

# いらはら通信

2009.10 No.1

AUTUMN

秋号



●表紙の写真

今年度の生活介護サービスの新人職員です。

- 理事長通信 ..... 2
- ケア百科 ..... 3
- いらはら栄養教室 ..... 4
- 事業所通信 ..... 6
- リハ室だより ..... 7
- 第3回 医療・介護セミナー/デイケア作品 ..... 8



伊藤 沙耶 (GHユカリ新松戸)



中田 早紀 (はなみずき)



大村 紗紀 (さざんか)



加賀美 智香 (金木犀)

特集 ..... 5

「こころを科学し暮らしに寄り添い地域を創る」  
第15回 全国の集いin群馬2009



# 台灣の小規模多機能

いらはら診療所 理事長

苛原 実



(写真-1)

秋のシルバーウィークに、台湾の施設見学に行つてきました。施設長の遊如玉さんと、今年の3月にシンガポールで開催されたアルツハイマー会議で知り合い、その時に約束を果たしたのです。台湾の南部にあるY.M.C.A.が運営する施設で、日本に当てはめると特養とデ



(写真-2)

でやつておりました。リズミカルな音に合わせて、車椅子に座つていた方も腕や足をリズムに合わせて動かしていました。中国の高齢者は昔から朝に体操を行なう習慣があり、多くの方が参加をしていました。2階、3階は住居フロアで一ユニット10室程度です。部屋をはさんで居

南市に成功国立大学教授もきており、議論をしてきました。台湾の方は親日家が多く、とても親切に対応をしてくれました。特に、「歓迎！苛原実医学博士」という、張り紙みは形の「たっくん」、「花ちゃん」です。私たちのお土産は、おしゃべり人形の「たっくん」、「花ちゃん」です。台湾の高齢者は日本語を話す方が多く、今回の訪問でも入居者の方と日本語で簡単な会話ができました。9月下旬でしたが、30度を超す暑さの中、本当に有意義な時間を過ごすことができ、台湾までいった甲斐がありました。台南から新幹線で台北までましたが、日本の新幹線と同じ仕様でウトウトしながら、自分が今どこにいるのか一瞬わからなくなりました。

次回は彼らが私たちの施設を訪問する番です。同じアジアの友として、こうした交流がもっと盛んになることが国際平和に必要なのだと痛感しました。

朝の10時過ぎに施設についた時は、ちょうど朝のエアロビ体操をホール

# 「介護職員処遇改善交付金」をご存知ですか？

生活介護サービス株式会社

業務支援課

堺 淳子



先月、社長と職員代表で船橋市の高齢者専用住宅やグループホーム、小規模多機能型居宅介護などを併設している複合型施設を見学してきました。

今年4月の介護報酬改定で、介護職員の賃金を月額2万円程度アップすることを目標に、報酬が3%引き上げされたことは記憶に新しいと思います。

この改正は、基本報酬の見直しはほとんどなく、一定の要件を満たす場合のみ、加算として算定できるという仕組みです。介護保険事業所からは、「過去2回の報酬引き下げによるマイナス分も取り戻せない」「赤字の補てんにしかならない」「赤字が上がつており、当社も例外ではなく、賃金に十分反映させられるだけの増収にはなっていません。

これらの結果を受けて、政府は、経済危機対策の一環として、職員1人当たり月額1万5千円の賃金アップに相当する額の「介護職員処遇改善交付金」を決め、平成21年度の補正予算で約4千億円を計上しました。支給期間は、今年10月から平成23年度末までです。来年度以降は、職員のキャリア・パスに関する要件を満たさない場合、減額される予定もあります。その要件や減額率などは未定であり、政権交代がなされた今、どうなるかは予測もつかない状況です。

交付金の額は、事業所の介護報酬（売上）によって算出されます。交付

対象者は、介護保険事業所の「介護職員」に限られています。と、言うことは、同じ職場で働く、管理者、専門職者（看護師・ケアマネ・PT・OTなど）、事務員、運転手などは対象外です。また、介護保険事業を行っていることが前提ですので、当社の住宅型（外部サービス利用型）有料老人ホームの専従職員のように介護報酬の対価を受けない事業所・職員には交付されないことになります。

