

ご案内

平成25年度 千葉県介護福祉士会 通常総会

月日：平成二五年五月二六日(日)

場所：未定

※決定次第、「ご報告」します

審議内容：

平成二四年度 事業報告

平成二四年度 収支報告

平成二五年度 事業計画(案)

平成二五年度 予算計画(案)

総会審議は、前年度の活動報告を通して、皆様のご意見をいただきながら次年度をどのように有意義に活動していくかを検討していくものです。

記念講演・基調講演を予定しています。

皆様の「今、知りたい」情報について、講師の方と調整中です。

※総会資料とともに、「委任状」等重要書類をお送りします。

必ず内容を「確認」のうえ、欠席される方は、必要書類を返送してください。

皆様の出欠の有無、審議に関する意思の表示がなければ、総会は成立しません。

皆様のご協力をお願いいたします。

千葉県介護福祉士会 20周年記念式典

千葉県介護福祉士会は、まもなく20周年を迎えます。

現在会員である皆様とともに、これまでの活動を讃え、また、これからの活動について考えていきたいと思っております。

テーマ

「飛翔〜かいこ(快互)・新たな時代〜」

日時：平成二五年六月二一日(金) 十三時より

場所：京葉銀行文化プラザ

千葉市中央区富士見一・三・二

内容：

基調講演 神奈川県立保健福祉大学

太田 貞司 氏

記念講演 いすみ鉄道 社長

鳥塚 亮 氏

記念式典

祝賀会

会に二〇年貢献した片・牽引した方への表彰も予定しています。

ぜひ、皆様のご出席をお願いいたします。

～ 英風 ～

「今、介護福祉士に伝えたいこと」

在宅・施設を問わず、病気や障害をおった方の生活には、「リハビリテーション」が必要です。

病院で行う「回復期リハビリテーション」だけではなく、「維持期」のリハビリテーションについて考える時、他職種、特にリハビリスタッフとの連携が重要となります。

今回は、市川市介護老人保健施設ゆうゆうの作業療法士、朝武賢一さんに「リハビリ

テーション」について、「連携」について伺いました。

私は養成校卒業後、平成十年に開設された当施設に入職しました。介護保険制度が始まり、個別リハビリや書類作成に多くの時間を費やしましたが、利用者のためにすべきことは他にもたくさんあり、悩み、周囲に迷惑をかけながら何とかやってきました。

日常の中で、介護福祉士の皆さんから勉強させていただくことはたくさんあります。利用者に対し、能力を活かすようなケアの提案を伺うと、自分も負けていけないと感じるし、生活の部分でわからないことを一つ質問すると、答えが何倍にもなって返ってくる。ことがあり、とても嬉しくなります。また、あるスタッフから、レクリエーションは「新たに生活を生み出すための活動」であると教えてもらったこともあります。

このように多くの刺激を受けながら思うことは、介護福祉士という仕事は「非常に幅

広い知識と技術を必要とされる」ということ、「利用者の全体を見据え、これからのより良い生活・人生を目標にしている」職種であるということ。です。

作業療法士の役割は皆さんと異なる部分はありませんが、目標は一緒だと思っています。私たちが専門とする「リハビリテーション」は、「再び適した状態になること」という意味を持ちます。一般的には、訓練室での機能訓練をイメージされる方が多いと思いますが、利用者の生活領域全てにその要素は含まれます。例えば、個別リハビリで、週二回二〇分ずつ関節の曲げ伸ばしを行っても、レクリエーションや食事の場面で長時間ずり落ちそうな姿勢で座っていれば、身体に力が入り、関節拘縮・変形を助長させてしまいます。また、筋力トレーニングや転倒予防を目的とした運動をしても、実際の生活場面では依存的で、部屋に閉じこもっているはその効果は薄れてしまいます。ですから、個別リハビリはもちろん必要ですが、利用者の能力を生活につなげて、毎日積み重ねていくことが大事なのです。

私が以前担当していた女性の利用者は、生活動作の一部に介助を必要としていました。例えば、トイレに行く時は「お願いします」と職員を呼び、出る時は「ありがと」「さいました」とお礼を言う、常に生活の中で人の手を借りなければならぬ立場にいました。

