

## 「こうなりたい」をかなえるための取組

巻頭言……「こうなりたい」をかなえるための実践から次へ◆柴田範子 …… 4

1……「困ったときに気軽に鈴を鳴らして」に取り組んで30年◆鈴木恵子 …… 6

2……居場所となるまちづくりを目指して◆石川裕子／高本友子 …… 14

3……認知症になった母の「まだまだ働きたい」という想いを  
かなえるために始めた「まあいいかCafe」◆平井万紀子 …… 24

4……一人一人の強みを引き出して◆宮川伸吾 …… 32

5……ボランティアさんとともに相談や地域拠点づくり◆小林晃／橋本明子 …… 37

COLUMN……船橋市における重層的支援体制整備事業の実践について◆高澤由昇 …… 30

COLUMN……小学校区の中にいくつかの拠点づくりに力を注いで◆柴田範子 …… 42

キャリア職のwell-beingを高めるキャリア形成——自分の人生に伴走してみよう◆森和美 …… 44

E

N

T

S

介護職が知っておきたい医学の知識——排尿障害を理解しよう◆堀田富士子……………46

人材の3つのヒント——人が育つ職場は「痛み」も分かち合える◆丸山法子……………48

口腔につよくなる話——介護の現場に求められる新たなスキル◆高井晃……………50

にほんではたらく。外国人介護職リレーエッセイ◆ナヴァ・ヴァラ・テイラ……………52

介護とシーティング——「座面ファースト」を合言葉に◆今田雄二郎……………55

障害者をささえる現場から——みんなが安心して暮らせる地域づくりを◆池田雅之……………58

掛け合わせの力から次の住処へ——始まり◆川原奨二……………60

地域で生きるともに生きる——認定就労訓練における介護福祉士の役割◆菊地月香……………62

課題解決のための事例検討◆ユースタイルラボラトリー株式会社ユースタイルケア奈良重度訪問介護……………64

五感から生じた感情に共感する暮らしのサポート・カイゴ——五感を活用する関わり例ソクラクスル◆石川立美子……………70

国家試験のご案内……………74

資格登録後の各種手続きのご案内……………76

社会福祉士・介護福祉士・精神保健福祉士都道府県別登録者数……………78

バックナンバーのご案内……………79

# C O N T



**NO.134**

2025年8月1日発行



# 特集

## かなえるための取組

### 「こうなりたい」をかなえるための実践から次へ

今回のテーマは、「こうなりたい」をかなえるための取組」とした。筆者自身を含めて後期高齢者が年々増加し、団塊の世代と言われる高齢者は既に75歳を迎えている。長生きすることは喜ばしいことである。しかし、年齢が高くなるにつれて、閉じこもり気味となり、歩行の不安定につながる例は多い。何が大切なのか。体調が今一つでも、外に誘ってくれる仲間がいて、集い、会話をし、好きなことに取り組めること、好循環になる高齢者は多い。

「こうなりたい」をかなえられたらと実践している方々に、道半ばでも、自らの取組を読者の皆さんに知ってほしいと思った。今後、何かをしたいと思っている方々の道しるべになったら幸いだと思ったからである。

「1」「すずの会」の鈴木さんは、家族の介護をきっかけに、PTA仲間とボランティアグループを立ち上げて早30年。「ちょっと困ったときに気軽に鈴を鳴らしてください」という思いを込めて「すずの会」と名付け、年齢幅の広いボランティアさんたちが役割を持って生き生きと活動している。この実践から学ぶことは多い。

「2」「さくらホームに勤める石川さんはケアマネとして地域づくりに力を注いでいる。理事長の羽田さんが父親の介護のために鞆の浦に戻り、車椅子の父親と地域に出たら家の「長」だった人が、地域では「こんなになってしまって」とあわれみの言葉をかけられた。地域に住む人が変わらなければと地域づくりに取り組んできた。石川さんたちの日々の取組を知ってほしい。



# 特集

## 「いなりたい」を



**柴田 範子**

Shibata Noriko

特定非営利活動法人 楽理事長

「3」 京都の平井さんは、認知症の母が働きたいと希望していたが受入れ先はなかった。それならとインターネットで知った和田行男さんにご助言いただき、まあいいか「Cafe」を京都市内数か所で毎月開催。道半ばの実践から、次の展開も想像し読んでほしい(和田行男氏は本誌128〜133号で連載)「一から理解する認知症」を執筆。

