

1 6 9
隔 月 刊

2月

http://www.netlaputa.
ne.jp/~yamanote

あたたかい介護をお届けします

まごころサービスだより

●発行 NPO法人東京山の手まごころサービス
●編集 広報 〒169-0075 新宿区 高田馬場1-32-7 信ビル 301
☎受付 3205-6813(留守電共)・3205-7900 FAX 3205-6766

4年目に入った 新型コロナウイルス感染症対応と 介護サービス利用者支援

代表 服部 万里子

日本で初めて新型コロナウイルスの感染者が確認されたのは、2020年の1月でした。それから丸3年が経過、日本ではこの間、優に3159万人が感染し、6万3000人以上が亡くなっています(2023年1月17日現在。厚生労働省まとめより)。その特徴としては、日本の感染症の歴史の中でも、昨年末から1日当たりの死者数が過去最多となる状況が続いていることです。

感染者数に対して、亡くなる人が増えている原因は、政府が昨年9月から、感染者の全数把握を変更し、若者など重症化リスクの低い人が、医師による「発生届」の対象から外されたことによりです。もっといえば、感染者が増えているため、亡くなる人も増えているというのが現実です。

都内では、昨年12月7日から1月

10日までの間に、コロナで死亡した人の大半が60代以上であったとの報道もありました。今後の方向として、国は新型コロナウイルス感染症に関し「感染症法」の設定を変更することを検討しています。現在は「2類相当」に位置付けられ、医療費は全額公費負担、そして、入院勧告や、就業制限など厳しい措置が取れるようになっていきます。しかしながら、今後は、これを季節性インフルエンザ並みの「5類」に引き下げることが検討されています。こうした分類の見直しに、厚生労働省の新型コロナウイルス感染症対策専門家チームのメンバーからは、5類に下げても「医療機関の診療体制の確保」と「これまで無料だった医療費が見直されることで、市民に過剰な費用負担とならないよう」等々の声が上がっています。

さて、現在、政府では、コロナ対策と経済活性化の両立を進めているため、新たな行動制限は行わないとし、さらには、旅行や飲食への支援を行っています。しかしながら、無視できな

いのが、コロナによる死亡者の増加です。そうした中、まごころサービスは、今後も感染対策(換気、手洗い、消毒等)を徹底し、ご利用者様の安全を第一に活動してまいります。

現在、まごころサービスは、訪問介護はもとより、支援が必要な児童、精神障害のある方、知的障害のある方、身体的障害のある方への支援を、ケアプランに沿って行っています。加えて、地域に求められていること、ご利用者様の困りごとへの対応、介護されているご家族に対する支援等、広範なサポートを心掛けています。

冬も終盤になりましたが、まだまだ寒い日が続きます。まずは、ご自身の体調管理を最優先してください。身体はもとより、気持ちが休める時間を十分に取って、笑顔で暖かい春を迎えましょう。



＜在宅における低体温症による事故＞ 副代表：西野 智子

低体温症は深部体温（身体の内部の温度）が35℃以下になった状態です。因みに、従来型の体温計では、34℃未満の体温を測れないため、測定で体温が35℃以下に低下した場合は、低体温症と診断されます。低体温症は気づかないまま進行するので、寒い環境で過ごす場合は特に注意する必要があります。

高齢者が低体温症になりやすい原因として、体温調節機能の低下があります。低体温症の主な症状は、血行不良や血圧上昇、消化不良、食欲不振、集中力の低下、免疫力の低下等々で、予防法としては、適度な運動や入浴、そして、適切な食事の摂取（鍋料理等、温かいものや、体温を上げる食べ物を積極的に摂ること）、その他、防寒対策（暖房をつかう、吸汗性のある下着を着る、厚手の靴下をはく）等です。

ところで「熱中症」は毎年の注意喚起があり、周知されるようになりましたが「低体温症による凍死」が、熱中症を上回っているという現実があります。この背景には、さまざまな要因があるようです。山岳遭難の数を上回る「在宅の凍死」とは何か――。統計によると、キーワードは「高齢化」「認知症」「独居」、そして危険因子は「寒さ」「服薬」「住環境」ということです。当節の厳しい経済事情を反映して「貧困」も要因の一つに含まれます。

