

ケアマネ SAPPORO

2018.6.1 発行 第112号

一般社団法人 札幌市介護支援専門員連絡協議会

発行

〒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

高齢者の「安全・安心」を目指して	I	信頼されるケアマネのコミュニケーション	V
介護支援専門員協会全国大会へ行ってきます	III	私が福祉の道を目指したのは	VI
札幌市介護支援専門員連絡協議会役員一覧	III	ケアマネ奮闘記～施設ケアマネ～	VI
ケアマネのためのメンタルヘルス実践講座	IV	皆さん初めまして	VI



高齢者の「安全・安心」を目指して

札幌市消防局予防部予防課

地域防火支援担当係長 田村 光

平成30年1月31日深夜、東区の木造2階建て共同住宅「そしあるハイム」から出火し、建物は全焼。居住者16人のうち、高齢者や生活困窮者を含む11人の尊い命が失われたことは皆さんも記憶に新しいと思います。

火災原因は、現在も警察や総務省消防庁と調整を図りながら慎重に調査中であり、究明には時間を要します。

さて、古くは昭和の時代、多数の犠牲者を出した大阪千日デパート火災やホテルニュージャパン火災、平成13年に発生した新宿歌舞伎町ビル火災などの大火災を教訓として、法律の強化を含む防火対策が進められたことによって、大きな建物で多数の犠牲者が発生する火災は少なくなってきました。

また、平成18年から全国で開始された、住宅用火災警報器の設置義務化や火災リスクを低減させる安全装置付きの調理器具、暖房器具の普及なども効果を上げていていると考えられ、住宅火災件数及び火災死者数も年々減少しているところです。

しかし、これらに反して増え続けているものがあります。それは「火災死者に占める高齢者の割合」です。

総務省消防庁が発行する平成29年消防白書によると、平成28年中における全国の住宅火災による死者(放火自殺者を除く)のうち、65歳以上の高齢者は全体の69.9%を占めており、平成18年の

58.0%と比較して11.9%の増加が見られています。年齢層別に見ると、81歳以上の方が亡くなる割合が、壮年層に比べて約8倍も高い水準となっています。

また、火災で高齢者が死亡に至った原因の中で最も多かったのは「病気・身体不自由」による逃げ遅れであり、次いで「熟睡」、「延焼拡大が早い」と続きます。今後は介護サービスを受けている高齢者、火災に中々気づきづらい一人暮らしの高齢者などに焦点を当てた対策が重要であると考えられます。

そこで消防局では2年前から、訪問介護事業所のホームヘルパーを対象とした防火研修会を開催しており、これまでに約1,200人の方に受講していただきました。誰にとっても火災は非日常的な出来事ですが、火災の危険は日常の身近なところに常に潜んでおり、その多くが掃除や調理、洗濯などのちょっとした心がけで十分に防ぐことができます。

受講から1年後に実施したアンケートによると、実際にサービス利用者宅において「ストーブの真上に洗濯物が干されていた」、「コンセント周りが埃だらけ」などの火災危険を発見したホームヘルパーは約9割にのぼり、これらの危険を定期的に改善することで、安全な暮らしが守られていることがわかりました。また、日々の声掛けにより、サービス利用者が自ら火災予防に取り組み始めるなど、

期待以上の効果も表れております。普段から顔の見える信頼関係があるからこそその成果であり、高齢者を火災から守るうえで、非常に心強いご協力をいただいていると感謝しているところです。

次に火災発生時の安全対策に目を向けてみましょう。先に述べたとおり、高齢者は身体機能の衰えから、火災を知らせる警報音に気付くのが遅れたり、避難に時間を要することが考えられます。火災を早期に感知して消火するスプリンクラー設備は有効な対策ですが、高額で高齢者宅への普及は難しいため、もっと安価で簡便な対策が求められるところです。

