

## 絆

### 2024年度 スローガン 『 訪問介護でつながる絆 』



#### 活動の方針

枚方市訪問介護事業者会では、様々な研修の一環として法定研修に沿った題材での研修も開催しています。そのことにより会員事業所の自職場において企画立案の負担軽減を図ることが出来ます。

今年度においては、第2回楽集会BCP（業務継続計画）をテーマに「災害が起きた時にも作れる簡単レシピ」の紹介と実演を行いました。

また、第3回研修会では、身体拘束の排除のための取り組みをテーマに「身体拘束・虐待防止に関する研修」を開催いたしました。

今後も、意義のある研修を始め、様々な活動を通して質の高いケアが行える事業所の支えとされるよう努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

#### 目次

- ・私たちのまちの事業所リレー 第17弾!!  
ひらかた聖徳園ホームヘルパーステーション ..... P2
- ・活動報告（交流会、第2回楽集会、第3回研修会）..... P3
- ・これって大丈夫？ ～生活援助編～  
解説 CREDO 介護福祉学院 学長 今岡 望 ..... P4、P5
- ・ヘルパーさんのかばんの中身ってどんなもの？ ..... P6
- ・ヘルパーさんが作る簡単調理 第5回 ..... P7
- ・ご案内 第17回通常総会&研修 / 編集後記 ..... P8

# 事業所ルー！ 第17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『**ひらかた聖徳園ホームヘルパーステーション**』さんのご紹介です。

事業所所在地 〒573-0084 枚方市香里ヶ丘8丁目1番地 Tel 072-854-1040



## Q1. まず始めに、ひらかた聖徳園ホームヘルパーステーションさんの魅力についてお聞かせください。

A1. 香里ヶ丘を中心に同法人内の高齢者事業が様々あり、他職種との連携を図りやすいことが強みの事業所です。ヘルパーステーションは、平成2年9月開設。令和7年で35年目になります。明るく経験豊富なスタッフが高齢者をはじめ、障がいのある方、育児支援のご利用者様に寄り添ったケアを提供しています。ヘルパーは一人での訪問が主なので、事務所では、お互い声を掛け合う習慣が根付いており、報告・連絡・相談がしやすい環境になっています。介護技術の講習会では20年以上経験のあるベテラン登録ヘルパーが指導することもあり、登録ヘルパー、正職員が共にお互いの技術を高め合えるような研修を行っています。

## Q2. 皆さんの介護歴を教えてください。

A2. 【サ責:津上さん(右上)】介護歴22年。デイサービス、グループホームを経て正職員になった小6男子のお母さんです。いつも美味しいものへのアンテナを張っているグルメさん、事務所みんなの胃袋を掴んでいます。

【サ責:水口さん(右下)】介護歴16年。登録ヘルパーを経て正職になった、いつも明るく笑顔に癒される素敵な職員です。喀痰吸引研修も終え、これからのヘルパーステーションを引っ張っていく頼もしい存在です。

【サ責:古庄さん(左)】介護歴14年。同じく登録ヘルパーを経て正職員になった元気でご利用者様からも頼りにされています。3児&愛犬2匹の愛情たっぷりのママです。



## Q3. 利用者数、可動時間はどれくらいですか？

A3. 利用者数は、訪問介護 247名・障害 23名です。稼働時間は、6時30分～22時30分です。

## 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13名、登録ヘルパー44名です。30代から80代までのヘルパーさんが活躍しています。

## Q5. 今後の展望をお聞かせ下さい。

A5. 0歳から100歳以上のご利用者様が、その方らしい十人十色の生活が行えるように必要なサービスから喜ばれるサービスを行います。又、地域の中で私たち聖徳園ができることを考え、貢献していきたいと思えます。



次回(第18弾)の事業所紹介は、  
四天王寺松風荘  
ヘルパーセンターさんです！

# 活動報告

## ●交流会 ポーリング大会 中止のお詫び

2024年11月10日(日) 13:00～

毎回ご好評いただいているポーリング大会ですが、諸事情により中止することとなりました。楽しみにしていただいた方には誠に申し訳ございません。次回のご参加をお待ちしています。

## ●2024年度 第2回楽集会

「災害が起きた時にも作れる簡単レシピ」

2024年12月17日(火) 13:00～

枚方市生涯学習プラザ 学習ルーム2階にて開催

今回は楽集会として初の「いつ来ていただいても構わない」、「ちょっと寄って行って軽く学んで帰ってもらいたい」といった形での企画となりました。

鍋に食材を入れた袋を入れて作ることで、鍋の水を繰り返し使え、食器を洗う必要もないというコンセプトで、カレーやパスタ、蒸しパンなどを実食しました。



## ●2024年度 第3回研修会「身体拘束・虐待防止に関する研修」

講師・川上輝明氏 (SOMPO ケア株式会社 西日本業務部西日本サービス品質課長

2025年2月18日(火) 13:30～14:45

輝きプラザきらら 1階 交流ルームにて開催

高齢者虐待の相談・虐待判断の増加状況等のデータの紹介や、虐待類型や対応の流れの再確認が行われました。

また、身体拘束では、身体拘束廃止・防止の対象となる具体的な行為、身体拘束がもたらす弊害や悪循環を紹介いただくとともに、方針や原則の徹底が必要であるとの解説が行われました。

