



防災について考える

平成29年7月九州北部豪雨 杷木寒水地区

平成29年の九州北部豪雨より2年が経ちました。災害復興支援住宅建設や各河川・山林・農地の整備など復興は進んでいますが、まだまだその道のりは長く、被災された方の苦しみや悲しみは続いています。

今年7、8月においても大雨、台風による被害が発生し、避難指示が発令した地域もあり、日本中どこに住んでいても被災する可能性があります。そんな時、私たち介護サービス事業者はどのように取り組んでいくべきでしょうか。市町村の広報誌やホームページでいろんな情報が流れていますが、私たちはきちんと把握しているでしょうか。そして、活用できていますか？今回は、そのような情報を特集で皆さんにお伝えしたいと思います。

Q1：今、注意報・警報・避難情報が発令されているか確認できますか？

A：福岡県HPから「防災メールまもるくん」を登録して確認できます。地震・大雨・台風等の防災気象情報や避難勧告、災害時の安否情報通知、地域の安全に関する情報、福岡県避難支援マップなどの情報が活用できます。携帯電話で登録すればタイムリーに欲しい情報がメールで届きます。福岡県内の介護サービス事業所職員であれば必ず登録しておくべきツールと言えます。
「防災メールまもるくん」で検索し、登録してください。

Q2：雨の音で防災無線が何か言っているけど聞こえない…確認できますか？

A：朝倉市では、防災無線テレホンサービスを開始しています。
電話番号は 0180-999-386 です。
筑前町では、防災行政無線個別受信機を設置することができます。
各世帯1台無償貸与しています。
東峰村は、ケーブルテレビのデータ放送で確認することができます。
ぜひ活用してください。

「防災メール・まもるくん」へのアクセスにご利用ください。



Q3：事業所所在地の市町村や利用者のお住いの地域の防災情報はインターネットで確認することができますか？

A：各市町村のホームページから確認できます。
朝倉市ホームページ 朝倉市トップ>もしものときは>防災情報
筑前町ホームページ 筑前町トップ>安心・安全>消防・防災
東峰村ホームページ 東峰村トップ>暮らし>消防・防災

いかがでしょうか。この他にも、スマホで「Yahoo!天気」や「NHKニュース防災」など便利なアプリを活用することでタイムリーに情報を得ることができます。以上のような社会資源を活用して、利用者の身の安全、事業所や近隣の安全。そして、自分自身と家族を守りましょう。

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

防災について考える

福岡県救急の日のつどい 2019

令和元年9月8日(日)朝倉市総合市民センターにて「福岡県救急の日の集い 2019」が開催されました。オープニングパフォーマンスは、「あさくら橘太鼓」による迫力の演奏、次に救急医療関係者功労者知事表彰、そして会員の皆様に周知致しました記念講演「地域における災害医療対策～最近の災害から学ぶこと」をテーマに一般社団法人日本災害医学会前代表理事の小井土雄一先生より講演がありました。他にも、甘木よさこい連／介護老人保健施設アスピアによる「よさこい」や甘木朝倉消防署による救急蘇生法の寸劇、併設イベントでは、はしご車試乗、非常食の配布・展示など盛りだくさんの内容でした。当日、お忙しい中講演に参加頂きました皆様、ありがとうございました。



小井土 雄一先生

事業報告 I 令和元年度 第1回スタッフセミナー

第1回講習会 「職員のメンタルヘルス～モチベーションアップ～」

特別養護老人ホーム朝老園 中川 恭裕

令和元年6月27日(木)、朝倉市総合市民センター(ピーポート甘木中ホール)で令和元年度第1回スタッフセミナー「職員のメンタルヘルス～モチベーションアップ～」が開催されました。