そこでお勧めしたいのが「防災品」です。住宅火災の多くは、たばこ・ストーブ・こんろなどの火が、寝具や衣類に着火し、じゅうたんやカーテンを介して燃え広がっていくため、これらを燃えにくく加工した防災品にすることで、大きな効果が期待できます。カーテンやのれんであれば、日頃使っているものをクリーニング店に持ち込んで防災加工す

ることも可能で、手軽に導入できます。防災品は炎が当たっても容易に着火せず、着火しても燃え広がらない性質があるため、火災を未然に防ぐことに加えて、万一火災になってしまった場合でも火災の進行を大幅に遅らせることで、安全に避難するための貴重な時間を確保します。消防局では今後、防災品の普及啓発を重点的に取組み、高齢者の安全対策を強化してまいります。

結びになりますが、我々消防が「市民を守る」という使命はこれから先も変わることはありません。しかし、社会構造が大きく変化する中で、その使命を達成するための手法は、時代の流れに応じた変化が求められています。

高齢者が住み慣れた地域で自分らしく「安全・安心」に暮らし続けられるよう、今後も高齢者に「わりの深い方々からのお力添えをいただきながら、全力で防火啓発に取り組んでまいります。火災により、大切な家族や友人を失って悲しむ人をなくすために。



あなたの家の住宅用火災警報器はだいじょうぶですか？ 定期的に点検を！！

住宅用火災警報器は、電池切れやセンサーの寿命などで火災を感知しなくなることがあります。10年を目安に本体の交換をお勧めします。

点検ボタンを押す 点検ひもをひっぱる

万が一火事になってしまったら

火災・救急・救助は**119番** 無理に消火しようとしないで、大声で火事を知らせながら避難しましょう。

お問い合わせ・ご相談は最寄りの消防署へ

●札幌市消防局 中央区南4条西10丁目 電話 215-2040	●釧路消防署 釧路区月寒東1条8丁目 電話 852-2100
●中央消防署 中央区南4条西10丁目 電話 215-2120	●清田消防署 清田区平岡1条1丁目 電話 883-2100
●北消防署 北区北24条西8丁目 電話 737-2100	●南消防署 南区真駒内南町1丁目 電話 581-2100
●東消防署 東区北24条東17丁目 電話 781-2100	●西消防署 西区寿寿10条4丁目 電話 867-2100
●白石消防署 白石区南郷通97日北 電話 861-2100	●手稲消防署 手稲区手稲本町2条5丁目 電話 681-2100
●厚別消防署 厚別区厚別中央1条5丁目 電話 892-2100	

SAPPORO

介護支援専門員協会全国大会へ行ってきます

札幌市介護支援専門員連絡協議会

副会長 南 靖子

平成30年7月14・15日、日本介護支援専門員協会全国大会in福岡が開催されます。大会テーマは「つなぐ・つなげる・つながる-connect our hearts together- ~誰のための 何のための ケアマネジメントか?~」です。定員は1,800名を予定しており、6分科会に分かれて沢山の演題が発表される予定です。当会では、有志5名で昨年のケアマネ資質向上研修時にアンケートを実施しました。今回はその結果をまとめて発表予定です。

テーマは『入院時連携の質向上に向けて～アンケート結果から見えた札幌市における介護支援専門員入院時連携の現状とその課題～』です。



札幌市における入院時連携についての頼もしい数値、逆にもったいない数値がみえてきました。これからの入院時連携の質の向上に役立てるとともに、限られた時間の中でまとめた内容を全国の仲間に情報発信し、また全国の仲間の活躍を聞いてきたいと思います。大会内容及び発表内容については8月号で掲載予定です。行ってきます！

