

輝く介護

第 28 号

2014 年(平成 26 年)
11 月 11 日発行

特定非営利活動法人 かまくら地域介護支援機構
連絡事務所 〒247-0061 鎌倉市台 2-8-1 台在宅福祉サービスセンター内
Tel0467(46)0788 Fax0467(46)0059
<http://www.kamashien.com> e-mail jimu@kamashien.com

高齢社会を賢く生きるために

～ ターミナルケア、食支援を知るための出前講座 ～

かまくら地域介護支援機構の「ターミナルケアを考える会 in 鎌倉」と「かまくら食支援研究会」では、定期的な事例研究などの成果を基に、地域の方々に必要な情報を提供し共に考えるための「出前講座」の開催を始めました。

「ターミナルケアを考える会 in 鎌倉」の出前講座

「私が望む最期の迎え方 ～今から準備するために必要な事は～」と題して 7 月 28 日に大町会館で開催されました。当日は自治会などの呼びかけに 46 名が集まり、関心の高さが伺われました。

講師の木内看護師は、緩和ケア認定看護師として長く在宅医療に従事し多くの方の最期を支えて来ました。今回、参加者の 7 割が、「自宅で最期を迎えたい」が、実際には無理かもしれない、と考えていることが分かりました。それぞれが望む最期の迎え方を実現するためには、まず社会の現状を知り、出来るだけ具体的にイメージすることが必要だといえます。延命治療や緩和治療の理解、癌などの死亡者の増加や



長期入院可能なベッド数の減少など現状を踏まえた上で、自分らしく生き切るための「最期」について、家族としっかり話し合うことが大切です。自宅で最期を迎えたい場合、地域包括支援センターなど専門家に相談し、往診してくれる医師を見つけます。家族だけで頑張ろうとせず、介護保険など外部のサービスを上手く利用して、最期を支える仕組みを考える、その重要性について理解を進められた講座でした。

その後も材木座、腰越など各所で開催されています。

「かまくら食支援研究会」の出前講座

かまくら食支援研究会では「誤嚥・窒息予防のために！」(7 月 12 日 会場:ランチ大船)を実施しました。講師の川田春之言語聴覚士から、摂食嚥下(飲み込み)障害の予防法、誤嚥の対処法、発声訓練法などが説明されました。秋に開催した出前講座「シニア世代の健康を保つ食事の取り方」(10 月 11 日 会場:今泉台町内会館)では、健康と食事の関係や必要な栄養量、また望ましい食事の姿勢や運動の重要性など幅広く学びました。そして会場では、柔らかく調理された市販の嚥下・介護食などの試食も行われています。



➤ 出前講座をご希望の自治会、サークルなどは当支援機構までご連絡ください。

介護保険事業所ではサービスごとに交流し質の向上に努めています

現在、鎌倉市には、介護保険サービスごとの事業者連絡会が 7 つあり、それぞれ情報交換や研修などを行い、質の高いサービスの提供や従事者の資質向上に努めています。今回は、支援機構が事務局を担っている 3 つの連絡会の活動についてご紹介します。これまで、連絡会の会合などへ参加したことのない事業者の皆さんは、ぜひ、一度参加してみてください。ご参加、お待ちしております！！

鎌倉ケアマネ連絡会

鎌倉ケアマネ連絡会は最初にできた連絡会で現在約 170 名のケアマネジャーが所属しています。

連絡会は、正副代表を中心に、調整検討部会、研修部会、広報部会を設置、毎月 1 回の会議を行い、介護保険制度の改正などに伴う業務の変化にも対応できるように、参加しやすい勉強の機会を企画しています。調整検討部会は、制度改正・行政・災害の対策、その他必要とされる情報を幅広く伝える活動を行っています。研修部会は、アンケートからの要望等を基に年 6 回の研修でスキルアップを図り、他業種との研修も企画しています。広報部会は、各部会の情報等を年 2 回の情報紙、時節に合わせたかわら版や紙ツイッターにより周知、また、かまくら地域介護支援機構のホームページ内に「ケアマネの部屋」を設け、随時情報をアップしています。

最近の研修会では、「ターミナルケアにおけるケアマネジャーの役割」に 67 名の参加者があり、「講師の「死について考えることは難しいが、本人に寄り添うことが大切」との言葉を聞き、振り返る事の大切さを感じた」「これからも利用者の気持ちを大切にしたい」等の感想が寄せられました。



訪問介護事業者連絡会

訪問介護事業者連絡会では事業者向け研修やヘルパー向け実技研修などを行っています。



最近の事業者向け研修としては、4月16日にサービス提供責任者スキルアップ研修第2弾「伝え方・つなぎ方の力をつけよう」を大坂慎介氏(衣笠病院ケアセンター)をお招きして行いました。チームで協働することを考えるワンポイントダウン・ポジション(相手をお願いする時、意見を聞いてもらいたい時などの謙虚な姿勢)、お願いABC、A(現状を伝える)、B(相手にしてほしいことを具体的に伝える)、C(そうしてもらえるとどう感じるか相手に伝える)など、グループワークを行ってそれぞれの考え方、感じ方などを発表しました。研修の始まる時間