在宅では、低体温に陥る引き金として「服薬」「住環境」「飲酒」が挙げられます。慢性的な不眠で睡眠薬が処方されている方、それに加えて精神安定剤を服用されている方は、副作用による間隔の鈍化や眠気、だるさなどから、薄着のまま、暖房をつけないで熟睡してしまい、低体温に陥る場合があります。

また、住環境において、冬場、とりわけ老朽化した住宅では、室温が低くなります。その上、経済的な事情から暖房費節約のためエアコンをつけずにいたり、灯油を買い控えたりすることで低体温症が増加しています。

加齢による認知症では、室温の調整が困難になります。具体的には、リモコンなどの電気機器を扱うことができなくなってきます。さらには、リモコンが見つからなかったりもします。しかも、ある時期から、今まで出来ていたことが出来なくなっている状況に周りが気づいていないことがあります。当該者の普段の生活をよく知らないで「何とか出来ているのではないか」という思い込み、やり過ごし、が事故につながります。

また、危険因子として「飲酒」があります。ふらつきや怪我等、飲酒が原因の事故は、外出先に限らず、家の中でも頻発しています。そこに認知症が加わると「防寒」の観念が薄れて、適切な衣服の選択も困難になります。下着や布団が濡れていても、取り換えることが出来なければ、低体温症の危険があります。事故を未然に防ぐには、当該者の普段の生活力を把握しておくことが大切です。危険を回避するためにも、日頃から、利用者情報の共有はもとより、他職種、言い換えれば、当該者と関わりのある人とご家族との連携が非常に重要になります。とりわけ寒い時期は、一層の気遣いをもって臨みたいと思います。



教えてご隠居さん

知らぬことならば「ご隠居に聞け」とばかりに今日もまた
“熊さん”がやってきた。【食事の際に気をつけること】



熊さん『向いのお富さんは最近、ベッドで食事を摂るようになったそうです』

ご隠居『だいぶ背中が曲がってきてるようだ。あと、筋力がないと座るのは難しいからね』

熊さん『お富さんの場合は、ベッドのほうがより安全なんですね』

ご隠居『個人個人異なるが、食事の際は、リクライニング機能を使って、安定する斜度に配慮し、不安定な場所があれば、クッション等で調整するといい』

熊さん『他に、食事中、注意することがありますか』

ご隠居『食事をする環境を整えることが大事だ。テレビに夢中になっていたりすれば、気が散ってしまい、食べこぼしたり、誤飲の可能性も高くなる』

熊さん『食事に集中することが大事なんですね』

ご隠居『他にも、家族や介護者がバタバタと歩き回ったりしているのもよくない。極力、傍らで共に過ごし、集中しやすい環境を作ることが肝心だ』

熊さん『おっかあもテレビがついていると、気が散ってしまい、食事の時間が果てしなくなります』

ご隠居『おっかさんだけど、歯は大丈夫かい？虫歯や噛み合わせが悪くなると、食欲も落ちてしまうからね』

熊さん『訪問歯科診療で診てもらっているの、今のところ大丈夫です』

ご隠居『それから、歯はもちろん、歯茎や入れ歯を清潔にしておくこと。歯磨きは毎食後に。そして、入れ歯の場合は、できれば1日1回、入れ歯洗浄剤を使うといい。また、独居の人で、自分で歯が磨けない状況であれば、歯医者さんに相談して欲しい。ともあれ、熊さんにとって、おっかさんとの食事の時間は、彼女の健康状態を観察できる絶好の機会になる。元気があるか、食べ残しはないか、食事は進んでいるか…、よく観察して、病気のサインを見逃さないように。変わったことがあれば、記録しておく、いざという時に役立つよ』

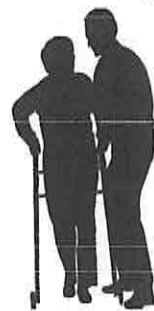
現場 — ING

●安全に歩行できています。お菓子の購入時は小銭で清算できるように練習していらっしやいます。ご家族が百円玉を5枚用意してくださったので、レジでは投入金額をご自身で判断していました。予算500円のお買い物が、いろいろなお店を巡る楽しみになればと思います。

