

# 謹賀新年

令和癸卯歳 元旦

明けましておめでとうございます。

会員の皆様方におかれましては、お健やかに新春をお迎えのことと存じます。コロナ感染も3年目になり、感染者は一時減少してきたものの、宮城県では最近急激に増加してきていることが懸念されます。

当会の調査活動も訪問調査や全書類郵送調査、リモート調査などコロナ禍に対応した活動を展開しています。

さて、私は昨年秋、泌尿器系の手術を受けました。その時の出来事です。手術後に麻酔が切れて来て、痛みを感じるよ

うになりました。下半身を動かすと患部に差し障りがあるということで、ベッドの回りには柵が施され、両足は錘のようなもので拘束されました。

錘には血栓予防のため、締めつけの強弱を自動的に調整する装置が取付けられ、翌日の朝食時間までは外せないとのことでした。

私は以前から腰痛を患っていたので、締めつけによって両足に“こむら返り”を起こし、激痛に襲われました。

このため看護師を呼ぼうとしましたが、ナースコールのボタンが手の届かな



## 新年を迎えて 介護サービスのケアについて考える

～身体拘束をしないケアの大切さを知る～

代表理事 佐藤年夫

いところに（故意に？）持ち上げられており、それができませんでした。この時は、本当に腹が立ちました。それでも何とかして呼び鈴を鳴らし看護師を呼びました。傷口の痛みには座薬が投与され痛みは治まりましたが、こむら返りの激痛は錘を外せないということで、朝食の時間まで我慢を強いられました。

本当に冷や汗を流し生きた心地がしませんでした。身体拘束は私にとって本当に苦しく辛いものでした。

さて、地域密着型サービス外部評価の評価項目に「身体拘束をしないケアの実践」というものがあります。

私の身体拘束の苦しみは医療現場での経験ですが、介護現場での苦しみも同様なものであると推察されます。

この経験を通して『身体拘束をしないケアの実践』は本当に大切なものだと感じました。

厚生労働省の介護保険部会では、現在介護保険法改正について議論が進められています。利用者への過度な保険料負担や制約等により利用しづらい状況に改悪されないことを願っております。

最後になりますが、今年一年も皆様にとって良い年でありますよう祈念して年頭のご挨拶といたします。

# 新調査員を迎えて

今年度新調査員として、活動を始めたお二人に①会員になったきっかけ、②介護・福祉について思うこと、③訪問調査をして感じたこと、④趣味・特技、⑤今後の目標 についてコメントを寄せていただきました。

活動の更なる充実に向けて



## 『灯明』

会員 柴原 則子

### ①会員になったきっかけ

趣味のサークルで一緒にさせて頂いている知人の紹介

### ②介護・福祉について思うこと

手を差し伸べて欲しいと願う人たちの心の灯明となるもの

### ③訪問調査をして感じたこと

調査対象をとらえる目線には、愛に似た深い配慮が必要な仕事であることを体感。実践している先輩方を尊敬し、日々懸命に入居者に寄り添う職員にも感動。

### ④趣味・特技

マジック

### ⑤今後の目標

共に白髪の生えてしまった夫と、砂人形よろしく箒を持つる位に健吾であること。



## 『一人暮らしの備え』

会員 丹野 しず江

### ①会員になったきっかけ

知人からのお誘いにより。

### ②介護・福祉について思うこと

高齢になり独り暮らしが難しくなったとき、知識不足で対応に困ってしまいました。日頃から知らせていただくと、安心できると思います。

### ③訪問調査をして感じたこと

こんなに大変だとはおもいませんでした。これから勉強します。

### ④趣味・特技

陶芸を始めました。土に触っていると無になっています。

### ⑤今後の目標

未経験の分野でしたので、受講中戸惑いが多くありました。調査に支障のないよう勉強したいと思います。

## 『干支』についての豆知識

### 干支とは

干支というと、十二支を干支の意味で用いることもありますが、本来は、十干(じっかん)と十二支を組み合わせたものを干支と呼んでいます。干支は、甲、乙、丙、丁、戊、己、庚、辛、壬、癸の十干と十二支と組み合わせた 60 通りがあり、月、日や年を表すことに使われます。代表的なものが還暦で、60年で干支が一巡し、誕生年の干支に還ることが還暦の由来です。

