

ルミエールケア からの

エール!!

平成 21 年 7 月 10 日

夏号

(第 19 号)

有限会社 ルミエールケアサービス
大阪市中央区谷町3丁目1-11
大晋ビル303
代表取締役社長 山本さと子
電話 06-6949-3729
FAX 06-6949-3776



目

次



1、	健康チェックと事故防止	1
2、	寄稿	
	ヘルパー体験記①	3
	ヘルパー体験記②	4
3、	介護シリーズ	
	上着の交換 (臥位)	5
4、	家事シリーズ	
	畳・カーペットの手入れ	6
5、	食品衛生月間	7
6、	講習会のご案内	8
7、	編集後記	10



健康のチェックと事故防止

訪問介護におけるサービス提供中の事故で最も多いのは、**転倒で全体の44.9%**にのぼっている。

また介護サービス中の事故原因は

「確認・観察不足」が44.5%と最も多い。

この結果を踏まえて今回は、介護サービス提供中の健康チェックについて特集してみました。



1、身体的観察の着眼点と観察技術

高齢者は加齢とともに骨・関節・臓器などの身体機能が低下し、抵抗力が弱くなることから病気にかかりやすいといわれています。

高齢者の
病気の特徴は

- ① 回復に時間がかかる。
- ② 単独の病気ではなく複数の病気にかかっていることが多い。
- ③ 病気からくる症状も一般にいわれる定型的なものではない。
- ④ 原疾患と関係のない合併症をおこす。

これらは個人差も大きいのですが、介護者が普段からよく観察し、日々身体をチェックをすることで「いつもと違う」という変化に気づくことができます。

2、身体観察の技術

観察の技術の基礎になるのは、相手を意図的にみることができる力をつけることです。生活援助でも身体介護でも、自分が行うことに夢中になり、ほかのことに気づかないのはよくありません。

「意図してみる」、つまり、考えながらみることです。意図的にみるためには自分のなかに観察する着眼点としての知識が必要です。その観察する知識をもとに観察する技術をもちいてチェックを行います。

身体観察を行うのに必要な技術は、

五感を使った観察

視覚

臭覚

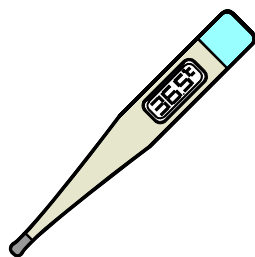
味覚

聴覚

触覚



体温計などで測定



コミュニケーション



以上の三つの方法が一般的に使われます。

利用者と出会ったその時から観察ははじまり、身体介護であっても生活援助で

あっても、介護行為をとおして観察できます。

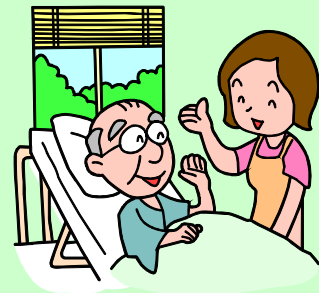
3. 全身観察の着眼点 ～5つのポイント～

☆ 出会ったその時にわかること ☆

- ①顔を合わせて…顔色・表情がわかる
- ②目を見れば…目やに、充血、涙、まぶたのむくみ（浮腫）の有無がわかる
- ③口を見れば…唇の色や乾燥状態、口臭の有無がわかる
- ④耳をみれば…耳垢の有無がわかる
- ⑤頭を見れば…頭髪の汚れ具合がわかる
- ⑥皮膚を見れば…乾燥、発疹、むくみ（浮腫）、創傷、色つやの状態がわかる

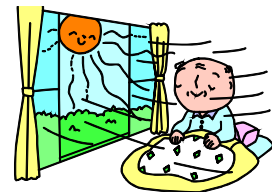
☆ 会話をとおしてわかること ☆

- ①口臭の有無、義歯の有無
- ②聴力の程度（人の話、テレビの音量）
- ③視力の程度（物や人の見える程度）、視野の範囲
- ④会話のレベル
- ⑤記憶のレベル（認知症の状態）
- ⑥会話の理解度
- ⑦睡眠状態