………… 『一般社団法人札幌市介護支援専門員連絡協議会平成30年度役員一覧』 ……………

区分	役職	氏名	所属
市選出理事	会長	由井 康博	居宅介護支援事業所 アルメリア福住
	副会長	南 靖子	札幌東徳洲会病院
	副会長 (事務局長)	宮川 亮一	社会福祉法人シルバニア
	副会長	乙坂 友広	五天山園居宅介護支援事業所
	副会長	鈴木 晴美	社会福祉法人札幌市社会福祉協議会 地域包括部
	理事	姉崎 重延	有限会社プラクティス
		大島 康雄	さっぽろ社会福祉士事務所
長崎 亮一		居宅介護支援事業所ら・せれな	
区支部選出理事	中央区	小川 美穂	旭ヶ丘ケアプランセンターあまね
	北区	若狭 敬志	愛心館 相談センター「レイル」
	東区	尾崎 哲	勤医協ケアプランセンターみどり
	白石区	伊藤 和哉	指定居宅介護支援事業所東札幌
	厚別区	横山 直	介護老人保健施設コスモス介護センター
	豊平区	大木 雅広	かいてき西岡
	清田区	飯田 裕一	ケアプランセンター南徳洲会
	南区	和田 志保	札幌市南区第2地域包括支援センター
	西区	甲斐 洋平	勤医協ケアプランセンターすずらん
	手稲区	藤田 和葉	温ったか介護ぬくぬく
外部理事	松家 治道	松家内科小児科医院院長／札幌市医師会会長	
	橋本 伸也	藤女子大学 名誉教授	
監事	道林 松美	社会福祉法人さっぽろ慈啓会法人本部	
	上野 泉	札幌市保健福祉局高齢保健福祉部介護保険課	
相談役	村山 文彦	札幌市東区第2地域包括支援センター	

去る5月24日(木)に開催されました平成30年度定時総会にて上記の通り役員を選任がされ、当日出席者の信任多数により承認されました。

ケアマネのためのスキルアップ情報コーナー

ケアマネのためのメンタルヘルス実践講座 第3回 「虐待」

知っ得
特別授業

札幌市保健福祉局 精神保健担当部長

精神保健福祉センター所長 鎌田 隼輔

前は『アルコール問題』を取り上げました。今回は『虐待』について考えます。

ケース1

【姪に財産を盗られていると訴える80代女性】
未婚で一人暮らし。定年まで教師として勤務。70代で脳梗塞となり左半身がやや不自由。姪が家事などを手伝っている。ケアプラン作成に訪れたケアマネが、「私の口座から姪が勝手にお金をおろして使っているのだから何とかしてほしい」と相談されました。あなたならどのように対応しますか？

『経済的虐待』が疑われる事例です。精神医学的には、認知症の物盗られ妄想や認知症のない高齢者でみられる老年精神病の可能性も否定できません。

ここではまず本人が安心できる支援を考えます。親族であってもお金に係ることで関係がぎくしゃくすることはしばしばあります。

認知症高齢者であれば、日常生活自立支援事業の金銭管理を活用する方法が考えられます。心配ごとがあれば眠りが悪くなったり、体調不良を感じたりしますので、かかりつけ医の受診を勧め、診察に付き添い、認知症の評価をしてもらうのが良いでしょう。もしも姪からみて被害妄想と思えるような言動が他にもみられる、あるいは若い頃に一過性の精神病エピソードがあるような方でしたら、精神科受診を検討します。しかし、精神科受診を勧奨することで、ケアマネとの関係悪化につながる危険もありますので、慎重に行ってください。

以上、虐待2ケースを取り上げました。虐待を受けている可能性のある高齢者の立場にたち、事実確認に固執せず、安全安心を優先して対応することが大切と考えます。また、支援を継続していく上では、虐待を行った者へ配慮することも重要です。

キーワード 高齢者虐待、経済的虐待、身体的虐待、認知症、PTSD、老年精神病

ケース2

【夫からDVを受けている70代女性】
自分の両親のことなのですが…と、50代の息子が地域包括支援センターに相談にきました。「90歳の父が70代の母に対して、ほぼ毎晩性交渉を要求し、拒むと暴力があるらしい。母が泊まりにくると怯えた様子がみられる。父は元来、頑固で自己中心的タイプ。要支援1で足腰もしっかりしているが、認知症かもしれない。母は以前に比べ、活気もなく笑顔もなくなった」という相談です。あなたならどのように対応しますか？

