

# かわしま介護トピックス

かわしま介護保険サービスセンター  
 かわしまヘルパーステーション  
 川島整形外科病院通所リハビリテーション  
 かわしまクリニック訪問看護・訪問リハビリ

2011年1月10日 **第8号**

発行/医療法人 玄真堂 介護保険事業部 広報部  
 大分県中津市宮夫14-1 ☎0979-24-2423

赤トンボ  
 恋の季せつや秋深し  
 武吉

栗ご飯喰べ  
 我が家は文化の日  
 武吉

柿食べてほろえむ  
 秋の落葉かな  
 永松立子

赤とんぼ  
 夕日に飛べば  
 秋の空  
 羽を守



夕暮れて涼しくなるや  
 赤とんぼ  
 泳ぐ姿や秋の風に  
 武吉



夜露踏む足音絶えて  
 虫の鳴く  
 武吉

軒先きに干し柿  
 吊るして秋日和  
 武吉

茸鍋しあわせ一杯  
 具が一杯  
 武吉

通所リハビリ  
 ご利用者様作品

## CONTENTS

●訪問リハビリテーション  
 第1回 住まいの工夫の考え方

●訪問看護  
 訪問看護師のひとり言

●在宅事業部スタッフ・クローズアップ

●通所リハビリテーション  
 秋の野外活動

●介護保険サービスセンター  
 高額介護サービス費について

●看護ニュース  
 冬場に多い食中毒

●サービスについてのお問い合わせは ●  
 かわしま介護保険サービスセンター  
**TEL.0979-24-2423**



## 第1回 住まいの工夫の考え方

私たちが普段暮らしている住まいは、バリアフリーを考えた病院や施設と違い、転倒などの危険性が潜んでいます。

一方、住み慣れた自宅で暮らすということは、“我が家だから”という大きな安心感があります。また、自宅は“家庭の暮らしの展示場”でもあり、障害や病気を抱えながらも生活をしていく足場であります。その際、自宅の条件や生活様式を生かし、住む人の身体状態に合わせた工夫で、生活の幅は大きく広がります。

