

ケアマネ通信

No. 38

鳥栖地区介護支援専門員協議会

事業所内での回覧をお願いします！

発行：平成28年2月1日

事務局：東町わたや薬局内

担当：松雪幹一 木下里美

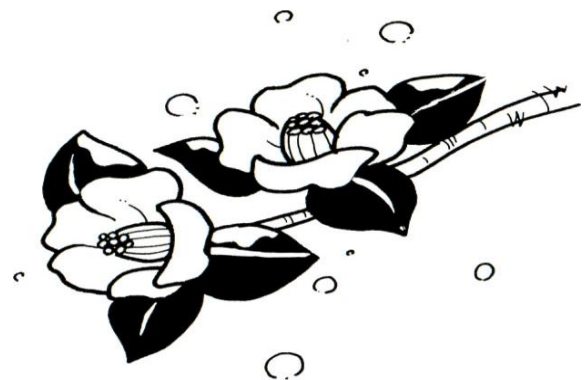
TEL：0942-81-3039

FAX：0942-81-3053

E-Mail：hwataya@vip.saganet.ne.jp

URL：http://www.tosukaigo.com/

【協力：鳥栖地区広域市町村圏組合介護保険課】



1. 新年のご挨拶

鳥栖地区介護支援専門員協議会 会長 梅木康一

新年 明けましておめでとうございます。

今シーズンは暖冬と言われておりましたが、やはりこの時期になると北風が冷たく感じますね。皆様風邪などを引いておりませんか。ご利用者様を訪問すると、中にはエアコンやストーブもつけずに、玄関先で扉を開けたまま、平気な顔をしてお話される方もいらっしゃいます。そして一言「そげん寒くなかよ」。やはり暖冬なのでしょうか……。

さて、去年は介護保険の制度改正があり、皆様にとって大変忙しい年だったのではないかと思います。しかし、その忙しい波は今年になっても変わらず、各市町や鳥栖広域でも29年4月からの総合支援事業開始に向けて、ちくちくと準備がなされているようです。改正時に提示されていた認知症初期対応チームや地域包括ケアシステムの構築、在宅医療連携事業では鳥栖三養基医師会が中心となり、カナミック導入後の幅広い活用等、課題もまだまだ沢山残っております。私達介護支援専門員に求められるものも年々大きくなっていくように感じますよね。主任介護支援専門員の皆様は更新制度が今年からスタートし、更新するか、しないか迷われている方もいらっしゃるかもしれません。【多分いないと思いますが（笑）】

協議会におきましては、毎年行われております佐賀県の介護支援専門員研究大会を、今年
は鳥栖地区が担当致します。現在講師の選定や内容を検討している段階ですが、日程は今
の所平成28年7月9日土曜日、会場は鳥栖市民文化会館小ホールを予定しております。
鳥栖地区の会員の皆様には是非参加とご協力を頂ければと思います。又、毎年行っており、
本号でも報告を行っております介護の日のイベントも本年は当協議会が中心となり、上峰
町で行う予定です。昨年反省会の内容を活かし、よりよいイベントにしたいと考えてお
ります。

今年も来年も再来年も、私達ケアマネジャーにとって毎年が忙しい年になると思いますが、
まずは今年。嫌なことはさておき、気持ちも新たに協議会会員一丸となってこの1年間を
頑張ってください。簡単ではありますが、新年のご挨拶とさせていただきます。今後とも
ご協力の程よろしくお願い致します。

私事ですが、今年の本厄です。イベントが重なるのも災いなのではないでしょうか・・・。
皆様、お力をお貸し下さい。



2. 第2回全体研修会報告



鳥栖市若葉弥生が丘地区地域包括支援センター

松林 和子

平成 27 年度第 2 回鳥栖地区介護支援専門員協議会研修会を平成 27 年 10 月 14 日（水）に行いました。今回の研修テーマは

「糖尿病患者の療養生活における注意点 および治療目標の設定について」

講師 独立行政法人国立病院機構東佐賀病院

糖尿病・内分泌内科医長 高木 佑介 先生

看護師 糖尿病療養指導士 内川 恵美 先生

今回の研修内容に「糖尿病という疾患」をとりあげたのには理由がありました。現在、鳥栖地区広域市町村圏組合が行っている自立支援会議で取り上げられる事例対象者には圧倒的に糖尿病に罹患されている方が多いという事実があったからです。ケアマネジャーとして理解をしておかねばならない疾患の一つといえると思います。

研修では途中、グループディスカッションを交えながら、糖尿病の合併症や薬の事について学びました。施設入居の方などでは、朝から血糖値が問題なくても夜中に低血糖になっているかもしれないなど、薬と低血糖症状の起こりやすさなどについても知ることができました。

