

◆ ケアマネジャーのための情報誌 ◆

2017.4.1 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105号

ケアマネ SAPPORO

P1~2 「札幌市における生活支援体制整備事業について」 札幌市社会福祉協議会 地域福祉課長 柏 浩文

P3. 岡田しげひこ先生の住宅改修ワンポイント講座〈第5回 居間〉

P4. 知っ得(特別授業) ②「精神科医療機関の仕組みを知っておこう」 岡本病院 精神保健福祉士 佐藤 志津

P5. 福祉用具リサイクル事業を知っていますか？

P5. こんにちは！役員（南区支部・手稲区支部）

P6. K P C 24 きらり★ポジティブケアマネジャー [ケアマネ奮闘記①～ 居宅介護支援事業所まきた 長門 初代]
[ケアマネ奮闘記②～ 介護老人福祉施設七色の風 大西 尚美]

P7~8. のみこみ安心ネット・札幌「食支援・摂食嚥下のサポート」 札幌西円山病院リハビリテーション科/医師 橋本 茂樹



札幌市における生活支援体制整備事業について

—生活支援コーディネーターと協議体の役割を中心に—

札幌市社会福祉協議会 地域福祉課長 柏 浩文

(最初に)

生活支援体制整備事業は、介護保険制度では提供できない生活支援サービスや介護認定を受ける前の高齢者に対する生活支援の充実を図り、地域で支え合う体制づくりを推進します。その推進役として、生活支援コーディネーターを配置し、NPOや民間事業者等の多様な社会資源と連携・協力するために協議体を設置します。

札幌市では、平成28年度から札幌市社会福祉協議会に委託し、先行3区(北区・厚別区・豊平区)においてこの事業を開始し、平成29年度からは全区において事業を実施します。

(生活支援コーディネーターの役割)

①生活支援ニーズの把握

高齢者が必要とする生活支援ニーズ(買い物や病院の付き添い等)を把握するとともに、地域ごとのニーズを

分析して課題を抽出します。

②ネットワークの構築

地域包括支援センター等の関係団体や担い手となるサービス提供事業所との連携を構築し、情報共有等をすすめます。

③社会資源の把握・開発

地域の社会資源を把握し、発信・周知するとともに、地域に不足する社会資源の創出、サービスの担い手の養成、活動支援等を行います。

④ニーズと取組のマッチング

高齢者の生活支援ニーズとサービス提供主体の活動・取組をマッチングします。

(協議体の役割)

高齢者の生活支援ニーズや今ある社会資源の情報交換、見える化を推進し、生活課題の解決に向けて、社会資源の創出等について調整します。構成員は、

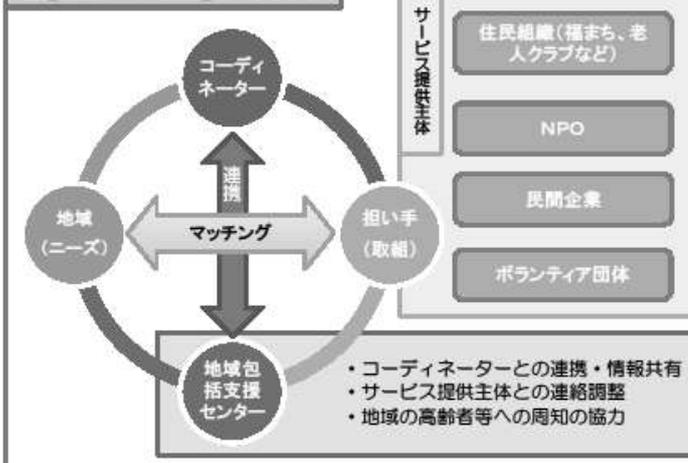
区コーディネーターの取組について

介護保険課

生活支援コーディネーターの役割

生活支援ニーズの把握	ネットワークの構築	社会資源の把握・開発	ニーズと取組のマッチング
<ul style="list-style-type: none"> ・高齢者が必要とする生活支援ニーズを把握 ・担当する地域ごとのニーズ分析して、課題を抽出 	<ul style="list-style-type: none"> ・地域包括支援センター等の関係団体との連携構築・情報共有等 ・担い手となるサービス提供主体との連携 	<ul style="list-style-type: none"> ・地域の社会資源を把握・発信 ・地域に不足する社会資源の創出 ・サービスの担い手の養成 	<ul style="list-style-type: none"> ・地域の生活支援ニーズとサービス提供主体の活動(取組)をマッチング

