

# ひらかたヘルパー通信

2023年春号  
《第23号》

楽集会 たのしく・つどい・まなぶ

## 「介護ハラスメント」

～重説&契約書の作成についてともに考える～



今年度に研修で「介護ハラスメント対策」～大切な訪問介護員をしっかりと守る！を学び、その内容を踏まえ、更に自分の勤める事業所における「重要事項説明書」や「契約書」にどう具体的に盛り込んでいくのかを語りました。

### ☆行政は、利用者の権利を守る傾向は強いが、事業者側に対しては・・・？

重要事項説明書には、虐待防止に関する事など利用者側の保護に関する記載見本はあるが、介護職員に対するハラスメント等の記載はこれまでほとんどなかった。そのため、各々の事業所が独自で考え記載しなければ、後々のトラブルになることもある。

### ☆悪質な利用者から職員を守ること、実は・・・ハードルが高い

客観的な判断が必要なため、ハラスメントの発言の問題だけではサービス提供の中止は難しい。毎回の記録を取り証拠を残す。(実例を聞き、記録、報告書の具体例を見せていただきました)

### ☆重要事項説明書にヘルパーが行えないことの例、こういった行為が悪質にあたるのかを記載する

悪質行為があり、それを注意しても改善が見られない場合は訪問介護サービスを提供できない旨の説明と記載を行ったほうが良い、各事業所の特色を出しながら検討、追加していく。

### ☆運営指導での注意点(各加算、処遇改善、人員配置)

### ☆困難事例に関する報告

### ☆ベースアップ支援加算の記載 など

利用料が変更となるので、重要事項説明書に記載し同意をいただかないと後々トラブルになる。

～参加者からの感想～(参加者 12名)

- 今回、参加して各事業所が抱える悩みを色々と聞くことができた。
- ハラスメントを行う利用者は一定数おられるため、職員保護のためにも重要事項説明書の随時変更、追記は必要だと思った。
- 追加でお話しただけだ、運営指導における必要書類や、指摘事項などについても知れて良かった。
- これまで疑問に思っていた事もお聞きすることができ勉強になりました。またとても心強く感じた。

新規事業所や、運営に不安を感じられている方はぜひ、楽集会にご参加ください。

# 「第2回」ヘルパーが作る簡単調理

今回は「大豆ミート」ミンチタイプを利用した料理を作ってみます。

## ★ ミートスパゲッティ

ミンチ肉の代わりに大豆ミート使用します。

- 1 初めに乾燥ミート 100gを 20分～30分水につけておきます。
  - 2 鍋にお湯をはり沸騰したら戻した大豆ミートを入れ 5分程茹でます。
  - 3 ざるにあげ、しっかり冷水で洗い流し、大豆の臭いがなくなるまで洗います。
  - 4 水分をしぼり必要な分だけ使用。
  - 5 残ればラップ又はジップロックで冷凍保存もできます。
- 各料理に 50g 使用します。



1. 水につける



2. ゆがく



3. 冷水で洗う



4. しぼる



5. 余ればラップ

## ★ ミートスパゲッティ

- 1 大豆ミートをオリーブオイルで炒め塩コショウします。
- 2 市販のルーを使用しケチャップやマッシュルームを入れソースを作ります。
- 3 ソースの中に大豆ミートをいれ、湯でたスパゲッティの上にかければ完成です。



### 材料

大豆ミート	50g
市販のミートソース	200g
トマトケチャップ	大さじ 1
マッシュルーム	一袋
オリーブオイル	小さじ 1
塩コショウ	少々

できあがりはこんな感じです。  
大豆ミートを肉代わりに使用しましたが  
ぱさつきも無く、ミンチ肉のような感触  
でおいしく食べれました。



## 三色どんぶりも作れます

同じ大豆ミートを使い、いり卵、  
ほうれん草を加えます。



### 材料

大豆ミート	50g
玉子	1個
ほうれん草	3/1束
醤油	大さじ1杯
砂糖	小さじ1杯
料理酒	少量
だしの素	少量

# 事業所ルー！ 第13弾！！



このコーナーでは、枚方市内にある訪問介護事業所にインタビューを行い紹介します！！  
また最後には、次のインタビューを受けて下さる事業所を紹介していただく『リレー方式』です！

今回は、『**きづな訪問介護事業所**』さんのご紹介です。

事業所所在地 〒573-1167 枚方市甲斐田町 17-11 Tel 072-396-4997



## Q1.まず始めに、きづな訪問介護事業所さんの魅力についてお聞かせください。

A1. 株式会社「きづな訪問介護事業所」を立ち上げ 10 年を迎えました。当初は、数名のスタッフで活動していましたが、今では 20 名のスタッフが毎日利用者様のお宅へ向かっています。  
「きづな」という名前は、代表者の山崎さんが利用者様とのつながりを大切にする事はもちろん、職員とのつながりも大切にしたいという熱い思いがあり名づけました。立ち上げ当初のスタッフは、一人も欠けることなく、コミュニケーションを大切に、運営している事が大きな魅力です。更に若い男性職員も 6 名もいます。

