

長野県介護福祉士会広報誌

# CareWorkしなの



## Contents

- 01 「定時社員総会2023」／ホームページリニューアル
- 02 私たちの感染症対策
- 03 各支部からごあいさつ
- 05 研修会のご案内
- 06 事務局からのお知らせ
- 07 編集後記

### Topics 01

「定時社員総会2023」開催!

### Topics 02

ホームページが新しくなります!

Topics  
01

## 今年はメタバースで開催!「定時社員総会 2023」

## メタバースで介護のはなしをしよう

「メタバース」とは、インターネット上の仮想空間につくられた世界です。参加者はその世界の中で、自分の分身「アバター」を自由に操作し、さまざまな活動をすることができます。2023年定時社員総会は、なんとそのメタバースで開催することを決定いたしました!



- 開催日時 6/17(土) 12:00~16:25
- 会場 V-expo メタバース(オンライン)

次号170号では、総会準備の奮闘記と総会当日のレポートを掲載いたします!

Topics  
02

## 長野県介護福祉士会のホームページが新しくなります!

介護福祉士の皆さんに  
より良い情報を提供していきます

これまで長年活用いただいていた長野県介護福祉士の公式ホームページが生まれ変わります。スマートフォンでも見やすく、分かりやすく、皆さんにより一層充実した情報をお届けしていきます。ぜひご愛用ください。

## Point

- 1 見やすくおしゃれなデザイン
- 2 PCだけでなくタブレット・スマートフォンにも対応
- 3 情報をすばやくお届けできるシステム
- 4 最新情報や研修会の情報がわかりやすい
- 5 会員様・非会員様ともに必要な情報にアクセスしやすい

[kaigo-nagano.jp](http://kaigo-nagano.jp)



## How to

## 私たちの感染症対策

## 東信支部 居宅介護支援事業所 樋口 直樹

未だ終息が見えないCOVID-19感染予防への対策は、各事業所でも大変ご苦労されていることと思います。利用者様のご自宅へお伺いし、サービス調整やご支援をさせて頂く立場としましては、利用者様のお宅にウィルスを持ち込まないことがとても重要です。出勤前後の体温測定、健康観察をはじめ、自身の日常生活での感染予防にも注意をしながらの業務は決して楽なものではありません。幸い同一法人の居宅介護支援事業所が複数あるため、情報や対応策については常に共有しながら現在も業務の継続

をしております。

具体的には手指消毒、マスクの着用は当然ですが、ゴーグル、必要に応じフェイスマスクの着用、オンラインによるサービス担当者会議等の開催。また、全利用者様ならびに、ご家族様宛に、訪問時の感染予防対策へのご協力をお願いする文書を配布し、状態変化の無い方に対しては時間を短縮してのモニタリング訪問など、出来る限りの通常業務を実施しました。利用者様が不利益にならないよう、自らも感染予防を徹底しながら日々の業務に取り組んでおります。

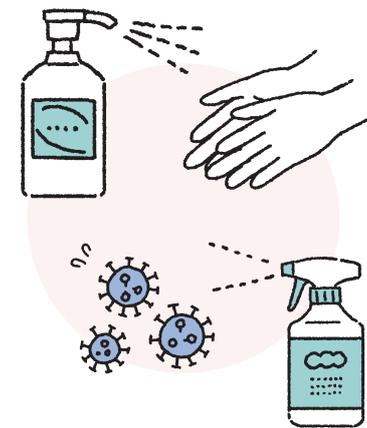


## 東信支部 看護小規模多機能型居宅介護 久保田 信

訪問時の感染対策は、N95マスク+不織布マスクに加えてフェイスシールドを付けています。ガウン等の着用はありません。訪問時に利用者様の体温を先に測って状態確認をしています。訪問バックの中に感染対策セットが入っており、いつでも使用出来る体勢を整えています。また、食事や口腔ケアの時はN95マスク+不織布マスクに加えてフェイスシールドを付けています。極力レクリエーションは正面を向いて行える内容を行っていますが、開始前のマスクの着用と

