

DO YOUR BEST

NO. 202

介護福祉士



2020.3発行

一般社団法人
福島県介護福祉士会
文責 小山田 米子

『令和2年度 福島県介護福祉士会 定期総会の開催について』

新型コロナウイルスの感染症対策のため、同封した定期総会の内容を変更し開催します。会員の皆様の健康と安全を最優先に考えました結果です。

皆様のご理解を宜しくお願い申し上げます。

**返信用のハガキ必ず投函して下さい。
欠席の方も委任状提出して下さい。**



「介護の仕事はカッコいい」をクリエイティブの力で表現 介護の魅力発信
「KAIGO PRIDE」プロジェクトを始動

介護を必要としている人々が心地よく暮らすため、なにができるのか。
誰よりもパワフル。誰よりもクリエイティブ。誰よりも理解してくれて、誰よりも寄り添ってくれる。
誰よりも強い心を持ち、誰よりも優しい心を持つ人。それが介護職。

KAIGO PRIDE

https://www.iots.jp/kaigo_pride/

で検索できます!!



一般社団法人 福島県介護福祉士会

〒963-0108 福島県郡山市笹川一丁目184-29 クレストハイツ184 102号室
FAX 024-943-1848 E-Mail jaccw_fukushima@ybb.ne.jp
ホームページ <http://www7b.ne.jp/~jaccw-fukushima/>

各方部からのお知らせ



「介護福祉士会勉強会「介護職における倫理について」の感想」

県南方部 鈴木 崇大

冒頭に、「介護福祉士の職業倫理については皆さん何度も聞いていて、また倫理の話と思う方もいるかもしれませんが」とおっしゃっておいりました。しかし、いざ講義を受けると、分かったつもりになって何となく仕事をしてしまっている事を感じました。事例を踏まえた話で、ある訪問先によかれと思ってお裾分けをすること、これも職業倫理に違反してしまうという話がありました。聞いた時は率直に「あっそれダメなんだ」と思ってしまいました。コンプライアンスの面については、意識していなかったというより、単に自分の知識不足を痛感いたしました。モラルの面に関しましても、自分は利用者様の価値観を尊重した「つもり」になってしまっているのではと、ハッとさせられました。今回の講義を受け、改めて自分の知識不足や客観的判断ができていない事を反省させられました。職業倫理は、1回聞いたから、勉強したから良いという物ではなく、常に勉強の必要があるテーマだと考えさせられました。

「メンタルヘルス研修 ストレスをためない方法」

県北方部 丹野 亜紀子

福島県介護福祉士会県北方部として、2月13日に福島市保健福祉センターにて研修会を行いました。講師に福島産業保健総合支援センター佐藤美恵様をお迎えし「メンタルヘルス研修 ストレスをためない方法」というテーマでの研修会を開催しました。

初めに、ストレスとは何か、を知りました。ストレスが全て「悪」ではなく、適度なストレスが大事であること、ただし、高すぎるストレスは不調を招く。ということで、ストレスを上手に対処する方法についてお聞きしました。また、自分の性格を知ってストレスに対処できるよう、自分の考え方のクセをセルフチェックしました。セルフケアでは、おもいきり笑う事や仕事と離れた趣味をもつこともストレスケアのひとつだと分かり、実際にすぐに取り組むことができるものだと思います。

ストレスをためない上手なコミュニケーション技術のひとつに「アサーション」という方法があり、実際に事例を元にグループワークをしてみると、自分の考え方のクセも含め、考えながら話すことの難しさを感じました。コミュニケーション技術や自分のクセについて知る事など、ストレスケアの技術について知ることができ、今から出来る事も多いと感じました。できるところから実践しながら、適度なストレスレベルで仕事にプライベートに過ごせるようにしていきたいと感じました。今後も学びの多い研修を企画していきます

【アロマハンドマッサージを活用した認知症ケアの研修会に参加して】

いわき方部 和田 広美

香りを活用し直接ふれ合う事で心穏やかになりとても癒されました。

また、香りにも色々な効能ある事を学びました。認知症のケアにアロマやマッサージを取り入れてみたいと感じました。

【心も身体もポッカポッカ】

県中方部 佐久間 良子

令和2年2月22日に県中方部のお料理教室が開催されました。講師は、栄養士の織田由美子先生と藤沼祥子先生です。織田先生による栄養サミット2020についての講義の後、藤沼先生と調理開始です。メニューは「玉子あんかけご飯」「ポエム菜のおかか和え」「酒粕の和風種シチュー」「干し柿のクリームチーズ巻き」の4品です。塩分は控えめでしたが、生姜やおかか、お出汁が効いていて、しっかりと味が付いているように感じました。生姜や酒粕の効果で身体もポカポカ。干し柿もクリームチーズとシナモンが入ることで洋風なデザートに早変わり。とても美味しくて楽しい時間となりました。

