

## 巻頭言 「当協議会ホームページ開設！」

呉市介護支援専門員連絡協議会 理事 武市綾乃  
ホームページ委員担当

令和5年6月10日に開催された定期総会においてホームページ開設・公開のご報告をさせていただきました。これから皆さまに新しい情報をどんどん発信できるように務めさせていただきます。

当協議会設立後、会員の皆さんへは平成18年に『呉市介護支援専門員ガイドライン』を発行・配布していました。ガイドラインは会員の皆さんにとって業務をより明確に遂行するため、なくてはならないものとなっていました。制度改定に伴い各種加算に関する事項、地域密着サービスに関する事項など、現場に即した実用的な内容の改定を繰り返していました。

時代の流れと共に簡単に検索できるインターネットの活用が増えてきたため、ホームページを開設する事になりました。私がホームページ委員会に参加したのは3年前になります。協議会の理事からホームページ委員会への参加打診をいただきました。パソコンなどのメカ？に全く詳しくなかったのですが、新しい事にチャレンジする事が好きな私は委員会活動に参加させてもらう事となりました。

ホームページの立ち上げはゼロから？いいえマインナスからの作業で、全くの手探り状態でした。

まず立ち上げメンバーになってくれる人を探しました。声をかけると「パソコンに詳しくないので」や「業務との両立が難しいので」など消極的な言葉が返ってきましたが、「私も全くわからないから一緒に頑張ろう」と誘い、応じてくれた7人のメンバーと一緒に頑張る事となりました。

1年目は何をすれば良いのか分からず、全国各地の介護支援専門員組織のホームページを検索しました。見やすさやコンテンツなど委員会で話し合いながらすすめていきました。3年前といえばちょうど新型コロナの真ただ中、緊急事態宣言や蔓延防止措置、呉市内でもクラスターが発生し、業務負担も増えてきた中でも、委員会に参加してくれたメンバーには感謝しています。対面で委員会を開催する事も困難となり、ZOOMで会議を開催しました。業者の方

にも一緒に会議へ参加していただきましたが・・・、まず業者の方が言っている意味がわからない？？『コンテンツ』『ページ数』『トップページ』なにになに？と用語をネットで検索し理解する事からはじめました。

2年目になると何となく言っている意味を理解する事が出来てきました。トップページに掲載する写真の選定、当協議会について会長の挨拶、役員構成、組織図、沿革の原稿をまとめ掲載できるよう委員で手分けをしながら掲載できるように仕上げました。さらに追い打ちをかけるようにブログやインスタグラムの開設！！パニックです。何とか試行錯誤を繰り返しながらやっとスタートラインに立つことが出来ました。

ホームページには、ブログやインスタグラムも見られるページがあります。ブログは役員・委員で2週間ごとに持ち回りで掲載する事になっています。日々感じている事や興味がある事・趣味や食べ物の話など業務とは関係ない話題も掲載される予定となっています。このブログで日々の忙しい業務から離れてホッとしていただけるとは思いません。また、インスタグラムは研修の様子や活動の様子など写真を掲載し、活動内容が皆さまに知れるように掲載していく予定となっています。

初心者ばかりの集団で、訳も分からず苦勞の末に初めて公開されたホームページの内容はまだまだ十分なものではありません。生まれたばかりのホームページという赤ちゃんがこれから少しずつ成長し、立派な大人へと充実していく様子を温かく見守っていただけるように行っていきたいと思っています。

是非、アクセスしてみてください。

(お気に入りへの登録もお忘れなく！)

スマートフォンでもご覧になれます。

<https://kure-caremanager.com/>



# 避難行動要支援者の個別避難計画の作成について



呉市福祉保健部高齢者支援課  
主幹 矢村里美

平素から、呉市の保健福祉行政の推進に格別の御高配を賜り厚く御礼申し上げます。  
また、要支援者の避難の実効性を高めるための個別避難計画の作成に御協力いただき、重ねて御礼申し上げます。

