

◆ ケアマネジャーのための情報誌 ◆

# ケアマネ SAPPORO

2017.2.1 発行

発行

一般社団法人  
札幌市介護支援専門員連絡協議会

事務局

〒001-0010  
札幌市北区北10条西4丁目1  
SCビル2F

TEL 011-792-1811  
FAX 011-792-5140

## 第104号

- P1~2 「札幌市介護予防・日常生活支援総合事業の実施に向けて」 札幌市介護保険課 介護予防担当係長 上田 典宏  
P3. 札幌市からのお知らせ「要介護者等ごみ排出支援事業(さわやか収集)をご存知ですか？」  
P4. 知っ得(特別授業)「精神保健福祉士について」① 岡本病院 精神保健福祉士 佐藤 志津  
P5. 岡田しげひこ先生の住宅改修ワンポイント講座〈第4回 階段〉  
P6. K P C24 きらり★ポジティブケアマネジャー [ケアマネ奮闘記①~ ケアプランセンターモルス  
一法師 さわこ]  
P7. 認知症カフェを知っていますか? [ケアマネ奮闘記②~ 中央区第3地域包括支援センター  
多奈村 俊二]  
P7. こんにちは! 役員 (清田区支部・西区支部)  
P8. ステップを知っていますか?



## 札幌市介護予防・日常生活支援総合事業の実施に向けて

札幌市保健福祉局高齢保健福祉部介護保険課 介護予防担当係長 上田 典宏

この4月から、札幌市の介護予防・日常生活支援総合事業が開始となります。

この総合事業は、市町村が地域の実情に応じて実施することとされており、「総合事業ガイドライン」という国の指針は示されているものの、具体的な事務の取扱等については市町村ごとに異なる点が多くみられているところです。

ケアマネジャーの皆様の中には、この4月以降に要支援認定の更新を迎える利用者の方に総合事業の説明を始めている方もいらっしゃると思います。そこで今回は、皆様からのお問い合わせが多い、「サービス利用の対象者」と「サービス利用までの流れ」について、留意していただきたい点を改めてご説明させていただきます。

まず、総合事業は平成29年4月から開始しますが、利用者の移行時期は一斉ではなく、要支援認定済みの方は更新・区分変更のときから移行し、平成29年度中に新規認定を受ける方はその時点から順次、事業に

移行していくこととなります。

また、移行後においても、指定事業者からサービスが受けられます。

### 【図1 (次ページ)】

総合事業のサービスうち「介護予防・生活支援サービス事業」の訪問型・通所型サービスを利用できる対象者は、図1の上の囲みに書かれているとおり、「平成29年4月以降に、新規・区分変更・更新により要支援認定を受けた方」、又は「平成29年4月以降に要支援認定の更新を迎えた方で、基本チェックリストにより要支援者に相当する状態と確認された方」。このいずれかに該当する方となります。

