



私たちと一緒に介護のお仕事してみませんか

今回、朝倉市介護サービス課給付育成係からの依頼で「朝倉市介護人材確保事業広報業務」の地元新聞に掲載する動画作成を協議会で行いました。

ご協力頂いた方は、手島なつみ様(城山荘)、星野紗耶加様(城山荘)、村田由紀子様(アスピア)、野中鈴奈様(ラ・パス)、馬渡元希様(アルファ俊聖)、杉愛花様(きらく荘)、安養寺留奈様(宝珠の郷)、スマリノブ・マリッサ・ポルボォス様(甘木愛光園)、平山直輝様(デイサービスセンター和楽)、の9名です。

介護という仕事の魅力を伝えるために皆様、一所懸命に動画を作成して頂きました。ご協力本当にありがとうございました。

事務局長 福田 輝和

QRコードを読み取ってアクセスして頂くと動画を見ることができます。



令和5年度 行政との意見交換会開催のお知らせ

当協議会運営部の事業計画の一つである、朝倉地域行政・介護保険事業者協議会の連携強化について、以下の通り開催を予定しています。

日 時：令和5年11月22日(水) 18:00～19:30

場 所：健康福祉館(めくばー) 多目的室

内 容：協議会からの活動報告・意見、行政からの報告・要望・意見など

テーマや具体的な協議内容については現在調整中です。

参加者：行 政 朝倉市・筑前町・東峰村・福岡県介護保険広域連合朝倉支部

協議会 会長・副会長・事務局長・運営部長・研修部長・広報部長・各専門部会長

※当日の様子や内容については次号の会報でお伝えする予定です。

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

朝倉介護

検 索



事業報告 I 令和5年度 第1回スタッフセミナー

特別養護老人ホーム 宝珠の郷 三笠 則安

令和5年7月21日（金）、朝倉市総合市民センター（ピーポート甘木 中ホール）にて「職場で幸せに長く働くために～職場のストレスマネジメント」というテーマで、久留米大学大学院心理学研究科 客員教授 稲谷ふみ枝先生 を講師に迎え、ご講演頂きました。セミナーでは「感情とストレスの理解」「怒りのセルフ・コントロール」「自分のストレスに気づき予防する方法」「健康的な生活習慣作りの重要性」といった内容を分かりやすくご教授いただきました。

ストレスや怒りに対しては個人差があり、まず気づくことが重要、そして自分の心にどれだけ余裕があるのか、どれだけ対処できているのかを知ることが大切だと学びました。また、ストレスを引き起こす原因をストレッサーと言いますが、「ストレッサー＝重大」と考えるとストレス反応は増幅することから、ストレッサーに対する見方・考え方を変えることも大切であると学ぶことができました。

ストレスマネジメントのセルフケア実践方法として、「イメージ呼吸法」の実技演習を教えてくださいました。その手順は…

- ①立ったまま、両足は肩幅に開く
- ②地に足をしっかりつけ、バランスを取って目を閉じる
- ③自分の好きな色の空気をイメージする
- ④その空気で全身を満たすイメージでゆっくり呼吸する

といった流れで、ストレス反応を和らげるリラクゼーションの一つの手法でした。気軽に実践できる内容でしたので、日々の業務や家庭生活等でストレスを感じた時に意識して実践していきたいと思いました。

私は現在、特養で働いています。我々の福祉・介護の仕事はやりがいがある一方で、肉体的・精神的なストレスがたまりやすい職種だとも思います。介護者や支援する側が過剰なストレス状態では、健康に悪影響を及ぼすだけでなく、介護の質にも悪影響を及ぼし不適切ケアへと繋がりがかねません。自施設の介護職員には「利用者の笑顔や喜び」が仕事のやりがいと答える職員が少なくありません。利用者の笑顔を引き出すためには、自分自身が笑顔であることが大切だと思います。

自分自身が笑顔で、職場で幸せに長く働く為には、個人のストレスマネジメント能力を磨くだけでなく、チーム・組織全体として職場環境を改善するアプローチやストレスチェック等の体制づくりが重要だと改めて感じる事ができました。まずは個人レベルで出来ることから実践し取り組んでいきたいと思っています。