「4」 若い宮川理事長が介護実践している場は大きな古い団地。「認知症になっても安心して暮らせる街を作りたい」「利用者を元気にしたい」と、認知症の人のできることを応援。とんかつばあちゃん の事例は、本人も家族も周囲も元気にしてくれる。

「5」 小林さんはキャラバンメイトとして活動している。介護家族の経験をボランティア仲間と認知症サポーター養成講座に生かしている。講座終了後には仲間が作った□バクンを手渡す。区役所の橋本保健師はキャラバンメイトたちの活動を後押しし、□バさん作りの小さな会だった「幸区□バさん倶楽部」が、地域で定例開催されるほど多くのボランティアさんが参加している。行政とボランティアさんの良い協力関係ができていく。

介護保険制度が誕生し25年。制度の利用だけでは、一人一人の「こうなりたい」をかなえるには足りない。先進例から学ぶことは多い。介護福祉士の行動力に期待したい。

川崎市内に2006年、小規模多機能型居宅介護ひつじ雲を開設して19年が経過。2022年10月、身体障害の方のグループホームを開設。1988年、福祉事務所ホームヘルパーとして活動後、1999年、上智社会福祉専門学校専任教員。2004年、自介護事業所の運営と東洋大学ライフデザイン学部生活支援学科教員を9年勤務後定年退職。現在、法人の理事長、川崎市住宅政策審議会委員、健幸福寿プロジェクト委員、生活支援コーディネーターの活動を見守っている。

# 1 「困ったときに気軽に 鈴ぎ鳴らそう」の 取組組んで30年

認定NPO法人すずの会理事長  
鈴木恵子 Suzuki Keiko



## はじめに

人生100年時代を迎え、元気で  
生き生きと暮らし続けたいと誰もが

思うことだが、年を重ね一人では暮  
らしに不安を感じたとき、身近に声  
を掛け合えるご近所がいてくれたら  
安心した老後が過ごせるのではない  
だろうか。介護保険サービスも制

度開始から25年が経過している。地  
域社会とのつながりから暮らしに潤  
いをもたらす社会参加の場があり、  
困ったときには気軽に声を掛け合え  
る仲間がいてくれ、公的サービスと  
両輪で支え合う仕組みづくりができ  
たら住民主体の暮らし方の継続がで  
きるのではないだろうか。普通の主  
婦たちが思い描いている自分たちの  
老後を考え、1995年にPTA仲  
間5人がボランティアグループを立  
ち上げ、ひたすら気になる人の声に  
応えようと活動の輪を広げてきた30  
年間を振り返り、今と今後を考えて  
みたい。

## 「すずの会」の活動変遷

1995年、地域の中で、どこで  
どのような介護のある暮らしを続け  
ているのだろうか？ まず地域を



# chap. 1

## 自分の人生に伴走してみよう



### カイゴ職の

支援者のWell-beingのための任意団体「Streat」主宰  
精神保健福祉士・公認心理師  
森和美 Mori Kazumi

# well-being を高めるキャリア形成

最近、医療・福祉・教育などの対人支援職領域で「支援者支援」という言葉を、以前より多く耳にするようになりました。

対人支援職は、「クライアントの人生のサポートをしたい」「仕事を通して社会を良くしたい」という想いがある人が多いと感じます。

実際には理想と現実のギャップがあり、業務にはルールや目標があります。現場で求められるものは多く、業務の量やスピードについていく必要から過剰適応状態となってしまうやすいです。うつ状態やバーンアウト気味になるなど、うつ病や休職とまではいかなくとも不調を経験し、カイゴの仕事に自己犠牲感を感じたことのある方も多いのではないのでしょうか。

働き続ける上で役立つこととして、人間関係のよい職場づくり、労働時間の柔軟化、介護の質を高めるための価値観共有、仕事上のコミュニケーションの円滑化

などが挙げられています（\*令和5年度介護労働実態調査）。

支援者個人の事情は複雑です。福祉領域で対人支援の業務に就く方を対象としたキャリア研修を実施すると、「ずっと福祉業界で働いているけれど、理想の支援ができる環境にない。日々、目の前のごとに忙殺されパワーが少なくなっている」「求められることが多く、期待に応えたいと思い、休日も自己研鑽けんざんしているが、子育て中で金銭的なことで5年後10年後は見えない」と、現場で働く支援者のリアルな声が聞こえてきます。