生活支援ニーズと取組のマッチング



平成28年度 区コーディネーターの取組

	北区	厚別区	豊平区
取組エリア	太平百合が原地区	篠路地区	青葉地区 豊平地区
ニーズ把握・分析	要支援者の生活支援ニーズについて調査を実施	地区社協を通じて「買い物支援」のニーズが高い地域を把握	「買い物支援」のニーズが高い地域を把握(アンケートや聞き取り調査実施)
社会資源・担い手の把握	単位町内会が地域通貨「感謝ポイント券」を発行し、全世帯に配布。病院付き添い等を支援を実施	篠路コミュニティセンターとの情報共有により、高齢者の活動団体「篠路チョボラ会」の取組を把握	・スーパーや宅配サービス等の一覧化に着手 ・既存のNPO「たすけ愛ふくろう」による支え合い活動を把握
マッチング	生活支援の活動に意欲のある住民の活用、地区福まちボランティア組織との協力・支援に取り組んでいく	買い物支援の取組に着手するため、今後、地区社協との接点を増やしていく	・スーパーへのボランティア移送による買い物支援などの仕組みづくりを検討。 ・ただし、既存の資源を単に置き換えることのないよう慎重にニーズ等を見極めていく。

地区福祉のまち推進センター、民生委員児童委員、老人クラブ、シルバー人材センター、NPO団体、協同組合、地域包括支援センター、ケアマネジャー、介護保険事業所、区役所等となります。

(生活支援コーディネーターの主な活動例)

■地域組織等が助け合い活動(生活支援)を行うにあたり、活動の充実を図るため、無償の活動に合わせ、ポイント券による活動についても検討しています。

■1人で買い物に行くことができない方等を対象に、送迎等の支援により買い物に行くことができるよう検討しています。

■生活支援ボランティア養成講座を開催し、ボランティアグループを組織するなど講座終了後も関わりを持つことで、買い物や病院の付き添い、掃除等の生活支援活動を後押ししています。

(ケアマネジャーとの連携)

要支援の方の生活支援はもちろんですが、要介護の

方で、隣近所で見守り訪問が必要な方、ゴミ出しができなくて困っている方、一人で外出するのが不安な方など、インフォーマルな支援をケアプランに位置付ける場合、サービス情報の提供等をしますので、生活支援コーディネーターにご相談いただければと思います。

(最後に)

札幌市の第1層生活支援コーディネーター(区単位)は、区社会福祉協議会の事務局次長が兼務しています。今後も、地区福祉のまち推進センターやケアマネジャー、地域包括支援センター、区役所等との連携をより一層強化し、依頼する、依頼されるという関係だけではなく、一緒になって札幌市における地域福祉や介護保険制度等を考えるきっかけにしていきたいと考えております。ご協力をお願いいたします。

岡田しげひこ先生の **住宅改修****ワンポイント 講座 <第5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 ～居間～>**

今回は、「居間」の環境整備のお話をします。

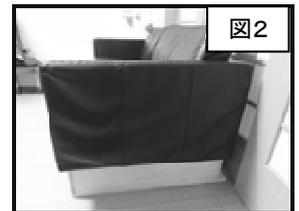
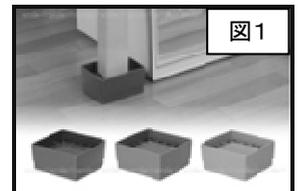
介護保険の住宅改修では、「トイレ」「浴室」の場面での改修が主になりがちです。しかし、高齢になったり障害があったりすると、どうしても家にいる時間が長くなります。特に北海道では、長い冬がさらに家にいる時間を長くします。食事をしたり、くつろいだり、団らんしたりと、家にいる時間の中で多くの時間を過ごす大切な場所である「居間」について考えてみましょう。そして、「居間」を家の中で一番居心地いい場所にして、家族と共に過ごしていただきましょう。

