ケアマネ通信おびひろ

第30号

平成 22 年 12 月 9 日発行
帯広市介護支援専門員連絡協議会
発 行 責 任 ： 濱　　功 之

【目次】

1、帯広市ケアマネ連協『The 交流会』報告（指定居宅介護支援事業所ふぁ～すと・芳野光一）
2、研修リポート①（グループホームるくる・斉藤ひとみ）（ニチイケアセンター南の森・吉田里美）
3、研修リポート②（シグナル帯広居宅介護ステーション・石原岳）（小規模多機能あんさんぶる川北・濱功之）
4、北海道ブロック研修会リポート（開西病院在宅ケアセンター・齋藤美沙枝）
5、新規事業所紹介（ツクイ帯広西デイサービスセンター・高橋俊明）
5、ケアマネの輪（地域包括支援センター帯広至心寮・佐藤元）
6、癒しのオフタイム（居宅介護支援事業所白樺・宮田哲郎）

H22年度The交流会、大興奮！お疲れッしたァ！！

11 月 26 日（金）18：45～グリーンプラザにて熱闘！スリッパピンポン大会！が開催されました。昨年も行われましたが、今回初めて参加させて頂きました。私が会場に足を踏み入れると既に 30 名余りの選手達？が各自選び抜かれたマイスリッパと思い思いのユニフォーム？（約 1 名）に身をまとい練習を開始していました。私も到着して早々に同じチームの方から声を掛けられ「チームの足を引っ張ってはならない」という思いで練習を行いました。

ところが、実際に行ってみると自分の思い描いていたような卓球の福原愛選手の様にはいかず、卓球のラケットとは違い、ボールを打ち返すのがやっとでした。スリッパの角にボールが当たってしまったり、格好良くスマッシュを決めようとすると力んでしまい、卓球台から大幅にオーバーしてしまったりと不安を抱えたままいざ試合に突入！

試合は 4 人 1 チームの団体戦計 7 チームの総当たり戦で、各試合ダブルスで、11 点先取で先に 2 勝したチームの勝ちで試合ごとにペアを交代しても良いという、スリッパピンポン公式ルール？に従い、皆さん本気モード全開で、毎試合白熱した試合が繰り広げられました。各チームともチームワークが抜群で、長いラリーが続くと周囲からも大きな歓声が上がりました。

私達が所属するＢチームもチームワーク抜群？で毎試合接戦の末勝ち上がり、同じチームのメンバーに支えて頂きめでたく優勝する事ができました。表彰式では豪華景品を頂き、交流会は「ときわ」に場所を移し夜の部の忘年会を兼ねた懇親会へ突入しさらに皆さんの盛り上がりは最高潮に・・・。私も皆さんと一緒に盛り上がっていると、主催者から思いもよらぬ発言があり、「優勝チームの豪華景品の中に、ケアマネ通信の原稿依頼文が入っている」との事でした。まさか自分には入っていないだろう、と景品の中身確認し開けて見るとそこには、「優勝おめでとうございます。次回のケアマネ通信に載せる感想文を一筆お願いします。よろしく！ｂｙケアマネ連協総務部一同より」という紙が入っていたのです。

最後のオチはありましたが、本当に楽しい時間を過ごさせて頂き、他事業所のケアマネジャーの方とも交流する事ができました。周囲からは来年の話しも飛び出しており、スリッパピンポン第３回大会を望む声や今度はバトミントンをやりたい等、話しは尽きることはありませんでした。

指定居宅介護支援事業所ふぁ～すと
芳野　光一

●●研修リポート①●●

【帯ケアマネ連協・研修会「認知症ケアと地域の力」に出席して】

10月16日、勤務上の都合により桶田先生の「認知症について」のお話しを聞かせていただきました。認知症とは？と日常的に考えさせられる業務に携わっています。近距離で携わり介護をしている職員でさえ、認知症の方についての理解が不足しているのではと感じています。今回の先生のお話の内容を会議等で伝えたいと思い研修に参加しました。