カイゴ職も、クライアントにとっては取り巻く環境の一部です。ケアのプロである支援者も、自分の生き方・働き方には「仕事なんだから頑張らなければ」と、厳しい態度をとっている人が多いようです。しんどさは自覚しつつも耐え続けて、いよいよ余裕がなくなり始めてから初めて自分にちゃんと目を向ける、となりがちです。そうさせる社会の雰囲気もある

# 口腔につよくなる話

## 第1話

### 介護の現場に求められる新たなスキル



高井 晃  
Takai Akira  
高井歯科医院院長

#### はじめに

2024年度から、入所施設における口腔衛生管理体制の整備が義務化され、訪問介護および短期入所サービスにおいては「口腔連携強化加算」が新設されました。これにより、介護現場における歯科との連携の重要性はさらに高まっています。

筆者が所属する地域歯科医師会にも、介護事業所から「歯科との連携方法」に関する問い合わせが増加しており、現場の関心の高さがうかがえます。

近年では、口腔の健康が全身の健康維持や介護の重症化予防に深く関係していることが広く認識されるようになりまし

た。そのため、介護現場でも、口腔健康状態の適切な評価スキルの向上や歯科医療機関との情報共有が、これまで以上に求められています。

本連載では、全3回にわたり、介護現場での実践に役立つ口腔ケアについてご紹介します。

#### 介護現場での口腔健康状態の評価

口腔内は常に唾液で湿潤しており、舌・頬・軟口蓋なんこうがいは絶えず動いています。歯には詰め物や被せ物があり、今にも抜けそうな歯を触るのはためらわれます。さらに、金具のついた義歯に関しても「どうやって外すのか?」「外してよいのか?」と迷うことも多いでしょう。

まさに、「一人として同じ状態はない」——複雑で多様な「口の中」。ただで判断するのは難しいことです。

しかしながら、2024年度の介護保険制度改定を受け、介護職の皆さんが口腔健康状態を評価する場面は、今後ますます増えていくと予想されます。そして、介護現場から口腔衛生や口腔機能の維持に取り組むことが、介護の重症化予防に大きく寄与すると期待されています。

#### 口腔健康状態の評価項目

口腔健康状態を評価する際は、厚生労働省が定めた評価項

【参考資料】日本歯科医学会「入院（所）中及び在宅等における療養中の患者に対する口腔の健康状態の評価に関する基本的な考え方」令和6年3月

こんな時、他の施設ではどうしているのだろうか？ 課題に対してどういうケアを展開しているのか？ 本コーナーでは、プラスマイナスも含めた事例を現場から提供いただきました。



### 事例提供

ユースタイルラボラトリー株式会社  
ユースタイルケア奈良重度訪問介護

人工呼吸器を装着しても、  
子どもと外出したいという夢をかなえる

### 事例の概要

Aさん……女性・40歳代半ば

サービス利用状況……

#### 〔介護保険〕

- 訪問入浴（週2回）
- 福祉用具（ベッド・車椅子・リフト等）
- 訪問介護（1～1.5時間／日）

#### 〔医療保険〕

- 訪問看護（週7日。呼吸器管理・排便介助・リハビリ）
- 訪問診療（月2回）

#### 〔障害福祉サービス〕

- 重度訪問介護（24時間週7日。うち1日1～1.5時間は訪問介護。介護保険優先のため）

傷病名……筋萎縮性側索硬化症（A

LS)

#### 自立度・ADL等……

- 要介護5／障害支援区分6／身体1種1級
- 寝返り…全介助
- 起き上がり…全介助
- 移乗・立位・歩行…全介助
- 食事…全介助（胃ろうからの経管栄養）
- 排泄…全介助（膀胱留置カテーテル・摘便）
- コミュニケーション…視線入力によるパソコン利用により可能
- リクライニング車椅子…使用
- 呼吸状態…自発呼吸が弱く、気管切開し、人工呼吸器使用
- 医療的ケア…気管カニューレ内・口腔内吸引。胃ろうからの経管栄養