスを毎日週7回、訪問看護を週1回、介護保険外で2~3泊のショートステイを月2~3回利用中。

経緯

受診が途切れがちで医師に健康状態が十分に伝わらない状態でした。医師から「健康面の観察と娘さんの話を聴いてほしい」と依頼があり、訪問看護が開始になりました。ある日、娘さんから「便がいつも出ていて、お尻に傷が出来ている。」と電話連絡がありました。便の状態や出方、全身状態との関連、お尻等を訪問で観察。微熱がある程度で全身状態は変わらないことを医師に連絡、便を出し切るための座薬の使用許可をもらいました。お尻は、表皮剥離の状態です。皮膚保護剤の使用を試みましたが、座薬の使用後は、決まった排便間隔でパットの交換も少なくなり、表皮剥離も早い処置で悪化することもなく治りました。

看護師の判断

1つの症状があれば必ずバイタルチェックを行って、全身状態や内服中の薬、既往歴、治療中の病気との関連

はどうかと観察します。形のある軟らかい便が肛門に出かかっていないため、いつもパットについているのだと判断、座薬の使用で便を出しきるようにしました。皮膚に便が、長時間付着していると皮膚障害を起こしやすく、表皮剥離(褥創の初期)を起していました。便がいつも皮膚に付着し、表皮剥離を放置すると褥創が進行する可能性が大きくなります。

チェック! たかが便秘 されど便秘

① 様々な症状が体に出ます

腹痛・腰痛・腹部膨満感・吐き気や嘔吐・倦怠感・イライラ・微熱・食欲不振 等々

② 認知症の方の場合

便は出ていると安心するのではなく、便の状態や出方、量等を介護者が確認する必要があります。羞恥心のあることでなかなか難しくコツがいることです。精神症状に落ち着きがない、不眠、どこことなく元気がない、その他周辺症状の悪化 等々がある時、便秘が一つの原因の場合もあります。

③ 排泄(便・尿)のコントロール

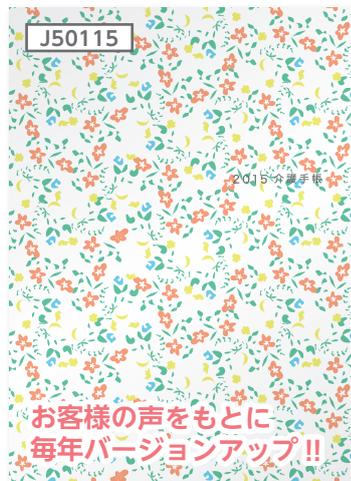
排泄(便・尿)障害は、様々な原因があり、それを探るには、細かな観察が必要です。看護師の支援も助けになります。排泄(便・尿)のコントロールは、本人および介護者の心身の負担を軽くする事が出来、生活が変わると考えます。

CDPS

新 商 品 の お 知 ら せ

好評発売中!

介護をする方の目線で作った1冊。お役立ち情報であなたの介護をサポートします。



お客様の声をもとに
毎年バージョンアップ!!



日付フリーで
使いやすい!

大きめサイズで
書きやすい!

■B5版(182×257mm)
148ページ



利用している介護サービス

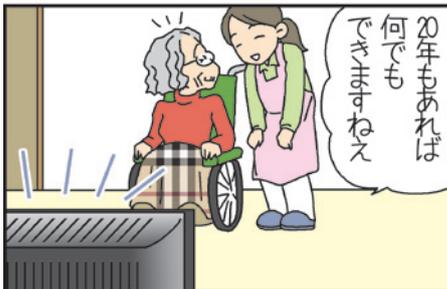
介護サービスごとに
利用状況を記録でき、
急な連絡にも便利!

介護手帳 1冊 1,480円税抜

主な内容

- 基本的な事柄
- 利用している介護サービス
- かかりつけ医
- 家族・親族・友人・知人 連絡先
- 日々の介護記録
- 介護保険の仕組み
- 介護保険で利用できる福祉用具
- 全国共通の医療費・介護費用助成制度
- 心肺蘇生法
- 場面別救急処置
- 検査データの基準値
- 認知症とは
- テレフォンガイド
- 年齢早見表

山田 奈穂

<http://naho2013.blog.fc2.com/>


夏の体の冷えから起こる秋バテ対処法 体の首を温めてリラックス

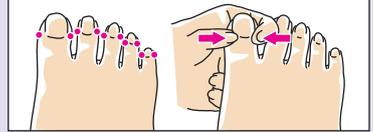
夏バテの次は秋バテ。夏の間につめてしまった体の冷えによって自律神経が乱れ、血の巡りが滞り内臓機能がマヒしている状態です。

体の冷えには、冷たいものの過剰摂取による「内臓冷えタイプ」と、冷房が効いた室内と外気の温度差に対応しようと自律神経を酷使したことで起こる「冷房冷えタイプ」があります。内臓冷えは疲れやだるさ、消化不良や食欲不振などの胃腸障害、冷房冷えには疲れやだるさ、肩こりなどが起こりやすくなります。いずれの対処法も、自律神経の乱れを整えて、血流をスムーズにすること。蒸しタオルで首、腰、二の腕の裏、膝の裏を温める、湯船にゆっくりつかるなどして、リラックスしましょう。

●末端の冷えに「井穴（いけつ）」

足の指の爪の付け根の両側を押します。体のエネルギー調整、血行不良に有効です。

●井穴（いけつ）



●下半身の冷えに「三陰交（さんいんこう）」

内くるぶしの中心に手の小指の端を当て、指4本分上のところ。骨の内側に指を入れ込むようにして押します。めまい、むくみ、手足の血行をスムーズに。女性特有の病気にもいい万能のポイントです。

●三陰交（さんいんこう）



※取材協力／エステ・整体サロン MIU（東広島市）



旬カメラ

夏の疲れにレモン

夏の疲れにおすすめなのが「レモンのはちみつ漬け」。最近ではレモンを塩漬けにする「塩レモン」が大人気です。いずれもレモンを丸ごと使うため、農薬の使用を抑えた国産レモンが改めて注目されているそう。国産レモンの収穫は冬から春にかけてと今が旬。今はグリーンレモン、だんだんと黄色く色づいてイエローレモンが4月ごろまで出荷されます。



1.2.3...? 気になる数字

認知症。変化に気づいてから診断まで平均15か月

認知症の早期の診断・治療の重要性
日本イーライリリー株式会社は公益社団法人認知症の人と家族の会の協力を得て、認知症患者の家族を対象に、受診に関する調査を実施しました。その結果、認知症を疑うきっかけとなる変化に気づいてから最初に医療機関を受診するまでにかかった期間は平均9.5か月、最初

に医療機関を受診してから確定診断までにかかった期間は平均6.0か月。つまり変化に気づいてから確定診断までにかかった期間は平均15.0か月かかり、その間の患者さんご家族の不安が大きく、精神的負担を感じた人が多くあったということです。早期の受診と治療の必要性があらためて提示されました。

編集後記

長雨の続く深夜の広島を襲った土砂災害から、早や2か月になります。全国からあたたかい支援が届き、広島市をあげて復興に向かっていきます。その時、災害はこうも不意をついてやってくるのかと茫然と立ち尽くし、そして気持ちのやり場をなくしからっぽになってしまった被災者の心に、近隣の介護施設はじつにあたたかでした。自らも被災したはずなのに、ご近所同士だからと食事やお風呂、夏休み中の子供たちのお世話まで引き受けてくれて。「介護施設って、お年寄りのためだけだと思ってたけど、ちがうんじゃないね」ある若い女性が言ってくれました。どんなときも暮らしを支えられる介護に心から感謝です。(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