認知症の周辺状況は、介護する側からみると“困った”“どうして？”と感じる状況です。その方の「人格」や「尊厳」をないがしろにすべきではない、“認知症”という“病気”を患っているにすぎないことの理解を、職員全員に関わりの中で体得できるよう伝えていけることが出来たらと思っています。

入居される時点では家族の方の混乱や介護疲れの為だろうと思われますが、ご本人が納得されていないことが常です。環境の変化によるBPSDが当然起こります。“家に帰る”“徘徊”“単独外出”自室が分からない“”トイレが分からない“”休むところが分からない“”何をしたらいいのかわからない“・・・分からないことだらけです。職員に止められる、叱られる・・・介護への抵抗と言われる中、少しずつ折り合いをつけて行きます。職員にも慣れてきます。職員の言うとおりにすることで何とか無難にいられるんだ、との折り合いです。それが本当にその人らしい生活なのだろうか？意向を表すこと、言葉にすることが出来なくなります。表情でしか知ることができない状況です。笑顔をいただけるよう、ともに同じ笑いを持つことが出来るような関わりを持ち続けることを、常に心に留めながら業務に当たって行きたいと考えています。

地域の力は常に必要とされますが、なかなか閉鎖的な環境では難しい問題です。まずは家族の方との協力を必須とし、関係を断つことのないように努めることが大事だと考えています。帰りたいと飛び出てしまった方はどうして？どこへ？が分からないのです。自宅への道さえ忘れたり分からなかったりするのです。歩き続け疲れ果てる。悲運な事故に遭われる。その時、近隣の方との交流があれば、“あそこの人”と気が付き連絡をもらえるでしょう。手を差し伸べていただけるでしょう。近隣の方とどのようにつながりを持ち、継続していけるかが課題となっています。

“看取り”については入所契約時に家族の方との確認が必要です。さらに年月を経た時点での確認も必要になります。そのためには家族の方と常日頃より小さな事柄でも話し合いを持つ関係を維持する努力は必要です。多くの方が体調の変化により入院され、そのまま退去になられる状況です。ホームでは訪問看護（医療）を利用することがあっても入院されたら後は病院や家族の力にゆだねます。そのためホームでの看取りの経験はありません。家族の方、医療との連携を取り、ご本人にとっての終末期を考えて行くべきと感じています。長々とした感想になってしまいましたが、日ごろ感じている事柄です。

グループホームるくる
斉藤　ひとみ

（桶田先生）

（山本先生）

ニチイケアセンターみなみの森の吉田です。いつも大変お世話になっております。10/16（土）「認知症ケアと地域の力」というテーマでの研修会に参加させて頂きました。道立緑ヶ丘病院副院長の桶田昌平先生による「認知症について」の講義では私たちの業務に欠かす事の出来ない高齢者の様々な認知症状や病名、介護方法・接し方のノウハウを学ばせて頂きました。私自身、介護士として現場で接していた頃を思い出し、本人・家族の思いや不安を再認識させて頂く機会となりました。

認知症に伴う身体症状では詳細な部分での説明があり、症状に対しての理解を深める事が出来ました。
特別養護老人ホームしゃくなげ荘の山本進施設長による演習では課題に沿ってグループでの学習もあり、人との関わりについての複雑な感情を論理療法を用いて明確に解りやすく、自身の経験をふんだんに交えながらの大変楽しい演習となりました。その中でもとても印象に残ったのは「人の人間性を裁かない」という点です。知らず知らずのうちに自分自身、そのような傾向が少なからずあったのではないかと反省させられる貴重な体験でもありました。今回の研修で学ばせて頂いた事を、今後の業務に是非活かしていきたいと思います。
「Ｉ　am OK！　You areOK！」を目指して！！