今回は久留米大学 文学部社会福祉科 教授 片岡靖子氏を迎え先生自身の体験談や事例を踏まえて、わかりやすい講演をしていただきました。

貧困家庭での生活、被虐待体験、施設養護体験等のリスクとなる環境で育った子供たちでも良好な発達や社会適応をする人がいる。このようなリスクや逆行にもかかわらずよい社会適応をすることをレジリエンスといいます。日常の仕事や人間関係で思わぬ壁にぶつかり、トラブルにまぎ込まれ挫折してしまう事があると思います。壁にぶつかった時、そこからいかに素早く、計画を立て、立ち直れるかが大事です。レジリエンスは誰もが持っている心の資源です。ストレスや失敗体験などで心のレジリエンスは消耗してしまうので筋トレと同じように日頃から鍛えておく必要があります。

ネガティブ思考をコントロールし感情のクールダウンする事を参加者全員で実践させていただきました。また、感情を見える化し自分と対話をしていくことや感情の気晴らしをしていく事、ネガティブ思考を手なずけ、コントロールし、プラス思考に変えていく方法を教わりました。

これは「大変な経験をした時に助けてくれる人

- ・ 情報提供してくれる人
- ・ 問題に直面した時に有用なアドバイスをくれる人
- ・ 辛い時に一緒にいるだけで心が休まる人

等、自分の身近にいる頼れる5人のサポーターをみつけ、リストを用紙に記入しておくとういそうです。また、レジリエンスの高い職場作りとして「助け合い」「ユニークな活動」「信頼関係」「同僚の良い点を褒める」4つのポイントが大切と学びました。明日からできることを皆で考え、最後は発表まで致しました。充実した大変有意義なセミナーとなりました。

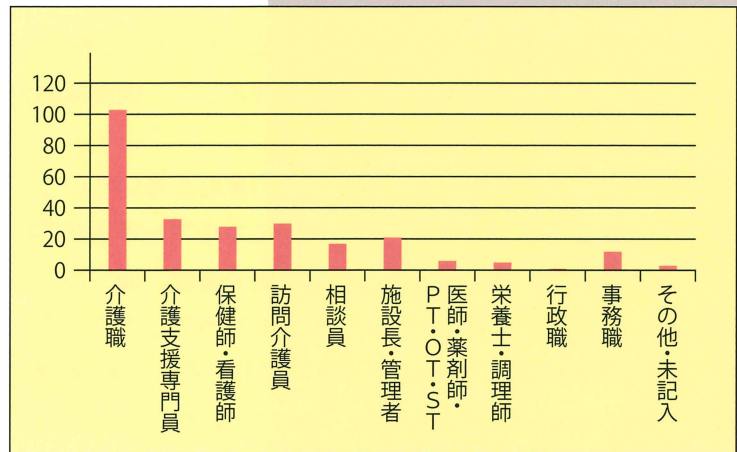


令和元年度 第1回スタッフセミナーアンケート結果

2019/6/27 ピーポート甘木 中ホール

(1) 参加者の状況

参加者数 260名		
一般		
1	介護職	103
2	介護支援専門員	34
3	保健師・看護師	28
4	訪問介護員	30
5	相談員	17
6	施設長・管理者	21
7	医師・薬剤師・PT・OT・ST	6
8	栄養士・調理師	5
9	行政職	1
10	事務職	12
11	その他・未記入	3
合計		260



(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	28
訪問介護・入浴	35
訪問看護	5
訪問リハビリ	1
通所介護	42
通所リハビリ	5
支援センター	0
居宅療養管理	0
グループホーム	27
介護福祉施設	25
介護保健施設	36
小規模多機能	15
病院・医院	3
行政	1
福祉用具貸与・住宅改修	0
その他	5
未記入	4
合計	232

② 現在の職種

職 種	
介護職	94
相談員(病院・施設・福祉用具貸与)	14
訪問介護員	27
介護支援専門員	29
看護師	27
保健師	1
OT	1
PT	3
ST	0
医師	0
薬剤師	1
栄養士	2
調理師	3
管理者	19
事務職	14
行政職	1
その他	3
未記入	0
合計	239

③ 経験年数

経験年数について		
1	1年未満	20
2	1年以上3年未満	28
3	3年以上5年未満	25
4	5年以上10年未満	61
5	10年以上	92
6	未記入	6
合計		232