ここで、皆さんが気になるのは貴重な保険料や税金が本当に介護職員にむけられているのか？会社の儲けになつているだけでは！？ということだと思います。

当社でも、昇給や資格手当の支給など実施してきた他、交付金で介護職員に一時金を支給できるよう進めています。交付金は全て、職員の処遇改善に充てるものとされており、それを証明し、申請する手続きの手間といつたら大変なものです。その手間と、交付対象外の職員への配慮を考えると申請に躊躇してしまうくらいです。他に流用できない仕組みと、書類上の厳しい確認とで、交付金の全では、必ず、介護職員の皆さんに配当されます。

しかし、報道されているように、月額1万5千円上がるとは限りません。前述したとおり、交付金額は事業所の売り上げから算定されますし、対象となる職員には正社員もパート職員もいます。事業所や勤務形態によって差が出てきてしまうこと、期限付きの制度であることを職員の皆さんにもご利用者の皆さんにもご理解いただけたらと思います。

固いお話になつてしましましたが、現場の職員は、利用者さんの笑顔を糧に明るく元気に働いています。今後とも宜しくお願い致します。

## いらはら栄養教室

### サムゲタン風

鶏肉と野菜を炊飯器に入れてスイッチポン  
韓国料理のサムゲタンが簡単にできます。



管理栄養士 山崎 裕美

噛むことの困難な方むけに介護食として鶏挽肉のソフトつみれを紹介していますが、ご家族皆さんで召し上がっても美味しいいただけます。

高齢の方には、挽肉は口の中ではらけやすく誤嚥しやすいといわれていますが、つなぎに『卵の素』を使うことにより口当たりよくまとまりやすく仕上げました。

スープで炊き上がった熱々のお粥も美味。米と一緒に炊いてお粥を同時につくることで、米でのんぶんによりスープに自然のとろみがつき、むせの防止になります。

野菜類は紹介している以外にも好みで入れてかまいませんが、下ゆでをしたほうがより軟らかく仕上がりります。

噛むことの困難な方には、出来上がってからつぶしたり、きざんであげるとよいでしょう。

寒さの増す季節、是非ご家族皆で食卓を囲んでください。

薄味なので食べるときにお好みで塩、こしょうを。柚子こしょうなどでも美味しいですよ。

#### 材料(約4人分)

- 鶏手羽元または鳥手羽先 4本
- ソフトつみれ  
鶏挽肉 120g  
玉葱 30g  
炒め油 適量  
卵の素※  
片栗粉 2g  
生姜汁・塩 各少々
- 長ネギ 中1本
- 大根 150g
- 人参 70g
- しょうが 1片
- にんにく 2片
- 米 大さじ2
- 塩 ひとつまみ

※卵の素…卵黄1個に同量(カップ約1/2)の油を少しずつ混ぜ、とろつとするまでよくませます

#### ●作り方

##### 1) ソフトつみれの作り方

- ・玉葱はみじん切りにし、油で炒めて冷ます。
- ・鶏ひき肉、片栗粉、卵の素をあわせ、ねばりができるまでよくませる。
- ・一口大にまるめる

##### 2) 長ネギは斜め切り、人参、大根はいちょう切に。

##### 3) にんにくは丸のまま、生姜はスライスする

##### 4) 炊飯器に材料を全部いれて、食材がかぶるくらいの水をいれる。

##### 5) 炊飯モードのスイッチをいれる。



写真1) 右下のマヨネーズのようなものが卵の素



写真2) 材料を炊飯器へ



写真3) 出来上がり



写真2) 材料を炊飯器へ写真4) 介護食として、お粥といっしょに。野菜はつぶしてあります。

# 特集



NPO 在宅ケアを支える診療所・市民全国ネットワーク

## 「こころを科学し暮らしに寄り添い地域を創る」

### 第15回 全国の集いin群馬2009

9月20、21日に群馬で行なわれた、第15回NPO在宅ケアを支える診療所・市民全国ネットワークに参加して参りました。今年のテーマは、「こころを科学し暮らしに寄り添い地域を創る」多職種協働ネットワークがパラダイムを変える」とでした。

