



さいたま市介護支援専門員協会
ロゴマーク

PARITY

Vol.32

2014年冬号

平成25年度 第4回全体研修会

「胃ろうからの半固形栄養法」

「摂食・嚥下障害に関する情報提供と摂食回復支援食『あいと』の紹介・試食」について

開催日時 平成25年11月21日（木） 15時00分～16時50分

開催場所 さいたま市民会館うらわ コンサート室

皆さんは胃ろうの方の食事、というところのようなものを思い浮かべるだろうか。点滴台から吊下げた液体栄養剤・・・今回紹介された濃厚流動食品は、ウイダーインゼリーのようなアルミパウチに入っていた。手の圧力で押し出し胃ろうカテーテルに注入す

るものだった。講師は、株式会社大塚製薬工場から岡田達明氏とEN大塚製薬株式会社から藤井洋光氏。商品をお持ちいただき、手に取り、試食し、触感・味覚を実際に確認した。参加者は31名、施設ケアマネの参加もあった。まず前半は岡田氏から胃ろ

うの管理や合併症についての説明があった。肺炎は高齢者の死亡率第3位で、その中でも誤嚥性肺炎等によりPEG（経皮内視鏡的胃ろう造設術）が行われる場合がある。PEG後の後期トラブルとして胃食道逆流による嘔吐、胃ろうからの栄養剤の漏れによる皮

膚の炎症、栄養ルートの汚れによる下痢などがある。これら合併症を寒天でゲル化することで予防できる場合が多いという。

後半は藤井氏から摂食・嚥下障害に関する情報提供があった。誤嚥性肺炎のうち、寝ている間に起きる不顕性誤嚥は、菌垢の菌が少しずつ唾液とともに肺に入り込み起こるため口腔ケアが大切という。歯科医師と連携しチームで嚥下リハビリテーションに取り組むことも始まっている。また、高齢者の楽しみはなんといつても食事。見た目はしっかり常食で、ス

プーンですぐに潰れる食品がある。それは食べる機能と栄養摂取を支援する再形成食という。

講演後は試食会を行い、半固形化栄養食品を手で触れ確認し、「スルッと流れカテーテルがきれい」「味が甘すぎずにいい」と感想が聞かれた。再形成食は煮魚（皮つき）・煮物が出され、「形がちゃんとして見た目がいい。弾力があるが口の中で潰せる」「味がしっかりしている」と好評だった。また週末や外泊時などの利用にも適しているとの声があがった。



北区・西区・桜区合同ケアマネサロン

「お薬&勉強会」

開催日時 平成25年11月27日（水） 18時30分～20時00分
開催場所 西部文化センター 3階 第1集会室

今回のケアマネサロンは、北区・西区・桜区合同、西部文化センター集会室にて講師にウエルシア関東

（株）調剤介護本部調剤医療連携室

小原道子氏、大王製紙アテントア

ドバイザー鈴木麻美氏をお招きし、

「在宅医療連携及び正しい紙おむつ

の選び方や使用の仕方」をご講義

いただいた。

参加者数は18事業所から21名。

講義1

「薬剤師が関わる在宅医療連携」

お薬が飲みにくい・飲み忘れが多い、薬を取りに行くことが大変、自分の判断で服用量を減らしたり中止したりなど、色々な問題が生じている。問題解決や相談などの役割を担っているのが調剤薬局の薬剤師である。また、お薬手帳はその方の医療情報となることが多いとのこと。3・11の時に薬手帳を持っていた方、持っていなかった方では、対応に差が出たとお話があった。

