



ひまわり新聞

介護老人保健施設 ハートランド・ぐらんぱぐらんま広報企画班
〒192-0152 八王子市美山町 1074 TEL 042 (652) 2155

No. 34

発行責任者
平川博之

いち早く「介護プロフェッショナル・キャリア段位制度」を導入しました

キャリア段位制度とは、これまで「見える」化することが難しかった介護職員の「介護技術」を公式な評価基準を用いて、実際に介護している姿を観察して評価するという画期的なものです。評価の段階は初任者の「1」から最高位の「7」まであります。誰でも評価できるわけではなく、一定の研修を受け、試験に合格した者だけが評価者（アセッサー）になれます。ぐらんぱぐらんまには、既に 3 人のアセッサーがいます。間もなくアセッサーの厳しい評価をクリアできた介護のプロフェッショナル「有段者」が生まれます。柔道場の壁に有段者の名前が並べられた木札を目にすることがありますが、これからは介護施設にも介護の「有段者」の木札が並ぶことになるかもしれませんね。利用される方にとっては、施設を選ぶ際の目安になるでしょうし、介護職員にとっても自らの職務に対する誇りと責任を自覚することになると思います。これからもケアの質を向上するため全職員で努力してまいります。

ハートランド・ぐらんぱぐらんまキャリア段位制度アセッサー

村山雄一・雑賀俊裕・堀澤博樹



分野共通の考え方

介護プロフェッショナル

レベル	分野共通の考え方	介護プロフェッショナル
レベル 7	その分野を代表するトップ・プロフェッショナルの段階	
レベル 6		<ul style="list-style-type: none"> ○多様な生活障害をもつ利用者に質の高い介護を実践 ○介護技術の指導や職種間連携のキーパーソンとなり、チームケアの質を改善
レベル 5	プロスキルに加えて、特定の専門分野・業種における更に高度な専門性を持つ、あるいは、その人の独自の方法が顧客等から認知・評価される段階	
レベル 4	一人前の仕事ができることに加え、チーム内でリーダーシップを発揮することができる段階	<ul style="list-style-type: none"> ○チーム内でのリーダーシップ (例：サービス提供責任者、主任等) ○部下に対する指示・指導 ○本レベル以上が「アセッサー」になれる
レベル 3	指示等がなくとも、一人前の仕事ができる段階	<ul style="list-style-type: none"> ○利用者の状態像に応じた介護や他職種の連携等を行うための幅広い領域の知識・技術を習得し、的確な介護を実践
レベル 2	一定の指示のもとに、ある程度の仕事ができる段階	<ul style="list-style-type: none"> ○一定の範囲で、利用者ニーズや、状況の変化を把握・判断し、それに応じた介護を実践 ○基本的な知識・技術を活用し、決められた手順等に従って、基本的な介護を実践
レベル 1	エントリーレベル 職業準備教育を受けた段階	<ul style="list-style-type: none"> ○初任者研修により、在宅・施設で働く上で必要となる基本的な知識・技術を修得

当施設では、安眠と健康のため、できる限りご利用者一人ひとりに適したマットレスを提供できるよう努力しています。

【ご利用者に適したマットレスってどう判断しているの?】



褥瘡(床ずれ)の危険度を測る OH スケールを参考にしています!

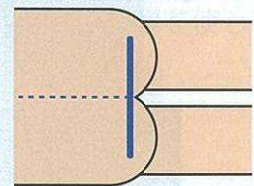
簡単にできるので、「床ずれの心配があるけれど、どんなマットレスを使ったらいいの?」とお悩みの際は、ぜひ参考にしてみてください。

※以下は簡単な表現にしてあります。

OH スケール				評価の仕方	点数
1	ベッド上で寝返りしたり、自力で動けますか?	できる 0点	どちらでもない 1.5点	できない 3点	完全に「できる」、完全に「できない」以外は「どちらでもない」 点
2	お尻の骨(仙骨)の飛び出し具合は?	なし 0点	軽度・中程度 1.5点	高度 3点	判定器を使用して仙骨部を測定→下図を参照 点
3	むくみ(浮腫)	なし 0点	あり 3点		指で5秒押し、指を離してもへこみが消えなければ「あり」 点
4	固く、動きが悪くなっている関節はありますか?	なし 0点	あり 1点		全身の関節の中で1か所でもあれば、「あり」と評価 点
合計				点/10点	

【お尻の骨の飛び出し具合の見方】

ややうつぶせに傾いた横向き姿勢で、骨突出判定器を背骨に直交するように持ち、判定器の真ん中をお尻の骨(仙骨)の突出した中央部に当てて判定します。



A 判定器の水平な方を用いる

正常→中央部に凹みがある



空間あり

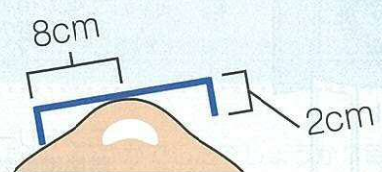
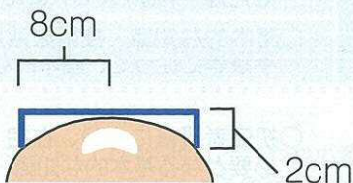
軽度→ほぼ平ら



