

**令和元年度 地域包括ケアに携わる多職種合同研修会
第3回 ケア・カフェ きたそらち 開催結果・評価**

項目	内 容
1 目 的	療養が必要な地域住民を支える地域支援関係者と医療関係者が顔の見える関係ができ、情報交換できるようになる
2 期待する効果・成果	○地域支援関係者、医療関係者等の多職種が情報交換・共有する関係性と環境が構築される ○多職種の交流の場を運営する組織ができる
3 日 時	令和2年1月30日(木)18:00～20:00
4 場 所	ラ・カンパニューホテル深川 2階青雲の間
5 内 容	(1)話題提供 「食事と健康寿命」 話題提供者 北空知栄養士会 岡本 恵氏 (2)グループワーク テーマ 「食事」 カフェマスター 東ヶ丘病院精神科認定看護師 疋田 健氏 カフェ・サブマスター 深川市立病院作業療法士 永洞政幸氏
6 出席者	看護職18名、介護支援専門員11名、MSW・SW・相談員4名、薬剤師2名 保健師9名、リハビリ職7名、ヘルパー6名、事務職2名、医師2名、歯科医師2名 管理栄養士・栄養士9名、歯科衛生士2名、その他9名 <u>合計 83名</u>
7 結 果	(1)話題提供内容 ○健康寿命を延伸させる 「運動」「食生活」「禁煙」が重要であり、国ではスマート・ライフ・プロジェクトと称して国民運動としていることや、健康寿命の推移や都道府県別男女別のグラフを提示し、わかりやすく説明されていた。 また、塩分を控えることが生活習慣病の防止につながるということで、塩分を控えるための12カ条を示し、普段わかってはいてもできない部分の気づきを改めて説明いただいた。また、塩分チェックシートを記入し、自己分析を行うことで意識づけがなされ効果的な説明だった。 カップ麺などに含まれる塩分量についても説明があり、より理解しやすい内容となった。 (2)グループワーク ○22テーブルを用意していたが、欠席者があり、1グループ4人 18テーブルとなった。 ○薬剤師会 中澤さんから沢山お菓子の差し入れがあり、受付に用意して自由に持って行ってもらった。お茶のセルフコーナー5か所あり、1か所にはインスタントコーヒーやココアなども用意し、アナウンスを行った。お菓子をセルフコーナーにも置いた。 名札と飲み物は、殆どの方が持参していた。自分でお菓子を持ってきている人も多くみられた。 ○カフェマスターよりケア・カフェについての説明があり、自己紹介「好きな食べ物」を説明し合い、他己紹介の後に食事をテーマにグループワークが行われた。 ○開始すぐに BGM が聞こえないほどの盛り上がりを見せていた。ケア・カフェ経験者が増えたことが関係していると思う。 ○チャット1・チャット2を終えるときに挙手をしてもらうが、話足りないのかいつまでも挙手してくれない(周りが挙手しているのに気づいていない)場面もあった。 ○カフェマスター、サブマスターの進行が軽妙なトークを織り交ぜながら進み、非常に聞きやすく、テーマも身近な「食事」であったことから、どのグループもすんなり話題に移れて会話が盛り上がり、チャット時間が短く感じられた。 ○MVS を2名決定し、プレゼント(栄養に関する本、ケア・カフェネーム入りボールペン)を贈呈。