今年は、院長を始め、浅沼事務長、生活介護サービス三富社長、実幸会と生活介護サービス合わせて30名の職員が参加いたしました。有名な先生方の様々な講演やシンポジウム、現場の職員達等が日頃の実務を通して発表する実践交流会が行なわれ、それぞれ興味のあるもの、学びたい分野の話を聞くいい機会となりました。

今回、実践交流会で演題を発表した職員は4名です。内容については、演題名のみご紹介させて頂きます。

#### 特定人居者施設 はなみずき 施設

**長島川さん** 「Aさん今日もお掃除お疲れ様です!障がい者と一緒に働くこと。事業所への効果分析。ジョブコーチ支援と共に」

**南柏老人訪問看護ステーション P.T**

**広田さん** 「訪問リハビリでの目標設定「何をしたいですか?」と聞くこと」

**グループホームさざんか 施設長 飯島さん** 「「共に歩む」の実践やんぢや

なAさんの回想録」

**グループホームユカリ新松戸 施設  
長 小泉さん** 「グループホームでの看取り」と「利用者本位のケア」

上記以外にも「診療所・事業所の経営」というテーマで行なわれたテ

フルセッションに実幸会 浅沼事務長が講演をしました。

年1回行なわれるこの会は、普段の業務を振り返ったり、自分の仕事を考え直す良い場となります。時には会場の方からの鋭いご質問やご意見を頂く場合もありますが、全ては自分達の為になる経験と考え、職員は毎年挑戦をしています。自分の知識や発想には無かつたような目からウロコのよつなお話しさに出会えたり、それのお話を伺う事で視野が広がるようになります。

私達の仕事は、「心」が最も重要なですが、その根本となる知識や情報を吸収し、より深めることができると痛感しております。

患者様・利用者様に選ばれる医療機関・事業所である為に、職員一同これからも沢山勉強をし、成長して参りたいと思います。

(小杉由美子)

## 事業所紹介



### ユカリヘルパーステーションの一日



### ユカリ ヘルパーステーション

松戸市小金原 4-24-18

☎ 047-309-5855

事務所営業時間

土日祝日を除く 8:30 ~ 17:30

ユカリヘルパーステーションは、介護保険施行と同時にオープンし10年目を迎えていきます。松戸市小金原を拠点に、現在、15名のヘルパーが地域の利用者様の支援にあたっています。訪問ヘルパーの仕事内容は様々ですが、ケアマネジャーが作成するケアプランに基づいて身の回りの介助や支援をします。



ヘルパーの訪問スケジュールは、かなり過密。訪問の合間をみて束の間の昼休み。普段はみんな出払っている事務所もこのほんの数十分(数分!)は明るい声が飛び交います。  
そして、また、訪問へ…



訪問ヘルパーは元気と体力勝負!!  
雨の日も風の日も元気に利用者さん宅へ伺います。



この日の午後は、デイサービスから帰宅される利用者さんを玄関でお待ちし、「お帰りなさい」と迎え入れ。上着を脱ぎ、荷物を片付け、手洗いうがいそして、利用者さんと一緒に食事作り。利用者さんお一人では難しいことをヘルパーが、少しあ手伝いで利用者さんは今までの生活を続けることが出来ます。利用者さんと生活のひと時を一緒に過ごし、訪問後は、ステーションで事務処理、翌日の準備)また次の訪問で、利用者さんと笑顔でお会いする。その日々を繰り返すことで利用者さんに「自分らしく」「幸せ」だと感じながら過ごして頂けるというのが、ヘルパーの目標といいのです。