開始前後に手指消毒剤による消毒、物品の消毒をします。

利用者様及び御家族には、文書にて、他県からの接触や家族以外の会食は事前に伝えて頂きたいこと。同居家族の職場で感染や濃厚接触があれば報告して頂くことを伝えています。今のところ、利用者本人が感染したケースはなく、濃厚接触者になった例でフル装備をして毎日訪問しました。主介護者が陽性だったので普段の利用とは違い、身の周りの支援を行ったケースです。



## 東信支部 通所・高齢者福祉施設 笹本

私共の通所高齢者福祉施設では、これまでのスタンダードプリコーションに則り、感染予防対策について職場内で再確認し実行しました。マスクの着用、朝・昼・夕の検温と手指消毒、ご利用者様が使用するあらゆる物品に対してのアルコール消毒を実施しました。送迎時は換気に努め、ご利用者様には極力会話を遠慮していただくようお願いをしました。食事では黙食をお願いし、アクリル板を各テーブルに設置するなど食事やお茶の時間での感染対策を講じて対応しました。

12月に入り、1名の方の感染に伴う濃厚接触

者の検査から、19名の陽性者が発生する集団感染となってしまいました。施設も9日間休業し感染の拡大を抑止しました。再開にあたり、今まで行ってきた感染対策を見直し、入浴支援時には浴室・更衣室での人数制限、送迎車の乗車人数の制限、施設内の換気・空気の流れを再確認しエアロゾル感染に対策を講じました。集団感染後一か月が経過しましたが、幸いにも新たに感染することはなく落ち着いた状態となっています。引き続き対策を講じて、ご利用者様が安心して利用できる環境を整備していきます。



## 各支部より年度末のごあいさつ

## 北信支部

支部長 ● 成澤 正彦

22年度の活動を振り返り、コロナ禍もあり研修活動が活発に行えない状況が続いております。コロナ禍3年目となりましたが、今年は自身の事業所や身近な事業所でもクラスターが発生し、各職場も逼迫した状況が見られておりました。介護現場と介護福祉士の活動の両立も困難な場面に遭遇し、役員一同大変な年だったと感じます。介護現場が大変なときこそ、会として何か助太刀ができるようなシステムがあれば良いとも思いました。

北信支部では今年は介護カフェと称し、介護職員同士の横のつながりを設けられるような交流会をZOOM併用で数回開催しました。法人外、他事業所の現場の話はとても興味深く、勉強にもなります。症例や事例といった形でまとめたものを聞き勉強するのはまた違い、フランクな環境で質問しあえる環境が魅力と感じております。さまざまな団体でも行われているカフェ。ヒントやアイデアをもらうには良い場だと個人的には感じています。これからも継続し開催していきたいと思っております。

その他には認知症セミナーと称し「VR認知症体験学習」の開催を行いました。3日間に渡り、3会場で開催し合計30名ほどの参加がありました。VRで認知症体験?と少し疑問に感じます

が、視覚からその当事者の立場に立った疑似体験ができ、今まで感じられなかったことに気づかせてくれる体験学習です。参加者の方々からは、明日から対応の仕方を変えてみます等前向きな発言や、今までのケアの振り返りができてよかったと喜びの声をいただきました。

23年度は感染症の分類引き下げに伴い、生活スタイルも様変わりする年になるのではないのでしょうか。感染対策の基準も見直され、集合での研修も活発に行える年になれば願っております。介護報酬の引き下げ傾向の歯止めが効かない、現場スタッフの確保が困難、現場は逼迫するような場面が多々あり、明るい兆しがなかなか見えて来ない業界ではありますが、力を合わせて介護業界を盛り上げていきましょう。



## 東信支部

支部長 ● 花岡 奈保美

3年に及ぶコロナ禍において、令和4年度は、一番怒涛の波に追われた年だったと感じています。自施設のみならず、クラスター経験をされた施設が多いことと思われませんが、通常業務が成り立たない期間は、その他のことに尽力を費やす体力・気力を見出すことが困難な状況でした。