また、虐待や不適切ケアの原因になりかねないものとして「ストレス」を上げ、うまく付き合うメンタルヘルスの重要性を図解してご教示いただきました。

アンケートでも「再確認できてよかった」、「知らない事もあったので参加してよかった」、「講義の内容と資料で社内研修をしていきます」といったコメントが寄せられています。



## これって大丈夫? ～ 生活援助編 ～

ヘルパーだけ「あれ?これ大丈夫かな」とか、サ責だけ「私が出したヘルパーへの指示が間違ってる!」  
管理者だけ「この解釈で大丈夫か不安」という経験をお持ちの方も少なくないかと思います。

そこで、当会に寄せられる質問から一緒に考えてみましょう。

### 質問

利用者さんから生活援助で「キッチンの扉を拭いて欲しい」、「排水口の掃除をして欲しい」などの要望を受けます。何がよくて何がダメなのか、その違いがよく分かりません。どのように判断すれば良いでしょうか。

### 回答

訪問介護の現場において「可能」か「不可能」か判断に迷う場面があります。

私のところにもこれらに関連する質問等がよく寄せられます。その際、相談者に「これまではどうされていましたか」と尋ねると大抵は、ネットで検索か事業所内で相談してこれまで何となく対応してきたとの答えが返ってきます。また市役所の担当課に質問するにも躊躇してしまうと考える方も多いようです。

行政等が作成する一問一答 QA 集などを参照しても全ての行為が網羅されているわけではなく、似たような QA を参照してもスッキリしないことがあります。

第三者に「算定の可否」を問う場合、どこにご相談されても端的に○や×を付けられるものは限定されます。それは、利用者の置かれている環境や背景、生活習慣、持っている力、その行為の必要性や度合いなど見えないものが多すぎ、判断するに情報が欠落しているからです。それらが明確でない状況下での質問であれば、相手の主観や解釈によって答えは異なります。では、その根拠となる法律や告示、通知などからみてどうなのか。残念ながら全行為の可否が示されているわけではありません。

そうは言っても現場で働くヘルパーにとっては、日々寄せられる利用者からの要望をそのまま放置するわけにはいきません。そのため、こちらではそれらに対応する考え方について整理をしてお伝えしたいと思います。

### 私が日頃、判断基準としている主な3つのポイント

#### ①利用者自身でできる・できない。

工夫しても利用者自身ができない。または、代行することにより ADL や IADL の低下を招く恐れがないか（自立支援、重度化防止の視点）。これまでの生活習慣（いつもの暮らし）にそれらの行為はあるか。

#### ②家族等の支援者がいる・いない。

単なる日中独居ではなく、やむを得ない事情（介護負担が大きく共倒れが危惧されるなど）があるか。

#### ③不適切な事例に該当する・しない。

介護保険法や老計第 10 号、老振第 76 号などからみてどうなのか。

老計第 10 号※1 において 生活援助とは、身体介護以外の訪問介護であって、掃除、洗濯、調理等の日常生活の援助（そのために必要な一連の行為を含む）であり、利用者が単身、家族が障害・疾病などのため、本人や家族が家事を行うことが困難な場合に行われるものをいう。（生活援助は、本人の代行的なサービスとして位置づけることができ、仮に介護等を要する状態が解消されたとしたならば、本人が自身で行うことが基本となる行為であるといえることができる。）

※次のような行為は生活援助の内容に含まれないものであるので留意すること

#### ①商品の販売・農作業等生業の援助的な行為 ②直接、本人の日常生活の援助に属しないと判断される行為

※1. 平成 12 年 3 月 17 日 老計第 10 号 厚生省老人保健福祉局老人福祉計画課長通知 訪問介護におけるサービス行為ごとの区分等について

※2. 平成 12 年 11 月 16 日 老振第 76 号 厚生省老人保健福祉局振興課長通知 指定訪問介護事業所の事業運営の取扱等について

※3. 平成 21 年 7 月 24 日 介護保険最新情報 vol.104 事務連絡 適切な訪問介護サービス等の提供について

続いて、老振第 76 号※2 には、一般的に介護保険の生活援助の範囲に含まれないと考えられる事例として以下の記載があります。

1 「直接本人の援助」に該当しない行為

主として家族の利便に供する行為又は家族が行うことが適当であると判断される行為

- ・利用者以外のものに係る洗濯、調理、買い物、布団干し
- ・主として利用者が使用する居室等以外の掃除
- ・来客の応接（お茶、食事の手配等）
- ・自家用車の洗車・清掃等

