



さいたま市介護支援専門員協会  
ロゴマーク

## 新型コロナウイルス感染症に際して会員の皆様へ

年明け早々から続いている感染症拡大防止について、会員の皆様におかれましてはその予防策に尽くしておられることと存じます。

業務においては会議や訪問への制限も余儀なくされ、担当利用者の顔さえ見られずケアプラン遂行をせざるを得ない現況です。そんななか、大変複雑な予防策をとってサービスを継続を死守して下さっている事業所の皆様には謝意と敬意のほかありません。サービス事業所の方々が最大限力を発揮できるよう、しいては利用者の生活への支障が最小限となるように、この非常事態のケアマネジメン  
トに対応しましょう。つきまして、

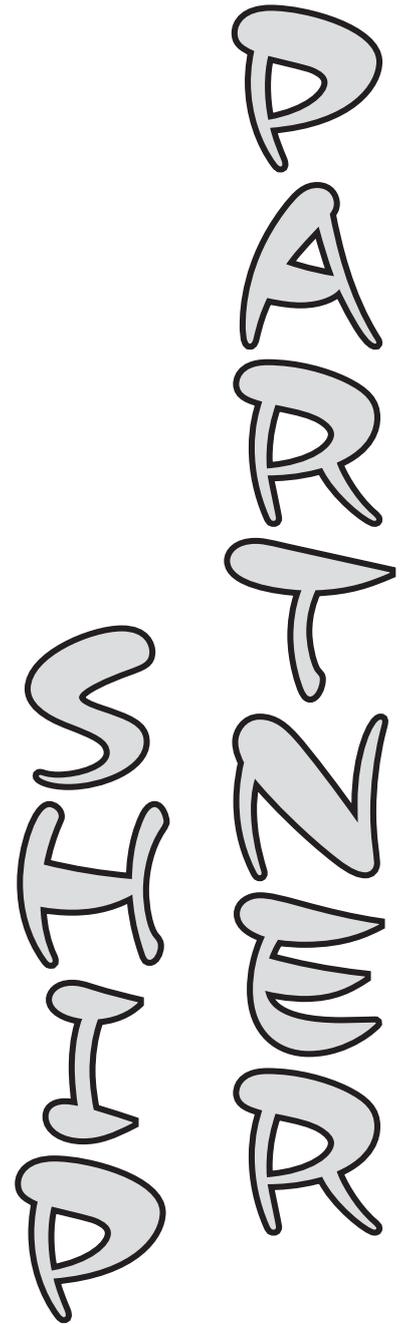
- ・ 本会ホームページでも示しておりますさいたま市からの「介護保険事業者向け新型コロナウイルスに関するお知らせ」と、厚生労働省からの

「介護保険最新情報」は、  
毎日のチェックと読み込みをし、解釈に努めてください。

この難局を乗り切った後、切っても切れない絆が事業所間や仲間同士でそれまでになく醸成し、生活者を包括的に支えられる貴重なチーム資源として生まれていることを切に願います。

令和2年4月15日

さいたま市介護支援専門員協会 会長 宮本好彦



## 令和元年度 第4回全体研修会

テーマ 「退院を控えて 自宅に帰るか 施設に行くか

検討中の方のケアプランをつくろう」

開催日時 令和元年12月14日(土) 14時30分～16時30分

開催場所 市民会館うらわ503・505集会室

講師 NPO法人 介護の会まつなみ 副理事長 峯尾 武巳 氏

開会にあたり、松橋副会長より、「初めて一つの事例から在宅と施設のケアマネジャーが協働したら、どのようなケアプランができるのか楽しみにしている」との挨拶があった。

1グループ4～5名(施設ケアマネジャーBグループ、在宅ケアマネジャーAとCグループ)の3グループに分かれて、各グループに1名のファシリテーターを配置し、事例を読み込み、個人ワークで各自注

目すべきアセスメントのポイントを抽出し、生活全般の解決すべき課題を整理する。その後、グループ内で課題を共有し、どこでもシートを用いてケアプラン第1表及び第2表を作成し、全グループによる発表後、発表を聞いたグループから感想を聞いた後、各グループで振り返りを行った。