県中方部では、毎年お料理教室を開催していますので、ぜひ皆さん参加してください。



2020年1月25日にイベント【デトックスカフェ】を開催しました。

介護に携わる人たちの癒しと交流の場を作りたい！！

そして、今は介護の仕事から離れているけどもう一度やってみたい！！って方の相談の場を作りたい！！との思いからのイベント。

朝から、会の活動に携わってくれている会員（役員）の方々からとタイヨーカフェの目黒さんのご指導のもと当日のメニューを作りました。

目黒さんからの材料一つ一つの良さと使用する調味料の良さ、調理の工夫などをお話いただきながら作らせていただきました。

11時30分になり、イベントスタート！！

目黒さんより、タイヨーカフェさんで出している**玄米正食**についてのお話と今日のメニューの説明をいただき、コース料理みたいに一品ずつメニューが運ばれ、そこでまた説明をいただいてから頂きました。

味はもちろん、食材の良さと健康の効果をお話いただきながら頂きました。どれもこれも美味しくて、身体のためになるものばかり！！心も体も満たされました。

2019年11月23日と2020年1月25日のタイヨーカフェさんでのイベント。今年度はこれで終わりになりますが、また来年度も開催したいと思っています。その際は、是非一緒にココロも身体も満たされましょう。



心を癒す草木

那須山のご紹介です。

写真は2月始め那須山です。山には雪が積りましたが、今年は例年になく雪が少ないのが現状です。この日は夜勤明けで帰宅する際に立ち止まり撮影しました。快晴でありました。とても清々しい気持ちになり、このまま、寝ないでどこかにお出掛けしたい気持ちにもなりましたが、さすがに眠気には勝てなかったです。この景色を見ると、心も落ち着き、ストレスも和らぎます。

今、世間では、コロナウイルス感染症で大変な現象になっております。皆さまお身体には充分気をつけてお仕事頑張ってください。



編集後記

中国を発端として新型コロナウイルス感染症が30程の国や地域へ広がりを見せています。日本国内を見ても毎日感染者数が増えている状況は、まだ県内では感染者が確認されていないとは言え、不安を感じずにはられません。政府から国民に向けてのメッセージが出されましたが、感染しない・感染を広げないために介護の専門職として、手洗い、咳エチケットの励行を厳守し、少しでも早く終息を迎えたいと願うばかりです。

今年度初めから個人的にいろいろなことがあり、周囲の方々に助けられ、支えられた1年でした。皆様に感謝の気持ちで一杯です。次年度は少しでも恩返しができるよう努めたいと思います。



令和2年2月14日（金）郡山市中央公民館にて、介護福祉士会会長の石本淳也会長が熊本からおいでになり講演をして下さいました。講演の内容は、【介護福祉士に求められる像～制度動向から考える～】という内容でした。超高齢化社会と少子化が進んでいる日本での、今後の介護の在り方について世界中が注目している中、石本会長が国に現場の声をあげて下さったり、介護福祉士の重要性やステータスのあり方について一生懸命活動されていらっしゃるということが分かりました。私達も、介護福祉士として日々自己研鑽していく事の大切さ、情報や時代の流れをアップデートしながら主体的に活動し、介護福祉士のステータスをあげていかなければならないと話されていました。また処遇改善手当は、国民や利用者様から頂いた大切な税金や利用料金からいただいたものであり、それを国民に還元していけるよう努力して行かなければ

ならないと思います。

シンポジウムでは、【養成校・施設・事業所との連携を図り介護の質を高める】という内容で行われました。外国人が養成校にいる現状や課題や、職員の質を高める活動や離職率を下げる活動など、各事業所で努力している活動が報告されました。

午後は、松本喜一先生による講演、【気づきと意欲を引き出すスーパービジョン～

コーチングとティーチング技法】がありました。この二つの技法は、経験や理解度によって使い分ける必要があるという事を再認識する事ができました。コーチングの技法の最大の特徴は、指導している職員に自ら考えてもらい気づきを与え、自ら答えを出してもらうよう導き出すということです。

皆さん、現在の日本の介護福祉士の動向を学んでいますか？情報をアップデートしたり、職員への指導方法など勉強したりしていますか？私はこの研修に参加し、改めて努力する事の大切さを学ぶ事ができました。

そして、介護福祉士の会員を増やすことにより、現場の声を更に国に上げていく必要性があり、介護福祉士の存在価値を確立させなければならないと思います。



特別養護老人ホーム寿恵園 菅原 俊博氏



特別養護老人ホームカーサ・ミッシェ 佐藤 彩氏



特別養護老人ホームうねめの里はるひめ



達 乃介氏

老人保健施設にじのまち 大河内 愛子氏



介護老人保健施設ケアフォーラムあづま 寺田 亮氏



国際医療看護福祉大学 介護福祉学科 千葉 智子氏



郡山健康科学専門学校 介護福祉学科 窪木 守氏



東日本国際大学 金成 明美氏

