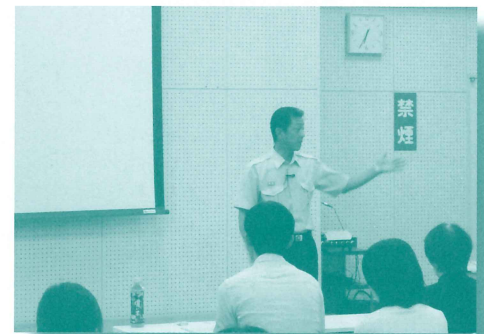


甘木・朝倉消防署による高齢者防火安全研修

事業報告 | 甘木・朝倉消防本部による高齢者防火・安全対策講習会

今年度、甘木・朝倉消防本部より高齢者防火・安全対策についてのご提案を頂き、朝倉介護保険事業者協議会の居宅部門を中心に高齢者防火・安全対策講習を計画・実施致しました。この研修では、住宅防火に加え、実際に在宅事業所の職員が現場で高齢者の容体急変に遭遇した時の対応や予防救急、応急手当等ご指導頂きました。今後の様々な状況変化に迅速に対応し、さらに質の高いサービスが提供できるよう各部会とも熱心に取り組みました。ご指導いただいた甘木・朝倉消防本部の皆様、ありがとうございました。



平成 28 年度高齢者防火・安全対策講習会実績

日時	部会名	参加人数
9月16日(金) 18:30～	通所介護部会	42名
10月11日(火) 18:30～	居宅介護支援部会	43名
10月12日(水) 18:30～	通所リハビリ部会	25名
10月26日(水) 18:30～	訪問介護部会	44名
12月5日(月) 19:00～	訪問看護・訪問リハビリ合同部会	16名

延べ参加人数 130名

高齢者防火・安全対策講習会の実施について

甘木・朝倉消防本部 予防課 課長 仲道 優

日本は、世界一の超高齢者社会に突入しているといわれており、このような社会的背景の中で住宅火災の発生件数は年々減少傾向にあるものの、高齢者の死者数に占める割合は逆に増加しており、全体の7割を占める状況であり、この傾向は、今後も更に増加することが予想されます。

このような現状を踏まえ、高齢者をより身近なところで見守りながら訪問や居宅による福祉サービスを行っている皆様に、このような実情を理解していただくこと、又、同時に高齢者の急な容体変化や事故の際の応急処置等についても講習に組み入れることで、一人でも多くの高齢者を火災はもちろん、様々な災害から守りたいという思いから今回の講習会を実施致しました。

消防本部(署)と致しましても今後、より幅広いニーズと視点に立って高齢者の安心・安全な暮らしを実現できるよう取り組みを継続、強化していきたいと考えておりますので、今後ともご協力をお願い申し上げます。本講習の実施に当たり、全面的にご協力を頂いた貴協会関係者並びに部会員の皆様に心より感謝申し上げます。

協議会ホームページへ今すぐアクセス! <http://asakura.in>

朝倉介護

検索

事業報告Ⅱ 第3回スタッフセミナー

作り笑いの「笑いヨガ」が介護を変える

グループホーム部会 グループホームローズハウスいしずえ 時川 幸子

平成28年11月18日(金)、朝倉市総合市民センターにて、平成28年度第3回スタッフセミナーが開催されました。今回は健康運動指導士で、笑いヨガティチャーのウエルネスサポート代表 佐藤昌久氏を講師に迎え“脳トレ体操+笑いヨガ”の実技の指導を交え講演いただきました。

厚生労働省は、「糖尿病・心筋梗塞・脳卒中・がん」に精神疾患(認知症・うつ)を加え、5大疾病として重点的に施策を講じています。その中で運動と認知症の関係について、「適切な介入法によって、軽度認知障害(MCI)高齢者の38.5%が5年後に正常な認知機能へ回復した」という国立長寿医療研究センターの報告「運動をよく行い活動量の高い高齢者は、認知機能低下を抑制する」という地域在宅高齢者追跡調査等の報告等から「運動は認知機能低下を抑制し認知症予防・介護予防に繋がる」ということを説明いただきました。