介護支援専門員等の福祉専門職の御協力のもとに着手いたしました、福祉サービス利用者の個別避難計画作成の進捗状況についてご報告させていただきます。

## 1 個別避難計画作成開始

令和4年6月 69 法人と業務契約を締結し、計画作成に着手いたしました。

## 2 呉市の個別避難計画作成状況（令和4年度対象者：令和5年3月31日現在）

対象者：1,390人 うち介護支援専門員担当者：605人 作成完了者：341人(56.4%)

## 3 今後の個別避難計画の方向性

呉市では、福祉専門職の皆様に御協力いただきながら、次のことに取組んでまいります。

### (1) 福祉専門職との連携

- 令和6年度末を目途に、福祉専門職が担当する利用者の個別避難計画（令和4年度対象分）作成完了を目指します。また、計画の修正、新規対象者の計画作成に着手します。
- 災害発生時に、優先的に実施すべき業務を特定し、支援体制を確保することができるよう、居宅介護支援事業所等を対象に、平時から防災に資する情報収集訓練を実施します。

### (2) 地域と共に防災力を向上

- 地域の防災力の向上と避難支援の実効性を高めるため、地域での個別避難計画作成に着手し、地域の避難支援関係者と合同して避難訓練避難が実施できるよう調整します。

## 5 おわりに

多くの尊い命が奪われた西日本豪雨災害から5年の年月が経過しました。

家屋の倒壊や断水、物流やライフラインのストップ等、複数の被害から現場が混乱し、何処にどのような支援が必要なのか情報が集まらない状況が続きました。

そのような状況の中、市内外の介護支援専門員の皆様が、一軒一軒、自宅を訪問し、健康状態の確認や支援に繋げるローラー作戦を展開し、被災者の心に寄り添っていただきました。

その後も問題意識を持ち、繰り返す研修や机上訓練、情報収集訓練に積極的に取り組まれ、介護支援専門員の皆様の実力を感じています。呉市もその力に後押しされ、防災の取組に積極的に取り組んでおります。

災害があった呉市だからこそできることがあります。一緒に考え協力し、進んでいきましょう。今後ともよろしく申し上げます。

## 在宅医療における

# 在宅酸素療法/ハイフローセラピー/睡眠時無呼吸症候群の検査・治療の現況



帝人ヘルスケア株式会社 中国支店 広島東営業所  
看護師・臨床工学技士 曾 利 稔

わが国の診療報酬請求上における在宅医療の歴史は 1981 年のインスリンの在宅自己注射から始まり、1984 年の在宅自己腹膜灌流(continuous ambulatory peritoneal dialysis :CAPD)、1985 年の在宅酸素療法(home oxygen therapy :HOT)、在宅中心静脈栄養など保険適用となった。

近年、国策での病床数削減、新型コロナウイルスの拡大、高齢化・平均寿命の延伸など在宅医療における在宅酸素療法の需要は拡大傾向となっております。また、2022 年診療報酬改定において「在宅ハイフローセラピー指導管理料」が追加となり、NIPPV 療法に比べ侵襲度の低い呼吸管理法が拡充され在宅医療での治療の選択は多岐にわたる。

この中から今回、HOT とハイフローセラピーのほか、睡眠時無呼吸症候群の検査・治療について触れさせていただきます。

一口に HOT と申しましても多様な機種・供給業者がございます。これまで多く見受けられた、据え置き型酸素濃縮器装置+携帯用酸素ボンベ。近年運用の機会が多くなっている携帯型酸素濃縮器装置。それぞれ患者様の処方や生活環境に合わせ選定頂くことで、患者さまの QOL の維持、介護者の負担軽減というメリットがございます。またハイフローセラピーにおいては加温加湿された高流量の酸素や空気、または酸素と空気の混合ガスが供給されることにより気道クリアランスの改善や NIPPV 療法に比べ侵襲度が低く、装着中でも飲食や会話、排痰、口腔ケアが可能となるなどのメリットがございます。(但し、適応疾患あり)

