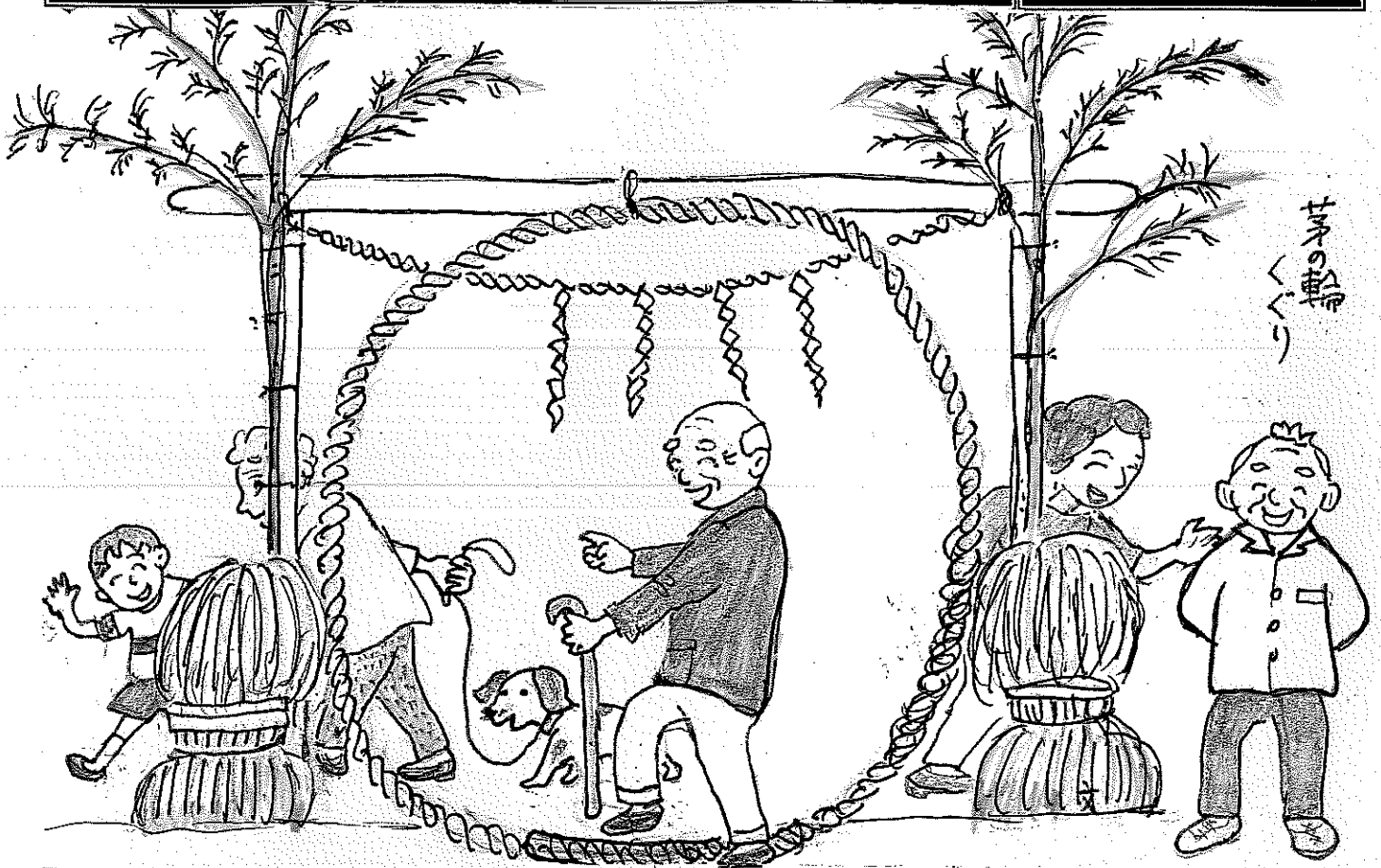


あやとり

あやとりは、要介護認定者と介護相談室を結ぶ機関紙です

発行：那須塩原市
介護サービス相談機関
「介護サービス相談室」
発行日：2017年6月25日



あやとり

近所の床屋さん

近所の床屋のAさんとの出会いで、一人暮らしが可能になりました。

病の後遺症で麻痺が残りました。友人の助けも毎日となると頼る訳にもいかず、日々の暮らしは大変でした。

そんな時、Aさんが「何か困っている事はないか」と声を掛けてくれて、ゴミ出しなども手伝ってくれました。

不自由な身体での一人暮らしは大変だろうと、市役所に相談してくれたのが二十年前。

障害者に関係する申請やヘルパー利用などに繋がりました。

平成十二年四月、介護保険に移行してからは家事援助のヘルパーやデイサービスを利用しながら暮らしています。

今でも、Aさんは元旦の朝、お節料理やお餅を届けてくれます。

地域の方々の優しさや温かさに見守られながら、自宅で暮らせるのがありがたいです。



市内在住 K氏

介護サービス相談員の活動から

介護相談員は市内の施設と皆様のお宅に訪問して、利用者の皆様や家族、職員などからご意見をお聞きしております。介護相談員の感じたことも交えてご紹介致します。



利用者の方々の声

○ 車椅子で施設の広い廊下を毎日、行ったり来たりして運動を続けている。途中で一休みする時、窓から見える眺めも良い。
(入所)

○ 機械によるリハビリやフレイル体操、食前の口腔体操など本当に良い運動になる。家にいるだけでは今の様に動けなかった。
(デイケア)

○ 週2回、療法士の訪問リハビリを受けて、効果を実感している。今では杖無し歩行まで回復。生活全般を身近で見られるケアマネジャーが、自分に必要なサービスをプランに入れてくれるのがありがたい。
(在宅)

家族の方々の声

○ 要介護認定の結果が届いたので、デイサービスを勧めたが「まだ、嫌」と言う。見学や体験に行き、本人に合う場所を探したい。
(在宅)

○ 長時間座っているのが辛くて、デイサービスに行かなくなったら、家にケアマネジャーが来てくれなくなりました。最近親の認知症が進み、どのようにしたらよいか悩んでいます。