は移動時間も含めて、夕方の訪問の後でも参加しやすい時間にしています。

ヘルパー向けには、キネステティクスの研修を始めてから5年になります。この夏も「キネステティクスに学ぶ腰を痛めない介護」を7月基礎編、8月応用編で行いました。すっかり定着した感のある研修ですが、参加する人は様々でした。わかりにくいところはその場で講師の先生方に聞けますし、自然な動きのメカニズムを知ったうえで行う動きはやさしく、介護する人にもされる人にも無理がありません。

通所系介護事業者連絡会

通所系介護事業者連絡会では、魅力あるデイとして存続するためにはどうしたらいいかについて、自由で率直な意見交換や交流の機会を作っていきたいと考えています。

介護保険制度が成熟していくにつれて、「通所介護」というサービスも時代のニーズと共に形を変えようとしています。通所系介護保険サービスを行う事業所は、従来からの1日単位の通所リハビリ・通所介護に加え、小規模のデイサービスや短時間リハビリサービスを行う事業所など、様々な形態の事業所が増えています。そのため、当会の世話人は、通所リハビリサービス・普通、小規模デイサービス・短時間リハビリサービスなど様々な業態の事業所から参加しており、鎌倉市の高齢者いきいき課と、かまくら地域介護支援機構からも毎回オブザーバーという形で参加して、毎月開催している連絡会において幅広い意見交換や議論を行っています。これまで、通所系介護事業者は横のつながりが少なく、よその事業所の様子を知る機会がなかったという声も聞かれますので、連絡会では、自由な交流の場にしたいと考えています。今年11月より、介護保険法改正や総合事業移行に向けた勉強会も発足いたしました。市内事業者の皆さんは、お気軽にご参加ください。



市内にはこれら3つの連絡会のほかに、地域密着型サービス事業者連絡会、ショートステイ担当者部会、横三地区訪問看護ステーション連絡協議会鎌倉ブロック、地域包括支援センター連絡会があります。

こんな活動をしています！！

～鎌倉市高齢者生活支援サポートセンターの活動から～

☆家庭菜園の自立支援

利用者は、93歳の男性です。家庭菜園で作物を作る事が唯一の楽しみにされています。力仕事が出来なくなったので、一緒にやってくれる人と、求められていました。

畑に全面ネットを張るために、太くて長い丸太の杭を打ち、周りとは高さ2メートルのネットを張り、トマトときゅうり、ナスの苗を合計30本ぐらい植えました。収穫時期には、朝・昼・夕の3回、庭の椅子に座って作物の成長を眺め、また収穫をするのが日課です。

訪問するたびに元気になられる姿を見て、私も負けてはいられないと感じています。

(記:高齢者生活支援サポーター 高坂 寿)



施設紹介

グループホーム鎌倉材木座の家（鎌倉市材木座3-16-17 TEL：0467-22-2221）

鎌倉材木座の家は今年3月に開設された定員18名（1ユニット9名の2ユニット）の認知症対応型共同生活介護のグループホームです。材木座という場所柄、海風が心地よく、ホーム内の居室も明るい陽射しが入り、リビングには大きなソファがいくつか配置され、ゆったりと好きなところでくつろげるように心配りがされています。また、近隣には観光スポットが多く、気軽に散歩に出かけられるという長所があります。ホーム内には、利用者と共に皆で作った作品がきれいに展示してあり、楽しく笑いにあふれた毎日を過ごすことを大切にしています。

地元の町内会が催す月一回の映画の集いや夏祭りには、利用者とスタッフが一緒に参加しています。地域の方と交流し「ゆったりと楽しく」、「自由にありのまま」、「仲間と一緒に暮らす」、というパンフレットにある紹介通りのアットホームなグループホームでした。



複合型サービス ふあいと今泉の里（鎌倉市今泉1-11-8 TEL:0467-42-7760）

ふあいと今泉の里は、今年4月に開設された鎌倉市初めての複合型サービス施設です。複合型サービスでは、「通いサービス」、「宿泊サービス」、「訪問看護」、「訪問介護サービス」を提供しており、ふあいと今泉の里の登録定員は25名です。ここでは、顔なじみのスタッフが4つのサービスに対応し、登録者の病歴、生活歴、身体機能を熟知した介護と看護を行ってもらえるメリットがあります。また、ここにはグループホーム（認知症対応型共同生活介護）も併設されています（定員9名）。ドアには、スタッフ手作りのトールペイントで描かれた花のプレートが飾られていて、温かな雰囲気です。居室も、明るく一人ひとりが使いやすい作りでした。地域との交流にも力を入れていて、5月には若返りメイクアップ講座を地域の方を招いて行ったそうです。



===講座のご案内===

かまくら地域介護支援機構では、年間を通じて各種講座を開催しています。ここでは、今後の講座から主なものをお知らせします。ご関心のある方は、事務局までお問い合わせください。

⇒食支援サポーター養成講座: 栄養管理、食形態、摂食介助等について学び、食支援サポーターとして高齢者や障害者の在宅での介護の場で活躍していけるよう、養成講座を開催します。

12/6、1/17、2/7、2/14、3/7 いずれも土曜日午後 場所: 鎌倉市福祉センター

⇒高齢者生活支援サポーター養成講座: 日常生活が不自由になった方の生活を支えるサポーターを養成する講座です。受講後登録して、市内で活動します。

11/25、27 場所: 玉縄学習センター、27年3/9、12 場所: 台在宅福祉サービスセンター