

会報

第 63 号

呉市介護支援専門員連絡協議会

巻頭言 「認知症になっても安心して生活が送れる社会を目指して」

呉市介護支援専門員連絡協議会 副会長 総務委員長 都甲 進一



私たちは、認知症と診断された方や、不安を抱えておられる方に、どのような未来を描けているでしょうか。認知症になっても住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることができる社会の実現は、私たちケアマネジャーにとって日々の実践と深く結びついた大きなテーマです。呉市認知症パッケージ事業は、認知症になっても誰もが住み慣れたまちで安心して暮らし続けることができるよう、認知症に対する偏見の解消や早期に医療機関につながる市民の意識変化を目指していく取り組みです。

現在の社会には、認知症に対する誤解や偏見がなお根強く残っています。私たちの支援の現場でも「認知症になると何も分からなくなる」「支えられるだけの存在になる」といったイメージを持たれることが少なくありません。確かに認知症により生活上の困難や支障が生じることはあります。しかし、正しい知識と理解のもと適切な支援につながることで、その人らしさを大切にしながら希望を持って生活を続けることは十分に可能です。こうした考え方が認知症を新たな視点で捉える「新しい認知症観」につながっていきます。当事者自身が認知症という事実を受け入れたうえで、自分らしさを失うことなく、希望をもって生活を続けていくことができる社会を目指すことがその根底にあると思います。

呉市認知症パッケージは、予防から早期発見・治療、生活支援・重症化予防、介護者支援、保険制度による保証などを一体的に実施していく支援の枠組みです。身近な相談窓口の整備や周知をはじめ、かかりつけ医、専門医療機関、地域包括支援センター、介護サービス事業所、行政等が連携することで、本人や家族

が不安の中で立ち止まることのないように、また認知症に対する正しい知識の普及を通し、不安の段階から暮らしの継続まで支え合える地域作りを目指しています。

その中で私たちケアマネジャーは利用者や家族にとっての相談相手として、認知症について正しく伝えながら、本人の思いや生活歴等に寄り添ったケアプランを調整し、支援を「その人の生活」として具体的な形にしていくこと。そして医療・介護・行政・地域の関係機関をつなぐ調整役としての役割が求められます。日々の実践の中で築かれる関係性の積み重ねが、認知症があってもその人らしく生活を続けられる社会の土壌をつくり、支えていく力になると感じています。

誰もが認知症になる可能性があります。こうした取り組みは、今を生きる高齢者のためだけのものではありません。若い世代や子どもたちが将来高齢者となったとき、今よりも安心して暮らせる社会を築いていくための大切な基盤づくりでもあります。そして現在支援する側にある私たち自身がいずれ歳を重ね、認知症を含め何らかの支援を必要とする立場へと移っていく…。

支援する側とされる側を分けて考えるのではなく、誰もが人生の中で立場を変えながら地域で生きていく存在であるという視点を持つことが、私たち一人ひとりの実践を通して地域共生社会を形づくっていく力になるのではないのでしょうか。



呉市初 在宅医療専門クリニック ホームケアクリニック呉開業

2025年10月より、呉市焼山の旧鷹橋医院を再開させ、在宅医療専門のクリニック「ホームケアクリニック呉」を開業いたしました。

呉市の人口は、2025年に20万人を割り込み、今後も人口減少は続いていくと思われます。一方、高齢者の割合は年々増加し、35%を超え、7万人超を数えます。私どものクリニックがある昭和地区では、約60年前程から宅地造成が始まり、現在でも人口3万人を超えています。ほとんどが1軒家で独居の方も多く暮らしておられます。



この度、時代と地域のニーズに合った「在宅医療・訪問診療」を中心とした、クリニックを開業するに至りました。地域の皆さんの健康と安心に少しでも寄与したいと考えています。訪問診療は、基本的に月2回程度、定期的に医師が訪問し、診療を行います。ケアマネジャー、訪問看護ステーション、訪問介護、薬局と連携し、365日24時間体制で対応してまいります。

