

# きたひろサービスネット通信

発行者 北広島市介護サービス連絡協議会 会長 三木千晶  
事務局 〒061-1274 北広島市輪厚 704-16 エスポワール北広島内、島谷清張  
電話：011-376-3911 / FAX：011-377-5621  
Mail：kitahiroshakyo@rose.ocn.ne.jp（広報部会 風間）  
：social@shojinkai.or.jp（広報部会 佐藤）

H29. 7. 31 現在 全市の人口 58,886人、65歳以上 17,816人－高齢化率 30.3%

65歳以上～75歳未満 9,916人－16.8%、75歳以上 7,900人－13.4%

## イチローの「準備の美学」（メジャーリーグの公式サイト等抜粋）

先日、メジャーリーグの公式サイトでこんな記事を見つけました。マイアミ・マーリンズのイチロー外野手の「準備の美学」というもので、内容はイチローの試合に向き合う姿勢や自身の美学などを本人から語られる貴重な動画です。

イチロー「準備をするっていうのは、その日1日が終わったときに後悔しない。言い訳の材料を作らない。1日が終わった時に『ああ、今日はあれをやらなかったな。これをやっておけばよかったな。』とかそういうことを思いたくないので、後悔しないためのものであると言えます。おそらくいい思い出、一番いい思い出ができるのは、僕が野球を辞めたあとじゃないかなと思っています。今は、昨日できなかったこと……が、一番悔しい思い出として残っています」と発言しています。

さらにイチローは“成功”という言葉についての考えも語っています。

「僕は成功したかどうかはわかりません。これは人が決めることなので、人が成功といえば成功となるし、僕が成功したと言っても人がそう言わなかったらそうはならない。僕はそもそも成功という概念が好きではないのですね。」

また、イチローは試合終了後、ロッカールームでスパイクを磨き、オイルでグローブの手入れなどを行い、次の試合への準備をして帰宅するそうです。

後悔をしないために、毎日の準備を欠かさない生き方を貫くイチローを知ることは、自分の生き方や準備のあり方を見直す機会となるかもしれないというものです。

私たちも業務にあたり、色々な準備を行います。朝のミーティング、デイサービスのお迎え、食事、お風呂、ベッド、行事と小道具づくり、資料作成、勉強、準備のための準備（打合せ）等、挙げるときりがありません。

「準備8割、本番2割」という言葉があるぐらいですから「準備」はとても重要です。

何ごとも、日頃から得た知識と、過去の経験を活かして本番を迎えます。過去の苦い経験は思い出したくありませんが、苦い経験は次の本番への準備の時に生きてくることが多々あります。走りながら考えるのではなく、全力で準備していれば、本番で失敗することは少なく、準備で手を抜くと間違いなく本番では痛い目に遭います。そうした経験、みなさんもお持ちではないでしょうか。

また、全力で準備しても、高齢者や家族は多種多様のため、行事内容や説明が心に響く方とそうではない方とがおります。そうしたとき、私たちは状況に応じて、空気を読んで、顔を見て、内容や話し方、テンポ、言葉の抑揚などを微妙に修正しながら対応し

たり、盛り上げたりします。それができるのも全力で準備したからこそ、心に余裕が持  
てているからこそ、臨機応変な対応ができるのだと思います。

さらに、職場で別の部署から応援を頼まれて対応できるのも、自分の仕事はしっかり  
準備ができているからこそ、応援できるのです。

人によっては準備を行い、本番を想定して何回かリハーサルすることで、より本番が  
緊張も意識もせずに行けるといえる人もいます。時間はかかりますが、本番で  
の成功に導く最も効果的な方法ではないかと思えます。これは何回もリハーサルしたこ  
とで、緊張の代わりに自信が生まれてくるから成功するのではないのでしょうか。

私たちの業務は、その日だけで終わりではないので、ずっと長い間、全力で準備を怠  
らないやり方が求められます。準備をせず、いつもの流れ（慣れ）で業務をすすめるの  
ではなく、一つ一つ新たな気持ちで準備に取り掛かり、次にすすむ力を蓄えて本番（仕  
事）に取り組むことが必要ではないのでしょうか。

イチローの域には達していなくても、具体的なイメージを持ち、徹底的に考え抜いて  
から行動してみませんか？  
(広報部会 K)