今回より、数回に渡って、より安全に暮らすための工夫についてお届け致します。

住まいの工夫は、住む人の“身体の状態”に合わせて考えていきます。

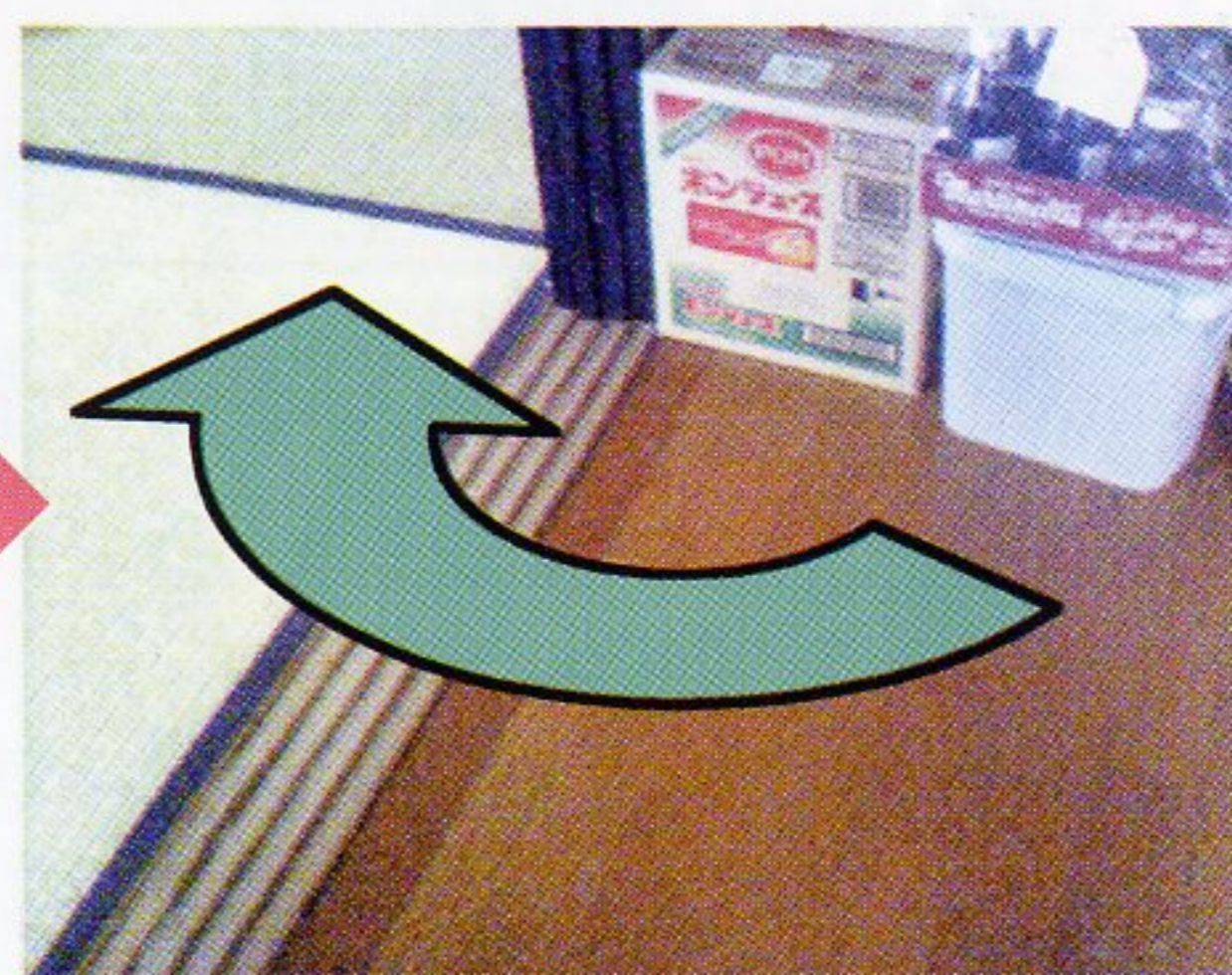
### ① 整理整頓

生活の中で、その人が動くところを、「生活動線」と言います。玄関やベッド周り、廊下などの「生活動線」を、意識して点検してみましょう。そこには、普段あまり使わない物がありませんか？こまめに整理整頓し、なるべく床へ物を置かない様に心掛けましょう。行動や、介助をするための空間（スペース）が広がります。また、移動する時につまずいたり、滑ったりすることを防ぐこともできます。