東信支部も、7月より計画していたブロック研修の延期を余儀なくされ、再度日程調整からの出直しとなり、第1回目のブロック研修が開催されたのは9月でした。年度始めには、各ブロックで2回の研修計画を立てましたが、全ての研修が計画より遅れてしまった状況から、各ブロック1回の開催が精一杯な状況となってしまいました。そんな中でも実施出来たことは、あきらめずに、講師との日程調整や、研修形式の変更に尽力して下さったブロック長及び役員の皆様の努力のおかげだと深く感謝しております。そして、この3年間で、オンラインでの会議や研修開催に慣れて来たことも、実施出来た一つの要因だと感じています。実際、オンライン開催となってから、支部役員会の会議出席率も向上していますし、支部研修やブロック研修への参加も、ブロックを超えた地域の方々もいらっしゃいました。集合研修が困難な状況は残念ですが、視点を変えれば悪いことばかりではないと感じます。

また、東信支部では、会員数減少により次期役員の担い手がおらず疲弊している状況が何年も続いていましたが次年度より

ブロックの統合を行い、4ブロック体制から3ブロック体制に変更し運営していくこととなりました。引き継いで守っていくことも大切にしながら、今の状況に合わせた変革をしていこうと支部役員会で合意形成が出来たことも前進と考えます。

次年度以降、医療・福祉業界がどのような状況になってくるのか予想すら出来ませんが、今使えるものを上手に利用し会員同士の繋がりと歩みを継続していくことを大切にしたいと感じられた1年間でした。新参者の支部長を支えて頂き、ありがとうございました。

## 東信研修報告

## アンガーマネジメントについての研修会を実施しました

**怒りに本質 (応用編)**  
— アンガーマネジメントの徹底学習 —

他九大学看護学部・大学看護研究 教授  
徳川保健大学 准教授  
日本看護大学 准教授  
日本看護大学 認定講師  
博士 (看護学) 杉 穂隆

怒りの感情について

質問1: 人はなぜ、怒るのか?  
質問2: 人はどんな状況で怒るのか?

現代の脳科学ではこの理由について、充分説明できていない  
怒りについての理解を深めると、同時に感情に制御をかけることは  
難しく、そのための科学的アプローチが必要

質問3: 怒りは、確かな自分を表す行為であるが、なぜ、相手に  
その気持ちを伝えることが難しいのか?

怒る理由は、自分の思い通りにならないことが原因

虎とライオンは、あまり怒らない

状況を判断できる力が自分にあることを知っている

怒りを感じたとき、自分自身で冷静に  
24時間以上冷静に待つことが必要

動物の研究から学ぶべき視点

虎は自分から狩猟のために怒る(中絶)。人は怒るのを止めることで  
自分には大きな力が有り、恐れを存在させる  
でそれによって怒りを感じ、自分の考えを相手に  
(相手にコントロールする) 怒りで解決する

自分の立場を強く相手に押し付け、怒り、負けず

## 中信支部

支部長 ● 杉本 裕美子

令和4年の春は、それまで2年以上続いた新型コロナウイルス感染症の影響が、さすがにもう終息していくだろう…と、そんな期待をしていたように思います。

しかし、実際には、長く続いた戦いの終わりは、そのタイミングではやってきませんでした。それどころか、第8波と言われた昨年秋からの感染の広がり、元々どんな数字が基準だったのかもわからなくなるほど、県内でも感染者が急増する日々となりました。

そんな厳しい状況の中ではありましたが、中信支部の支部会では、前年度から続く、「ミニ講話」がとても好評でした。支部会の最後に、参加されている会員さん1名が、10分程度の時間でご自分の好きなテーマの「ミニ講話」を実施してくれます。テーマは自由ですので、ご自分の趣味のお話をされる方もいれば、職場でのエピソードを取り上げる方もいます。講話の後には、参加されている方みなさんと、ディスカッション。最後に、発表した方が次の方を指名する…というリレー方式で、オンライン開催だった時期も継続しました。この「ミニ講話」は、支部会で検討する様々な議題よりも、もっともみなさんの意見が活発に行き交い、思わぬ発見、思わぬつながり、そして感動…と、本当に有意義な時間であると感じました。

1年を振り返れば、「今年もやっぱりコロナでいろいろできませんでした…」と、そんな言葉が先に出ますが、「ミニ講話」を通して本音を伝え合う中で、やはりこの長いトンネルの先には何があるのか?と、期待する気持ちがうまれました。

