

世田谷介護ネットニュース

第6号

発行日：平成 20 年 5 月 23 日

発行：世田谷区介護サービスネットワーク

事務局：世田谷区社会福祉事業団

世田谷区人材育成・研修センター

連絡先：東京都世田谷区世田谷 1-23-2

電話：(03)5450-8575

平成 19 年度 第 5 回全体会報告

世田谷区介護サービスネットワーク第 5 回全体会「介護事業者へのぞむこと～利用者として、家族として～」が 3 月 26 日に世田谷区民会館集会室で開催されました。

今回は、介護保険サービスを受けている 86 歳のご利用者様、母親の介護を通じて介護保険サービスの様々な問題に直面した経験をもつ家族介護者、介護職として働きながら家族の介護もしている方の三名から直接お話しをお聞きました。

最初にお話しいただいた湯川時明さんは、視覚障害をもち様々な苦勞をなさってきました。現在は要支援に認定され介護保険のサービスを利用していますが、福祉 100 人委員会に参加するなど、社会貢献への強い意欲をおもちです。介護職へのねぎらいの言葉などもちょうだいしました。

二番目の西澤恵さんからは、介護保険サービスに関して事

業者と利用者の方に認識のずれがあるとの指摘がありました。利用者の家族は介護疲れから、病気に近い状態であることを前提としてケアマネジャーは対応してほしいことなど、率直なお話しをいただき今後のサービスの中で役立てるべき内容がたくさんありました。

3 番目の手島由美さんからは、介護の専門職として働いていても、自分の家族の介護になるとなかなか専門職としての知識や技術が生かせない現実についてお話しがありました。

ご利用者様やご家族から直接お話を聞く企画は初めてのことでしたが、内容の濃い全体会となりました。今後も同様の企画を考えていきたいと思ひます。

災害対策小委員会報告

本年 4 月から災害対策小委員会が正式に発足しました。世田谷区介護サービスネットワークは、昨年 3 月に世田谷区と「災害時援助協定」を締結しましたが、大震災などの大規模災害が発生したときの事業者としての取り組みについては今後段階的に具体化していく方針です。5 月に中国四川省で発生した大震災の惨状は決して他人事ではなく、東京でもいつ大地震が発生してもおかしくない状況です。

世田谷区では災害時の避難場所確保、食料の備蓄、マニュアルづくりなどが進められていますが、介護保険サービスを提供している事業者として主体的な対策を講じていく必要があります。

今後は事業所を対象としたアンケート調査を実施して災害時対応マニュアルの有無、職員の連絡体制、役割分担などの状況を確認し、その結果に基づいて早期に体制整備を進めたいと考えております。

アンケートへのご協力と、事業所ごとの対策実施などよろしくお願ひします。



研修グループからのお知らせ

第 1 回目のスポット研修は 5 月 20 日、元気の出る体操でお馴染みの佐野公美子先生を講師にお招きして開催いたしました。この研修は人気の高い研修ですので、次年度は玉川地区で行うことを検討しています。当日の様子はまた、次号の介護ネットニュースで報告させていただきます。

さて、今後の予定ですが、7 月 23 日事業団 3F にて「口腔ケア」の研修を行います。口腔内の衛生がいかに大事か、桐原仁子先生のお話から一緒に学びながらオーラルバランスや口腔ケアの技法も学びたいと思ひます。前回の研修では、人に口の中をうがいしてもらおうことの気持ち悪さ実感しました。少しでも心地よい口腔ケアの方法を身に付けていただけたらと思ひます。

また、認知症の対応ではヘルパーさん達も苦勞されている事と思ひます。認知症ケアの研修として、11 月 21 日世田谷区民会館集会室におきまして、梅本聡先生をお招きして行ないます。梅本先生は 30 歳代の若さで、グループホームやデイサービス、訪問介護も統括されています。実践に基づいた先生のお話は認知症の対応ばかりではなく、働いている介護従事者も元気になれる、頑張ろう！と思えるようなお話です。