「家では邪魔者だから」「早くお迎えに来ないかな」というのが口癖でした。しかし、その方が作業プログラムで作った籐細工のかごをこ家族にプレゼントしたところ、「ありがと」と言ってもらったと嬉しそうに話されていたことがありました。何らかの障害があつて

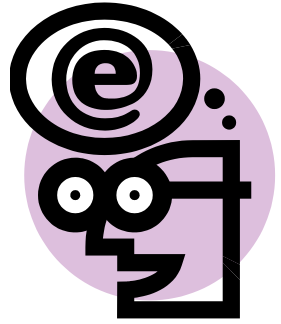
も、「誰かの役に立てる」「まだこんなことができる」と感じられるのも、その方の人生における大切な「リハビリテーション」の一つであると思います。

このように、生活の中に「リハビリテーション」の要素は多く含まれますが、皆さんは日常のケアにおいて心身機能・活動面でしっかりと観察し、利用者の事を「もっとも把握している」職種だと思っています。私たちは、皆さんと連携しなければできないことは限られてしまいます。きちんとしたケア、質の高い生活の上から初めて「リハビリテーション」は成り立つと思っております。ですから皆さんは、利用者のこれからの生活を考えるうえで、とても重要なポジションにいます。

お互いに、限られた時間の中で業務が詰め込まれた毎日を送っていますが、これからもより一層理解し合い、切磋琢磨していきましよう。そして、一人ひとりの思いをつなげ、利用者のために一緒に頑張っていましよう。



朝武賢一さん



福祉・介護情報

高齢者虐待

厚生労働省は平成二四年十二月、「平成二三年度高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律」に基づく対応状況等に関する調査結果を発表しました。

まずは、平成十八年四月一日から施行された「高齢者に対する虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律」(以下、「高齢者虐待防止法」)による「高齢者虐待」の捉え方を説明します。

高齢者虐待防止法による定義

高齢者虐待防止法では、「高齢者」とは六五歳以上の者と定義されています。

また、高齢者虐待を①養護者による高齢者虐待、及び②養介護施設従事者等による高齢者虐待に分けて次のように定義しています。

ア 養護者による高齢者虐待

養護者とは、「高齢者を現に養護する者であつて養介護施設従事者等以外のもの」とされており、高齢者の世話をしている家族、親族、同居人等が該当すると考えられます。

養護者による高齢者虐待とは、養護者が養護する高齢者に対して行う次の行為とされています。

イ 養介護施設従事者等による高齢者虐待

老人福祉法及び介護保険法に規定する「養介護施設」又は「養介護事業」の業務に従事する職員が行う下記一々の行為です。

- 一 身体的虐待：高齢者の身体に外傷が生じ、又は生じるおそれのある暴力を加えること。
- 二 介護・世話の放棄・放任：高齢者を衰弱させるような著しい減食、長時間の放置、養護者以外の同居人による虐待行為の放置など、養護を著しく怠ること。
- 三 心理的虐待：高齢者に対する著しい暴言又は著しく拒絶的な対応その他の高齢者に著しい心理的外傷を与える言動を行うこと。
- 四 性的虐待：高齢者にわいせつな行為をするこゝと又は高齢者をしてわいせつな行為をさせること。
- 五 経済的虐待：養護者又は高齢者の親族が当該高齢者の財産を不当に処分することその他当該高齢者から不当に財産上の利益を得ること。

「高齢者虐待」の捉え方と対応が必要な範囲

高齢者虐待防止法では、広い意味での高齢者虐待を「高齢者が他者からの不適切な扱いにより権利利益を侵害される状態や生命、健康、生活が損なわれるような状態に置かれること」と捉えた上で対象を規定したものと「いふことができません。

また、介護保険制度の改正によって実施される地域支援事業(包括的支援事業)のひとつとして、市町村に対し、「高齢者に対する虐待の防止及びその早期発見のための事業その他の高齢者の権利擁護のための必要な援助を行う事業」「介護保険法第一一五条の三八第一項第四号」の実施が義務付けられています。