(在宅)



職員の方々の声

○ トイレで排泄すると尿意を感じられるようになるので、おむつ使用の方でも基本はトイレに行くようにしています。
(入所)

○ 入居している親に「帰りたい」と言われて、面会をためらう家族の方には、「施設にも徐々に慣れるのでどんなに騒いでも大丈夫ですから会いに来て下さい」とお願いしています。
(グループホーム)

○ 施設に来ると利用者の皆さんには、出来る範囲で体操やレクリエーションを楽しんでもらっています。出来ることを支援し、本人の笑顔と自信に繋がったら良いと思います。
(認知症対応型デイサービス)

介護相談員が感じたこと

○ 高齢者に対する敬いの気持ちで接する職員に、利用者の皆さんは家族のように心を許し、笑顔で過ごしています
(認知症対応型デイサービス)

○ 図書館のボランティアが定期的にデイサービスまで本を交換に来てくれるそうです。利用者さんは落語絵本や料理本などを楽しそうに読んでいました。
(デイサービス)



ケアマネジャーは良き相談者



* ケアマネジャー(介護支援専門員)は介護保険のサービスを利用する方などからの相談に応じ利用者本人や家族の希望をお聴きし、心身の状態を考慮して適切なケアプラン(介護サービスの利用計画)を作成します。

何でも相談
していいの？

福祉用具を借り
たい。住宅改修
もしたい。

ヘルパーさんに
来てほしい。

ケア
マネ
ジャー

ショートステイを
利用したい。

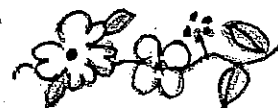
認知症の親の介護で
悩んでいます。

リハビリを受けたい

一人で暮らすの
が大変です。

自分に合うデイサービス
があるのかな？

ケアマネジャーさんにお聞きしました



- * 一番大事なことは、利用者本人や家族が困っていること、心配なことなどなんでも相談することです。
- * 聞かれたことだけでなく、不安に思っていることや日常生活の気づきなども積極的に話してください。
- * 経済的なことなども相談してください。
- * 利用者はケアマネジャーを選び、もし不満や不安を感じた時には変えることができます。市の窓口、地域包括支援センターに相談してください。

