

第17回通常総会終了しました

去る5月14日、第17回通常総会が行われました。

(第1号議案) 2022年度活動では

<訪問実績> 延べ人数 2022年度 4月~3月まで

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
総数	336	347	385	351	396	364	375	369	358	340	306	384	4311
介護	122	120	139	130	146	126	136	141	128	113	107	132	1540

29年度 2658人、30年度 3428人、令和1年 4119人、令和2年 4283、令和3年 4576

訪問看護事業→・昨年に比べ利用実績は減少

・現在常勤4名だが、6月で1名が退職し3名になる

<訪問活動> 3月末

現在の利用者状況の総数は52名 呼吸器使用8名、吸引器使用者は13名、HOTは3名、胃ろうは11名、尿管留置カテーテル2名であり、医療依存度の高い利用者は変わらず多い。認知症の一人暮らしや高齢の二人暮らしの依頼は増えている。4月から7月は昨年より全体に実績が減っている。

<雇用状況> 3月末

- ・現在常勤は4名。
- ・非常勤の看護師は現在5名。
- ・作業療法士(非常勤)現在は1名。臨時で勤務。
- ・事務職員(非常勤)1名。 全職員は11名。

<事業成果と年次度に向けて>

1) 研修事業

- ・出前コンサートは現在休止中。どのようにしたらできるか検討していく。
- ・ヘルパーへの吸引指導・胃ろう指導の依頼が多い。ヘルパーの変更もあり、今後も続くと思われる。
- ・当法人の「ほっと介護教室」では、職員の希望も踏まえた計画にしたがコロナウイルス感染拡大のためできなかった。介護教室のキネステ・マッサージも好評であるため今後もできる方法などを検討して計画していく。

2) 訪問看護事業

① 災害時の対応

カンファレンスで災害時の対策を話し合い、担当者(湯原)を決めて整理した。年に2回6月と12月見直しを行なうことにした。

② 新型コロナウイルスの対策

- ・出勤する職員全員に毎日体温測定をしてもらい、表に書き込んでもらうと共に、感染拡大にともなって直行直帰なども含め対応した。2022年7月~2023年3月までは抗原検査を週に2回行い感染予防に努めた。
- ・マスクや手袋着用を義務化し感染対策に努めた。ガウンは必要時のみ着用。スタッフの家族が濃厚接触者になった場合は年休を使って休んでもらった。安心して休めるように訪問は2人体制とした。

③ 人材不足と育成について

- ・ 人員に余裕ができ、同行訪問など適宜行った。2 年目以降のスタッフの研修を充実させて、長く続けられる体制ができるようになっていきたい。研修の参加がしやすい状況ができてきて今後も研修は計画していく。今年も研修はオンライン研修が多くなっていることで参加できるスタッフが増えた。
- ・ 今年も充分できたとはいえないが人材育成の検討、業務上の役割分担、学会発表や研修への参加など、興味のあることなどを学習ができる機会を作り、やりがいを持てるように働きかける。
- ・ 昨年度も対応に苦慮した利用者がいた。苦慮していることについてはカンファレンスなどである程度、共有化はできているが不十分さを感じる。職員の気持ちへの理解や、患者様の内面的な問題などを深めるまでに至っていない。次年度は事例検討の仕方などを学び深めていきたい。
- ・ OT との連携により利用者の生活の質を向上できている。

④ 経営状況について

7 月、12 月の賞与と 3 月の期末手当は常勤に渡せた。非常勤に今年度も 12 月に賞与を出せた。3 月は手当金を出した。

⑤ 訪問看護の質の向上

- ・ 研修の結果報告会や事例検討会を計画的に開催
研修に参加した場合は学びの共有をしていきたい。難しい利用者が多いため、悩んでいる事例は検討会などを開催して共有して一緒に考える機会にしたい。
- ・ 研修会への参加
年数が経過した場合のやりがいなどを考えた研修に参加してもらおう。

⑥ コミュニケーション

昨年も全スタッフに面接事前シートを書いてもらい面接した。今年は 1 月に行った。スタッフとのコミュニケーションにもなるため、今後も継続していく。

⑦ 広報活動

HP について、ブログは結構読まれている。このことで法人・ステーションの理解につながり PR ができている。全員で分担して書くことになっているが滞っている傾向がある。今後早めにブログが書けるように調整していく。昨年はできなかったが今年度こそは当ステーションで行っている看護の紹介や今のトピックスなども紹介できるように考えたい。

(第 2 号議案) 2022 年度決算報告 (収支計画書・貸借対照表)

資料…収支決算書、貸借対照表参照

(第 3 号議案) 2023 年度活動案報告 (事業計画書)

- ・ 研修係を追加し、利用者マニュアル担当も担当者新たにす。
- ・ アクシデントインシデントを記録して共有していった方がよい。

(第 4 号議案) 2023 年度 収支予算書

☆昨年度より会費は 1000 円とする。

(その他) 今後の法人の方向性について

NPO としての活動は十分にできていず、会員も増やせていない。また、NPO の書類が毎年大変とのことで株式会社とか合同会社がいいのではないかという意見がでた。今後改善すべき点を考えてどのような形式がよいのか今年度検討することになった

