

ケアマネ かわら版

2021年
12月号

Vol.66

松江地域介護支援専門員協会

事務局：〒690-0033

松江市大庭町1811-3

株式会社ラッシュあおぞら介護センター(内)

TEL(0852)60-6565

FAX(0852)20-2122

E-mail: aozora-tsukuda@videw.com

災害に備えて動き出すために



松江地域介護支援専門員協会 副会長 大森 和子

皆様もご承知の通り介護事業所に対してはBCPの策定が義務化されました。

先般ケアマネ協会と市の共同でBCP策定についてアンケート調査を行いました。

すでに策定済みの所もありましたが多くはこれから着手するとの回答でした。

BCPを策定するうえで防災計画についても見直しをされていると思います。

防災計画とは災害等に平時から備えるとともに非常災害時における関係機関への通報、連絡体制、安全確保のための行動手順並びに計画に関する利用者及び従業員への周知方法を整備するための非常災害に関する具体的計画として策定し、利用者及び従業員の安全を確保し、災害が起きた場合の被害の防止及びその軽減を図ることを目的としたものです。

内容は非常に多岐に渡ります。先般ケアマネ協会と市の意見交換会でも「どこから手を付けてよいかかわらない」「ケアマネ一人で策定するのは困難である」という意見が出されました。

大きな壁があるようで、なかなか一步が踏み出せない現実がありました。

どの様にすれば災害時のケアマネジメントについて一歩

が踏み出せるかを探る必要を感じ医療介護連携センター、包括とも協議を行いました。最初の取り掛かりとして日本介護支援専門員協会から出されている「災害時リスク・アセスメントシート」を用い実際に役員で取り組み意見を集めました。

利用者お一人お一人の災害時ケアマネジメントを展開していく上で、何がわかっていて、何が不明であるのか、どこに繋がればいいのかというケアマネジャーの頭の中を整理することから始める必要性が分かり、現在松江市版の災害時リスク・アセスメントシートを検討しています。また今後、市町村が策定する「避難行動要支援者のための個別支援計画」の担当課の福祉総務課のワーキングチームと連携がとれるよう、お願いをしました。

振り返れば、松江ケアマネ協会は松江市版情報提供書や医師とケアマネジャーの連絡票などを現場の声を聞きながら整えてきました。

今後も松江のケアマネジャーの皆さんが取り組みやすく、かつ継続しやすい形を作っていきたいと考えております。

☎ 皆様の意見を協会までお寄せください。📢

サービス付き高齢者向け住宅 花きりんハウス 東出雲



現場力!!

〒699-0111 松江市東出雲町意宇南5-4-1
TEL: 0852-67-5010 FAX: 0852-67-5011
ホームページ: <http://hanakirin.net>

株式会社 ラッシュ



〒690-0011 島根県松江市東津田町1806番地1
TEL 0852-67-1145 FAX 0852-67-1146

10月6日、今年度の介護報酬改定で義務付けられたBCP策定についての意見交換を行いました。コロナ禍の為、例年とは違い5名ずつ4グループに分かれて意見交換したのちに、各部屋をZOOMでつないで発表を行う形式をとりました。

事前に市内の居宅支援事業所に行ったBCPのアンケートも踏まえ、今回は「平時からの対応について」にテーマを絞り、行政・ケアマネそれぞれが「何に困っているのか」「何が出来て、何が難しいのか」などざっくばらんに意見を出し合いました。

ケアマネからは、災害の種類によっても違う中で安否確認の優先順位を決めること、事業所の業務継続計画ではあるが利用者様の個別避難計画とも切り離せないこと、精度がどこまで問われるの

か分からないこと、などからBCP作成の難しさがあげられました。

行政からは、ケアマネの「BCPのモデル様式があると参考になる」という声に対して、「モデル事業をしておられる先進的な地域から、何かしらの情報やヒントを頂けるよう働きかけることは出来ると思う」との頼もしいご意見を頂きました。

結局、まずは直感的・主観的でいいから作ってみる。そして実践・シュミレーションを繰り返す中で改良していけばいい。その先に地域や民生委員さんとの連携も見えてくるのでは、との結論に至りました。

まずは、頭の中にイメージしているものを、紙に落とすことから始めてみようと思います。



福祉用具・介護用品の店

げんき堂

本 店 〒692-0011 安来市安来町 1083
 ☎0854-22-3652 FAX 0854-22-4222
 松江店 〒690-0012 松江市古志原5-6-23
 ☎0852-28-6041 FAX 0852-28-6045

働くあなたを支援! 困ったときのお手伝いサービス

お洗濯代行サービス

在宅・病院
介護施設

ご自宅・病院・介護施設へ取りに伺います!