---

## ★★ 専門研修のお知らせ ★★

---

田中義行先生の介護現場で働く職員向け研修を下記日程にて開催します。過去2回は  
早い段階で定員に達していますので、興味のある方は早めに申し込んでください。

- ◆日 時： 10月18日（水）18：30～20：30
- ◆場 所： 北広島市芸術文化ホール 活動室 1・2
- ◆講座名： 『拘縮予防・改善のための介護について その3』
- ◆講 師： 田中義行 先生（株式会社大起エンゼルヘルプ 理学療法士）
- ◆定 員： 100名
- ◆締切り： 10月11日（水）
- ◆その他： 申込み方法等詳細につきましては7～8pの添付資料を参照下さい。

---

## ★★ 会員事業所交流会のお知らせ ★★

---

今年度の交流会は下記日程にて開催しますので、多数のご参加をお待ちしております。  
なお、申込みなどの詳細につきましては後日ご案内いたします。

- ◆日時： 11月10日（金） 19時～21時の間
- ◆場所： 北広島団地地域サポートセンター とともに 体育館
- ◆内容： チーム対抗ミニ運動会。種目などは通所部会部会長を中心に市内デイサービ

スの精鋭職員が計画中

◆定員： 100名（予定） *たくさんの子どもの参加も待ってま〜す！*

---

**★★ 地域部会のお知らせ ★★**

---

【権利擁護に関するご協力のお願い】／担当：みなみ高齢者支援センターです。

各事業所の皆様には日頃より大変お世話になっております。今年の北広島市の気候は今のところ穏やかに経過しておりますが、ミサイルが北海道上空を通過したり、世界ではテロで一般市民が命を落とすなど何が起こるかわからない、ご時世となっておりますねえ…。平和な世の中を切望する次第であります。

わたくし達が担当させていただいております北広島団地地区ですが、7月31日現在65歳以上高齢化率が44%、75歳以上高齢化率が20.9%と北広島市内の中でも群を抜いて、高齢化率の高い地区となっております。

さらに北広島団地地区の人口は減少が進み、独居高齢者や老夫婦世帯が増加した為、自らの力で課題を解決する能力が低下してしまい、さまざまな問題が山積しております。

とりわけ今年度に入ってから多い相談が“虐待”です。毎月コンスタントに新規虐待ケースの相談が1件以上寄せられているほか、以前より関わっていた継続虐待ケースも新たな怪我や痣が発見されて急遽カンファレンスを開催ことも増えており、居宅介護支援事業所のケアマネジャーさん、各事業所の方々、市役所などと連携しながら「命」「人権」が守れるよう日々努めている次第であります。いつもご協力いただきありがとうございます。背景には虐待を受けているケースの大多数で“認知症”を患っており、認知症介護の過酷さや難しさが浮き彫りとなっております。

そのほかにも“悪徳商法”に関する報告を受けるケースも増加しております。ごく最近も孫に成りすましたオレオレ詐欺で150万円以上騙された事案や還付金詐欺にひっかかってしまい、数十万円だまし取られたとの悲しい報告を受けました。

特殊詐欺などの事件が多い為、厚別警察署の方は「北広島市はそういう悪い輩に狙われている可能性もある。」とのお話があったほどです。悪徳商法の注意喚起を随所で行い「財産」をお守りできるよう努めておりますが、悪い輩の手口も巧妙な為、いちごっこのような状況が続いております。

年齢が高まれば高まるほど発症率が高くなる認知症。とても残念なことですが、認知症を患っている方は権利を侵害されやすく、対策が急務となっております。認知症ケアパス・認知症初期集中支援チーム・認知症カフェなど市もいろんな施策を実施しております。ただ、もっとも早く権利侵害に気付くことができるのは、各種サービスの利用時だったり、担当ケアマネジャーさんが自宅を訪問した時ということが実に多いため、皆様との連携がとても大切であると感じております。当協議会の皆様にこれからも「権利侵害されていないか？」というアンテナを張り巡らせていただき、誰もが住み慣れた地域で安心して生活できる北広島市となれるようご協力をお願いいたします。

---

★★ 市高齢者支援課からのお知らせ ★★

---

(1) 平成29年度 北広島市高齢者虐待防止研修会の事前周知について

日頃より当市の保健福祉行政にご理解ご協力いただき、ありがとうございます。

例年、実施しております、新任職員向け高齢者虐待防止研修会、『学ぼう！高齢者虐待防止法 基本の「き」』を11月中旬に開催を予定しております。

この研修は、高齢者虐待の防止・高齢者の養護者に対する支援等に関する法律（高齢者虐待防止法）についての理解と認識を深め、北広島市における高齢者虐待の防止を図ることを目的に開催しています。