MCI(軽度認知障害)



健常者と認知症の中間にあたる、MCI(軽度認知障害)という段階があります。

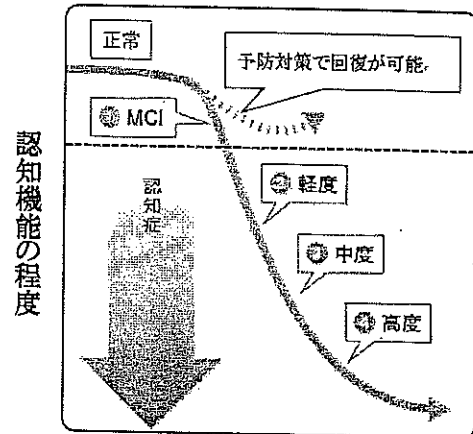
MCIとは、認知機能(記憶、決定、理由づけ、実行など)のうち1つの機能に問題が生じても、日常生活には支障がない状態のことです。

認知症に移行する確率が高いと言われてはいますが、適切な対応をとれば回復が可能になると言われています。

MCIの5つの定義

1. 記憶障害の訴えが本人または家族から認められている
2. 日常生活動作は正常
3. 全般的認知機能は正常
4. 年齢や教育レベルの影響のみでは説明できない記憶障害が存在する
5. 認知症ではない

認知機能の低下と進行のイメージ



時間の経過 JAFメイト5月号;抜粋

日々の暮らしが、知らず知らずのうちに介護予防に繋がっています。

- ◇ 外出や友人との交流
- ◇ 地域の行事に参加する
- ◇ 適度な運動
- ◇ その日の出来事を思い出して記録する
- ◇ 新聞や広報などを声を出して読む
- ◇ 献立や旅行の計画を立てる等々



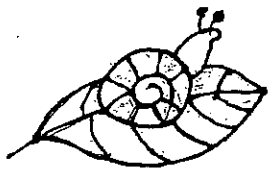
認知症が疑われる場合にはお早めに、ご相談ください。

ご存知ですか？オレンジドクター

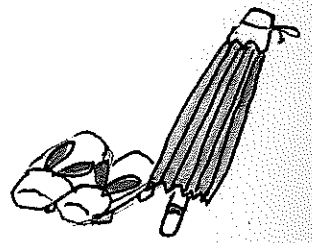
とちぎオレンジドクターは、県に登録された「もの忘れ・認知症相談医」です。

医療機関名	住所	電話番号
三森医院	那須塩原市宮町1-9	0287-62-1095
はらクリニック	那須塩原市東三島4-54-7	0287-39-5232
那須脳神経外科病院	那須塩原市野間神沼453-14	0287-62-5500
菅間記念病院	那須塩原市大黒町2-5	0287-62-0733
那須赤十字病院	大田原市中田原1081-4	0287-23-1122
小林内科外科医院	大田原市富士見1-1606-265	0287-23-8870
国際医療福祉大学 クリニック	大田原市北金丸2600-6	0287-24-1001
江部医院	大田原市黒羽向町60	0287-54-0013

栃木県・栃木県医師会



ある日の訪問から



介護認定を受けて、初めてデイサービスを利用することにしました。耳が遠いので、とても不安でした。

職員は耳元でゆっくり話してくれます。お風呂に入ると背中を流してもらい、伸びていた足の爪も切ってくれました。家族にもやってもらった事が無かったので嬉しかったです。

デイサービスを利用して良かったことは、編み物という共通の趣味の仲間が居たことです。余り糸で帽子を編み、家族からも良く似合うと褒められて嬉しかったです。

近頃、家族から「物忘れが多くなった」と言われ、思い切つて病院に行きました。診断は軽い認知症でした。

今は進行を遅らせる良い薬もあり、飲み始めました。早く受診して良かったと思います。

認知症になってからでは遅いので、兄弟や周りの人にも早めに診てもらおうように勧めました。



一人暮らしをしていた母が、最近不安と寂しきで眠れない日が続くと言い出しました。「近くに要支援でも入れる施設はないか調べて欲しい」と言われ、ケアマネジャーに情報を頂きケアハウスに入居できました。