支部の活動が活発に行えなかった反省は大きくありますが、そのもどかしさやジレンマの中だからこそ、あらためて“つながり”の大切さを知った1年でした。この気づきを、より多くの会員さんに、丁寧につなげていきたいと思えます。



## 南信支部

支部長 ● 牧内 正子

早いもので、皆様と共に南信支部の運営や様々な企画に関わらせていただいた1年が終わろうとしています。コロナ禍で研修や会議が制約される中、新しい形での開催方法を模索したり、人と人のつながりや関わり方について話し合ったり頭の中が忙しい日々だったように思います。

研修会はオンラインでの開催を計画運営し、新しい形の選択肢として会員の皆さんに認識してもらうことができたように思います。参加取りまどめの方法や当日の運営などまだまだ課題はありますが、気楽に大勢の会員が参加できる良いアイテムだと考えます。しかし技術研修や体験を必要とする研修についてはなかなか行うことが出来ず、生活技術研修は最小限の開催にとどまりました。今後コロナ対応規制が緩む中で、どのような研修方法が会員の期待に沿えるのか?検証をしながら、参加しやすくなるための研修に取り組めるといいと思います。

年間を通じて、一番の課題と思われた点は「組織力の低下」「運営の難しさ」でした。「介護福祉士会に魅力を見いだせない」事で退会や会員離れが進み、連絡委員も役割の認識が出来ないまま「名前だけ」状態になっているような状況が見て取れます。年度当初は会員同士の「切れ目ないつながりを持つ」などの目標を掲げましたが手が付けることができませんでした。それぞれのブロックの基礎を固め、支部としてバック

アップができる理想の形を作り、「学び続け魅力ある介護福祉士の専門性を高める活動」を行うために、コロナ禍で経験したピンチをチャンスに変えて、新しい組織づくりに生かしていけるよう時代に沿った方法を検討していく必要があるのではないかと考えます。

支部活動を通して多くの方と知り合うことが出来ました。また様々な場面でいろんな方々とお話しが出来たことで新たな発見があり今後の自分の糧になる実り多き1年となりました。1年間お世話になりました。ありがとうございました。



## Seminar

## 研修会のご案内



8月  
Seminar

お申し込み  
フォーム



## 「生活支援技術」講師養成研修

「生活支援技術」の基礎的な技術を再確認し、講師としての心構えと、効果的な研修を行うための研修構成、インストラクション、コミュニケーションなどのスキルを学びます。

【講師】白井孝子氏/ 学校法人滋慶学園東京福祉専門学校副学校長

|     |                                   |
|-----|-----------------------------------|
| 開催日 | 2023年8月25日(金) 10:00~16:00(受付9:30) |
| 会場  | 松本短期大学                            |
| 定員  | 28名(定員を超えた場合は調整させていただきます)         |
| 締切  | 7月24日(金)                          |
| 対象  | 会員限定、支部において講師ができる人                |
| 内容  | 移動介護・食事介護・排泄介護                    |
| 参加費 | 会員 3,000円                         |



9月  
Seminar

お申し込み  
フォーム



## 「拘縮予防、改善の為の介護」

介護現場では利用者の重度化がすすみ、寝たきりの利用者が増加傾向にあります。

それに伴い拘縮を有する利用者も増え、日々の介護負担を増大させている現状があります。拘縮のメカニズムを正しく理解し、きちんと評価し、適切なポジショニングをとることが、予防に繋がり、利用者の苦痛緩和となります。その基礎知識を学びます。

【講師】田中義行氏/ 株式会社大起エンゼルヘルプ 理学療法士

|     |                                  |
|-----|----------------------------------|
| 開催日 | 2023年9月27日(水)~28日(木) 10:00~16:30 |
| 会場  | 松本短期大学                           |
| 定員  | 30名(定員を超えた場合は調整させていただきます)        |
| 締切  | 8月25日(金)                         |
| 参加費 | 会員20,000円 非会員40,000円             |