### 睡眠時無呼吸症候群について

睡眠時無呼吸症候群 (SAS : Sleep Apnea Syndrome) とは一晚 7 時間の睡眠中に 30 回以上の無呼吸 (10 秒以上の呼吸気流の停止) があり、そのいくつかは non-REM 期 (脳波上の深い睡眠期) にも出現する疾患<sup>1)</sup> と言われます。SAS に罹患していると、良質な睡眠がとれずに日中の活動低下や運転能力の低下、高血圧や虚血性心疾患、脳卒中などの心血管疾患の発症や糖尿病、生活習慣病の合併症のリスクが高まるとも言われております。重度であれば日中の傾眠や朝起きた時の頭痛・頭重感などの自覚症状が伴う事もありますが独居等自分では気づきにくい患者様も少なくなく身近に潜む病とも言われます。検査はご自宅でも簡単に出来ますので上記の既往の患者様や自覚症状のある患者様は一度かかりつけ医の先生へ御相談される事をお勧め致します。

先述いたしましたように、多様化した在宅医療の治療選択を医療機関で把握するには、在宅療養中の患者さまの様子などが貴重な情報となるケースが多々あると思われまます。その様な情報の収集には在宅医療に関連・従事されているスタッフ皆様の見る力、聞く力、伝える力が重要な要素となっており、弊社の活動においても、皆様方との連携が大きな力となっております。引き続き在宅療養中の患者さまご本人・ご家族の QOL 向上のためご協力をいただければ幸いです。

1) 睡眠時無呼吸症候群 (SAS) の診療ガイドライン作成委員会 編：睡眠時無呼吸症候群 (SAS) の診療ガイドライン 2020, 南江堂, 2020

# 看護師が運営するナースタクシー



看護師として様々な患者様と関わらせていただきました。

そんな中、寝たきりや閉じこもりの方、障がいのある方、持病や怪我などで外出が困難な方ともたくさんお話しし、そんな方々がより安心して外出ができる環境を作りたいと思いナースタクシーを始めました。

## 一般のタクシーとの違うナースタクシーの特徴

- ① 感染症の疑いの方もご利用いただけます。  
(別途感染対策費用、消毒料が必要です)
- ② 必要に応じて診察への付き添いをし医師の話を一緒に聞くことも可能です。  
(別途 10分 1,000円が必要になります)

## タクシーチケット

広島市・熊野町・府中町・海田町・坂町  
ご利用いただけます。

## 機材使用料

車いす	無料
標準リクライニング車いす	1,000円
フルリクライニング	2,000円
ストレッチャー	3,000円
吸引器	2,000円
酸素	使用料量よる

搬送時、身体状況に応じて血圧、酸素飽和度  
測定は無料。

広島Lifeサポートまごころ

代表 近藤 和男



事前に言っていいただければQRコード決済(d払い・aupay・paypay)やカード決済(visa・master・amex・diners)でのお支払いも対応可能です。



広島Lifeサポート  
まごころ

広島Lifeサポート「まごころ」(近藤 和男)  
〒731-4214 広島県安芸郡熊野町中溝6丁目6-12  
中国運輸局許認可事業(中国自二第160号)

☎ 080-3871-6214  
FAX 082-847-2887

LINEはこちらへ

広島Lifeサポートまごころ  
代表 近藤 和男

# 機能訓練特化型デイサービス リフィット焼山



施設長 小田 達也

この度、一般社団法人 生きがいは『機能訓練特化型デイサービス リフィット焼山』を令和5年5月に呉市焼山でオープンしました。

当施設は主に機能訓練を中心とした地域密着型の短時間デイサービスで、機能訓練指導員、生活相談員、介護職員、看護職員が協力し、ご利用者様の身体機能の維持や回復のための訓練を行う施設です。運動内容としては、有酸素運動系マシン、平行棒、足温器、物療機器(EMS治療器、ホットパック)を設置しております。また、集団体操(ボール、チューブ等)や口腔体操、認知症予防訓練、個別ストレッチ等、個々の身体の状態に合わせたサービスを提供しています。