「このため、市町村は、高齢者虐待防止法に規定する高齢者虐待かどうか判別しがたい事例であっても、高齢者の権利が侵害されていたり、生命や健康、生活が損なわれるような事態が予測されるなど支援が必要な場合には、高齢者虐待防止法の取扱いに準じて、必要な援助を行っていく必要があります。

「この調査結果によると、市町村の虐待判断件数は、養介護施設従事者等によるものは二二年度に比べて五七・三%増加、養護者によるものは〇・四%減少したとあります。市町村への相談・通報件数はどちらも増加しています。

養介護施設従事者等・養護者どちらも、被虐待高齢者は女性、年齢は八〇歳代が多く、虐待の種類・類型では「身体的虐待」、次いで「心理的虐待」が多くなっていました。

財団法人介護労働安定センターの「平成二三年度 介護労働実態調査」では、介護職員の働く上での悩み、不安、不満等については、「仕事内容の割に賃金が低い」「人手が足りない」「有給休暇がとりにくい」「身体的負担が大きい」の他、「精神的にきつい」というものもありました。これを在宅、家族に置き換えてみると、「無給」「無休」「身体的にも精神的にもきつい」となるのではないのでしょうか。

様々な疾患を持つ高齢者。そこに関わる家族や私たち介護職員は、非常に多くのストレスを抱えています。ストレスだけが「虐待」につながるわけはありませんが、きっかけのひとつではあります。まさに「激務」の介護。やらなければならぬことが次から次に出てきます。しかし、「つい忙しくて……」というのは言い訳になりません。

「虐待防止」「サービスイノベーション」「接遇改善」も、まず「心に余裕を持つ」ことが大切です。関わる前に、まず「ひと呼吸」を。

研修報告

○東葛・北総ブロック合同研修会

「認知症サポーター研修」

・認知症について理解を深めることができた。

・事例や実際にアルツハイマーを発症した方の話がとても参考になった。
・レスパイトケアの大切さを実感した。

・認知症というだけで、近所の人から奇異な目で見られることで、せつかく自宅での清潔を続けられる能力があるのにそれができない状況は大変残念。もつと一人でも多くの人に、認知症の事を知ってもらわなければ。

・「抜け場のないところへ押し込められた感じが悲しい」と話していた言葉に、改めて認知症サポーターの姿勢を考えるいい機会になった。

・認知症の方の事例、特に夫が認知症で妻が介護しているケースの介護者の声が生々しく、身につまされた。こういった方を支えられるよう、自分の職場のケアを高めたい。

・認知症の方が困って自分でどうにかしようとしている行動を、私たちが「問題行動」としてとらえている……という話に「はっ」とさせられた。ほんの短時間の演習の中で、まだまだ自分は認知症の方の話を聞いてあげられていないな。と反省した。

「笑いヨガ」

・笑うことの効力を理解できた。

・初めての笑いヨガで、とても楽しい体験ができたので、今後も続けていこうと考えている。

・笑うことで明るく過「せる」と、深呼吸や大笑いが体操になることが分かり、レクリエーション等に活用したい。

・笑いによる人生は、周囲にも自身にも良いことを学んだ。

○講師養成研修「実技編」

・新カリキュラムの目的・目標・学習項目がわかりやすく、よく理解できた。

・先生の説明がとても良かった。

・改めて自分の技術の欠点を発見できた。
・演習を行いながらの講義の方法が、自分が体験することでより理解することができた。「このような講義方法をうまくできるようになりたい。」

・改めて体験したことにより、日々の自分のくせなどが良くわかり、直さなくてはと思っただ。

・ポイント等を分かりやすく教えていただいたので良かった。

○講師養成研修「実践編」

・初めはシラバス作成をどのように行うのか、心の中で準備がなくとまどってしまったが、徐々に進められるようになった。

・わかりやすく、方向性をはっきりして、もっと研修を受けたいと思った。

・シラバスを実際作ってみて、難しさの上に、シラバスの重要性が理解できた。
・グループワークが多くて勉強になった。

研修案内

○東葛・北総ブロック合同研修会

「普通救命講習を受講しよう！」

「認定介護福祉士養成研修を受講して」

日 時：平成二五年三月二三日(土)