お問い合わせ  
お申し込み

公益社団法人 長野県介護福祉士会

☎026-223-6670 ✉info@kaigo-nagano.jp

## 事務局からお知らせ

### 「ケアワーク信濃」から「Care Work しなの」へ。 広報誌のデザインも一新しました!

今号を手にとられてお気づきの方も多いと思いますが、長野県介護福祉士会広報誌「ケアワーク信濃」がその表記も「Care Work しなの」へ、デザインが丸ごと新しく生まれ変わりました。昨年、30周年を迎えた長野県介護福祉士会では、20代から80代までの幅広い年代の会員様たちに支えていただいています。また、少子化のこれからはより一層、若い世代の皆様と力を合わせていくことが大切であり、その取り組みのひとつとして、ホームページや広報誌もより見やすくスタイリッシュに刷新していきたいと考えていました。今回、そんな私たちの思いを形にしてくれたのは、長野市のデザイン会社「フィールドデザイン」さん。ホームページとあわせて、広報誌のデザインも手掛けてくださいました。広報誌もホームページも、これからさらに情報を充実させていきますので、ぜひ変わらずにご愛読・ご活用くださいますようお願いいたします。



#### 株式会社フィールドデザイン

長野県長野市南千歳1-3-16  
丸佐ビル3F TEL:026-227-8955  
<https://field-design.jp/>

## 前事務局長よりごあいさつ

## 介護福祉士会と歩んだ3年4か月

前事務局長 橋本雅男



この度、公益社団法人長野県介護福祉士会を令和5年3月31日をもって退職させていただきました。皆様にお力添えいただき無事職務を全うすることができ感謝にたえません。本当にありがとうございました。

思い返せば就任した令和元年12月は、台風19号が襲った10月の年であり、翌年の2月には新型コロナウイルスが猛威を振るい始めた時期でもございました。

この新型コロナウイルスの影響は世の中をまさに一変するものでありました。人との接触ができない状況の中であり研修会、理事会、総会等すべて当たり前にできたことが何一つ普通にはできない状況になりました。そんな中ではありましたが会長を中心に3役会、運営委員会を絶やさず継続しながら会の活動を行ってきました。ZOOMの機能をいち早く導入し、またホームページでの情報発信にも気を配ってまいりました。今ようやく前の状態に戻りつつありますが、これからのがいよいよ全てにおいて正念場だと思います。

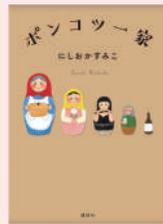
悪戦苦闘の日々ではありますが、会の益々のご発展を祈念いたしましてご挨拶とさせていただきます。

## 今号のおすすめ

### 『ポンコツ一家』（にしおかすみこ著）

日本の女性お笑いタレント、にしおかすみこさんのエッセイのご紹介です。介護とは、言葉では説明が難しいですよ。一人ひとりの感じ方、捉え方の違いがあり、奥深いんだけど、奥深いという説明では物足りないんだよなあ。と感じることがあります。にしおかすみこさんのエッセイはクスッと笑ってしまう、大変でありながらも、ポンコツという表現が家族のことを考えて、読者に家族への愛情とは何かを教えてくれる物語です。日々の忙しい介護現場の現実。考え方の角度を少し変えてみることで、日常をクスッとさせてみませんか。

中信支部 広報委員 横山 ゆかり



## 編集後記



介護老人ホーム温心寮では午睡後に利用者さん、職員の全員で寮歌に合わせた温心寮体操を行っています。日課となっている体操は利用者さんも楽しみにしており、心も身体もリフレッシュ♪全員が楽しく取り組んでいます。寮歌は3番まであり、歌詞にのせて全身をゆったりとした気持ちでほぐしていきます。身体をリラックスさせるのに、とても良い時間です。

まだまだ外出が厳しい中ですので、施設内で出来ることは限られています。利用者さんと職員が共有の出来る時間を大切にしていきたいですね。もしかして、利用者さんが外出出来る日も、そう遠くないかもしれません。外出を待ち望んでいる方がたくさんいらっしゃいます。そんな前向きなお話をしながら、日々過ごして頂ければと思います。

介護老人ホーム 温心寮 横山 ゆかり

長野県介護福祉士会広報誌「ケアワーク信濃」

Vol.169(2023年6月号)

発行:公益社団法人 長野県介護福祉士会

会長:鈴木よし子



<事務局>

〒380-0936 長野県長野市中御所岡田98-1 長野保健福祉事務所庁舎2F

TEL:026-223-6670 FAX:026-223-6679

Email:info@kaigo-nagano.jp