事実であれば、虐待と判断し、ただちに分離しなければなりません。しかし、性生活について聞くのは非常に難しく、本人に尋ねても本当のことを話さない場合があります。事実確認よりも母の安全を優先して、「奥さん(母)はうつ病かもしれないので一度医師に相談したほうが良い」とご主人(父)を説得し、検査入院のかたちで分離するのが現実的と考えます。その上で、あざなど暴力の痕跡がないかじっくり事実確認し、別居して暮らす方法を検討するのが良いと思われます。長期にわたり日常的に暴力で支配される環境におかれると、PTSD(心的外傷後ストレス障害)を発症している可能性もあります。PTSDでは、うつ病と同様にふさぎ込んだ様子、不眠、食欲不振がみられます。男性職員の接触を過剰に怖がる態度は、性暴力被害を間接的に示唆します。本人自らが暴力被害を語るまでには時間がかかることを覚悟しなくてはなりません。

ケアマネのためのスキルアップ情報コーナー

信頼されるケアマネのコミュニケーション 第2回 「受容」

知っ得
特別授業

北海道医療大学看護福祉学部(コミュニケーション学)

准教授 長谷川 聡



「傾聴、受容、共感」はカウンセリング・マインドの基本で大切な概念です。対人援助職は誰であっても、職種を問わずこの考えかたに基づく対応行動が取れなければなりません。シリーズ第2弾の2回目は「受容」です。受容のコミュニケーション・スキルをぜひ身につけてください。

受容とは文字通り「受け入れること」です。クライアントに接した時のクライアントの態度、行動、言葉を「そのまま認める」ことを言います。受容されると利用者は気持ちが楽になり、素直な気持ちで向き合うことができるようになります。受容してくれるケアマネを信頼し、ホンネで語ってくれるようになるのです。ケアマネとしては仕事がしやすくなり、仕事の効率も効果も上がります。クライアントはさらに自分自身を振り返り、自己肯定感が高まり、問題解決に向かう意欲が出てきます。先々への希望を持つこともできるようになります。

受容の話をする「何でも認めて許すのか、死にたいと言えれば死んで良いということか」と言う人がいます。それは違います。それは受容ではなく「許容(許す、大目に見ること)」です。

今の例で言えば、受容とは「そうなのですね。(今は)死にたいと思っているのですね」と応じることです。自分の言ったことが否定されなかった、分かってもらえた(かもしれない)とクライアントが思い、この人(あなた、ケアマネ)になら話せるし、これからもお願いしようと思うクライアントが思える対応が必要なのです。

参考のために受容とは逆の対応を示します。

- ・「だめです。そんなこと言っははいけません」と否定する。
- ・「生きることが大切です」と自分の価値観を押し

付ける。

- ・「もっと前向きに考えてください」と教示したり指示する。
- ・「こういう人もいますよ」と他者と比較する。
- ・「そのうちによくなります」という根拠のない予言や先送りをする。
- ・「家族が来れば」「リハビリすれば」「先生(医師)の言うことを聞いていれば」良くなる、というように条件を提示する。
- ・「そんなものでしょうか」「そうなんですか」と無関心を示す。

これらの対応はクライアントを遠ざけることがあっても、決して信頼関係やカタルシス(話してスッキリすること)には辿りつけません。そうしたことを自分が言われれば、決して良い気持ちがないことでしょう。そのような対応を見聞きし、あなた自身がそんな対応をしたことはありませんか。

先日、こんなことがありました。視覚障害の若い女性と、彼女を紹介してくれた女性と三人で初めて居酒屋に行った時のことです。「・・・さんは、どうしてセンセイ(長谷川)とお食事する気になったの」とその方が尋ねました。彼女は言いました。「壁を感じないの。悪気もないし、むしろ気を遣ってくれるからそうなんだけど、他の人はヘンに緊張していることが多い。私が何か言うとし〜んとしたり、良く分からないみたいなことを言う。けれど、センセイは<あなたはそう思うんだね>とか<そういう考えかたもあるのか、それがあなたなんだね>と言うの」、だそうです。「受容されない」ことを「壁を感じる」とは良い言い方ですね。勉強になります。