④ 講義内容について

アンケート回答者数 232名		
1	非常に良かった	90
2	良かった	101
3	どちらともいえない	14
4	あまり良くなかった	0
5	良くなかった	0
6	未記入	27
合計		232
アンケート回答率 89.2%		

(3) ご意見をお聞かせ下さい

①講義内容に関するご意見	リジリエンスは、リスクや逆境にも関わらず、より良く社会適応する、素晴らしい言葉だと思いました。
	先生の講演は3回目ですが、一段とパワフルな話し方でストレス解消になり、明日からの仕事にいかしたいと思った。
	自分を大切にしないと、利用者も大切に出来ない、という事が印象に残った。
	自分の持つ力で、他人の助けになることが出来る、良いお話が聞けました。
	同僚、ご利用者の良い所を探します。自分たちの職場は、リジリエンスは高いと感じました。
	お互いが活気ある職場になるために、言葉にして相手に感謝を伝える。
	クールダウンの呼吸法、ラベル付けに対話をしてみる事が、印象に残りました。
	リジリエンスを高める為、アクションプラン(実現できる事から始める)をしたい。
②今後のスタッフセミナーの内容・在り方	先生の部下の話、すごく心に残りました。私はすぐ怒って、後で後悔することが多いので、リラックス法は実践したい。
	しっかりとした研修会をされていて、とても良いと思います。
	いつも興味深い研修を企画していただき、ありがとうございます。
	いつも講師を選んだり、大変だと思います。貴重な学びの場となっていますことを、感謝します。講演時間もちょうど良かったです。

※アンケート結果についてはホームページに詳しく載せていますのでそちらをご確認ください。

事業報告Ⅱ 褥瘡予防研究会

第2回褥瘡予防講習会

ケアプランサービスいしずえ荘 重松 宏明

第2回褥瘡予防講習会は、8月8日(木)ネスレ株式会社ネスレヘルスサイエンスの佐藤ほのか氏をお迎えして「栄養補助食品について勉強会が開催されました。

高齢者は、PEM状態に陥っている方の割合が多いというデータがあり、PEM状態とは、たんぱく質欠乏とエネルギー不足が同時におこっている状態のことです。結果、栄養不足や貧血、低アルブミン血症の症状がでてくると褥瘡発生リスクも高くなってしまいます。また、最近の研究では、尿便失禁とPME状態が同時におこることで、褥瘡発生リスクが高くなるとの説明がありました。(褥瘡発生後に必要な栄養補給量は、たんぱく質をエネルギー基礎代謝に対し、1.5倍摂取が必須で、BMIで表すと21.5から24.9の数値とのことで、高齢者が通常の食事から摂取するには短期間では困難な量です。)

ネスレヘルスサイエンスでは、褥瘡予防と栄養不足を改善するため、アルギニンという条件付き必須アミノ酸に注目されていて、①血管拡張②血流改善③免疫向上④コラーゲン合成の4つの効果があるそうです。失禁へのアプローチは、年齢とともに腸内環境の乱れから、便PHがアルカリ性になり肌への負担が強くなる、グアールガム分解物を摂取することで腸内環境を良くし排便改善の効果が期待できるとの研究結果があり、状態や症状に合わせた様々な商品を開発されているとのことでした。とても丁寧でわかりやすい説明で勉強になりました。ありがとうございました。



第3回は令和元年10月10日(木)「車椅子の選び方とシーティング」についてです。
詳しくはホームページをご確認ください。

事業報告Ⅲ 部会活動報告

福祉用具部会

有限会社 環彩 甘木・朝倉支店 石丸 博章

福祉用具部会は現在12事業所で活動を行っています。令和元年度は2～4回の定例会と勉強会を計画しています。また、褥瘡予防研究会も運営し、令和元年度は4回の定例会と4回の勉強会を計画、活動しています。

福祉用具部会では各事業所と情報交換を行う事でより良いサービスや新しい情報を利用者様や各サービス事業所に提供し、自立に向けたサービスの向上を図り活動を行っています。褥瘡予防研究会におきましても褥瘡を0にする(予防する)を目標に再度情報発信を褥瘡予防研究会にて行います。