機能訓練専門のデイサービスを開設するきっかけとして、地域の皆様に元気で自分らしく過ごして頂きたいという気持ちが強くありました。昨今の新型コロナウイルスによる外出機会の低下に伴った体力の低下や他者交流も減っていくなかで、私たちに何かできることはないかと思い事業を立ち上げました。今までの経験をもとに、少しでも多くの方に効果的で、気軽に出来るような運動を提供し、地域の活性化に繋げていければ良いなと思いました。少しずつ身体を動かしたい方も、しっかりと動かしたい方も、みんなが楽しく運動できる場所にしていきたいと思っておりますので、お気軽にご相談ください。

まだ開設したばかりでご迷惑をおかけすることもあるとは思いますが、今後も『機能訓練型デイサービス リフィット焼山』を何卒よろしくお願い致します。

当施設では、15名定員で5名のグループ制を取り入れております。

少人数で行うことで感染症リスクの軽減や、利用者一人ひとりに対して目の行き届きやすいような構成となっております。



# はたらく母さん看取り奮闘記 VOL.3



呉市役所/スナックレモネード  
医療部 前野 尚子

この記事は、私が約6年前（2017年）に実父を在宅で看取ったときに記したブログです。当時は、小・中・高生を抱え、公務員として働くワーキングマザーであり、車いすで一人暮らしの実父の終末期に直面していました。「できれば最期は自宅で」という思いを叶えるべく奮闘した様子を綴っています。家族の看取りに直面している方や関係者の方々にとって何かの参考になれば幸いです。

## 2017年2月13日「環境変化の影響」

昨年6月に圧迫骨折にて救急搬送されて以来、転院を繰り返していた父は、先週、市内の老人保健施設に移りました。

移ってから2～3日は血圧が高い日が続きました。昨日、初めて見舞いに行くと、かなり弱っている様子。話をしてみると、「腰が痛い」とのこと。あと、「病院に戻りたい」とのこと。この腰の痛みは、昨年6月に腰椎に圧迫骨折をした痛みなのか、がんがもたらす疼痛なのかははっきりしませんが、鎮痛剤はトラマール25mgとカロナール50mgがそれぞれ4錠ずつ、計8錠出ています。この、8錠という量、もう限度なのだそうです。

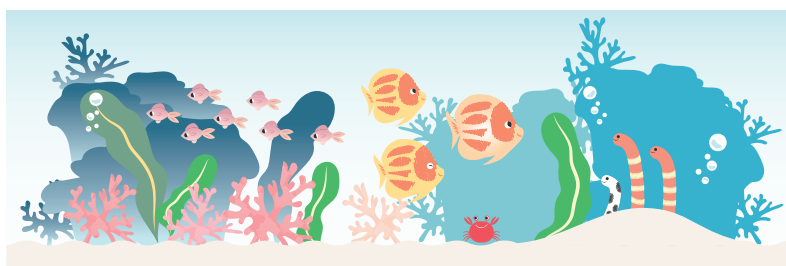
それでも痛みがあり、つらい場合はどうなるのでしょうか？昨日、そのことを施設の看護師さんに言ってみると、医師に相談しますと言われました。もしかしたら医療用麻薬など使う日も来るのかもしれませんが。この医療麻薬、なにやら芸能人のゴシップで最近はやいイメージがないですが、適切に使うことにより、痛みを感じることなく日々を過ごせるものであります。

いわゆる介護施設に行ったことがない父。在宅での介護サービスは利用していましたが、身障手帳を持っていたため、ほとんど施設系サービスは医療入院でお世話になっていました。

入院と介護入所では少し勝手が違います。なので、慣れていた病院に戻りたいのか。それも困りものですが・・・。

ちなみに、施設では、食品持ち込みが絶対不可です。その点、入院はゆるくて、見て見ぬふりをしていていました。なので、父は大好きなみかんを私に言いつけるので買っていましたが、今回はそれもダメです。