2 「日常生活の援助」に該当しない行為

(1) 訪問介護員が行わなくても日常生活を営むのに支障が生じないと判断される行為

- ・草むしり
- ・花木の水やり
- ・犬の散歩等ペットの世話等

(2) 日常的に行われる家事の範囲を超える行為

- ・家具・電気器具等の移動、修繕、模様替え
- ・大掃除、窓のガラス磨き、床のワックス掛け
- ・室内外家屋の修理、ペンキ塗り
- ・植木の剪定等の園芸
- ・正月、節句等のために特別な手間をかけて行う調理等

この老振第 76 号の内容は、重要事項説明書にも記載されている事業所も多いことから、皆さんにとってもお馴染みの文言だと思います。

では肝心のご質問である「扉」や「排水口」はどうか。それは程度しだいで「○」にも「×」にもなりうるでしょう。料理や食器洗いをすれば、油や洗剤も飛びますし、排水溝も残飯などを処分しなければすぐに詰まってしまう。調理後に飛んだ油をさっと拭い、調理後に排水溝のネットを変える程度は、日常的に行われる家事の範囲と考えれば答えは「○」です。しかし、これまで全く手入れがされておらず、扉がベタベタなものを拭きあげたり、排水溝がドロドロなのを掃除するのはどうか。大掃除や特別な手間や技術を要する場合には「×」だと考えます。

冒頭に書きましたが、全てにおいて端的に○や×を付けれるものばかりではありません。それを裏付ける根拠として、厚労省老健局からの事務連絡※3 では、「訪問介護におけるサービスの内容等については、老計第 10 号において示しているところですが、そのサービス行為ごとの区分は、例示として示したものであり、適切なケアマネジメントに基づくものであって、かつ保険者の個別具体的な判断により必要と認められるサービスについては、保険給付の対象となります。（中略）保険者にあつては、利用者にとって真に適切な介護保険サービスが提供されるよう、行為の内容のみで一律機械的に保険給付の支給の可否を判断することなく、必要に応じて介護支援専門員等からの情報を得るなどし、個々の利用者の状況等に応じた判断をされたい」と記されています。

押さえておきたいのは、専門職としてのホームヘルパーの役割です。

私たちホームヘルパーは、家政婦でも家事代行サービスやハウスキーパーでもありません。

適切なケアを行うには、適切なケアマネジメントが必要です。そのためには、誰よりも利用者の生活に近いヘルパーの皆さんが適切なアセスメント（単なる情報収集ではなく分析も含む）を実施していく必要があります。それらを基にケアマネジャーなどの多職種とカンファレンス（「コミュニケーション」と「コンセンサス」）を行い、そこで得た回答をもって保険者（市町村等）に確認していくことで、適切なケアとしてヘルパーがサービスにあたれると考えます。

今回の質問にご回答いただいた方のご紹介です。

介護福祉士・社会福祉士



いまおか のぞむ

今岡 望

CREDO介護福祉学院 学長

(枚方市訪問介護事業者会 前会長)



# ヘルパーさんのかばんの中身ってどんなもの？



## ① 職員証

常に携帯していなければいけないものです

## ② 記録入れ

手書きの記録用紙を入れています

(最近は ICT 化が進んでいるので、持っていないヘルパーさんもいます)

## ③ ケア用品

ハンドクリーム、リップなど自分のためのケア用品です

## ④ マスク

コロナ禍から利用者さんや自分を守るため、マスクは必須アイテムです

## ⑤ 除菌シート

## ⑥ ペンケース

## ⑦ ハンカチ

## ⑧ 手帳

スケジュール管理の仕方は人によって様々です

## ⑨ スマホ (携帯電話)

## ⑩ 感染予防対策グッズ

使い捨て手袋は掃除のときなどにも使用します

利用者さんが感染された時に行けるように使い捨てエプロンも入れています

## ⑪ 財布



このリュックに 11 アイテム  
詰まっています



癒しアイテムカピバラさん

おつかれ



このほかにもカップ、水筒、ソーイングセットなどヘルパーさんやケアによりかばんの中身は変わります。入浴の時は介助着、料理の時はエプロンなどたくさんの必須アイテムがあります。

# ヘルパーさんが作る簡単調理 第5回

「大規模災害に向けて食品の備蓄を！」と言われ、少しずつ備蓄されている食材を使っの簡単調理

今回は「枚方市訪問介護事業者会の研修」でも紹介された、

非常時に【少ない水量で温かい食事】をテーマに簡単調理(^\_^)