出前コンサートならぬ出前南京玉すだれ

投稿者 殿岡

法人では開設以来の活動としてケアをされる人もする人も癒されようとコンサートなどに出かけられない方に音楽家などが自宅に訪問し生演奏を行い楽しんでもらっていました。新型コロナの流行に伴いできませんでした

今年、行動の制限緩和とともに、Tさんが花見外出を行うために外出練習を行っていることを聞きました。久しぶりの外出に花を添えられれば… 以前、訪問看護の際に枕元で演技をして奥様共々に笑い合っていたことを思い出し、「さくら咲く青空の下でできればいいな…」とご家族に相談。快く了解していただき、南京玉すだれのメンバーも快諾でした。



その日(4月6日)は朝方の雨は止み、少し風は強めでしたが予定通り行うことができました。

Tさんも目を開き見ておられました。ご家族からは「本人、わかってますよ」と言ってもらい、私も久しぶりのTさんの目力の返事を感じました。

玉すだれ昔話では浦島太郎、弁慶と牛若丸、金太郎などの歌を歌ってもらいました。

奥様には小太鼓を叩いてもらいました。初め「だめだわー」などと遠慮がちでしたが中盤以降はリズムにのり、調子よくたたいておられました。

心から笑っていただいていることがわかり、「なんて素敵な笑顔!」とびっくりしました。

息子さんがTさんの元気な頃の写真を見せてくださいました。シュツとしたハンサムボーイ、仕事頑張っている頃ですね。

私たちケアするものは利用者様の病気が進行し、悩みぬかれている状態でお会いしています。元気なとき、お仕事を頑張っていたときの姿を見せていただくことも必要かと感じました。できたら壁に一番いいと思っている写真など貼ってもらったらいいなと思いました (私、どれにしようかな…) スミマセン

玉すだれメンバーは元気な後期高齢者です。感想は・みんな楽しく心にのこる出前南京玉すだれでした。素敵なお家族で胸があつくなりました。このような重い状態で在宅療養していること、介護する方がこんなにいることに驚いていました。

後日、息子様より感謝のことばをいただくとともに、T様のバイタルの変化がなかったことに安心されていました。

私もすべてこのことがうまくいきますようにとドキドキでしたのでそれを聞きほっとしました。

息子様には場所のことなど配慮していただきありがとうございました。

※写真での顔出しについては、許可をいただけない方にはスタンプで隠しました。

食生活を改善して、腸内環境を整えよう

サワイ健康推進課 (sawai.co.jp) より抜粋 <https://kenko.sawai.co.jp/theme/202305.html>

自分の「腸年齢」をチェックしてみよう 当てはまるものにチェックしてください

【パート1】

【パート2】

- 豆腐や厚揚げが好きで良く食べる
- 塩分を制限している※1
- 玄米、麦など全粒穀物を3食に1度は食べる
- 朝食後に便が出ることが多い
- 見た目が若いといわれる
- 発酵食品が好き
- スープよりみそ汁が好みである
- 田舎、地方の出身である
- 週に3日以上運動している※2
- 深夜0時までには就寝している

- 朝食を摂らない日が週に4日以上ある
- 外食が週に4日以上ある
- 市販のドリンク（お茶、無糖コーヒーを除く）をよく飲む
- アルコールを週に4日以上飲む
- 野菜不足だと思う
- 牛・豚・羊など肉類が好き
- 便秘である
- いきまないと便が出ないことが多い
- コロコロした便のことが多い
- おなら・便がくさい、またはくさいといわれる
- 平日でも、休日でも運動不足である
- タバコを吸う
- ストレスを感じている
- 寝不足である
- 肌荒れや吹き出物で悩んでいる
- 胃酸分泌抑制薬を服用している
- 治療で抗菌薬を服用している（または年に1回以上服用することがある）
- コンビニエンスストアをよく利用する
- 仕事、買い物には車で出掛ける



腸年齢の計算方法

腸年齢＝

実年齢－パート1の合計数＋パート2の合計数

例)40歳の人でパート1が5個

パート2が7個当てはまった場合は

$40-5+7=$ 腸年齢42歳

腸内環境を整える食生活のポイントとは

自分の食生活を改善するポイントとして、見直したいのが冒頭のチェック項目です。特に【パート 2】の食に関する項目に該当した場合は、その点をまず改善するようにしましょう。

また、【パート1】の食に関する項目を心掛けたり、積極的に実践したりするのもよいでしょう。

- ✓ 豆腐、厚揚げなどの大豆製品を摂取する
- ✓ 塩分を制限する
- ✓ 玄米、麦など全粒穀物を3食に1度は食べる
- ✓ 発酵食品を摂る