1. 人気の据え置き手すりは、用途で置く場所と手すりの高さが変わります

- ・ソファーからの立ち上がりには、ソファーから40～50cm離して置き、手すりの高さは座位姿勢の肩の高さより、少し低めにしましょう。
- ・立ち上がった後のふらつきには、ソファーにできるだけ近づけて置き、立位姿勢の軽く肘を曲げ手が届く高さようにしましょう。

2. 座面を高くして、ソファーを立ちやすくしよう

- ・座ふとんを何枚も重ねて座面をあげる方法は、座位姿勢を不安定にし、背もたれを低くし、かえって疲れやすくしてしまいます。
- ・ソファー全体をかさ上げ台（図1）や木製台（図2）で、10cm程度かさ上げしましょう。

**3. くつろげる椅子を探そう**

- ・車椅子は移動のための椅子で、くつろぐ椅子ではありません。
- ・食卓椅子は、立ち座りしやすいけど、長く座ると疲れてしまいます。
- ・座面が広く高めの、肘当て付きの一人用ソファーはどうでしょう（図3）。

**4. 食事がとりやすい椅子も必要です**

- ・車椅子やソファーから、食事するための椅子、食卓椅子に座りなおしましょう。
- ・椅子を押したり引いたりしなくても、楽にテーブルに近づける、回って止まるこんな椅子もあります（図4）。同じ回転するラタン製の椅子は止まらないので危険ですよ。

5. 伝い歩きで移動できるように、家具の配置の工夫をしよう

- ・家具（テーブル、ソファーの背もたれ等）を手すり代わりにして、伝い歩きをしてみましょう。
- ・食事を運ぶ⇒食べる⇒くつろぐまで一室でまかなえる適度な「狭さ」はかえって生活のしやすさにつながります。

**6. くつろぐという行為は、ひとりひとり異なるので、環境整備のしかたも、さまざまです**

次回は「玄関」です。

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。

知っ得 特別授業

精神保健福祉士について② 『精神科医療機関の仕組みを知っておこう』

医療法人社団正心会 岡本病院 精神保健福祉士 佐藤 志津

本当は、「精神科だからといって、難しく考える必要はありません。他の身体科等の医療機関と同じです」と述べたいところですが、精神科ならではの仕組みというのも存在します。今回は、「精神科病院&精神科医療の仕組みについて説明させていただきます。

日本の病床は「医療法」によって①精神病床、②感染症病床、③結核病床、④療養病床、⑤一般病床、の5つに分類され、主な構造設備や人員配置の基準が示されています。さらに、「精神病床」においても、診療報酬の規定（入院料算定の基準）の中で、さまざま種類に分けられています。「精神科急性期治療病棟」「精神科救急病棟」「合併症病棟」「認知症（治療）病棟」「精神科療養病棟」「地域移行機能強化病棟」「児童・思春期病棟」「精神科（一般）病棟」等、病院内などでみかける病棟の種類になります。治療目標、入院期間、人員配置などが決められています。その他に、「開放病棟」「閉鎖病棟」という言葉も聞いた事があると思いますが、これは精神保健福祉法上の処遇（行動制限）に関する表現になります。ややこしいですね！？

では、いわゆる「精神病床」と「一般病床」とでは何が違うのでしょうか？ 大きな部分としては人員配置になります。「精神科特例」と言って医師や看護師の配置基準が「一般病床」と比べると少ない、と大雑把に覚えておいてください。（病棟の種類によって差があります）

本当は、精神科こそマンパワーによる関わりが必要なのですが、そこへの配慮は未だに十分とは言えないのが我が国の現状です。特に高齢者にとっては、治療と同時に「ケア」が必要な場面が多くありますが、その対応ができるかどうか、病院や病棟によって違ってきます。そこを見極める力や情報をどれだけ持てるか、相談できる関係性を病院側と持てるかは、日頃の

お付き合いからでしょうか。

精神科の仕組みには、もう一点、他の身体科と違う点があります。「入院形態」と呼ばれるもので、病状による治療の必要性の度合い、本人の入院同意の有無によって変わります。大まかに言えば、非自発的入院である「措置入院」「医療保護入院」と、本人の同意を得られる「任意入院」になります。