ニチイケアセンター南の森
吉田　里美

●●研修リポート②●●

【平成22年度北海道介護支援専門員協会『ケアマネジャー実践セミナー』】

H22 年 1 月 26 日札幌市アスティ 45 にて開催された「平成 22 年度北海道介護支援専門員協会ケアマネジャー実践セミナー」に参加させていただきました。

まず、石黒秀樹先生より「認知症の人への支援～各自治体での取り組みからケアマネジャーがなすべきこと～」次いで遠藤英俊先生より「認知症患者と共に生きる・・・医療人の立場から」と題した講演を聴かせていただきました。

石黒先生から、まず介護保険法第２条及び４条に明記されている重度化予防の視点・支援が大切である。また、専門家の支援に加え、一般市民の役割が重要となり、それぞれが当事者、家族、近隣住民になり得ることを前提に、当事者として～生活習慣病の予防、閉じこもらない暮らしの継続（予防・自助）。家族として～身内の変化に早期に気付く、障害特性を早期に受け入れる等。近隣住民として～誰にでも起こりうる事と考え互助活動への取り組みが必要であると話され、遠藤先生からは最新の認知症医療や地域が担うべき役割の大きさ、パーソンセンタードケアの重要さ、そして一日でも長く在宅生活を送ってほしい、そのために医療、福祉、地域が一体となった支援が不可欠であるとのお言葉を頂きました。

その後に行なわれた「居酒屋トーク（本音で語る）～ 本当に大丈夫かな！認知症の人の在宅（地域）支援～」と題したパネルディスカッションの中では一般市民を巻き込んだ地域での活動の難しさや課題点が上げられていたが、その中でパネリストの先生達から何か大きなルール（法律）を作ろうとするとなかなか前に進めないので身近なことから行う、掛け声だけではなく、具体的な行動を開発しなければならない等の意見を聴かせていただき、私自身も地域の一員として自分に何が出来るのかということを考え、行動に移していけるよう努力していきたいと思います。今回、皆様のおかげでこのような機会に参加させていただき、ありがとうございました。

シグナル帯広居宅介護ステーション
石原　岳

この度、研修部を代表して「ケアマネジャー実践セミナー」に参加させていただきました。札幌駅からすぐのASTY45 が会場ということでスターバックスにて熱いコーヒーを飲み、地下鉄酔い？を醒まし会場入りしました。前日に薬を飲み過ぎたせいでしょうか、会場入りする時は変な汗と息切れが続きました。副作用でウトウトしては講師の方に失礼なため、できるだけ後ろの席に座ろうとしたのですが、前方で道協会副会長の笠松さんが**最高の笑顔**で手を振っているではありませんか。そんな小さな親切に私も笑顔で応え、前方の座席に着きました。

さて、本題ですがセミナーのテーマはズバリ「認知症」「地域」「医療」「連携」でした。石黒先生、遠藤先生の講演で「今後、ますます増加する独居高齢者や認知症の方が在宅で生活を続けていくには地域による支援が不可欠であり、今後は地域そのものをつくっていくことが重要である。」という話をされておりました。

講義を聞いていて、介護支援専門員の視点からどのように地域づくりに関わることができるのかというより、自分たちが住んでいる地域、これからも住み続けるであろう地域がどんな環境であったらよいのか、その時に私自身が介護支援専門員に何を期待するのかを一住民の視点から考えていくことがとても重要だと思いました。

また、皆さんすでにご存じかと思いますが、遠藤先生からも来年、アルツハイマー型認知症治療薬としてメマリー錠（成分名＝メマンチン）とレミニール錠・OD 錠・内用液（ガランタミン）の２品目が承認されるとの話がありました。また、アリセプト（ドネペジル塩酸塩）は特許が切れ、ジェネリックが出てくることで費用が安くなり老健などでも処方が増えてくるのではないかとのことです。

