



キラリ事業所訪問 25

介護福祉士の地位向上、認知症ケアの向上を目指す 幸せを実感できる可能性、その人の生き様を守りたい

「輝き」主任相談員 介護支援相談員・介護福祉士 西村裕子さん

社会福祉法人「輝き奉仕会」の特別養護老人ホーム・ショートステイ・デイサービスセンター「輝き」の設立準備からかかわる、西村裕子さん。介護福祉士として約20年、またケアマネジャーとして現場で汗を流し、介護と正面から向き合っています。

そんな西村さんの元の職業は保育士。自他ともに「保育士は天職」と感じていたそう。お母様の介護を通して芽生えた「生死に向き合いながら生きていきたい」という思いと、ラジオから聞こえてきた「保育士は1年間専門学校へ行くと介護福祉士を取得できる」というニュースをきっかけに、保育士を辞めて介護の世界へと飛びこみました。それから20年、寝ても覚めても「輝き」のことを考える毎日。「利用者が一番いい状態でいられる、そんなケアができる場所でありたい」という思いをベースに、3つの目標をもって走り続けています。

■目標1「輝きを地球一にする」

目標の一つ目が、「輝きを地球一にする」というもの。そのためには、職員との共通認識が欠かせません。そこで、平成17年から続けているのが、同所職員を対象にした月1回の「バラエティ講座」。テーマは認知症の基本的理解から敬語表現や接遇、家族の心のとらえ方など多方面。講師は西村さんだけでなく職員が担当することも。こまめなリーダー会議で同所の人間観や介護の向き合い方を伝え続け、「自分で考え、気づく」介護の実践を繰り返してきました。職員同士で育て合うという土壌も生まれています。「人が人を育てる、そこが輝きの誇れるところです。今や日本の介護のノウハウは世界一クラスですから、輝きの方向性は世界一に向かっていると思います。地球一も遠くないかも？」と目を輝かせます。

■目標2「介護福祉士の地位向上」

しかし、介護は世話、誰でもできるハウスワークの一環という認識がぬぐいきれない現実もあります。「介護福祉士は利用者にもっと身近な専門職。医師やソーシャルワーカーなど関係他職種とのかかわりの中で、介護のスペシャリストである立ち位置を確保したい」と西村さん。今年度から広島県介護福祉士会の理事となり、スペシャリストとしての知識を高めるための夜間定期勉強

会も立ち上げました。介護福祉士のステップアップを図り、介護福祉士であることに自信を持ち、よりハイグレードな介護福祉士を目指すことを目的としています。その取り組みが注目を集め、「輝き」の人材確保にもつながっています。



「休み明けの月曜日の朝が待ち遠しくてたまらない」と笑顔で話す西村裕子さん（52歳）

■目標3「認知症ケアの向上」

高齢者が増え、認知

症ケアの需要が高まる一方で、少子高齢化で支える働き手は少なくなります。認知症ケアの質の二極化を心配し、施設に入れれば十分という判断が当たり前になる前に、認知症ケアの質を底上げしておきたいと西村さんは考えます。

「輝き」の認知症ケアの基本は、「古い、障害、認知症などによって人の価値は左右されない」という人間観。「命は守れなくても生き様は守れる。どのような状況にあっても幸せを実感できる可能性をあきらめたくない」と西村さん。そのためには、一人一人の状況を受け入れ、一緒にいようと腹をくくる覚悟が必要。ごまかしや嘘についてその場をしのぐのではなく、利用者も家族とも一緒に悩み、苦しみ、付き合い続けていくことだと言います。「すべて利用者の笑顔につながるはず。日々、闘いですよ」。それでも休み明けの朝にはワクワクするという原動力とは？

「『あなたを待ってたよ』という利用者さんの声や『生きてよかった』という声かな」と思わず目を潤ませる西村さん。今日も、笑顔で現場に立ち続けます。

<DATA>

■社会福祉法人 輝き奉仕会
特別養護老人ホーム・ショートステイ・デイサービスセンター「輝き」
広島市南区北大河町39-1 電話082-285-6005

未来につなぐ人財育成のエッセンス⑮ 教えることと質問することのつかいわけ

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)



