

ネピアアテンダー ケア通信

Vol.23

発行元: 王子ネピア株式会社
ケアサポート事業本部
東京都中央区銀座5-12-8
王子ホールディングス 1号館
編集・制作: 株式会社ジェイ・キャスト
発行人: 取締役 ケアサポート事業部長 山下千晶
発行日: 平成30年6月15日



介護業界 の現在

もしものときのことを話し合うので「もしバナ」。蔵本氏がそう略すACPをワークショップ(参加体験型学習)で行う際、こんな動画を見せる。慢性呼吸不全を患う70歳の女性。症状が悪化したとき救急外来で人工呼吸器につながれた。退院したが、二度と人工呼吸器は嫌だと夫に言う。しかし再び救急で運ばれる。夫は妻の意思を尊重したいが、子どもは反対。医師は困惑するばかり。「ワークショップの参加者は話し合いが大事だとわかるんですが、数カ月後に、家族同士で話したかを聞くと、難しいというんですね。もしものときを考慮することに大きな壁がある。壁とは『縁起でもない』という日本人特有の意識なのです」

実はオーストラリアやアメリカでは10年以上前からACPの検証が行わ

人生最期に受けたいケア 縁起悪いではなく、前向きに考えるゲーム

もし病気や認知症などで自分の意思が示せなくなったら、人生の最期、希望する医療やケアをどう受けるか。大切だが先延ばしにしがちな問題を話し合う「アドバンス・ケアプランニング」(ACP)がある。このプログラムを普及する亀田総合病院医師、蔵本浩氏に聞いた。



亀田総合病院疼痛・緩和ケア科医長
一般社団法人iACP共同代表
蔵本 浩一(くらもとこういち)氏

2003年、北里大学医学部卒。12年から亀田総合病院疼痛・緩和ケア科に所属。16年同科医長。翌年、地域医療連携室室長も兼務。仕事の傍らACPの普及に努める。趣味はトリアスロン。

最後に、なぜ残したカードに書かれたことが大切かを語り合う。「このゲームは、自分や家族、近い誰かの『もしも』を考える最初のステップです。介護施設ならば、利用者と介護者が一緒にやることで、会話のきっかけになります。余命半年というルールを用いることで、誰もが平等に自分の『もしも』を考えることになり、介護をする側・される側ではない、フラットな関係性の中に対話が促されることにも意義があります」

「ただ、最期のときが近づいている方に、医療側が一方的にACPを勧めるのは酷です。健康なうちから、主体的に取り組めるようにしたいです」

「もしバナ」のきっかけとなるゲームを、蔵本氏を交えて行った。ルールはさまざまあるが、今回は4人で実施。36枚のカードを5枚ずつ配り、残りを真ん中に置く。カードには、尊厳が保たれる「人との温かいつながりがある」といった言葉が書かれている。

今回は「自分が余命半年として、何を大事にしたいか」をテーマに設定。手持ち5枚のカードのうち1枚を捨て、テーブルに並べたカードと交換する作業を10回前後行わなければならない。そのとき、自分の人生観、死生観、価値観が問われる。

「もしバナゲーム」—余命半年の条件でやってみた



「もしバナ」ゲーム。手持ちのカードを交換する。ワークショップの依頼があれば可能な限り対応。問い合わせは社団法人iACPまで <https://www.i-acp.org/>



「痛みがない」「お金の問題を整理しておく」「家で最期を迎える」「信頼できる主治医がいる」などのカードから自分にとって最も大切な5枚を選ぶ

注目のトピックス

◆ ヒップホップで介護予防 加西市の理学療法士が監修
ダンスを通じてまちづくりに取り組む兵庫県加西市のNPO法人Do-itが、ヒップホップダンスの動きを取り入れた介護予防の体操「ビーバップリズム」を考案。無料教室やDVDの貸し出しを行う。
2018/5/22 神戸新聞NEXT

◆ 生協の介護、全国に「生協10の基本ケア」導入めざす
日本生活協同組合連合会は今後、「在宅支援・自立支援」を明確に打ち出し、地域密着型サービスに照準を当て事業展開していくに当たり、「生協10の基本ケア」の全事業所での導入を目指す。10の基本ケアは、コープが母体の協同福祉会の基本ケアと同じだ。
2018/5/25 シルバー新報

脳のアンチエイジング

ヨーロッパの国名を3つ探せ!