このほか色々な研修のアイデアを考えています。ネットニュースをご愛読の皆様、一緒に研修グループでアイデアを出し合いませんか？お問い合わせは事務局まで。(宮川)

連載

認知症になっても『人として生きる』ために(5) グループホームかたらい副ホーム長 市川裕太

これまで4回に亘り認知症の人を支えるための事例、取り組み等についてお話をしてきました。

第1回目のコラムの中で私は「生きている人を支える」ってどういうことでしょうか？ということをお話しました。

私たちがいくら頑張ってもその人の自立を支援しようと努力したとしても、それは一時的なことであり、最終的な結果は「死」が待っています。当然、時間と共に年を重ね、体力の低下や病気に苦しむことも少なくありません。しかし、「死」は認知症の人（あるいは介護される人）に限らず、人として生きている以上、誰しもが平等にあるものなのです。

「死」の意味を広辞苑で調べてみると、「命がなくなること」の他に、「機能を果たさないこと。役に立たないこと」と書かれています。死に対して私たちの多くは「命がなくなること」をイメージします。しかし、前述のもう一つの意味を取り上げると、その人をそう捉えた私たちはその人に対してすでに「死」を迎えさせてしまっているの



かもしれません。

本人が「自分は役に立たない」と思っている、人から評価されたり、認められることで社会の一員として生きていることを実感することは可能かもしれません。しかし、人からも役に立たないと思われるであろうでしょう。それは、もしかしたら命を絶つことと同じことなのかもしれません。

認知症の人は、思いもしない行動をして人を悩ませることが多々あります。しかし、それは本人がそうしたくて行っているのではなく、壊された脳によって生じている障害です。どうしてもそこに目が行ってしまい本人を否定することがあります。そうしたことが積み重なることで、本人の意欲が減退し、周囲からも危ないから何もさせないような環境を作り、その人をやっかいものとして扱うようなことをしたとしたり、その人ははたして「生きている」と言えるのでしょうか。

私はこの連載を通じて、あらためて認知症の人を支えることについて考える機会を持つことができました。この連載を読んで下さった皆さん、そして何よりこの機会を下さった方々にこの場を借りてお礼を申し上げます。

本当にありがとうございました。

お問合せ：3308-0155 グループホームかたらい 担当：市川



介護食豆知識(5)

調理の基本のおさらい

総合福祉ツクイ世田谷 波木直道

1 非加熱調理

食品に熱を加えず、物理的変化を与える操作のことです。軽量する・洗浄する・浸すこと・切る・粉碎・擂る・おろす・攪拌する・混合する・こねる・漉す・のぼす・凍結させる・解凍するなどざっと考えてもこれくらい種類があります。

