

介護相談員だより

2017年10月 第24号
連絡先：介護相談員事務局
四日市市介護・高齢福祉課
電話 354-8170
FAX 354-8280

介護相談員とは



施設などを訪問し、施設の利用者やその家族から、日ごろ抱えている疑問や職員に直接言いにくいことなどをお聞きするとともに、自ら気づいたこと等を施設職員に伝えることによって、問題解決に向けた「橋渡し」をしています。四日市市では、現在20名の相談員が、介護サービスの質の向上をめざして活動しています。



今回の介護相談員だよりは、年2回開催している、「サービス向上連絡会」の研修内容について取り上げます。

こんな相談がありました

橋渡しの役割

利用者の声

部屋が暗い。いつも暗いところでは嫌になる。

一日中テレビを見るだけで退屈である。人とおしゃべりがしたい。

介護相談員が聞き取って伝える

施設の返答・対応

次の訪問時は、カーテンを開けるなど工夫してとても明るかった。利用者のおしゃべりもはずんでいた。

元気な人は、「広場」で脳トレやリハビリをしているのでそこに誘ったり、ユニット内で、もっと交流できるような活動を考えてみます。

平成28年度 第2回サービス向上連絡会 介護施設の職員のこころの健康と健康な職場づくりのために

開催日時：平成28年12月12日（月） 13時30分～15時30分

講師：四日市看護医療大学 地域看護学 伊藤薫 准教授

健康で明るく元気に働き続けられる職場とは

- ①情報の共有が図られている職場
- ②コミュニケーションが良好で、相互理解や相互支援協力のある職場
- ③ものが言える職場
- ④1人の人間として尊重されていることを感じられる職場
- ⑤目標や価値観がある程度共有されている職場
- ⑥学びのある、成長の得られる職場

やわらかな人間関係へのヒント～タッピングタッチ～



タッピングタッチの様子

タッピング・タッチとは？

指先の腹のところを使って、軽く弾ませるように左右交互に優しくたたくことを基本としたホリスティック（統合的）でシンプルなケアの技法

人間関係への効果

- ・ スキンシップや会話が増える
- ・ その場が和やかになり、交流が深まる

気持ちへの効果

- ・ 不安、緊張が減り、リラックスできる
- ・ とても大切にされた気がする

体への効果

- ・ 肩や首のこりが減る
- ・ 体の緊張がほぐれて、リフレッシュできる

職員同士だけでなく、利用者とのコミュニケーションをとる方法としても活用できますので、それぞれの場所でぜひ、お試しください。

タッピングタッチ（肩たたき）を実施している事業所 小杉介護サービスセンター



「肩たたき」を歌いながら、利用者同士で肩を叩き合います。端の人には職員がフォローしています。
「気持ちいいわ～」という声があちこちから聞こえ、上手にコミュニケーションがとれていました。

平成29年度 第1回サービス向上連絡会 おむつゼロをめざすための研修会

開催日時：平成29年7月10日（月）13時30分～15時30分

講師：聖隷クリストファー大学 社会福祉学部 介護福祉学科 古川和稔教授

おむつゼロ？排便コントロール？工夫次第で可能なのかな・・・と研修内容を聞いた時からいろんな「？」が浮かんでいましたが、古川教授の研修を受けている間に、考えは変化していました。研修内容の中から印象に残ったスライドページを取り上げます。

利用者が来訪者に気付くか？



覚醒水準

Kazu Furukawa

21

覚醒水準とは

神経が活発に動いている度合い。目が覚めていてもぼんやりしていれば、「覚醒水準が低い」となる。

便秘ケアの7原則

- ・規則的な生活（睡眠覚醒リズム）
- ・十分な水分（便秘の特効薬は水）
- ・規則的な食生活と常食（食物繊維が多い）
- ・食物繊維
- ・身体活動（歩行・体操・外出）
- ・定時排便
- ・座位排便

Kazu Furukawa

32

排便リズム
を整える

覚醒水準が
あがる

おむつが
外れる！

事業所を訪問する介護相談員の立場からすると、覚醒水準の話は、訪問時の視点を増やすことができると感じ、大変勉強になりました。「利用者を本来の姿に」を、チームで考え取り組んでいくべきだと思いました。

排泄ケアを実施している事業所 かすみの里

自然な排便を目指して
～チームケアで個別の対応を～

Water（水分）
の頭文字

Team-w の取り組み

- ・家族、本人の意向確認（オムツ外し、下剤ゼロ）
- ・水分摂取、必要エネルギーの確保、運動量の増加、ファイバーの使用
- ・下剤に頼らない自然排便を目指す
- ・ユニットと多職種が協力して Team として行う
- ・月2回程度のカンファレンスを開く



太陽化学（株）と協力して実施
「サンファイバー（水溶性食物繊維）」
を使用

これが気になる！

65歳以上の4人に1人が認知症あるいは予備軍（2012年厚生労働省発表）と言われ、まさに「明日は我が身」と、身近なこととして考える時代です。実は、認知症に最初に気づくのは本人です。認知症初期の方の多くが「こんなはずでは」という自覚があり、不安を感じています。そこで、米国のアルツハイマー患者自らが気持ちを綴った詩を紹介します。

～アルツハイマー患者からの10のお願い～（作者名不詳）

- 1 我慢してください
私は脳の病気を持った、自分ではどうしてよいかわからない患者です。
- 2 話しかけてください
返事はうまくできなくても、あなたの声は聞こえ、言葉はわかります。
- 3 親切にしてください
毎日が絶望なたたかいです。あなたのやさしさが必要です。
- 4 気持ちを思いやってください
私の感情はしっかり残っているのです。
- 5 人としての尊厳を認めてください
私も寝たきりの人も、最後まで人間として生きたいと願っています。
- 6 昔の私を思い出してください
かつて私は健康で、人生は愛と笑いでいっぱいでした。
- 7 今の私をわかってください
みんなに忘れられていないかと不安です。家族として、友人として接してください。
- 8 私の将来を教えてください
先は暗く見えるかもしれませんが、私はいつも明日への希望でいっぱいです。
- 9 私のために祈ってください
霧の中でさまよっているような私には、どのような同情よりあなたの存在が大きいのです。
- 10 そして私を愛してください
愛こそ、私を永遠の光で満たしてくれます。

脳トレコーナー

タテ・ヨコに三字熟語ができるよう、空欄に漢字を入れましょう。（答えは下にあります）

①	②	③
福	間	猿
精	無	写
力	文	集
漬	髪	似

✿ 編集後記 ✿

年2回の「介護サービス向上連絡会」に、介護相談員派遣事業所等から参加いただき、介護相談員と事業所との交流を重ねています。今回の介護相談員だよりでは、連絡会での研修内容を実施している事業所を紹介させていただきました。「介護相談員だより」が、施設利用者（家族）・事業所職員・介護相談員をつなぐものになればうれしく思います。

✿ 広報委員 ✿

井ノ口敏子・小川まゆみ・小林知子・田中幸雄・脇田陽子