ウエルシア関東（株）では、無菌調剤を行っているところが3箇所①土呂②春日部③東越谷とあり、場合によっては県を跨いでの受け付けているのでご相談くださいとのこと。



講義2

「大人用紙おむつの種類と選び方や当て方について」

「紙おむつとパットをしているの

に尿モレをしてしまう、このような相談を受けたことはありませんか？」紙おむつの中にパットを数枚重ねてしているのを見聞きすることがあるが、これは逆に尿モレ

の原因につながる。おむつ・パットのギャザーを一度伸ばすこと、きちんとギャザーの中にパットを納めることが対策の一つで、実際に紙おむつを使つての実践を行つ

た。知っているようで知らなかったことに気がつかされ、本人のADLや尿量に合った紙おむつやパットを選ぶことの重要性が確認できた。

大宮区ケアマネサロン

「高齢者ドライバーの実態について」

開催日時 平成25年12月16日(月) 15時00分～16時30分

開催場所 大宮区役所 東館 会議室303号室

今回は、埼玉県大宮警察署交通課の交通安全教室講師、樋口恵美子氏と佐藤智江美氏をお迎えし、「高齢者ドライバーの実態について」のお話をうかがった。参加者は16名。

まず最初は、交通事故日報をもとに、埼玉県の今年の交通事故の状況を見てみた。

12月15日現在、交通事故死者数は175名で、全国ワースト4位であった(この場合の死者とは、交通事故発生後24時間以内に亡くなった方をさす)。そのうち65歳以上は74名で、全体の半数近くを占めていた。

交通事故の状態として高齢者に

特徴的なのは、他の年齢に比べて、歩行者や自転車が多いことである。なかでも自転車の致死率は、他の年齢に比べて1.4倍になつており、その半数以上が、ヘルメットを着用していれば、死に至らなかったケースであるため、自転車に乗る時には、普段からヘルメットを着用することが大切である。

また、交通事故の第一当事者の年齢を見ると、第1位が働き盛りの40代で、第2位が65歳以上の高齢者である。

以前は、事故が起きた場合、車のほうに責任が重く問われる傾向にあったが、今は、すべて車が悪いということではなく、自転車や

歩行者でも、そちらに責任があれば、第一当事者となっている。最近では、自転車の違反注意による事故で、巨額な賠償金を課される例がでてきているので、自転車の保険に入ることとも考えるとよいとのことだった。

次は、認知症高齢者の車の運転の辞め時について、お話があった。

本人の感覚としては、運転中にぶつかつても、その感覚が分らない時で、他には、75歳以上の運転免許更新時の講習予備検査(認知機能検査)も目安にしてほしいとのことだった。

講習予備検査は、実際に不合格者を出してはいないが、本人に認知機能の低下を自覚してもらいきっかけとなるように実施している。

そして、高齢を理由に運転を辞めようと考えた場合でも、運転免許証を返納しても、運転経歴証明書を取得すれば、更新もなく身分証明書として使用でき、さらに、協賛する施設や店舗の特典も受けられるとのことだった。

今回の講義を受け、自分が担当している方々の、外出中の移動の様子が気になってきた。



施設介護支援専門員研修の報告

「接遇研修」

開催日時 平成25年10月26日(土) 13時30分～15時30分
開催場所 プラザウエスト第2セミナールーム(桜区)

埼玉精神神経センターの医局秘書、尾寄美奈氏をお迎えする3年振りの接遇研修会。職業人に必要とされるマナー講習会を実施した。

施設ケアマネジャーであれば参加可能なオープン形式で実施。当日は台風27号の影響か、申込み数を大きく下回ったが、それでも25名が参加。有料老人ホーム、グループホームの方が多く見られた。



講義は、講師が参加者一人ひとりに質問する対話形式で行なわれた。開始当初は緊張感が張りつめた会場も、講師のお人柄と巧みなユーモアを交えたお話により、次第に活発な返答が聞かれるようになった。

具体例を使い、上司からの指示受けと報告の仕方、挨拶の基本、訪問時のマナー、名刺交換の基本、敬語の使い方、電話対応の基本と禁句、そしてクレーム対応にまで及ぶ、接遇マナーを学習した。

「職業人としてのマナーの基礎は、自分を発見することにある。自分への関心を持つことと置き換えても良い。「聞き上手は話し上手」の喩えのとおり、ひとの話をよく聞くことが大切である」との講師の言葉が印象的であった。

参加者からは、「今まで分かっているつもりでいたことの誤りに気付いた」「初心に返ることができた」「ひとりの日本人としての

マナーを学ぶことができた」などの感想が寄せられた。また、新たに加わった当協会スタッフからは、「施設で働いているケアマネは、交流も含めて外部からの情報が少なく、こうした場を提供すること、情報共有や仲間づくりを行

