

われもこう

題字 円実 ふみ江 さん

第 1 1 1 号

2020 年 3 月 25 日 発行

高槻ライフケア協会

人との関わり大切さについて

郡家地域包括支援センター管理者 徳留 規子



介護保険制度が平成 12 年に始まりましたが、高齢化が進み認知症高齢者やひとり暮らし高齢者が増加するなか、介護を必要とする高齢者等ができる限り住み慣れた地域で自分らしく生活が送れるようにと地域包括支援センターが設置されました。

地域包括支援センターは、地域の身近な相談場所となり、地域に情報提供ができる場として業務をおこなっていますが、実際は介護予防ケアマネジメントの業務に追われる日々となっています(介護保険の利用についての相談やプラン作成)。

それでも、ケアマネジャーと一緒に社会資源集の作成や、成年後見制度の利用についての相談を受け、介護予防教室の開催など、地域包括支援センターとしての役割を果たすべく業務に取り組んでいます。しかし、振り返ってみると本来の地域包括支援センターとしての仕事ができているのか、悩むところです。

私が、ケアマネジャーとして福祉の世界

に足を踏み入れたのは、介護保険制度が始まってしばらくしてからでした。当初は、ケアマネジャーになりたいと思う人がたくさんおられ、福祉職の憧れであり目標でした。しかし現在は、地域の居宅介護支援事業所でもケアマネジャーは不足し、募集してもなかなか人が集まらず、地域包括支援センターに至っては、「しんどいでしょ」「大変ですよ」等の声が度々聞かれます。高齢者の数はますます増加し、サービス利用を希望される方も増え続けています。近い将来、介護人材は不足し必要な人が必要なサービスを受けることが難しくなるともいわれています。介護保険は健康保険と同様に保険料を支払い、必要になった時に利用できるようにと始まりましたが、「介護保険料を支払っているのだから使わないと損」、「お守り代わりに持っておきたい」と言われる声もよく聞かれます。

医療保険は使わなければ病気にならなくて良かったと思うのに、介護保険は使わ



ないと損と思うのは、どこで間違ってしまったのでしょうか。地域包括支援センターは、それでも利用者様やご家族様の不安や思いを真摯に受け止め、助言を行ったり、介護サービスに繋げたりと日々様々な支援を行っています。人材不足を理由に地域包括支援センターは支援をお断りすることはできません。職員は地域包括支援センターとしての役割を果たせるように日々努力し業務に取り組んでいます。

そのような過酷な状況の中で地域包括支援センターの職員は、モチベーションをどのように保っているのでしょうか。

私は、居宅介護支援事業所でのケアマネジャーを経験した後、地域包括支援センターで勤めました。その後、小規模多機能型居宅介護や居宅介護支援事業所での仕事を経て、今は高槻市の郡家地域包括支援センターで働いています。

介護職も経験しましたが、私は地域包括支援センターでの業務が一番自分に向いてると感じています。もちろん市の委託事業としての業務を行うことが必須ですが、それ以外にも地域のサービス事業所や病院、市や地域住民の方とのネットワーク作りは、とても楽しくやりがいを感じています。

郡家地域包括支援センターで勤めて6年半ほどですが、やっと多職種の方と顔の見える関係性ができてきたと感じています。しかし顔を合わせる機会のない人もたくさんおられ、“友達100人作るんだ！”の気持ちをもって顔見知りをつく

さん増やしたいと思っています。顔の見える関係性ができると、自分の知らないことを知っている人と出会い、また自分の知っていることを伝えたりすることで、互いに“WIN - WIN”の関係が作れる良いことづくめです。

人を支援する仕事は、自分の気持ちがかしんどくなることも多々あり、悩んだり考えたり、苦しいこともたくさんありますが、「ありがとう」と言っていたりだけの機会も多く、本人の思いに寄り添えたり、支援が少しでも進んだ時の嬉しさは格別です。

ただ、人を支援するのは、一人ではできません。たくさんの支援者が一緒になってその人の思いや目標を共有し、その思いや目標を達成するためにチームで支援することが大切です。それぞれの役割が十分に果たせたとき、支援者の達成感にもつながり仕事へのモチベーションにもなります。支援が上手くいかないときにはお互いに話をすることで、自分で気づけなかったことに、気づく機会にもなります。

たくさんの人と出会い、たくさんの方を教えてもらうことで、今の仕事が成り立っています。人との出会いに感謝し、積極的に地域に関わり、自分ができることをしっかりと行えるようにこれからも努力していきたいと思っています。また、今回このような原稿を依頼いただけたことも縁だと感じ感謝しています。ありがとうございます。

これからの「われももこう」のますますの発展を心からお祈り申し上げます。

鯖



好評♥ デイサービス 昼食メニュー

サワラの漢字は魚編に春で「鯖」と書きます。「春を告げる魚」と言われているそうです。デイサービスの昼食にも鯖を使ったお料理・・・鯖の梅焼き、鯖の味噌掛けなど、いろいろありますが、皆さんに好評だったのが「鯖の菜種焼き」「鯖のリンゴ焼き」でした。見た目も春らしく、とっても美味しく食べやすいです。レシピをご紹介します。