最後に、笠松さんは前日から研修準備や講師の方々との懇親会、石原さんは前夜のスリッパピンポン大会・懇親会に参加しての研修ということでしたが、お二人とも疲れなど微塵も感じさせず受講されておりました。特に笠松さんの笑いはいつものように会場全体に響き渡り研修を盛り上げてくれました。私は、前列の女性の１本だけ飛び出た白髪にたびたび気を取られてしまいましたが、来年の認知症医療と自分自身に期待です！！

小規模多機能型居宅介護あんさんぶる川北
濱　功之

●●北海道ブロック研修会リポート●●

【北海道ブロック研修会・地域連携研修会in OBIHIROに参加して】

H22 年 10 月 23 日、沢山の方々が参加したこの研修会の冒頭で日本介護支援専門員協会の常任理事である吉良氏より「ケアマネ不要の話が～」というショッキングなお話でいきなり絶句状態になったことを覚えています。次に「医療と介護の他職種連携をめざして～がん在宅医療の現場から」というテーマで北斗クリニックの山下先生より講演を頂きました。その内容では、終末期の癌患者への支援の特徴では「急激に重症化」「介護度がアップ」「連携が取りにくい」「変化が激しい」などがあり、その変化をグラフ等でもわかりやすく示され、ケアマネジメントの難しさやだからこその連携の重要性を感じました。

又、北海道の課題として、地域の特徴を全国と比べての差として「在宅医療の資源が少ない」ことや「緩和ケア病棟が皆無」な状況を示した上で、この地域の中で一人ひとりが自分で出来る事を考える機会を頂いたり「生活者の視点」が大切であることなどを教わり、ケアマネとして自分が磨かなければならない部分が明確になった講演だったと感じます。その後に「医療と介護の地域連携」をテーマに釧路・網走・北見・帯広の代表の方々よりそれぞれの地域連携の取り組みを発表いただきました。どの職種も「連携」を強く望み「利用者のためのよりよい支援を目指している」ことを痛感し、そして帯広ケアマネ連協が作り上げてくださった連携の数々のお陰で、私が仕事をしていく上で様々な機関との連携が図りやすく感じたりスムーズな感触を得られていることに大変感謝し嬉しく思いました。

これからも「元気に」「安心して」在宅生活を送れるよう微力ながら応援していけたらと感じています。

開西病院在宅ケアセンター

齋藤　美沙枝

NEW事業所紹介

ツクイ帯広西デイサービスセンター

こんにちは。「ツクイ帯広西デイサービスセンター」の所長をさせて頂いています、高橋と申します。当センターは、平成 22 年の９月１日、帯広市西１条南 16 丁目（0155-20-3200）にオープン致しました。当社、「株式会社ツクイ」は現在全国に 500 箇所の事業所を展開させて頂いており、北海道には札幌、旭川、釧路、岩見沢、苫小牧、小樽、室蘭、そして帯広と計 21 箇所の事業所があります。日本全国、地域に根ざした事業所作りをモットーに、介護を通じて多くの人に幸せを届けられるよう日々精進しております。

ツクイのデイサービスセンターの特徴として、３ つのことをあげさせて頂きます。一つ目は「年中無休」の営業があります。お盆や年末年始も休まず営業しています。二つ目は「延長対応」（要介護のみ）です。同居されているご家族様のお仕事、ご都合によって、7:00～21:00 までの延長対応を実施しております。三つ目は「無料体験」です。～初めての場所は誰でも不安・・・その不安を少しでも解消してほしい～という想いのもと、体験利用をオススメしております。その他にも、入浴設備を５種類用意させて頂いております。「一般浴」「足浴」「ミスト浴」「個浴」「特殊浴（機械浴）」を完備しており、車いすの方、皮膚に疾患のある方など、それぞれの状態にそった対応をさせて頂いております。また、手作りの食事も好評を頂いております。

取り組みとしましては、日常生活を意識した機能訓練や、日々のイベント（焼き芋や紅葉見学等）など、内容盛りだくさんで毎日を過ごしています。センターはいつでも見学自由！いつでも・どなたでも見学にいらしてみてください。

