制作 ゲーム 運動 介護の現場で役立ちます!

レクリエ

RECREA

9・10月 [2016]
別冊家庭画報

年間購読をお申し込みの方に
プレゼントを差し上げます!

本誌キャラクリエです!

http://recrea.jp/
0120・35・4007
(土・日・祝日を除く 10:00~17:00)

特集

下肢筋力向上のためのレクリエーション

9・10月の壁画
ぶどうと柿の実り

秋を感じる制作

お月見リース
ハロウィンの吊るし飾り

みんなで料理
里芋とご飯で作る
お月見団子

機能向上体操
トイレのための体操

利用者の自立を促す
立ち上がり介助

クイズで話そう!
今日は何の日?

コピーして使える
パズル&ぬり絵

目からウロコ! 介護の現場Q&A

介護の現場では悩んでしまうことがたくさんあります。そんな"お悩み"に、現場でスタッフとともに日々奮闘している高橋好美先生がお答えします。"目からウロコ"な視点を事例とともにご紹介します。

高橋好美
特別養護老人ホーム・レジデンシャル常盤台施設長。看護師、ソーシャルワーカーを経験後、社会福祉士、介護支援専門員の資格を取得。大田区立特別養護老人ホームたまがわ特養第一課課長を経て現職。

Q 介護で感じた疑問を共有したり、ケアの悩みを相談できる上司や同僚が職場にいません……。

介護の仕事で悩みや疑問を感じた時、それを相談できる相手がいなくてつらいです。どのように気持ちを保てばよいのでしょうか?

A 自分の知識を広げることが第一。意見交換できる場も探して参加してみましょう。

介護の職場において、悩みを抱えただけでなく、それを周囲と分かち合えないことで精神的に追いつめられてしまう人は多いです。特に、目指すべき介護の指針や人材育成のスキルが確立されていない事業所においては、行ったケアへの客観的なアドバイスや指導などが少ないケースが見受けられます。

しかし、そういった状況も自分の行動次第で少しずつ変えていくことはできると思います。まずは、迷いの原因を「自らの専門性の未熟さ」と考え、書籍や専門書にあたることをお勧めします。知識を得ることで、おのずと自分のケアを客観視することができます。また、業界団体などの講習や研修、地域での勉強会などを探して参加してみてはいかがですか? 信頼できると判断したSNSなどで同業者と意見交換する方法もあるかもしれません。様々な意見や知識を得て、視野が広がることで、相談できる人がいないという環境より、一番に気にかけなければいけないのは、利用者の反応だということに気付くはず。利用者が笑顔なら迷うことはないのです。自信を持ちましょう。

今月の 目からウロコ!

知識を身につけ、自分のスキルを高めれば悩みを解決する力がつく!

疑問や悩みを抱くこと自体はとてもよいことだと思いますが、悩んでいるだけでは解決しません。学習することで知識を高め、専門性を身につけると、何が正しいか見極める力がつき、自ら答えを導き出すことにつながります。

高橋先生の経験談から

こんな実例がありました

私が以前、看護師からソーシャルワーカーになった際、クライアントの様々な価値観を受け入れなければならず、とてもつらくなってしまったことがあります。職場にも同じ業種の方は少なく、指導的なアドバイスがもらえない状況も不安でした。そこで私は、作成した病院の資料を持って同業他社の様々な先輩たちを訪ねたり、「ご意見を伺いたい」という手紙を添えて送ったりしました。すると、いろいろなご指摘や助言、激励の言葉をいただきました。そのことで自分を客観視することができ、前向きに仕事に臨めるようになったのです。簡単ではありませんが、職場外のネットワークづくりにも挑戦する価値はあると思います。

Q 食事や入浴介助などに追われ、思うようなケアができません。テレビの前に座っている利用者を見ると、申し訳ない気持ちになります。

日常的な生活援助が忙しく、利用者とゆっくりコミュニケーションがとれません。テレビの前に座っている姿を見ると、ほったらかしにしている気がします。どうしたらいいでしょうか?

A 介助をしながらコミュニケーションをしているなら大丈夫! 利用者が満足しているかどうかをよく見てみましょう。

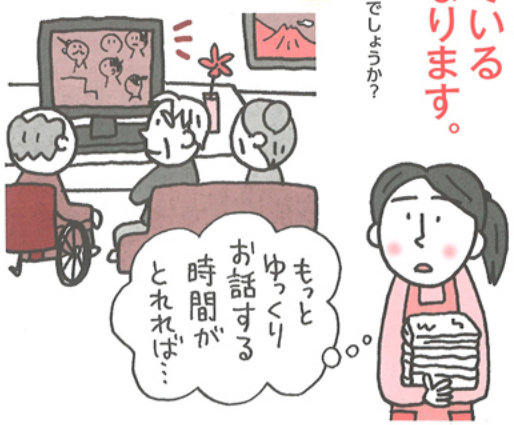
介護の仕事とは、援助を必要とする利用者の生活全体を支えるものです。そうした食事や入浴などの介助に「追われている」と感じていたとしても、黙ってそれらの作業をしているわけではないはずです。「今日のおかずおいしそうですね」「暖かくなりましたね」など、コミュニケーションをとりながら行っていると思います。そうであれば、とりたてて会話だけをする時間をつくらなくても大丈夫では? 介助を行うすべての場面がコミュニケーションの時間だと捉えた方がよいでしょう。

また、テレビの前に座っていただいているとしても、それが必ずしも悪い関わり方とは思いません。利用者の表情が穏やかだったり、楽しそうにご覧になっていれば心配は無用です。もちろん、「なんとなくテレビを見ているだけ」の状態にならないよう、好みの番組に変えるなど、少しでもテレビの時間が楽しめるように工夫することは大事です。

今月の 目からウロコ!

「介助」と「コミュニケーション」は両立すべきものです

よく、「食事や入浴などの介助をし、たくさん会話もしたい」という介護スタッフがいますが、そもそも「介助」と「コミュニケーション」は別々ではありません。利用者と関わる場合には、介助中も暖かい会話を心がけるべきなのです。



高橋先生の経験談から

こんな実例がありました

介護施設では、どうしても利用者にテレビを見て過ごしていただく時間も出てきてしまうでしょう。ただ、そんな時は、テレビを見るなかで、利用者の「喜ぶこと」を推察し、プラスアルファをすればよいと思います。以前、「水戸黄門」がとてもお好きな認知症の利用者に対した時には、慣れ親しんでいた初代・水戸黄門、東野英治郎主演のDVDを借りてきてお見せしたら、とても喜んでくださいました。また、大相撲の昔の名勝負のDVDを流した時には、「この力士は強くて、すごく人気があったよね」など、フロアの皆さんのお話がとても盛り上がったこともあります。

取材・文/山辺健史(介護ライター) イラスト/山口まく