

あやとり

あやとりは、介護認定者と介護サービス相談室を結ぶ機関紙です。

第 83 号

発行;那須塩原市

介護サービス相談機関

「介護サービス相談室」

発行日:2026 年 8 月 25 日



介護サービス相談室に関するお知らせ

いつもご愛読ありがとうございます。今回は皆様にご知らせがございます。

【相談室の受付時間変更について】

那須塩原市役所の開庁時間の変更されたことに伴い、当相談室の受付時間も市役所にならない、令和8年4月1日より午前9時から午後4時までに変更となりました。ご不便をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。介護についてのお悩みや苦情など引き続きお気軽にご相談ください。

【バックナンバーのご案内】

市ホームページにて、過去に発刊した「あやとり」の公開をしております。過去の紙面を読めるほか、色塗りを楽しめる表紙の閲覧が可能です。欄内に印字してあるQRコードをスマートフォンなどで読み取っていただくと専用ページに繋がります。過去の役立つ情報やイラストを、この機会にぜひご覧になってみてくださいね。

那須塩原市高齢福祉課

市ホームページ



介護サービス相談員の活動から



市内の施設と皆様のお宅にも訪問して、利用者の皆様やご家族、職員からもご意見をお伺いしております。介護サービス相談員の感じた事も交えてご紹介いたします。

利用者の方々の声

○ リハビリは長く続けるのが重要なので「焦らず、諦めず」がモットーです。
(デイケア)

○ 泊り、デイ、ヘルパーの3つのサービスが利用出来て24時間対応や通院介助などが受けられ、何事も相談出来るので、この施設を選びました。
(小規模多機能)

○ 杖も良いけど押し車の方が安心で楽だ。自分で動くと言う前向きな気持ちになる。
(デイサービス)

施設での取り組み



○ 施設にある苦情窓口の情報公開は、どの様な苦情があり、改善したかを掲示しています。「家族からの苦情は職員の気付きにもなり有難いです」と職員の言葉がありました。
(グループホーム)

○ 集団での体操後は個人リハビリ。療法士は車椅子の利用者と対面で話を聞きながら、足の施術をしていました。歩行練習も個別対応。やり終えた利用者の表情には達成感が見られました。
(デイケア)

職員の方々の声

○ 定期的に図書館から本を借りていますが、汚れや紛失などの記録が必要なので利用する人が少なくなりました。
(特定)

○ 月に1回、入居者の皆さんからの声を伺っています。「外出や買い物に出掛けたい」が多いですが、感染予防対策の為、今も定期的に移動販売車が来て買い物をして頂くか、職員が買い物代行をしています。
(特定)

介護相談員が感じたこと



○ 体操は動画を観ながらですが「間違っても大丈夫、楽しくやりましょう」の職員の声に皆さんホッとした様子。「楽しくリハビリできるのが良い、ノーストレス」の声もあり真剣に取り組んでいました。
(入所)

○ 昼食前はうがい、食後は歯磨きなどに取り組んでいて、皆さんが口腔ケアの大切さを認識していました。
(デイサービス)

○ 温かいご飯を自分の好きな量を、自分でよそって食べて頂く自立支援の取り組みを始めた施設。利用者さんの笑顔が増えています。
(デイサービス)

福祉用具で快適な暮らしを！

日常生活の自立を助ける福祉用具が借りられます。利用者はレンタル費用の利用者負担の割合分(1割・2割・3割)を負担します。

対象となる福祉用具 ◆印の一部は利用者の選択により購入も可	要支援 1・2 要介護 1	要介護 2・3	要介護 4・5
手摺り(工事をとまなわないもの)	○	○	○
スロープ(工事をとまなわないもの) ◆			
歩行器 ◆			
歩行補助つえ ◆			
車いす(車いす付属品を含む)	×	○	○
特殊寝台(特殊寝台付属品を含む)			
床ずれ防止用具			
体位交換機			
認知症徘徊感知機器			
移動用リフト(つり具の部分を除く)			
自動排泄処理装置	△	△	○