在宅ケアマネジャーのAとCグループは、自宅に戻って生活を支えるケアプランを作成し、施設ケアマ

Vol,55

2020年春号

ネジャーのBグループは、施設に入所して生活することを支援するケアプランを作成した。その中で、在宅Cグループの発表では、分かりやすく具体的な表現や言葉を使い、デイサービスを利用する視点は、施設Bグループにはない視点という感想もあった。在宅Aグループの発表は、「介護負担」について検討するプランコンセプトで作成した。そこで、在宅Cグループでは、「介護負担」という表現は、本人の家族に負担をかけたくないという心情に配慮して、あえて使わなかったという意見があった。そして施設Bグループの意見として、施設ケアプランでは本人がメインで、家族のフォローまでは、プランに反映させていないこと、在宅では、家族の支援も必要になってくることを再認識したという意見があった。施設Bグループの発表は、施設介護職員がご利用者と一緒に外出する支援ができること、尿失禁があっても、原因を分析して失禁を減らしていくことができるといった内容だった。在宅と施設のケアプランの共通点は、ご本人とご家族を支えたいという気持ちに差がないこと、考えていることや気持ちは一緒で、表現の仕方の違いだけであることが分かった。

各グループの発表、質問、感想を聞いた後の振り返りでは、施設でも家族の思いを反映させることができること、施設サービスでは、排泄面の24時間観察が可能であること、在宅のケアマネジャーは、家族とちよつとした誤解が生じて、誠意で挽回できることがあるが、施設では家族とこじれると関係修復が難しいこと、入所時にできること、できないことをしっかり説明する必要があるという意見があった。

峯尾先生からの総評として、事例を時系列で整理すること、ニーズを深掘りするスキルが必要であること、主介護者の意向をポジティブに表現したら、どういう言葉になるか、生活の中で、本人が発した言葉やつまづきを記録することが大切

とのアドバイスをいただいた。そして小澤氏からは、尿失禁の原因を精査できるのは、施設ならではの視点であること、一つのフレーズにこだわらず、その言葉が出てくる理由を考えるようにすると、プランの幅が広がること、主介護者だけでなく、その子供たちの考えも深く読み取るようにする等、家族のアセスメントも行う必要があると話した。

交流会では、施設ケアマネジャーの位置づけが、法人や管理者の意向に左右されている現状があること、在宅と施設のお互いの良い部分を確認し合えることができたい。想像力を深めることも大切であることを学んだ。今後の展開として、宮本会長は、「従来の介護支援専門員研修の

疾患別の講義が、埼玉県立大学のご協力で、最低どの部分を重視して確認する必要があるのか、誰に聞くべきなのかにフォーカスした介護支援専門員研修になっていく」とコメントした。



### 令和元年度 第5・6回 全体研修会

#### 事例検討会 「アセスメントと実践をつなぐケアマネジメント」

##### 第5回 総論とパーキンソン病

##### 第6回 総論と脳梗塞

開催日時 第5回 令和元年12月21日(土) 10時00分～16時30分  
第6回 令和2年1月11日(土) 10時00分～16時30分

開催場所 埼玉建産連研修センター 200会議室

講師 埼玉県立大学大学院・研究開発センター 教授 川越 雅弘 氏  
埼玉県立大学 保健医療福祉学部 准教授 柴山 志穂美 氏

今年度、第5回及び第6回の全体研修会は、埼玉県立大学との共催で「アセスメントと実践をつなぐケアマネジメント研修について開催された。

実務、更新研修での「ケアマネジメントに必要な医療との連携」プログラムにおいて、ポイントが掴みきれなかった「実践にどう活用すればよいのか」「ケアプランにどう立案するのか、何の情報

