

# ヘルプステーションだいとう だより



No.12 2006年1月号発行



## 謹賀新年



初春のお慶びを申し上げます

「在宅でのがん療養は」

・ ・ だいとう循環器クリニックにおける在宅ホスピスケア

だいとう循環器クリニック 院長 大頭 信義

◇ 進行がんの療養に在宅は優れた選択だ

がんといえば「早期発見、早期治療」というフレーズがすぐ引用されるようになって時が経ちましたが、検査を受けてがんと言うことが判り、手術を受けたのだが、残念ながら「再発」してしまったという状況に陥った場合、私たちはどうすればいいのでしょうか。

放射線療法や化学療法（抗がん剤治療）は、再発の場合にも時に有効であり、検討すべきですが、それも実施してみて余り効果が無いときには、施設ホスピスの利用を含めて、「在宅」を中心とした「緩和ケア」が好ましい時期となります。

◇ 在宅でのがん療養の希望は増えているか

日本全体での、進行がんの患者・家族が在宅での療養を希望する明確な数字は判りません。しかし、その希望者は将来ともに増え続けると予想されます。その要因としては

- ① がん患者は増え続ける。
- ② そして、治らない療養者も増える。
- ③ 病院からの放出も増える

これは、困ったことですが、政府の医療費削減策の流れで、大病院、中小病院ともに、平均入院日数を減らすことにやっきとなっています。手術を下後の患者でも、進行したがん患者でも、再入院を断られるケースが増え続けています。

- ④ ホスピス病棟でも、申し込んでからの入院までの待ちが長くなってきました。
- ⑤ 療養者の「自己選択権」が強くなっていて、入院より在宅での療養を希望する方も多くなると予想されます。

◇ 療養を支える家庭・社会の介護力はどうか

- ① これは、家庭内だけではどうしてもなく減少します。
- ② 核家族化、家庭内での家族のかい離（家族のケアに参加しない）が進む。
- ③ それ以上に、独居者が増えていく。
- ④ では、一方の、社会的なサービスを利用して療養するというのはいかがでしょうか？
- ⑤ 「介護の社会化」を掲げて登場した「介護保険」は、福祉用品の貸与、ヘルパーによる家事援助や身体介護、訪問看護、グループホームその他の療養場所を生み出した。
- ⑥ しかしながら、医療保険とともに介護保険での総額の増大は、「小さな政府」を掲げる小泉内閣によって患者編負担増大とともに管轄を国から都道府県、市町村に変えて、療養者への支援は後退しつつある。
- ⑦ その中では、06年4月より、「末期がんが、特定疾病に認定されて」40～64才の方でも介護保険のサービスが受けられるようになります。これは大きな朗報です。若い方でも、40才以上ならヘルパーによる家事援助、身体介護が受けられるようになります。クリニックの在宅ホスピスケアの実践者の内、65才未満の方が30%もいるのです。

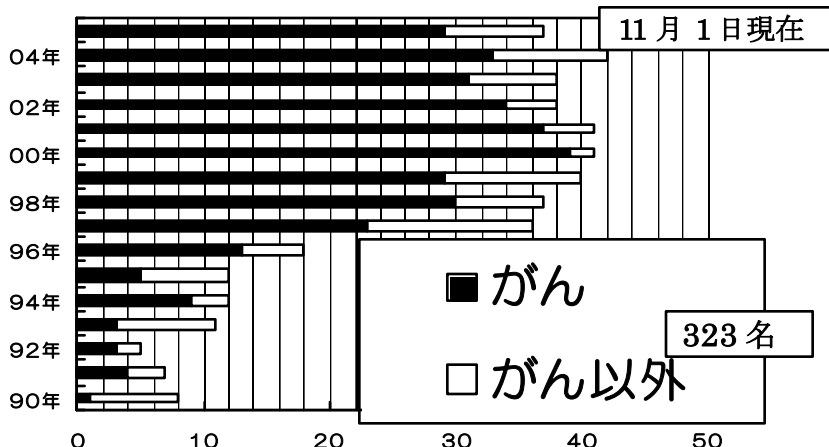
家庭まで出かけていく医療者側の体勢はどうか。これが大きな課題です。

- ① よほど強く意識しないと24時間体制で働けない。ナースもそれを希望する者がまだ少ない。
- ② 施設ホスピスも入院待ちが長くなって、緊急時に入院できる施設が少ない。
- ③ 休暇をどう取るかに行った問題もくすびっている。
- ④ そんな中で、外来はせずに、往診を専門とする診療所もぼつぼつ登場してきています。（姫路には、まだありません）

私たちのクリニックでは、24時間体制も看護師の力を中心に少しずつ強化されて、姫路市だけでなく、近隣のまちにも出向いています。

## 在宅療養で亡くなった人

（最期は施設で亡くなった方も含む）





ヘルパーの訪問時に、利用者が倒れていたり、意識がないなど、そういう場面に遭遇する事があるかもしれません。気が動転した時は、自分の行動に自身がなく慌てる事も考えられます。救急車を待ち、到着するまでの間、落ち着いた応急手当を行い、救急隊とスムーズに連携プレーをとる事ができるように、平成17年12月10日に救命救急法の講習を受けました。今回の講習で学んだ事が、日々の訪問の中で、緊急時に遭遇した時にも備えていきたいと心掛けています。