○
利用できます

△
尿のみを吸引
するものは利
用できます

×

原則として利
用できません

- 機能や価格帯の異なるいくつかの商品が事業者から提示されます。事業者によって用具の機種や費用は異なります。
 - 商品ごとに全国平均貸与価格が公表され、上限額が設定されています。
 - ◆印の福祉用具のうち、固定用ロープ、歩行器(歩行車を除く)、単点杖(松葉杖を除く)と多点杖は、利用方法(借りる、または購入する)を選択できます。福祉用具専門相談員やケアマネジャーの提案を受けて、良く検討して決めましょう。
- 購入を選択した場合は、特定福祉用具販売での利用になります。
(利用不可であっても例外給付に該当する場合がありますので、ケアマネジャーにご相談下さい。)

【利用者さんの体験談】

車椅子とベッドを借りて自宅で暮らしています。3ヶ月に一度は事業所で点検に来てくれます。車椅子の空気圧やブレーキを点検してくれるので、安心して暮らせています。



福祉用具貸与、販売事業者には福祉用具専門相談員がいます。利用者さんの心身の状況などをもとに「福祉用具サービス計画書」を作成します。

お試し利用や交換、修理の相談は担当ケアマネジャーさんや福祉用具専門相談員に気軽に相談しましょう。

※利用開始後も定期的に利用者宅を訪問し、福祉用具の点検や使用状況の確認を行います。

高齢者の食事の工夫

こんな心配ありませんか？

- ・食欲がない。
- ・食が細くなってきた。
- ・お腹は一杯だけど栄養は足りているかな？

【訪問先で伺った利用者さんの食事の色々な工夫】

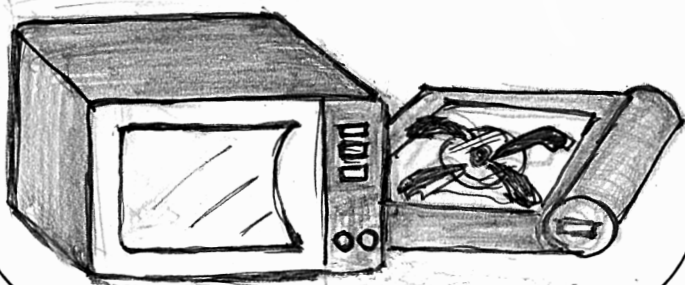
※ ひとつでも参考になれば嬉しいです。



調理器具の工夫



- ①台所に長時間立って居られなくなった
卓上コンロをテーブルに置いて、座って料理します。
- ②大きな鍋は、重くて扱えなくなった
20cmフライパンを使用して、焼き物、炒め物、味噌汁など何でもできます。
- ③電子レンジ調理のレシピを覚えた
安全のため火を使わない調理に慣れておこうと思った。



スープは命の源

食欲がない、身体が弱っている時の栄養補給

- ①フリーズドライ味噌汁、コーンスープ、ポタージュスープ
- ②野菜、肉、魚、海藻、豆、などを煮てミキサーを利用してスープに。のど越しよく食べられます。

献立の工夫

- ①缶詰・市販の惣菜の利用
市販のお惣菜を利用して別の献立に（ひじきの煮物はご飯に混ぜて簡単混ぜご飯）
- ②具たくさん味噌汁は栄養満点
汁物に野菜を色々入れ、豆腐や卵も入れてたんぱく質の摂取。
- ③チョイ足し
冷ややっこもボリュームのあるおかずに。モズク、納豆、野菜、シラス、カニカマ、チキンなど冷蔵庫にある物を足して。
- ④水分の補給が難しい時ゼリー状の物を使用。液体より飲みやすい時があります。
- ⑤アイスクリームで栄養補給
- ⑥少な目に盛り付け
見た目は大切。少しずつ食べる。
- ⑦レトルト食品の利用
お湯やレンジで温めて食べられて、手軽です。



ご家族の介護体験談

父が亡くなり、要介護4の認知症の母を家族でしっかり看なくてはと決心したものの理解力の低下や勝手な行動、尿失禁も増える。先の見えない介護に苛立ち、好きでなった認知症でないのは分かっている、つい言葉がきつくなってしまう事もあります。

デイサービスの回数を増やし月2回のショートステイの利用。福祉用具のレンタルなど、様々な介護サービスを利用しています。

家族の一人だけに負担が掛からないように、夫が「家の中では、できる人ができる事をする」と決めてくれたので仕事も外出もできています。様々な支援を受けながら「頑張らない」「無理をしない」。それが認知症の介護の一番の秘訣だと思います。