新人職員が着任し始める春。はじめて社会人になるという不安と希望にあふれた彼らの育成がはじまりますね。「チューター制度」という方法があります。すでに1、2年前に着任した職員一人ひとりが「指導役」となり、担当する新人職員の指導、育成から悩み相談の対応にいたるまでを担うという方法です。これはチューター役も新人職員を育てることで自分も学び、双方が育ちあいをするというメリットがあります。昨今、どの事業所にも取り入れられはじめています。

チューター制度をスタートするには、「教える」ことを教えることが必要です。どのように教えれば新人職員が仕事を覚え、一つひとつの仕事をこなし、やがてひとり立ちしていくのかは、まさに教え方にかかってきます。ところが、よく考えると教え方を学ぶ機会は意外にないようです。

たとえば、電話の取り方。呼び出し音がなって受話器をとって名乗ります。そして受け答えの言葉の使い方やメモの書きかた、要件のまとめと取り次ぎなど、ほんの少しの時間にも確認すべき点はかなり多いものですが、さて、どうしていますか。

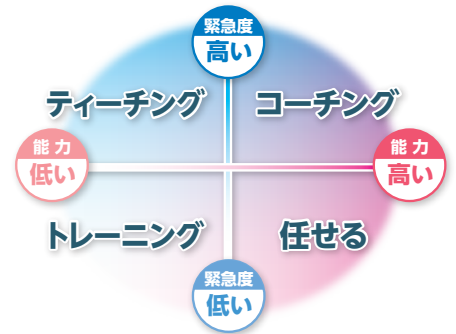
初めてのときは個々をタスクに分けて説明します。こちらが説明するときには必ずメモをとらせます。具体的に示し、それを箇条書きに書かせます。説明のときにはやって見せることも必要です。わかりにくいことは再度説明を確認して、内容をしっかり理解してもらいます。

つぎに、やってみましょうということになります。自分が書いたメモをみながら、一つひとつ確認していきます。遅くてもせかさないように、その人のスピードに寄り添いましょう。ここで質問。「やっていて難しいところは？」「もう一度

確認したいところは？」などと聞きます。その部分を解消していくとやがて慣れていき、電話が鳴っても落ち着いてとることができるようになります。これが仕事を覚えるまでの流れですね。

つまり、この順番です。①最初に教える(ティーチング)、②できるようになったら知っていることを思い出させるための質問をする(コーチング)、③実力がついたら任せる(一任する)。ここで注意したいのは、一度教えたのに再び忘れてしまった!というときに「また教える」ということをしてはいけません。思い出させなければ覚える努力を忘れま。そのために「この次はどうするんだった?」「こううときは、どのスイッチ?」という具合に質問をなげかけましょう。問われてスラスラとできるようになって、ひとりでもできるようになったら少しずつ任せていくという感じです。任せる、その見極めをチューターができるようになれば、リーダー的視点になっていくようです。

新人が入る少しまえに、去年やおとし着任したスタッフには「教える」ことを教えて、自ら考え自ら行動できるスタッフに育成していきましょう。



リエゾン地域福祉研究所 検索

介護を語るあなたへ贈る本

完全図解 新しい介護 全面改訂版

大田 仁史、三好 春樹：著 講談社：出版

累計17万部突破の『新しい介護』を完全改定。すべての原稿を全面改稿するとともに、実務に即した介護手技をさらに詳しく徹底解説しています。終末期リハビリテーションや看取りの作法など、お年寄りやそのご家族によい最期を迎えてもらうための配慮まで、あらゆる話題を網羅した介護技術のバイブル。新人介護職員のハンドブックとしてだけでなく、介護されるご家族へご紹介したい1冊。



<地域包括ケアのなるほどキーワード> 幸福度

「日本総合研究所」は都道府県別の幸福度ランキング(2014年版)で福井県が1位になったと発表しました。分析には▽人口増加率▽財政健全度▽食料自給率▽国政選挙の投票率▽1人当たりの県民所得一の基本指標5項目と、健康、文化、仕事、生活、教育の5分野50項目の計55項目を活用。「新たな観点や重要な要素」として、信用金庫貸出し平均利回り、平均寿命、女性の労働力人口比率、自殺死亡率、子どもの運動能力の5項目を追加しています。1位の福井県は、分野別順位で仕事、教育が1位、待機児童率や持ち家比率などの項目で比べる生活分野が3位。新たに加えた5項目のうち女性の労働力人口比率、子どもの運動能力も1位となりました。私たちが利用者や地域におきあうとき、幸福度を客観的にみる指標にもなりますね。