また、褥瘡予防研究会では

- 1回目 褥瘡の基礎知識と褥瘡予防ケアの基礎
- 2回目 褥瘡予防における栄養管理
- 3回目 車いすの選び方とシーティング
- 4回目 オムツの選びについて(仮)

の以上の内容で、講習を行っていきます。

今後もサービスの向上や情報発信につとめ、皆様のお役に立てる様に努めて参りますので、ご支援・ご協力を宜しくお願い致します。



褥瘡予防研究会の様子

Hobby Box

～親子で楽しむ～

朝老園デイサービスセンター 高崎 剛将

私の趣味はバスフィッシングです。小学生の頃、夢中になって楽しんでいました。そして、いつの間にかバスフィッシングから離れていたのですが、職場の仲間がバスフィッシングをしていることもあり数年前から再び始めました。バスフィッシングは「ゲーム性」にとっても優れています。たくさんのルアーから1つ選び、様々な自然環境や状況を読みながら戦略を立てる…まるでチェスや将棋みたいなシュミレーションゲームを行っているような感覚に浸ることができる、それがバスフィッシングという遊びです。私が子供の頃に夢中になれたのもゲーム性に優れているからだったと思います。そして、豪快な引きの強さが大きな魅力です。今は子供とも楽しんでます。親子で共有できる趣味があると一緒に楽しい時間を過ごせ会話も弾みます（いつまで一緒に楽しんでくれるか分かりませんが…）。バスフィッシングは、大人も子供も一緒に楽しめる遊びだと思います。

ブラックバスは外来生物になります。外来生物法では魚を飼育することそのものが禁止されています。魚を家に持ち帰り、池や水槽で飼うことはできません。魚を釣った場所から移動することはできません。釣った魚を自宅で飼うためや、人に見せるために運搬することはできません。釣った魚をその場所から移動させ、別の湖や川などに放つことはできません。是非興味のある方は釣りのルールとマナーを守り楽しんでみて下さい。



My Way

甘木中央病院訪問リハビリの理学療法士 高村 希望さん

今回紹介させていただくのは、甘木中央病院リハビリ室に勤務している理学療法士の高村希望さんです。平成23年に小倉リハビリテーション学院を卒業し、甘木中央病院に就職して勤続8年目になるそうです。入職当初は、入院中の整形外科疾患・脳血管疾患の患者様を中心に理学療法の進め方や評価の方法などを学び、訪問リハビリ部門に配属されたのは今から3年前。入院中に担当した患者さんが、退院して間もないうちに自宅で転倒して再入院になった時などは、「リハビリの中で何か足りないものがあつたのでは」と悩んだ時期もあつたそうです。

現在では実際の自宅の環境で行うリハビリに対して、自分の目で見たものや感じたもの、利用者様と話したことなど、現場において一人で対応することに対する責任とやりがいを感じており、病院でのリハビリとの違いやその難しさも語ってくれました。

なかでも、利用者様が訪問リハビリの時ではなく、普段の生活の中でセニアカーを使用して一人で外出できているところに遭遇したり、家族と買い物に行っているところを見かけたりした時に、訪問リハビリでの成果を感じ、やりがいを感じるとのことでした。

いつも念頭に置いていることは「やると決めたことは最後まで行う。」とても考え方に芯があり、まっすぐで責任感の強さを感じました。

プライベートでは音楽ライブに行ったり、食事に行ったり地元の友人に会って話したりすることが一番楽しいと語ってくれました。明るくてとてもきれいな笑顔が印象的でした。高村さんのこれからのさらなるご活躍を応援しています。