非加熱調理では魚(さしみ・しめさば等が代表的)野菜・大根おろし・漬物・ゼラチン・寒天等があります。

2 様々な加熱調理

加熱調理には4種類あります。

湿式加熱の特徴は、ゆでる・蒸す・煮ることで水や蒸気を利用してしやわらかい仕上がります。

例：煮物・おひたし・茶碗むし等

乾式加熱の特徴は、焼く・炒める・揚げると水を利用しない調理です。

例：ピラフ・天婦羅・焼き魚等

誘電加熱の特徴は、栄養分の損失が少なく色が美しく仕上がります。ゆっくり加熱する調理にはふむきです。

例：ピザ・グラタン・卵焼き等

誘導加熱の特徴は、熱効率が良いが使用する調理器に限定があるために不便さがあります。

例：豆等ゆっくり調理するメニュー、炎が出ないので高齢者にも安全です。

簡単メニュー1：大根の鶏肉煮込み煮

材料：鳥胸肉 120g、大根 1/2本、調味料：中華味の素 小さじ1、ホタテダシの素 小さじ1、みりん 50、調理酒 50、水 100

調理：大根 2cmの厚さに切り面取りを致し6個用意いたし下ゆでしておく。鳥胸肉は一口大に切る。

上記のだしの沸騰させた中に材料を入れ沸騰させ、あくを丁寧に取り、中火にて45分程度煮込む。火を止めて冷まします。あたたかなくても冷たくても召し上がれます。

簡単メニュー2：簡単ロ-ルキャベツ

材料：牛ひき肉 250g、食パン 1/2、生たまご 1ヶ、キャベツの葉 4枚、トマト 1ヶ、固形コンソメ 1ヶ、コショウ、塩

調理：キャベツの葉 4枚下ゆでして置く。挽き肉・卵・食パン(冷凍してからちぎる)に塩、コショウして粘りのでるまでステンレスのボールにて練る。20分放置。下ゆでしたキャベツの葉をさまし水分をふきとり、練った挽き肉を4等分し、厚めの茎は薄くし、キャベツの葉にてたたみ包み、鍋に並べて水 300CC に固形コンソメ 1個・トマト 1個(種をとり湯むき)塩・コショウ少々にて30分煮込む。



世田谷区からのお知らせ

介護保険負担限度額認定証更新手続きが始まります

ショートステイや介護老人福祉施設等を利用される際の
居住費・食費については、介護保険の給付の対象外とな
っておりますが、低所得者に対しては、負担が過重となら
ないよう、課税状況等に応じて自己負担が軽減される制
度が設けられています。

居住費・食費の軽減を受けるためには、「介護保険負
担限度額認定申請」を行う必要があります。承認された場
合利用者の方は当区発行の「介護保険負担限度額認定
証」を施設に提示します。前年度、負担限度額認定証を
お持ちの方には、5月下旬に更新のご案内を送付いたし
ます。更新手続きの締め切りは6月10日(火)となっていま
す。

締め切りまでに提出いただき
該当される方には、平成20年度
住民税決定後の6月末(予定)に
決定結果と新たな証を送付する
予定です。締め切り後の提出の
方には、7月以降順次認定結果等をご通知いたします。



なお、8月1日以降申請された場合には、申請日の属
する日の1日から証が有効となるため、7月からの有効期
間となりませんので、ご注意ください。

高齢者福祉・介護保険部会シンポジウム

現在、第4期世田谷区高齢者保健福祉計画・介護保
険事業計画の策定作業を行っています。5月と6月の2
回にわたって、世田谷区地域保健福祉審議会の部会
の委員による講演やパネルディスカッションを行います。
ぜひ、ご参加ください。(申込は不要です。それぞれ定
員は100名です。)

第1回シンポジウム 5月26日(月) 午後6時30分～
梅丘パークホール、集会室

第2回シンポジウム 6月30日(月) 午後6時30分～
玉川区民会館、第1・2集会室

外出を助ける福祉用具展



5月15日(木)～31日(土)まで 午前10時～午後6時
世田谷区立総合福祉センター福祉用具・住宅改造展示
相談室「たすけっと」(松原6-41-12)で、
杖・靴・シルバーカーなど外出を助ける福祉用具を集めた
特別展開催中。5月30日(金)には、特別講習会「靴・杖
の種類と選び方」を「たすけっと」で開催。午後1時30分
～3時まで。無料。直接会場へ。

(財)世田谷区保健センター区立総合福祉センター
福祉用具展示相談室「たすけっと」(水曜休館)

5355-3451 fax5355-3462 土・日・祝日も開
館(水曜、年末年始休館)



平成19年度介護保険実態調査(事業所・施設)の 報告書がまとまりました

報告書(全体版・概要版)は区政情報センター、総合支
所区政情報コーナー、図書館等で閲覧できます。

また、世田谷区介護保険ホームページで、PDFファイ
ル形式で公開しています。



リレー随想

「介護予防と特定健診・保健指導について」

一昨年の4月から「介護予防」の給付が導入され、「運動器の機能向上」等の取組みが進められたことは周知の通りですが、そのなかで違和感を覚えたのは、パワーリハビリということで高価な器具を購入して筋力の強化を図るということが強調されたことです。筋力の維持には週2回以上の運動が必要で、ストレッチや太極拳のようにゆっくり時間をかけておこなうのが効果があるといわれています。しかも一時的でなく継続して行わなければ、逆効果になります。厚生労働省が特定健診・保健指導を今年の4月から本格的に実施することになりましたが、メタボ撲滅に対する