問題 下の四角の中には、ヨーロッパの国の名前が3つ隠れています。3つの国名を1分以内に見つけてください。



答えは裏面にあります。

こんにちは、ネピアです

年中無休の複合施設です

● 複合施設 蒼葉(山口県山口市)
放課後デイサービス/クロール管理養育士 宮前孝子さん/デイサービス双葉管理者 武田智絵さん
株式会社大樹 総務部長 生田千鶴さん/看護師 杉谷和幸さん



子どもが大好きな総務部長の生田さん

「毎日の定員は放課後デイが10人。おじいちゃんやおばあちゃんが好きな子もいますし、高齢のご利用者(定員24人)も子どもの声が聞こえること」



高い理想のもとに頑張る管理者の武田さん



双葉の玄関にて。スタッフの笑顔と手作りのイラストが、ご利用者をやさしく迎えます

2017年11月、山口県山口市にオープンした「蒼葉」は、株式会社大樹が運営する共生型サービスの施設です。小学1年生から18歳までの障がい児が通う「放課後デイサービスクロール」と、高齢者向けの「デイサービス双葉」の2つの入り口を持ち、双方が自由に行き来できるつくりになっています。

「このゲームは、自分や家族、近い誰かの『もしも』を考える最初のステップです。介護施設ならば、利用者と介護者が一緒にやることで、会話のきっかけになります。余命半年というルールを用いることで、誰もが平等に自分の『もしも』を考えることになり、介護をする側・される側ではない、フラットな関係性の中に対話が促されることにも意義があります」

で、和やかになり、いい意味で落ち着ける空間です」と話すのは、クロールサービスの管理者、宮前さん。子どもの様子を見に行く高齢者もいて、スタッフは温かく見守っています。明るくやわらかい雰囲気は、スタッフ全員で選びました。

「総務部長の生田さんは、「教員免許を持っていて、放課後デイに入ることがあり、子どもたちのお出かけも楽しみなんです。気持ち通じ合っていると、笑顔を見せてくれるのがうれしい」と、話します。



穏やかに高齢者を支える看護師の杉谷さん

大樹が運営する「デイサービス」は、どこも休みは大晦日と元日だけです。高利用者が来たというおしゃやだったので、今年も元日も開けました」と語る宮前さん。会社が大きくなると助かる人が増えるのがうれしい。宮前さんは、入社以来12年、そんな気持ちで取り組んできたといいます。

これからも、スタッフの力を合わせて、困っている人に手を差し伸べられる存在をめざします。

国民年金で入れる施設を！



株式会社大樹
代表取締役
金澤 真弓氏

金澤真弓(以下 金澤)
起業前は看護職でした。私の両親と嫁ぎ先の両親を、ゆくゆくは私たち夫婦が面倒をみなければならぬ。しかも、みんな国民年金なので、施設への入居は難しい。自分で施設を作れば、そこで働きながら全責をみる事ができると考えたので

山下 新鮮で大胆な発想と決断！ 驚きました。家族を巻き込んで事業がスタート

大樹の職員は私が幸せにします
山下 秋に日本語学校を開校されるそうですね。
金澤 職員の採用が一番の悩みです。フィリピンでの介護人材育成を考え

と決断！ 驚きました。家族を巻き込んで事業がスタート
金澤拓也(以下 拓也)
ぼくが中学生のとき、帰宅すると知らないお年寄りが家にいました。何も知らされず、国民年金の日から一緒に暮らすことになったんです(笑)。
山下 すごく話です。金澤 寝食を共にしていただくと、ご入居者様はもう休む時間もなかったけれど、楽しかったです。息子とケンカすると「お母ちゃんをいじめてるな」って味方してくれて。
拓也 お年寄りに口答えなんてできないですよ。家が施設だったからすぐく勉強になりました。車椅子の扱いも、ぼくが一番うまいと思います。
山下 そんな風に始まって、今や、山口市にとど