☆ 身体介護をとおしてわかること ☆

- ①排便・排尿の回数、量、性状
- ②尿失禁の有無と排尿パターン
- ③褥瘡好発部位の状態（発赤・水疱の有無）
- ④全身皮膚の状態（発疹・浮腫の有無）
- ⑤舌苔（舌が苔のように白くなっている）、歯茎のはれや発赤の有無



☆ 行動をとおしてわかること ☆

- ①歩行（すり足）のしかた
- ②関節痛の痛み
- ③手掌や足背のむくみ（浮腫）の有無



☆ 生活援助でわかること ☆

- ①空腹感、食欲の有無
- ②嚥下、咀嚼の状態
- ③食事・水分の摂取量



※ 健康をチェックするとは、身体の観察ができることであり、身体の観察は身体介護や生活援助において、介護の必要性を判断し方法を選択・実行し評価するという過程で重要なことです。

ホームヘルパーの観察力によって利用者の異常を早期に発見でき、最悪の状態におちいらずに回復させることにもつながることがあります。「いつもと違ってちょっとおかしい」と思ったときは、自分が直観的に感じたことを大切に、さらに系統的な

観察を加える必要があります。

(介護労働安定センター ホームヘルパー2級課程テキストより抜粋)

寄稿

ヘルパー体験記①

訪問介護員 K. K

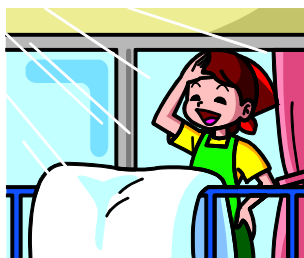
私が、現在生活援助をしている利用者の方は、60代後半の男性、後縦靭帯骨化症という病気で大変な毎日を過ごしておられる方です。

本人は、脳梗塞の後遺症だと思い込み、病気を受け入れようとされていなくて、手足が動かなくなってきたのは、リハビリが足りないからだ、言い切られます。

そこで、ヘルパーの要請があり週2回の生活援助（掃除1時間）を行うことになりました。



1間の部屋ですが、初めて訪問した時は、何から手をつけていいのか？汚れ物と色々な物が山積み状態、食べ終わった容器、薬の袋、ペットボトル、本、汁物のこぼれなどゴチャゴチャで散乱と異臭でした。トイレの中は、尿と便が飛び散り、バケツの中は汚れた下着が汚水のなかに浸かっている。



この悲惨な状態をどうしていいやら、とまいどいと何とか清潔な居間にしてあげなければと気合が入りました。掃除をするにも雑巾らしき物もない中、どうにか工夫しながら、片付いた状態にすることができました。

利用者の方に「掃除終わりました」と声を掛けると、「ありがとう、ありがとう」と繰り返し言われます。わざとこんな暮らしをされているのではない。不自由な体でこんな事になるまで、自分で一生懸命頑張ってきたのだと思いました。

訪問したある時、部屋の中で転倒し、柱で頭を切り、血だらけでおられる事もありました。その後も、転倒、打ち身など、生傷の絶え間がありませんので、歩行には注意するようお話しするなど、また極力障害物がないように留意しています。



利用者のお宅から帰る時、「お昼は何を食べるのだろう」と気になります。食事は、近隣のスーパーで購入されたり、近所の方に買い物を頼まれるようですが、すぐ食べられるような物がない時など、買い物でも何かお手伝いできたらと思いますが、本人が拒否されます。

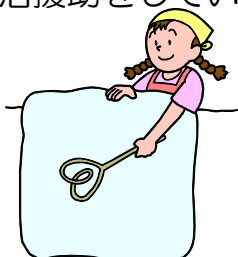


訪問時の状況については、その都度ケアマネージャーに報告しています。ケアマネージャーの方が訪問し、介護保険制度や支援について説明されているようですが、介護保険を理解され素直に支援を受け入れて頂ければ、少しでも豊かな生活が送れるのではないかと思います。明るく楽しく生活して頂けるよう、これからも頑張っていこうと思っています。

