会報　98号　発行　一般社団法人静岡県介護福祉士会

Bon くらーじゅ

（フランス語でがんばってね。いい働きをしてねの意）

つながる瞬間！重なる思い！心が動けば身体も動く！これが介護の魅力!!

令和５年度　第10回　静岡県介護技術コンテスト開催される

とき　令和５年11月25日(土) 12：30～16：00　　会場　グランシップ10階

記念すべき第10回静岡県介護技術コンテストがグランシップにて盛大に開催されました。テーマは「認知症のある方の外出支援」とし、県内の特別養護老人ホーム、訪問介護事業所等から13名の競技者が参加されました。用意した備品以外に、各自で利用者さんの好きな物品を持ち込むなど、みなさん工夫をされ、利用者様に寄り添うケアが印象的でした。また、県内の介護福祉士養成施設である聖隷クリストファー大学、静岡福祉大学、静岡福祉医療専門学校から20名もの学生さんが運営に協力していただき、爽やかな若いパワーで場が盛り上がりました。

介護技術コンテスト実行委員から

・参加された学生から「介護現場で働くことができたらケアコンに出場したい！」など前向きな言葉をいただき、10年継続してきた意義があったと実感しました。多くの皆さんの応援と実行委員の熱い思いが形になった記念すべきケアコンとなりました。

・競技者の頑張りと、それを見守る応援者の眼差しがとても印象的でした。心温まる応援を見ていると、みなさんチームで取り組んでいるんだなと実感しました。

・参加された学生さんには、施設実習とは違う視点で介護福祉士とのかかわりを持って欲しいと思っていました。また、学生も審査員を担ったことで、専門職としての視点を学ぶことができたのではないかと思っています。養成校のご協力に感謝します。

・今回のテーマはあえて三大介護（食事・入浴・排泄）から脱却し、認知症の方のケア「コミュニケーション技術」に重点を置きました。介護技術は身体だけではなく、いかにコミュニケーションが大切であるか多くの方に理解して頂けたのではないかと思っています。

参加された学生さんから一言

個別支援は参加者によって様々で、利用者様とのコミュニケーションの取り方も尊厳を守る介護が実践されていてとても勉強になりました。参加できて良かったです。

今日見て気づいたこと、勉強になったことをこれからの実習で活かしていきたいです。選手一人ひとり、行いや声のかけ方が違い、工夫を凝らしている姿に感動しました。

学生審査員として貴重な体験をさせて頂きました。プロの介護職の技術を目の前で見させていただき、心が動けば身体も動く瞬間を目の前で体感しました。

〔発行責任者・水野　公智〕　事務局　〒420-0856 静岡市葵区駿府町1-70 静岡県総合社会福祉会館4階　TEL 054-253-0818　FAX 054-253-0829

ケアコンテストの様子

緊張感の中、競技者は笑顔をたやさず支援を行いました。

最優秀賞（県知事賞）
社会福祉法人駿府葵会　ケアサービス青葉
望月　幸美様

静岡県介護福祉士会会長賞（個別援助計画書優秀賞）
社会福祉法人楽寿会 楽寿の園福祉エリアデイサービスセンター様

審査委員特別賞（個別援助計画書特別賞）
社会福祉法人天竜厚生会　特別養護老人ホーム登呂の家様

最優秀賞講評

ケアの導入部、望月さんが花枝さんに対し、「私の手あったかいですよ。触ってみませんか？」と静かに語りかけ、そっと手を差し出し、その手に向かって花枝さん自身も手を伸ばし、差し出した手に触れる。その上からもう片方の手で包み込む仕草は、時間にして数十秒、触れ合う手の距離は数センチでしたが、その小さな点と点が積み重なり、線として繋がり、面として広がっていく。心に響くかかわりでした。普段から望月さんの大切にされている思いが凝縮されたケアを随所に感じました。今後現場で活躍されますこと応援しています。

個別援助計画書講評

優秀賞　楽寿デイサービス　　山田様
支援者が代わっても同じ支援が提供できる内容になっています。課題に本人の思いをアセスメントして、本人の言葉にして記載されていて、審査員満場一致で評価満点になりました。

