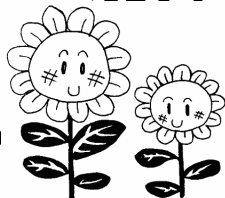
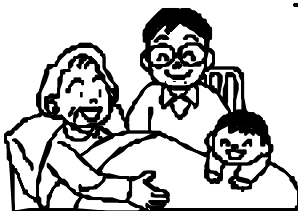


ヘルパーステーションだいとう だより



No.10 2005年7月号発行

コミュニケーションは良好ですか



ヘルパーステーションだいとう
管理者 田中洋三

私たちが快適な日常生活を営んでゆくには、自分を取り巻く人々と良い関係を保つことが大切なのは当然ですが、この自分を取り巻く良い関係の維持は現代の社会ではなかなか難しくなっています。特に見ず知らずの赤の他人との関係は、地域社会においても新聞記事で散見されるように無防備ではられません。

では、よく見知った同士の関係はどうでしょうか。昔は、様々な常識としてその関係を大切にしてきました。長幼の序、先輩後輩、家長と家族、男尊女卑、阿吽の呼吸、遠くの親戚より近くの他人、世話焼きのおばさん、三步下がって師の影を踏まず、亭主関白、お客様は神様。多くの言葉が示すように、様々な人間関係に社会の規範を持っていました。

それらの言葉のもつ背景の是非はともかく、現代の若い人にはそのような古くからの世間の常識は理解しがたく、人間同士の関係に対しての社会の規範は崩壊し始めています。従って、現代に生きる私たちは、高齢者や障害者の人を含めて皆が新たに、その都度関係性を確認してゆく必要性に迫られています。「〇〇が自分のために〇〇してくれるのは当たり前」の論法は通用しなくなってきました。夫が、妻が、子供が、嫁が世話をするのは当たり前でなくなってきました。特に世代間の乖離、夫婦・親子間、地域社会の有り様は、昔では想像できないほど変わってきていることを実感します。



良い関係を築くためには、それがたとえ家族の間であっても良いコミュニケーションが重要で、ましてやケアをする他人に対してもお互いの（双方向の）コミュニケーションが大切です。利用者の方と家族の思いや感情はバラバラで、日頃はそれを長年の家族力で調整されており、そのことは他人である私たちには窺い知れないことです。それでも、黙っていても理解し得ない時代のようなようです。

利用者の方と私たちサービス提供者の間は上手くいっているでしょうか。私たちが心すべきことは、ついつい介護技術を誇りがちですが、いくら技術を持っていてもコミュニケーションが良好でないと結果として良いサービスが提供できません。利用者・ケアマネジャー・サービス提供責任者・ヘルパーを主軸にして、利用者の方々、ご家族、主治医、ケアマネジャー、ヘルパー、サービス提供責任者、他事業所などの各々に関係性があります。また、ヘルパー同士の同僚としてのコミュニケーションも重要です。利用者の方々もお伺いするヘルパーもつい目の前の人との関係を大事にしがちですが、まわりを取り囲む大勢の人たちも意識して頂きたいです。私たちの支援はケアプランを中心としたチームケアによって成り立っています。

サービス提供者はただ決められた業務を遂行することのみが目的ではなく、支援が計画されている意味を大事にしなければなりません。それは、自立支援であったり、尊厳ある日常生活の継続であったりします。それを理解するために利用者の方々の思いや考え、時にはそれまでの人生の生活歴や人となりを知ることも必要で、何かしらお聞きすることもあります。また一方では、利用者の方の中にはもっと自分のことを知ってほしいと、たくさんのお話をされることもあります。



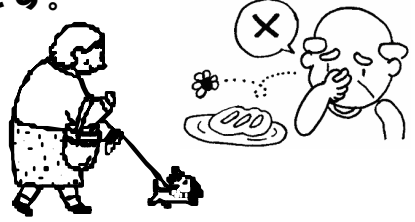
介護の世界も若い人が支援に参加してきており、二世代の間隔があいてサービスを提供することもあり、個々の心遣いだけで丸く収めるのは難しくなってきております。様々な機会を捉えて双方向の良好なコミュニケーションを築いて維持したいものです。