集めればよいのか」「医療職との連携会議でどこに注意して話を聞けば、話せばよいのか」を学び、即活用できる本会員限定のケア

マネジメント研修として行った。埼玉県立大学プロジェクト「統合アセスメントの推進に関する研究」の一環として、今後の介護支

## 令和元年度 第7回全体研修会

### テーマ 「口腔ケアから学ぶ健康について」

開催日時 令和2年2月20日(木) 13時30分～15時30分

開催場所 埼玉建産連研修センター 200会議室

講師 埼玉県歯科医師会 理事 地域保健部 小宮山歯科医院  
院長 小宮山 和正 氏

第7回全体研修会は、埼玉県歯科医師会理事、地域保健部 小宮山歯科医院 院長 小宮山和正氏をお招きし、「口腔ケアから学ぶ健康」について、ご講義をいただいた。

研修のはじめに、宮本会長より、私たち介護支援専門員は、日頃から疾患などの基礎知識を持っている。利用者の身体状況や生活を支えて



援専門員教育に貢献したいとの考えより、研修プログラムの効果を検証するため、アンケート調査も実施した。

以前厚生労働省が行った「健康意識に関する調査」では、自分は健康であると思う時について、「病気がないこと」「不安や悩みがないこと」

「美味しく飲食できること」などが挙げられている。健康が崩れる要因をフレイルと考えると、筋力低下による身体的フレイル(サルコペニア)、食べる気力の低下は精神的フレイル、筋力低下により摂取できる食品が減少する社会的なフレイルなど、ドミノ倒しのように「美味しく飲食できること」が困難となり、健康状態が崩れてしまう。口腔に関しては、オーラルフレイルと呼ばれている。「半年前に比べて硬いものが食べにくくなった」「1年に1回以上は歯科医院を受診している」などオーラルフレイルチェックを用いて評価することができる。例えば心身機能低下で活動量が減少すると、新フレイル期にて舌が動かないと、しっかりとした飲み込みが難しくなる。オーラルフレイル期に進

行すると噛めない食品が増加して、

飲み物に近い食品摂取にとどまり、栄養状態に変化が生じる。サルコ・ロコモ期では低栄養、代謝量低下、フレイル期では運動・栄養障害や摂食嚥下障害、咀嚼機能不全へ進行してしまふ。国民主体の健康増進に向けて、いかに簡便に評価できるか、いかに市民サポーターと市民だけで、いかに「楽しく」、いかに「気づき」を与えられるか、それぞれの意識を上げていく必要がある。1980年代からは、80歳まで20本の歯の維持を目指す運動「8020よい歯のコンクール」などを通して、達成者は増加し、実際に自分の歯で噛める人は寝たきりになりにくい統計が表れている。

次に口腔内の健康やトラブルを防ぐために、口腔内の観察は不可欠である。オーラルヘルスアセスメントツール(OHAT)を用いて判断。簡単にアプリで見ることでもできる。義歯があるかどうか、プラークの有無、舌苔がある人は誤嚥も疑われる。口腔内が乾燥していると熱感

ある人、口角の観察などチェック項目が確認できる。訪問診療依頼の判断ともなる。誤嚥性肺炎については、口腔乾燥症（内服薬によるものなど）や脳梗塞では嚥下機能が残るためリスクが高まる。摂食嚥下障害のスクリーニングにて評価を行う。誤嚥の簡便診査は30秒間に3回空嚥下（喉仏がしっかり挙上できるか）ができるかどうかあわせて行っていく。舌は口腔内では手の役割をしていて、筋肉のかたまりである。

## 施設ケアマネ研修会の報告

### テーマ 「ケアプラン作成に関する研修会」

開催日時 令和2年2月8日（土）14時00分～16時50分  
開催場所 武蔵浦和コミュニティセンター 第10集会室  
講師 NPO法人 介護の会まつなみ 副理事長 峯尾 武巳 氏

今回の施設ケアマネ研修会は、12月に開催した第4回全体研修会「ひとつの事例から居宅・施設それぞれのケアプランを作る」を踏まえ、その時と同じ事例を用いてケアプランを作成するグループワークを実施した。

荒山研修副委員長による事例読み込みの後、各グループに進行を任せ、自己紹介から始めてアセスメントポイントと生活全般の解決すべき

舌に力が入らないと嚥下はできない。そこで、小宮山氏からケアマネジャーが利用者のモニタリング時などに行えるエクササイズを紹介。まず利用者は椅子などに座位をとる。椅子の両側に手をつき、横隔膜を広げることを意識する。利用者に舌を出してもらい、自分の手などを舌の先に当てて、舌を押ししたり、引っ張ったりすることを10セット行ってもらおう。ケアマネジャーが声掛けしたり、一緒に行ってみる。またモニ

課題の抽出を行ってもらった。

各グループでは参加者がフリートークで発言し意見交換が進行している様子が窺えたが、シートへの記入が進まない様子だったため荒山氏が各グループを回って声を掛けた。予定のタイムテーブルでは、考察（ポイントの共有）と1・2票（どこでもシート使用）への記入を60分としていたが15分延長した。各グループから写真のようにプランを発