見学の出会いも一つ、ご利用頂くことも一つ、ここで出会えたのも何かの縁･･･この縁を大切に、笑顔の多い一日を共に過ごしましょう！ご不明な点は何なりとお問い合わせ下さい。（高橋　俊明）

http://www.tsukui.net/

ケアマネの輪・和・話

地域包括支援センター帯広至心寮
佐藤　元

７月より地域包括支援センター帯広至心寮で勤務をしています。佐藤元と申します。一文字で「はじめ」と言います。なので、仲の良い方々からは「ゲンちゃん」とよばれます。以前は同じ法人内のデイサービスで相談員をしていました。ケアマネの業務にあたって５か月程です。内容の濃い毎日の業務の中で、疲れてヘトヘトになりますが、人と関わる事の喜びを感じ、充実した毎日を送っています。さて、話題は変わりますが、私には悩みが一つあります。それは体重についてです。１ 年前より禁煙を開始し、そのころ７★キロほどであった体重は現在、８★キロです。１年で 10 キロ以上増えました。しばらくぶりに会う人からは、「ずいぶん貫禄がついたね」と言われます。足の爪を切る事、階段を昇降する事がたいへんになってきました。ぜひ、ケアマネ連協の皆様に私のダイエットプランを作って欲しいと思っております…。皆様にお会いする時にはダイエットの方法や、「体重減ったかい？」と声をかけて頂ければ幸いです。

このような私でございますが、今後もご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。

癒しのオフタイム

居宅介護支援事業所白樺
宮田　哲郎

趣味と言うのもはばかられる自己流ですが、家庭菜園を始めました。たまたま同僚から貰ったひまわりの種を持ち帰ると、息子らがおもちゃにしたがるので「播いたら百倍に増える」と諭し庭の耕運を開始。途中で「せっかくだから食べ物」に方針転換し、ズッキーニ他 10 品目を栽培しました。早起きのつらい作業でしたが、同時に食欲増進・顔色改善等が進み、精神面でもセラピー効果が得られた、などの自己評価も楽しんでいます。以前はマンション住まいが憧れでしたが、今は育てあげた土や作物たちとは離れがたい気分です。

利用者さんのお宅でも、お庭の草木や四季の変化がよく話題となり、生き生きとうんちくを伝授して頂けることが多々あります。高齢者の「住まい」については様々な施策があり、2012 年度の介護制度改正でも柱の一つとなるようですが、高齢者自身は、住み慣れた環境が安全・安心または安価に「改善」されていくことをどのように感じるのかが、一番気にかかるところです。

そんなモヤモヤを抱えながらも、明日の朝は無心に冬越し人参の世話を済ませてから出勤するつもりです。

【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。**

★メールアドレスの登録について、各事業所や会員へのメール配信については、今後それぞれの希望を確認した上での対応とさせて頂きますので、**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います。入会申込書はホームページから入手でき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　藤原）

＝　編集後記　＝

皆様、こんにちは。編集長の「えっち」です。

先日、ある方から「誰かに似ているよね?」って言われたので「あぁ、（どうせ）くりぃむしちゅーの有田ですか～」なんてそっけなく返したら「小栗旬に似てるよね。」ですって(゜д゜)。完全に馬鹿にされていることはわかっていましたが､「どこが似ているんですか？」とニヤケ顔で応えてしまいました。数日後、違う方からまた「ねぇ、誰に似てるって言われる？」と聞かれたので（まっ、まさか、おっ小栗旬じゃねぇだろうなぁ）と思いながらも「う～ん、くりぃむしちゅーの有田？」と返したところ「アッハハハ、有田だ！有田に似てる！超ウケる！」って大爆笑されました。人間、褒められるとうれしい気持ちになりますが、大爆笑している人間が目の前にいても、なぜかうれしい気持ちになります。

編集長えっち