ヨガの呼吸法で脳トレの要素を体操に応用した「笑いヨガ」は、視覚・聴覚等5感に刺激を与え続けながら楽しく運動が継続でき、子供・高齢者・障がいのある方等、どなたでも人数に関係なく座ったままでも参加できる取り組みやすい笑いの体操です。見ているだけだとちょっと躊躇するような簡単な動作の繰り返しですが「童心に返って!」という先生の指導を受け、参加者全員が「ホッホッ!ハ!ハ!ハ!」と大きな声を出しながら、エクササイズを繰り返す内に、体が温かく本当に楽しくなり、隣席の初対面の受講者の方と笑顔を交わしていました。脳は、笑う動作を繰り返していると心から笑っていると錯覚し、気持ち良いと感じるホルモンを分泌させ、同時にストレスを抑えるホルモンを出すそうです。事業所ではセミナーで教えて頂いた簡単なエクササイズを朝の体操の時間に取り入れ、利用者の方と共に職員も「ホッホッ!ハ!ハ!ハ!」と大きな声で繰り返し、共に一日の始まりを元気に迎えています。



<エクササイズ> ※手拍子と掛け声、ホホハハ体操、深呼吸

1. 手拍子と掛け声

◎少し強めの力で「1, 2, 1 2 3」のリズムで手を動かしながら手拍子をする。

(立って行う場合、ひざを柔らかくして体を動かしながら)

手拍子に合わせて「ホッ ホッ ハ!ハ!ハ!」と声を出す

例:手の位置 ↑右 右 左左左

2. ホホハハ体操

ゲラゲラ筋(顔の表情筋・声帯・胸筋・腹筋等)を使って元気に笑う

①ホ!ホ!で前にパーを2回突き出す

②ハ!ハ!で下にパーを2回振り下ろす

①②を繰り返す



3. 深呼吸

①上半身を前に倒しながらゆっくりと息を吐く

②吐き終わったら、上半身を起こしながら息を吸い腕を上にあげて全身をストレッチする

①→②→①と続けて行う

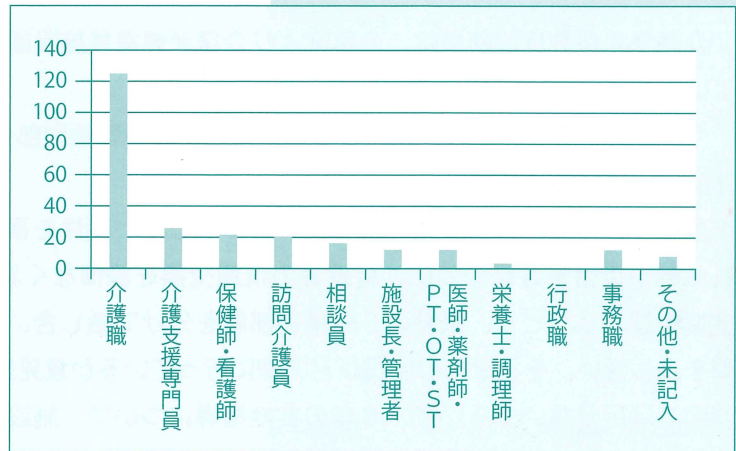
※息を吸うときは鼻、吐くときは鼻でも口でも良い。できるだけゆっくり息を吐く

平成 28 年度 第 3 回スタッフセミナーアンケート結果

2016/11/18 朝倉総合市民センター

(1) 参加者の状況

参加者数 256 名		
一般		
1	介護職	125
2	介護支援専門員	26
3	保健師・看護師	22
4	訪問介護員	21
5	相談員	16
6	施設長・管理者	12
7	医師・薬剤師・PT・OT・ST	12
8	栄養士・調理師	2
9	行政職	0
10	事務職	12
11	その他・未記入	8
合 計		256



(2) アンケートの集計

① 勤務されている業種

業 種	
居宅介護支援	19
訪問介護・入浴	15
訪問看護	3
訪問リハビリ	3
通所介護	41
通所リハビリ	23
支援センター	5
居宅療養管理	0
グループホーム	17
介護福祉施設	28
介護保健施設	19
小規模多機能	3
病院・医院	1
行政	0
福祉用具貸与・住宅改修	3
その他	1
未記入	3
合 計	184