タリング時、ケアマネジャーとの会話なども口を動かすという意味では、エクササイズの一つになり得る。

小宮山氏が訪問診療で大事にされているのは、利用者との信頼関係を築くこと。病院の内科医との連携を図り、利用者が食べることの楽しさを感じていただくこと。利用者や家族との関わりを、私たちケアマネジャーと共有することであると話された。

表していただき、その後、峯尾先生よりコメント、講義をしていただいた。

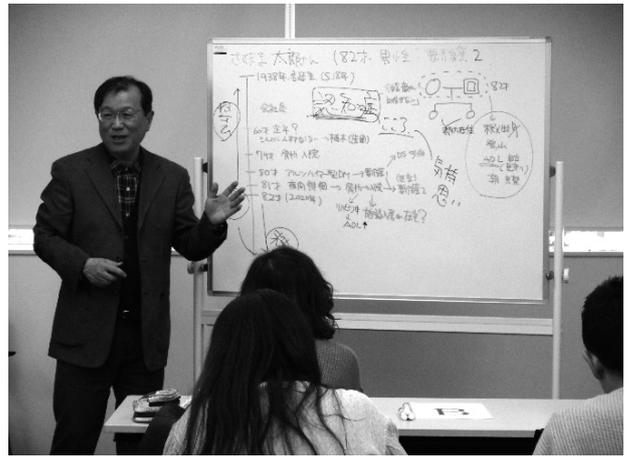
以下、講義内容を要約する。

介護計画立案に必要とされるのは論理的思考である。即ち、筋道をたてて考えること。プランの内容を本人はもとよりご家族、プランを見て行動する職員に向けてきちんと説明できることが肝要である。そのためには言葉を鍛えることが必要である。日頃から言葉を豊かにすることを心がけること。「そのひとらしさ」「尊敬」「生きがい」など、抽象度の高い言葉をわかりやすく言い換えて伝える練習をすることが求められる。

そもそも、ケアプランはケアマ

今後も国民主体での健康増進意識向上していくことで、フレイルを予防することが必要である。介護においては、多職種協働でその人らしい生活を支えていくことが私たちケアマネジャーの役割だと改めて感じ、小宮山氏から学んだエクササイズを実践しながら、フレイル予防の一翼を担いたいと思った。





ネが（様々な人から話を聞いて情報収集した上ではあるが）机上で、ひとりですくもるものである。それ故に、業務を回すフレームワークはPDCAサイクルよりも、状況に応じて意思決定を行うOODAループがより相応しいのではないだろうか。更にOODAの進化系であるD・OODAループという考え方にも触れられた。D・OODAの最初のDとはDesign（デザイン）のことで計画をデザインする役割である。つまりケアマネジメントにおけるD・OODAとは、ま

ずケアマネジャーが大まかに計画を立て（Design）、その後、現場で観察（Observe）、情勢判断・方向付け（Orient）、意思決定（Decide）、行動（Act）を回していくというもので、現場で変化に応じた臨機応変で柔軟な対応ができるというメリットがある。

最後に先生から、「研修の成果のひとつは情報交換である」と述べられた。グループワークを通じて得たものをポジティブに考えて持ち帰ってほしいとの言葉で研修を締め括られた。

## 令和元年度 さいたま市「介護の日」フォーラム

「安心は地域の絆から」 支えるちから 街の左から

開催日時 令和元年11月8日（金） 10時10分～14時30分

開催場所 浦和コミュニティセンター多目的ホール

11月11日は介護の日。「いい日 いい日 毎日あったか介護 ありがとう」を念頭に介護についての理解を深め、介護従事者や利用者、そのご家族の支援についての啓発を重点的に実施する日として平成20年度に厚生労働省が定めた。

さいたま市では毎年「介護の日」フォーラムを開催し、今年も介護の日に合わせて、主催はさいたま

市、共催として、さいたま市介護保険サービスマネジメント協議会、さいたま市介護支援専門員協会・関係団体の協力により「介護の日」フォーラムが開催された。

フォーラムには、さいたま市行政をはじめ市内の介護従事団体や一般市民、また将来介護の道を目指す学生たちも含め、300名以上が参加された。

I部は、事業所・団体への表彰や「シニアが輝く人生二期作・二毛作」と題し、株式会社三菱総合研究所プラチナ社会センター主席研究員・チーフプロデューサー 松田智生氏による講演、II部は、「人と地域が繋がる魅力」～あなたとわたしをつなぐまち・さいたま～をテーマにパネルディスカッションが行われた。

