

ケアマネ通信おびひろ

第54号

目次

- 1、平成29年度帯広市介護支援専門員連絡協議会定期総会
- 2、北海道介護支援専門員協会研修会
- 3、平成29年度帯広市介護支援専門員連絡協議会「公開講座」
- 4、いやしのオフタイム
- 5、ケアマネの輪
- 6、お知らせ

平成29年度帯広市介護支援専門員連絡協議会定期総会

平成29年5月24日（水）にグリーンプラザ大集会室にて平成29年度定期総会が開催されました。多くの会員の方に参加して頂き、昨年度の活動報告と決算が承認され、今年度の事業計画・予算を審議決定し、新役員を選出致しました。

また、名誉会長として活動に携わって下さっておりました小関純一氏がこの度勇退されることになりました。今まで大変有難うございました。

今年度の総務・研修部員については下記の通りです。



役職	氏名	所属事業所	
顧問	笠松信幸	社会福祉法人 光寿会	
会長	渡辺 こづ江	地域包括支援センター愛仁園	
副会長	濱 攻之	介護老人保健施設 あかしや	
	佐藤 勇宏	居宅介護支援事業所 はるか	
幹事	総務部	部長 上田 綾子	ジャパンケア帯広南
		副部長 高井 佳那子	ツクイ帯広西
		副部長 阿部 秀和	居宅介護支援事業所 ふるさと
		副部長 金井 正樹	地域包括支援センター社会福祉協議会
	研修部	部長 白木 良和	特別養護老人ホーム帯広至心寮
		副部長 福田 美雪	指定居宅介護支援事業所 向日葵
		副部長 佐藤 元	小規模多機能居宅介護支援事業所 清流の里
		副部長 楠田 理恵	アースサポート帯広
監査	荒 浩美	開西病院在宅ケアセンター	
	後藤 和子	J A北海道厚生連帯広厚生病院	

～北海道介護支援専門員協会研修会～

平成29年度北海道介護支援専門員協会第1回研修会として、平成29年5月27日にかでる2・7で開催されました。この度は日本介護支援専門員協会会長である鷺見よしみ氏が講師として、「地域包括ケアを実現するケアマネジメント～介護報酬・制度改正の動向とあわせて～」を講和して頂きました。

地域包括ケアシステムの強化のための介護保険等一部を改正する法律案のポイントとしては、保険者機能の強化等による自立支援・重度化防止に向けた取り組みの推進、新たな介護保険施設の創設、地域共生社会の実現に向けた取り組みの推進、現役世代並みの所得のある利用者負担割合の見直し、介護納付金における総報酬割の導入など詳しく解説がありました。

「私たちの責務は、利用者の代弁者である」こと。さらに「医療や他職種の連携を強化していく」こと。そのためには、利用者の自立した日常生活を支援する専門職としての知識や技能を向上できるように、日々精進していかねればならないと強く感じた研修会でした。

ニチケアセンターみなみの森 竹田 久美子

平成29年度 北海道介護支援専門員協会 第一回研修会及び総会へ参加して

この度、介護保険制度の動向とケアマネジメント～というテーマの研修会に参加させていただきました。講師は鷺見会長で、平成30年4月からの医療・介護の同時改正に向けてどのような点が議論されているのか臨場感のあるお話をお聞きしました。特に厚生労働省「平成27年度介護報酬改定の効果検証及び調査研究に係る調査結果」から利用者本人による担当ケアマネジャーの信頼度は「信頼している、どちらかといえば信頼している」が合計98.7%と。期待することは「納得できるケアプランをつくる」本来業務の他、「悩みや不安の聞き役」「介護サービスを楽しみ利用できるようにする」「緊急な問題の解決を考える」などの、在宅生活を継続するため必須の存在との心強いお話が印象的でした。また、道協会の総会では、日本介護支援専門員協会常任理事に笠松信幸氏が2期目の立候補をしていることや帯広市介護支援専門員連絡協議会の渡辺こづ江会長が十勝ブロックの理事に選出されたことは十勝に住むケアマネにとって大変「誇り」に思いました。全国や道の協会への参加をすることの重要性を感じ、職能団体としても期待致します。このような研修に参加させていただきありがとうございました。

開西病院在宅ケアセンター 荒 浩美

～お知らせ～

帯広市認定審査会委員の募集

帯広市ケアマネ連協では、帯広市介護認定審査会委員を募集しています。

【要件】

- 本会会員であること
- 本会を代表して、認定審査会委員を担えること
- 所属事業所からの許可が得られること

【期間等】

- おおむね3ヵ月以上（場合により継続あり）

【問い合わせ】

事務局（帯広市社会福祉協議会 金井） ☎ 21-3292



「自分の感情と上手に向き合う ストレスからの護身術」に参加して
地域包括支援センター帯広市社会福祉協議会
梶 由美

まだ20歳台の頃、今思い出しても恥ずかしい話であるが私は怒りにまかせて暴言を吐いていた。被害者は一番身近な存在である夫だ。夫だけだったと思いたい。田辺先生の講義の中でも例として挙げられていたが、私が仕事から急いで帰ってくると、なんと夫はファミコンをしながら「晩めし何時にできる？」と言い放った。休日私が洗濯物を干している時は趣味のバイクいじりをしている。こんな状況の中で私は「ああ！ほんと女って損だわ！」と月に1回位の頻度で大爆発を起こしていた。暴言を吐いた後はスッキリする反面、なんて嫌な人間だろうと自己嫌悪に陥る。そんなようなことを数えきれないくらい繰り返して生きてきた。

