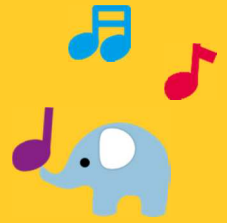




ケア 24 善福寺だより



～認知症ケアを地域でささえるシリーズ⑥～

誰もがなる可能性のある「認知症」。認知症となっても、いつまでも地域で安心して暮らし続けるために必要なこととは何でしょうか？

昨年度に引き続き、今年度もケア 24 善福寺だよりは、西荻・善福寺地域で認知症の方の日常生活をささえるために日々奮闘されている専門職の方々にインタビューさせていただき、そのヒントとなりそうな情報をお伝えします。

シリーズ第6回目は「笑生訪問看護ステーション」管理者の須藤 博子（すどう ひろこ）さんです。



笑生訪問看護ステーション

住所 杉並区西荻南3-7-2

TEL 03-5344-9838

Q1.「訪問看護」について教えてください。

病気や障害を持った人が住み慣れた地域、ご自宅でその人らしい療養生活を送れるように訪問看護ステーションから看護師が訪問して看護ケアを提供するサービスです。自立への支援を促し、療養生活を支えます。

疾病を持つ人が自宅で過ごすためには医師だけではすみません。訪問看護が入り、生活環境を整えることによって入院の必要がなくなったり、主治医の往診で在宅生活を長く続けることができます。

また、家にいるばかりではなく、外に出ることも大切です。看護師から見て、体調が良くなったことをケアマネジャーに情報提供したりして、外出する機会を作るなどのきっかけ作りもします。

Q2.訪問看護でもらえることってどんな

ことですか？

主治医の訪問看護指示書に基づき、療養上のお世話をします。医療処置・医療機器の管理や在宅でのリハビリテーション、ターミナルケア、認知症ケアなどを行います。

また、ご家族への介護支援・相談・アドバイスや介護予防のための低栄養予防や運動機能低下予防なども行います。



Q3.なぜ訪問看護をしたいと思ったのですか？

元々は病院に勤務していました。医師の往診に同行するようになったことがきっかけで訪問看護に興味を持つようになりました。それ以前からも、長期入院により職場復帰ができない患者さん達も沢山見てきましたので、訪問し「生活」を立て直して行くことの必要性を感じていました。

訪問看護では利用者の今後の予後予測を考えるとともに、旅行、外出など入院していたらできないことを一緒に考え、行動していくことが醍醐味と思っています。



Q4.家族ケアについての印象に残っていること、大事にしていることを教えてください。

親のことは気になるが、自分達の生活が大切という家族が多くいらっしゃいます。

孫の受験、結婚式などタイミングが問題になることもあります。そのような時は家族の関係を維持するためにも人に頼ることも必要です。

家族は見ているだけよい、介護は買ってもよい…
任せるところは任せてよいのです。

認知症の方は自分の気持ちをうまく表現できません。
できないとしても必ずそれぞれの自分の思いはあります。その思いを大切に、その人らしい暮らしを送ってほしいと思っています。



～家族介護教室のご報告～



「簡単・楽ちん一人でもできるお掃除

～体に負担を掛けずに家の環境を守り、家族の健康維持」

7月14日、ダスキンホームインステッド西荻ステーションの方を講師としてお招きし、実技も交えながらお話を伺いました。

皆様掃除についてとても関心が高いようで、参加希望者が多く、残念ながらお断りさせていただく方もいらっしゃったほどでした。

ご参加いただいた皆様からは「掃除に対する考え方を見直した」
「講義内容を年取った両親に教えたい」などの感想をいただきました。
普段自己流でやっていることが多い家のお掃除。