九時三〇分～十五時

場 所：サンロード津田沼 五階

インフォメーションルーム

参加費：会員 一〇〇〇円

一般 三〇〇〇円

定 員：午前 三〇名 午後 五〇名

○千葉ブロック研修会

「認知症の講義」

「めずらし家芝楽さんによる落語」

日 時：平成二五年六月九日(日)

十三時～

※場所等、決まり次第ご報告します

○君津・安房ブロック研修会

「フットセラピー&交流会」

日 時：平成二五年六月二七日(木)

※場所等、決まり次第ご報告します。

○介護福祉士国家試験受験対策

「第二六回 介護福祉士国家試験対策交流会」

日 時：平成二五年七月十四日(日)

十三時～十五時

場 所：県社会福祉センター 三階

研修案内

※詳しくは、送付される案内をご確認ください。

晴れ ときどき にじ

今回は「外出」。
一人二人が散歩に出
るのとは違い、大人数で
外出するのは非常に大
変です。
ある特別養護老人ホ
ムからの「外出」の報告
です。

外出レクリエーションとして、一年の始まりと
四季を感じてもらうため、地域の神社にご入居
者と共に初詣に行くことを企画しました。
実行するためにまず考えたことは安全な環境
のもとにご入居者がどのように初詣を楽しむこ
とができるか。そのために、ご入居者一名につ
き職員一名を配置して、初詣を実感してもら
うようにしました。

◇人員確保への手段

二ユニット職員が八名配属になっていますが、
三交代制のため、概ね日中は四人しか出勤して
いません。ご入居者は十五名のため、ご入居
者一名につき職員一名を配置することは不
可能です。そこで、初詣の日は五人出勤に増
やしました。さらに、介護主任・生活相談員・
管理栄養士・施設長に応援を依頼しました。
他職種の方々、介護主任からは承諾を得る
ことができました。



◇ご家族へ参加依頼

ご入居者のご家族にも連絡し、参加していただ
けるかをお聞きしました。職員よりも共に人生
を歩まれたご家族と初詣をするほうが、ご入居
者にとつて、とても大切な時間となるからです。
ご都合が悪く参加できないご家族もいらっしゃ
いましたが、参加していただいたご家族も多く、
中には、ご近所の方を誘ってくださった方もいま
した。

◇帰られた後の楽しみ

帰られた後は体が冷えますよね。
体が温まり、初詣を実感できるものはないか
考えました。

私たちは、自分たちが初詣の帰りに露店
に何が売っているか想像した結果は甘酒
でした。
ユニット費で甘酒を購入し、施設へ帰って
から手洗い・口腔ケアの後に甘酒を配り
ました。



ご入居者からは、「家がこの近くなんだ
よ」「久しぶりに来たよ」「甘酒は温まる
ね」「外に出られてよかった」等、笑顔があ
ふれ、とても良い反応がありました。おみ
くじで大吉を引いた方もいらっしゃいま
した。

一年の計は元旦にあり。ご入居者にとつ
てよいお正月を迎えられることに携わる
ことができ、とても嬉しく思いました。

ちよつとだけこれ、

知っ得？(拡大版)

介護職員の脱水症

「脱水症」というと、夏・高齢者というイメージがありませんか？

だんだん暑くなってくると、脱水予防に意識を強めますが、実は脱水は季節に関係なく起るものなのです。昨年十一月の神奈川新聞に、次のような記事が掲載されました。

『入浴介助で脱水症に』

保健福祉大調査 介護士に「注意を」

介護施設で入浴介助をする際、介護福祉士が軽い脱水症になっている可能性が高いことが、県立保健福祉大学(横須賀市)の調査で明らかになった。担当した同大学教授で県立がんセンター・麻酔科非常勤医師の谷口英喜教授は「入浴介助の際には、介護福祉士も1時間おきにコップ1杯の水分を補給して」と注意を呼び掛けている。