原則は、本人との治療契約に基づく事が必要になりますが、入院治療が必要と精神保健指定医に判断されていても、その病状からご本人が同意しない（できない）場合や時期があります。その場合、家族の同意が必要であり、家族がいない場合には、住んでいる自治体の長（札幌ならば札幌市長）名での同意の申請が必要になります。（措置入院は行政措置なので、同意者は不要）

入院相談をされる場合は、必ず家族状況についても聞かれると思いますのでお心づもりを。

制度の話になると「わかりやすく」とは言っても難しく、「まとめて」と言っても長くなります。実際に病院とお付き合いいただく中で、具体的に接して初めて「あ～、そういう事か！」と理解につながれば幸いです。

精神科自体、昔のイメージよりかなり良くなっていると思います。人権への配慮にも努力が進んでいます。拘束等の行動制限にもきちんとしたルール（法律）にのっとって取り扱われると言うのが今の時代です。また、様々な「心のケア」が取り上げられる中で、精神科の敷居が低くなっている印象もあります。

仕組みや現状を知っていると、「とっつきにくさ」が減ると思いますので、その点でも病院にいる精神保健福祉士（ソーシャルワーカー）にお声かけくださいね。

〇〇を知っていますか？シリーズ



市民の善意が循環します

—— 福祉用具リサイクル事業を知っていますか？ ——

札幌市社会福祉協議会では、不要になった福祉用具等を必要としている方に譲りたいという善意を活用し、一方では福祉用具を必要としていながらも公的給付の対象にならない入手が困難な方々への情報の橋渡しをいたします。

提供物品は原則としては無料ですが、運搬・修理・消毒に関する経費は譲受者の負担となります。電動車いす・電動ベッドの提供時には、譲受先での事故を防ぐため、必要に応じて指定の業者での安全点検を受けて頂く場合があります（譲受者の負担）。一般的な福祉用具等が対象ですが、身体に直接触れる物品（ポータブルトイレ・入浴用具等）は未使用に限り対象としています。

なお、現在、譲ってくださる方の登録が減少し、譲ってほしい方の待機登録件数が増加しており、譲ってほしい方の希望に応えるのにかなり時間を要しています。このため、譲ってほしい方は、介護保険等の諸制度の対象とならない方で低所得世帯の方を優先してご紹介させていただきますのでご了承下さい。

〇申込は担当のケアマネジャーさんからでもお受けしています。

〇譲ってくださる方のご登録もぜひお寄せ下さい。

〇不要品の処分とは異なりますので、ご理解下さい。

〇ご登録をいただいても、お時間がかかる場合や調整が見つからない場合もあります。

【お問い合わせ】

札幌市社会福祉総合センター 福祉用具展示ホール

電話：614-3345（内線426）

福祉用具リサイクル情報をホームページに掲載していますのでぜひご覧下さい。

ホームページアドレス：<http://www.sapporo-shakyo.or.jp/hotnews/detail/00000907.html>

※情報は月1回の更新です。必ず事前にお電話でご確認下さい。



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。

南区支部長 檜森 道子（和幸園指定居宅介護支援事業所）



平成24年度より南区支部長を務めております檜森と申します。南区支部は役員の皆様へに恵まれ、支部役員全員が定例会等を充実させる提案をしてまいります。また、今年度から南区内の主任介護支援専門員連絡会と協働で研修を組むこともできるようになりました。今後ますます定例会等を発展させていくことが出来ると思っておりますので、よろしくお願い申し上げます。

手稲区支部長 藤田 和葉（温ったか介護めぐめぐ）



手稲区の支部長をさせていただくようになり一年がたとうとしています。元は役員を数年間させていただいておりましたが、この1年でケアマネ連協の活動がより理解できたように思います。今後は、会員の皆様への情報発信などを通じて連携を図り手稲区をみなさんと盛り立てていけるようにしたいと思います。今後ともどうぞ宜しくお願いいたします。