ヘルパー体験記②

訪問介護員 C. K

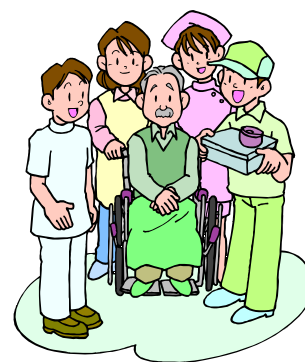
ヘルパーになって3年、いろいろなお宅に訪問させて頂きます。その中のある利用者のAさん、90歳の男性の方で1人暮らしです。軽い半身麻痺で寝たきりですが、認知症などはなく、食事は介助して車イスで食卓に着かれています。一日に朝、昼、晩と3回ヘルパーの方が入り、シルバー人材センターからは昼の2時間、一週間に5人が交替で生活援助をしています。



昼食と夕食の調理、Aさんに昼食をして頂いている間に洗濯物を干し、食事が済んだらベッドにお連れし、それから日用品や食料品等の買い物に出かけます。

私が悩んで夢にまで見ることは、Aさんの主食にするおにぎりの固さ、大きさ、又はソーメンのゆで方、副食の煮物や和え物の味付け等、その日によって要望が変わり、Aさんが気に入らなかつたら、大きな声でどなられ、食事をして頂けません。食事が終わらないと買い物にもでかけられず、時間がなくなり困ることがあります。そのようなことが私だけとだけ思っていましたら、他のメンバーも同じ事で悩んでいました。

状況をケアマネージャーに報告をして、現在は連絡ノート、買い物ノート、又電話でメンバー達が常に情報交換し、メニュー1つにしても皆でいろいろ工夫しています。Aさんが完食してくれた時は、ホッとします。その状況は、すぐに連絡ノートに書き、メンバー全員が常に状況を把握できるようにしています。



時折、帰り際に「ごくろうさん、気をつけて帰りや」などと言って頂けた時は、やった！バンザイ、よかったとうれしくなり、よし又、明日も頑張ろうと思うのでした。

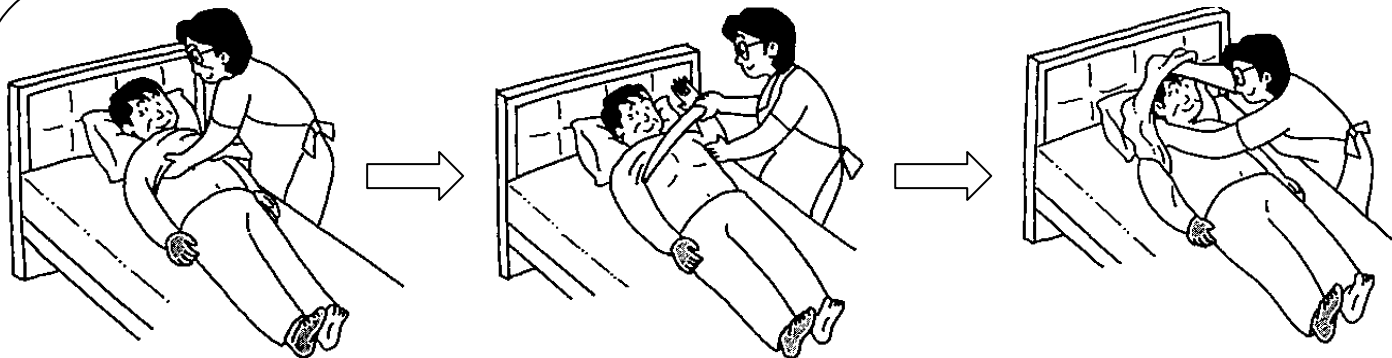
今回寄稿頂いた体験記は、介護保険事業者（2775700418）
社団法人 四条畷市シルバー人材センターで介護に従事されている方
から頂いたものです。