訪問可能地区は、呉市全域(島しょ部は除く)、熊野町、黒瀬町、広島市安芸区の一部となっております。個人宅、介護施設等幅広く訪問させていただきます。

昨年10月より開業し約半年ほど診療をしてまいりました。当クリニックへの相談経路としては、家族の方がチラシを見て直接依頼をしてくださるケースもあり、そのチラシは、地域包括支援センターや回覧板等で配布して頂いたことをご連絡を頂いたようです。また、居宅介護支援事業所や地域包括支援センターのケアマネジャー様から訪問看護ステーションへ相談があり、訪問看護ステーション様より当クリニックへご依頼いただいたケースもありました。どのような形であれ、ご依頼を頂けたら、訪問させていただきます。



対応事例として、家族より「歩けなくなった。腹痛の訴えもあり、排泄の汚染等もあり、食事も摂れていない。どうしたらいいですか。」とクリニックに直接の相談がありました。救急搬送することを提案しましたが、病院が嫌いな方で、家族も「偏屈な性格」だと困っておられたため訪問しました。クリニックの連絡先は、地域包括支援センターから聞かれたとのこと。点滴、保清の確立、状態観察の必要があると思われたため、訪問看護ステーションの看護師と連携を取り同日訪問にて情報を共有し、サービス開始となりました。その後も訪問看護と連携を取り、病院嫌いな本人と人間関係を構築し、検査を受けることができ、入院にて加療することができています。

現在医師4名体制で24時間365日の体制を構築しております。どのようなケースにも対応できるようスタッフ一同頑張っておりますので、是非気軽にご相談ください。





デイサービスセンター後楽荘では、今年度新たな取り組みとして、既存の一室を改装し、映画鑑賞や Nintendo Switch Sports、カラオケを楽しめる多目的ルームを整備しました。プロジェクターを活用し大画面ならではの臨場感ある映像と音響を実現することで、利用者様から「まるで映画館に来たみたい」「体を動かしながら楽しめるのがうれしい」といった好評の声をいただいています。

映画鑑賞では懐かしの名作を中心に選定し、会話や思い出話が自然と広がっています。Switch Sports では無理のない動きで身体を動かすことができ、運動機会の創出や気分転換にもつながっています。特に、これまで活動意欲が低かった男性利用者において対決形式や競争要素が加わることで、「負けたくない」「もう一回やりたい」といった前向きな反応が見られるようになりました。このように娯楽性と機能訓練、交流を兼ね備えた空間として、利用者様同士や職員との距離が近づき、笑顔があふれる場となっています。

今後も地域の皆様を開かれた温かいデイサービスを目指し、「行きたくなるデイサービス」を合言葉に工夫を重ねてまいります。

阿賀コスモス園デイケアが大切にしていること

介護老人保健施設 阿賀コスモス園

支援相談員 幅野 由二郎



介護老人保健施設阿賀コスモス園では、《その人がその人らしく生きるために》という理念のもと、人としての尊厳を大切に、ご利用者様お一人おひとりに応じた生活レベルの目標を設定しながら、在宅生活への復帰をめざした支援を行っています。

通所リハビリテーション(デイケア)では、在宅生活を継続していくために必要なリハビリテーションを中心に、入浴や食事提供などの日常生活支援を実施しています。また、毎月の行事を通して季節感を味わっていただき、楽しみや満足感につながる時間を大切にしています。リハビリでは、モニターを使用した健康体操を取り入れており、画面の動きに合わせて体を動かす採点方式となっています。100点を獲得された際には記念撮影を行い、意欲的に取り組んでいただけるような工夫をしています。

そのほか、筋力訓練のための各種リハビリ機器、ウォーターベッド、マイクロ、低周波なども活用し、心身の状態に合わせた多様なプログラムを提供しています。これからも、ご利用者様が在宅生活を安心して続けていけるよう、スタッフ一同様々な支援に取り組んでまいります。