うことがとても大切だと改めて感じた」との感想が聞かれた。接遇の大切さを確認するために、このような研修会は継続することに意義があるのではと感じた。

平成25年度 大宮医師会「医療・介護連携研修会」

介護保険制度についてパートII 「要介護者への居宅サービスについて」

開催日時 平成25年11月5日(火) 19時30分～20時50分
開催場所 大宮ソニックシティビル 906会議室

平成25年11月5日、他職種連携を目的として、大宮医師会「医療・介護連携研修会」が開催された。

昨年度、平成24年12月、大宮医師会「在宅医療研修会」の中で、「第1回介護保険勉強会」が行われ、当協会の松橋信和ネットワーク推進委員長より、「要支援者への在宅サービスと地域包括支援センターの役割」について講演が行われた。

2回目の介護保険勉強会は、昨年度に引き続き、松橋氏より要介護者への居宅サービスとして、「居宅療養管理指導」について、平成



24年度の介護保険改正で、居宅療養管理指導を行う職種や居住の場所等の評価の変更点について講演を行った。

改正前と改正後の資料を比較しながら、居宅療養管理指導Ⅰ、居宅療養管理指導Ⅱでは、「同一建物居住者以外のもので行っている場合」と「同一建物居住者に対して行っている場合」の単位数の違いや、同一建物の定義、またケアマネジャーへの情報提供の方法について述べ

た。また、看護職員による居宅療養管理指導の要点について説明した。

2025年、団塊の世代が75歳となり、急速な高齢化が進み、今後、地域で介護と医療をどうするかが問われている。今回の研修会は、医師会の先生や訪問看護ステーションの方、他職種の方とネットワークを作る良い機会となり、大宮医師会では、今後も介護と医療の連携研修会を予定している。

平成25年度 さいたま市「介護の日」フェスタ

「安心は地域の絆から」

開催日時 平成25年11月17日(日) 13時20分～16時30分
開催場所 岩槻駅東口コミュニティセンター 5階

11月11日は「介護の日」厚生労働省が平成20年に「介護の日」と定め、介護についての理解と認識を深め、介護従事者、介護サービス利用者及び介護を行っている家族等を支援することを目的に、国民への啓発活動を重点的に実施するための日として取り組みを進めている。「いい日、いい日」と覚えやすく、親しみやすい語呂合わせ

「いい日、いい日」と覚えやすく、親しみやすい語呂合わせ

昨年引き続き、さいたま市の主催で「安心は地域の絆から」をキーワードに、第4回「さいたま市『介護の日』フェスタ」が開催された。今年、より多くの方が参加しやすいように、日曜日の開催となった。共催として、当協会をはじめ、さいたま市社会福祉協議会、

者連絡協議会、さいたま市老人福祉施設協議会、さいたま市介護老人保健施設連絡会、岩槻区内のシニアサポートセンターが参加した。

フェスタの開催にあたり、主催者を代表して、さいたま市保健福祉局長 大塔幸重氏よりご挨拶があり、さいたま市 清水勇人市長のメッセージを代読された。

現在、さいたま市の人口は125万人を超え、高齢者人口は約26万人、高齢化率21%に近い状況となり、超高齢社会を迎えようとしている。高齢者の生活や意識が多様化する中、本市では、健康で長生きができて高齢者の一人ひとりが生き甲斐をもち、安心感に満ちた社会の確立を目指している。具体的には、「高齢者見守りネットワーク」を構築し、孤立死を防ぐ取り組みを行う。

また、24時間対応の訪問介護看護サービスを推進し、介護をしている人が悩みや疑問を語り合う介護者サロン、カフェを設置し介護する人を応援していく。「高齢者の方々にも本市の活力の源になっていただき、ともに助け合い、高齢者が主役となってボランティア活動や地域活動に参加すること、



日本一幸せを実感できる都市を目指していきたい」と述べた。

本日のフェスタ(安心は地域の絆から)の開催は、「介護が必要となった高齢者の方や献身的に介護されているご家族の皆様方を、地域の中で支えていくことの大切さを多くの市民にご理解いただき、絆を深めていただくことを願い開催するものです。」と話した。