貴重な体験ありがとうございました。

尚、氏名は本人のご希望により匿名にいたしております。

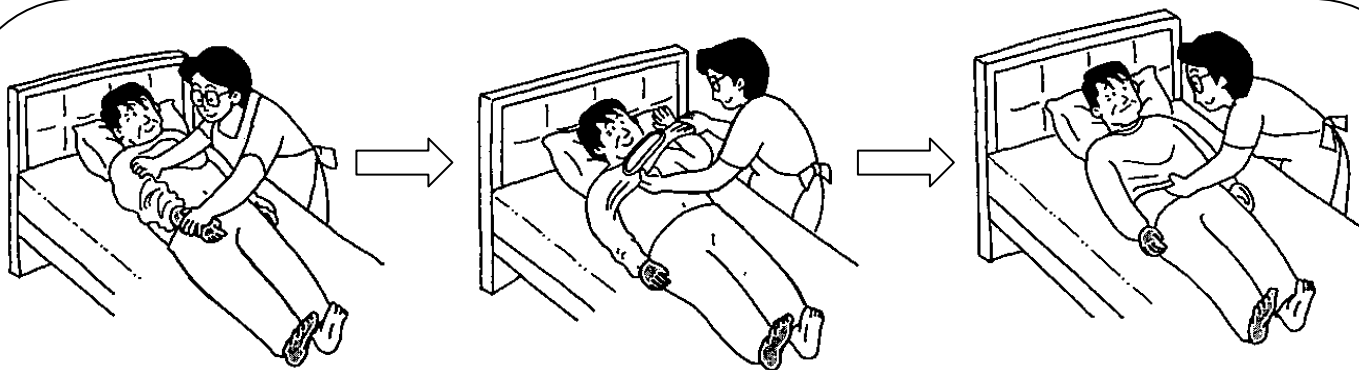
上着の交換(臥位)

〈脱がせ方〉



- ①裾を胸まで引き上げます。いったん健側のほうに側臥位をとり、背中側も同様に引き上げてから、仰臥位にもどします。
- ②健側のほうから肘を抜き、袖を脱がせます。
- ③片手で、脱いだ袖の部分を持ち、もう一方の手で頭を浮かせながら、首の後ろから上着を脱がせます。
- ④患側の肩、腕の順番に脱がせます。

〈着せ方〉



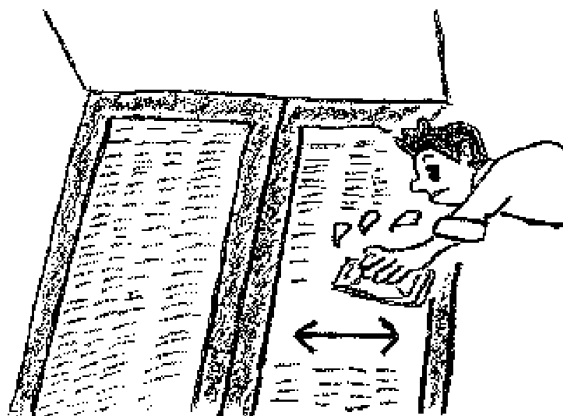
- ①新しい上着の袖を患側の腕に通します。
 - ②健側の腕に袖を通します。
 - ③患側の袖を肩まで引き上げます。
 - ④片手で上着の背中側を首の部分と一緒に持ち、もう一方の手で頭を浮かせながら、頭を通します。
 - ⑤健側のほうに側臥位をとり、背中側の裾を下ろします。
 - ⑥仰臥位に戻し前面の裾、肩、袖を整えて着ごちを確認します。
- ※ ②～④については、頭を先に通してから健側の腕を通してよいでしょう。