稲谷先生、大変有意義なご講演をいただきまして、誠にありがとうございました。



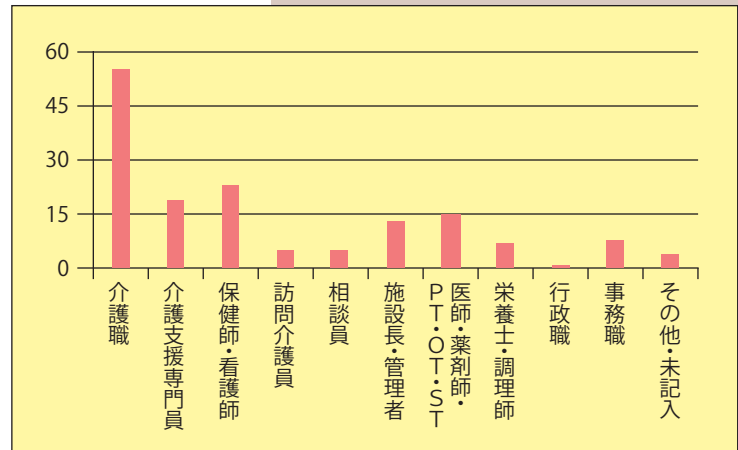
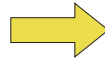
イメージ呼吸法の実践中です（居眠りではありません）。

令和5年度 第1回スタッフセミナーアンケート結果

2023/7/21 ピーポート甘木 中ホール

(1) 参加者の状況

参加者数 66名		
一般		
1	介護職	55
2	介護支援専門員	19
3	保健師・看護師	23
4	訪問介護員	5
5	相談員	5
6	施設長・管理者	13
7	医師・薬剤師・PT・OT・ST	15
8	栄養士・調理師	7
9	行政職	1
10	事務職	8
11	その他・未記入	4
合計		155



(2) アンケートの集計

① 勤務されている業種

業種	人数
居宅介護支援	13
訪問介護・入浴	6
訪問看護	6
訪問リハビリ	4
通所介護	16
通所リハビリ	8
支援センター	4
居宅療養管理	1
グループホーム	10
介護福祉施設	34
介護保健施設	25
小規模多機能	2
病院・医院	1
行政	1
福祉用具貸与・住宅改修	2
その他	3
未記入	2
合計	138

② 現在の職種

職種	人数
介護職	55
相談員(病院・施設・福祉用具貸与)	7
訪問介護員	4
介護支援専門員	18
看護師	16
保健師	2
OT	4
PT	5
ST	1
医師	1
薬剤師	2
栄養士	0
調理師	6
管理者	6
事務職	9
行政職	1
その他	1
未記入	0
合計	138

③ 経験年数

経験年数について		
1	1年未満	3
2	1年以上3年未満	11
3	3年以上5年未満	16
4	5年以上10年未満	33
5	10年以上	72
6	未記入	3
合計		138

④ 講義内容について

アンケート回答者数 138名		
1	非常に良かった	52
2	良かった	81
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	0
6	未記入	3
合計		138
アンケート回答率 89%		

(3) ご意見をお聞かせ下さい

① 講義内容に関するご意見	Three good things. / 健康的な生活習慣作りが1個だったので増やせるようにしていきたい。
	呼吸法を実践してみたい。
	マインドフルネス / 自分のストレスが何かを具体的に考えてみる。 稲谷先生の優しい語り口は眠くなるどころか心がすっきりしました。次年度も先生の話が聞きたいです。
② 今後のスタッフセミナーの内容・在り方	高齢者とのコミュニケーション / バリテーションについて
	認知症について (声の掛け方・帰宅願望への対応)
	チームケア・チームワークについて
③ 協議会への要望等	室内が明るすぎて正面が見えなかった。資料の文字が小さすぎた。
	協議会のHPのQRコードがほしい。