また、最後には「患者にとって幸せで楽しい生活とはなにか？」という話になりました。糖尿病の進行が抑えられる事？透析患者が減ること？寿命が延びる事？・・・。食事制限や投薬治療などで、糖尿病の治療には辛いこともたくさんあります。担当の方の本当の希望はなんでしょうか？死生観や、生きていくうえでのポリシー、趣味やストレス解消法、大事にしているライフイベントなど。糖尿病の治療をしながらもその人らしい生活ができるように、ケアマネジャーとしてできることは何か？と考えさせられました。

その後は 鳥栖市保健センターの名和保健師から、特定疾患と糖尿病の重症化予防について、検診を受けられた方の予後予測をし、そうならないための指導をしていきたいと話がありました。また、鳥栖市社会福祉課の鮎川氏からは介護予防教室のご案内もあり、生活習慣を改善して悪化を防ぐことができるよう、市民の皆様の意識を変えていくことが必要だと感じました。以上、研修の報告と致します。

3. 第2回研修会アンケート報告

居宅介護支援事業所 なかばる紀水苑

古賀 美奈子



研修日時：平成27年10月14日（水）14：00～16：30

場所：鳥栖市民文化会館 3階研修室

講演：「糖尿病患者の療養生活における注意点
および治療目標の設定について」

講師：独立行政法人国立病院機構 東佐賀病院

糖尿病・内分泌内科医長 高木 佑介先生

看護師 糖尿病療養指導士 内川 恵美先生

参加者：70名（54名 アンケート回収率 77%）

1. 参加状況

- ① 性別 男性…12名 女性 42名
- ② 基礎資格 介護福祉士：35名 社会福祉士：9名 看護師：9名
歯科衛生士：1名 薬剤師：1名 その他：2名
- ③ 経験年数 1年未満：7名 1～2年未満：4名 2～3年未満：4名
3～5年未満：6名 5～6年未満：4名 6～7年未満：2名
7～10年未満：6名 10年以上：16名
- ④ 勤務している事業所別
居宅：28名 施設：11名 その他：12名

2. 本日の研修内容は如何でしたか。

- ① 満足：46名 ②満足とはいえない：0名 ③どちらともいえない：4名
・透析の患者さんを担当しているCMも多いので、腎症の話も聞きたかった。
・糖尿病の重度化、合併症の予防の重要性を理解できた。

3. 研修時間は如何でしたか。

- ① ちょうど良い：41名 ②もっと聞きたかった：2名 ③長かった：8名
④どちらでもない：2名

4. 研修の日時については如何でしたか。

- ① 良い：49名 ②悪い：0名 ③どちらでもない：5名

5. 今後、取り上げてほしい研修テーマ・講師や講演者の希望

- ・介護予防、地域ケアシステムについて
- ・当ホームに透析入居者がいます。食事や水分などの体調管理を含めての研修を受けたい。
- ・看取り介護について

6. 本日の研修内容についての感想や意見

- ・検診の必要性
- ・介護福祉士からケアマネになる方が多くなってきており、本日のような医療の研修はとても勉強になると感じました。
- ・検診受診率のアップをどのようにしてされるのか！
もっと真剣に考えられた方が良いと思います。地域づくりを含めてコミュニティデザインとして考え、イベント的発想が必要だと思います。
地域の健康課題を共有できれば幸いです。
- ・仕事の中で糖尿病の方と関わることも多くあり、今回糖尿病について詳しく学ぶことが出来て、とても良かったです。今後仕事に生かしていきたいです。
- ・インスリンをあまり好まないような施設入居者もおられるので、低血糖のリスクの件、勉強になりました。
- ・高木 Dr.の講義はとても分かりやすかったが、グループディスカッションの時間もったいなかった。グループディスカッション2の方が、どういうことをディスカッションするのかイマイチ分からなかった。
SU薬については勉強になりました。
- ・本日の高木先生くらい介護分野に歩み寄って下さると助かります。
- ・グループワークだと、日頃顔を合わせる会話をする機会が少ないケアマネさんとも交流を含めできるので、講義のみの研修でなく今後も取り入れてほしいと思いました。
- ・先生が話された、病気そのものよりも、生活の質が大事になってきているのだなあと思えました。
- ・医療連携の重要さと、まず見落とし気味な本人のニーズをふまえて、ゆくゆくは在宅生活に復帰できるように支援できれば思いました。
- ・もう少し基礎疾患と日常おこりうることを考えながら、ケアを行っていかないといけないと思えました。



4. 介護の日フェスタ 報告



居宅支援事業所なかばる紀水苑 村上謙二

花のみねケアプランサービス 江口 俊

11月11日にみやき町こすもす館ホールにて「介護の日フェスタ」が開催されましたのでご報告させていただきます。

当日は天候にも恵まれ平日の日中にも関わらず多数の地域の方々にご来訪して頂きました。会場では介護支援専門員協議会の方から介護相談、栄養士会による栄養相談、日本コンチネンス協会による排泄相談等の専門相談ブースや福祉用具、介護施設利用者様の作品、MCI（軽度認知障害）スクリーニングテストを用いた頭の健康チェックなど、展示や体験コーナーを設置。多くの方が興味深く見学や相談をされてありました。その中、MCIスクリーニングテストの予約は開始時点ですべて埋まってしまう状態であり、多くの方が認知症に対する関心度が高いことが伺えました。