家事シリーズ

畳の手入れ

畳の寿命は、表3年・裏3年といわれています。しかし、これも手入れ次第です。畳の表面には保護のため、白土が塗られています。これが取れると黒ずみの原因になります。

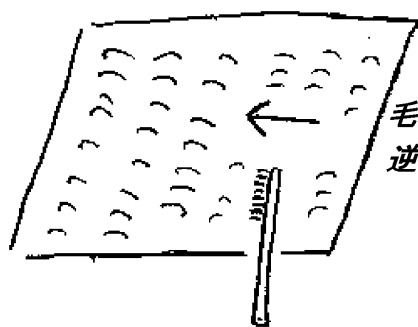
- 掃除機を念入りにかけます。水で薄めた住居用洗剤につけて固く絞って雑巾で目に添って拭きます。
- 汚れが落ちたらお湯で固く絞った雑巾で拭きます。
- 乾いた布で水分を取り、乾燥させます。
- ヘリの部分は古い歯ブラシに洗剤をつけ、こすります。畳と同じようにお湯で固く絞ったふき取り布でカラ拭きします。
- 畳についた黄ばみは4Lの水に盃2杯の酢を入れて固く絞った布で拭きます。



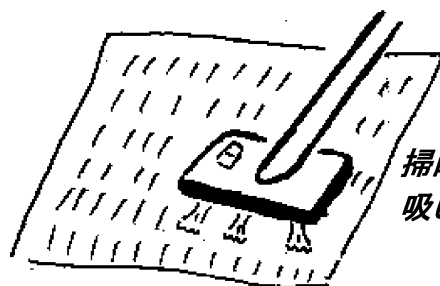
カーペット

掃除機はできるだけ毎日かけ、月に一度は洗剤拭きをします。手入れは湿気のない快晴の日にしましょう。

- 毛並みに逆らってブラシをかけ、奥のホコリを吹き上げらせ掃除機をかけます。
- 住居用洗剤・中性洗剤で固く絞った雑巾で毛を起こしながら拭きます。
- 拭き終わったら毛並みをそろえ早めに乾かせましょう。



毛並みに
逆らって

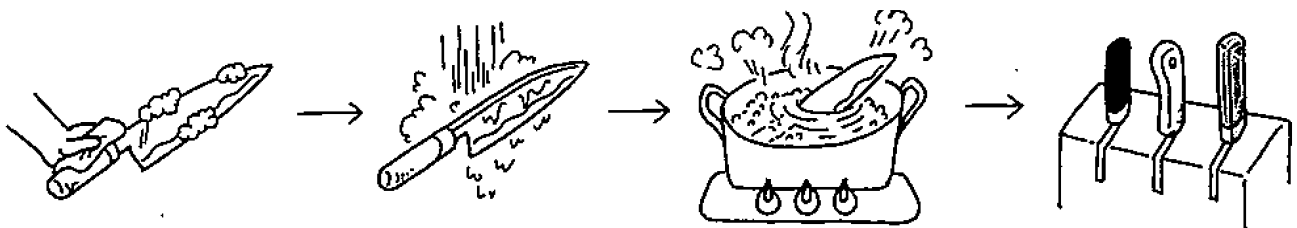


掃除機で
吸い取る。

8月は食品衛生月間です

◇ 家庭用器具の消毒方法

- 1 包丁・・・「肉・魚用」と「野菜・調理済み食品用」の2本以上用意します。
柄の部分が汚れやすいので、重点的に洗って、殺菌します。
刃の部分はきれいに洗って、乾燥しておけば心配ありません。



- 2 まな板・・・「肉・魚用」と「野菜・調理済み食品用」の2枚以上用意します。
洗剤で洗って、よくすすぎ殺菌します。
その後、乾燥させ、保管します。



- 3 布巾・・・乾燥した布巾を何枚も用意して、つねにきれいなものを使えるようにします。



高齢者や障害者のなかには、体調を崩していたり、病弱な人がいます。細菌に対する抵抗力が弱いため、小さな不注意から健康障害をおこすことがあります。日頃から調理器具の衛生に気を配ることと同時に、台所の衛生にも気をつけるようにしましょう。

認知症のケア

認知症のケアについて、現在支援をされている方、今後担う方などを対象とした講習会です、認知症に対する正しい基礎知識・技術を学びます。

講習日時： 10月 8日(木) 10:00~16:00
10月15日(木) 9:30~16:30
10月22日(木) 9:30~16:30
10月29日(木) 10:00~16:00