特別賞　登呂の家　　小川様
ポイントを押さえて簡潔に作成されています。1位とは僅差であり、プランとしてアセスメントし、本人の思いを分析されていることから、他のプラン等は別格な出来上がりで、急遽審査員特別賞に決定させていただきました。

介護への想い　～大切にしている事～

大切にしている事は「非言語コミュニケーション」です。朗らかな笑顔、利用者様との目線の位置、お腹を見せる立ち位置。「聴覚」では、利用者様にとって心地良い声の大きさでのお声かけ。特に重点を置いているのは「触覚」 手の温度、触れる面積、触れる時間など日々意識して、安心していただけるケアに取り組んでいます。

最優秀賞　望月　幸美

コロナ禍の大変な時期を乗り越えて10回大会の開催を考えさせられることもありましたが、競技者の皆様が介護という仕事に真剣に向き合っている姿勢が競技の中で自然に表現されている場面に感動したり、審査員やイベントのお手伝いを学生が担って頂いたことで頼もしい未来の後継者がいることに心強さも実感できたり、まさにつながる瞬間！重なる思い！心が動けば身体も動く！これが介護の魅力！ですね。皆様のご協力に感謝いたします。

ケアコンテスト実行委員長　増田　知佐子

ターミナル研修「人生の最終段階を支援するために」
～知識と技術、具体的な展開を考える～

■開催日：令和６年２月９日(金)　■会場：シズウエル601会議室　■講師：太田　恵美氏

現在看取りケアをされている、今後予定している事業所（特養・老健・障害者施設・訪問介護・療養型）が参加。本研修は定員を超える応募があり、県の福祉人材確保対策として実施したため、介護職を対象とした。

「死生観について」「ACP（人生会議）の意義」「看取りケア（ターミナルケア）とは」「看取りケアの実際」「質の高い看取りケアを実践する為に必要なこと」「グリーフケアにつて」「看取りケアの意義」など、個人ワークやグループワークを取り入れた講義であった。「自分の最期はこのように過ごしたい」と思っていても、突然病気で話すことができなくなった場合、医師からは「今後どうしたいのか考えてください」と言われる。本人の気持ちを聞くことができず、家族で話し合いをする。家族はこの判断で良かっただろうかと揺れ動かされる。このような状況の家族に対し、私たちができることの一つとして、家族に対し様々な選択ができるような、情報提供が必要となる。家族や介護職員は、このケアが本当に良かったのか、罪悪感を感じたり、悲嘆が強くなることもある。その方らしい穏やかな最期を迎えることができたと、家族や職員が思えることが安堵に繋がる。だからこそ本人の意思を尊重し、ご家族の想いにも寄り添った看取りケアをすることが大切であり、グリーフケアに繋がるという。

最後に先生は「人には必ず死が訪れる。だからこそ当たり前の日常生活がいかに大切かなのです。看取りケアに正解はありません。なぜならひとりひとり違うからです。だからこそ、その方を知ることが大切です。最期までその方らしく生き抜くことをチームで支えましょう！」と話された。

看取りケアは個人、施設での考え方は様々である。グループワークの中で、多くの情報と学びを得ることができ、当たり前の日常のケアの大切さに改めて気づくことができた有意義な研修となった。

研修委員長　齋藤　升美

高齢化に伴う「精神障がい者の理解と対応」
～誰もが安心できる社会を目指して～

■開催日：２月17日(土)　■会場：シズウエル601会議室　■講師：大場　義貴氏

講義内容：①精神科受診者の推移と主な精神疾患について　②高齢期で増加する精神不調　③家族支援　④7040・8050問題・老障介護・丸ごと支援　⑤回復過程　⑥こころの健康なくしては健康なし（ピラミッドモデル）　⑦高齢期前に必要な支援（生活支援・就労支援・居住支援・ピアサポート・MRAP・(リカバリーのための手段）レジリエンス（回復力、弾力性）