今回、初めての取り組みとして、毎行われている講演会のオープンセレモニーとしてデイサービスの利用者様と地域のハンドベル愛好家団体による合同でのハンドベルの演奏があり「きらきら星」「夕焼け小焼け」等、4曲の演奏をやり遂げ、来客の方より盛大な拍手をいただく事が出来ました。演奏を終えた利用者様と愛好家団体の方々の表情はとても満足な顔をされ、「このような機会がもらえてよかった」と話されてありました。

記念講演会では「笑って元気～笑いヨガで楽しい人生を！～」の演題で笑いヨガ講師、新田みすづ先生より「楽しくおかしく、時にはみなさん体を動かしながら」の講演を通し、始めは恥しそうに笑いながらヨガをしていた参加者も最後は大きな笑い声をあげてヨガをする姿が印象的でした。講演後「大きな声で笑うっていいね」「参加してよかった。すっきりした」などの声が上がり、心を癒すには「笑い」はとても大事なんだと考えさせられました。これをきっかけに笑顔で挨拶をするよう心掛けています（笑）。講演をによって、参加者と一緒に介護予防や高齢者支援について、学べたのではないかと思います。

今回、実行委員を中心に一つ一つの事を決めていった事もあり、全体的に各団体の役割や流れがしっかり把握できずに戸惑いや進行への支障となる部分もあったのではないかと反省会の中で意見もありました。また今回からの新しい取り組みとして利用者様や地域の方も含めた催しができたことが好評だったことなどを来年にも活かせたらと思います。

最後に当日、準備から後片付けにいたるまでご協力頂きました鳥栖地区介護支援専門員協議会会員の皆様はじめ介護保険課、各協議会の皆様ありがとうございました。

来年は上峰地区にて「介護の日フェスタ」を開催いたします。今年以上の盛り上がりができるよう、ご協力をよろしくお願い致します。



笑いヨガの新田みすづ先生



介護支援専門員協議会の介護相談ブース



デイサービス・通所リハビリ利用者様の作品展示、華がありました



頭健康チェック



認知症つどい語ろう会の認知症の相談



鳥栖三養基薬剤師会の薬の相談



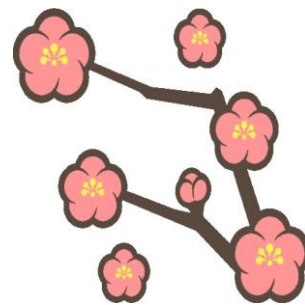
みやき町の懐かしい風景



福祉用具の展示



5. ちよつと一言



第2の心臓ってどこか御存知ですか？

長年肩・首コリ、偏頭痛で悩んでおり、痛みが強い時は受診し服薬で痛みを取ったりして今まで過ごしてきました。

受診の度、薬に頼らず運動をなさいとアドバイスを受け何か運動をしなければと思っていました。

そんな5月のとある日、職場の先輩が週1回ヨガ教室に行き体が柔らかくなりすっきり軽くなった。一緒に行かない？と誘ってくれまずは体験実施。すぐさま「これだ」と思い即入会しました。

5月から初めて8カ月真面目に通い、少しずつですが体が柔らかくなり、肩・首コリが治まってきました。

更に11月のとある日夫が青坂一貫先生の「ふくらはぎ足揉み・整体」の講演を聞いて帰宅しました。

ふくらはぎは「第2の心臓」ともいわれる大切な所。こりや緊張をもみほぐして血流を良くすることでからだの不調や痛みを取りのぞくと聞き早速実施。するとふくらはぎのあちこちに痛みやこりがあるのに気付きました。それを5分程度もみほぐすと足先から温まり体全体の疲れが取れました。

毎日ふくらはぎ足揉みをすることで体が温まり、肩・首コリがすっかり良くなり頭痛薬を飲まない生活が続いています。

効果としては不眠症、便秘、冷え症にも効果があるようです。

今年はヨガとふくらはぎ足揉み整体を続けて元気に明るく生活したいと思っています。

鳥栖地区広域市町村圏組合介護保険課 <http://www.kttnet.co.jp/tosukaigo>

佐賀県介護保険事業連合会 <http://www.sagadensan.net/skr/>

佐賀県介護サービス情報公開システム <http://www.kaigojouhou-saga.jp/kaigosip/Top.do>

厚生労働省 <http://www.mhlw.go.jp>

WAMNET <http://www.wam.go.jp>

鳥栖地区介護支援専門員協議会 <http://www.tosukaigo.com/>

会報 編集委員 永松丈幸 木下里美 松雪 幹一 鳥栖地区広域市町村圏組合

発行責任者 梅木 康一

発行 鳥栖地区介護支援専門員協議会

事務局 東町わたや薬局