ケアマネ奮闘記 ①

居宅介護支援事業所 まきた 長門 初代

私は、平成28年4月に居宅介護支援事業所まきたに入職をしました。介護支援専門員として働かせて頂くのは、初めての経験で右も左も分からない状況でしたが、当事業所の所長を始め、諸先輩の方々や他事業所の方に丁寧に教えて頂き、分からない事も都度、嫌な顔せず答えて頂き、何とか無事に1年経過しようとしています。初めのうちは、何が何だか分からない内に半年が過ぎ、初回面談でも必要と思われるサービスを聞く事も儘ならない状態でした。その頃、担当させて頂く事になった利用者様のご家族で主介護者である奥様が怪我で急遽入院する事になりました。その利用者様はお一人で生活する事が難しく、奥様の治療をするために一時的に入所をして頂く事になりましたが、素早く自分で必要な判断、入所先、家族に対しての配慮や助言は全くできず、奥様の治療を開始するのも遅くなる状況でした。諸先輩に助けられ、何とか入所先を見つけ利用者様の安全な生活の確保、奥様の治療を開始する事が出来ましたが、自分の勉強不足さ、無知さを痛感しました。現在、入職し ようやく1年が過ぎようとしています。経験は少ないですが、悩んだり支援に困った時は「自分の親がこうなった時、どうするか」と考えるようにしています。又、事業所の先輩からも「ケアマネの仕事は書類作成が多く、そちらに力を入れてしまいがちですが、それよりも今、困っている事に耳を傾ける事を大切にされた方が良い」とアドバイスを受けました。毎日の業務で忘れがちですが、大事に頭に残しておかなければいけないと改めて思いました。まだまだ本当に未熟で勉強不足ではあり、家族寄りの支援になってしまったり、自分の感情が入ってしまう事もありますが、今後の課題として、利用者様本人の事をしっかり見て勉強していきたいと思います。



ケアマネ奮闘記 ②

介護老人福祉施設 七色の風 大西 尚美

屯田にあります「七色の風」は、特養・ショート・ディサービス・居宅支援事業所併用の施設です。

私は平成27年7月1日開設時より、ケアマネジャーとして勤務しています。グループホームで管理者をしていた経験を活かし、特養のケアマネとしてチャレンジしておりますが、新規オープンの為全て一からのはじまりで、入居者様80名の顔や名前・身体状況の把握に奔走し、自身の知識や経験不足もあいまってケアマネ業務は予想以上に悪戦苦闘の毎日でした。

そんな中で、ケアプランの目標は高すぎても低すぎてもスタッフのモチベーションは上がらない事を実感しました。少し頑張れば出来ることを目標に達成できた喜びを積み重ねていくことも大切だと感じています。

ご家族様は医療や介護面の知識も高く、今年の7月でまる2年をむかえるにあたり、機能訓練やレクリエーション、体調管理、接遇等においてより質の高い施設を求められています。

ご入居者様がこれまでどんな生活を送って来られ、今どんなお気持ちなのか、どんな事ならできるのか、ご本人様やご家族様の思いを汲み取りながら、その人らしく生活していただく方策を探求し続けなければなりません。

今後も多職種における職員との関係を大切にしながら、常にご入居者様やご家族様の立場になって柔軟な対応が出来て、信頼して頂けるケアマネジャーを目指していきたいと思います。