この調査は、横浜市内と海老名市内の介護老人保健施設3施設で行われました。四一人の介護福祉士を対象に、入浴介助作業の前後に体重や血圧などの検査を行っており、次の結果が報告されています。

全施設・全期間を通じた平均値では、入浴介助作業は気温二七・三度、湿度八五・七%の高温多湿の環境で、約二時間半かけて行われており、四一人中三五人が作業後に喉の渇きを訴えた。

体重六〇キロの人で一時間当たり約二〇〇ミリリットルの水分が喪失されているのに対し、飲水量の平均値は六一ミリリットルにとどまっていた。

口腔粘膜の水分量の平均値は、介助前は正常値の二六・七%だったが、介助後は二三・九%(喉が渇くレベル)まで下がっていた。

季節ごとに差はなく、体内水分量の喪失は全季節を通じてみられた。

調査の結果、「自覚症状は少ないが、体内水分量が減った“かくれ脱水”の状態になっている」と谷口教授は指摘しており、高齢者の安全を守るためにも、介護福祉士の健康管理と労働環境の整備が必要であると話している。

たしかに、

入浴介助の後はすく喉が渴いていると感じます。また、「今日の仕事はもう終わった」と思うくらい

の疲労感がありませんか？

大人数の入浴介助を行っている状況では疲れるのは当たり前ですが、「もしかしたら“脱水かも”と疑う必要もありそうです。

という」ので……

「脱水とは……」

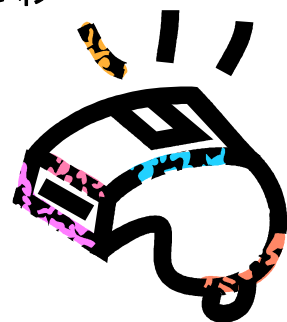
さまざまな要因によって、体内の水分、つまり体液が減った状態です。

「体液の働き」

体液にはナトリウムやカリウムなどのイオン(電解質)をはじめ、ブドウ糖や蛋白質が含まれています。

体液のおもな役割として

- ・体温調節(汗を出して体温を一定に保つ)
- ・体内の環境維持(新陳代謝がスムーズに行われるようにする)
- ・運搬(酸素や栄養分を運び老廃物を体外に出す)



成人男子の水の収支は、一日約二・五リットルだそうです。(比較的安静にしている時)

摂取する水分は、食べ物(食事)・飲料水・体内で作られる代謝水です。

排泄する水分は、尿・便・汗や呼吸などで失われる不感蒸泄です。汗や呼吸などではなんと、一リットルも排泄されています。

運動や温熱環境のために発汗量が通常より多いときには、それに見合う水分量の確保が必要となります。

「脱水症になりやすいのは…」

乳幼児と高齢者です。乳幼児や小児は身体の水分割合が約七〇%と高く、かつ身体が小さいため水の絶対量が少なく、下痢や嘔吐によりすぐに脱水症状に陥ります。一方、高齢者は、もともと水分量が少なく、約五〇%ほどです。これに加えて喉の渇きをがまんしたり、水を飲む量が少なかつたり、トイレに行くのが面倒で水分摂取を控えるなど、脱水を起ししやすい状況にあり、注意が必要です。



「熱中症」

発汗によって血液中の水分が減少すると、生体内では細胞外液と内液の移動によって循環機能に支障を来さないような、体液を維持するような調整が行われます。しかし、水分補給を行わないと、脱水による血液の濃縮のために循環不全を起し、酸素や栄養素の運搬あるいは体温調節にも重篤な障害を起し、熱中症を起すことがあります。熱中症とは高温環境下での障害の総称で、重症度により通常三種類に分けられています。

- ・熱疲労(血流増大の要求に、心臓から送り出す血液量が追いつかなくなった状態。脱力感、倦怠感、めまい、悪心などの症状から始まり、時には失神も見られます。)
- ・熱痙攣
- ・熱射病(異常な体温上昇により、中枢神経障害を起した状態。血液が固まらなくなったり、全身の臓器障害を合併したりすることが多く、死亡率も高くなります。)