うつ病や統合失調症などの精神疾患の患者は、増加傾向にあり、厚生労働省は、2011年にがん、脳卒中、心臓病、糖尿病に精神疾患を加えて「５大疾病」とし、重点対策が不可欠と判断したことや精神疾患は、約５人に１人が生涯一度は、罹患する身近な疾患であることを知り驚きました。今まで、高齢者、障がい者、子供、女性、生活困窮と個々に考えてきましたが、全てがつながり、包括的に支援を考えていくことが大切であると気づき、現場で実践できるように、新たな知識を身につけたいと思います。

障がい福祉委員　安形　典子

認定介護福祉士に聞いてみた！

介護福祉士のリーダー的な存在となる認定介護福祉士。幅広い役割や知識を学び、晴れて認定介護福祉士となられた皆さんへ、リレー方式で聞いていきます。今回のテーマは「あなたが考える認定介護福祉士とは」です。

受講以前は、自分が伝える言葉に自信を持てず、不安がつきまとい、ネガティブな感情に支配され、つい人任せにしていましたが、養成研修で自分を客観視できる能力や行動力を養えたことで、スキルアップは勿論のこと、積み重ねてきた自身の経験に自信を持てるようになりました。曖昧にしていたことが透明になると、根拠を基にした自身の言葉で伝えることができるようになります。モチベーションが安定していき、積極的に行動するようになります。苦楽を共にした仲間とは、知切磋琢磨し、時には叱咤激励をされ、想いを共有し合うことができました。人との出会い、結びつきの大切さも学びの一つとなり、自身の成長に繋がります。

認定介護福祉士とは、自信を持てるようになった過程を自分自身で確認し続け、新しいことに挑戦する気持ちを活力として、より質の高い介護実践や介護サービスマネジメント、介護と医療の連携強化、地域包括ケア等を理想に近づけるために、幅広く『かかわる』『支援する』にチャレンジをする介護福祉士だと考えます。

富士・富士宮ブロック　認定介護福祉士　市川　智子

令和５年度　ブロック活動報告　後期（10月～３月）

富士・富士宮　2月11日(日)10：00～14：30

■第Ⅰ部　福祉レクリエーションを学ぶ

講師：倉島　修氏

福祉レクリエーションの目的や特徴についての講義の後、実際にレクリエーションを体験しました。脳の活性化運動（シナプソロジー）を取り入れ、2つのことを同時に行ったり、左右で違う動きをするなど、慣れない動作に四苦八苦しながらも懐かしい童謡や歌謡曲を歌いながら動作を行うことで、自然と笑いが起きて、まさに心も身体も脳も元気になる研修となりました。参加者の『楽しかった！』という言葉を聞き、高齢者・障がい者のQOL向上につながる自立の一歩は「楽しく」ということなんだと改めて感じることができました。

■第Ⅱ部　介護技術　～移動移乗介助の基本～

講師：須田　和枝氏

移動・移乗介助の原則や人の自然な動きを意識することなど留意点を学びました。最後の演習では、手を添える場所、残存機能を利用することなど、ポイントを押さえたわかりやすい説明に、資格取得後久しぶりに介護技術の研修を受けた受講生から『自身のケアが自分本位だったことに気づき、演習を通して理解を深めることができました。新しい知識を身に付けるためにも自信がもっと学んで実践に役立てていきたい！』と前向きな感想を頂きました。今後も継続していきたい研修だと実感しました。

富士・富士宮ブロック長　遠藤　勉

駿　東　・　田　方

■交流会（Potluck party=持ち寄り食事会）　1月9日(金)19：00～21：00

感染症等の影響で6名の参加となりましたが、それぞれの情報や近況を語り合うことで楽しい交流会となりました。能登半島地震災害についても介護福祉士としてどんな活動ができるか真剣に話し合い、義援金の協力もいただきました。今後も仲間づくりに交流会を企画していきますのでお近くの方は是非ご参加ください。