B 判定器の脚のある方を用いる

中等度→ベンチ状態で判定器の脚は浮かない

高度→シーソー状態で判定器の脚が浮く



【OH スケールの合計点数とマットレスの目安】

合計点数	危険度	マットレスの目安
0 点	床ずれになりにくい	普通の布団、ベッドマットレス
1 ~ 3 点	少し床ずれになりやすい	厚さ 10cm 未満の体圧分散マットレス
4 ~ 6 点	床ずれになりやすい	厚さ 10cm 以上の高機能体圧分散マットレス
7 ~ 10 点	かなり床ずれになりやすい	コンピューター制御エアマットレス (コンピューターにより、マットレス内の空気圧を適切に調整してくれるもの)

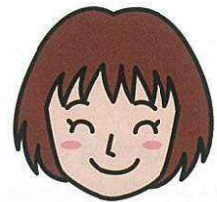
※体圧分散マットレスとは？

からだの骨が出張っているところ等、局所的にかかる圧を全体に分散して和らげてくれる機能のあるものです。

また、マットレスには様々な種類がありますので、床ずれの危険度だけでなく、ご利用者一人ひとりの状態にあわせて、選択をしています。

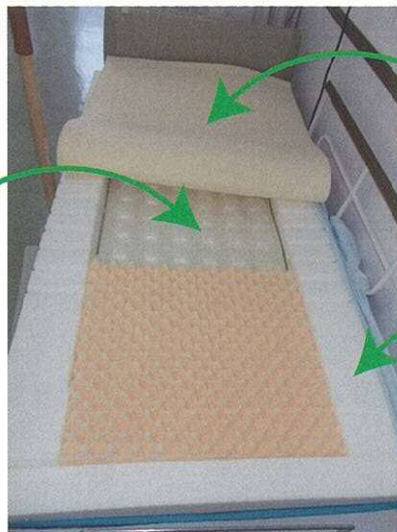
例えば… (これはほんの一例ですが)

- ・かなり床ずれになりやすい (OH スケール 7 ~ 10 点)
- ・ふわふわしたベッドは慣れていないので、眠りにくい
- ・ベッドサイドで座ったり、ベッドから車いすへ乗り移ったりするリハビリを進めたい



このような方には、このマットレス!!

腰からお尻のあたりは床ずれになりやすい場所ですが、エアマットになっているので、一点にかかる圧を和らげてくれる効果がとても高いです。



上に薄いウレタンのマットレスが敷かれているため、エアマット (空気のマットレス) で感じるようなふわふわした感じがせず、からだも沈み込みません。

ふちはウレタンなので、ベッドサイドに座ってもふわふわせず、安定感があります。そのため、エアマットに比べ、座りやすく、介助もしやすくなっています。

これらを参考にして『ご自宅でも使用してみたい』など疑問や質問などがありましたらリハビリスタッフまでお声をかけて下さい。また、担当ケアマネへご相談下さい。



リハビリテーション科 岡本望

当施設ではご利用者の在宅復帰を応援しています！



施設に入所中のおばあちゃんをお家に帰らせてあげたいけど、日中の生活が心配だわ…



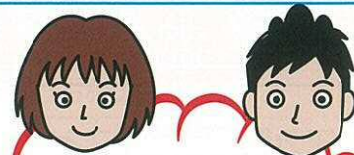
ご自宅に戻られた後は、筋力を落とさないためにも、通所リハビリや短期入所のご利用をおすすめします。



施設を退所しても、介護に疲れてしまわないか心配で…



介護で疲れた時は、短期入所をご利用下さい。また、再入所もできます。



私達相談員が、少しでも安心してご自宅に戻っていただけるよう、お手伝いしていきます！



夏の暑い時期や冬の寒い時期、おじいちゃんが自宅に一人でいるのは心配で…



そんな時は、過ごしやすい時期になるまでご入所をおすすめします。施設の中は一定の温度に保たれているので安心です。合わせてリハビリも集中して行えます。

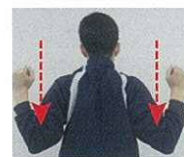
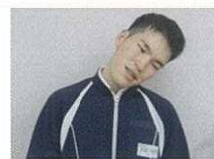


支援相談課 武井純一

【簡単リハビリ!! ～肩の体操～】

これらの運動は硬くなった肩甲骨を動きやすくするものです。肩甲骨の動きが良くなることで、肩が上がりやすくなり肩こりの解消にもなるので、お食事前や寝る前など少しの時間を使って是非行ってみてください。

1. 正面を向いたまま左耳を肩に近づけるように首を傾げる。
30秒その姿勢を保持しましょう。右も同様に行ないます。
2. 頭を左に倒し、鼻を肩に近づけるように寄せる。
30秒その姿勢を保持しましょう。右も同様に行ないます。
3. ①両腕を挙げ、
②肩を下に引き下げるよう両腕を下ろす。
この運動を10回～20回行います。



①

②

編集後記

介護段位制度からマットレスの特性など、やや難しい内容となってしまいましたが、いかがでしたでしょうか？毎号、皆様にお役立ち情報をお届けできるよう勉強して参ります。

㊦