介護の日フェスタ講演会

「足腰きたえて介護予防 ずっとまでも歩ける力と膝の痛みのお話」

介護の日フェスタ講演会では、

高齢者運動器疾患研究所代表理事、伊奈病院整形外科部長 石橋英明氏より「足腰きたえて介護予防〜いつまでも歩ける力と膝の痛みのお話〜」と題して、介護予防についての講話、簡単にできる「ロコモ体操」の解説及び実演を行った。

日本は世界の長寿国であり、平成25年総務省発表資料では、65歳以上の人口が3186万人を超え、総人口に占める割合も25.0%（約4人に1人）、75歳以上も1560万人と年々増えている。また65歳まで生きた場合の平均余命について、男性18.9年（推定寿命83.9歳）、女性23.9年（推定寿命88.9歳）、さらに80歳まで生きた方の平均余命は、男性8.6年（推定寿命88.6歳）、女性11.6歳（推定寿命91.6歳）。平均寿命が男性79.6歳、女性86.4歳からみると、年齢が上がるほど男女の平均余命の差が縮まっている。70歳まで生きた方の平均余命は、男女とも85歳を超えており、「90歳まで自分の足で歩く準備をこれから行い、健康寿命を保つことが大切」と話した。



第1位は、骨折・関節疾患（23%）、2位は脳卒中（22%）、3位は認知症（15%）。要介護の原因疾患は、男女で異なるため、男性の場合、「脳卒中」が多く、女性は、「転倒・骨折・関節疾患」が多い。石橋氏は「脳卒中」は、基本的にはメタボリックの予防、「骨折・関節疾患」は、ロコモティブシンドローム（運動器症候群）の予防が大切。そのためには運動を勧めており、ロコモ予防はもちろん、メタボ予防、認知症予防にも有効なため、「できれば生活の中に運動習慣を取り入れ、特に男性はメタボに気をつけて、女性はロコモに気をつけてほしい」と述べた。

健康な長生きには、運動器の健康が重要なため、参加者全員でロコモーショントレーニング（ロコモトレ）の実演を行った。具体的には、1分間の片足立ちやスクワットでは、大きな古時計の曲に石橋氏作詞の替え歌に合わせて行った。またウォーキング、水中歩行、自転車、ストレッチ、ラジオ体操などの運動も効果があるという。

足腰を強く保つ秘訣はロコモの解決策は、「筋力を増強することでバランスの改善、ひざ痛の予防・改善、骨粗鬆症の予防、腰痛の予防・改善につながる。身体機能を維持していくためにもロコモトレは必要」と話した。

講演後の質問では、「背筋を鍛える運動方法」や「痛みがある場合でもトレーニングを続けた方がよいか」など、ロコモトレに関心を示す参加者も多く、「ロコモトレを普段の生活に取り入れていきたい」と意欲的な声も聞かれた。

【いきいきロコモ7カ条】（石橋氏講演資料より）

1. ロコモーショントレーニングを日々続けよう。

2. 足腰の健康は歩くことから。スタスタウォークを続けよう。
3. タンパク質とカルシウムを十分に含むバランスの良い食事を摂ろう。
4. 日光は元気とビタミンDのもと。1日15分は日にあたらう。
5. 健康に関心を持ち続けよう。ただし、関心を持ちすぎないようにしよう。
6. 毎日いきいきと過ごし、ものごとを前向きに考えるように努めよう。
7. 講演会や講習会に参加して知識を取り入れ、人と出会おう。



【本庁、介護保険課職員への提案事項に関するご報告】

12月2日（月）に、宮本会長、松橋研修ネットワーク推進委員長、山下の3人で本庁、介護保険課にうかがい、中島課長、佐藤課長補佐、介護保険課職員3人の計6人で、さいたま市介護支援専門員協会からの介護支援専門員業務における提案事項について、ご相談をさせていただきました。

平成25年度事業として、行政や他団体とのネットワーク強化を図り、さいたま市の介護保険事業がより円滑かつ効率的なものになるための狙いとして、一方的な要望ではなく、互いの情報を理解することが目的です。

中島課長からも、行政としても、「みなさんの意見を少しでも反映できるようにすること、また、行政サイドの理解を深める場としても、大変ありがたい」とのお言葉をいただき、会員のみなさまの建設的かつ有用性のある提案を、行政合同のもと実現化できるよう、今後も交流を深めていきたいと考えております。