「鯖の菜種焼き」



<作り方>

1. 鯖に薄塩をしてしばらくおく。
2. 卵をほぐして、みりん、薄口醤油で味付けし、中弱火でしっとりした感じに炒りあげる。
3. 1の鯖を5分程焼いて、2の炒り卵を身の方にこんもりのせて、さらに5分焼く。



「鯖のリンゴ焼き」



<作り方>

1. 鯖に塩、胡椒をしておく。
2. リンゴは皮のままみじん切りにし、レモン汁、片栗粉、マヨネーズであえておく。
3. 鯖の骨を丁寧に除き、2のリンゴを身の方にのせて、オーブンで15分ほど焼く。

ホームページに
遊びに来てね!

高槻ライフケア協会 ホームページ改訂!

子育てをしながら働くこと（先輩体験記）や
職員からのQ&Aもご覧いただけます!



- | | | |
|-----------|----|------------------------|
| 高槻ライフケア協会 | 検索 | 法人本部、訪問介護、ケアマネージャー、研修等 |
| くらし創造の家朋 | 検索 | 生活介護、小規模多機能型居宅介護 |
| 小規模あすなろ | 検索 | 小規模多機能型居宅介護、地域交流センター |



小規模多機能型居宅介護 あすなろ

1月下旬より、利用者さんに新聞紙を丸めてボールの形にさせていただきました。「これ、何に使うの？」と聞かれると「節分の時に」と答えていました。2月3日、いざ、“豆まき”ならぬ“新聞なげ”。椅子を円に並べ、準備万端。そこに鬼に扮したスタッフが登場！「悪い子はいないか？」「歩けるのに歩けないと言う者はいないか？」と言いながら椅子で囲んだ円の中に。皆さん一齐に新聞ボールを投げました。Uさんは「日頃のストレス発散だ。」と投げ

つけ、Tさんは「ほんまに足が痛いんよー。」と、ビックリするぐらい上手に鬼に当てていました。鬼も我慢できず「鬼の逆襲じゃ！」と投げ返して、賑やかな楽しい節分になりました。その後は、食パンにあんこを挟んだ“恵方巻”を作りました。今年の方角、西南西を向き、皆で食べました。笑顔あふれるとても楽しい一日になりました。



通所介護



新型コロナウイルス感染防止のため、急な休校になりました。利用者子どもがいるデイサービスが始まりました。子どもの姿に「大きくなったなあ。」「この子のこと、何か知らんけど気になるわ。」と嬉しい言葉をいただきました。子どもたちを見ていると、皆さん子育ての頃を思い出すようで、「息子が小さい頃、友だちにきつく言われたらすぐ泣くような子やってん

で。」「今はおとなしい子やけど、昔は踊ったりするお茶目な子やったよ。」と、今まで聞いたことがない話が話題になりました。「子育てしていた頃が一番幸せやったわ。」と子育ての話になると、“お母さん”の優しい柔らかい表情になります。子どもとの関りの中で、皆さんが昔を思い出し、お母さんの話を聞いた貴重な時間となりました。



くらし創造の家 朋(とも) 生活介護



毎週金曜日の午前中に、みんなでクッキー作りをしています。2月14日のバレンタインデーはちょうど金曜日、バレンタインクッキーを作りました。Mさんに「どんなクッキーにする？」と相談。「やっぱりバレンタインデーやからハート型かな。」「クッキーの上にチョコをコーティングするのもいいな。」とクッキーの形状を決めながら、みんなで作りました。インフルエンザが流行っている時期なので、手洗い、手袋、マスクは欠かせません。普段、クッキー

作りに参加しないOさんも嫌いなマスク、手袋をつけ、生地にはハートの型抜きをしました。「入浴後はゆっくりする。」と言っていたUさんも、みんながクッキー作りを始めると「やっぱりやりたい！」と参加しました。毎週、いろいろなおやつを作っているのでみんなの息もぴったり。昼食前には出来上がりました。おやつの時、出来上がりを見て、みんなで「うまくてきたね。」と嬉しそうでした。



くらし創造の家 朋(とも)

小規模多機能型居宅介護

昨年末の12月28日、高槻町研修室うららで開催した【お餅つき&ミニフリマ】に参加したNさん。Nさんは食べる事が大好きなので、数日前から「お餅が食べられるんかあ、楽しみやなあ。早く28日にならへんかなあ。」とそれはそれは楽しみにしていました。当日も「お

餅つきなら任せてや！」と気合十分、大張り切りでした。男性ならではの力強さでお餅をついていました。ミニフリマで購入した素敵な帽子は、Nさんにとってもお似合いで、毎日その帽子を被って朋(とも)に来ています。