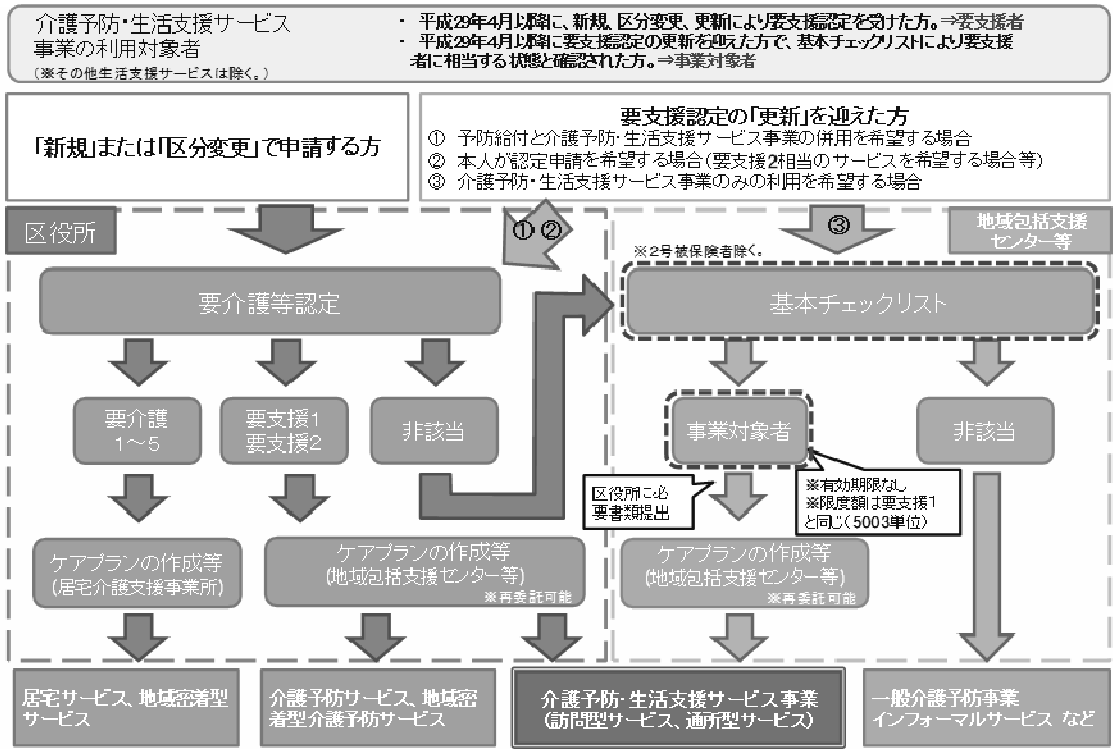
したがって、サービス事業を利用できる対象者は「要支援者」又は「事業対象者」ということとなります。

なお、基本チェックリストは、国が作成した25項目のチェック項目からなり、同様に国が定める7項目の基準に1つでも該当すれば「事業対象者」となります。

【図1】

介護予防・生活支援サービス事業の利用の流れ

介護保険課



研修等でもお伝えしたとおり、札幌市では、事業の利用を希望される方に、初回は要支援認定を受けていただき、有効期間満了による次回更新の際に、引き続き更新認定を受けてサービスを利用するか、又は、基本チェックリストの実施により事業対象者としてサービスを利用するか、のどちらかを選択していただくことになります。

チェックリストによるサービス利用は、認定調査・医師意見書の受領、審査会の実施が不要のため、認定更新に比べ、迅速かつ簡便な手続きが可能となります。一方で、チェックリストの実施によるサービス利用はできない場合(=要支援認定申請につなげる場合)もありますので、選択にあたっては留意が必要です。

図1の①～③の例示を見てください。

例示①は、予防給付とサービス事業の併用を希望する場合です。

国のガイドラインでは、予防給付に残るサービス(訪問看護や福祉用具貸与など)とサービス事業(訪問型・通所型サービス)を併用する場合は必ず要支援認定を受けることとされていますので、十分留意してください。

例示②のかっこ書きの例は、更新時に要支援2相当のサービス量を希望する場合です。

国のガイドラインでは、チェックリストにより事業対象者となった場合は、以前の認定区分にかかわらず、要支援1の支給限度基準額(5003単位)を適用することとされています。したがって、当該基準額を上回るサービス量が必要な場合は要支援認定(要支援2)を受けることが必要となります。例示②では、この例のほかにも、本人の状態や意向等により、チェックリストによらず要支援認定による更新が必要となる場合があると考えられます。例えば③の「サービス事業のみの希望する場合」であっても、本人の自己決定を尊重し要支援認定によりサービス事業のみを利用するケースはあり得ます。事業対象者となった後も、必要な時は要支援認定等の申請が可能であることも併せて説明していただくようお願いいたします。

冒頭でも申し上げましたとおり、総合事業は必ずしも全国統一のルールで実施されるものではありません。札幌市の方針や取扱いについて関係者間の意識を共有し取り組んでいくことが必要です。