（例：不必要なカーペット類、新聞雑誌など、小さな家具、布団などを置かない）



床の物を片付ける

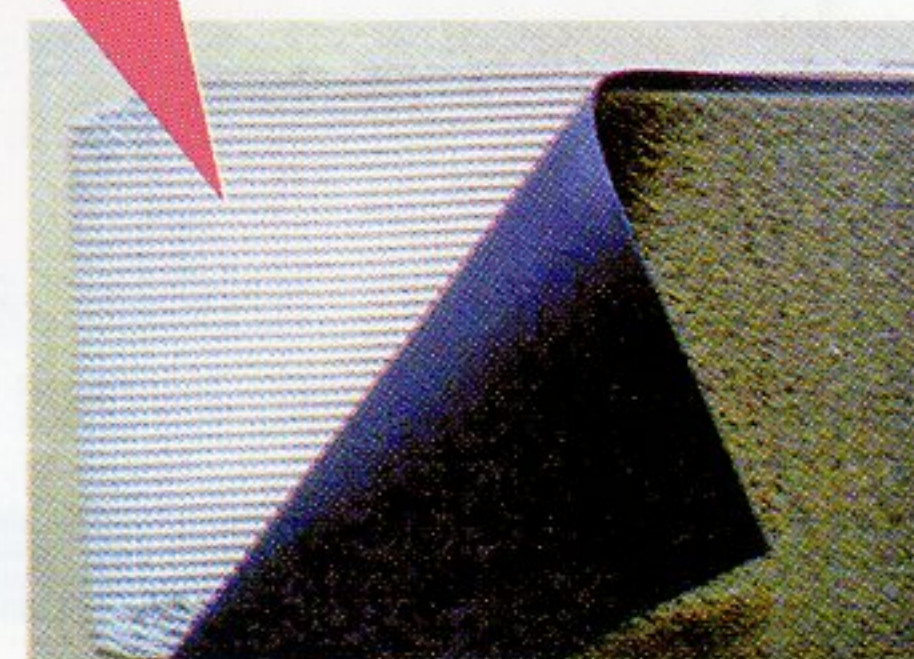


### ② 住み方の工夫

ベッドやソファ、タンス等、家具の配置変え、出入りする場所を変更する。生活動線を短縮することで、移動するときの問題を解決し、介護する人の負担を軽減できます。

（例：滑る敷物に滑り止めマットを敷く敷物は床に両面テープで固定する。床のコード類を壁に寄せ、テープで固定する。ストーブではなくなるべくエアコンを使用する）

敷物に滑り止めマット



※この記事の方法が全ての人・場合において良いとは限りませんが、日々の暮らしの中での危険を減らす方法の参考になれば幸いです。また、病気や障害をお持ちの方で、住まいに関するお悩みなどがありましたら、お気軽にご相談下さい。

# 訪問看護師の ひとり言

part2

前回に引き続き、今回も日頃の業務の中で感じた事、「ひとり言」をつぶやいてみようと思います。

## その4

入浴介助で3年ほど、訪問している方がいらっしゃいます。最近、物忘れもありますが、自宅に植えられている草木がとても好きで、毎回のように話してくれます。

中でも四季を感じられる、りんご・金柑・栗など種類も多くあり、『〇年前に植えて去年は実がなかったけど、今年は出来た』『年に〇回は、肥料はやらんと』など細かく覚えており具体的です。実際、収穫された物も、実が大きく立派な物です。

