

from

ほうかつ

令和6年6月発行

特集！ 知ってほしい！！

ケアマネジャーの おもい

(通称:ケアマネ)

介護支援専門員（ケアマネジャー）は、介護保険法に規定された専門職で、要介護認定を受けた方の心身の状況等に応じ、その方に合った「ケアプラン（居宅サービス計画）」を作成して各種サービスの連絡調整等を行い、住み慣れた環境で安心して暮らせるよう支援しています。

今回は、榊町社会福祉協議会居宅介護支援事業所のケアマネジャーへのインタビューを通して、榊町の介護・福祉の現状や課題、ケアマネジャーの思いをお届けします！



榊町社会福祉協議会
居宅介護支援事業所の皆さん

ケアマネとして大切にしていること ~伝えたい！ 私たちの思い~



ケアマネとして、第一にご本人の思いを大切にしています。ご家族の気持ちも伺いながら、ご本人の声に全神経を集中して耳を傾け、どのような暮らしをしたいか丁寧に話を聞くよう心掛けています。

できる限り自宅で暮らし続けられる支援を大事に考えています。在宅で利用できるサービスが不足しているために施設入所を選択される方もいます。ケアマネとして「やれるだけのことをやったかな？」と自問し続けたいです。



ご本人、ご家族のお話を伺い、100%解決できないとしても、誠実に対応したいというのが一番です。質問されて分からないことは調べて回答するよう心掛けています。ご本人がどのような状態であっても（認知症であっても、病気であっても）、敬意ある態度で接することを大切にしています。

／馬上が取材！／



サービス利用者ご本人&ご家族インタビュー

～デイサービスセンターやまゆり荘を利用しているご本人からの声～



やまゆり荘に楽しく通っているよ。ケアマネさんは毎月訪問に来てくれて、体調のことを気遣ってくれてありがたいね。介護計画の話はちょっと難しいから、家の人にすっかり任せているよ。

～介護されているご家族からの声～



ケアマネさんを一番頼りにしています。信頼しているからこそ、介護の相談や悩みも打ち明けられます。家族が介護のことで揉めることなくうまくやっていけるのは、ケアマネさんのおかげだと思っています。これからの介護も頑張れそうです。

インタビュー

榊町社会福祉協議会居宅介護支援事業所のケアマネに聞く！業務上の課題&悩みは？



管理者
磐城 美樹

榊町は、都市部と比べて社会資源(医療、福祉サービス等)が少ないことが課題と言われますが、だからといって悩むだけではダメですね。“なければどのように資源を組み合わせるその方の暮らしにあったサービスを提供できるか”を考えていくことが大切です。複合課題を抱えたケースへの支援に悩むことがありますが、そんな時は関係機関との協議を行い、より良い支援策について話し合っています。



猪狩 明美

様々なケースを担当するなかで、毎回ケアマネとして「この支援方法で良かったか」と立ち止まり、悩むことがあります。ですが、ご本人やご家族の意向を大切に、ケアマネとしてできる最大限のことを見つけ、サービスを提供したいと思っています。



猪狩 亜紀子

ご本人の身体状況の変化により、生活の様々な場面で支障が出ることも多くあります。ご本人の望む暮らしを続けられるようにサービスを提案していますが、ご本人とご家族の意向が合わないためにうまくつながらず悩むことも…。ですが、諦めず、多職種との連携を図りながらその方が抱える課題を一つ一つ解決できるよう努めたいです。

関係性づくりの大切さを実感したエピソードのご紹介



Q. (磐城 美樹)

認知症の方でデイサービスの利用に強い拒否感を持つ方って時々いらっしゃいますよね。保清の必要性から利用を勧め、最初は「うん。行く」とおっしゃっていたものの、直前になり「やっぱり行かない」と拒否されてしまうような…。うまくサービスにつながったエピソードはありますか？

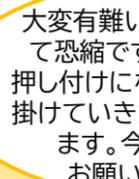


A. (猪狩 明美)

認知症の方にとって、未知の世界のことには“怖い”という感覚があって拒否を示すのでは？と想像します。そのような時は、訪問を重ね、声かけを工夫したり、その方が納得できるまでお話を伺うようにしています。その結果、デイサービス利用につながったことがあり、関係性づくりの大切さを実感しました。



ご本人&ご家族からコメントをいただきました。皆さんの感想をお聞かせください！



大変な難しいお言葉を頂戴して恐縮です。寄り添う心と押し付けにならない対応を心掛けていきたいと考えております。今後もよろしくお願いいたします。



ありがとうございます。これからもよろしくお祈りいたします！



これからも、ご本人、ご家族と相談しながらより良い支援ができるよう努力したいと思います。



センター長
江尻

私たち地域包括支援センターも、ケアマネジャーの皆さんと常に強力なタッグを組み、要介護認定を受けたご本人や介護するご家族への支援にあたっています。複合的課題を抱えたケースでは、必要に応じて「地域共生ケア会議」を開催し、ケアマネジャーの皆さんをはじめ専門職や関係機関が一丸となって、よりよい支援の方向性や役割等についてしっかり話し合っています。これからもケアマネジャーの皆さんと力を合わせ、地域の皆さんの暮らしを応援していきます！



高齢者・障がい者の総合相談窓口

TEL:0240-25-4155 FAX:0240-25-4156
〒979-0604 榊町大字北田字鐘突堂5-5 (榊町保健福祉会館3F)
Email: naraha-houkatsu@car.ocn.ne.jp

お気軽にご相談ください。



地域づくりの
今!