5年前、現地に日本語学校を設立しました。今度はここに作ります。富裕層ではない人たちに、良心的な価格で学べる環境を提供したいのです。
拓也 留学費用を抑えるため、近くに学生寮も建設中です。イベントカフェも作り、学食の役目も担います。日和協同組合が受け入れている外国人技能実習生の交流会なども計画です。山間部に住む高齢者のために移動販売や相談を受けるマルシェも実現したい。
山下 株式会社優では、実務者研修も行っていますね。
金澤 資格を持つ若い職員のためです。息子が入社した3年前が大樹の転機でした。副社長に新規事業の立ち上げなどを任せられるようになり、事業が広がっています。
拓也 面倒な書類作成は、すべて私の担当です。カッコいいところは、社長に持って行かれます。
金澤 私は数字を見るのが苦手で、肉体労働に逃げるタイプです。

まらず、下関市、防府市、長門市でデイサービスや有料老人ホームを展開するほか、新規事業も手がける大きな事業体で育てられました。その秘訣は何ですか。
金澤 組織をより強固にしようと考えてるうちにどんどん広がっていきました。現状に甘んじたら今より下がってしまう。その恐怖心があるから動くしかないんです。めちゃくちゃです(笑)。
山下 悩むより動け！
金澤 このあたりは農業地域で、国民年金の方が多いため、低額の施設を作ったのです。
山下 そういった方たちの救世主ですね。月4万5000円からと、看板に書かれていました。
金澤 月額費用を安くして、自社系列の介護サービスで元をとる、いわゆる入居者は自分でサービスを選んでいきます。行き場のない方たちは、たくさんいらっしやいます。そういう方を一人でも多く救いたくて、これまでやってきました。私が正々堂々としていないと、職員に申し訳ない。この仕組みは正しいと確信して進めていきます。

5年前、現地に日本語学校を設立しました。今度はここに作ります。富裕層ではない人たちに、良心的な価格で学べる環境を提供したいのです。
拓也 留学費用を抑えるため、近くに学生寮も建設中です。イベントカフェも作り、学食の役目も担います。日和協同組合が受け入れている外国人技能実習生の交流会なども計画です。山間部に住む高齢者のために移動販売や相談を受けるマルシェも実現したい。
山下 株式会社優では、実務者研修も行っていますね。
金澤 資格を持つ若い職員のためです。息子が入社した3年前が大樹の転機でした。副社長に新規事業の立ち上げなどを任せられるようになり、事業が広がっています。
拓也 面倒な書類作成は、すべて私の担当です。カッコいいところは、社長に持って行かれます。
金澤 私は数字を見るのが苦手で、肉体労働に逃げるタイプです。

まらず、下関市、防府市、長門市でデイサービスや有料老人ホームを展開するほか、新規事業も手がける大きな事業体で育てられました。その秘訣は何ですか。
金澤 組織をより強固にしようと考えてるうちにどんどん広がっていきました。現状に甘んじたら今より下がってしまう。その恐怖心があるから動くしかないんです。めちゃくちゃです(笑)。
山下 悩むより動け！
金澤 このあたりは農業地域で、国民年金の方が多いため、低額の施設を作ったのです。
山下 そういった方たちの救世主ですね。月4万5000円からと、看板に書かれていました。
金澤 月額費用を安くして、自社系列の介護サービスで元をとる、いわゆる入居者は自分でサービスを選んでいきます。行き場のない方たちは、たくさんいらっしやいます。そういう方を一人でも多く救いたくて、これまでやってきました。私が正々堂々としていないと、職員に申し訳ない。この仕組みは正しいと確信して進めていきます。



王子ネピア株式会社
取締役ケアサポート事業本部長
山下 千晶

まらず、下関市、防府市、長門市でデイサービスや有料老人ホームを展開するほか、新規事業も手がける大きな事業体で育てられました。その秘訣は何ですか。
金澤 組織をより強固にしようと考えてるうちにどんどん広がっていきました。現状に甘んじたら今より下がってしまう。その恐怖心があるから動くしかないんです。めちゃくちゃです(笑)。
山下 悩むより動け！
金澤 このあたりは農業地域で、国民年金の方が多いため、低額の施設を作ったのです。
山下 そういった方たちの救世主ですね。月4万5000円からと、看板に書かれていました。
金澤 月額費用を安くして、自社系列の介護サービスで元をとる、いわゆる入居者は自分でサービスを選んでいきます。行き場のない方たちは、たくさんいらっしやいます。そういう方を一人でも多く救いたくて、これまでやってきました。私が正々堂々としていないと、職員に申し訳ない。この仕組みは正しいと確信して進めていきます。