② 現在の職種

職 種	
介護職	99
相談員(病院・施設・福祉用具貸与)	13
訪問介護員	10
介護支援専門員	21
看護師	13
保健師	0
OT	0
PT	5
ST	0
医師	0
薬剤師	0
栄養士	1
調理師	0
管理者	9
事務職	8
行政職	0
その他	2
未記入	3
合 計	184

③ 経験年数

経験年数について		
1	1年未満	16
2	1年以上3年未満	25
3	3年以上5年未満	24
4	5年以上10年未満	36
5	10年以上	81
6	未記入	2
合 計		184

④ 講義内容について

アンケート回答者数 184 名		
1	非常に良かった	108
2	良かった	47
3	どちらともいえない	2
4	あまり良くなかった	0
5	良くなかった	1
6	未記入	26
合 計		184
アンケート回答率 71.9%		

(3) ご意見をお聞かせ下さい

① 講義内容に関するご意見	講師の先生の実技(講演)がとても分かりやすく、楽しく学べて良かった。
	とても勉強になった。実践形式で分かりやすく、自分の施設でも取り入れたいと思う。
	最初は本当に「つくり笑い」だったのが、本当の笑いになるのにはびっくりした。大変楽しく実のあるセミナーだった。
	子供の頃みたいに大声を出し、両手両足を動かして疲れがとれた。ありがとうございました。 ノンバーバルコミュニケーションは聴覚障害にとって、ゆっくりすれば笑いが伝わる。ゆっくり丁寧に笑いヨガをする事を再認識した。
② 今後のスタッフセミナーの内容・在り方	実技でのセミナーで、実際に体験する事が出来て良かった。
	新しい企画で良かった。
	これからも質の向上にむけて参加させて頂きたいと思う。 他にも色々な活動をされている方がいると思うので、話を聞いてみたい。
③ 協議会への要望等	色々な講座を考えて頂きありがとうございます。今日は本当に楽しませて貰いました。
	本日も、スタッフの皆様、講演の先生、お忙しい中セミナーを開いて頂きありがとうございました。勉強させて頂きました。
	駐車スペースがなく、第3駐車場に行った。案内があれば良かった。 最初の1時間、後ろの座席の方が大きな声で話をされ、演者の声が分からない位の声だった。

事業報告Ⅲ 部会活動報告

介護老人保健施設部会

介護老人保健施設 デイケアセンターうらうめ 金子 文代

介護老人保健施設部会は、今年度より介護老健療養施設部会から名称が変わり6つの老健施設で構成されています。

今年度の部会の活動は、2回の事務長会と1回の職種別部会と1回の研修会を計画しました。今のところ、2回目の事務長会を残すところとなりました。

事務長会では、運営会議の報告とテーマとしたい案件を事前に尋ねて意見交換を行いました。通りハ受入れ体制や災害緊急時の対応、経費等の情報交換を忌憚なく話し合いました。職種別部会では、看護・介護、支援相談、リハビリ、栄養の5職種に部屋を分けて話し合いをしました。各専門の職種ならではの意見や質問を出し合い、それぞれの施設がどの様に行っているか意見交換をしました。話題が盛り上がり、1時間半の時間では足りないくらいで、昨年の実地指導について、施設で困っている事、他部署との連携など近隣施設の状況が分かり刺激を受けました。研修会(勉強会)では、河津佳江先生に「メンタルヘルスについて～セルフケア～」について講義をして頂きました。大変分かり易く、頑張り過ぎずに生きていってもいいのだと改めて思ったや、自分の立ち位置が良く分かった、この研修を参考にして冷静な考えが出来るように努めたい等の感想がありました。

今後も利用者が安心して施設で過していただける様に、スタッフが勉強を重ね、また各職種、各施設が協議会を通して連携を図り、地域に貢献できればと思います。今後とも宜しくお願い致します。