まずはお電話ください!
 ☎0120-137-656

アイカム 株式会社 松江市東長江町902-53

特集

災害支援

～実際に利用者と一緒に災害を想定した
避難行動を行った事例紹介～

ゆめ福居宅介護支援事業所 ケアマネージャー 河野美波子

利用者本人(車いす使用の方、要配慮者に登録)から、「大雨が降ったら避難しないといけませんが、近所の方の顔もわからない。どうしたらよいか。」と相談があり、地域の方とのつながりを中央包括と一緒に取り組みました。



9月 実際に避難所まで移動する様子

地域の方との顔を合わせ、話を重ね、9月下旬に避難訓練を実施しました。避難に必要な物品の準備や避難ルートの確認等を本人と一緒にし、実際に避難場所となる総合体育館まで行ってみました。

体育館の中(トイレやシャワー室)も見学。その後、福祉避難所に指定されている他の施設も見学。そこには、エレベーターがなく、トイレに手すりもありませんでした。福祉避難所として指定されているが、まだ何も準備出来ておらず、今からつめていくところだとのことでした。実際に自分の目で確かめることが出来てよかったと利用者本人及び参加者一同からの感想でした。

12月には、地域交流センターにて本人、福祉推進員、ケアマネージャー、相談支援専門員、包括、CSW(コミュニティーソーシャルワーカー)のメンバーで避難計画について話し合いの場を持ちました。これまで確認した避難場所や避難経路、避難時のタイミングや持ち物について話し合い、具体的な避難方法について本人を含む関係者全員の共通認識を持つことができました。また今回はこのようなコミュニティーの場があることも新たな発見となり、興味深々、災害に対する不安の発信から始まった今回の取り組みでしたが、本人にとってはもしもの時に少し冷静に行動できる安心感と、さまざまな情報収集の機会となったようです。



12月 具体的に避難方法について検討する様子

包括支援センターから

今回の事例のように、地域包括支援センターでは、ケアマネさんから相談を受け、利用者さんの災害時の支援について一緒に考え、地域の方と一緒に避難訓練をするなど手探りですが取り組んでいるところです。一つ一つの事例を積み重ねながら、皆様とともに利用者さんをお守りする仕組みを作っていきたいと思っています。お気軽にご相談ください!!



Tukou Group 福祉用具レンタル・販売・住宅改修

フィット アップ

Fit up

介護保険事業者番号: 3270103058
株式会社かすみコーポレーション フィットアップ
〒690-2103 島根県松江市八雲町西岩坂329番地1
TEL(0852)67-3323 FAX(0852)67-6390

**ケアショップ
やまさと**

福祉用具の
レンタル
販売
住宅改修



有限会社 山本梱包 福祉サービス事業部
〒690-0021 松江市矢田町 36-1
TEL 0852-24-3563 FAX 0852-69-2096

アサーティブ研修会と今後の研修部の活動

松江地域介護支援専門員協会 研修部部长 佐竹 美香

2021年9月、今年度1本目の研修として、アサーティブ研修会を企画しました。アサーティブとは、相手を尊重しながら自分の考えや意見を率直に表現することを行います。

普段、ケアマネジメントの知識や技術を習得する機会は多くあると思いますが、コミュニケーション技術を学ぶ機会は少なくアサーティブを学び、会社での人間関係やケアマネ業務においての利用者様、ご家族様とのやりとりで役立てて頂ければという思いで企画しました。

