

ケアマネ SAPPORO

2020.6.1 発行 第124号

社団法人 札幌市介護支援専門員連絡協議会

〒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

《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 事業の内容

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ごみ袋(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、満15歳に到

達した日以後最初の3月31日までの者及びホームヘルプサービスを利用している18歳未満の者を除く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介護保険の事業対象者、要支援1・2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。
- ③障害福祉サービスの同行援護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年に一度程度、定期的に要件を再確認しますので、介護保険証等の写しのご提出が必要です。

〈問い合わせ先〉

札幌市環境局環境事業部業務課(小泉・宮本)

TEL 011-211-2916

LINE公式アカウント登録しませんか？

札幌市介護支援専門員連絡協議会では、LINEでお友達登録していただくと、講習会やイベントの開催情報や業界ニュースなど、ケアマネジャーの皆様に役立つ情報を配信いたします。簡単に登録できて、役立つ情報を受け取れるサービスですので、皆様ぜひご登録ください。

<https://sapporo-cmrenkyo.jp/reception/line.html>



知っ得
特別授業

ケアマネのためのスキルアップ情報コーナー

ケアマネジメント専門職としての介護支援専門員 第6回

ケアマネジメントにおける“自己決定支援”

北星学園大学 社会福祉学部

福祉臨床学科 准教授 畑 亮輔



皆さんこんにちは、北星学園大学の畑です。新型コロナウイルスの影響が続いており、社会生活の様々な場面でストレスを感じてしまう状況が生じています。これまでとは異なる対応や業務が必要な状況ですが、本コラムではやはり介護支援専門員としての基本的な姿勢について考えていきたいと思えます。最終回となる今回は、第2回コラムで言及した“自己決定のプロセスを支援する”ことについて整理していきます。

本コラムでは、“ケアマネジメント専門職としての介護支援専門員”に求められる視点等を検討してきましたが、ケアマネが専門職としての価値・知識・技術を高めることで、本人主体の支援が弱まってしまふことへの懸念が生じます。ケアマネが社会資源に関する豊富な知識を持ち、また利用者のニーズをより専門的に把握できるようになるほど、ケアマネと利用者との情報格差が広がります。この情報格差は、専門職の“専門性”を意味するものでもあり、それ自体は批判されるものではありません。しかし、このような情報格差の拡大が、“専門職主体の支援”につながってしまう可能性が考えられるのです。つまり、ケアマネ側は「このような状態なら、このサービスを利用した方がいいのに…」という予測を立て、利用者側は「ケアマネさんに任せておこう…」と考えてしまう状況が生じやすくなるのではないかと懸念です。

このような事態を避けるためにも、介護支援専門員倫理綱領に「1. 自立支援」が定められているのではないのでしょうか。この自立支援に向けた本人主体や自己決定の尊重は、これまで述べてきた通り“利用者の言うとおりに”支援するのではなく、“自己決定のプロセスを支える”ことでの実現が求められます。

このプロセスは、まず利用者やその家族がどのような状況にあり、どのような問題を抱えているのか、今後どのような問題の発生が予測されるのか、ケアマネの専門的な知識や技術をもって利用者と一緒に

に整理していくことから始まります。ここでのポイントは、“利用者と共に”整理していくことです。利用者自身の、自分の状況や将来に関する理解は、その後の自己決定の基盤となります。そして、利用者が抱えるニーズに対して、どのような社会資源があるのか情報提供し、利用者の意向について確認していきます。その際、利用の意向を確認するだけでなく、なぜ利用したいのか（何を期待しているのか）、なぜ利用したくないのか（サービスにどのようなイメージがあるのか、何を心配しているのか）、その理由まで確認することがポイントです。そして、誤った理解や不十分な理解があれば、さらに説明することが求められます。

これらをまとめると、利用者の状況や問題を整理し、活用可能な社会資源について情報提供と説明をしたうえで、利用者の自己決定が行われることとなります。これが“自己決定のプロセスの支援”となってきます。