今後も様々な機会をとらえて皆様に情報提供させていただきますので、ケアマネジャーの皆様には、今後とも介護予防ケアマネジメントを通じて、総合事業の円滑・適正な運営にご協力をいただきますようどうぞよろしくお願いいたします。

# 札幌市からのお知らせ

## 要介護者等ごみ排出支援事業(さわやか収集)をご存知ですか？

○札幌市では、介護が必要な方または障がいのある方のうち、ごみをご自身で排出することが困難で、身近な人や地域活動による支援を受けられない方に対して、ごみの排出を支援する「さわやか収集」を実施しています。

### 1. 事業内容

- ①生活ごみ（燃やせるごみなど）の排出支援
  - ・週1回、利用者の自宅に訪問して生活ごみを収集します（共同住宅は上層階でも収集）。
  - ・利用者は分別区分ごとにゴミ袋（有料のごみは指定袋）に入れて、居宅の玄関先等に排出します。
- ②大型ごみの排出支援
  - ・第三者立会いのもと、利用者の家の中からごみを運び出して収集します（一度に3点まで）。
- ③安否確認
  - ・希望者に対しては、ごみの収集時に毎回、声掛けを行い、異常が疑われる場合は、緊急連絡先等へ通報します。

### 2. 対象者の要件

家庭から出るごみをご自身で排出することや、大型ごみを家の中から運び出すことが困難な方で、親族や近隣住民、地域ボランティア等による支援が受けられず、次の①から③のいずれかの要件に該当する方が対象です。

なお、お二人以上の世帯の場合は、世帯員全員が要件に該当することが必要です。

- ①介護保険の要介護2以上または障害福祉サービスの障害支援区分3以上。
- ②介護保険の要支援1・2（※事業対象者を含む。）または要介護1か障害福祉サービスの障害支援区分1・2で、本人または世帯内のどなたかお一人以上がホームヘルプサービスを利用していること。  
※事業対象者とは、平成29年4月から開始する札幌市介護予防・日常生活支援総合事業の対象者のこと。
- ③障害福祉サービスの同行援護（障害福祉サービスにおけるホームヘルプサービスの一つで、視覚障害者の外出に係る支援）を利用していること。

### 3. 利用方法

- ①希望者は、清掃事務所に電話等で申請します。
- ②申請後、清掃事務所職員が、希望者と日程を調整して訪問調査を行い要否決定します。  
（※速やかな要否決定を行うため、ケアマネジャーの同席をお願いしております。）
- ③決定後、対象者に対してごみの排出支援を行います。
- ④ご利用は無料です。（※ただし、大型ごみについては、品目に応じて「大型ごみ処理手数料シール」を購入する必要があります。）



### お問い合わせ先

札幌市環境局環境事業部業務課 榎野、西尾 電話：211-2916

ケアマネのためのスキルアップ情報コーナー 

各研修会でも精神疾患の理解について取り組んでいるところですが、他職種連携の一環として精神保健福祉士について数回にわたりご紹介いたします。



『精神保健福祉士について』①

医療法人社団正心会 岡本病院 精神保健福祉士 佐藤 志津

なぜか、「精神科は苦手」「精神疾患の事が良く分からない」「精神科病院へのとっかかりがつかめない」という声を伺う事が少なくありません。その思いは、どこから生まれるのでしょうか？