JOYSOUND オンラインレクリエーション活動

デイサービスセンターすまいる焼山 管理者 平岡 綾

デイサービスセンターすまいる音戸 管理者 河部 真理

デイサービスセンターすまいる阿賀 管理者 長尾 萌美

すまいる焼山・音戸・阿賀では、JOYSOUNDを活用しオンラインレクリエーションを実施しております。生配信なので画面の中からトレーナーさんが「すまいるさーん」と呼びかけられると皆様が画面に映し出され、「私ら映っとるよ〜！！」大盛り上がりです。全国のさまざまな施設の方々も画面に登場するので、つながる機会でもあり日頃のレクリエーションでは味わえない特別感があります。

週1回45分間のプログラムには、専門家・専門職のトレーナーさんによるリハビリ体操、リズム運動、面白いクイズ、行ったような気分になれる季節の風景ナレーションなどなど毎回違った飽きることのない内容となっています。

お客様の声：無理なく全身運動が出来てよい。

簡単すぎず難しすぎることがないので取り組みやすい。

お客様が楽しく運動していただけるすまいる、笑顔で過ごしていただけるすまいるを無料体験してみてください。

○すまいる焼山 最大3回 無料体験実施中

○すまいる音戸 1回無料体験実施中 ブラックジャック(トランプゲーム)毎日開催、パチンコ2台

○すまいる阿賀 最大3回 無料体験実施中



働く母さん看取り奮闘記 番外編 その2

呉市役所／スナックレモネード医療部
前野 尚子

～「研究」が「現実」に変わる時。働きながら家族を看取る、私たちの心のOS～

呉市介護支援専門員連絡協会の皆様、こんにちは。前回に引き続き、「働く母さん看取り奮闘記 番外編」をお届けいたします、前野です。

前は、私が現在大学院で取り組んでいる「働きながら家族を看取る人々の行動特性」という研究について、そしてその知見を盛り込んだ書籍『医療×エフェクチュエーション』についてご紹介させていただきました。実は、その修士論文の執筆が佳境に入っていた頃、私自身も身近な家族の在宅看取りの場に立つことになりました。研究で分析していた事象が、我が身の「現実」として立ち上がる。その日々は、私が研究で明らかにした「行動特性」を、身をもって追体験し、検証するような不思議で、且つ厳かな時間でした。

今回は、まず私の研究で明らかになった「働く介護者の特徴」をご紹介し、それが実際の現場でどう現れたのか、ケアマネジャーの皆様の支援がいかに重要だったかをお話したいと思います。

1. 研究でわかった「働きながら看取る」ための6つの鍵

私の研究では、仕事を続けながらご家族を自宅で看取られた方々にインタビューを行い、その行動に共通するパターンを分析しました。その結果、彼らが無意識のうちに行っていた「6つの行動特性」が見えてきました。これらは、働く家族が看取りを成し遂げるために、無意識のうちに構築した『心のOS（基盤）』のようなものです。

- ①被介護者の意思の尊重と病状への理解：本人の「家で」という願いを軸にし、予後を正しく理解すること。
- ②ワーク・ライフ・バランス調整に伴う対外折衝：職場や顧客へ理解を求め、交渉や調整を行うこと。
- ③パーソナルサポートネットワークのマネジメント：家族・親族・近隣・専門職を巻き込んだチーム作りと相互のケア。
- ④困難・ストレス状況下における自己管理：共倒れしないための息抜きやメンタルケア。
- ⑤変化への対応と自己開発：日々変わる容態に合わせて、やり方を学び直す柔軟性。
- ⑥介護を支える価値観・規範意識：「最期まで家で」「恩返しがしたい」という強い動機。

私自身の経験でも、これらの要素がいかに重要であることを痛感しました。

2. 「覚悟」のスイッチが入る瞬間 ～意思と病状の共有～

在宅での看取りを選択するか、施設にお願いするか。揺れ動く家族の背中を最後に押すのは、やはり「本人の言葉」でした。

私の経験した事例でも、本人が元気な時は、ACP（人生会議）には消極的な空気が漂っていました。ですが、いよいよという局面を迎えた担当者会議の席で、本人が「自宅で最期を迎えたい」とはっきり口