介護フォーラムを通して、介護に対する理解を深め、地域の介護に関する問題や解決に向け、よりよい地域づくり、地域活動につながることを期待される。



## ちょっと coffee break

### 会員T

「一時間、幸せになりたかったら酒を飲みなさい。」  
「三日間、幸せになりたかったら結婚しなさい。」  
「八日間、幸せになりたかったら豚（牛）を殺して食べなさい。」  
「永遠に、幸せになりたかったら釣りを覚えなさい。」

中国古諺といわれています。

と、いうことは釣りをしている私は幸せです。今回は永遠に幸せになれるといわれている趣味「釣り」についてお伝えさせていただきます。ちなみに私はキャッチ&イート派ですので、食べることを前提にしたお話になります。

釣りをやらない方のネガティブイメージとして…  
○何が面白いのか意味不明。ただ竿持って、ぼーっとしてただけじゃね。

○魚屋で買った方が安いじゃね。

○おじさん臭い。地味。あのかっこ悪いベストは何なんだ。

と、三つほど大きく分けてあげましたが、これらが解決すると興味をもたれるのではないかと思います。

一つ目ですが、多くの釣り人はただ竿を持って呆けているわけではなく、頭の中はフル回転。ここで考えていることは課題認識→課題分析→立案実行と、課題（問題）解決力をフル活用しております。そう、ケアマネジメントのプロセスとほぼ一緒。釣果=ケアマネジメントの実力と言っても過言ではないかと。

魚が釣れない課題分析は多岐に渡り、潮回り（潮色・干満）・棚・仕掛け・餌（ルアー）・地合い・ベイト・地形・習性等を客観的に考え、解決に向かって修正立案。そしてそれを試して答え合わせをしていきます。

そのプロセスを経て魚が釣れた瞬間の喜びはストレスから一瞬にして解放される喜びです。その様はサッカーの得点シーンとも共通しており、周りが誰も釣れず工夫に工夫を重ね捻り出すよう

に釣り上げた時は、「きたおらあっ！！」「よっしゃあああ！」等、声を上げる方もいます。

私は平静を装います。でも周りをチラ見しながら優越感に浸ります。ニヤニヤしてるはずですが。

ケアマネジメントと一緒に経験があると有利ですが、それだけではなくロジカルな思考は必須。未経験の事も解決していく点も共通しております。もちろん仕事だけでなく、プライベートでも何か問題が起きた時に解決していく力は死ぬまで必要なスキルかと。

二つ目ですが、魚屋で買った方が釣るより圧倒的に安いです。その通りです。ただし、味は当然釣った方がおいしいです。鮮度落ちが早いイワシ等の青物は決定的ですし、釣らないと食べられないものも多数。食が豊かになれば人生は豊かになっていきます。

まして自身で釣った魚で「パパの釣ってくる魚はおいしーね。」と子供に喜んでもらえれば、父の威厳・人気ともに上がること間違いなし。

ただし、きちんと下処理をしないと味は落ちますし、何よりキッチンを汚して生臭くしてママに怒られます。あと、余った虫エサを冷蔵庫に入ると激怒されるのでやめてください。

三つ目ですが、おじさん臭いのはゴルフ・麻雀・ボウリング等、何をとっても未知のものに対しては否定的にそう思われるだけです。実際趣味としては小学生～高齢者まで幅広く、釣り場には女性もけっこういます。女性・子供とも競馬場より多いです。特に浦和競馬場に比べると差は歴然。

ちなみにベストに関してはカッコ悪いです。メーカーさんに頑張ってもらいたいものです。

今回は黒潮大蛇行による釣果の影響と生態系の変化についてお伝えできればと思います。需要のない長文に最後までお付き合いいただきありがとうございます。ありがとうございました。

## 事務局

〒 331-0074 埼玉県さいたま市西区宝来 86-1

敬寿園宝来ホーム

連絡先 TEL 048-620-0600 FAX 048-620-0601

## 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 