# わがもこう

第86号
2013年12月25日発行
高槻ライフケア協会

題字　　渡邉　敏子　さん

## 「家族会」で感じている事

認知症の人と家族を支える会
代表　　山本　泰代

実父、実兄がアルツハイマー型認知症です。介護する家族は、専門職の人達のように認知症の病気の事や介護の仕方、介護保険制度の事など学ぶ機会もなく、相談出来る人も身近にいないのが現実です。でも家族がどの程度認知症の病気を理解し、ケアをしているかがその後の認知症本人に大きく影響します。

そこで、介護する家族どうしが励まし合い共感し合って、元気で介護し続けられるようにするには、積極的に学び合う場が必要だと考え仲間３名と「認知症の人と家族の会」を発足しました。

家族会の例会を重ねる内に分かった事があります。それは、次のような事柄です。

①介護する側の家族構成や年齢が、老老介護や男性介護、シングル介護で、家族の介護力がとても小さく、弱くなっている事

②医療の進歩で寿命が延び、介護期間が長期化している事（我家も10年経過している）

③長期化に伴い、認知症以外の合併症も発症して、介護が重度化しているという事

このような介護の状況では、家族が認知症の事を学び、介護仲間ができたとしても、24時間介護を余儀なくされている家族の負担感は、軽減されないということです。

高槻市のホームページに、認知症高齢社会対策の推進についての考えが、次のように掲載されています。

『認知症高齢者とその家族などへの地域支援では、民生委員児童委員、地区福祉委員、認知症サポーターなどと連携し、地域の見守り活動をとおして、認知症高齢者や家族に対しての支援がよりスムーズに行えるようにしていきます』

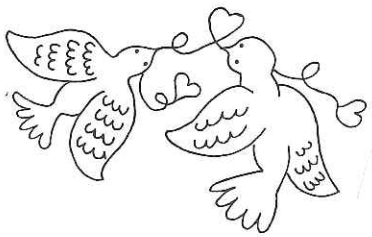
私は、民生委員やサポーターが、どこにいるのか知りません。また徘徊でいなくなった時、誰に連絡したら助けてくれるのでしょうか。具体的に「ここに相談すれば安心」と言える身近な相談の手がかりが必要だと思いますが、そのような所が何処にあるのか。このような施策が具体的にどう実施されているのか知らないでいます。また、施策のような民生委員や地域支援では家族のプライバシーの部分が暴露される恐れがあるよう

に思います。

昨今、確かにテレビや新聞などで認知症に関する社会的関心や理解は高まってきました。しかし介護している家族への支援はなく、本人に特に心理・行動症状が出現した時、家族は在宅介護の限界を感じてしまいます。四六時中一人で対応していると、家族の精神的ストレスは大きくなるばかりで、ケアへのゆとりも無くなり、愛情にも亀裂が入り関係性も悪化して、不十分な対応がさらに本人の心理・行動症状の悪化を招くという悪循環をもたらす事になりかねません。専門職の人でさえも対応が難しいとされる心理・行動症状は、本人に合わせて、統一的に継続したケアによって症状が落ち着くと言われています。

家族会では、本人や家族を支援していただけるのは、電話相談でも地域支援でもなく、家族に最も接する機会の多いケアマネさんや.介護職の方が適任者だと考えています。何故なら本人と家族と顔馴染みの関係で在宅環境も知り得る立場にあるからです。出来れば生活の拠点で起こる様々なトラブルは、本人の生き方、職業、家族構成等を知り、共有している専門職同志の連携で、解決方法を探し家族に提案して頂きたいと望んでいます。