にしたのです。その一言で、家族はその言葉をしっかりと受け止め、覚悟を決めました。

これはまさに、先ほどの行動特性の1番目【被介護者の意思の尊重と病状への理解】にあたります。ケアマネジャーの皆様があの手この手でご本人の「本音」を引き出し、病状の見通しを伝えてくださるプロセスこそが、家族の想いをひとつに結束させるスイッチだったのです。

3. 働く家族の「見えないマネジメント」

さて、いざ在宅介護が始まると、私たち「働く世代」は、専門職の皆様には見えないところで、猛烈な「環境調整」を行うこととなります。日中は仕事、夜間や休日は介護という綱渡りを成立させるために、私たちは行動特性の2番目【対外折衝】や3番目【ネットワークのマネジメント】をフル稼働させます。例え、職場との交渉です。ただ「休みます」と言うのではなく、上司に状況を説明し、業務の優先順位を整理し、交渉するプロセスが必要になります。

そして、「介護チーム運営」も欠かせません。別居の親族も含めた「介護チーム」を結成し、SNS等のグループ機能で情報を常時共有しました。「今、訪問看護師さんが入りました」「食事、3割摂取」「今日は顔色が良さそうです」。こうした情報がリアルタイムで飛び交うことで、誰かが動けない時は別の誰かがカバーに入る体制を作ります。困った時にはご近所の方に駐車スペースをお願いするなど、地域資源も総動員しました。

4. 「予測不能」な日々を支える、専門職の伴走

しかし、いくらチームを組んでも、介護の現場は予測不能です。特性の5番目【変化への対応】が求められる場面です。

特に排泄ケアなどは、昨日うまくいった方法が今日は通用しない、ということが頻繁に起こります。ポータブルトイレの位置、おむつの種類、声かけのタイミング。正解のない問いに直面し、疲労が蓄積していく中で、私たち家族を救ってくれたのは、やはり専門職の皆様の「知見」と「言葉」でした。「少し先に必要になるかもしれないから、〇〇のサンプルを置いておきますね」。専門職の方のその予言めいた言葉通り、数日後にそれが必要になることが何度もありました。介護の素人の私たちにとって、その都度的確なサポートをさりげなくしてくださる皆様は、まさに「水先案内人」でした。

5. おわりに：専門職は「黒子」であり「伴走者」

家族が在宅での看取りを選択し、実践していく過程には、単なる「愛情」だけでなく、具体的な「適応力」や「マネジメント力」が存在しています。そして、その力は、ケアマネジャーをはじめとする専門職の皆様の支えは必須のものとなります。

多くの家族は、介護の「素人」です。どうか皆様には、ご家族が本来持っているこれらの力を信じ、引き出し、そして時にはそのチームを影で支える「黒子」として、あるいは「伴走者」として、これからも支援していただければ幸いです。

私自身も、この「奮闘」の実感を胸に、市役所職員として、また研究者として、皆様と共に地域を支える活動に邁進していきたいと思っております。今後とも、どうぞよろしくお願いいたします。



サンキ・ウエルビケアプランセンター 呉
中津 祐子

訪問介護の仕事を通して、多くの方と出会い、その方々の暮らしにそっと関わってきました。訪問介護をしていたからこそ行ける場所があり、高台から眺める町並みや瀬戸内海に浮かぶ島々の景色を見ることが大好きです。又、季節の移り変わりを感じ心癒され楽しんできました。

一軒一軒の訪問先には、その人らしい生活があり何気ない会話や日常生活のひとコマから学ばせていただく事が沢山あります。還暦を迎え介護支援専門員として新たな一步を踏み出しました。毎日が不安や戸惑いの連続で手探り状態です。しかし、年齢を重ねた今だからこそ、気づける視点や急がず丁寧に向き合う姿勢を大切にしていきたいと感じています。

多職種の皆さんに支えられながら、ご利用者様が住み慣れた場所で、その人らしく穏やかに暮らし続けられるよう、知識を身に付けて支援の技術を向上させ、しっかりと寄り添いながら歩いていきたいと思えます。