## ポリ袋で作る「湯せん非常食レシピ」

### 白米をポリ袋に入れてご飯を作る



- 1.耐熱性ポリ袋に米と水を入れる。
- 2.空気を抜いてねじりながら袋の上の方を結んで30分置く



- 3.鍋に水を入れて耐熱皿を敷き、2を入れてフタをして火にかける(米全体が鍋の水に浸かるようにする)

メリット:1つの鍋でいくつもの料理の過熱が出来、湯せんの水は何回でも使用出来るので、水の節約が出来る

#### ポイント

米 1合(180ミリリットル・約150g)  
水 1.2合(210~220ミリリットル目安)  
計量容器がない場合は、コップなど他の容器で代用し、水を米の2割増しの量で用意  
水が貴重な災害時には米は研がずに、そのまま調理

- 4.沸騰したら軽く沸騰した状態の火加減でそのまま30分湯せんする



- 5.ポリ袋を取り出し、封を開けずに10分置いて蒸らす
- 6.袋を開けてご飯をほぐす

### コーンの炊き込みご飯



- 材料 (2~3人分) -

米 1合  
水 180cc  
コーン (缶詰可) 大さじ3  
コンソメ顆粒 小さじ1.5

- ① 袋に材料を全て入れ、袋の空気を抜いて口を閉じ30分湯せん
- ② 引き上げてから10分蒸らす

### ツナコンソメパスタ



- 材料 -

スパゲッティ 80g  
水 100ml  
顆粒コンソメ 小さじ1/2  
ツナ缶 1缶(70g)  
刻みのり 適量

- ① スパゲティは半分に折り袋に入れる
- ② 水・顆粒コンソメを入れ、混ぜた後スパゲティがくっつかないように中身を広げる。そのまま10分置く
- ③ 表示通り湯せん
- ④ ゆであがったら結び目をほどきツナを入れて混ぜ、食べる時に刻みのりをかける

### 千切り大根と塩昆布のサラダ



- 材料 -

千切り大根 15g  
塩昆布 5g  
ツナ缶 1缶(35g)  
ごま油 3g  
鶏がらスープ 少々

- ① 切干大根をポリ袋に入れ、水で戻す
- ② ポリ袋に入れたまま切干大根の水気を絞り、不要な水分を捨てる
- ③ ②にその他全ての材料を入れ、味が均一になるようよくもみ込む  
鶏がらスープの素はお好みで別の調味料に変更してもよい。めんつゆ、コンソメなど

上記、おすすめメニューです。一番人気のレシピは、上記にはないレトルトカレーでした！

参考：平塚保健福祉事務所地域食生活対策推進協議会作成「災害時のバッククッキングレシピ」

.....ご案内.....

## 第17回通常総会 & 研修会

日時：2025年5月27日（火）13:00~16:00

場所：生涯学習情報プラザ 交流ルーム

枚方市車塚1丁目1番1号 輝きプラザきらら 1階

テーマ：ハラスメント対策

講師：川上 輝明 氏

SOMPO ケア株式会社 西日本事業部西日本サービス品質課長

### 《編集後記》

厳しい寒さも次第に和らぐ日が出てきて、屋外の移動も楽になってきますね。それはつまり花粉症の季節でもあります。...

さて、訪問介護サービスでは、ずっと続いてきた人手不足の解消策として、とうとう外国人労働者による訪問介護サービスの提供が解禁されるようです。実務経験や事業所側の体制整備などを考えると、まずは大手事業所での活用が予想されます。「第9期介護保険事業計画に基づく介護職員の必要数について」では、2040年度には2022年度と比較して57万人が必要とのこと。母語はもとより文化も習慣も違う外国の方が、高齢者の自宅を一人で訪問することの困難さは、普段訪問介護サービスを行う私たちにとって言うまでもないことですが、他の産業も含めた日本全体の人手不足も考えると、外国人材の受入はどのみち不可避だったとも言えます。

やってきた方も日本で暮らすので、けがや病気、あるいは結婚や子育て、老後といった私たちと同じ悩みを抱え、加えてアイデンティティの問題も考えると、受け入れる側の責任は重大ですね。 おでかけ 藪内

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、事務局までお申込みください。

### 枚方市訪問介護事業者会

URL <https://hirakata-houmonkaigo.com>

E-mail [info@hirakata-houmonkaigo.com](mailto:info@hirakata-houmonkaigo.com)

事務局 / 訪問介護おでかけ（藪内 充俊）

〒573-1111 枚方市楠葉朝日1丁目21-8-202

TEL 072-809-4416 FAX: 072-809-2204