利用者が最初から「～のサービスを使いたい」と言っている場合も同じです。改めてケアマネの専門的な視点をもって“利用者と共に”状況の整理を行い、活用可能な社会資源について説明した上で、利用者自身がどのサービスを利用するのか決定していくこととなります。結果的に利用者が最初に言っていたサービスを利用する場合がありますが、このようなプロセスなくサービスが決定されるのであれば、それは支援のない自己責任論になってしまうのではないのでしょうか。

“自己決定のプロセスを支援する”ことで、専門職主体の支援ではなく、本人主体という名の自己責任論でもない、真なる“本人主体の支援”を展開していくことこそ、ケアマネの最も基本であり、最も重要な姿勢といえるでしょう。新型コロナウイルスによる社会不安から専門的な情報への期待が高まる今だからこそ、この基本的な姿勢を改めて確認する機会としていただければ幸いです。

ケアマネのためのスキルアップ情報コーナー

知っ得
特別授業

だれにでもできる！心の筋トレ「アンガーマネジメント」②
「問題となる怒りの特性」

officeエトス

岡本 真なみ



問題となる怒りの特性を知る

前回、怒りは私たちの誰もが持つ自然な感情であり、怒っても構わないことを確認しました。日本の社会では怒りの感情に対しネガティブな印象を持たれることもあります。感情に良し悪しはありません。また、怒りは防衛感情ともよばれ、私たちの身を守るという重要な役割も果たしています。

しかし、問題となる怒りの特性があります。それは、怒りの「強度が高い」「持続性がある」「頻度が高い」「攻撃性がある」タイプです。

「強度が高い」とは、小さなことでも激昂する、強く怒り過ぎるタイプ。

「持続性がある」とは、根に持つ、思い出し怒りをするタイプです。人は怒りの感情を死ぬまで持ち続けることができるといわれています。時代劇などで「この恨み、末代まで」というセリフを聞きますが、怒りの感情は長く続くと恨みに変わり、復讐劇に発展する場合があります。まさに深刻な問題です。

「頻度が高い」とは、しょっちゅうイライラする、カチンとくることが多いタイプです。

さらに、怒りは他人・自分・モノに矛先を向け攻撃をしていきます。例えば、他人を傷つけたり、自分を責めすぎメンタルや身体にダメージを与えたり、モノを壊すといったことです。電話応対でイライラして受話器を乱暴に置いたり、パソコンのエンターキーを力いっぱい押したり、食器をガチャガチャと音を立てて洗ったり…怒りの感情をモノに向けている場面に心当たりはありませんか？



職場での活用ポイント～音に配慮し、安心感を

接遇調査をしていて気になることの一つに、ドアやキャビネット、カーテンの開閉音があります。本人は無意識かもしれませんが、静かに話をしている際にボタンという大きなドアの開閉音が響くと、イライラしている印象を周囲に与えかねません。また、体調が良くないときに枕もとで勢いよくカーテンを開け閉めされると、不快に思う利用者の方もいるかもしれません。接遇面からだけでなく、皆さんの印象管理のためにもモノの扱い方に注意を向けてみてください。音を立てないことで、相手に与える安心感はきっと増していくはずですよ。

さらに、先に挙げた問題となる怒りの特性以外にも気がかりなのが、怒りの感情が引き起こす健康上の問題です。「怒ると血圧が上がる」とはよくいわれますが、怒りは脳卒中や高血圧症リスクを高めることは、皆さんよくご存じだと思います。私も米紙ウォールストリート・ジャーナルに掲載されていた、怒りの感情は心臓発作を起こすリスクを8.5倍高めるという研究結果を見て、驚きを隠せませんでした。

アンガーマネジメントは感情管理だけでなく、健康管理にも役立ちます。まさに心身に効くトレーニングとしてもおすすめです。

問題となる4つの怒り

タイプ	特性
強度が高い	小さいことでも激昂する、強く怒り過ぎる
持続性がある	根に持つ、思い出し怒りをする
頻度が高い	しょっちゅうイライラする、カチンとくることが多い
攻撃性がある	他人を傷つける、自分を傷つける、モノを壊す