今回、ご提案例として上がったものとして、認定調査の特記事項について、用紙の無駄を省くため、項目枠をなくしたフリーペーパー方式を採用してはどうかとの提案に対し、さいたま市からの回答として、認定調査票特記事項は、フリーペーパー方式を採用すると、1群から順番に記入されない場合も想定され、介護認定審査会委員が見づらくなり、また、様式変更にはシステム改修費もかかることとなりますが、区役所担当職員の意見も聞きながら検討したいとの回答を得ました。現在の項目ごとの記入様式は、旧市合併の際に総合的に判断した結果、採用されたもので行政サイドに立つと、納得できる回答でした。

住宅改修書類の区の受け取り解釈についても、報告を受けているとし、こうした解釈の統一を図るため、月に1度の各区高齢介護課長会議や担当者会議を通じて、検討をしているとのことでした。

相違した立場から見れば、相互理解ができるものであること、何十、多い時は何百のクレームを受け付ける行政の立場から見れば、私情を挟めない、マニュアルに沿う対応を行うことが職務であると同時に、ケアマネジャーが利用者に対する立場は、介護保険制度という法律を理解しつつも、「何とかしてあげたい」と言う思いが、温度差を感じるのかもしれませんが。

目的は同じ、理解は同じ・・・そんな相手の立ち位置を意識し、改善できることを、お互いの立場を集約し、少しずつ発展し感じられる提案を、「相談」していきたいと今後も考えています。

全体研修や、各区幹事役員のみなさまのお力を借り、協会はネットワーク強化へ向け、前進しています。

会員のみなさんも、会員外のみなさんも、研修や各区のサロンに積極的にご参加いただき、一緒に建設的な提案を協会に上げていただければ幸いです。

平成25年12月5日
副会長 山下 和彦

自分にとってのケアマネ 会員0

先日、今年の介護支援専門員試験に合格した友人と食事会をした席で「自分にとってケアマネって何ですか」と唐突に質問をされました。

10年間も居宅介護支援の仕事をしていながら、その質問に対し言葉が詰まってしまい何も言うことができませんでした。

「利用者が在宅で生活するため」「ご本人らしい生活ができるように」「家族、ご利用者の方が共感し、無理のない生活を送っていただく」、頭の中を色々な言葉が駆け巡りました。どの言葉に対しても「これだ」という感覚がなく、最初に居宅の介護支援専門員になったときの気持ちを考えてみました。

介護の現場で15年働き、その時、施設に入居されている利用者の方が、施設に入り、自宅に戻れない淋しい思いを、少しでも良い思い出、楽しかった時間になってほしいと思ひ沢山話しかけ、笑顔で接するようにしていきたいと考えていたことを思い出しました。

長く就労していくうちに、慣れが出てきてしまい初心の部分を忘れかけていた自分が悲しく感じ、一緒に食事をしていた友人に感謝の気持ちでいっぱいになり、お食事会の会計は自分が払いました。

一人で仕事をしていると、自分のルールを作って動いてしまいがちになるので、他のケアマネ、違う業種の方との交流を多く持ち、沢山のものを吸収し利用者、家族のために少しでも良い支援、提案ができるよう日々精進していきたいと感じたお食事会でした。友人へ、約18%の合格率であった介護支援専門員試験合格おめでとうございます。

あとがき

例年にない厳しい寒波の襲来により、北海道や日本海側では大雪になり、アメリカのシカゴでは、氷点下27度、中国内モンゴル自治区では、氷点下45.9度を記録し、世界各地で異常気象が続いています。今後も厳しい寒さが続く予想されていますので、どうぞ風邪にはご用心ください。

今年は午年、縁起の良い動物とされています。物事がうまくいきますように！

事務局

〒331-0823 埼玉県さいたま市北区日進町2丁目1864-10

JS日進 さいたま市社会福祉協議会内 さいたま市介護支援専門員協会

電話 048-782-6839 FAX 048-782-6840

リニューアルしたので見てください~い!!

ホームページ

<http://www.saitamashi-keamane.jp>

さいたま市介護支援専門員協会

検索