### 十干とは

十干とは、甲(きのえ)、乙(きのと)、丙(ひのえ)、丁(ひのと)、戊(つちのえ)、己(つちのと)、庚(かのえ)、辛(かのと)、壬(みずのえ)、癸(みずのと)の 10 の要素から成り立っています。十干は、古代中国の殷の時代に、10 日を「一句」とし、一句を構成するそれぞれの日に名前をつけたことが始まりです。

### 十二支とは

十二支は、子(ね)、丑(うし)、寅(とら)、卯(う)、辰(たつ)、巳(み)、午(うま)、未(ひつじ)、申(さる)、酉(とり)、戌(いぬ)、亥(い)の 12 種類の動物で構成されています。紀元前の中国で暦や時間を表すために使われ始めました。動物になった理由は、中国の王充(おういつ)という人が、十二支を民衆に浸透させるために、覚えやすい動物にして文献を書いたとされています。

## 理事会模様

### ◆2022年度第5回理事会

★令和4年11月8日(火)、仙台市生涯学習支援センターにおいて第5回理事会が開催されました。

主な活動報告、審議事項は次のとおり

1、各事業項目進捗状況報告並びに提案審議事項について

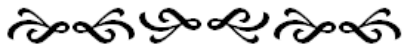
- 1) 地域支え合い活動
- 2) 情報の公表制度訪問調査活動
- 3) 地域密着型サービス外部評価活動
- 4) 福祉サービス第三者評価活動 他

2、広報、財政、組織、総務関係について報告・審議

3、その他

(詳細については事務局備付けの議事録を閲覧願います)

2023年は癸卯の年で、「癸」と「卯」の組み合わせから、これまでの努力が実を結び、勢いよく成長し飛躍するような年になると考えられます。



### 情報の公表フォローアップ研修

去る10月19日（水）仙台市生涯学習支援センターにおいて、宮城県保健福祉部長寿社会政策課、仙台市健康福祉局保険高齢部介護事業支援課、宮城県・仙台市指定情報公表センター及び認証制度事務局のご出席と、当会調査員57名が参加して今年度第1回情報の公表フォローアップ研修を開催いたしました。

宮城県と仙台市からは、令和3年度介護保険制度改正に伴う「介護サービス計画に対する同意の有無の確認方法」と「送迎車両の人員体制に係る判断基準」についての説明があり、調査員間で共有、確認しました。

今年度の調査活動は、11月8日から2月28日まで68日間の551事業所で、訪問調査230事業所、

全書類郵送調査206事業所、リモート調査115事業所が予定されています。

新型コロナウイルス感染症の蔓延や冬季間の降雪等による交通障害が予想される中での調査ではありますが、「感染症対策調査員マニュアル」と「調査における留意点及び緊急時対応に係るマニュアル」を再確認し、円滑な情報の公表調査の推進と調査員の健康及び安全確保を祈念して閉会しました。



### 福祉サービス第三者評価フォローアップ研修

昨年9月27日（火）午後1時から、仙台市生涯学習支援センターにおいて、調査員9名が参加して「福祉サービス第三者評価フォローアップ研修会」を開催しました。

荒井副代表理事の開会挨拶に続き、大坪副代表理事による「訪問調査における心構え」の講義では、

- ・調査員は評価機関の顔であり、事業所から評価されていること
- ・介護サービスのノウハウを理解し、訪問時に伝えること
- ・制度改正の年度には、改正内容を把握し、熟知しておくこと
- ・評価を受けることで気付きを発見し、改善によりサービス品質の向上に繋がることを伝えること

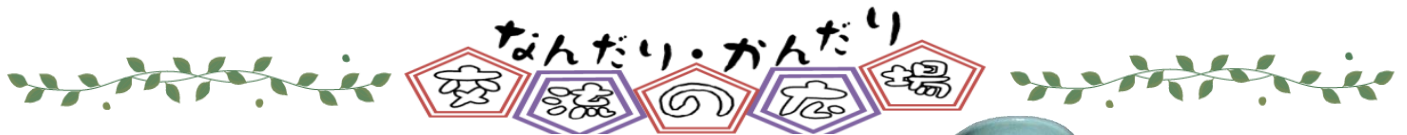
・国の指導は最低限クリアしていれば良いが、評価ではその上の気付きを促すこと

以上の趣旨を心掛けて実践して欲しいとのお話がありました。

その後のフリートークでは、

- ・一万人の全体研修でこの様な講義が聞かれるといいと感じた。
  - ・今回の研修を受けてこれからの評価調査に活かしたい。
  - ・新たな気付きと更なるサービス向上に繋がることから、調査員一人ひとりが調査後の振り返りを行い調査手法の向上に努めて行きたい。
- 等の意見や感想が出され、大変有意義な研修でした。
- 最後に、県の第三者評価事業推進委員会の報告を受けて、閉会しました。