## Q2. 皆さんの介護歴を教えてください。

A2. 【代表取締役：山崎さん】介護歴 18 年（施設経験 3 年あり）  
【管理者兼サ責：藤原さん】介護歴 18 年

## Q3. 利用者数やヘルパーの派遣時間について教えてください。

A3. 利用者数 介護保険 100 名弱 障害 10 名 稼働時間 24 時間

## Q4. ヘルパーさんの人数や年齢層を教えてください。

A4. 常勤 6 名、非常勤 14 名 30 代～70 代まで幅広い年齢の方に働いていただいています。

## Q5. コロナ禍でのサービス状況や感染予防対策についてお聞かせ下さい。

A5. 通常と同じサービスを実施しています。

ウイズコロナの日々、又インフルエンザの流行が言われている日々ですが、基本的な感染予防の「手洗い、うがい、マスク」を心掛け活動しています。

## Q6. 今後の展望をお聞かせ下さい。

A6. 事業を大きく広げるのではなく、こじんまりした事業所の特性をいかし、臨機応変に対応出来る事です。利用者様お一人おひとりの能力が活かせるような介護を心掛け利用者様の思いを大切に支援させて頂いています。



次回の事業所紹介は、  
『ヘルパーステーション アベール咲』さん  
に伺います！お楽しみに♡



コロナ禍で2度の中止を乗り越え、待ちに待ってようやく4年振りに開催!!

# 「第6回介護実技講習会」

実施日：2022年11月20日（日）

参加者：20名（12事業所）

今回のテーマは、「**身体に負担のかからない介護**」です!!

「**技術の総点検**」と「**根拠ある介護**」に着目をしていきます。

日頃、「身体介護」に不安を感じている方も、本日は基礎から学びます。

## \*当日の主な流れ\*

- 1) <個人ワーク>  
▽ アセスメント（情報収集 / 情報分析 / 課題の明確化）
- 2) <グループワーク>  
▽ 具体的な介護手順や方法について意見交換  
（★チームケアを実施出来るように）
- 3) <介護の実践>  
▽ 各グループで話し合った内容で、介護過程を展開
- 4) <振り返り・評価>  
▽ 自己評価、他己評価（具体的な実技例を見て再考）



講師：今岡 望 氏

（CREDO 介護福祉学院 学長 / 当会 副会長）



⇐ 1) <個人ワーク>中です!

皆さん、真剣な表情で利用者の全体像をしっかりと確認しています。

2) <グループワーク> です。⇒

各自が考えたことを発表。  
全員（チーム）で同じケア  
が出来るようしっかりと話  
し合いを行い、介護の方向  
性を決めます。



☆まずは準備が大切。

こういった手順でケアを行うのか、使用物品の確認忘れずに。

### 3) <介護の実践>です。

受講者同士でモデルを交代しながら、各自（各チーム）が考えたケアで実践。全員（チーム）で同じケアが出来るようチームメンバーが見守ります。



#### 【講師からのワンポイントアドバイス】

##### 【基本編】

腰痛予防のために介護者の姿勢に注意。  
利用者と目線を合わせる事から始めましょう!!



#### 【講師からのワンポイントアドバイス】

##### 【下着（おむつ）交換編】

インナーとアウターの相性が大事。漏れをしっかりと防止。  
前後の高さ調整が苦手という方には、側臥位になった時点で、先に背中側から股の間を通し、前に持ってきて前後の調整するとバランスよく履けます!!



### 4) <振り返り・評価>

▽ 自己評価、他己評価（具体的な実技例を見て再考）

#### 【講師からのワンポイントアドバイス】

##### 【上着交換編】

片麻痺であっても利用者自身で出来るところは行ってもらいましょう!

麻痺側（左側）の肘の部分は、右手で肘を伸ばしてもらえれば上手く着れます!!



最初は、チーム内でも戸惑いながらの介護も、お互いを知り、慣れてくると笑顔や笑い声も多く、和気あいあいと行われました。

ベテランから新人の介護職員まで、参加者皆が「目からうろこ」の講習会でした  
新規事業所の方、新人さん、指導する立場の方も、ぜひ次の機会にもご参加くださればと思います!