介護のための医療用語・医学知識 (16)

高齢者の「排尿障害」

訪問看護ステーション「さいの」看護師 玉田八重子



さまざまな排尿障害を抱えている高齢者は多く、訪問看護でも排尿のトラブルで生活の質が低下している方々によく出会います。そして、排尿障害を改善すると笑顔がみられるようになり生活の質が一気に向上していきます。

また、排尿のことは、デリケートな問題ですので関わり方（言葉や動作など）によっては、観察を間違えたり、その方にあったケアが出来なかつたりすることもあります。また、認知症の方の行動に影響することもあります。

■排尿障害とは・・・

- 排尿困難… 尿が出にくい状態をいいます。
- 尿失禁…… 自分の意志とは関係なく尿がもれる状態です。さまざまな原因で失禁の種類は異なります。
- 頻尿……… 尿が出る回数が多い状態です（8～10回／日以上）。
- 排尿時痛… 尿が出る時に痛みがある状態です。
- 残尿感…… 尿が膀胱（ぼうこう）にたまっている、いないにかかわらず、尿が残っているように感じることです。
- 乏尿……… 1日尿量400ml未満の状態をいいます。
- 無尿……… 1日尿量100ml未満の状態をいいます。
- 尿閉……… 膀胱（ぼうこう）に尿が溜まっているのに、いくら頑張っても尿が出ない状態のことです。

■ナースからのワンポイント

- 高齢者の排尿の特徴は、1日の総尿量は減少、1回の尿量が少なく、尿の回数が増える傾向になります。日中よりも夜間の尿量が多くなるのも一般的な傾向です。
- 排尿障害の状態を細かく観察して、診断・治療が円滑に受けられると治療効果が上がり、生活の質も向上出来ます。
- 排尿状態を把握するためには、高齢者自身・介護者・医療者の連携が不可欠です。連携は、治療効果を左右すると言っても過言ではありません。
- 連携のためには、排尿日誌等を活用する事も一つの方法です。
- 「排尿障害」＝「オムツ」という対応の考え方は控えて、「正しいオムツの選び方」が必要ではないでしょうか。

「オムツ選びのポイント」

- ① 自立度に合わせて、基本はトイレで排泄
- ② 尿量が多いか少ないか？
- ③ 体型は？
- ④ 排尿の回数は？
- ⑤ 排尿状態（少しずつか、一気に出るのか？）
- ⑥ 使用時間は？ 長時間か短時間か？
- ⑦ 昼間、夜間の排尿状態は？
- ⑧ 使用中、肌のトラブルは？（痒みや湿疹、痛み等は？）
- ⑨ 排便状態との関連は？

「一般的な相続手続きについて」 第5回

司法書士 飯島きよか



今回は、「遺産分割協議」後、財産を分けていく手続きについて、具体的なお話をしていきます。遺産分割協議で、相続財産を誰がどのように相続するかを決めたら、いよいよ名義変更の手続きに入ります。名義変更が必要な財産には、「土地や建物などの不動産」「預貯金」「株式」「その他動産（貴金属など）」があります。

①不動産の名義変更

不動産を取得しても、不動産には名前を書くことができません。そこで、不動産を取得したことを証明するために、登記を行います。法務局には、不動産ごとに、「登記簿」という名簿のようなものがあります。登記を申請し、その登記簿に名前が載ることで、第三者に対して、「自分が所有者だ」ということを証明できるようになります。土地や建物などを相続した場合、不動産を管轄する法務局に「所有権移転登記」（相続登記）の申請を行います。相続登記は、いつまでにしなければならぬという決まりも、登記する義務もありません。ただ、登記簿上の所有者は死亡しているので、相続人が相続した不動産を売ることができません。その不動産を担保に金融機関からお金を借りることもできません。また、長い間、登記を放置しておくと、登記の必要書類も多くなり、あとあと面倒なことになりますので、相続登記はなるべく早くすませておく

ことをお勧めします。

②預貯金の名義変更

被相続人名義の預貯金の口座は、被相続人の死亡が確認されると同時に凍結されます。そのため、遺産分割協議が終わったら、すみやかに手続きを行わなければなりません。手続きの方法としては、①口座を解約し、現金を相続人の口座に入金する、②口座の名義を相続人名義に変更する、の2つがあります。一般的なのは、①の方法です。相続人の代表者の口座に入金した後、遺産分割協議の内容に従って分配します。