人工呼吸

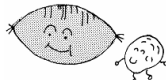
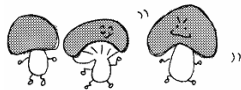
心臓マッサージ

### 救命救急法の講習を終えて

救命の為に、心肺蘇生・除細動（電気ショック）を迅速に適切に行う事が如何に大切であるかを学びました。救命の連鎖、①早い119番通報 ②早い応急処置 ③早い救急処置 ④早い医療処置、今では除細動もAEDという機器を使って、一般の人も行う事が出来るそうです。施設・スポーツセンター・・・勿論、だいたい循環器クリニックにも置いてあるそうです。救命手当ての基礎、人工呼吸をするのに抵抗がある場合は、心臓マッサージのみ行っても良い。骨粗鬆症等の方の場合でも、骨折を心配するより、血液を循環させる方が先ですと説明を受け、驚いたり、納得したり、救命連鎖の大切さを勉強させて頂きました。救命を必要とする場合に遭遇した時には、勉強の成果を発揮出来るように日々努力したいと思っております。

訪問介護員 立花敦子

# ヘルパーミーティング ~調理実習~



利用者宅での調理は、多くのヘルパーが、冷蔵庫にあるものを確認しながら「何を作ろうか」と献立を考える事が少なくありません。また、その時には、前日と同じ材料であっても調理方法や味付けを変えて、同じものは調理しないよう工夫しています。冷蔵庫保存でよく目にする食材と、限られた調味料を使い、10月は2回に渡って調理実習を行いました。(1日目はだし汁を使わずに行いました。)

大根・人参・じゃが芋・玉ねぎ・キャベツ・南京・油揚げ・肉(豚肉・鶏肉・豚ミンチ)の中から、それぞれの食材を組み合わせ、手早く出来るメニューを考え調理しました。



## <食材：大根・人参・油揚げ>

### メニュー

- ・大根と油揚げの煮物
- ・ふろふき大根
- ・なます
- ・きんぴら

### 作り方 <大根の皮と人参のきんぴら>

- ① 大根の皮と人参を干切りにして、油でよく炒め、しょう油・砂糖・酒を加える。

### ポイント

野菜の皮も捨てずに使うと無駄なく調理出来ます。



## <食材：じゃが芋 豚ミンチ 南京>

### メニュー

- ・南京のそぼろ煮
- ・じゃが芋と豚ミンチの炒め物
- ・じゃが芋のしょう油から煎り

### 作り方 <じゃが芋のしょう油から煎り>

- ① じゃが芋を乱切りにし、ゆでる。
- ② 湯をじゃが芋の量の1/3の量に減らしてだしの素・砂糖・しょう油を加え煮込む。
- ③ 水分が少なくなってきたら、じゃが芋に均等に味が付くように鍋を揺り動かす。
- ④ 水分がなくなったら火を止めて、ふたを開けたまま余熱で残りの水分を飛ばす。

### ポイント

水分を飛ばす事でホクホクしたじゃが芋になります。





＜食材：玉ねぎ 人参 キャベツ 大根 油揚げ 豚肉＞



メニュー

- ・野菜スープ
- ・豚汁



作り方 <野菜スープ>

- ① 豚肉は一口大に切る。
- ② 玉ねぎ・人参・キャベツは1 cm角に切る。
- ③ 鍋に豚肉・玉ねぎ・人参・キャベツを炒め、水を入れ、塩・しょう油・酒・だしの素で調味し煮込む。

ポイント

汁物の食材は同じでもコンソメの素、味噌で調味料を変えることで2度味わえます。



今回は、調味料もごく一般的なものだけで、食材も野菜3品と肉か魚1品という限られた中の調理実習でした。

グループワークで意見を出し合い、素材の旨味をどう引き出すか、飲み込みやすく且つ味良くと献立を決めました。

私のグループは、南京のそぼろ煮・ロールキャベツ・キャベツと人参の酢の物の3品でした。こくを出すために油を少量使ったり、各々の食材に本来の旨味があることに調理や試食を通じて気付きました。

これからも、研修を重ね、限られた時間内で調理し、利用者のニーズに合わせた質の高い食事を提供できるよう、又、食事を通して利用者の笑顔に出会えるよう努めたいと思います。

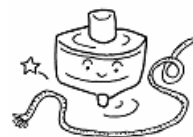
訪問介護員 福岡由賀里

ヘルパーミーティング

## 伝言板

利用者の声、家族介護等の日常のエピソード、俳句・短歌・川柳・詩・挿絵・制作作品の写真等々ございましたら掲載させて頂きたいと思いますので、ご協力の程、宜しくお願いします。