### おまけ



ヘルパーの訪問バッグ 大公開!!  
タオル・記録用紙・文房具・手指消毒薬・絆創膏・体温計・使い捨て手袋・靴下カバーいろいろな物が入っています。

## リハ室だより

【寝ている時  
<座っている時  
<立っている時】



作業療法士 松本 好美

運動を行うときの姿勢がそれぞれあるように、姿勢によって得られる効果があります。

今回は立っている時！

ベッドでずっと横になっている・・・テレビに向かってずっと座ってる・・・  
そんな時、少し姿勢を変えてみて下さい。

立っている時に得られる効果について以下に挙げてみました。

1. 循環（血の流れなど）がよくなる。

立つと末梢まで流れ必ず戻ってくるため、心機能の働きもよくなる。

2. 筋・骨・皮膚が働く。

血を作っている骨・それを運ぶ筋の働きがよくなるので、循環をよりよくする。

3. 尿量が増える。

老廃物が排出され、むくみの軽減にも繋がる。

4. 胸郭（胸の肋骨部分）が潰れている状態から拡がり、呼吸しやすくなる。

呼吸がスムーズに行えることで、循環もよくなる。

5. 床ずれを防ぐ。

同じ部位が常に圧迫されている状態（床ずれの原因）がなくなる。立位姿勢での床との接地面である足の裏は床ずれにならない。

6. 意識レベルが向上する。

刺激が入力しやすくなり意識レベルが向上することで、脳の活性化にも繋がる。

7. 顔が美人になる★

重力に押しつぶされた顔ではなくなり綺麗に見える。表情も気軽に合わせて変化しやすくなる。

ずっと同じ姿勢だと疲れてしましますので、バランス良く。

体に無理のない範囲で構いません。

時々姿勢を変えてみてはいかがでしょうか。



9月27日に診療所1階フロアで第3回目となる医療・介護セミナーを開催いたしました。

今回は、「知って得する 介護保険の基礎知識」というテーマで生活介護サービス株式会社 三富社長にお話しをしていただきました。総勢50名もの地域の皆様にご参加いただき、大盛況で終える事ができました。質問も沢山あり、まだまだ介護保険が全ての方々に広く理解されていない事を痛感いたしました。参加してくださった方々、お忙しい中、本当にありがとうございました。

尚、第4回目は「賢い入居系サービス施設の選び方」というテーマで11月15日に開催を予定しております。ご興味のある方は、お気軽にご参加下さい。

## 第3回 医療・介護セミナー



### デイケア 作品紹介

壁に飾る大きな作品です



### 編集部より

「いらはら通信」はいかがでしたでしょうか？少し休んでおりましたが、装いを新たにして開始いたしました。今後も身近な、そして旬の情報を発信してゆきたいと思います。  
また、皆様からのご意見やご感想、精魂込めた作品などお寄せ下さい。お待ちしております。  
さて、テレビでは「新型インフルエンザが本格的に流行」「ワクチンの接種時期決定」などと報道されています。新型のワクチンは接種すればかからないというのではなく、重症化しやすくするものだそうです。そして新型だけではなく、新型インフルエンザや風邪なども流行っててくる時期です。やはり予防にはまずは「うがい・手洗い」の徹底ですね。私の場合は、プラスたくさん食べて、よく寝る！熊のような行動ですが・・これでバツチリです。皆様、日増しに肌寒くなりますのでどうぞご自愛ください（浅沼）



医療法人社団 実幸会 いらはら診療所

診療項目／整形外科・内科・リハビリテーション科

〒270-0021 千葉県松戸市小金原4-3-2

TEL.047(347)2231(代) FAX.047(347)2551 URL : <http://www.irahara.or.jp/>

生活介護サービス株式会社

〒270-0021 千葉県松戸市小金原4-24-18

TEL.047-347-8859 FAX.047-309-2525 <http://www.seikatsukaigo.co.jp>

発行=2009年10月

発行人／苟原 実

発行／医療法人社団 実幸会

270-0021

千葉県松戸市小金原4-3-2

TEL.047(347)2231

FAX.047(347)2551