食中毒予防



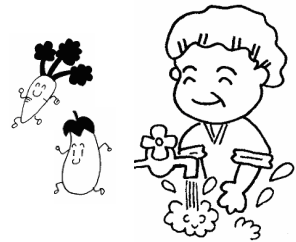
梅雨時期は食材が傷みやすく食中毒が起こりやすい季節です。又、台所は細菌の繁殖が起こりやすい場所なので食中毒を防ぐために調理、買い物、保存法などに気を付ける必要があります。

買い物 生鮮食品は、傷みやすいので最後に購入するとよいでしょう。



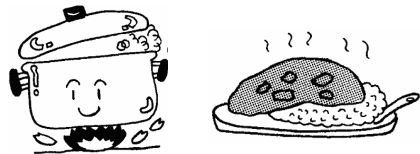
保存 要冷蔵・冷凍の食品は、すぐに冷蔵庫に入れましょう。冷蔵庫に食品を詰めすぎると冷蔵庫内が冷えにくくなり痛みやすくなります。賞味期限の切れた食品はなるべく処分し、賞味期限が近いものは早めに使いましょう。

調理前 洗える食材は全て流水でよく洗い流すことで二次感染を防ぐことに有効です。まな板・包丁などは熱湯をかけたり、食品を切る度に洗うようにしましょう。



調理 菌は熱に弱いので十分な加熱により殆ど死滅します。（特に肉・魚はしっかり火を通しましょう。）

食事 作りおきのものは必ず冷蔵・冷凍保存し食べる前には十分に加熱して下さい。



食後 食品・調理器具だけでなく流し台も綺麗にして清潔を保ちましょう。

ヘルパーミーティング



当事業所では月ごとに研修内容のテーマを決めてミーティングを行っています。

NO.8(1月号発行)に今年の研修内容の前期(4~9月)をまとめましたが、今回は研修内容の後期を簡単にまとめてみました。



観察と報告について(10・11月)

ヘルパーは、訪問先で利用者の体調や心境の変化などを見ながら介護サービスを行っています。ヘルパーは、利用者と利用者の家族の変化や知り得た情報を報告し共有するようにしています。共有する一つの方法としては介護記録や連絡ノートを利用しています。現場で良いサービスが出来ているのか、どこまで報告すればよいのか、記録はどのように書いたらいいのかなどの疑問について話し合いをしました。

介護保険の見直しと変更について(10・1月)

10月には15年度の介護保険制度の状況と見直しについて、1月は介護保険における要支援・要介護1の軽度者を対象とした「新・予防給付」の新たなサービスの導入を検討していることについて当所長より説明がありました。

今年の反省と来年の目標について(12・1月)

12月と1月には個々のヘルパーが今年1年介護の現場で学んだ事や反省すべき事を話し合い、来年に向けての抱負を発表しました。

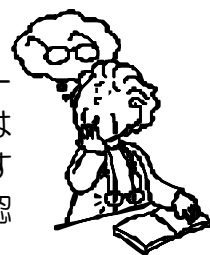
ノロウィルスについて(1月)

昨年 of 末から年明けにかけてノロウィルスが検出されニュースや新聞で取り上げられていました。ヘルパーは人と接する機会が多く、又、食材に触れる事、調理する事もあり、感染する可能性が高く注意する必要があります。

①手洗い・うがいの励行②おむつ交換をする時は汚物や便に直接触れない(手袋を着用)③食品調理は十分な加熱と衛生管理を行う④健康管理を徹底する事などを、責任者より説明しました。

認知症のケアについて(2月)

平成16年1月に認知症の理解についてグループホーム花みずきの施設長より講義をして頂きました。今回は認知症の理解だけではなく、毎日の具体的な介護に関する資料を参考に利用者の心境の変化などについて再確認をしました。御協力ありがとうございました。



サービスの質向上とスキルアップについて(2・3月)

当事業所では、介護事故を起こさない、起きないようにと配慮しながらサービス提供に取り組んでいます。しかし、現場では幸い重大事故は発生していませんが、軽微な介護事故は少なくありません。

2月には、介護事故の事例を使って事故の原因を見つけ出しどう対処すれば未然に防げるのかについて話し合いました。

食事介助時の誤嚥を防ぐ為に、嚥下・咀嚼・顔色などの観察を怠らない。

嚥下・咀嚼障害がある場合は、食形態が異ならないように試食等で確認する。

訪問中に利用者の体調変化があれば事務所に報告し指示を仰ぐ。(ヘルパーの勝手な判断で行わない。)