駿東・田方ブロック長　内田　清敬

■生活支援とアセスメントの基本的な理解　講師：中村　晴信氏

2月18日(日)10：30～12：30

「アセスメント」を「生活支援のため」と確認し、アセスメントから始まるケアに内在する主観的な側面、共感的な理解について語り合うことができました。

「利用者様の主体性を深めるようなケア」は、同時に、職場におけるケアワーカーの主観や感受性を回復させ、人間性の成熟をもたらすことと認識を新たにしました。

やりがいを感じて取り組むことが「介護福祉士のお仕事にはある！」と確信し「多くの仲間と共有できたらなあ」と思いました。　駿東・田方ブロック　奥城　猛

静岡市介護福祉士会　10月15日(日) 9：30～12：30

■移乗・移動介護講座　講師：田中　義行氏

理学療法士で介護技術に定評がある田中義行氏を講師に迎え、移乗・移動介護講座をオンラインで実施しました。

介護職員の腰痛対策、根拠ある介護方法、正しい福祉用具の使い方、廃用症候群を予防する意味など、研修を通して多くの学びと気づきを得ることができました。

静岡市介護福祉士会ブロック長　山田　英和

志　太　・　榛　原

■食事介助の応用編　講師：中邑　愛氏

12月2日(土)10：00～12：30

前回の基礎編に引き続き、アセスメントの視点や具体的なケアを学ぶ応用編を企画しました。尊厳、他職種連携、家族の意向など、様々なアプローチを学ぶことができ、改めて食事介助の奥の深さを感じました。また、他職場の方と意見交換ができるグループワークは、参加者にとって意義深く、学ぶ・知ることの楽しさを感じることができる研修となったようです。　志太・榛原ブロック長　大橋　一良

■拘縮予防・改善に向けたポジショニング研修　講師：田中　義行氏

2月17日(土)9：30～12：30

拘縮の種類、発生機序を知り、原因に応じてポジショニングを変えていく必要性がある事、ケガをさせにくい触り方や上肢・下肢の開き方、更衣の仕方、体感のねじりを改善するポイント、ポジショニングも拘縮予防と褥瘡に分類される事など実践に役立つ内容をわかりやすく教えていただきました。“介護者が負担を感じた時は、利用者も同様に負担を感じている” 参加された皆さんも刺激を受けたと思います。田中先生の貴重な話が聞ける研修をブロックの協力会員で企画できたこと嬉しく思いました。

志太・榛原ブロック　堀田　隆弘

中東遠　3月3日（日）13：00～15：00

■福祉レクリエーション講座

講師：倉島　修氏

福祉レクリエーションは、運動の目的を明確にし動機づけを図ることが大切だということが理解できました。利用者の気持ちを受容し、意欲の回復、機能向上に役立つレクを現場で活かしていきたいです。『心が動けば身体が動く』を合言葉に倉島先生の終始楽しいリードで深い学びができました。

中東遠ブロック　川上　佳代子

浜　松　2月25日（日）13：30～15：30

■ノーリフトケアを学ぼう　講師：村岡　健史氏

どうすれば自分の身体を守れるか、椅子の持ち上げ体験を通して腰を痛めない持ち上げ方を体感した。演習ではスライディングシートを使い座面スライドや床面スライドを行い、福祉用具を正しく活用することの大切さを学びました。

浜松ブロック長　磯部　利之

災害支援委員報告

2月、いしかわ総合スポーツセンターにて災害支援委員4名が支援活動を行いました。

災害時の介護福祉支援
「福祉ボランティアへの一歩」

福祉避難所（1.5次避難所）支援の介護福祉ボランティアの参加人数は日々変動している。想定以上の時もあれば、極端に少ない時もある。介護福祉ボランティアが少ない場合も参加しているボランティアの方々で何とかしなければならない。そのプレッシャーやストレスは経験した者しかわからず、過酷となる場合もある。介護福祉ボランティアは営利目的でもなく、経費節減することが目的でもない、被災された方が災害関連により重篤な状態になることを防ぐために存在する。充足されない人数で対応する場合は、いつ事故が発生してもおかしくない状況であるため、ボランティア参加の重要性が問われる。もし、ボランティアに行こうと思っている方「自分が行っても何もできない」「何をして良いかわからない」等で躊躇されているなら、一度でいいので参加して欲しい。何もできないかもしれない、ボランティア人数が多くてやることがない場合もあると思う。それでも、必要最低限を確保できないで、夜勤をしなければならない最悪な日を作らないためにもボランティアに参加することは、重要だと考える。