訪問する私たちも、季節で変わる庭を拝見する事が楽しみです。

これからも、自宅での生活が続けられ、いつまでも、移り変わる季節を楽しんでほしいと思います。



## その5

毎日、付け替えが必要で訪問していた利用者様は、自分で水を飲むことが出来ないため、訪問看護以外にも訪問リハビリ、訪問介護の職員が協力してサポートしていきました。

利用者様のご主人も仕事から帰ると、奥様の世話に加えて掃除、洗濯、食事の準備などに追われる毎日。ご主人の疲れている姿を見るのも辛かったです。

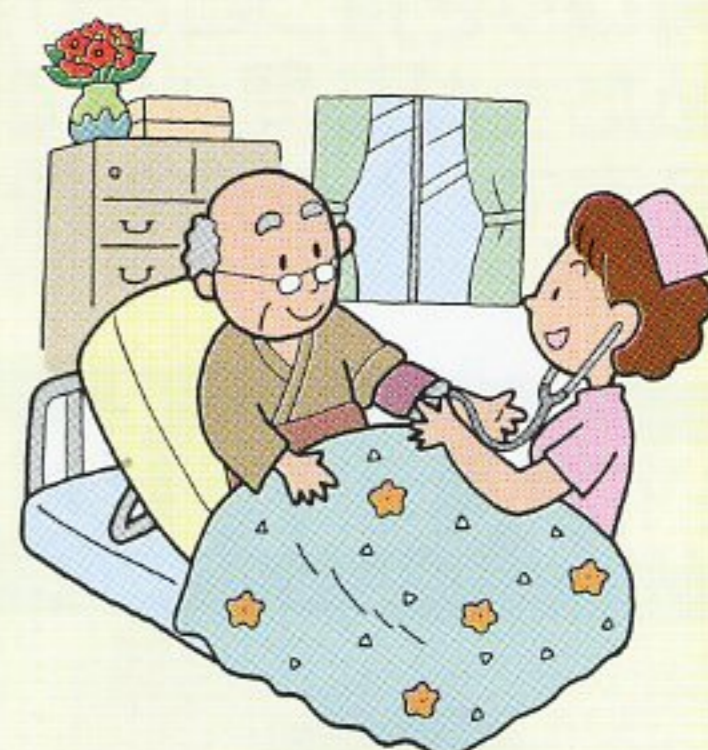
しかし、今年の猛暑を脱水も起こさず、のりきることができました。

その後、付け替えもなくなり、はじめは無理なのではないかと思っていたデイサービスも、週3回利用するようになり、訪問看護も週1回へ変わりました。

私が久しぶりに訪問した際、『お前が、こうしておられるのも、みんながサポートしてくれたからぞ』と、ご主人の一言で、大変だった訪問も、楽しかったことのように思い出されます。

この方だけでなく、在宅で介護されている方に対し私たちは「脱帽」です。

これからも、介護する方へも支援していきたいと思います。



## その6

訪問していると、その方の人生観、考え方に対し、共感したり、自分に置き換え振り返ったりすることがあります。先日も、寝たきりで療養している方が、『先生も、看護師さんたちも、私たちと接する時、障害ばかりを見るのではなく、一人の、個人〇〇という人間を見て、接してほしい』と言われました。また、自宅で療養している方で、病気は良くなっているが、不安からか、「つらい時は、自分にしか分からない。先生からも、『元気になった。大丈夫!』娘からは、『お母さん、考えすぎやから、元気ださんと』と気持ちを押し付けられても、きつい時はきつい。でも、それを分かってくれん時が一番つらかった」など、「はっ!」とさせられる言葉があります。日ごろの関わりの中で、安易な声かけや、言葉の裏にある思いに気づけていたかなと思います。利用者様だけでなく、ご家族のその様な思いに寄り添えられるように関わりをもっていきたいです。

# 在宅事業部スタッフ

Vol.2

## クローズアップ!!

### Q1: 趣味や特技

特にありませんが、旅行先で、その地方のおいしい物を食べることです。その反面、いつもダイエットを繰り返していますが・・・。

### Q2: 休日の過ごし方

お休みの長さにもよりますが、家族と旅行に行くことです。



### Q3: 当院就職年数

今年で20年目になります。訪問看護は5年になります。

### Q4: この仕事についてよかったことは?

利用者様とゆっくり向き合え、いろいろお話をし、関わりを持つことが出来ることです。私たちが訪問させていただくことで、住み慣れたご自宅で、入退院を繰り返さず、長く安心して療養し

かわしまクリニック在宅事業部  
訪問看護

副主任 おく なが 奥永 けい こ 桂子



ていただけること、また「あなたたちが、来てくれてよかった。」という言葉を受けた時うれしく思い、訪問看護をしてよかったと思います。

Q5: 人生のモットー  
一歩前進

### Q6: 最後に一言

入院期間の短縮、高齢化に伴い、退院後の生活に不安を抱いたまま退院される方や、ご自宅で療養される方の健康管理や生活の支援、介護される方への介護指導、また通院が困難な方の、ご自宅での傷の処置などの医療処置を行っています。今後も、皆さんに頼りにされる、かわしまの訪問看護師として、専門的知識、技術を向上させ、より良い看護が提供できるように努力していきたいと思えます。