株式会社大樹 取締役副社長
日和協同組合 代表理事
金澤 拓也氏

忙しいと、前かがみの姿勢が続きます。すると、腰や胸の筋肉が縮こまり、体が重たく感じます。そんなときは、筋肉を伸ばしてリフレッシュ。まず、両手にタオルを持ち、両足を肩幅くらいに開きます。

心身をリフレッシュ

手を上げながら、体の上に引っ張られているようなつもりで、お腹と腰を意識してゆっくると体を反らします。このときハンを前に出すような感じで、次に、膝を少し曲げ、ゆっくると背中、腰、首を前に丸めます。「戻る」

丸める」を2回、繰り返します。呼吸はとめずに自然に任せましょう。戻ったときに手や足にギュッと力を込めて、丸めるときに力を抜くと、自然とやる気もアップします！



監修: 牧野修玄 (ヨガ・瞑想・ボディコンディショニング講師)

信頼関係を築き、点から線へ、線から面へ

王子ネピア札幌支店 横山 巳登利

- 横山さんのおむつ当て講習は、いつも懇切丁寧におむつの当て方や、当て方に困っているご利用者への質問に対しても色々な当て方を提示して下さるなどとても助かっています。実際に教えて頂いた方法で実践しています。横山さんは親身にその後の経過を聞いてくださるので本当に頼りにさせて頂いています。私が新人に介護基礎研修を行うことを考えたとき、横山さんにおむつ当て講習をお願いすると快く承諾して下さいました。今後も職員の技術向上の為に協力いただけたらと思っています。 **介護主任 鈴木 定史**
- パッドの当て方がうまくいかず横漏れする方がいた際、横山様から教えて頂いたドーナツ巻きを試すと上手く吸収出来ました。正しい当て方が必要だと再認識させて頂きました。今後も自分を見直す為にも講習を受けたいと思います。 **ユニットリーダー 工藤 輝三**
- おむつ当て講習を通じて、ご利用者に合ったパッドの選び方、付け方を学ばせて頂くことで、職員のスキルアップに繋がっています。講習後のフォローも欠かさずして下さい、相談させて頂いています。 **ユニットリーダー 岩崎 郁美**



左から工藤リーダー、玉村施設長、工藤リーダー、鈴木リーダー

テnderサポート便り

共創介護の現場から

vol.14

平成29年、札幌市に水の会特別養護老人ホーム「札幌こもれびの家」が開設されました。施設長の玉村仁一様との出会いは平成23年、由仁町の特養「ユニこもれびの家」でした。定期訪問の際、「札幌に新規特養ができるので、ユニと同様のフォローをお願いしたい」とお話がありました。開設にあたり、商品選定・勉強会・各ユニットの状況確認など、施設長や職員様と一緒に歩み、早くも1年を迎えようとしています。「札幌こもれびの家」の皆様から寄せられた声をご紹介します。

●平成29年7月に開設した「札幌こもれびの家」では、開設当初より、ご利用者一人ひとりに見合った排泄ケアを目指し、ケア物品や個々の排泄パターンを把握することを目的とした試行錯誤が日々行われてきました。その取り組みの中で、ネピアさんのおむつカウンセラーである横山さんには私たちのケアを温かく見守り、定期的に「おむつ当て講習」という手技手法を交えた講習会を行って頂きました。当然、介護職員の能力は経験則や理解力によってさまざまではありますが、いつの回においても横山さんは親身になり、私たちの負担を出来るだけ軽減することを目的とした排泄ケア方法を教えて下さいました。昨今、特養におけるご利用者へのケアは重度化を極め、現場における介護職員が受ける肉体的、精神的負担も大きくなっており、「多職種協働」の名の下に、ご利用者へのケアを実践する介護職員を施設内の多職種のみならず、横山さんのようなカウンセラーからも支えて頂いていることは、大変心強いと思っています。

「札幌こもれびの家」施設長 玉村 仁一