地域ミニデイレポート

～各地域のミニデイに参加し発見がたくさんありました!～



看護師馬上が地域ミニデイに初めて参加しました。
檜葉町って「なんて素敵なの～」
と実感したことをお伝えします。

お花見ウォーキング

桜が満開に咲く晴れた木曜日

春の心地よい風に背中を押されながら、満開の桜を眺め
ウォーキングを行いました。参加者の皆さんは
歩きながら「わらびは出たかな?」「私はもう食べたよ!」
「うまかった!!」とおしゃべりも楽しんでいました。

～私が心配していたこと～

長い距離を歩けない方もいそうだな～。どうするのかな??

◎心配しなくても大丈夫でした。

『車で行くよ!!さぁ乗りな～!』と声がかかったのです。
車に乗り、天神岬・大谷・上小埜など桜のポイントへ
“レッツゴー”その人の身体状況に合わせた方法で、
全員が楽しめるお花見ができていました。

お花見
おしゃべり



車でレッツゴー!



町内ウォーキング

天神岬から海沿いを皆さんでウォーキング!!

(スタート地点の集会所から天神岬までは、車で乗り合い移動)

「そんなに長い距離歩けないかも・・・」

と不安の声が出ましたが、『車を出すから大丈夫!!』

と頼もしい声が聞こえました。

景色の良い場所に着くたびに車を止め、歩ける距離を
ウォーキングされていました。

畑仕事をしている方と、ちょっとおしゃべりしたり
両手を振って「頑張っー」とお声掛け。

住む地域が違って、

1人の知り合いから輪が広がるんですね!!

～私が気付いたこと～

車に乗って移動するだけではなく、ポイントごとに
車を止め、無理なくウォーキングを楽しめるコースを考え
全員がウォーキングしたという達成感を味わうことができ
ました。

天神岬の杉の木。
改めて見ると大きい!



森林散歩



しおかせが
気持ちいい～



感想
今回、各地域のミニデイに参加して気づいたことがあります。それは・・・
お互いに助け合い、支え合う仕組みが知らず知らずのうちに築かれている
ということです。周りを良く見渡せば、色々なところに人とのつながりや助け合いに
満ち溢れているように感じました。今後も、各地域のミニデイに参加させていただき
檜葉町に隠れているつながりを発見していきたいと思ひます。



fromほうかつこらむ

センター長 江尻 しのぶ



“脳腸相関” ～腸を大切にすると認知症の予防になる!??～

ストレスを感じたときにお腹をこわしたり便秘になったりすることを考えると、
脳と腸には何かしらの相関関係があると実感できます。「腸活」などの言葉がよく
聞かれますよね。腸内環境を改善するために食事や運動を気にかける活動ですが、
実は腸内環境の良し悪しと認知症の発症が深く関連している可能性があるとの研究
が発表されています(国立長寿医療研究センター)。

食事と認知機能に関するいくつかの研究では、明確な結論はまだ出ていないもの
の、複数の善玉菌(乳酸菌やビフィズス菌等)の摂取で認知機能改善の可能性が示
唆されています。腸内環境の悪化は、認知症だけでなく免疫力や睡眠の質にも影響
します。腸内の善玉菌のエサは食物繊維と言われているので、
食物繊維類をしっかり食べることを心がけたいですね。



～みんなのつぶやき～



社会福祉士 渡邊

～渡邊の“猫の額”菜園日記～



人生初のたまねぎ育て中です。
収穫が楽しみです!



生活支援コーディネーター 小林

小さい頃は田んぼのおたまじゃくしを
つかまえるとカエルになるまで観察を
続けていました。今はカエルが大の苦
手で、遭遇すると悲鳴を上げています。



克服方法はありますか?



看護師 馬上



各地域のミニデイにおじゃまし、
たくさんお話しして、大きな声で
出して喉がかすれています。



今、私にはのど飴が必要です。

健康豆知識コーナー

Q. 笑いにはどんな効果があるの?

A. 笑いには、「ストレスを軽減」「やる気ス
イッチをオンにする」「リラックス効果」「血行
促進」等の良い効果がたくさんあります。

“一日一回 大きな声でひと笑い”

を心がけてみましょう♪