今回のようにプロのお話を伺うと大変勉強になります。
どんな汚れにはどんな洗剤が良いか等も伺うことができ、
とても有意義な時間になりました。





「はじめての介護保険 要介護認定の受け方

～何を聞かれるの、どう伝えればいいのか～

8月31日に「はじめての介護保険 要介護認定の受け方～何を聞かれるの、どう伝えればいいのか～」というテーマで介護教室を開催しました。

今回は「東京都介護支援専門員研究協議会」の理事である井上 研一様に講師をしていただきました。

内容は「要介護認定とは何か」から始まり、認定調査の受け方、どんな質問項目があるのか、日頃の様子などのような点を伝えればよいか、など具体的なお話でした。

質疑応答の時間を設け、参加者の皆様から実際にお困りのことなど「生の声」があがり、井上先生からそれぞれの質問に対し丁寧に回答をいただきました。

今回は40代から80代まで、幅広い世代の方がご参加くださいました。今現在介護をしている方、これから介護をするであろう方など、様々な思いを抱えてのご参加でした。まだ具体的な想像ができず、内容が難しいと感じた方もいらっしゃいましたが、「介護保険の利用の基本のお話をしていただき、とても良い勉強になった」との感想を多数いただきました。

今後も年に1回は「介護保険の申請」について基本講座を開催したいと思います。



「はじめての老健、老健ってどういうところ？誰が使えるの？」

9月22日に介護老人保健施設「シーダ・ウォーク」にて家族介護教室を開催しました。今回は「はじめての老健、老健ってどういうところ、誰が使えるの？」というテーマで施設概要や施設利用方法についてのお話を伺いました。

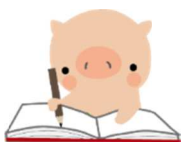
後半には施設内の見学もさせていただきました。

シーダ・ウォークはレクリエーションが充実していて、職員さんが新しいレクリエーションをたくさん提案して実施しているそうです。

利用者様にも大人気で皆様楽しそうに参加されている様子が印象的でした。

参加された皆様からは「今まで老健の見学の機会はありそうでなかったので知識を得るよい機会になった」「資料が見やすく、写真もたくさんあったので非常にわかりやすかった」などのご意見をいただきました。

「シーダ・ウォーク」の皆様、お忙しい中ありがとうございました。



～たすけあいネットワーク（地域の目）～



「たすけあいネットワーク（地域の目）」とは、地域のボランティア（あんしん協力員）が見守りや声かけで高齢者をサポートする事業です。

○誰が登録できるの？

おおむね65歳以上の高齢者で、ひとり暮らしまたは高齢者のみの世帯の方です。

○どんなことをしてもらえるの？

「話したい」「人の声が聞きたい」「顔を見たい」など、ちょっとした「見守り」をします。

週1回、月1回などご希望に応じて、「あんしん協力員」が電話や訪問をします。

○どういう人が来てくれるの？

登録をしている「あんしん協力員」がお伺いします。

現在ケア24善福寺にご登録いただいている「あんしん協力員」は主に60代～70代の地域住民です。男性、女性、それぞれいらっしゃいます。

お申込みいただいた方に合わせてケア24善福寺の担当者がマッチングさせていただきます。

ご興味がある方はぜひケア24善福寺までご連絡ください。

ご利用者

Aさんより



最初は近隣の方から勧められて登録をしました。

一人暮らしなので、誰とも話をしない時もあり、不安を感じていました。登録をして、月1回訪問を受けるようになり、精神的に安心できるようになりました。とてもありがたいです。これからも続けていきたいと思えます。

あんしん協力員

Bさんより



月1回、訪問をしています。おもに共通の趣味の話をしたりしていて、時には1時間くらい立ち話をすることもあります。

最初の頃は当たり障りのない内容でしたが、徐々に共通の趣味があることがわかり、密に話ができるようになりました。伺ったお話しを自分の趣味に反映することもできています。

～ケア24 善福寺のご案内～

杉並区地域包括支援センターケア24 善福寺は、杉並区の高齢者の総合相談窓口です。

「ちょっと相談したい」「どうしたらいいか困っている」「どこに相談したらいいかわからない」……。こんな時、お気軽にご相談ください。

事業のご案内や受付など、保健や福祉の専門職がご相談をお受けいたします。ご家庭にお伺いし、ご相談にのることもあります。相談内容など、個人の秘密は守ります。相談は無料です。

ケア24 善福寺は、西荻北3～5丁目、善福寺1～4丁目の地域を担当しています。



杉並区地域包括支援センター ケア24 善福寺
〒167-0042

杉並区西荻北 4-31-11 西荻ミキサソハイツ 1階

TEL:03-5311-1024

FAX:03-5311-1027

窓口開設時間

月曜～金曜日 9:00～19:00 土曜日 9:00～13:00