「病院」「医療」に感じる敷居の高さ？

「病院」と「地域」の壁？ 「精神疾患」「精神障害」に対するイメージ（怖さ）？ 「精神障害を抱えた方とのコミュニケーションが難しい」と感じている？

いえいえ、実はそんなに難しいことはありません。ただ、今まで「知らなかった」「関わりを持つ機会が少なかった」だけではないでしょうか？

でも、実際に付き合わなければ分からない事がたくさんあります。知らないと不安にもなります。これ、精神科の話に限った事ではなく、どんな事も同じですよ！

今回の私の話を、「精神科」や「精神障がいを抱えて暮らす人々」について、少しだけでも身近に感じていただけるきっかけとして読んでいただければ幸いです。

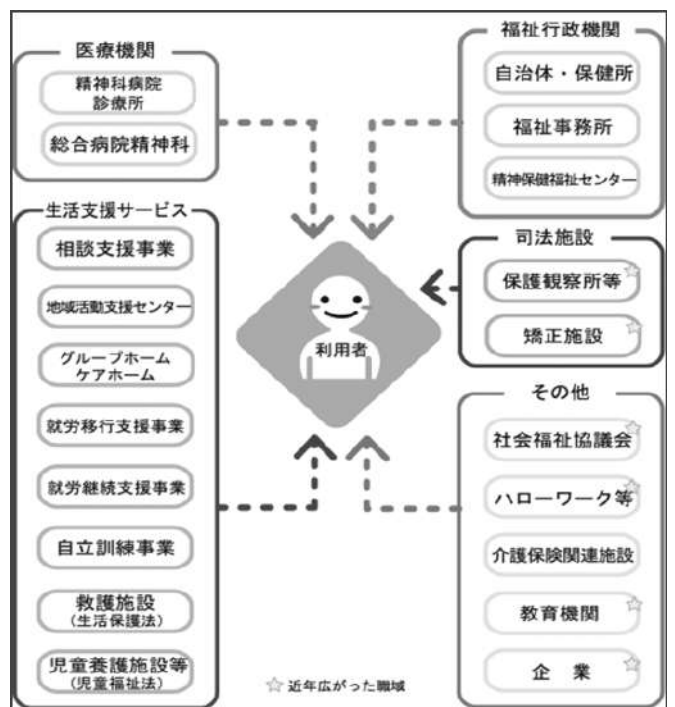
最初は、精神科との「とっかかり」について述べてみます。

精神科病院に相談したい、連携を取りたいと思った時は、まず「精神保健福祉士」を思い出して下さい。他の身体科等の病院と同じく「ソーシャルワーカー」の持つ「精神保健福祉領域」の国家資格です。「こころの時代」と言われる21世紀、医療・保健・福祉の領域に限らず、様々な領域で業務を行なうようになっています。（図参照）

現在は、札幌市内の精神科を標榜する病院すべてに「精神保健福祉士」= P S W (= Psychiatric Social Worke) がいる状況です（クリニックは一

部）。注意が必要なのは、P S Wは病院内でも様々な部署に配属されています。そのため、受診や入院に関する相談、あるいは退院に際しての相談については、「相談室」や「地域連携室」のP S Wへ連絡をいただく必要があります。外来通院中の方に関しては、場合によっては訪問看護や精神科デイケアを担当しているP S Wが窓口になる場合もありますが。

また、P S Wとの関係ができると、病院内の他職種・他部門との窓口になってくれます。関係作りには、やはり「報・連・相」だと私は思っています。これは、他機関との間でも同様で、「信頼」につながる気はしますが、いかがでしょうか？ もちろん、双方向でのコミュニケーションがベースでなければと、病院内にいる立場としても思っています。ぜひ、P S Wと仲良くしてくださいませ。



参考図：日本精神保健福祉士協会HPより

< 次回は、精神科医療&精神科病院の仕組みについて >

## 岡田しげひこ先生の

## 住宅改修



## ワンポイント 講座 〈第4回〉

理学療法士として多方面で活躍されている岡田しげひこ先生（特定非営利活動法人HP T 統括部長）に6回にわたり住宅改修のポイントをご紹介します。

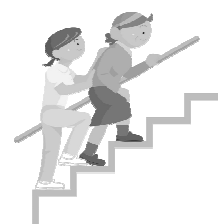


## 〈住宅改修ワンポイント ～階段～〉

今回は、「階段」の改修のお話をします。

「階段」といえば、最近のニュースの日本ハムの新球場構想の議論の中で、札幌ドームの「階段」が取り上げられていますね。札幌ドームに愛着はあるものの、「階段が急で、トイレや売店へ移動するのが大変」との意見も多く、「もっと使いやすくなるなら新球場は歓迎」とファンの声が上がっているらしいです。