●訪問時、布団の中で、まごころでいらっしやいました。部屋に熱気が籠っていたため換気し、さらに、保冷枕を交換しました。体温は37.4℃でしたが、落ち着かれた様子なので、訪問看護に引継ぎました。その際、発熱判断が37.5℃以上と伺い、平熱が高めであることを知り、安堵しました。

●訪問時はお元気にされていましたが、今週は脱水症になられたとのこと。お話を伺うと、入浴の際、長湯をしてみましたよかったです。大事に至らず本当に良かったです。

●最近、作業所でのお疲れも少なく、歩行時は一定の速度で歩かれています。車内では空席を見つけて着席されます。物事に自主的に取り組まれることが増えてきているようにお見受けします。



《お知らせ》
このこめ倶楽部について

新型コロナウイルス感染症の影響に伴い、地域生活支援事業「まごころこめこめ倶楽部」の開催を見送っております。ご理解のほど宜しくお願いいたします。

営業時間外

緊急時のご連絡について

平日時間外及び休日のご連絡は左記の番号におかけください。なお、留守番電話は転送されますので「お名前メッセージ」を録音して下さい。

●東京山の手まごころサービス
電話03(3205)6813代表

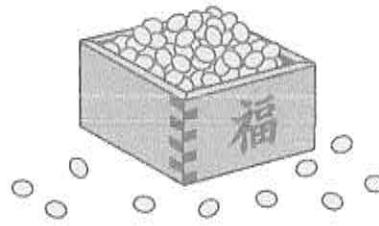
●事務局の営業時間(平日) 月曜日～金曜日 10時～18時まで

●事務局の休業日(サービスは通常通り提供しております) 土・日・祝日ほか、年末年始、夏季休業期間については、前もってお知らせいたします。



ご寄付いただきまして誠にありがとうございました

●北見 憲一様
(令和5年1月現在)



訪問介護員大募集中!

ヘルパーさんが不足しています。お知り合い、お友達、ご親戚の中に協力会員として登録可能な方がいらっしゃいましたら、経験や資格の有無に関わらず、ご紹介いただければ幸いです。また、家事の得意な方も歓迎いたします。なお、心ばかりではございませんが、謝礼を用意しております。

(事務局)

活動実績報告・活動時間
(令和4年11月～令和4年12月)

	令和4年 11月	令和4年 12月	令和4年4月～ 12月の合計	令和4年4月～ 12月の平均
移動支援	205.5	207.0	1737.5	193.1
介護保険	529.0	543.1	4354.7	483.9
回復・リフレッシュ	34.0	49.0	371.8	41.3
自費・マイプラン	81.5	80.5	786.5	87.4
重度訪問介護	100.5	98.0	866.0	96.2
居宅介護	722.5	674.7	6178.7	686.5
同行援護	379.5	376.5	3248.0	360.9
日常生活支援 総合事業	167.8	168.8	1608.4	178.7
総計	2223.3	2197.6	19151.6	

編集後記

米国ジョーンズ・ホプキンス大学の集計によると、2022年11月現在で、新型コロナウイルス感染症で亡くなった人は世界全体で「約659万人」に達し、また、世界人口推計によると、平均寿命は2019年の「72.8歳」から2020年には「72.0歳」に、2021年には「71.0歳」となり、換言すれば、新型コロナウイルスにより平均寿命が「1.8歳」縮んだこととなります。現在、行動規制が全面的に解除され、新たな行動制限は行わないということですが、そうした、どこか辻褃の合わない開放ムードに戸惑っているのは私だけではないと思います。ともあれ、この冬は、これまで通り、しっかりと予防対策を続けていきます。特に、寒中は栄養補給が大切です。どうぞ、皆様も、バランスのいい食事と睡眠、そして、軽い運動を毎日続けて、健やかにお過ごしください。本年もよろしくお願ひ申し上げます。

西野(智)