次回は「信頼」についてお話しします。

私が福祉の道を目指したのは

札幌市社会福祉協議会南相談センター

介護支援専門員 荻野 貴輝

私が現在の仕事についてから25年。当時は介護保険もまだ始まっておらず、措置制度でヘルパーを派遣していました。私はコーディネーターという職で、ヘルパーの派遣調整を行っていました。

介護保険が始まり、福祉も色々と変化をする中で、変化に付いていくことに必死の毎日で今日に至っています。

現在は訪問介護事業所と居宅介護支援事業所の管理者を兼任しながら、ケアマネジャーとしての業務も行っています。

認知症介護をされているご夫婦への支援や、移動や排せつに常に介護を必要としつつ、一人暮らしをご希望される方への支援等、様々なご利用者と接しています。

時には、ご利用者のご希望とケアマネジャーとしての判断に差があり、何度も何度も話し合いをしてもなかなかご理解いただけない時もあります。「どうしたらご利用者が自立した生活を長く続けることができるだろう？どうしたらご利用者の希望を叶えることができるだろう」と悩みながらの毎日です。そんな時、事業所の仲間が助けてくれます。私が悩んでいることを、違った視点から考えさせてくれたり、私が気付かなかったことのアドバイスをしてくれたりしています。

自分ひとりでは困難なことでも、仲間と協力しあうことで、よりよいご利用者支援ができることを実感している毎日です。

これからも、仲間を大切に、そしてご利用者が自立した生活を続けられるよう、取り組んでいきたいと思っています。

「ケアマネ奮闘記 ～施設ケアマネ～」

介護老人保健施設アートヒルズ

介護支援専門員 石塚 千幸

私の勤務する介護老人保健施設アートヒルズは、石山緑地の小高い丘の上にあります。

施設から眺める遮るもののない空は、晴れの日も、曇りの日も、雨の日も、雪の日も、同じように美しく、毎朝「きれいだな～」とうっとりします。そして、「今日はどんな事があるかしら。さーて、頑張ろう!!」と気合が入ります。

私は認知症専門棟でケアマネジャーをしています。毎朝、ご利用者と目を合わせて挨拶をする事を心がけていますが、少しの時間でも関わり、一緒に過ごす事で、ご利用者が見せてくださる笑顔は私自身へのプレゼントです。

介護保険改正に当たっては、これまで以上に、入所前後の訪問に出向き、新たな加算もケアプランに意識して記載しなくてはと、緊張感があります。

在宅復帰の際は、ご自宅に戻られてからの生活がスムーズであるように、Dr.を始め、各職種と連携し、ケアや環境についてご家族や居宅のケアマネジャーと綿密に打ち合わせを行って、在宅へとお見送りします。その際のご利用者の笑顔は何よりも嬉しいです。

体調の急変でご利用者が入院したり、退所日が急に変更となったり、実調や訪問が急に入るなど、「エエーッ!!」と計画通りに仕事が運ばない事も多く、毎日は慌しく過ぎていきます。しかし、ご利用者に笑顔で過ごしてもらえ、一番の励み、と思いつつ今日も業務に取り組んでいます。

～皆さま 初めまして～

事務局の谷 寛之様の後任で、4月より着任いたしました安井 直子と申します。3月まで包括支援センターの事務をしておりました。事務局の運営に関わる事はもちろんですが、実践に役立つ情報や、研修会のご案内など札幌市のケアマネジャーの皆さまのお役にたてますよう、いっぱいアンテナを張ってがんばります。どうぞよろしくお願いいたします。

ケアマネSAPPORO 112号(2018年6月1日発行)

本号より紙面をリニューアルしました

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：鈴木 晴美/宮川 亮一/姉崎 重延/小川 美穂/伊藤 和哉/大木 雅広/甲斐 洋平

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)