まさしくもっともなご意見かと思います。野球場だけでなく、自宅でも同じで、移動は日常生活行為の自立性を左右します。家の中で日常生活行為は、生活場面に適した場所へ移動し、その場に適した行為を行います。朝、寝室で起き、寝具から出て、トイレに行き、排泄をして、洗面をするといった行為は、動作の連続で成り立っており、その行為がスムーズに連続できることが普通の当たり前の日常の生活です。その日常生活行為の自立性を確保するために、行為間の移動の方法を検討し、その移動を妨げている「階段」をどう攻略するかはとても重要なポイントです。



## 1. 誰がどんな時にどのように「階段」を使うのか、確認しよう

〔例：虚弱高齢者・洗濯〕 2階のベランダに洗濯物を干す時、取り込む時に階段を使う。

## 2. 実際に階段を使う場面をイメージしよう

〔例：虚弱高齢者・洗濯〕 上がる時は濡れて重い洗濯物が入ったかごを持ち、降りる時は干して軽くなったがかさばる洗濯物を抱える。

## 3. 手すりを設置すると、階段が狭くなることも考慮しよう

壁から手すりが飛び出した幅を「出幅」と呼び、通常10cm以内となり、その分階段は狭くなる。  
(両側だと倍の計算)

## 4. 片麻痺の方の場合は、両側の手すりの設置が基本です

〔例：左片麻痺〕 上りは、右側の手すりを握り、下りは左側の手すりを握る。

## 5. パーキンソン病の方は、両側の手すりを同時に握ると、動きにくくなるので注意しよう

両手で手すりを握ると、左右への体重移動がしにくくなり、足が床から離れにくくなる。

## 6. 階段の降り方は、いろいろな方法を検討しよう

通常は前向きだが、後ろ向きで降りたり、前向きで座って一段づつ降りる方法もある。

## 7. 足元灯の設置をしよう

蛍光テープは見やすくなるが、認知症の方はその光を怖がることもあるので注意。

## 8. 階段のすべりにも対応しよう

床材の変更や滑り止めマット、階段の段のふちに滑り止めの設置等がある。

## 9. 介護保険外になるが、階段昇降機やエレベータの設置も、検討しよう

日常生活行為の自立とQOLの向上の視点で、費用対効果をみる。

次回は「居間」です。

## ケアマネ奮闘記 ①

ケアプランセンターモルス 一法師 さわこ

ケアプランセンターモルスはサ高住「ふれあいの森 市立病院前」併設の居宅介護支援事業所で、H26年の開設で比較的新しい事業所です。

併設の良い所は、利用者さんとケアマネが互いに身近な存在で、生活状況の把握もしやすく、住宅や同じく併設の看護や介護の事業所からの情報も細かく、何かの時は協力が得られやすい、ある意味辛いところに手が届く的な支援が可能な事だと感じております。

業務開始当初は、サ高住のオープンもあり落ち着かない環境と、慣れない業務に追われ、私にとってケアマネ業はまさに苦行の連続でした。

現在は、事業所の体制も変わり、仲間が増えたことで「居宅のケアマネは孤独な職種」と勝手に思い込んでいた私の考えは一変しました。

納得いかない、腑に落ちない事は共有するだけで気持ちが軽くなります。支援に行き詰った時は、話すことで問題解決の糸口が見つかります。一人では自信のないことも、安心して仕事を進めることが出来るのです。本当に存在自体に感謝です。

最近では外部の利用者さんが増え、求められるものも幅が広くなり、様々な地域の資源の知識や活用が求められますので、一つ一つの事例を通じて経験値が高まればと思っております。