※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 部会活動報告

介護老人保健施設部会

介護老人保健施設 サンビレッヂ朝日ヶ丘 今村 里香

老健部会は現在 6 施設が参加、コロナ禍の活動は感染予防策優先のため延期や中止が相次ぎましたが、年 2 回の事務長会は平時以上に貴重な情報交換の機会でした。

今年度の第 1 回目は 7/20 に開催、部会の具体的な活動や施設運営に関する様々なテーマについて話し合いました。

なかでも、新型コロナウイルスの感染症が 5 類に移行から 2 カ月、どの施設も “感染予防策と規制緩和のバランス” について手探り状態であったため、ご家族との面会や外出、ボランティアの受け入れや地域の方々との交流など、各施設の取組が大変参考になりました。また、物価の高騰、職員採用、利用者確保など施設の運営を取り巻く状況は厳しく、老健運営に対する共通の課題に対して、終了間際まで話が尽きることはありませんでした。

老健が地域との交流と共に在宅支援の拠点となるように今後も取り組んで参ります。



Hobby Box

きらく荘グループホーム 町田 理恵

皆さん、初めまして。私は、きらく荘グループホームで管理者として勤務しております町田と申します。

Hobby Box の作成に当たり、私の趣味は何か？と考えました。

昔から、DVD・映画鑑賞・スポーツ観戦（テレビ）を観る事が好きです。

学生時代から、一つの事にハマってしまう性格で、高校生の時は、特に夏の甲子園をテレビで応援する事が夏の楽しみでした。福岡県の地方大会から情報収集し、甲子園でどこの高校と当たるのか抽選をしていると、自身でもトーナメント表を作成して、勝ち上がっていく経過を楽しんでいました。テレビで甲子園を観る中で、野球のルールが分からなくても、観戦しながらルールを覚えたり、吹奏楽部の応援がとても好きで、試合の状況に合わせて曲が変わり、時に応援によって、試合の流れが動く時はとても感動します。何かに一生懸命に頑張る姿は眩しく、かつていいなと今でも思います。

今は、昔ほど甲子園の野球中継をタイムリーに観る事は減りましたが、世界陸上、世界柔道、夏季オリンピック、冬季オリンピックの時期になると、休日や仕事後に、タイムリーに観戦出来る時はしていますが、観れない時は、ハイライトや録画して、仕事後の楽しみにしています。なぜ、テレビでスポーツ観戦するかというと、ここ一番という所を直接観る事が出来ません。肝心な場面で、いつもテレビを消したり、録画だと早送り出来るから…。昔から勝敗を決める場面で応援していると負けてしまうというジンクスがあるように感じています。

今年は、世界水泳、世界陸上やバスケットボール等、スポーツがいっぱいです。来年はパリオリンピックと寝不足な日々は続きます。

皆さんも、この夏、色んなスポーツ観戦をしてみたいはいかがでしょうか。

事業報告Ⅲ 褥瘡予防研究会

ニーズケアプランサービス 梅木 ゆかり

褥瘡予防研究会は昨年12月と今年8月に「褥瘡予防評価シート」の運用について、在宅に関係する部会の方々を対象に研修会を実施しました。実際に現場で使ってもらい、褥瘡の早期発見や予防ができる為のシートにしていきたいと考えています。今後も改良や改善を行っていきますので是非ご意見をお願いします。尚、「褥瘡予防評価シート」は協議会のホームページ、様式ダウンロード・その他からダウンロードできるようになっていますので、ご活用下さい。

そして、今年度からは集合形式の研修会を再開し、会員の方々に褥瘡の基礎や予防ケアについての研修会を開催していきます。第1回目は10月17日です。参加お待ちしております。

さらに、各事業所や施設で学ぶ機会を持てるよう、「床ずれケアDVD」や、「床ずれケアナビ(本)」の貸し出しを行います。詳しいことは今後、事業者協議会のHPでお知らせしていきますのでご活用ください。

My Way

朝老園居宅介護支援事業所の 穴井 徹史さん

朝老園の居宅支援事業所で介護支援専門員として勤務されている穴井さんをご紹介します。

穴井さんは、介護支援専門員として長年勤務され、経験が豊富で、各関連機関との繋がりも強く、利用者や関連職員からも信頼されています。いつも利用者第一で笑顔で気さくに、親身に接し、フットワークが軽く、慌ただしく活躍されています。また、こちらからの相談にも乗って頂き、いつも的確なアドバイスを頂きます。サービス支援の手段についても、様々な情報を持っておられるので、多面的な情報を提供して頂き、とても勉強になります。