【振り返り】 ○:達成できた △:ほぼ達成・まあまあ良かったが課題あり ×:達成できていない・良くなかった

項目	内 容
8 評価	<p>○地域の多職種連携の課題に即した企画だったか →「○」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「多職種と意見交換ができ、違う視点の意見が参考になった」「多方面での意見が聞けて勉強になった」「普段の仕事の視点から、ためになる話を聞いた」「1つの題目で皆の生活や考え、意見を自由に話したり、聞けるのが良かった」等と感想があり、多職種連携に即した企画となっていた。 ・ケア・カフェでお話した方と、その後一緒に仕事をする事ができ、スムーズにすすめる事ができた。 ・身近な話題を通じ、圏域で生活する介護福祉従事者と話ができる機会を持つことが、今後の仕事や生活にプラスにはたらく企画となっている。 <p>○テーマの選定 →「○」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食事、特に塩分は生活習慣に重要な鍵であり、地域課題にも即していた。 ・食事がテーマであり、身近な興味の内容であった。 好きなものやめられない。太っちゃう。ダイエット・減量。誰にでも話しやすいテーマであった。 <p>○周知方法 →「○」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・早くから周知され、各関係機関へポスター配布も十分に行う事ができていた。また、見栄えの良いポスターの出来で、関心を寄せることもできていた。 ・小部会メンバーや運営協力員も各所属や各種会議等で参加の呼びかけを行った。 ・初参加の方から、ケア・カフェのイメージが分からず参加しづらいとの声が聞かれ、会議や研修等の場面でチラシの配布と合わせてケア・カフェの様子も口頭で伝える等の工夫も必要と思われた。 ・案内後は、それぞれの機関での「声かけ・お誘い」になるが、やはり、まずは「めんどう・仕事終わりに疲れる」などの感情が先行してしまう。 →アンケートから、職場の人に誘われて初めて参加した人は、「楽しかった」「役にたった」「また参加したい」と約70%が回答しているので、誘うことは有効。 <p>○会場の状況 →「○」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・当日の参加も含めて余裕をもって22テーブルを用意し、参加状況に合わせて18テーブル仕様となったが、会場が広くゆったりと落ち着いて意見交換を行う事ができた。自動販売機がない事も事前に伝えていたため、特に問題となることも無かった。 ・駐車に困り、路上駐車してきたと話していた方がいた。
企画	<p>○小部会の打合せ・準備状況 →「○」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・小部会1回(12/5)、研修会企画担当スタッフ打合せ2回(11/20、1/24)。 ・研修3回目ということで企画会議等に係る時間も短縮されてきており、打ち合わせの回数も最低限度必要回数となっていると思われる。 <p>○小部会のメンバーそれぞれの役割を遂行できたか →「○」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マスターとサブマスターが最終打ち合わせの時に相談をしており、マスターは前回サブマスターを務めているので、説明からケア・カフェの進め方(時間管理も含めて)など、非常に良かった。ケア・カフェの効果や今後の北空知のために多職種連携の大切さについても説明があり、参加者にも分かりやすい内容であった。 ・カフェ開始時に、人数の揃わないテーブルに対して積極的に調整するなど、小部会メンバーも3回目の研修であり、それぞれが役割を把握し、遂行できていた。
	プロセス

プロセス	<p>○ねらった参加者の参加 →「 △ 」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・管理栄養士・栄養士 9名 ・一定の参加があったが、この時期、インフルエンザの流行もあり施設給食の栄養士は、予防対策で外出を控えているようで、思ったより参加が少なかった。参加された方は楽しそうに話していた。 ・岡本さんの話題提供後にケア・カフェには参加せず、帰った方が数名いた。
結果	<p>○参加者数 →「 ○ 」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・事前申し込みは98名。当日は本人や施設入所者の体調不良など影響があり83名で、3回の研修会で一番少なかった。申込は前回同様100名前後だった。 ・本人や施設入所者の体調不良で欠席が多かったが、人数的には十分と思われる。 ・北竜町の参加1名だったのは、永楽園からの申込者4名が施設入所者の体調不良(インフルエンザ)で参加取り消しとなったため。 ・深川市内からの参加が圧倒的に多く、委員等以外に参加者がいない町は前回と同様であった。 <p>○職種 →「 ○ 」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ねらった参加者はやや少なめであったが、新たな職種(介護者と共に歩む会の方、弁護士)からの参加もあり、グループワークの幅が広がったが、テーマに関係なく事務職系の参加が少ない。 ・東ヶ丘病院から多くの初参加(8名)があり、男性が多かったこともあり、多様な話し合いになっていた。 ・市立病院の看護師の参加が減少したのは、時季的に患者が増え、退院先施設の事情も重なり、退院調整に苦慮しているなど事情によるものと思われる。 <p>○参加者の満足度 →「 ○ 」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・アンケートから、好印象な意見が多くみられ、話が盛り上がり、楽しさ、有意義さ、役立ち共に満足度が高く、「来年度も開催してほしい」「また参加したい」という記載も散見された。塩分摂取について参考になったという意見が多く、あまり役に立たないと回答する人数は1人で、前回よりも減少している。 ・笑い声も多く、笑顔で帰られる人が多かったように感じる。 <p>○交流の場を手伝ってくれる人の確保ができたか →「 × 」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マスター、サブマスターから運営協力員について話を聞いたり、勧めてもらうなどしていたが、アンケートへの記載はなかったが、自由記載欄には、推薦する記載があった。 ・新たな人材の発掘がなければ、同じ人ばかりが役割を担うことにもつながり、負担感が大きくなってしまうため、早急に運営協力者の確保が必要と思われる。
まとめ	<p>○多職種連携をする上で、まずは顔の見える関係性の構築がとても重要であり、このケア・カフェはそれを実現するとよいツールであると考えます。</p> <p>まだ参加したことがない人も多数おり、少しでも多くの人が参加し「顔の見える関係」になれることを期待する。</p> <p>○ケア・カフェ3回目となり、ケア・カフェに参加して多職種の方と気軽に意見交換ができる場所であることが少しずつ認識されてきているように思われる。</p> <p>次回も参加したいという意見も多くあり、時間が短くなるとより参加しやすくなるのではという意見もあった。若い人の集まりがあるといいなどの意見もあり、今後のケア・カフェのあり方についても良い検討材料となると思う。</p> <p>○準備やマンネリを防ぐためにも年3回程度の開催が妥当と思われるが、今回の開催でさらに「参加してみたい」と思う方が増えたのではないかと思う。</p>