まだまだ未熟な私ですが、利用者さんご家族の信頼に少しでもお答えできるように日々精進してまいります。



## ケアマネ奮闘記 ②

札幌市中央区第3地域包括支援センター 多奈村 俊二

私は平成24年4月から地域包括支援センターの介護支援専門員として勤務しています。相談業務の経験が無い私は、制度についての知識不足もあり関係機関との連携が円滑にいかず、利用者や家族にも上手く説明できず、迷惑をかけていたと思います。

ケアマネの業務を覚えていく上で、上司や同僚からスーパービジョンを受け、アセスメントからプランニングなど、ひとつひとつの業務を根拠に基づいて指導していただけたことで、ストレスなくやりがいを感じながら仕事ができ感謝しています。

こうして得られた知識や経験を活かし、介護保険制度の基本を忘れずに、介護予防を目指す利用者が自己決定できるよう努め、適切な支援方法を提供していくとともに、相手に対しての思いやりを大切に業務に取り組んでいきたいと思っております。

地域包括支援センターは、介護認定を受けた利用者だけではなく、認定を受けてない地域住民、民生委員等、他職種、他機関と関わる事が多くあります。地域の課題を把握し、他職種や関係機関との研修会等を通じて、顔が見え、安心して相談できる関係を築き、地域住民や関係機関と連携していくことで、利用者が地域で住みやすい環境を構築していければと思っております。

〇〇を知っていますか？シリーズ



## —— 認知症カフェを知っていますか？ ——

認知症カフェとは「認知症の人やその家族が、地域の人や専門家と相互に情報を共有し、お互いを理解し合う場」であり、認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）の7つの柱の1つとして位置づけられています。

札幌市では認知症カフェ認証事業を行っており、認証登録すると認証マークがもらえ、ホームページや広報さっぽろに掲載され、また認知症支援ボランティアの派遣などの支援があります。

（12.8現在 札幌市内42ヶ所、全区で開催されています）

当社では「あかりカフェ」という認知症カフェを行っています。休みのデイサービスを使い、毎月第3日曜日の午後に開催。参加者は地域住民の方・民生委員さん・町内会の役員の方、また併設するグループホームの利用者さん・ご家族・往診の先生など毎回10数名の方が参加されています。

内容はデュアルタスク体操で体と頭を使ったり、ミニ講話で認知症についての勉強をしたり、音楽療法の体験・クリスマスクラフト・認知症サポーター養成講座など様々です。もちろんお茶を飲み、お菓子を食べながら話しをする時間もあります。

今後は、地域の人達から「認知症の事は「あかりカフェ」で相談してみよう」と言われるようになり、認知症のご家族・ご本人も気軽に参加・話し合える場となり、ケアマネさんにも社会資源の一つとして活用してもらいたいです。

そして何より、広く地域の方に認知症を知って頂き、皆で協力し未永く生活ができる地域のお手伝いできればと考えています。

（文：三井ヘルスサービス 藤田 大）

SAPPORO

札幌市認知症カフェ認証

札幌市認知症カフェ認証マーク

参考：札幌市ホームページ「認知症に関する研修・事業」札幌市認知症カフェ認証事業

<https://www.city.sapporo.jp/kaigo/k100citizen/k165ninchisyo-kensyu.html#ninchishocafe>

参考：札幌市ホームページ 札幌市認知症カフェ一覧

<https://www.city.sapporo.jp/kaigo/k100citizen/documents/0001208.pdf>



## こんにちは！役員

顔の見える関係をコンセプトとして、本会札幌市ケアマネ連協の役員の方々をご紹介します。

清田区支部長 飯田 裕一

（札幌南青洲病院指定居宅介護支援事業所）



前年度の支部長菅原さんよりバトンを受け取り、今年度から支部長を務めております飯田と申します。自分に何ができるのだろうかと不安を感じながらスタートを切りましたが、役員の皆様のお力にて初年度を無事に終えることができそうです。来年度は横の繋がりを更に大事に情報提供や共有、学びの場の提供に繋がっていただきたいと思います。宜しくお願い申し上げます。