また、心理・行動症状を体験すると家族は大きく落胆します。今迄出来ていた本人の過去とのあまりにもかけ離れた行動や姿を受け入れられなくなり、激しく叱責したり、邪険にしてしまったり、介護に不安を抱くことになりかねません。認知症本人がどう暮らしていくかということとともに、それを支える家族がどう暮らしてゆくかという問題もまた同じように重要ではないでしょうか。家族が追い詰められないように、ケアマネさんや介護職の方々で、家族がその時々の状況に応じた支援が受けられるように、助言やら見守りもして頂ければ、家族の安心に繋がると考えています。



## １月の「あんしんサロン」　お話の「語り」を楽しもう

出演：「グループいっすんぼうし」の皆さん
とき：2014年1月12日(日)　午後2時～4時
会場：くらし創造の家　朋(とも)　2階多目的室
会費：100円(コーヒー・紅茶代)

北摂地域を中心に、民話や童話、昔話などのお話の語りの活動をされているグループいっすんぼうしの皆さんをお迎えして、昔懐かしい物語の世界をお楽しみいただきます。

# 中田光彦さん講演会　発想転換の介護　を開催

11月22日午後6時30分より、高槻市立総合市民交流センター視聴覚室において、高槻ライフケア協会主催、高槻市・高槻市社会福祉協議会後援の講演会『発想転換の介護』を開催しました。当日は、日頃ご縁のある事業所の皆さんを中心に、20代から70歳以上の方までご来場があり、120人のご協力をいただきました。

生活相談員として横浜の特別養護老人ホームに勤務して間もない頃、中田さんは、「ガキみたいなことはしたくない」と集団レクリエーションに参加しようとしない入所者Yさんの言葉に共感し、希望に応えてYさんをパチンコに連れ出しました。そこで、いつもは車いすの背にもたれかかってじっとしているYさんが、パチンコ台の方に身をのりだすようにして生き生きした表情でレバーを押さえる姿に目をみはります。Yさんがいないと特養は大騒ぎになり中田さんは随分叱られましたが、Yさんはこのあと機能訓練に積極的に取組むようになったそうです。

中田さんはその後も、近所のスーパーへの買い物から温泉旅行に海水浴まで、様々な提案をされます。簡単には受け入れられませんでしたが、反対している人ばかりではないことにも気づき、粘り強く周囲を納得させる努力を続け、一つひとつ実現していきます。最初は反対していた人も、利用者の笑顔を見て理解者となっていき、やがて入所者100人から個別の希望を聞取り、実践する取組みにつながっていきました。

離床に始まり、着替えや食事、排泄、入浴など、介護職はとかく目の前の介護のメニューをこなすことに気を取られがちです。人は目的がなければやる気がでないという当たり前のことが、現場では忘れられがちになっています。年賀状を書くために起きる、お墓参りに行くために歩く練習をする。目的や意欲があればADLもQOLも後からついてくることを、中田さんは、利用者とのユーモアあふれるやりとりを通して伝えてくださいました。

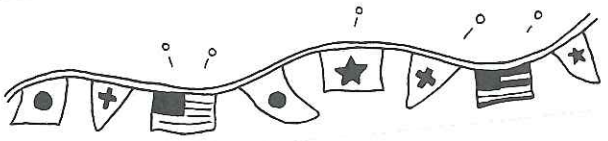
特養退職後の中田さんは、登録ホームヘルパーとして介護現場での仕事を続ける一方、講演や執筆活動の他、テレビドラマの介護監修として活躍され、現在は鎌倉市の介護認定審査会委員も務めています。

利用者の笑顔を引き出す介護の工夫や、言葉遊びクイズなどもあり、笑いとユーモアにつつまれた講演会でした。

**参加者アンケートからの抜粋　（感想や印象に残った言葉を書いていただきました）**

◎介護は「目的」ではなく、やりたいことを実現させるための「手段」。利用者を笑顔にするという言葉が印象に残りました（50代・介護職）。　◎利用者に何がしたいか聞いても、そこで話が止まりなかなか実践出来なかった。これからは実践していきたいと思いました（20代・介護職）。
◎くそまじめはダメ(60代・家族を介護)。　◎思いを通すには自分でやるしかない(70代・介護職)。
◎介護はこうしないといけないという考えが一変するような講演でした（30代・介護職）。

