

## 3包括合同研修会



毎年、加古川市内の6つの地域包括支援センターが年に2回のペースで合同研修会を行ってきましたが、昨年はコロナ禍の為、開催することができませんでした。今年度は手探り状態ながら、3包括ずつに分かれて「介護保険制度改正 知りたかったことをQ&Aから紐解く」と題して、加古川市役所介護保険課給付係から職員をお招きして、**オンラインにて開催**しました。開催日の数日前に接続テストを行ってオンラインで視聴できることを確認し、ご参加くださるケアマネジャーからの参加方法についての問い合わせにも丁寧に対応させていただき、本番に備えました。当日は**53名のケアマネジャー**にご参加をいただき、事前に寄せられていた質問に対して講師より現在の解釈による回答をいただきました。大変わかりやすい説明で、解釈の根拠となる出典も示しながら、誠実に伝えてくださいました。オンラインでも今回のような大きな研修会を開催できたことで少し自信もつきました。今後も力を合わせて、地域のケアマネジャーとともに学びながら、安心して暮らせる地域づくりへとつなげていけたらと思います。

## 加古川町内介護支援専門員研修会

8月16日、加古川市総合福祉会館において、**加古川町内介護支援専門員研修会**を開催しました。あいにくの天気でしたが、**27名のケアマネジャー**が出席され「あるある町内の資源、様々なサービスをもう少し深く理解しよう」と題し、加古川町内の地域密着型サービスを提供しておられる4か所の事業所から管理者様にお越しいたごいて「**定期巡回・随時対応型訪問介護看護**」「**グループホーム**」「**認知症対応型デイサービス**」「**小規模多機能型居宅介護**」について説明を聞き、実際に利用されている様子を写真で見せていただくなど、多様なサービスについて学びました。ご利用者のみなさまが生き生きと過ごしておられるのがとても印象的でした。歳を重ねても住み慣れた地域で安心して暮らしていくために、どのようにサービスを活用していけばいいのか。それぞれのサービスの特徴や利用料金など、詳しく学ぶことができました。「柔軟な対応をしてもらえる」「その方の生活スタイルに合わせることができるので、その人らしい生活が実現できる」「サービスを必要としている方につないでいきたい」など感想をいただき、ケアマネジャーの今後の業務に役立てていただけるような研修会になったのではないかと感じました。



## 看護学生が実習に来られました

今年度より看護学生の実習で、在宅看護論として**地域包括支援センターでの実習**が追加されました。当センターにも打診があり、将来を担う若い看護師の方々の育成につながるのであればとお受けさせていただきました。6月3・4日、7月14・15日、7月20・21日の3班に分かれ、それぞれ2名ずつの学生が来られ、地域の方々、関係機関、包括職員、たくさんの方々のお力添えをいただきながら、実習計画を立てました。特に**地域での体験**は、ダイレクトに学生の方々の学びにつながったようです。今後病院



で勤務する予定の学生が多いですが、患者としての視点だけでなく、地域での生活者としてとらえていただき、地域住民をはじめ、たくさんの方々が連携し、**地域包括ケアシステムの構築**にご尽力いただいていることをご理解いただけたのではないのでしょうか。同時に私達包括職員も学生の方々からの新鮮な質問や感想に触れ、新たに襟を正し、日々の業務に邁進していきたいと思いました。

# 介護ほっとカフェ（介護者のつどい）

6月は緊急事態宣言の為、Zoomを活用したオンライン形式で開催させていただきました。包括職員より介護保険制度について説明し、随時質問を頂戴するようにしたところ「サービスの料金はどのくらい？」「主治医がいないが、申請の際は必要なの？」など、関心が高いご質問が多数あがりました。知っているようで知らない介護保険制度、包括にも多くの相談が寄せられるので、定期的にお伝えしていくことの大切さを感じました。後半の参加者同士の情報交換の時間では、介護中であるという同じ境遇の方同士、お互いに悩みを打ち明け、共感できるような機会になりました。オンラインでも対面とかわらないくらいコミュニケーションがとれ、気持ちを共有できることを実感し、今後様々なことをオンラインで開催することに向けての励みにもなりました。



7月は2か月ぶりの対面での開催で、「定期巡回・随時対応型訪問介護看護」という介護保険サービスについて、町内の事業所より講師をお招きして講話していただきました。このサービスを利用して、自宅で看取りをされた事例を用いて教えてください、1日に数回の定期的な訪問に加え、有事の際にも随時訪問して下さる心強さを感じることができました。「妻が老健に入所しているが、このサービスを利用したら自宅で一緒に暮らすことができるかもしれない」という参加者

もおられ、新たな社会資源を知ることで、今後の介護について考えるきっかけになったのではないかと思います。コロナ禍において、人が集まる機会が少なくなっており「誰かと話ができる」ということが大きな力になるということを改めて実感しました。今後もコロナの状況をみながら、対面での開催が難しい時はオンラインに切り替えるなど定期的な開催を続けることで、少しでもみなさまの心に寄り添うご支援ができればと思っています。

# オレンジサロン（認知症予防教室）

7月は加古川市総合福祉会館にて、緊急事態宣言が明け、オンラインでの開催を経て2ヶ月ぶりの対面開催です。通常利用している会場は、ワクチンの接種会場となり、今回は和室での開催となりました。オンラインも良いですが、やはりみなさまにお会いできるのはとても嬉しいです。今回は「デイサービスでの認知症予防のあれこれ」と題しまして、加古川町内のデイサービスの方にお越しいただきました。デイサービスの説明や介護保険の申請についての講話の後、運動や食事、睡眠など生活面のお話や、全身のストレッチを含んだ体操、一度に同時のこを行うデュアルタスクなど、認知症予防に特化したプログラムも体験できました。最後にICTを活用した認知症予防として、スマホで使える無料アプリの紹介をいただき、楽しく学ぶことができて大好評でした。



8月も同会館にて「骨密度を測定し、骨の健康を考えよう」と題しまして、乳製品販売店の方をお招きして、骨密度を測定後、骨粗鬆症予防について講話をしていただきました。食生活や運動の必要性、猛暑の中の日光浴のコツなど詳しくお話いただき、女性の参加者が多かったこともあり、食生活についての質問がたくさんあがりました。丁寧にお答えいただき、みなさまの満足度も高かったようです。骨密度測定中は、脳トレのプリントをしていただきながらお待ちいただき、最後に答え合わせをして終了となりました。ワクチンの接種率も順調に上がってきておりますが、まだまだ予断を許さない状況です。今後も感染予防に努め、地域のみなさまのお役に立てるよう努めて参りたいと思っております。

# ブログのお知らせ

当センターでは、ほぼ毎営業日にブログを更新しています。包括の取り組みや、日常のできごと、かかわらせていただいている高齢者様の特技や作品など、盛りだくさんな内容でお届けできたらと考えています。QRコードつきのチラシを配布するなど、多くの方に知っていただくことで、少しでも身近なセンターとなれたらと思っています。こちらにもQRコードを掲載しますので、ぜひチェックしてください～(\*^▽^\*)ノ