西区支部長 杉谷 邦雄

（札幌市西区第3地域包括支援センター）



昨年4月より、西区支部長を務めております、杉谷と申します。支部会員・ケアマネジャーの皆様が求めている情報や「つながり」などが得られる場を、役員と一緒に考え、実現していきたいと思っております。今後とも、どうぞよろしくお願ひ致します。



## ステップを知っていますか？

平成27年4月に施行された「生活困窮者自立支援法」に基づき、札幌市が設置した生活にお困りの方のための相談窓口がステップです。札幌市内にお住まいで、仕事や生活に困りごとを抱えた方の相談を広く受け付けています（生活保護を受けている方は対象としていません）。

ステップでは「仕事探し・就職」の相談を受け付けることが多く、その背景に様々な課題を抱えている方々がたくさんいます。多重債務に苦しんでいる方、家族のことで悩んでいる方、引きこもりなどで未就労期間が長くなってしまった方、転職を繰り返し定着できない方、病気や障がいなどに不安を感じている方のほか、今はまだ大丈夫だが、この先の生活が心配という方もいます。

平成27年4月から平成28年11月の間にステップを訪れた相談者は3,539人で、年齢層は30歳代から50歳代を中心とし、60歳代以上の方が定年退職後の収入不足などを理由に働き先を求めて相談に訪れる場合や、20歳代以下の若者が就職活動に失敗したきりで一度も働いたことがないという相談事例もあり、幅広い年齢層からの相談を受け付けています。

一般就労に向けた支援の場合は、履歴書の添削や模擬面接の実施のほか、その方の抱える様々な課題を踏まえ、相談者の特性を理解していただいた上で雇用していただける企業の開拓を行うとともに、職場見学・面接への同行支援なども行います。

仕事探しでステップへ相談に訪れる方の中には、生活習慣が乱れている方や長期間の引きこもりにある方など、就労への意欲や自信を失っている方も多くいます。すぐに就職活動を行うことが困難な方に対しては、まずステップへ通い決まった時間に起きること、簡単な事務作業やボランティア活動への参加など、ご本人の状況に合った段階的な支援を行います。また、就労困難者を受け入れ、一定期間就労に向けた訓練を行っていただける協力事業所へのマッチングや福祉就労に向けた支援も行います。

ステップだけで支援が難しいという場合には、様々な支援機関と連携した支援も行っており、ハローワークや区役所、地域包括支援センターなど関係機関から相談者をご紹介いただくケースも増えてきています。また、ステップでは各区の区民センターを中心に毎月出張相談会を開催しています。ご本人からだけでなく、ご家族や周りの方からの相談についても受け付けることができますので、まずはお気軽にお問い合わせください。

【お問い合わせ先】札幌市生活就労支援センターステップ

〒060-0042 札幌市中央区大通西6丁目10番地 大通公ビル8階

☎ 011-221-1766

FAX 011-221-1767

メール step-sapporo@career-bank.co.jp

月～金 9:00～17:00

## ケアマネSAPPORO104号 (2017年2月1日発行)

発行元：一般社団法人札幌市介護支援専門員連絡協議会

編集：一般社団法人札幌市介護支援専門員連絡協議会 広報委員会

広報委員長：長崎 亮一

広報委員：南 靖子 宮川 亮一 姉崎 重延 鈴木 晴美 伊藤 和哉

和田 賢太 飯田 裕一 藤川 宏子 佐賀 正人

E-mail：kouhou@sapporo-cmrenkyo.jp

ホームページ：http://sapporo-cmrenkyo.jp/  
(札幌ケアマネで検索可)

ケアマネの  
試験に出ない  
処世術

ケアマネ川柳