## 新人職員の紹介

かわしまクリニック  
在宅事業部

かわしまヘルパーステーション



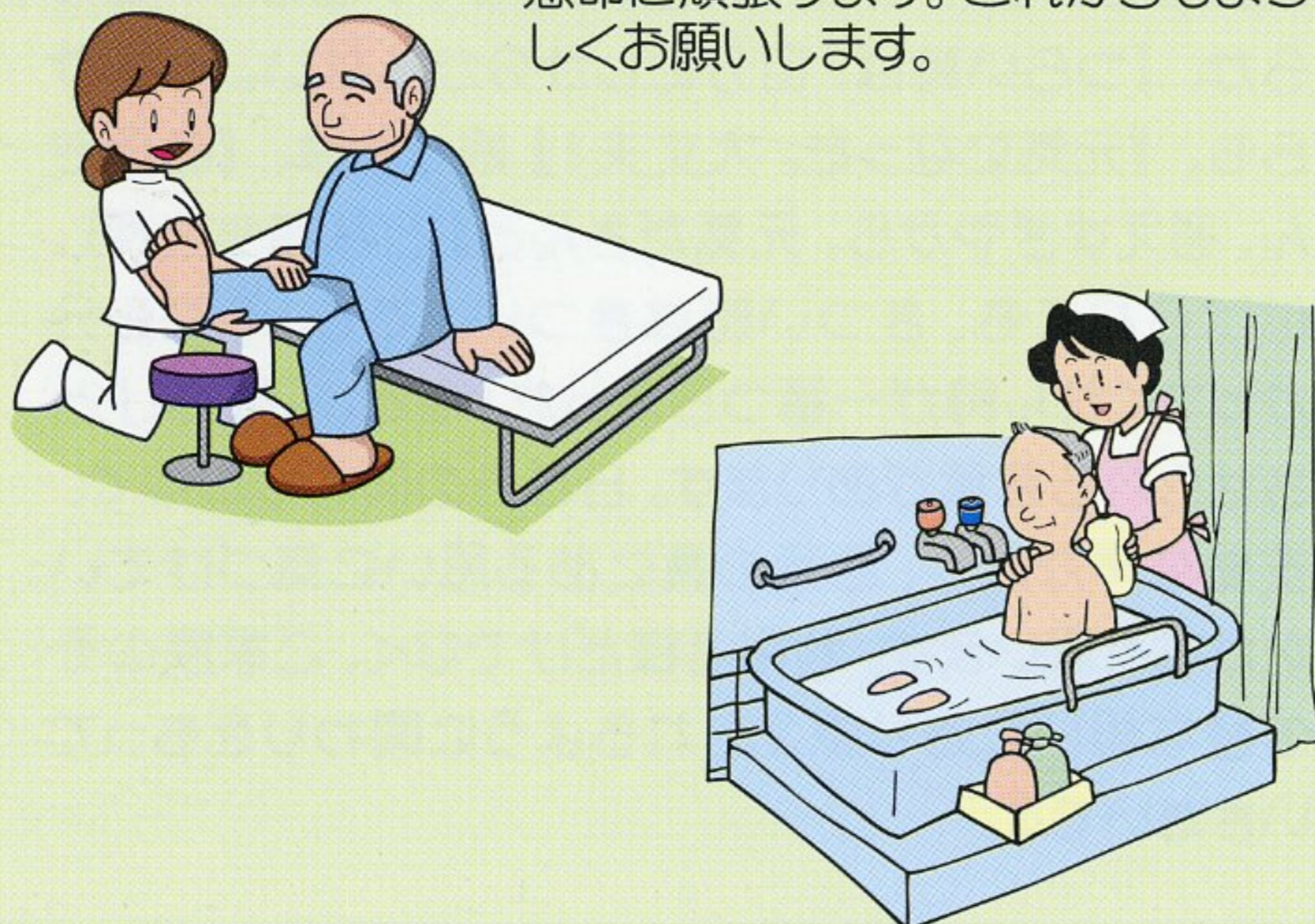
理学療法士  
四井 愛美

理学療法士の四井愛美です。はじめまして。

8月24日よりかわしまクリニック訪問リハビリテーションで働いています。

訪問リハビリでは、実際に利用者様の家屋状況を拝見しますので、それに合わせた訓練を考える必要がありますが、興味深く取り組ませていただいています。

いろいろと分からないことも多く、ご迷惑をおかけしますが、一生懸命に頑張ります。これからもよろしくお願ひします。



サービス提供責任者  
小若女 ちえ



サービス提供責任者  
末吉 めぐみ

このたび、ヘルパーステーションのサービス提供責任者として利用者様の、毎日の介護サービス業務に取り組むことになりました。これまでの施設での介護経験を活かし、サービス提供責任者2名、登録ヘルパー2名を加え、ヘルパー10人体制で、笑顔とまごころのよりよい介護サービスの提供に努めていきます。