日程や会場等の詳細につきましては、後日ご案内させていただきますので、事業所管理者の方におかれましては、新任職員の研修会への参加についてご配慮いただければ幸いです。どうぞ宜しくお願いします。

---

★★ 社会福祉協議会からのお知らせ ★★

---

(1) 北ひろしま福祉のつどいの開催について

- ・今年度は下記内容で開催いたしますので、是非ご参加ください。

日時： 10月14日（土） 10：00～12：40

場所： 芸術文化ホール

内容： 10：00 開会 勇太鼓・表彰状等贈呈

10：40 講演「食べて防ぐ！ 認知症」

講師：コンフォート栄養食物研究所代表 北川恵子さん

11：40 朗読会（北広島朗読の会ひびき）

12：10 手話による合唱（北広島手話の会）

12：20 お楽しみ抽選会

12：40 閉会

(2) 共同募金バッジについて

- ・今年のまいピーは、「まるひろ大根」と「イチゴ」とのコラボです。募金を500円していただいた方に、1個差し上げています。



(3) 地域支え合いセンターからのお知らせについて

- ・認知症になっても安心して暮らせる地域づくりを目指して、下記日程にて「認知症サポーター養成講座」を開催しますので、ご参加ください。

日 時： 11月11日（土） 13：00～14：30

場 所： シルバー活動センター（共栄町3丁目12-1）

講 師： 北広島市キャラバン・メイト

その他： 講座終了後に、東部北おれんじカフェ（認知症カフェ）も開催予定

【お問合せ先】(1)・(2) ⇒社会福祉協議会／TEL：011-372-1698

(3) ⇒地域支え合いセンター／TEL：011-378-4277

---

## ★★ 公開講座の報告 ★★

---

7月28日の通所部会の公開講座「介護のプロとしての考え方について」（講師：株式会社リブドゥコーポレーション福祉ビジネス研究所 主任研究員 福野初夫氏）に出席された方から感想をいただきました。

エスポワール北広島 通所リハビリ 安住ゆかり

今回、この研修へ参加し、もう一度自分の中で介護についてまだまだやり足りない事がたくさんあることを改めて考えさせられました。

私はもう一年足らずで定年を向かえますが、残りの一年は今まで身につけた技術や知識を生かし、利用者に接すれば良いと思っていましたが、介護にはもうこれで良いということがないと改めて気づかされた研修でした。講師の先生の話術も巧みで、楽しく有意義な時間を過ごすことができました。



8月25日の専門研修「地域における認知症ケア～2025を見据えた新オレンジプランの施策とは」（講師：東北福祉大学教授加藤伸司先生）に出席された方から感想をいただきました。当日は市内はじめ近隣市町からもお越しいただき、230名が参加した研修会となりました。

北広島居宅介護支援事業所四恩園 介護支援専門員 伊東賢志朗

今回の研修は、「新オレンジプラン」が認知症になってもその方らしく地域で過ごすために、どのような具体的な施策が盛り込まれているか、加藤先生に非常に詳しくわかり

やすく教えていただきました。

適時適切なシームレスに（つなぎ目なく）相談やサービスを受けられる地域づくりという考えは、地域でご利用者様やご家族と接する私たちもそのネットワークづくりの一員であることを強く認識しました。

ご本人視点を大切に、認知症になっても豊かな人生を歩める可能性を感じられる関わりを、地域の方々と共働しながらしていきたいと感じました。

貴重な勉強の機会を頂き、ありがとうございました。

医療法人やらわぎライフサポート北広島 施設長 宮崎 夏代

研修会には当施設及び当法人から、24名の職員が参加させていただき、皆それぞれに、来る2025年に向けて自分たちを取り巻く環境がどう変化するのか？どんな問題が立ちはだかり、我々に何が求められていくのかを『新オレンジプラン』の施策を学ぶことで、理解が深まったように感じました。

当施設は、居宅、通所、GHが併設する複合施設であり、一昨年の10月から圏域の包括や他事業所と連携し、おれんじカフェを実施したり、昨年8月から、GH内で共用型の認知デイを開設していることから、様々なタイミングで、施設内の勉強会においても『新オレンジプラン』について触れることはあったのですが、『国の施策』というものに対して、一般職やパート職員が積極的に理解を深めようとする姿勢も見られず、どこか他人事であったのですが、今回の研修を受け『新オレンジプラン』を身近に感じるきっかけとなったように感じます。