紹介文：介護老人保健施設 アルファ俊聖 安 勇喜

次回は高村さんからの紹介で「アルファ俊聖 リハビリセンター 理学療法士 家守 秀彰さん」です！

介護スタッフリレーコラム

「医療と介護の連携」

くまもと内科医院 院長 熊本 正史

自分が実家に帰ってから、開業後約7年が経とうとしています。それまで大学病院や一般市中病院勤務であったため介護とは疎遠であり、開業当初は、地域包括ケアシステムや多職種連携など初めて耳にする言葉や、介護老人福祉施設、小規模多機能型居宅など施設間の違いなどもわからないことだらけでした(未だに正確には把握していなかもありません)。その後、少しずつ介護に携わるようになり、医療と介護の両方を必要とする高齢者が増えてきた感があります。このため、医療と介護の連携および患者の情報共有化が益々重要になってくるものと思われます。医療における情報共有ツールとしては、現在、福岡県医師会が進めている診療情報ネットワーク「とびうめネット」があります。とびうめネットに診断や処方、アレルギーなどの患者情報を登録していただくと、緊急時に他の医療機関を受診した時でも、スムーズな治療を受けられるシステムです。2014年から運用が開始されていますが、登録されている診療所はまだ少ないのが実情であります。しかし、このとびうめネットを利用して、介護を含めた多職種連携を行おうとする自治体もでてきています。うきは市が約4年前から導入し、今秋には北九州市でも、医療・介護情報の一元化を行うモデル事業が開始されます。今後、朝倉市も医療と介護で患者の情報を共有することは重要であり、そのようなシステムが構築できればと考えています。

徒然日記

介護老人保健施設 サンビレッツ朝日ヶ丘 理学療法士 山村 愛実

妊娠を経て

私事ですが待望の赤ちゃんを授かりました。出産予定は9月中旬でもうすぐです。妊娠してすぐは喜びもつかの間で切迫早産と診断され、通勤できない時期がありました。職場に御迷惑をかけて本当に申し訳なく感じていましたが子育て経験者が多い職場で施設長を初め皆さん快く理解して下さいました。仕事をしながら子育てをする事が厳しい世の中で、とても有難い事だと感じました。復帰後は皆さんの配慮のお陰で自分のペースで仕事に取り組みました。妊娠の事を同僚や利用者様に伝えると自身の家族の様に喜んでくれる方もいてとても嬉しかったです。私のお腹を毎日触って笑顔になってくれる利用者様もいました。また赤ちゃ

んも声を覚えるのか、ある利用者にお腹を触ってもらうと力強く蹴って反応していました。「生まれたら抱っこさせてね」「連れてきたら面倒見るからね」と言葉をかけて下さる方もいて自分自身の祖父祖母が増えた様で、とても暖かい気持ちになりました。

妊娠を通して私自身の人生ではありますが家族や職場等、沢山の周囲の人に支えられている事を改めて感じました。職場への感謝を忘れず、第一子で子育ては未知の世界ではありますが楽しみながらまた復帰後お仕事を頑張りたいと思います。また生まれてきた子供にも沢山のの人に支えられながら大きく育った事も伝えていきたいと思いました。

編集後記

今年は異常気象が各地で起こり、水害や台風など全国各地で甚大な被害をもたらしています。又、40℃に達するほどの気温、海の資源ではサンマが取れない等地球規模での異変が起きているのではないかと感じています。今年は、朝倉地区も避難指示が発令され2年前の恐怖を思い出した方もいらっしゃるのではないのでしょうか。人間はどうしても災害に慣れる習性があります。震度5でも頻回な余震により「またか」と思うてしまうことがあるそうです。「備えあれば憂いなし」と言いますが、もう一度災害に対して危機感を持ち、準備を怠らず命を守る行動を取りましょう。(広報部：眞田)

事務局

朝倉介護保険事業者協議会 事務局
〒838-0068 福岡県朝倉市甘木199-1
医療法人社団 俊聖会
介護老人保健施設 アルファ俊聖
TEL 0946-22-5551 FAX 0946-24-4688

編集/発行所

朝倉介護保険事業者協議会
〒838-1315 福岡県朝倉市入地2262-1
社会福祉法人 朝倉恵愛会
いしずえ荘 在宅部
TEL 0946-23-8823 FAX 0946-23-8813
印刷/井上総合印刷株式会社