利用者様、職員の皆様にはいろいろご迷惑をおかけすることがあるかと思いますが、今後ともよろしくお願ひいたします。



ヘルパー  
大力 里美



ヘルパー  
中野 いづみ

## 秋の野外活動に行きました

9月16・17日の2日間に渡って、「安心院農園」へぶどう狩りに行ってきました。当日は晴天に恵まれ、残暑の厳しい時期でしたが、心地よい風も吹いていました。

農園内はバリアフリーとなっていて、利用者様は美味しいぶどうを試食しながら、気に入ったぶどうを採っていました。またぶどう狩りの後は、農園主さんお手製の冷たいぶどうアイスをいただきました。

昼食は「道の駅 いんない」で、猪肉の炊き込みご飯やうどんのセットを食べました。少し量は多目でしたが、普段とは違う食事に箸も進んでいました。

昼食後は、道の駅の売店で、手作りの蕎麦や地元の野菜、銘菓など、ご自分やご家族へのお土産を楽しそうに買っていました。

今回の野外活動は、初めて「見学」ではなく「体験活動」を中心としましたが、多くの利用者様に「楽しかった」というご感想をいただき、職員も良い経験をさせていただきましたと思

います。



## 通所リハビリの利用者様、頑張っています!!

通所リハビリの利用者様から、「ボタンを上手く留められない」というお声を聞くことがあります。その中で、ご自分で「ボタン通し」を発明された方がいます。写真のように、安全ピンに荷造りひもを結んだもので、それをボタン穴から通して、ボタンを引っ掛けて留めています。

年齢を重ねていき、だんだん一人でできないことが出てきてしまう中で、出来るだけ自分の力で頑張ろうという利用者様の姿に、とても感動しました。

私たち職員も、利用者様が日々の生活が送りがやすくなるよう、支援させていただきたいと思いました。



## 介護保険サービスセンター

### 高額介護サービス費について

支払った1割の利用者負担が一定の上限を超えた時、超えた分が申請により払い戻されます。高額介護サービス費の利用者負担上限額は、世帯単位で想定されています。同じ世帯に複数の利用者が居る場合は、世帯全体の利用者負担額の合計が、該当する区分の上限額を超えた分が後から支給されます。また、住民税非課税世帯の人については、所得に応じ個人単位の上限額が設定されます。(福祉用具購入費、住宅改修の1割負担、施設での食費・居住費、日常生活費は含まず)

利用者負担段階区分	上限額	
下記の区分に該当しない人	第4段階	世帯で37,200円
世帯全員が住民税非課税	第3段階	世帯で24,600円
世帯全員が住民税非課税で、更に ・合計所得金額、課税年金の合計が80万円以下の人 ・高齢福祉年金受給者	第2段階	個人で15,000円
・生活保護受給者 ・利用者負担を15,000円に減額することで、生活保護受給者とならない人	第1段階	個人で15,000円 世帯で15,000円