# 「それから」そして「これから」

会員 阿部 洋子



毎錦文の古錦紗に鎮座する12年に一度お出ましの飛びウサギの茶碗

介護保険法に基づき2006年（平成18年）4月から始まった介護サービス情報の公表制度。

私は2008年に登録し、活動をはじめました。それから毎年、調査のオリエンテーションで「利用者が介護サービスや事業所、施設を比較検討して適切に選ぶための情報を提供するしくみです」と調査の趣旨・目的を事業所、施設に確認し15年間調査に臨んで来ました。

近年のコロナ禍の中で、調査の形は変化し、訪問に加え、全書類郵送、リモート調査にて活動を継続しています。

さて、私は昨年から小学校の絵本の読み聞かせボランティアを始めた。今年は卯年私の生まれ年、うさぎに関連する絵本は「うさぎとかめ」「いなばの白うさぎ」「かちかち山」「お月様に行ったうさぎ」等々沢山ある。

また、イソップ童話の「うさぎとかめ」の続きが日本の民話の『それからのうさぎ』（松谷みよこの民話）であることをご存じでしょうか。

話を抜粋すると、競争に負けたうさぎはウサギ村から追い出されてしまった。ところがウサギ村に大変なことがおきた。山に住む狼から、「子ウサギ3匹献上せい」といわれ、「さあ、どうすべ…」とウサギ村は頭をかかえた。それを聞きつけた負けウサギ「おらはこの村を追われた身だども狼さまに献上しなくても良いようにしてみたい」それを聞いたウサギ村のうさぎたちは「やってみてくろ、うまくいったらまた仲間にする」と、負けうさぎは狼に「子うさぎ3匹連れてきましたが、狼さまの顔がこわいと……。つきましてはその崖のところであっちむいて座って下され」そのとたん、あらん限りの力で崖から突き落とし、狼は谷底でひらたくのびてしまった。

**めでたしめでたし！**

民話との新しい出会いでした。

私は趣味でお茶を続けている。毎年干支の茶碗で新年を寿ぐ訳だが12年に1回のお出ましの茶碗、調査を始めて2回目の出会いである。次回の出会いは12年後。出会いに向けて、これから、また新しいことに挑戦したり、一日一日を大事に過ごせるようにと思う。

## ◆◇なんでも相談会のご案内◆◇

法律、成年後見関係の分野に限らず、会員やその家族、知人の方がお持ちの生活全般に関わる「困りごと」「悩みごと」などなんでも相談会です。

令和5年1月から令和5年4月までの開催日程は下記のとおりです。

### ☆開催日程

- ✿ 1月24日(火) 相談役 安田 廣治 司法書士
- ✿ 2月16日(木) 相談役 武田 貴志 弁護士
- ✿ 3月16日(木) 相談役 安田 廣治 司法書士
- ✿ 4月19日(水) 相談役 武田 貴志 弁護士

## 【編集後記】

1月1日号という事で、私も今年の目標を考えてみた。最初に思いついたのは「健康」でした。コロナ禍で外出する機会が減り、有り余る時間を料理と食べる事に費やした結果、体重と血液検査の数値が大変な事になっていました。階段の昇り降りですごしたのもそのせいでした。健康について特別意識せず過ごしてきましたが、健康のありがたさを感じたお年頃になったと言うことでしょうか。運動が苦手な私でも無理なく続きそうな「ながら運動」のアドバイスを貰ったので、長く挑戦していきたいと思えます。

1万人の調査員は、趣味やボランティア等 生き活きとさまざまな活動をしている方が多いです。心も体も頭も元気でいられる秘訣を、是非是非教えて頂きたいです。（張間）



特定非営利活動法人  
介護の社会化を進める  
一万人市民委員会宮城県民の会

編集委員 遠藤 千代 兼平 幸雄 工藤 俊廣  
曾根 務 出口 香 張間 佳代