©一般社団法人日本アンガーマネジメント協会

「思いを馳せる」ことについて

札幌市西区第3地域包括支援センター
センター長 相馬 佳明

私は当センターでセンター長兼主任ケアマネとして勤務しております。まずは、今年初めより猛威を振るっているコロナウイルスについて、今まで経験したことのない事態に日々大変ご苦労されていることと思います。また、今回のコロナウイルス関連で亡くなられた方々にお悔み申し上げますとともにこの文章が掲載される頃にはコロナウイルスが終息に向かっていることを願っております。

今回のコロナウイルス感染拡大を通じて、様々な事を考えるきっかけになりました。例えば「テレワーク」という言葉は今回を機に初めて耳に入ってきた言葉であるとともに、市内の居宅介護支援事業所でも取り入れた所もあると聞き、今後の働き方や新たな働き方の可能性を見出すきっかけとなりました。また、「自粛」という言葉の捉え方や思いの違いにより様々な所でのトラブルや事件などニュースや新聞で見る事も多かったなと思います。

その中で思い出したことは「思いを馳せる」という言葉です。これは当センターの予防支援事業所管理者が話していた言葉で、さまざま意味はあると思いますが「自分と離れているものについて想像し思いを募らせる」という意味だそうです。

この「思いを馳せる」という短い言葉に込められている意味はとても大きな事ではないかと考えています。例えば大切な人に対して思いを馳せてみてください。そこには相手に対して優しさや思いやりが込められているのではないのでしょうか。ケアマネは基本月に1度の訪問でありデイサービスやヘルパーよりも会う機会が少ないからこそ思いを馳せる事が大切ではないかと思えます。

これを書いている4月、5月は札幌でもコロナウイルス感染者が拡大し「クラスター」なる状況も生まれています。しかし、そのような状況だからこそ自分自身が目の前の大切な人へ思いを馳せて行動し、日々の業務でも利用者様に思いを馳せながら仕事に取り組みたいと思います。

施設ケアマネは縁の下の力持ち

介護老人保健施設 平和の杜
介護支援専門員・支援相談員 山本 香奈子

介護老人保健施設平和の杜は手稲山に囲まれた自然豊かな山の中の施設です。四季折々の景色は素晴らしく、鹿やたぬきなどの動物や色々な虫もたくさんいます。猫やカエル、烏骨鶏の生活のお手伝いもしています。入所のベッド数は80床（ショートステイは空床利用）です。札幌とは思えない田舎を思い出すような環境の中、利用者の皆さんは日々リハビリを頑張っています。今年度に入ってから新型コロナウイルスの感染対策のため面会や施設内の移動も制限がある中、頑張っておられます。皆さんも大変ですが一緒に頑張ってください。

さて、平和の杜の介護支援専門員は、入所支援相談員と兼務です。施設サービス計画書の作成やモニタリング、担当者会議の開催だけではなく、相談業務・入退所の調整、ショートステイの送迎や入退所前後の訪問なども行います。偏りがなく、異なった視点でご支援できるように支援相談員と介護支援専門員の役割はひとりでは行わず、2名で担当できる体制にしています。

ご本人やご家族と一番初めに会うのが私たちです。老健は中間施設の役割が大きいので、病院やご自宅から「初めて施設に入所する」という方がほとんどです。不安なく、今後の生活先に合わせたリハビリのお手伝いができるように、利用者さん目線でご意向の確認を行うことを大切にしています。利用者さんの毎日の生活のご支援を行うのは介護職員・看護職員・リハビリ職員がメインです。利用者さんだけではなく、職員からも、私たち介護支援専門員は困ったことがある時は何でも相談してもらえるような「縁の下の力持ち」を目指しています。

会員の皆様には、新型コロナウイルス感染症の感染拡大に対して、利用者の生命・生活を守るために日々奮闘されていることと思います。この度、札幌市においても感染の蔓延が収まらない状況が続いており、広報誌においても予定されていた記事の掲載や原稿執筆に着手できない、非常事態も発生し、広報誌の紙面を一部減らさざるを得ない状況となりました。毎回広報誌を楽しみにされている会員の皆さまへのお詫びと今後の活動へのさらなるご協力をお願いいたします。（広報委員長 長崎 亮一）

ケアマネSAPPORO 124号(2020年6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：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)