# 冬場に多い食中毒

## ●症状は？

ノロウイルスに感染してから、1～2日くらいして次のような症状が出ますが、一般的に他の食中毒と比べて症状は軽いことが多く、ほとんどの場合、2～3日で治ります。

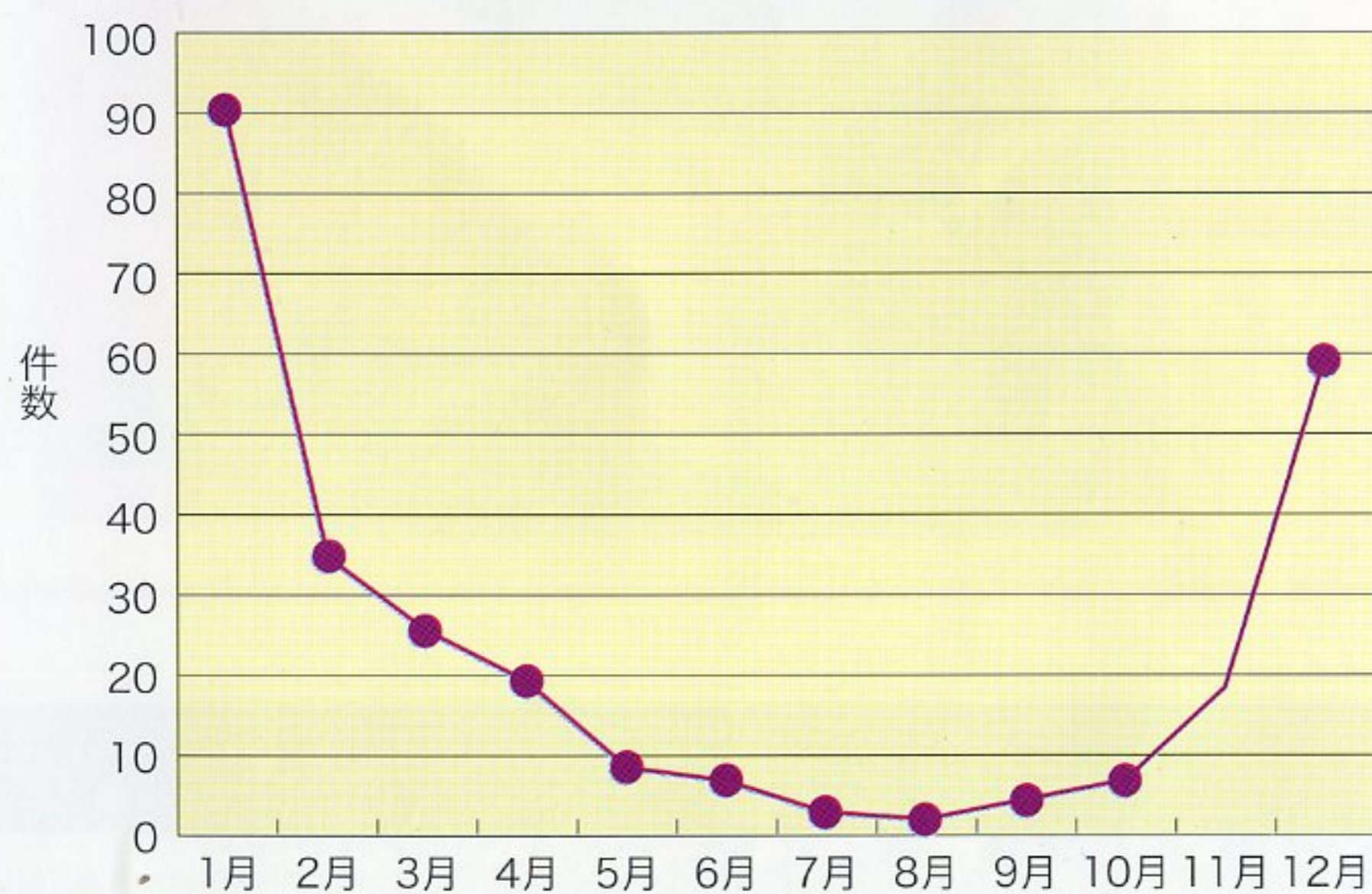
- ・吐き気・嘔吐
- ・下痢
- ・腹痛
- ・発熱



※症状が治まっても、2～3週間はふん便中にウイルスを排出するので、感染者は手洗いや入浴の際には注意が必要です。

※また、自覚症状がなくてもウイルスを保有し、排出している場合もあります。

●ノロウイルス食中毒の月別発生件数



今年も、ノロウイルスによる食中毒が冬場を中心に流行っています。

一般的な食中毒とは違いますので、少し詳しく説明してみます。

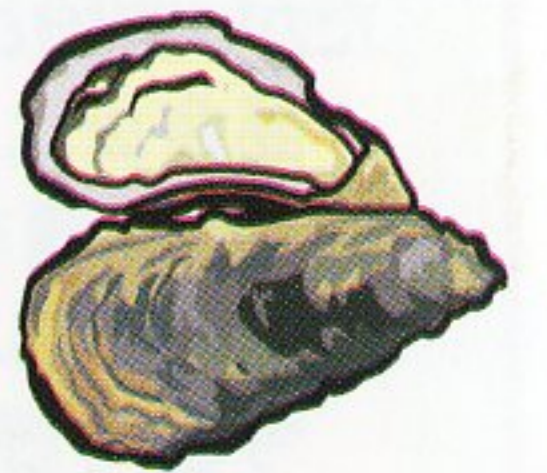
## ●ノロウイルス食中毒の予防法は？

**1** かきなどの二枚貝は、加熱して食べるほうが安全です。

かきには「加熱用」と「生食用」がありますが、「生食用」とは細菌数などの規格基準によって決めているので、ノロウイルスが含まれていないということではありません。