# 職員からの挨拶



明けましておめでとうございます。

私が初めて介護の仕事についたのが、ヘルパーステーションだいとうです。初めて利用者様宅へ訪問させて頂いたのは、およそ2年半前です。とは言え、相変わらず今でも初めてののお宅への訪問は緊張のしすぎで心臓のドキドキ音が利用者様に聞こえてしまうのでは・・・とってしまう程でした。

この2年半は、ただただ一生懸命でありあまり余裕なく過ぎ去ってしまったように思います。こんな私に利用者様は優しい言葉を掛けて下さいます。その言葉に支えられ、毎日頑張れるのです。色々お話しさせて頂き人生の勉強中です。

これからも、感謝の気持ちを忘れず、笑顔で、心に余裕を持ち、利用者様の気持ちに添えられるよう頑張っていきたいと思えます。事務所に勤務するようになり早1年ですが、正直、何をどのようにすればよいかもわかっておらず、至らない所ばかりですが、一年一年成長していけるように充実した年を送りたいです。

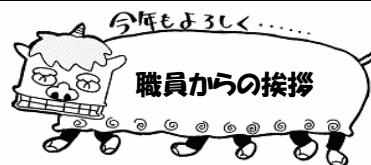
訪問介護員 竹内渉



明けましておめでとうございます。という新年の挨拶をまだ3回しかやっていない新米ヘルパーです。縁があって利用者との出会い、ふれ合いにいつも暖かさを感じております。

早めに訪問し、玄関先でウロウロしながら不安と緊張の中、何度も深呼吸して入って行き、ただ精一杯の事をして時間を過ごしてきました。口から出た一言で傷ついてしまわれたのではないかと反省の毎日です。「また来ますね。」と笑顔で別れたのが永遠の別れになってしまい辛い思いをした事もありました。「あなたはまだまだひよこよ。」とある利用者さんに言われた事があります。年齢も経験も知識も半分以下の私には当然の事です。今年は羽も生え少しでも飛べる様、笑顔で、そして今まで以上によく見て、よく聞くをモットーに、例え1%でも利用者様の気持ちに添える様、技術の向上に努めたいと思っています。

訪問介護員 長濱美幸







はじめまして。

この度ご縁がありヘルパーステーションだいとうに仲間入りさせて頂き、あっという間に3ヶ月が過ぎようとしています。

前職はグループホームの現場で勤務しておりました。在宅の業務とは一味違う施設業務でしたが、介護職という福祉の中身は同じで、それぞれ利用者の方々の思いは、在宅も施設も同じ思いであるという事を痛感しております。

私のヘルパーステーションだいとうでの第一歩は始まったばかりですが、ステーションの理念の中にもありますように、日常生活の支援を通しその人がその人らしく、同じ理念の元に働く仲間と共に、利用者の方々の穏やかな一日のお手伝いできれば幸いと、日々バイクを走らせております。

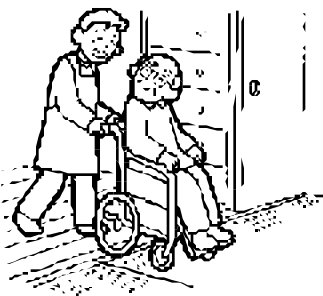
訪問介護員 中野みつ子



新しい利用者との出会いは、「こんにちは、ヘルパーの坪田です。」の挨拶から始まります。事務所よりの色々なご様子をお聞きし、台帳確認していても、どんな方だろう？と、ドキドキしながらお会いする瞬間です。これまでに、色々な方との出会いがありました。大変な病気を抱えておられる方、認知症の方やそのご家族、高齢において不安で生活しておられる方など・・・

ヘルパーとして訪問時間内に決められた業務をこなす事はもちろんですが、一緒にテレビを見ながらの雑談、アルバムを見せて頂きながらお聞きする思い出話、大根の皮を一緒にむきながらお料理の話、休んで居られるベッドの横でお聞きする身体の様子など、利用者として私との大切な時間です。私にとって一対一で自然に向き合いながら過ごす時間は、利用者から沢山の事を勉強させて頂く時間でもあります。ヒヤリとする事もありました。まだまだヘルパーとして未熟ですが、新年を迎え新たな気持ちで初心に戻り、元気な笑顔で利用者宅へ訪問させて頂きます。

訪問介護員 坪田京子



# 介護事故



1

パーキンソン氏病の利用者をベッドまで誘導している際、利用者にベッドに座ってもらおうと思ったが、利用者がベッド柵を持ち損ね、身体のバランスを崩し倒れ込んでしまった。

移乗時に油断し、目を離していた。利用者の身体状況を把握し、移乗時の見守りや介助時は、利用者と介護者の位置関係に十分に注意し、手の置き場所や足の位置などにも注意が必要でしょう。



2

嚥下障害のある利用者の食事介助を行っている時、利用者がゼリーを誤飲してしまった。

いつもスムーズに摂取していたため、嚥下状態の確認を怠っていた。一口ずつ咀嚼し、嚥下確認をしながら介助しましょう。

また、摂取状況に合わせて、食事の形状や調理方法の見直し等が必要でしょう。



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