2025年に向けて、日本全体での高齢化がますます進み、在宅でサービスを必要とする認知症高齢者がさらに増えてくることから、我々が現在すでに行っている共用型の認知デイやおれんじカフェの開催が当たり前となり、各事業所に地域の中での役割として、求められてくることを肌で感じ、北広島市内でその先駆けとして手探りで始めたことが、これからは市内の各事業所をけん引する立場になるであろうことを実感したようで、参加したどの職員も、皆真剣にメモをとりながら講義に聴き入っている姿が印象的でした。

また、認知症を取り巻く社会環境と認知症ケアの変遷を学び、過去、認知症が「痴呆」と呼ばれていたころは、介護される側の人権に全く配慮されないケアであり、それが当たり前とされていたことも事実であったものと思われます。そして様々な変遷の過程でその時代には当たり前とされていたことが、後に見直されたときに「なぜ？」と感じることも少なくないことから、今現在我々が行っているケアやその考え方も時代が変わり、取り巻く環境や生活の質、人生に対する価値観などが変わっていく中で、当たり前が当たり前でなくなることも受け入れていかなければならず、そうすることで、認知症になっても安心安全に暮らせる世の中の実現に少しだけ力を発揮できる自分でありたいと感じました。

ただ、いつの時代でも「自分が認知症になったら・・・」と考えることが認知症ケアの基本であり、我々専門職はそれを一人でも多くの人に知ってもらう啓発活動を続ける必要があるものと、改めて感じる研修でした。

今回このような貴重な機会を頂きありがとうございました。

## 『拘縮予防・改善のための介護について その3』

今年度も田中義行先生をお招きして介護現場で働く皆さん向けの研修を行います。

毎年好評な「拘縮予防と改善」をテーマに講義と実技を合わせた研修です。田中先生は「拘縮予防と改善には正しいポジショニングと評価が大切である」との視点から、拘縮してしまうメカニズムを理解し、きちんと評価し、適切なポジショニングをとることの大切さについてお話をされます。それにより筋緊張が改善しご本人の心身が楽になるのはもとより、私たちの介護負担も軽減します。

今回は基本的な学びの他にも、実際に現場である事例についてセッション方式で教えていただく予定です。

皆さんのご参加をお待ちしております。

◆日時：平成29年10月18日（水） 18：30～20：30（終了予定）

◆講師：株式会社大起エンゼルヘルプ 理学療法士 田中義行先生

介護療養型医療施設で拘束廃止に向けた取り組みを実践。「身体拘束ゼロへの手引き」では困難事例の取り組みを紹介。その後、理学療法士養成校講師、老健医学マネジメント部長を経て、平成25年3月より、現職。著書に『縛らない看護』（共著、医学書院）、『潜在力を引き出す介助』『拘縮予防・改善のための介護』（共に中央法規出版）ほか。

◆場所：北広島市芸術文化ホール 活動室1・2

北広島市中央6丁目2番地1 TEL(011)372-7667

（施設駐車場が満車の時は、市営駅東口駐車場をご利用ください）

\*定員 100名

会場等の都合により定員に達した時点で申し込みを終了します

\*対象 北広島市介護サービス連絡協議会 事業所会員

\*参加料 無料

\*お申込み 事業所ごとにお取りまとめいただき、別紙にてお申込みください

\*主催 北広島市介護サービス連絡協議会

\*共催 北広島市

\*当日は動きやすい服装でご参加ください。（一部実技も予定されています）

【お問い合わせ】 北広島市高齢者総合ケアセンター聖芳園

担当者:福島・粥川

電話:011-375-3126

10月18日 『拘縮予防・改善のための介護についてその3』参加申し込み

聖芳園 福島行

FAX 番号 : 011-375-5115

**事業所名:**

---

参加者氏名	

ご担当者氏名 :

連絡先電話番号 :

10月11日(水)までにお申し込みください

～北広島市介護サービス連絡協議会(きたひろサービスネット)～  
私たち事業者は、北広島市の高齢者の「尊厳をもって住みなれた地域で暮らしたい」  
という思いを支えるため、北広島市・北広島市社会福祉協議会等と連携し  
より良いサービスを提供するために設立されました。