## デイだより



10月には、恒例の室内競技大会を開催しました。玉送り・パン喰い・玉入れ等の競技を紅白に分かれ行いました。

玉入れ競争では、熱が入るあまり、手にいっぱいの玉を持ち、籠に向かって一度に投げる方もありました。職員同士の綱引きもおおいに盛り上がり、皆で「ワッショイ」「ワッショイ」と大きな声で応援し、楽しいひとときを過ごしました。

11月には、芸術の秋・食欲の秋ということで、天気の良い日にコスモスや菊花展を見に行き、手打ちうどん作りにも挑戦しました。太かったり細かったりと、色々な形のうどんが出来ました。鰹と昆布だしの温かいうどんは、思った以上に美味しかったようです。97年間うどん嫌いだったNさんが「折角作ってもらったんだからと食べてみたけど…、うどんっておいしいなぁ」と言ってくださったのは、何より嬉しいことでした。

年末には、昨年も好評だった本格的な蕎麦打ちをすることになっています。蕎麦作りを体験し、打ちたての蕎麦を賞味できるのを皆で楽しみにしています。

## 第７回 くらし創造の家 朋(とも) 春の交流会　を開催します

くらし創造の家 朋(とも)では、地域や他の事業所とのつながりを深めることを目的に、毎年春の交流会を開催しています。第７回の日程が下記のように決まりましたのでお知らせします。好評のバザーの他、お餅つきや演芸大会、作品の展示、手作りのお菓子やつきたてのお餅、軽食の販売もあります。是非、ご来場ください。

日時　：　2014年4月16日（水）　10：00～14：00

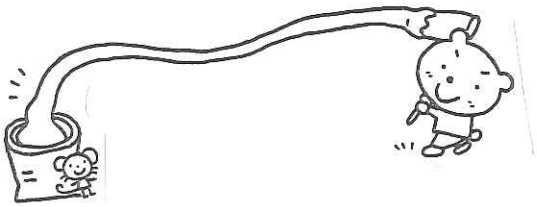
場所　：　くらし創造の家　朋（とも）　富田町４丁目17-10

**…… 物品提供のお願い ……**

バザー開催にむけて、皆様のご家庭に眠っている日用品などがありましたら、是非ご提供ください。下記までご連絡いただければ取りに伺います。

くらし創造の家 朋(とも) 072-697-6102

高槻ライフケア協会 072-683-4945



# 朋（とも）だより

## 1階　生活介護

9 月に入っても長引く暑さをものともせず、生活介護の利用者さんたちは、毎日元気に来所されました。運動会やハロウィンに向けて、飾り作りや小物作りを楽しみながら準備を進められました。

10 月には三島江にあるコスモス畑に行きました。一面に広がる綺麗なコスモス畑を見ながら、支援員手作りのプリンをいただきました。いつもは口数の少ないＳさんも、普段なかなかみられないニコニコ笑顔で「美味しい」と言われました。

１階と２階の合同運動会では、皆さん一生懸命競技に参加されました。「がんばれー！」「急いで急いでー！」と応援にも熱が入り、白熱した様子がうかがえました。

週に一度利用されているＨさんも借り物競争に参加。紙に書かれた品物を一生懸命探し出し、「あった！　これやこれや！」と嬉しそうに渡してくださいました。競技に参加する皆さんの真剣な表情がとても印象的でした。

11 月に入り来年のカレンダー作りが始まりました。また、新しい試みとして、今年は赤と白の毛糸で縄編みしたクリスマスの飾りを利用者さんに作っていただいています。ＫさんもＯさんもＭさんも、表情は真剣そのもの。とてもかわいい飾りが出来上がり、朋（とも）の部屋を彩っています。