引き継ぎを行う際、介護サービス内容を細かく説明し、同じサービスが提供出来るように同行引継用紙を使用して漏れる事がないようにする、などの意見が上がってきました。

食事介助のワンポイント



摂取・嚥下障害の現状をヘルパーに聞いたところ圧倒的に多くの声があがったのが食事介助や水分補給時のおせ込みでした。又、嚥下障害のある利用者の方には、どの様なところに注意しながら介助すれば良いのか？どの様な食べ物(食形態)が良いのか？という疑問点が殆どでした。

ご家族の方々も食事介助のことでお困りのことがあるかと思いますので一言アドバイスを載せています。

ベッド上で食べる場合は膝の下に枕や座布団を入れると身体がずり落ちにくくなります。又、身体の横に枕を置いたりして背筋、腹筋の負担を軽くし**安定した姿勢**が取れます。



食事中、テレビをつけていると観賞に夢中になり食事に集中できないため飲み込む時にむせ込みやすくなります。**食事中はテレビを消しておく**と**食事に集中**ができます。

口の中に食物が入っている時に話しかけると、むせ込んだり、つまらせる原因になるため**話しかけない方がよい**です。飲み込みを確認してからゆっくり話しかけるとよいです。

食物が**口の中に残っていないことを確認**してから次の食物を口に運びましょう。

食事をする前に少量のお茶や水などで**口の中を湿らせておく**と食物が飲み込みやすいです。

吸い飲みを使う時は、**一度にたくさん入らないように**注意しましょう。

介助する時は**少量ずつ**口の中に入れます。(介助時にスプーンを上向きに引き抜くと顎が上がって誤嚥しやすいので注意しましょう。)

食後にはお茶や白湯で口腔内を**うがい**するとさっぱりします。(入れ歯がある方は入れ歯を外して行いましょう。)

噛みやすい、 飲み込みやすい 料理作りのポイント

安全でおいしく嚥下し
やすい食事をするため
に注意が必要な食材が
いくつかあります。



1. 水やお茶などさらさらした液体は誤嚥を起こしやすいので危険です。
2. 水分はトロミ剤でとろみをつけると比較的飲みやすくなります。
3. うどんやそばなど、すすり上げて食べるものはむせやすいので短く切るとよいです。汁物にトロミをつけたりしても食べやすくなります。
4. ご飯の場合は水加減を多めにしてお軟らかく炊きます。冷ご飯やチャーハンのようにパラパラした状態のものはあんをかけると飯粒がまとまり食べやすくなります。
5. ごぼうなどの根菜は繊維が多く、硬い食べ物は、たたいて繊維をほぐしたり割ってから調理すると噛みやすくなります。
6. イモ類は水分量が少ないので飲み込みにくいです。ゆでてからつぶすか、煮汁の多い煮物にすると食べやすくなります。
7. 生ものを加熱すると「蒸す」→「煮る」→「焼く」→「揚げる」の順に水分の蒸発が多くなり素材が硬くなります。



肉料理のポイント

牛肉は小さく刻み片栗粉をまぶして煮付けと、表面がつるつるして喉越しがよいです。酒やしょうが、油、すりおろした玉ねぎ・リンゴ・パインなどに肉を漬け込むと軟らかくなります。

水溶性片栗粉を使った とろみの付け方の ポイント

いったん煮汁を煮立たせ、沸騰を静めたところで全体に回し入れるとダマにならないです。さらに沸騰させることで粉っぽさが消え、煮汁に透明感がでます。

介護事故



体位交換

ベッドから起き上がり端座位になっている時にヘルパーが支えていた手を離すと利用者は上体が後方に倒れてベッドの柵に頭をぶつけてしまった。

座位が安定していないと、利用者が介助バーや柵を持っていてもずり落ちたり横に倒れたりすることもあります。座位保持が出来ていても目を離さないようにしましょう。

入浴介助

利用者が入浴する前に浴室内温度を上げようと熱いお湯をシャワーからだしていたつもりが設定温度を間違えていたため水をだしていた。浴室温度は上がりずそのままだった。



お湯を使用する時は温度を必ず確認しましょう。

ヘルパーステーションだいとう「介護事故」集より



・ 私たちの基本理念 ・

私たちは日常生活の支援を通してその人がその人らしくあることを守ります。

ヘルパーステーションだいとう



〒670-0962

姫路市南駅前町66番地 戸田ビル2階

TEL 0792-23-5009

FAX 0792-23-5019

介護保険事業所番号 2874000876