③株式の名義変更

相続する株式が、上場会社なのか非上場会社なのかによって、手続きが異なります。上場会社の場合は、証券会社へ、非上場会社の場合は、株式を発行している会社に連絡をして、手続きを行います。名義変更をしなければ、会社からの諸通知、配当金の支払いなどを受けることができなくなりますので、注意が必要です。

●【あすみあ司法書士事務所】

広島市中区西白島町 16 - 7 NiDiビル2階
TEL 082-502-6485 HP <http://sihou.biz>

あすみあ司法書士 検索



猫背や前かがみの姿勢が原因

血流アップでしなやかな背中に

寒い季節には首をすくめたり猫背になってしまうことが多く、肩や背中に痛みが出てきます。今回は、背中のこわばりを和らげるケアを紹介します。

寒さだけでなく、ストレスや疲れがたまってくると首が前に出て、猫背になりがちです。体のバランスが悪くなり、血流やリンパの流れが滞って背中がますますガチガチに。ぜい肉も付きやすくなります。また、スマートフォンやパソコンを見る前かがみの姿勢も、背中の凝りを加速させる原因の一つです。そこで、背骨を支える骨盤の反射区を刺激し、背中の滞りをスムーズにしましょう。



両足の裏

① 骨盤…手を軽く握り、指の関節を使ってかかとをぐりぐりと押す。骨盤周りの筋肉に働きかけ、骨盤が本来の形を維持するサポートをする。



両足の裏

② 頸椎…足裏の側面（土踏ます側）を刺激して背中の痛みをダイレクトに働きかける。土踏ますから親指へ押し進める。



両足の裏

③ 頸椎…②と同じ場所、骨から筋肉をはがすように押す。



両足の裏

④ 脳・頭部…親指を付け根から指先へと押し進めて刺激する。ストレスがかかった脳、頭部をリラックスさせ、緊張によって背中が硬くなるのを防ぐ。

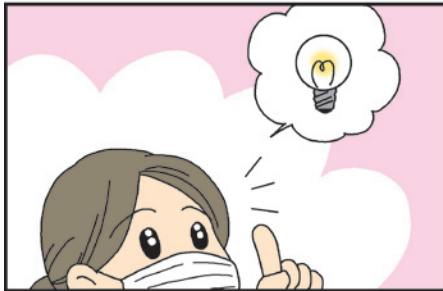
※取材協力／エステ・整体サロン MIU (東広島市)



病気になる予防にヘルパーもマスク



表情が分かんなくて寂しいわ



あらかわいい!

描いてみました

どうですか?



旬カメラ

「ひな祭り」

3月3日の「ひな祭り」に飾るひな人形。お顔はベーシックで伝統的な表情になじみがありますが、最近では赤ちゃんや子どものようなぶつくりと愛らしいお顔、キラキラした大きな瞳を持ったお姫様のようなお顔も登場。衣装の着物がヒョウ柄やイチゴ柄であったりと、現代風のひな人形の人気も高まっているそうです。



編集後記

年度末になって日々が過ぎてしまうのを焦りながらの毎年。今年こそはと思っていたことがヨガと楽器の練習。MUST（～しなければ）で目標設定しても楽しめないの今まで行動につながりませんでした。そこで今年はおぼろび作戦。休日にヨガと三味線を練習したらケーキを自分に許してあげるといふもの。ところが普段からケーキを安易にいただいているので成果がでるかどうかわからない。輝く笑顔とともに春がきますように…。 (丸山)

1.2.3...? 気になる数字

介護ロボットによる身体介護を約8割が肯定的

オリックス・リビング株式会社は、全国の40代以上の男女1,238名(男性737名、女性501名)を対象に、第6回「介護に関する意識調査」を実施した。それによると、介護ロボットによる介護について「推奨されていけば受けてもよい」(71.5%)、「積極的に受けたい」(8.8%)となり、約8割(80.3%)が肯定的な結果となった。ま

た、女性は年代が上がるにつれて(40代66.7%→60代72.1%)介護ロボットによる身体介護に積極的な意向。介護ロボットに肯定的な理由としては、「ロボットは気を使わないから」(56.6%)、「本当は人の手が良いが気を使うから」(30.0%)となり、人手による介護を受けることに心理的負担がある様子がうかがえる。

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