【認知症介護で学んだこと】

- ◇ 一人で頑張らない
- ◇ 抱え込まない
- ◇ 弱音を吐く
- ◇ 息抜きをする
- ◇ 他と比べない



母の介護中、体調を崩した私に代わって息子が世話をしてくれました。接し方次第で、穏やかになった母を見て、自分が介護していた時は「認知症の母を看てやっている」という気持ちがあったかもしれないと気付く事ができました。

新人紹介

菊池久美

皆様がいつも笑顔で過ごせますよう微力ではありますが、お役に立てればと思っております。宜しくお願いします。



大蔵智子

皆様に寄り添える介護サービス相談員になれるよう、勉強させて頂いております。どうぞ宜しくお願いします

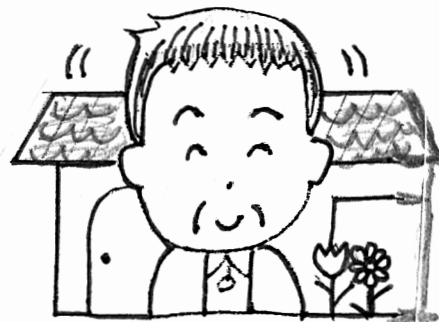


利用者さんの声



皆様からのお聞きした様々なご意見やご要望をご紹介します

一人暮らしでは退院後も、毎日の買い物・食事・洗濯すべて自分でやるしかないと考えていたが、入院をきっかけに施設に入れて本当に良かった。



緊急通報装置の申請対象者は緊急時に連絡の取れる近隣に住む協力員が2～3人いれば、固定電話は無くとも無料で設置出来ると聞きました。安心できる良いサービスですね。

令和8年4月の交付から、タクシー券の枚数が減りバスの利用券とセットになっていました。バスには押し車で乗れるのかな。



紙おむつ給付サービスを受けると市のごみ袋が給付されるのでありがたいです。濡れたオムツは重たいので、ごみステーションまで運ぶのは大変です。サイズを選べると助かります。

医師に何を訴えても「年のせいでしょう」と言われる。痛くても年だからただ我慢しなければいけないならもう生きる希望がもてない。



ある日の訪問から



術後に医師から「寝たきりの状態で歩く事はできない」と説明があり、介護認定結果は要介護4。医師からは施設入所を勧められましたが、息子が「家に連れて帰ります」と言ってくれました。

自宅では息子と2人暮らしなので、排泄は重要、「トイレに行く」「立つ事」「ズボンの上げ下ろし」を一人でできるようにする目標ができ、厳しいリハビリにも耐える覚悟で望みました。

医師の指導は厳しく痛さも半端ではなかったが、頑張った甲斐がありました。今では感謝しています。

退院後はデイケアに通い、機械浴は卒業し一般浴に、車椅子も卒業して歩行器で歩いています。現在は要介護2になりました。

夜中にトイレに行くと息子が心配して起きるので、夜だけ紙パンツを使う事に決めました。息子の「家に連れて帰る」の一言がなかったら、こんなに元気ではいられませんでした。

「諦めなければ願いは叶う」と皆さんに伝えたい。

(利用者さん)

介護中の親が痛みで食事も摂れなくなり「生きていてもしょうがない。死にたい」など弱音を吐くようになりました。

痛みは代わってあげられないが、せめて弱音を吐き出してもらい、気持ちだけでも楽になつてもらいたい。辛さを口に出せるような雰囲気づくりを心掛けています。親にはいつまでも長生きしてほしいです。

(ご家族)



私は昨年、手術をして1ヶ月半ほど入院しました。退院後は一人暮らしで頼る人もいないので、地域包括支援センターに連絡をして自宅に来てもらい、相談しました。介護認定の申請もお願いし、要支援1の判定を受けました。

自分にあつたサービスを考えて、週1回、午前中のリハビリを中心に通所することを選びました。難しい食事制限があるのでデイでは昼食は食べられません。今後はリハビリを頑張り、介護保険サービスを使わないで自立した生活ができる事を目指して行きたいと思います。将来的には沢山の介護サービスが利用できることが分かり安心しました。