## 2階　小規模多機能型居宅介護

秋になり、三輪神社大祭に出かけました。いつもと違って屋台があり、大勢の参拝者で境内は賑わっていました。利用者の皆さんは、手を合わせて神妙な顔でそれぞれのお願いをしておられました。

ＳさんがＭさんに「あんた、何をお願いしたん？」と尋ねると「言わへん。言うたらな、願いがかなわへんから」と返事をされていました。男性のＭさんは、御神輿を見て「りっぱなものですね」と感心され、Ｋさんは屋台が綿菓子を売っているのがわかると、ちょっとがっがりした様子で「お好み焼きと違ったなぁ」とつぶやいておられました。お湯かけ神事を見たＳさんは「あんな熱いもんかかったらかなんなぁ。服が濡れるわ」と遠くから眺めておられました。皆さん、それぞれの楽しみ方をした秋のお散歩となりました。

## 「秋のバス旅行に参加して」

ケアワーカー　川戸初子

秋のバス旅行に今年初めて参加させていただきました。昼食に近江牛がでるかもと期待しつつ、美味しいバウムクーヘンを売っている店がある以外何も知らない、お嬢様気分の単独参加でした。

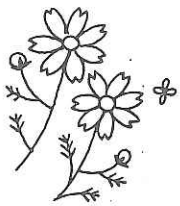
近江への道は思ったより近く、配られた飲み物が空になる頃には、琵琶湖の見える美しい地に到着していました。

新鮮野菜を買った後、昼食は近江牛入り鍋の入ったコースで、少食の私が美味しく完食できました。

近江八幡の城下町は、重要伝統的建造物群保存地になっており、メレル・ヴォーリズの像に毎朝新しい花が飾られるなど、歴史や人を大切にする町の人々の温かい心がうかがえました。

時代劇に使われている八幡堀は、昔の人の活気あるやりとりが浮かび、心に残りました。

評判の洋菓子を手に入れて、私の旅の締めくくりとなりました。



## 実務者研修教員講習会をはじめました

2015（平成 27）年度から介護福祉士の受験資格は実務者研修修了に変わります。

高槻ライフケア協会は 11 月 23 日から、実務者研修教員講習会を北園町研修室で開催しています。受講対象者は介護福祉士として 5 年以上の実務経験者とし、受講生の 7 割が管理者、この他、サービス提供責任者、介護支援専門員など、いずれも実務経験が豊かな人たちです。教員講習会は、介護教育法と介護過程の展開を中心に延べ 50 時間の実践的な講習内容です。修了者は、実務者研修の専任教員等の道が開かれています。

教員講習会では、グループワークの積極的な発言や個性的で実践的な発表、情報交換など横のつながりも生まれ、熱気あふれる受講生の力量に、講師陣からも、介護福祉士としてのスキルの高さが評価されています。実務者研修教員講習会は、介護福祉士のキャリアアップに必要な効果を示しています。

## 高槻町研修室の整備にご協力ありがとうございました

12 月 21 日より、初任者研修での高槻町研修室の利用が始まりました。皆様からのご寄付により、衣類やタオル、枕、クッションなど研修用の備品の他、食器や電気製品、台所用品、事務用品、暖房器具など、多くの品物が揃い、整備することができました。

皆様のお心遣いに心から感謝いたします。ありがとうございました。

# サービス提供実績報告

## ◇社会福祉法人

### ≪訪問介護事業≫

| | 2013年9月～11月 |
|---|---|
| 利用件数 | 3,117　件 |
| 利用時間 | 2,497.19　時間 |
| 生活援助 | 1,609.90　時間 |
| 身体介護 | 887.29　時間 |
| 介護予防 | 748.18　時間 |