私のちょっとした安らぐひと時

ふたばハイツ
直江 佳子



この度、会報誌の原稿依頼を受けて、どんなことを書こうか考えたときに、丁度人生2回目となる花展(生け花の展示会)が間近に迫っている時なので、生け花について少し書かせていただきたいと思えます。

生け花を始めたきっかけは、20代前半に母親から言われたのが始まりで、ある程度やったらやめるかなと思いつつ、気が付けばウン十年続いていました。通っていた教室の先生が、資格取得や花展の出瓶にうるさく言わない方だったこと、年齢の近い生徒さんが多かったため、思いのほか楽しくお稽古ができたからでしょう。

お稽古を始めたころは、その日用意された花材で、どの花をどれだけどのようにしていくか、スムーズに生けることができなかつたのですが、年月を重ね何度も繰り返していくうち、あれこれ考えることなく花材を手に取りながら、「これは中心だな」とか「短くしてみよう」とスムーズに生けられるようになってきました。時にはじっくりいかず悩んでしまう時があり、こんな時は大抵生け終わってもあまり納得いく出来栄にはなっていません。逆に、何も悩むことなく短時間で生け終わることもあり、この時には自分でも上手く生けたと思えて、先生の手直しさえないから不思議です。この時は本当に嬉しいです。私は花材のことだけ思いながら生けている時が、心が安らぐひと時で大切な時間です。

もうすぐ花展の本番です。今から不安と期待でいっぱいです。花材は同じものは一つとないので、ある意味ぶっつけ本番です。悩むことなく生けることができますように。



二つのいのちと、これからの私

呉市社会福祉協議会 呉居宅介護支援事業所
管理者 土本 久美子

我が家に子犬の「麦」を迎え、先住犬の「侘助」との新しい生活が始まりました。「侘助」の分離不安を和らげたいという思いもありましたが、実際には先住犬への配慮や子犬の世話で慌ただしい日々が続きました。それでも少しずつ家族全員が新しいリズムに慣れてきています。今回、「麦」を迎える中で「自分はいつまでこの子たちをきちんと世話できるのか」という思いがよぎりました。散歩に必要な体力や医療費、もし自分に何かあったらどうするのか—そんなふうには人生を逆算して考えるようになっていたのです。20代の頃、特養で出会った多様な入居者の人生は当時は遠い物語のように感じていましたが、

今は自分の未来として重なって見えるようになりました。介護支援専門員として利用者の人生に触れるたび、そこにある思いや背景に心が動かされます。侘助との暮らし、そして麦を迎えたことは、自分自身のこれからを考えるきっかけとなり、専門職としての視点も少し深めてくれているように感じています。



編集後記

以前、ご家族から、「うちのおばあちゃんは『トイレ』ではわからないので『便所』と言ってください」と言われたことがあります。自分が日常使っている言葉(カタカナ英語、和製英語等)を、ご利用者に合った言葉に変換して話すのは難しいものです。一般に使われている言葉なのに…と思ったものです。

ところが最近では、若い人の話す言葉がわからなくなってきました。そればかりではなく、文章にも増えてきました。わからない言葉を飛ばして読むと内容がさっぱり理解できません。その都度尋ね丁寧に教えてはもらいますが、時間が経つと忘れてしまい困ってしまいます。

しかし、春です。新しい言葉やそれを話す人と接する機会が増えてきます。困ってばかりはいられません。その「わからない」を楽しみながら、別の誰か(ご利用者など)には伝わる言葉に変換して話ができるようになりたいと思っています。



新しい1年を楽しみながら頑張りましょう。

藤田 真紀

発行責任者 宮下 勝則
広報委員長 竹中 敦子
広報委員 舛谷 御幸 梶川 清治
藤田 真紀

事務局
〒737-0051 呉市中央 5-12-21
呉市福祉会館 1階呉市社会福祉協議会
担当 藤岡

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

TEL:0823-32-3510

FAX:0823-32-2443



Instagram

フォローよろしくお願いします！