事業報告Ⅳ 褥瘡予防研究会

第3回講習会「褥瘡における栄養管理」

第4回講習会「体圧測定器を活用してのマットレス選定」について

平成28年度 居宅介護支援部会部会長 原鶴温泉病院ケアプランサービス 坂本 文代

第3回目は、ネスレ日本株式会社九州第一営業所の田上理佐氏を講師にお迎えし、褥瘡の早期回復のための栄養ケアとして、「アルギニン」と言うアミノ酸が効果的であることや、排便コントロールの知識を理解することができました。また業者の方には、栄養補助食品のパフレットやサンプル、栄養スクリーニングの資料などをたくさん準備していただきました。

第4回目は、モルテン株式会社の中野氏を講師にお迎えし、圧が身体に及ぼす影響やその対策としてマットレスの特性や選定方法、ポジショニングの目的や方法など実践を交えながら分かりやすく講義して頂きました。

今回の研修会開催に際して講師の方をはじめ、たくさんのサンプルや資料の提供を頂いた業者の方、ベッドの搬入にご尽力を頂いた関係部会の方、会場をご提供頂いた事業者の方に、この場をお借りしてお礼申し上げます。

Hobby Box

～カメラ、時々ホビーライフ～

特別養護老人ホーム えびね荘 竹上 浩樹

後に社会現象とまでいわれた、70年代スーパーカーブームの渦中で少年時代を過ごした私は、その影響をもろに受けて当時は欧州車を中心としたプラモデルの製作に熱中していました。国産車にはあり得ない、奇抜なデザインに1/20スケールのプラモを重ねて所有欲を満たしていたような気がします。

さて87年になると10年ぶりに日本でF1レースが開催されることになり、翌年は1人で鈴鹿サーキットへ観戦に行きました。エンジンサプライヤーとして日本の自動車メーカーが圧倒的に強かったシーズンで、これを機に1年程F1カーモデルの製作にハマることになりました。

それから暫くは特定のことに固持せず、広く浅くその時々マイブームをつまみ食いするような感じでした。特に家庭を持ってからは、仕事と子育ての両立といった忙しさから、とても自分の趣味が持てるような環境ではありませんでした。

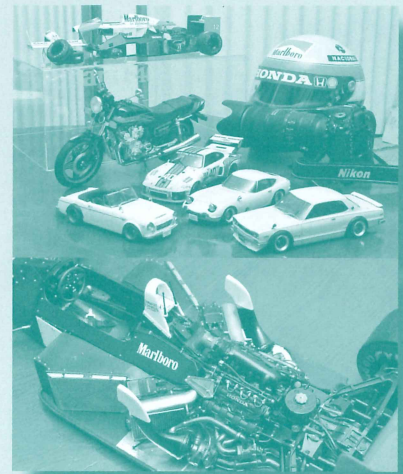
そのような中、たまたま立ち寄ったホビーショップに展示されている、メーカー完成品のカーモデルを目にしたところ、実車をそのままスケールダウンしたような高い完成度とプロポーションに驚愕し、長年封印してきた想いを再燃させることになりました。子供も成長とともに手がからなくなったこともあり、ようやく趣味に費やせる時間が持てるようになりました。

これまで、メーカー完成モデルの入手をはじめ、時間をかけて幾つかの組立キットを製作するに至りました。車種の入替をしながら今では国産の旧車モデル達が、その主役になっています。

さて最近はというと、事もあろうかカメラに凝りだしてしまい、イベントや風景、航空機などの撮影に東奔西走し、各地で神出鬼没を繰り返しています。(家族からはカメラ趣味の方が余程理解されています…笑)

それでも、いつかはお気に入りの1/1(実車)を手許に置きたいという淡い夢を見ながら、スケールモデルへの熱い眼差しは、この先も続くと思います。

最後に、私の自己中心的な趣味に比較的(笑)理解を示してくれている妻には心から感謝しています。



My Way

デイケアセンターうらうめの坂口 晶子さん



今回、紹介させていただく方は、デイケアセンターうらうめで支援相談部長をされている坂口 晶子さんです。

私が利用者様の事でいろいろ悩み相談をすると、いつもドンと構え「大丈夫、どうにかなるよ。」「よかよか、大丈夫」など声をかけてくださり、その言葉にいつも励まされます。無理を言って、大変な事をお願いする私に、いつも勇気づけるような言葉をかけてくださり、一緒に考えていただき、本当に感謝しています。