～のみこみ安心ネット・札幌より～



『食支援・摂食嚥下のサポート』

第1回 いま、なぜ食支援・嚥下障害のサポートが大切なのか？！

のみこみ安心ネット・札幌 副代表 橋本 茂樹（札幌西円山病院リハビリテーション科／医師）
（※札幌溪仁会リハビリテーション病院6月移動）

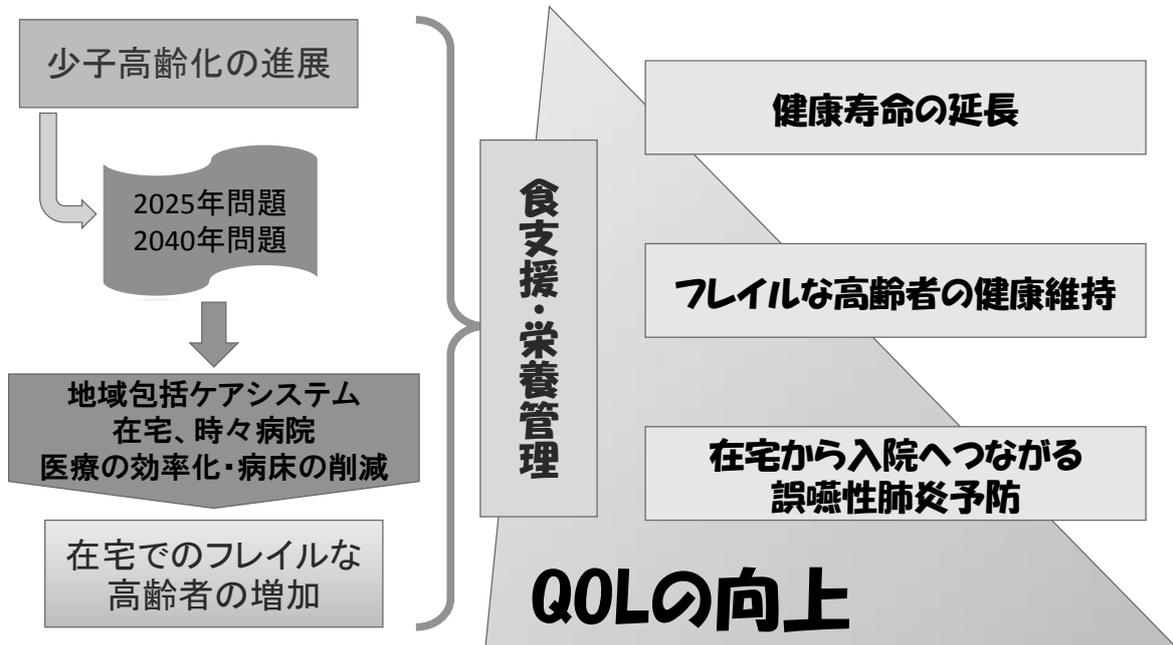
札幌の高齢化の問題は75歳以上の増加率や2次医療圏の今後の医療必要度などから2040年がピークになると推測されています。今後さらに高齢社会の問題は大きくなっていきます。それゆえ「地域包括ケアシステムの構築」が、「在宅、時々病院」が叫ばれています。

ご存知の通り肺炎は日本人の死亡原因の3位になり、特に肺炎による死亡は65歳以上でその95%を占めます。このまま高齢化が進めば肺炎による死亡者は増加する一方です。高齢者の肺炎の原因は多くが誤嚥性肺炎です。呼吸器障害があると肺炎の罹患率は著明に上がり、肺炎死も増加することになります。

呼吸器疾患の代表は肺気腫を含めた慢性閉塞性肺疾患（COPD）です。このCOPDは喫煙と非常に関係があり、喫煙指数（一日の喫煙本数×喫煙期間（年））が400で20～30%の人がCOPDになり、800でハイリスク、1200では既にCOPDに罹患となります。COPD罹患率は40歳以上の8.6%約530万人、実際に治療受けている患者数は26.1万人程度で氷山の一角にしか過ぎません。COPDだけでも死亡原因の9位（男性では7位）です。一般に呼吸は非常に省エネで、吸気時のみ横隔膜と外肋間筋をわずかに使っているだけです。COPD患者は努力呼吸となり、補助呼吸筋（頸部・腹部の筋）も活動させ、吸気・呼気両方で筋活動が必要になります。呼吸するだけでエネルギーを多量に使用しますので、ほとんどの人が痩せてしまいフレイルな状況となってしまいます。痰が多くなり不顕性誤嚥しやすく、肺炎の罹患率は非常に高いです。

間（年）が400で20～30%の人がCOPDになり、800でハイリスク、1200では既にCOPDに罹患となります。COPD罹患率は40歳以上の8.6%約530万人、実際に治療受けている患者数は26.1万人程度で氷山の一角にしか過ぎません。COPDだけでも死亡原因の9位（男性では7位）です。一般に呼吸は非常に省エネで、吸気時のみ横隔膜と外肋間筋をわずかに使っているだけです。COPD患者は努力呼吸となり、補助呼吸筋（頸部・腹部の筋）も活動させ、吸気・呼気両方で筋活動が必要になります。呼吸するだけでエネルギーを多量に使用しますので、ほとんどの人が痩せてしまいフレイルな状況となってしまいます。痰が多くなり不顕性誤嚥しやすく、肺炎の罹患率は非常に高いです。