保存方法が悪いから貝の中で増えるというものではないので、新鮮なものでも食中毒になる恐れがあります。

加熱調理は、中心までよく火を通すようにしてください。(中心部で85℃・1分以上)



**2** 調理する人は、トイレのあとや調理前に十分手を洗ってください。



症状の有無にかかわらず、このウイルスを持った人がトイレの後で手をよく洗わずに調理をすると、ウイルスが食品に付着してしまい、汚染された食品が食中毒の原因になります。

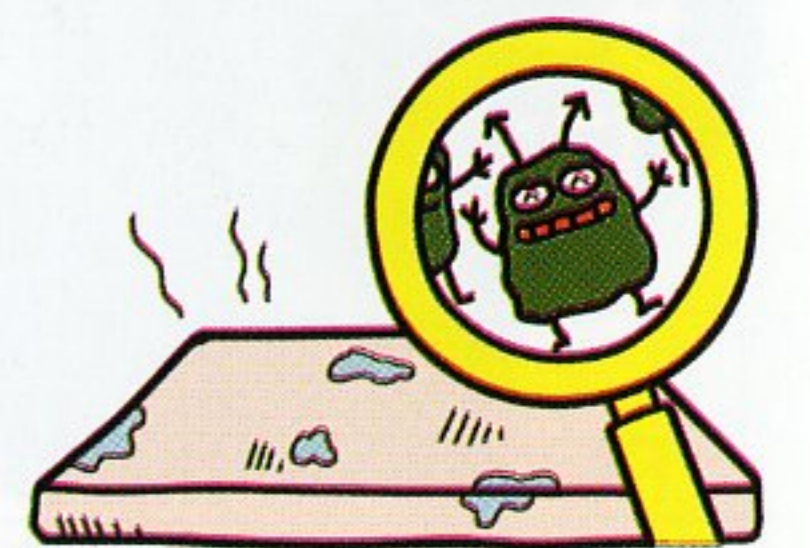
少量でも感染するので、食べ物だけでなく、人→人、人→器具→人などの感染もあります。手洗いは、石けんをよく泡立てて、十分な流水で30秒以上洗いましょう。

**3** 使用した調理器具等は消毒してください。

使用前後の食器、調理器具は十分に熱湯消毒や流水洗浄をしましょう。

ドアのノブなど手指の触れる場所等の消毒をしましょう。

施設内の消毒には、高濃度の塩素系漂白剤(0.1%次亜塩素酸ナトリウム溶液)を使用しています。



昨年は、「新しいメンバーで、新しい介護トピックスを、心新たに」をモットーに、皆様のお役に立てる情報を掲載してきました。寒い時期となり、体調管理には十分気をつけていただき、本年も在宅事業部を宜しくお願い致します。