### ≪移動支援事業≫

| | 2013年9月～11月 |
|---|---|
| 利用件数 | 685 件 |
| 利用時間 | 1,817.0 時間 |

### ≪障害者居宅介護事業≫

| | 2013年9月～11月 |
|---|---|
| 利用件数 | 3,037 件 |
| 利用時間 | 3,377.25 時間 |
| 家事援助 | 872.25 時間 |
| 身体介護 | 1,482.00 時間 |
| 通院介助 | 253.00 時間 |
| 重度訪問介護 | 276.00 時間 |
| 同行援護 | 494.00 時間 |

### ≪ケアワーカー派遣サービス≫

| | 2013年9月～11月 |
|---|---|
| 利用件数 | 387 件 |
| 利用時間 | 407.5 時間 |
| 家事援助 | 201.0 時間 |
| 身体介護 | 61.5 時間 |
| 社会的援助 | 145.0 時間 |

## ◇特定非営利活動法人

### ≪福祉移送サービス≫

| | 2013年9月～11月 |
|---|---|
| 利用件数 | 17 件 |
| 利用時間 | 910 分 |
| 利用距離 | 170 km |

## 物品販売にご協力ください

□産直りんご

長野県の岩下りんご園からご案内です。

＊サンふじ

２Ｌサイズ　　5 kg　4,000 円

Ｌサイズ　　5 kg　3,800 円

＊りんごジュース（果汁 100%）

1箱6本入り：4,200 円

1本（700 円）ご希望はご相談ください。

※10 kg箱、15 kg箱、ジャム用の徳用もありますので、お問い合わせください。

※近畿圏外の遠隔地は送料負担が生じます。

□コーヒー（豆、挽）

ブルマンとジャマイカのブレンド

1 kg：1,700 円　　500 g：　850 円

□おとひめこんぶ

今年度分は販売終了しました。

2014年5月頃、新物が入荷する予定です。ご期待ください。

## 年末年始のお知らせ

**＜お休みします＞**

◇居宅介護支援　　12月31日(火)～1月3日(金)
◇生活介護　　12月31日(火)～1月3日(金)
◇通所介護　　12月31日(火)～1月2日(木)
◇事務所　　12月31日(火)～1月4日(土)

※ **通所介護は、1月3日初詣、初風呂**です。
※ 訪問介護、小規模多機能型居宅介護、居宅介護、移動支援、ケアワーカー派遣サービスは変わりなく活動しています。

## ご協力に感謝します

2013年4月1日～11月30日（敬称略・順不同）

**＜社会福祉法人＞**

**◇寄付金**　　累計3,782,808円

野本清子、小島由美子、松野佳三、小川裕美子、牧口 明、柗上利男、安見次生、服部章子、豊田克正、川浪スエ子、和田節子、高槻ライフケア協会後援会、石川理子、石神 亙、株式会社ハタ設計、佐竹紀美子、中城幸野、川浪タツエ。

**＜NPO法人＞**

**◇後援会費**　　累計384,000円

加茂野淳一郎、松倉弘枝、木村多加子、武内秋子。

**◎社会福祉法人高槻ライフケア協会への寄付金は、確定申告の際、税額控除制度の適用を受けることができます。**

**【編集後記】**

12月、おおよそ25年ぶりにポンポン山に登りました。便利な都会と自然、“とかいなか”と高槻市もキャンペーンしていますが、本当に少し行けば自然が一杯です。頂上からの眺めはとても開けていて爽快！　都会的(？)な駅前の景色も見えました。小学生の時は大晦日に、御来光を見に登山しました。初日の出は見えたけど、木々に覆われ景色はいまひとつでした。

皆さんにとって今年やり残したこと、来年チャレンジしたいことは何ですか。今までしたことをもう一度試してみる事もおススメです。以前とは違う視野がそこに広がっている。かもしれませんよ！

社会福祉法人高槻ライフケア協会
〒569－0806　高槻市明田町5－7
TEL（072）683－4945

特定非営利活動法人高槻ライフケア協会
〒569－0802　高槻市北園町4－19
TEL（072）682－4119