研修の講師は、サンキウエルビー事業統括部副部長の深井凌子先生に依頼しました。当日はZOOMを用いて、深井先生にご講義頂きました。

アサーションには、3つのタイプがあるそうです。

- ① アグレッシブ＝ジャイアンタイプ
- ② ノン・アサーティブ＝のび太タイプ
- ③ アサーティブ＝しずかちゃんタイプ

①～③の中で、どのタイプが一番理想的なのか？主張するところと引くところを理解し、かつ場を俯瞰的にみながら振る舞いを調整できるしずかちゃんタイプです。

まずは、自分がどのタイプかを理解し、その後は具体的なコミュニケーション技術について学びました。その中でも

- 1. 素直に意見や気持ちを伝える
- 2. 誠実さと感謝の気持ちを忘れない
- 3. 場にいる全員が対等だと考える
- 4. 相手への要求だけでなく、自分も責任を負う

この4つの柱が基本となります。受講者の皆さんからは、『この研修を受けて自分の思っている事をそのまま伝えていいんだ。』『気持ちが楽になりました。』等好評価のコメントを頂きました。

介護職は、感情労働と言われる中、アサーティブコミュニケーションを学ぶ事で、同じ場所に出くわしても適切な対応ができるようになると思います。もちろん、学んだ事を自分のものにし、日々取り入れてこそ！ですが。

来年2月には、災害研修を予定しています。近年は、豪雨に見舞われる地域も多く、災害対策でケアマネジャーに求められる役割も多くなっています。平時から、備えができるよう災害マネジメントについて一緒に考えていきましょう。



株式会社 花みずきナースステーション

いつも、あなたと共に歩み、力になります



〒690-0859
島根県松江市国屋町322番地8
TEL 0852-33-7511
FAX 0852-33-7512
ホームページ <http://hanamizuki3228.com>

多様なケアプランに対応いたします！
まずはご相談ください！

カラフル訪問看護ステーション

- 原則、お断りは致しません
- ターミナルケアや重度の方への対応も可能です
- 療養上の世話・運動など幅広く支援いたします
- 緊急時は確実に対応いたします
- あらゆるニーズにお応えします
- 理学療法士・作業療法士によるリハビリテーションが可能です

ご家族の不安への相談からターミナルケアまで安心してお任せください！
訪問看護をはじめ、豊心会グループ全体でご利用者様の在宅生活を支えます
(特別養護老人ホーム、ショートステイ、デイサービス、居宅介護支援事業所、配食サービス)



社会福祉法人

豊心会

TEL: 0852-67-1008
松江市大輪町420番地40

地域づくり ～コミュニティソーシャルワーカーとの連携～

昨年に続き、今年9月に「介護支援専門員とコミュニティソーシャルワーカーの情報交換会」が各包括エリアで行われました。今回は松南第二包括にスポットを当て、ご紹介します。

利用者の「仕事をしたい!」を実現した事例

●事例の概要

Aさんは長年、他県で一人暮らしをされていましたが、脳梗塞を発症。高次脳機能障害の後遺症が残り、松江で弟との生活となりました。要介護1の認定を受け、1回/週デイサービスの利用も始まりますが、本人は時間をもてあまし、寂しさを感じると欲求抑制が効かず金銭トラブルが起きました。当然、弟との関係にも影響が出ました。

AさんはCMに「仕事がしたい!人の役に立ちたい!」と思いを伝えます。

そこで、CMはCSWに相談を持ち掛け苗箱洗いの作業をして欲しいという農家さんを紹介。3回/週の「仕事がしたい!」が実現したのです。

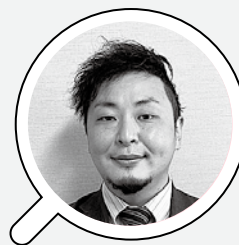


ケアマネジメントしるしケアマネジャー：大津孝史さん

『高次脳機能障害があっても、環境を整えて本人の希望を何とか叶えたい。と、可能性を追いかけました。中島CSWは介護保険では難しい相談でも、投げかければ協力してくれる人。また、そういう人のつながりを持っておられることは知っていました。Aさんはその後、金銭トラブルがなくなっただけでなく、言動も前向きになりました。弟さんとも良い関係となっています。シーズンオフにはどうするか等、課題はありますが、今後もCSWに協力していただきながらAさんを支えていきます。』