プライベートでは、自動二輪の免許取得の為に、仕事終わりに自動車学校に通われたり、子煩悩で子供さんのバスケットボールの練習につきあたりと、目的を持った日々を送られていることと思います。

また、煎餅菓子の歌舞伎揚にハマっていて、小腹が空いたらバックから取り出して、静かに楽しめる姿は、いつもの仕事ぶりとはギャップがあります。

私も、常に利用者目線で、介護支援専門員としてできることを追求し、楽しく活躍されている穴井さんを見習わなければならないと思います。また、ご自身や家族の時間も大切にしながら、今後も元気に楽しく活躍されることと思います。



次回は穴井さんからの紹介で「介護老人保健施設 城山荘 内田 智子さん」です！

介護スタッフリレーコラム

「二度と経験したくはない事です」

武光ヘルパーステーション 田中 悠輝

新型コロナウイルス感染症が5類へと区分が移行されて3カ月が経ちました。マスクの着用も個人の判断となり、外ではマスクを着用していない人の姿が多く見られます。その光景を見ると以前の日常が少しずつ戻ってきたと嬉しく思います。

ヘルパーステーションの管理者になり6年が過ぎ、その半分の年月が新型コロナに振り回されてきました。利用者はもちろん、職員とその家族にも感染対策の徹底をお願いし、体調の変化に注意する日々が続きました。確かに大変でしたが、得るものもあったと思います。自身の感染症への知識や経験値が増え、利用者の体調不良時の判断・対応も以前と比べ早くなりました。また、感染症予防や体調管理に対する意識も高くなりました。そして何よりコロナ禍を乗り切った事でヘルパー同士のつながりが強くなり、お互いをカバーし合うことで安定したサービスを提供出来ています。

今回の長期に亘る感染症との戦いで、自分を含め事業所全体のレベルアップに繋がったことは、「苦労した事は無駄ではなかった。」と思える事の一つとなりました。

徒然日記

老人保健施設 城山荘 大松 桂香

～ Z 世代を知りたくて～

近頃、自分の中でZ世代とよく耳にするようになり、気になりだして調べてみました。Z世代とは1997年以降に生まれた人で「みんな違って当たり前」教育を受けてきた為、多様な考え方の受け入れや自分の価値観を大切にしている世代と書いてありました。私の子供もZ世代に該当します。

話していると情報が豊かで、私の硬い頭からじゃ出てこないワードがたくさんで、しかも肯定的で…とても心地いい気分になります。多世代の職員が入り混じっている職場でも、仕事を拒まずに対応してくれるZ世代のスタッフにたくさん助

けられています。

ところで、自分の時代は何世代?と気になり調べてみました。自分の世代はX～Y世代で特徴としては「物質的な豊かさや成功を重視する傾向にある」と書いてありました。考えてみれば、成功を求めるがゆえに色々欲張り過ぎている傾向にある自分がある様な気がします。

これからを担う個性あふれるZ世代の人たちに背中を押されながら生きていくのもいいものかと思っている今日この頃です。

編集後記

「平成29年7月九州北部豪雨」により被災したJR日田彦山線添田駅～夜明・日田駅間を新たにつなげるBRTひこぼしライン（正式名称：日田彦山線BRT）が、8月28日に開業しました。

翌29日に、宝珠の郷の職員が乗車しOsmoPocketで撮影してきた動画を、QRコードからぜひご覧ください。

（広報部：尾花）



事務局

朝倉介護保険事業者協議会 事務局
〒838-0069 福岡県朝倉市来春422-1
一般社団法人 朝倉医師会
介護支援センター 医師会ケアプラン
TEL 0946-21-8022 FAX 0946-21-8028

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
特別養護老人ホーム 宝珠の郷
TEL 0946-72-9811 FAX 0946-72-9813
印刷／井上総合印刷株式会社