また、その相談支援の姿勢に勉強させてもらっています。

どうぞ、これからもご指導くださいますよう、宜しくお願いします。

紹介文：朝倉医師会ケアプラン 樋口 秀代

次回は坂口さんからの紹介「有限会社 環彩 羽野 昇二さん」です！

介護スタッフリレーコラム

「難しさ」と可能性

デイサービスセンターけんせい 大矢 圭吾

私は今年度より通所介護施設に勤務し、介護保険に係るようになりました。それまでは病院でのリハビリ業務にあたっていました。通所介護施設に勤務し始めて感じたことは、幅広い知識や視野が必要であるということでした。もちろん病院でリハビリを行うためにも知識は必要ですが、在宅生活に触れることや多様な人間関係を持つ機会は少なく、その面に対してのスキルは後回しにされる印象があります。

リハビリにプラスして在宅生活や人と人のつながりを考えることはとても複雑なものであり、ご利用者の方々の生活に反映されるまでの支援を行うことは簡単なことではございません。“正解”がないため、常に状況に応じた対応や判断を求められます。しかし、言い換えれば、色々な答えがあって良いということだと思えます。それが可能性であり、ご利用者の方々に提供すべきサービスと考えられます。

介護保険法の改正により、サービスの形は変化を求められますが、本質的なサービスとはどういうものなのか深く考え、ご利用者の方々の力になれるように自分を変化させていきたいと思えます。

徒然日記

ヘルパーステーションけんせい サービス提供責任者 高尾 浩明

節分

2017年を迎えてもう一ヶ月が過ぎましたね。世間はアメリカの新大統領トランプ氏の言動に注目が行く中、身近な所ではインフルエンザやノロウィルスが流行し小学校で学級閉鎖という話がチラホラ聞かれます。利用者様や私達現場職員も罹患しないように健康管理に十分気を配り、一行為につき一手洗い・消毒を行い感染予防に努めていきたいと思えます。

さて、2月と言えば節分ですね。一般的には「福は内、鬼は外」と声を出しながら福豆(煎り大豆)を撒いて、年の数だけ(もしくは一つ多く)豆を食べ厄除けを行っています。地方によっては「鬼は内、福は外」と言われる所もあるそうです。

あと、節分と言えば恵方巻もですよ。今年は「壬の方角 北北西微北」と言われ北と北北西の間を指し、ほぼ北北西を向いて食べるということになります。その年

の恵方の方を向いて願い事を唱えながらかぶりつく恵方巻ですが、この「恵方」というのは歳徳神(としとくじん)という神様が居られる方向です。歳徳神さまはその年の幸運や金運を司る神様で毎年居られる場所を変える神様なんだとか。だから毎年向く方角が違うんですね。

皆様はどんな願い事をされて恵方巻を食べられましたか? 食べられた皆様に幸福が訪れるといいなと思えました。



編集後記

今年の冬は、寒暖の差がとてもあり、体調を崩される方も多いのではないのでしょうか。この時期、私は週の半分は温泉に入っています。地元の原鶴温泉、筑後川温泉、休みの日は阿蘇・小国等まで足を延ばし、温泉に入っては朝倉って温泉に近くていいところだな~と思ってしまいます。皆さんも温泉に入り日頃の疲れを取って、明日から頑張っていきましょう!今年度は褥瘡予防研究会、スタッフセミナー、消防署との研修など協議会の各部会も精力的に取り組んでいます。少しでもその活動を皆様にお伝えできればと広報部も頑張っています。これからも協議会の活動に注目して頂き、積極的にご参加下さい!お待ちしております!

(広報部: 眞田)

事務局

朝倉介護保険事業者協議会 事務局
〒838-0022 福岡県朝倉市城 859
社会福祉法人 宏志会
介護老人福祉施設 きらく荘
TEL(0946)21-1833 FAX(0946)21-1883

編集/発行所

朝倉介護保険事業者協議会 広報部
〒838-1702 福岡県朝倉郡東峰村福井 942-1
社会福祉法人 朝倉恵愛会
介護老人福祉施設 宝珠の郷
TEL(0946)72-9811 FAX(0946)72-9813
印刷/井上総合印刷株式会社