松南第二包括コミュニティソーシャルワーカー：中島大棋さん

『Aさんを紹介いただいたことで、一緒に苗箱洗いを行ったりした時間は貴重なものとなりました。それぞれの専門職が一人で出来る支援には限界があります。しかし、多職種となれば得意分野を活かし、出来ることが増えますよね。地域によって特性も、CSWに求められていることも違います。私は、その地域で求められていることを住民主体で実現していけるような支援を続けて行きたいと考えています。』



情報交換会では、「CSWにつなげることで支援者も増えやりがい引き出せた。」「今後自分も相談したい。」と感じたCMも多く見られましたが「どのような内容を相談したらいいか判断に迷った」という意見もあったようです。今回の取材で、CSWはケアマネが迷ったら、「一緒に考えてほしい。」と投げかけることで相談に乗ってくれる心強い存在であると改めて感じました。

(取材・広報部)



らくらくタイコー

福祉用具レンタル・販売・住宅改修
セーフティホーム 24

松江市北田町 63 番地 4

TEL0852-22-3553 FAX0852-61-0600

株式会社 原 商

スマイルケア



福祉用具のレンタル・販売・住宅改修

宍道事業所

松江市宍道町白石81-10

TEL 0852-66-3900

松江事業所

松江市学園1丁目9-3

TEL 0852-32-0294

～ ケアマネジャーのからだところをケアしましょう ～

日々の経過記録、モニタリング記録などケアマネジャーは意外とパソコン作業が多いですね。

パソコンに長時間向かっていると、無意識に姿勢が悪くなっていて、気がついたら首や肩が凝っているという経験をしたことがあるのではないのでしょうか。首や肩のこりを改善するストレッチを実践している人もいらっしゃるかと思います。

しかし、使っているにも関わらず、ケアを怠りがちなのが『手』です。

今回は、手のコりをほぐし、血液巡りをよくするアドバイスを訪問看護ステーションのセラピストさんへ伺いましたのでご紹介します。

手は物をつかんだりつまんだりするために、たて・よこのアーチをつくっています。

パソコン作業のような単調な動きは、肩・肘・手首は固定され、手のアーチがつぶれてしまいます。『筋肉のこわばり⇒血流を悪くする⇒冷えにつながる』ため、アーチを整えることはとても大切です。

お互いの手のひらをマッサージする習慣をつけてみてはいかがでしょうか。

手のひらの真ん中をやさしく下から上に向かってさすってみましょう。次に、**親ゆびの付け根**(母指球)を。最後は、**小指の付け根**(小指球)も同様に下から上に向かってさすってみましょう。

これだけで手がぼかぼかしてきます。最後に、両手をグーパーグーパーしましょう。簡単なケアですが行うことで血流が良くなり、指先の冷えの解消にもつながります。是非お試しください。



はちみつコーヒーやはちみつ紅茶といった、飲み物に、「はちみつ」を混ぜることで色々な健康効果が得られます。はちみつ紅茶は味もよく、健康効果にも優れているんですよ。おすすめです!!



編集後記

気づけば「冬」ですね。徐々に普通の生活に戻ってきていますが、この2年間の生活様式が身についてしまったせいか、今までとはちょっと違う、と思うところもありますよね。

「with コロナ」「after コロナ」の中、新たな課題を解決しながらの一年だったのではないのでしょうか。このような状況下ではありますが、今後もご利用者やご家族、そして多職種が「繋がる」ために前進していきましょう。



真 明るい ありがたい 心 で介護をお手伝いする 福祉用具レンタル・販売・住宅改修 ジョイ・ケア たいよう 松江店 介護保険事業者番号 3270103090 〒699-0045 松江市乃白町527-5 TEL 0853-20-0670 FAX 0853-20-0671 Joy-Care	■ ■ ■ ■ ■ ■ 介護タクシー ほ の か 病院や施設、お買い物の送迎に御電話お待ちしております。 〒699-0203 島根県松江市玉湯町布志名637-96 TEL 0852-62-2206 FAX 0852-62-2306 ■ ■ ■ ■ ■ ■
--	--