# ヘルパーの皆さんに聞きました



## ★訪問介護員(ヘルパー)をしていて嬉しかったこと♡

利用者さんのプライベート空間で介護を行いサービス終わりに**笑顔**が見れたとき。



利用者さんの**変化**がみられたとき。

笑顔のなかった利用者さんが**ニッコリ**とされ笑顔が戻ってきたとき。

利用者さんに「**最後まで自宅で過ごしたい**」と思う気持ちが芽生えたとき。

ケアマネや色々な職種の方と出会える事ができ**知識が増える**こと。

自宅で最期を迎えたいと言う利用者さんの**願いを叶えられた**とき。

訪問を**楽しみにしている**と言われたとき。

食欲の無かった利用者さんが、料理を工夫することで、**食欲増進**し体重が増加したとき。

「また、来てな」「**待ってるよ**」と言われたとき。



ポータブルトイレから**自宅のトイレで排せつが出来る**ようになったり、一人で更衣が出来るようになった時の喜びを味わえるとき。

入浴、排泄が出来ていなかった利用者さんがヘルパーの介助で出来るようになり「**お風呂は気持ちがいいわ**」と言われたとき

利用者さんから**生活の裏技(豆知識)**を教えてもらったとき。

リハパン、バッドを使用しながら**トイレでの排泄**が出来るようになったとき。

移動時やケア前に音楽などを聴き、気分を切り替え、**リフレッシュ**出来るとき

自宅での**看取り**に関われること。それによりご家族様から感謝の気持ちを受け取れたとき。

「**あなたたちが来てくれて嬉しいわ**」と言われたとき。



施設は一日の流れが決まっているが、在宅は、**その人に合わせた時間の流れ**を作ることが出来る。それを感じたとき。

症状に改善が見られ、健康状態が保てるようになり、利用者様やご家族様から**うれしい言葉**をいただいたとき。

親が倒れた時、**介護に予測**が立つようになっていたとき。

唯々、「**ありがとう**」の言葉が、うれしいです。

色々経験してきた利用者様から、色々な話を聞いて、**勇気**をもらったとき。

# ☆私の腰痛予防対策!!

家で体操や四股を踏む。

しっかり食べて、しっかり寝る。

ストレッチを続けている。

寝る前に、5分くらい、体操を何年も続けている。

体に負担がかからないよう意識する。

腰痛など、少しおかしいな?と感じたら、**ストレッチ**をする。

**ベッドの高さ**調整し、腰への負担軽減。

**カイロ**を貼る。

スポーツジムに通い、**筋力維持**を図っている。



違和感を感じたらすぐに**コルセット**をまく。

各動作で**無理に力**を入れない。

**鍛える**。

**作業位置を把握**し、無理な姿勢にならないよう気を付ける。

ケア前に足首や腰を回し、**スクワット**を10回ほど行う。

テレビでやっていた体操が、簡単だったので、やり始め、**10年以上継続**できている。

移動時等、体を出来る限り**近づけて介助**を行う。

身体介護だけでなく、生活援助においても、**ボディメカニクス**を念頭に置いて気を付けている。

「首」のつく体の部分を冷やさないようにする。  
移動中、冷えないように、防寒・ネックウォーマーなど

入浴時は、**湯船**につかり、その後**ストレッチ**を定期的に行い疲労回復に努めている。

利用者との体格差の問題は多少あるが、なるべく無理な姿勢での介助、**力任せの介助**をしないようにする。

自宅で**ゆっくり入浴**する。



**睡眠時間**を確保する。

**整骨(整体)院**に行く。

**ストレス**を発散する。



冬は、**冷えない**よう気をつける。

**暴飲暴食**を避ける。

**発酵食品**を摂取する。



# ・・・ご案内・・・

スキルアップしましょう

## 第2回 楽集会のご案内

テーマ：家族介護(老老介護・ヤングケアラーなど)を考える

日時：2023年3月22日(水) 18:30~20:30

場所：ヘルパーステーション アベール咲 2階

参加：当会の会員事業所の職員(管理者・サ責・ヘルパー・事務員 など)

## 第2回 研修会のご案内

テーマ：これだけは知っておきたい! 「訪問介護員のビジネスマナー」

日時：2023年3月28日(火) 13:30~15:30

講師：坪井 恵 氏(株式会社 Blessing 代表取締役)

場所：枚方市地域活性化支援センター セミナー室1(輝きプラザきらら5階)

参加：当会の会員事業所の職員(管理者・サ責・ヘルパー・事務員 など)

楽集会 及び 研修会のお問い合わせ、お申込みは  
072(809)0051 ヘルプケア・クレドまで



## 訪問介護事業者会 役員募集



2023年度の役員候補者を募ります。

一緒に事業者会を盛り上げていきませんか?

自薦・他薦は問いません。「少し興味あるなあ」、「こんな研修をやってみたいなあ」など思っておられる方がおられましたら、下記のメールや電話でご連絡ください。

当会からの書類等発送時に貴社のパンフレットやイベント案内などを『広告同封』しませんか?

枚方市内の訪問介護事業所や居宅介護支援事業所をはじめ、行政や関係団体等の約400箇所への発送を行っています。ご希望の事業所・企業様は、下記までお申込みください。

《編集後記》

新型コロナウイルスに細心の注意を払いながらも、在宅ケアの継続に努力を重ねているヘルパーさんの笑顔で、利用者様がホッと、ヘルパーさんは利用者様の笑顔でホッと。

そんな援助は心が暖かくなります。

(崎高科)

## 枚方市訪問介護事業者会

ひらかたヘルパー通信 第23号(発行年月:2023年3月)

会長:岡田 香織 広報担当:藤原 照江・東 諭志・崎高科 美和子

発行所:一般社団法人CREDO / ヘルプケア・クレド

事務局:枚方市楠葉朝日1-21-8(おでかけ内) TEL 072-809-4416

URL <https://hirakata-houmonkaigo.com/> E-mail [info@hirakata-houmonkaigo.com](mailto:info@hirakata-houmonkaigo.com)

\* 枚方市訪問介護事業者会には、現在106事業所が加入をしています \*