もう長くないのだからみかんぐらい食べさせてやりたい…という気持ちと施設の中毒予防や体調管理の立場も分かるので、辛いところです。



## 私の余力充電方法



呉市川尻安浦地域包括支援センター

大島 琴

愛息の大学進学&一人暮らしで「息子ロス」になるはず！だった2019年。忘れもしない入学式翌日、包括への異動の話が舞い込んできました。新天地での職務を「前向き」に考えYESと返事をしたその日から身辺整理がスタート。おかげさまで2019年は「息子ロス」になることはありませんでした。と同時にロスする時間を与えず忙しくさせてくれたのはBTSの推し活でした。

あれから5年…早いものです。彼らも有名になっちゃいました。その間には仕事も含め両親の病気や支援で心身ともに疲れる果てることもありましたが、原動力となったのはやっぱり「推し活」でした。

包括に足を運ばれる方は不安や困り事を抱えて来られる方が殆どです。その方々の話に耳を傾け支援していくためには、かなりの精神力を使います。そして、自分自身に余力がないとくたびれてしまいがちです。両親の相手も…(^;)その余力充電のために、ささやかな癒し＝推し活を楽しみながらこれからも頑張っていこうと思います。

## 目標としていた仕事に就いて



居宅介護支援事業所 すまいる

三宅 佳緒里

平成29年9月に株式会社くれせんのケア事業部に就職しました。最初はグループホームの施設ケアマネとして勤務し、令和4年6月から居宅介護支援事業所に異動となり居宅のケアマネとしてはやっと1年経とうとしています。

施設ケアマネは現場が主な仕事でケアプランも施設だけでの支援を考える為のもので、同じケアマネでも居宅ケアマネとは別の職種の様で毎日が戸惑いと緊張の連続ですが、自分では困難な場面に直面した時には、上司や先輩方にアドバイスをもらったり、勉強させてもらいながらなんとか仕事をする事ができています。

20年前、介護の仕事に就き、その時に目標していたのがケアマネジャーという仕事です。今は目標としていた仕事に就いたものの早く一人前になりたいと思う気持ちがある一方で、自分ではもしかしてケアマネジャーには向いていないのではないかと落ち込む事も多々あります。だけどその反面 ご利用者様から元気と癒しを頂き、「頑張ろう」と前向きな気持ちになれているのも事実です。

まだまだ未熟なところばかりですが、なにがその人にとって適切な関わりなのかを考えながら一歩ずつ前に進んでいきたいと思っています。

## 編集後記

暑さが本格的になっていますが、皆様、熱中症対策万全でお仕事されていますか？

先日、「ケアラー支援」の研修報告を聞いた時に介護支援専門員は高齢者だけを支援するのではなく、一つ屋根の下にいる高齢者、障害のある方、認知症の方、不登校の子供等、様々であること、また問題視されているヤングケアラーや生活困窮者も増えている現状にも私達は目を向けなければならないと感じました。

「適切なケアマネジメント手法」等、研修で学ぶことは多くあり、暑いからとぼーとしてはられませんね。でもリフレッシュも大事です。私は趣味を続けたり、休みの日はウォーキング等で疲れな程度の運動をして外の空気を味わうようにしています。皆様も気分転換を図りながら夏バテしないで頑張りましょう！

梶川 清治



## 事務局だより

全国で、大雨による水害が相次いでいます。

水害のニュースを見る度に、5年前の西日本豪雨災害が思い出されます。その時の傷跡は様々な所で残っています。被害に遭われた方は、一日も早く、元の生活が取り戻せますようにお祈り申し上げます。

さあ、BCPをしっかり確認しておこう。

また、年会費が未納の方は、お早目の入金をお願いします。



— 広告のお願い —

**企業や団体の皆様には、常日頃から当協議会の活動にご支援を賜り、こころより感謝申し上げます。  
今後も、事業活動の充実に是非ともご活用下さい。**

広告のお申込は、事務局までお願い致します。

担当：向井

発行責任者 宮下 勝則  
広報委員長 竹中 敦子  
広報委員 舩谷 御幸 小川 ひろみ  
梶川 清治 生馬 聡子

事務局 〒737-0051 呉市中央5-12-21  
呉市福社会館 1階  
呉市社会福祉協議会内 担当：向井  
TEL:0823-32-3510  
FAX:0823-32-2443