訪問介護

利用者のKさんは視覚障がい者です。新米ケアワーカーの私は、Kさんが着替えている時に静かに見守っていました。何かあれば、声をかけて下さると思って…。でも、私はKさんを怒らせてしまいました。その原因が何かわかりませんでした。その後の研修で、講師に「それはすべてコミュニケーション



です。いい勉強をしたと思って下さい。」とアドバイスをいただきました。視覚障がいの利用者さんには、絶えず声かけが必要なことを学びました。私はKさんに「ここにいますので、お手伝いすることがあればおっしゃって下さい。」と言うべきだったのです。先輩からの指導や研修を受け、がんばります。(T)



同行援護従業者養成研修を実施しました

(一般課程・応用課程)



一般課程を3月3日(火)・4日(水)・5日(木)に開催しました。受講生は10名。前半の講義の後は、アイマスクをして屋外へ。アイマスクをした視覚障がい者役の受講生は、ガイドヘルパー役の受講生とともに、怖々と北園町研修室の周りを歩きました。研修修了時は「こんな思いで歩いておられるのですね。」と疑似体験の感想を話していました。

応用課程は、10日(火)・11日(水)に開催。受講生12名と講師、助手とで高槻市営バスと阪急電鉄株式会社のご協力を得、バス乗降介助、電車乗降介助の演習をしました。

「肩凝ったあ。」「疲れたあ。」と言いつつも、「学ぶことがいっぱいありました。明日から、がんばります!」と意欲に満ちた感想がありました。皆さんのご活躍を期待しています。



お餅つき&ミニフリマのご報告



年末の12月28日(土)、高槻町研修室うららでお餅つきとミニフリーマーケットを開催しました。利用者の皆さんや、高槻ライフケア協会をサポートして下さっている皆さん、近隣の方が立ち寄って下さり、おぜんざいを食べながらのちょっとした“街角カフェ”になりました。

手作りのアクセサリも好評でした。





サービス提供実績報告 (2019年12月～2020年2月)

◇社会福祉法人

《訪問介護》

利用件数	2,413 件
利用時間	1799.70 時間
生活援助	620.49 時間
身体介護	1179.21 時間

《介護予防訪問介護》

利用件数	733 件
利用時間	671.67 時間

《ケアワーカー派遣サービス》

利用件数	273 件
利用時間	242.00 時間
家事援助	177.50 時間
身辺ケア	31.50 時間
社会的援助	33.00 時間

《障害福祉・居宅介護》

利用件数	2,353 件
利用時間	2114.75 時間
家事援助	1090.00 時間
身体介護	907.25 時間
通院介助	117.50 時間

《重度訪問介護》

利用件数	112 件
利用時間	218.50 時間

《同行援護》

利用件数	380 件
利用時間	1110.50 時間

《移動支援》

利用件数	557 件
利用時間	1794.80 時間

◇特定非営利活動法人

《福祉移送サービス》

利用件数	47 件
利用時間	1,320 分
利用距離	688 k m



くらし創造の家 朋(とも) 生活介護 定休日変更のお知らせ

生活介護の定休日を4月1日から変更します。

◆定休日 水曜日と日曜日 (営業時間は変わりません)

ご迷惑をおかけしますが、どうぞよろしくお願ひいたします。

〈お問合せ〉くらし創造の家 朋(とも) 生活介護

高槻市富田町4丁目17番10号

TEL (072)697-6102





♡ご協力に感謝します (敬称略・順不同) 2019年12月21日～2020年3月15日

<社会福祉法人>

□寄附金 累計 239,000円 竹中和枝、裕上利男。

□寄 贈 牟田倫文、佐藤富美子、久保由美子、吉川信子、宮脇郁子、吉井のぼる、三崎康、三崎葉子、植田旬子、重松良一、田中治。

<NPO法人>

□後援会費 累計 229,000円

有川洋太郎、竹保モモエ。

□寄附金 累計 51,720円

鈴木加代。



《追悼》

野澤純一様が1月11日に、ご逝去されました。

謹んでご冥福をお祈り申し上げます。

👉物品販売にご協力ください

☘コーヒー(豆、挽)

1kg : 1,700円 500g : 850円

☘泉州わかめ(大阪湾泉州ワカメ)

塩わかめ 130g : 300円

茎わかめ 130g : 300円

たこ飯の素 2合用 : 450円

☘おとひめこんぶ(真昆布一年物)

南北海道榎法華村から。1袋 : 550円

きざみ昆布(A4サイズ) 1枚 : 550円

☘島原手延べ素麺 眉山の糸

1kg～5kg : 1,200円～5,300円

*高槻市・島本町は送料無料

✍編集後記



新型コロナウイルス感染のニュースが毎日流れています。イベントは中止や延期、不安でデイサービスを休む人、マスクを手作りする人…。暗い気持ちになるこの時期に、大阪府内の子ども食堂のスタッフから、

『こんな状況で、子どもたちの行き場がないのはあかん。子ども食堂開催日を増やしました。』というお話を聞きました。その強い信念に、なにか気持ちが温くなる思いがしました。(D)

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

http : //tlca.info/

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