もしも、静岡県で発災し人員不足に陥った場合、様々な連絡ツールを駆使し静岡県介護福祉士会の事務局やコーディネーターを通して LINE でも電話でも連絡を入れて欲しいと願う。県内であればすぐに駆けつける事ができるのだから。他府県のボランティアの方がこんなに頑張っているのに、被災地の会のメンバーの支援がなかった…このような状況にならないよう日々の訓練や研修、シュミレーションが大切である。支援のなかでは、ボランティアから「大変でしたね」と思い起こすような言葉掛けで一緒に悲しむのではなく、心温まるような対応を心掛けなければならない。我々介護職員はよく耳にする言葉である。家に帰りたいと話されている方がいらっしゃる。だが、それとは本質が違う。本当に帰りたいが“帰る場所がない事も分かっていて”それでも帰りたいと願う。そしてそれ以上話さなくなる。共感ではなく受容が難しい。介護福祉士の専門性、パット交換や食事介助などの身体介護ではリスク管理し安全に怪我や誤嚥等の事故を防ぎ介助することは日々の業務の中で学んでいる。しかし、災害支援では、安全以上に安心できる事が求められる。丁寧な言葉がけも重要だが、「本当に心配しています」「安心して欲しい」「私たちが来たからもう大丈夫ですよ」等、言葉がけのみならず、排泄や食事のケアの際にしっかりとそのメッセージを手のぬくもりを通して、伝える事が出来るか！そこが 一番の専門性なのではないか。被災者支援、避難所にいらっしゃる方は、我々介護の専門職の介護福祉士をどのような感覚で捉えているのだろうか？人との繋がりとは？その事を考え伝えたいと思う。介護福祉士の仲間と助け合い被災された方の災害関連死を出さないために！

災害支援委員　駿東・田方ブロック　坂下　裕

能登半島地震災害義援金のご協力
ありがとうございました

能登半島地震により被害を受けられた皆さまへ、心よりお見舞い申し上げます。会では各研修に義援金BOXを設置し、義援金の募金活動を行っています。皆さまの温かいご支援、ご協力にこの場を借りて感謝申し上げます。期間終了後HPにて報告させていただきます。（募金期間1月9日～3月31日）

知ってるようで知らない
介護・福祉サービス

成年後見制度を知っていますか？

認知症・知的障害・精神障害などの理由で、判断能力が不十分な人は介護・福祉サービスを利用するための手続きや不動産・預貯金等の財産管理が難しい場合があります。また自分の不利益な契約であることがわからないまま契約を結んでしまい悪徳商法の被害にあう恐れもあります。このような判断能力が不十分な人を保護し、支援するのが成年後見制度です。

将来の不安に備えたい人は任意後見制度、今すぐにでも支援が必要な人は、法定後見制度（本人の判断能力の程度により、さらに3種類に分けられます）

- 後見：ほとんど判断ができない人（例えば…ひとりでは何もできない）
- 保佐：判断能力が著しく不十分な人（例えば…判断ができる時もある）
- 補助：判断能力が不十分な人（例えば…自分の判断に自信が持てなくなった）

他にも日常生活自立支援事業というものがあります。

福祉サービスの利用援助や日常的金銭管理（生活にかかるお金の出し入れや公共料金の支払い等）書類等の預かり（預金通帳や年金証書等）などを行います。

ワンポイント介護

現場でよくある口腔ケアの道具の１つ『スポンジブラシ』。スポンジブラシとは通称で、本来は『スワブ』と言います。ブラシと書かれていますが、スポンジです。そのため、歯ブラシの様に歯についた細菌の膜（バイオフィルム）を削ぎ取ることは出来ません。あくまでも粘膜を傷つけない様に汚れを取り除くものです。時々、口腔内の痰などを絡めとる事にも使用する事もあります。