残りの人生は心穏やかに生活したい。自分の伝えたいことを相手にもキチンと理解してもらいたい。自分が属しているいくつかの集団の中でより居心地良く過ごし、またその集団が目的とする成果を成し遂げたい。そのためにも負の感情である怒りをコントロールしたいと思う。講義の中では怒るメリットも挙げられていたが、冷静ではない状態で怒ることにはメリットはないと思っている。

講義の中で実践しようと思っ固く心に決めたのは、怒りの感情が起こった時には自分の価値観と相手の価値観を冷静に考えるようにしたいと思った。相手の行動や言動の背景を考えられることを目標にしたいと思う。そのためにも自分なりの魔法の呪文をいくつか準備しているところである。個人的には百から七を順番に引いていくことが将来に備えて良い方法ではないかと思っているが・・・。

こんなりっぱなことを書いてしまったが今後も失敗をやらかすに違いない。「あれ？どうしちやったかな？」と思ったら、包括社協の皆様にお願ひがあります。その時には「スケールで表すと何点？」と言葉をかけて私にこの決意を思い出させて下さいませ。これからは謙虚に反省する気持ちも大事にしていこうと思っています。よろしくお願ひします。

ちなみに我が夫の現在は、準備はしないまでも、食事に文句は言わない。さらに食後は酔っ払っている妻を当てにしないで食後の後片づけを自ら行い、洗濯機が止まったら率先して洗濯物を干すまでに成長している。これは幾度となく爆発を繰り返した成果ではなく愛情と信じたい。



いやしのオフタイム

帯広光南病院

介護支援専門員 石澤崇文

皆様、こんにちは。ケアマネの仕事に就いてから4年が経過しました。以前は居宅でケアマネをしていましたが、現在は介護療養型のケアマネに就いています。以前とは環境も変わり、自立度や身体能力等の違いに大きすぎるギャップと慣れない部分もありましたが、今は落ち着き焦らず業務に勤しんでおります。

さて、癒しのオフタイムということで、今はまっていることについてお伝えしたいと思います。

昨年7月に、札幌から引っ越しをしてきましたが、体重が7キロ程増・・・。これはまずいと感じ、最近筋トレに励むことを決意・・・。20代前半も筋トレにはまっていた時期があり、筋トレ後、ゴールデンタイムにプロテインを飲む日々を繰り返していました。その時の記憶も蘇り、以前よりもバージョンアップ。食生活は炭水化物を減らし、低脂質、タンパク質（体重×2g）多め。食事はできるだけ1日4、5回に分けています。1日2回はプロテインを摂取し、週4回はトレーニングに勤しんでおります。始めたばかりなので、身体の変化は大きく見られませんが、体重は3キロ程減り、少し引き締まってきました。

ここまで食事に気を使うと周囲を引かせるようになり、ドン引きされ、話のネタにはあまりできない内容となっています。

現在の師匠としているのはYouTuberのサイヤマンガオートです。機会があればぜひご覧になってください。その他にも趣味はありまして、音楽鑑賞も好きで、清水翔太をいつも聴き、あの歌声に本当に癒されています。

今後は、仕事も趣味についても、心身ともに自己研鑽に励み、充実した生活を送っていきたいと思います。



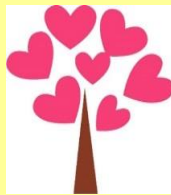
和気あいあいと、人と人のつながりを大切に。

みなさん、こんにちは。

居宅介護支援事業所 ゆめいろ で勤務している須永と申します。2年前よりケアマネージャーとして従事しております。日々、これでいいのかなと迷いながらも、「その人らしい生活が出来るように」と先輩に相談したりご指導をいただいたりしながら日々、一生懸命に取り組んでおります。

私の勤めている会社では、居宅介護支援事業所 ゆめいろ の他にも、通所介護デイサービスコミュニティ まことを運営しております。社長のお父様がお好きだった言葉、「誠」(誠心誠意)の理念の下、「和気あいあいと、人と人のつながりを大切に」利用者様と共にスタッフも毎日楽しく過ごさせていただいています。これからも、様々な活動を通し、多くの出会いを楽しみにしておりますので、皆様どうぞよろしくお願いいたします。

デイサービス
コミュニティ まこと



【介護支援専門員連絡協議会からのお願い】

★連絡先や勤務先が変わったり、苗字が変更になった場合、HPにある「入退会・変更届出書」の書式を活用して速やかに届け出てください。

★会員への情報配信は可能な限りメールでの配信をお願いいたします。メールアドレスの登録についてのご協力をお願い致します。

★新規入会は随時受け付けております。
入会申込書はHPから入手出来ますので詳細については事務局にお問い合わせ下さい。
(事務局 帯広市社会福祉協議会 金井)

～編集後記～

今回は定期総会、北海道介護支援専門員協会での研修、公開講座等の記事を掲載させて頂きました。研修に参加された皆さま、お疲れ様でした。

初めて通信を作成させて頂きましたが、連協の皆さまのおかげで完成することが出来ました。有難うございます。

なお、ケアマネの輪・癒しのオフタイム記事掲載希望者がおりましたらお気軽にお問い合わせ下さい。