取組みでは、本当に効果をあげるために日常の生活習慣全体に対する見直しをやると思っています。介護予防の場合も、「運動器の機能向上」の取組みも本当に効果があるのか見直した方がいいのではないかと思うきょうこの頃です。

次は、三越ライフタイム上馬デイサービスセンターの板垣慎司さんをお願いします。

健康生活支援研究所 寺田 勝彦



研修情報・イベント情報

【世田谷区介護サービスネットワークの研修】

1 第1回全体会

テーマ未定

平成20年7月17日(木)

会場：烏山区民センター集会所

2 第1回スポット研修

「口腔ケア研修」

平成20年7月23日(水)

会場：世田谷区福祉人材育成・研修センター

【世田谷区福祉人材育成・研修センターの研修】

1 講演会「新しい介護をはじめよう」

講師：三好春樹

平成20年6月6日(金) 18:30~20:30

会場：烏山区民会館ホール

2 せたがや福祉のお仕事ミニ合同就職面接会

平成20年6月14日(土) 13:00~16:00

会場：玉川区民会館集会所

3 管理者・部門責任者研修

平成20年7月15日(火) 9:00~17:00

会場：世田谷区福祉人材育成・研修センター

4 視覚障害者ガイドヘルパー養成研修

平成20年7月1日~7月10日(5日間)

会場：世田谷区福祉人材育成・研修センターほか

5 ホームヘルパー2級養成講座

平成20年7月28日~10月21日(21日間)

会場：世田谷区福祉人材育成・研修センターほか

【世田谷区のイベント】

1 高齢者福祉・介護保険部会シンポジウム(第1回)

平成20年5月26日(月)

梅ヶ丘パークホール 集会所

2 高齢者福祉・介護保険部会シンポジウム(第2回)

平成20年6月30日(月)

会場：玉川区民会館、第1・2集会所

【世田谷区総合福祉センターの研修】

1 「失語症の理解とケア(基礎編)」(費用:1000円)

平成20年6月5日(木) 13:30~16:00

会場：総合福祉センター3F 研修室

対象：障害者・高齢者の相談やケアに携わるスタッフ

申込期限：5月30日(金)

2 「視覚障害者の理解」(予定)

平成20年7月4日(金) 13:30~16:00

1、2とも申込先：地域サービス係:(5376)3412

印の問い合わせ先は

世田谷区福祉人材育成・研修センター

電話：5450-8575

世田谷区介護サービスネットワーク入会のご案内(更新受付中)

入会資格：世田谷区民に介護サービスを提供する介護保険事業者

(正会員)又は関連サービスを提供する事業者(準会員)

新規ご入会の場合 入会金 5,000円

(正会員、準会員とも) 年会費 5,000円

継続の場合 年会費 5,000円

詳しい問い合わせは、世田谷区社会福祉事業団

世田谷区福祉人材育成・研修センターまで。

電話：03(5450)8575、FAX：03(5450)8237

ホームページ：www.setagayaj.or.jp/kaigo/

入会のメリット!!!

- 1) 事業所間の情報交換・共有ができます。
- 2) これからの介護事業所間連携を深める上で必要な「顔の見える関係」をつくることができます。
- 3) 行政からの情報をいち早く入手できます。
- 4) 現場に即した各種研修に職員を安価に派遣できます。などなど。

会員数：263(平成20年3月31日現在)

編集担当から 平成20年度最初のネットニュースをお届けします。今年度からは災害対策小委員会が活動をはじめました。中国四川省の大地震は

とても他人事ではありません。事業者として、介護職として、ご利用者様の安全確保について考えていきましょう。(K.T)

問い合わせ先

世田谷区社会福祉事業団

世田谷区福祉人材育成・研修センター

電話:03(5450)8575、FAX:03(5450)8237