中東遠ブロック 鈴木　健
（BOCプロバイダー）

福祉レクリエーション

ニュースポーツ「モルック」

<スキットル　倒すピン>
全部で12本あり1～12の番号が書かれている

モルック20cmぐらいの木製の投げる棒

だれでもできるレクリエーション性の高いスポーツで、人と人とが触れ合い、交流し合うことができます。また、人数や年齢などに合わせて楽しめるとともに、適度な運動が行えることが魅力です。モルックとはフィンランドで開発されたスポーツです。モルックを投げて倒れたスキットルの内容によって得点を加算していき、先に 50 点ピッタリになるまで得点した方が勝ちとなります。モルック（投げる棒）を投げる地点にモルッカーリ（モルックを投げる位置）を置き、そこから3～4m離れたところにスキットル（木製のピン）を図 の順番に並べます。2チーム以上で対戦しますので、投てき順を決め、順番に モルックを投げてスキットルを倒します。1本しか倒れなかった場合は、「倒れたスキットルに書かれている数字＝点数」となります。複数本のスキットルが倒れた場合は、「倒れた本数＝点数」となります。

スキットルは、倒された地点で再び立てられます。そのため、ゲームが進むにつれてスキットルが広がり、倒すのが難しくなってきます。いずれかのチームが50点を先取した時点でゲーム終了となります。

駿東・田方ブロック　倉島　　修

新入会員の加入状況

令和５年１１月～令和６年３月　**13名**
（会員番号2205231～2205244）

■駿東・田方ブロック	６名	■志太・榛原ブロック	３名
■浜松ブロック	２名	■下田・賀茂ブロック	２名

事務局より

第16回定時総会&設立30周年記念講演会のお知らせ

■開催日／５月18日（土）
■場　所／静岡県総合社会福祉会館　７階
■10:00　　定時総会・20周年表彰
■14:30～16:00　記念講演
「私はないものを数えない」

モデルとして活躍される葦原 海さんをお招きします。自身のこと、障がい者と健常者の壁等赤裸々に語って頂きます。

令和6年度会員継続のお願い

5月27日に指定口座から年会費8,500円（日介会費5500円、静介会費3,000円）が引落されます。会の活動に関わり自身のステップアップにつなげましょう！

会員限定サイト「ケアウエル」を活用ください!

皆さんケアウエルをご覧になっていますか。各種会員情報の変更手続きや、研修申し込みの手続き、eラーニング学習コンテンツの視聴などのサービスをオンラインで利用できます。日本介護福祉士会HPのメニューか個人サイトの入り方を参照ください。

※静岡県では次の研修がポイント加算の対象になっています。基本研修、ファーストステップ研修、認定介護福祉士養成研修、実習指導者講習会、認知症介護実践研修、認知症介護実践リーダー研修、身体拘束廃止推進員養成研修

編集後記

寒さが緩んだ土日の早朝、海沿いウォーキングを再開。目の前に広がる駿河湾は壮大で日々の疲れを癒し、穏やかな気持ちにさせてくれます。そんな海も自然災害では大きく姿を変えます。元旦に発生した能登半島地震でも津波が押し寄せ甚大な被害となりました。発災から既に3ヶ月程経ちますが……震災直後の情報収集、ミーティングでの情報共有、1.5次避難所への支援と迅速な活動をされていたのが、そう静介の災害支援委員会です。現地に支援活動に行かれた皆さまには本当に頭が下がります。坂下さんの熱い思い同様、皆さん様々な想いを感じての支援だったと思います。地道に組織を固めて静介の災害支援委員皆さまの底力は、あってはならないその時に備えて発揮されるはずです。年度末に当たり会のためにご協力頂きました皆さまに感謝しますと共に、次年度も変わりないご支援よろしくお願いします！（事務局）