母は明るい性格なので、友達も出来て、施設の生活を謳歌している様子に、私達も安心しました。

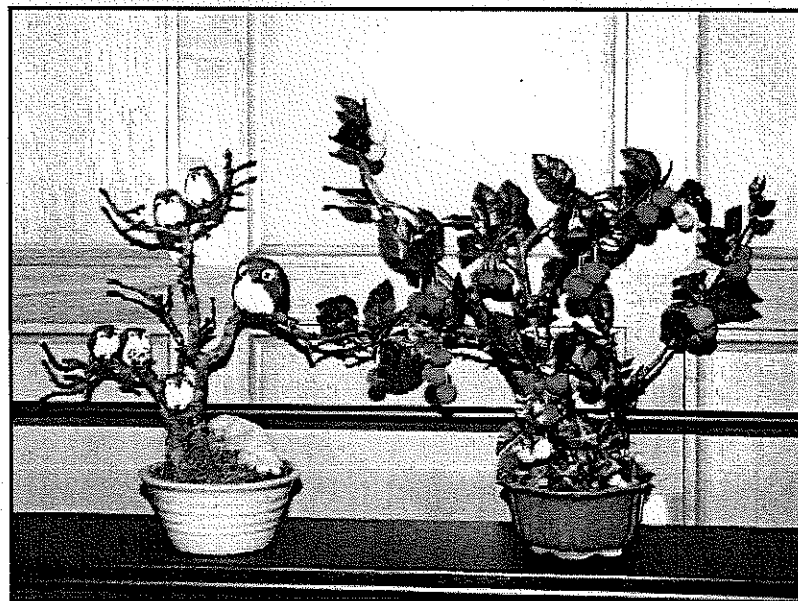
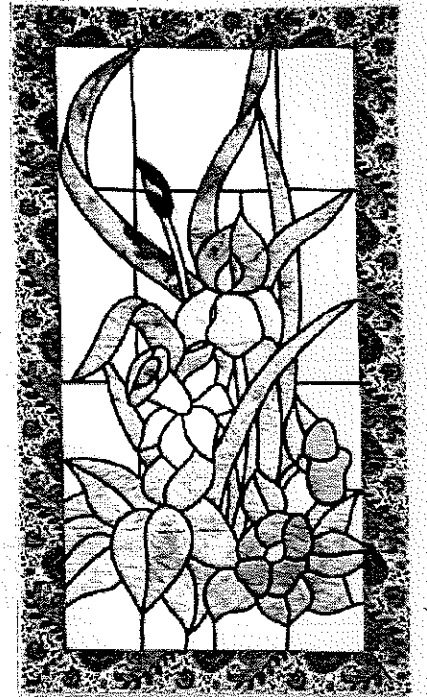
日々の生活に慣れてきた今、至れり尽くせりの生活に物足りなさを感じ始めた様子です。これからは少しでも面会を増やし、一緒にいる時間を作りたいと思います。

入所生活は施設の対応に不満はないが、外出や身内、友人の訪問もないので、施設に押し込められて「生かされている」と感じてしまう。

家族の負担を思えば、施設暮らしも仕方がないと諦めている。九十五歳になった今、もっと世間を知る機会が欲しい。新聞やテレビからではなく、人との会話から世間を感じながら希望を求めて生きていきたい。



読者の広場



相談室からのご案内

介護の相談や心配事がある方は
相談室へお電話をどうぞ
☎ 0287-73-0056
(9:00~16:30)
所在地 〒325-0042
那須塩原市桜町 1-5
介護サービス相談室

編集後記

あじさいの花の季節になりましたね。雨にぬれても元気に咲くので梅雨の代名詞とも言われています。

今回はMCIとケアマネジャーの役割について取り上げました。参考にして頂けたら幸いです。皆様からのご意見、ご投稿をお待ちしております。