受講経費：18,120円

【受講料：16,000円、保険料：120円(¥30×4日)、資料代：2000円】

受講定員：30名(先着順、定員になり次第締め切ります。定員に満たない場合は中止となる場合もあります。)

募集期間：8月1日(土)~8月31日(月)

■受験準備講習■

講習内容	講習日	定員	受講費用
介護支援専門員受験準備講習 ※使用テキストは各自で購入いただきます。	平成21年7月22日(水) 平成21年7月29日(水) 平成21年8月5日(水) 平成21年8月12日(水) 平成21年8月19日(水) 模擬試験：平成21年9月16日(水)	40名 先着順	受講料： 15,000円 保険料： 180円 模擬試験料： 5,460円
	介護福祉士受験準備講習 ※使用テキストは各自で購入いただきます。	平成21年7月24日(金) 平成21年7月31日(金) 平成21年8月7日(金) 平成21年8月14日(金) 平成21年8月21日(金) 平成21年8月28日(金) 模擬試験：平成21年11月16日(月)	40名 先着順

お申込み・お問い合わせ

財団法人 介護労働安定センター大阪支部 TEL06-6261-0484 まで

ご結婚おめでとうございます



新しい人生をスタートさせました

ごあいさつ

海山の恋しい今日このごろ、

皆様にはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

このたび私達は、結婚いたしました。

未熟なふたりではございますが、皆様から頂戴した数々のお言葉を胸に
明るい家庭を築いてまいりたいと思っております。

これからも、介護支援専門員・サービス提供責任者として、
初心を忘れることなく、事業の発展に向けて一層邁進していく所存でございます。

どうぞ、今後とも変わらぬご指導とご厚誼のほど
よろしく願い申し上げます。

平成21年7月吉日

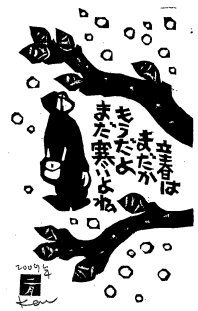
山本 豊
佐紀 (旧姓 物袋)

ちょっとしたことから！！

姫路地方で活躍されている版画家に、岩田健三郎さんが居られます。私もファンの一員ですが、2ヶ月ほど前に新刊本が出て、紹介事業所の近くの本屋さんで出版記念のサイン会があり、早速行ってきました。

一番乗り目指したのですが、三番目くらいで、サインと共に、似顔絵描いてもらいました。〇〇さんへと書くので尋ねられた時に、岩田健三郎さんデザインの名刺を渡すと、「へえ、介護の仕事をしているのですか？坊主町に事務所あるのですか。私よく自転車に乗ってあの辺を走っています。また声掛けて下さい。」と言われ。「この名刺貰っても良いですか？」と言われたので、「どうぞ。」と渡しました。

そしたら後日、版画の絵葉書が届き、介護の仕事も一目置いてもらえたような気がして嬉しく思いました。



足立ケアサービス 和田 滋

川柳コーナー



やせたのは

一緒に歩いた

犬のほう



胸よりも

前に出るなど

腹に言う



朝バナナ

効果があつたの

お店だけ

第一生命サラリーマン川柳コンクール
よの抜粋

編集後記

- 今年も暑い季節がやってきました。皆様いかがお過ごしでしょうか。
- 今回は、介護体験等3名の方から寄稿を掲載しております。ご協力ありがとうございます。
- 今回のエールでは、健康チェックと事故防止を掲載しております。皆様の参考にして頂ければ幸いです。
- 家事シリーズは衛生管理の視点から、再度掲載しました。
- 今後も社報「エール」並びに「エール別冊 栄養情報」をよろしくお願い致します。

ご意見・ご要望がありましたら、お気軽にお問い合わせください。

発行・編集

有限会社 ルミエールケアサービス

〒540-0012 大阪市中央区谷町3丁目1番11号
大晋ビル3階 303号

TEL 06-6949-3729

FAX 06-6949-3776

URL <http://www.lumiere-care.com/>

E-mail lcs3105@chive.ocn.ne.jp