団塊の世代（男性）は30代・40代で喫煙率75%を超えていた世代です。どうしても呼吸器



感染症の罹患、そして重症化。2025年問題は団塊の世代が75歳を超える年です。これまでのデータでは75歳は介護を必要とする可能性が非常に高くなる層の入り口といわれています。この介護問題だけでなく、もっと不顕性誤嚥・肺炎の問題もクローズアップされるべきです。さらに今後は、単身の高齢者世帯が増加します。一人暮らしの高齢男性の7、8割が低栄養というデータも出ています。低栄養によるサルコペニアは頸部の筋量も減らします。また彼らは、会話機会も少なくなっており、話しないと頸部の筋の廃用を招き、咽頭、喉頭の機能はさらに落ちることになります。要するにそれは誤嚥しやすくなるということです。

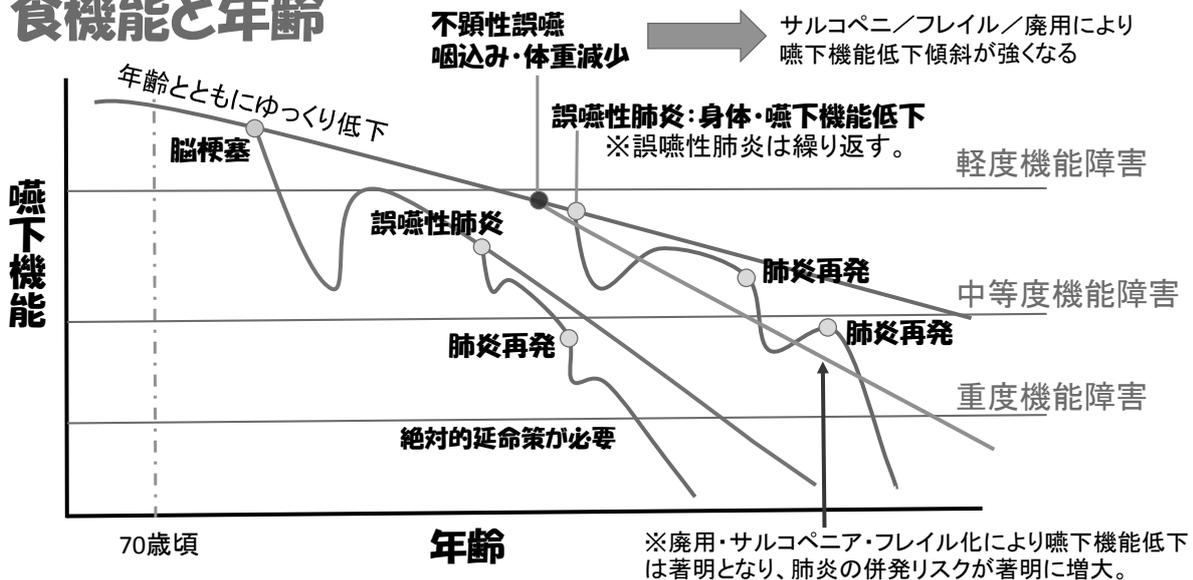
男性、一人暮らし、低栄養、サルコペニア、喫煙、COPD、フレイル、誤嚥性肺炎、死という

キーワードが浮かび上がってきました。今後これから、在宅での栄養管理、食支援、肺炎予防は待たなしなのです。「在宅、時々病院」という生活パターンで、より病院期間を短くするためにも、在宅生活中に栄養管理・嚥下面へのアプローチ・口腔ケア（口腔ケアは肺炎予防のエビデンスが出ている）は欠かすことができない重要なアプローチとなります。その理解を深めていただきたく、これからここで伝えていきたいと思っています。

※フレイル：高齢になることで筋力や精神面が衰える状態をさすことば

※サルコペニア：筋肉量の減少と筋力の低下を特徴とし、身体機能障害や生活の質の低下などを伴う症候群

食機能と年齢



超高齢社会では食支援・肺炎対策は重要なテーマ

ケアマネSAPPORO 105号 (2017年4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

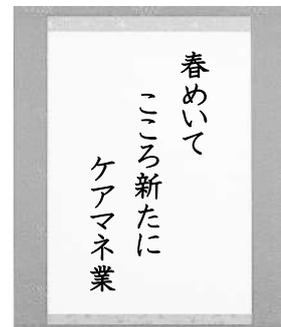
編集：一般社団法人札幌市介護支援専門員連絡協議会 広報委員会

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)



ケアマネ川柳