「予防方法として、水の飲み方」

喉の渇きは脱水が始まっている証拠であり、渇きを感じてから水を飲むのではなく、渇きを感じる前に水分を摂ることが大事です。水分が不足しやすい、就寝の前、スポーツの前・途中、入浴の後、飲酒中あるいはその後等に水分を摂ることが重要とされており、枕元に水分をおいて就寝することも重要です。一日に必要な水分の摂取量は一・二〜一・五リットルですが、多くの方は不足気味であり、コップの水をあと二杯飲めば、一日に必要な水の量を概ね確保できます。

その際、砂糖や塩分などの濃度が高いと、吸収までの時間が長くなる点に注意が必要です。

また、アルコールや多量のカフェインを含む飲料は、尿の量を増やし、体内の水分を排泄してしまうので、水分補給としては適しません。

汗をかいた時、失われるのは水分だけではなくありません。ナトリウムなどの電解質も一緒に失われています。水分と電解質を効率よく一緒に補給する必要があります。

二〇〇九年、厚生労働省は「職場における熱中症予防対策」を発表しました。

「身体作業強度等に応じて必要な摂取量等は異なるが、WBGT基準値を超えた場合は、少なくとも〇・一〜〇・二%の食塩水や、一〇〇ミリリットルあたりナトリウムを四〇〜八〇ミリグラム含むスポーツドリンクまたは経口補水液等を、二〇〜三〇分ごとにカップ一〜二杯程度を摂取することが望ましい」とされています。

大量の発汗後の体液は塩分濃度が濃い状態です。水だけを補給すると、体液は濃度、バランスのみ回復し、本来身体に必要な体液量に満たないまま、脱水状態で安定してしまえます。

- 暑い中では、喉が渇く前に飲む
- 運動するときには、運動前・運動中・運動後に飲む

喉の渇きなどの自覚症状がない場合や、スポーツをしていなくても、作業や仕事で汗をかいた時には、きちんと水分補給を。「かくれ脱水」対策を心がけましょう。

一般社団法人
千葉県介護福祉士会

〒260-0026
千葉市中央区千葉港 4-3
千葉県社会福祉センター
3階

TEL:
043-248-1451

FAX:
043-248-1515

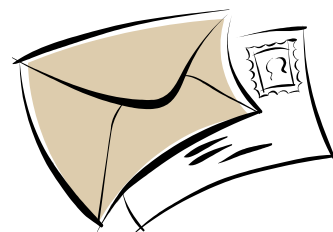
E-MAIL:

Kai5niji@poem.ocn.ne.jp

編集: 広報委員会・広報委員長

知りたい情報等がありましたら、上記メールアドレスにお知らせください！

東葛ブロック	一六五名
千葉ブロック	一四六名
君津・安房ブロック	八三名
東部ブロック	七七名
南部ブロック	七一名
北総ブロック	一九四名
準会員	八名



事務局だより

理事会報告

第六回 一月二十九日(土)

出席者 十五名 委任状 十二名

- ① 二〇周年記念式典について
- ② 平成二五年度 通常総会について
- ③ 松戸市・八千代市・野田市 介護認定審査会委員推薦について
- ④ 千葉県社会福祉協議会 評議委員立候補者の推薦について
- ⑤ 平成二四年度 介護福祉士養成施設卒業生の加入促進について
- ⑥ 介護福祉士 実習指導者講習会について



○住所の変更がありましたら、変更届(会員の葉に添付されています)に記入をして、事務局へ送って下さい。
※クロナメール便を利用しています。郵便局への住所変更では届きません
○退会を希望される方は、三月二十九日(金)までに事務局へ「」報ください。

編集後記

千葉県介護福祉士会も今年で20歳です。

自分が20歳の頃は、「介護」の世界に足を踏み入れたばかり。これからどんな人生となるのか(言い過ぎ?)、胸を震わせていた年齢です。

会を発足してくださった先輩方に、ただただ感謝。これからも胸を震わせるような出来事を期待して。

(岩)