ケアマネさんから色々アドバイスを受けた中で、「緊急通報システム」と「緊急医療情報キット」を勧められたことは本当に良かったと感謝しています。

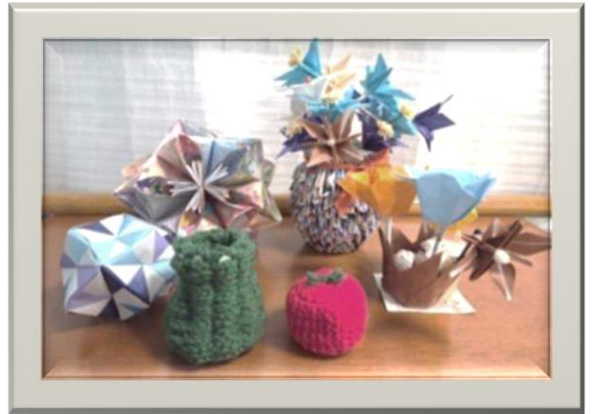
(利用者さん)

読者の広場

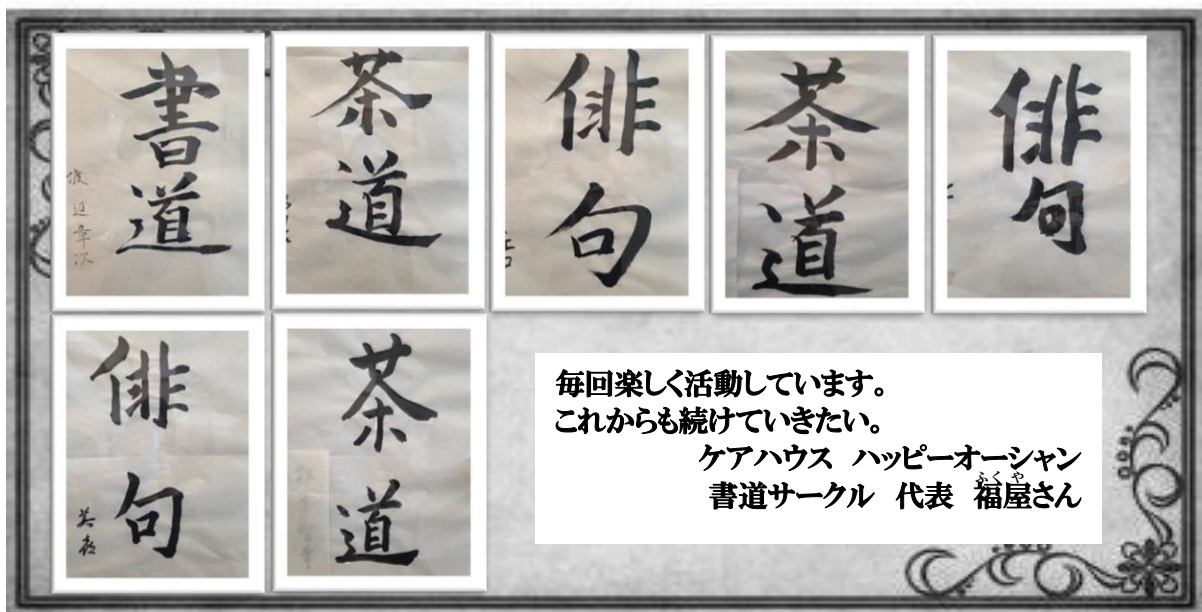


毛並みのようにティッシュを丸め、立体的に貼りつけるのが大変だった。

社会福祉法人明徳舎 デイサービスあおば
後藤 大吉 さん



リハビリの一環として、ずっと続けている趣味の折り紙で、これからも素敵な作品を作り続けて下さいね。(職員より)
介護老人保健施設 マロニエ苑
入所者の皆さん



毎回楽しく活動しています。
これからも続けていきたい。

ケアハウス ハッピーオーシャン
書道サークル 代表 福屋さん

皆様からのご意見、ご投稿を
お待ちしております。



今回は、日常生活の自立を助ける
「福祉用具貸与」や皆様から伺った体
験談などが参考になれば幸いです。

お盆も過ぎ、夏の疲れも出始める
ころ、皆様いかがお過ごしですか。

編集後記

～ 相談室からのご案内 ～

那須塩原市民及びご家族で介護の相談の
ある方は、相談室へお電話、メールをどうぞ

☎ 0287-73-0056

✉ soudan730056@gmail.com

所在地 〒325-0042 那須塩原市桜町 1-5
介護サービス相談室

平日 9:00～16:00
(12/28～1/3・8/13～8/16を除く。)