



①生活援助中心型訪問介護のケアプラン届出基準 ②猛暑影響によるダメージ中に重要な事

①生活援助中心型訪問介護のケアプラン届出基準

2018年10月から、全国平均以上の回数の生活援助中心型訪問介護をケアプランに盛り込む場合は、市町村へのケアプランの届出が必要になります。今回は具体的な基準についてご案内致します。

◆月の訪問回数が要介護度別の基準値を超えた場合に届出が必要

2018年度の介護報酬改定では、**利用者の自立支援・重度化予防の促進と、地域資源の有効活用の観点**から、統計学的に見て通常からかけ離れて訪問回数が多い生活援助中心型訪問介護については、是正を促す仕組みが新たに導入されることになりました。具体的には、2018年10月1日以降、厚生労働大臣が定める回数以上の生活援助中心型訪問介護をケアプランに位置づける場合は、市町村へのケアプラン届出が義務付けられます。市町村は、届出のあったケアプランを地域ケア会議で検証し、必要があれば当該ケアプランを作成したケアマネジャーに対して、サービス内容の見直しを求めることができます。

基準となる要介護度別の1月当たり訪問回数上限は、大臣告示(2018年5月2日付)で、**▽要介護1:27回以下▽要介護2:34回以下▽要介護3:43回以下▽要介護4:38回以下▽要介護5:31回以下**と定められました。これを超えるとケアプランの届出が必要になります。届出の期限は、当該ケアプランを作成または変更した翌月の末日までです。届出の際には、**上限を超える回数の生活援助中心型訪問介護を必要とする理由の記載**も求められます。ただし、改めて理由書を用意する必要はなく、厚生労働省のQ&A(2018年3月23日付)は、「家族の支援を受けられない状況や認知症等の症状があること、その他の事情により、利用が必要な理由がケアプランの記載内容からわかる場合は、ケアプランのみを提出すれば足り、別途理由書の提出を求めるものではない」と説明しています。

②猛暑影響によるダメージ中に重要な事

今年の夏は、「災害級」とも言われる猛暑により、熱中症による救急搬送数も対前年同時期で倍近くにのぼっています(総務省消防庁調べ)。

これだけの猛暑を経た年では、涼しさが戻ってからも利用者の生活にはさまざまな影響が尾をひくと予想されます。9月を間近にひかえた今、何が必要でしょうか。

厳しい暑さが去った後でも、「身体がだるい」「食欲がわかない」「熟睡できない」という人は多いと思います。いわゆる夏バテと言われる状態ですが、医学的に言うと**自律神経が過剰に疲れていることで生じるもの**です。人間は高温にさらされると、汗をかくことで体温調節を図りますが、この機能をつかさどるのが自律神経です。高齢者が熱中症になりやすいのは、**加齢によって自律神経の働きが衰えて、若い頃のように体温調節がうまくいかなることが原因**とされます。

さて、今年のような猛暑では、この自律神経は常にフル稼働の状態にあります。これが長期間続くと神経細胞に疲労が蓄積して、暑さが去っても「うまく働かなく」なります。自律神経は私たちの循環器や消化器、呼吸器の働きもつかさどっているのです。うまく働かなくなれば、先に述べた「だるさ」や「食欲不振」「不眠」などにつながるわけです。

これからの時期こそ重要になる現場のモニタリング

こうした中、加齢によって神経細胞の修復がうまくいかなければ、自律神経の働きも回復が遅くなりダメージが後々まで残ります。「だいぶ涼しくなったから、利用者の活動も向上するだろう」と思いきや、「元気が出ない」「食も進まない」「夜間の眠りが浅く、日中でもうとうとする」という状態が、思いのほか長期にわたって続くケースも起こり得ます。食が進まなければ、栄養状態の悪化によって抵抗力が衰え、感染症リスクなども高まります。日中の「うとうと感」が続けば、ふらつきなどから転倒事故等も懸念されるでしょう。「だるさ」を訴えて機能訓練等もうまく進まないとなれば、ケアプラン上の目標設定の見直しなども検討する必要があります。さらに、認知症の人の場合、自律神経のダメージによる「気分の悪さ」から一時的にBPSDが悪化することもあります。それによって家族の介護負担が増えると、在宅生活の継続が危うくなる可能性も高まります。

こうした状況を頭に入れ、ケアマネジャーやサービス提供責任者、相談員である専門職は「猛暑が去ってホッとすする」のではなく、**モニタリング等に意識的に力を入れることが望まれます。各サービス担当者との連携も強化しつつ、栄養状態やバイタル数値を丹念にチェックすることも欠かせません。**

9月編!

★ 脳トレクイズ ★

答えはページ下段にあります

- ①敬老の日は、毎年9月19日である ○ or ×
- ②秋分の日は、秋のお彼岸の中日として設定されている ○ or ×
- ③1年で一番雨が降るのは・・・9月である ○ or ×
- ④十五夜のことを指す「ちゅうしゅう」の名月。漢字を当てると仲秋の名月である ○ or ×
- ⑤秋のお彼岸に食べるのは、おはぎではなくぼたもちである ○ or ×

簡単レシピ!

～これで野菜不足も解消☆野菜を食べようレシピ～

高齢者も食べやすい! 唐揚げの野菜あんかけ

【材料】(4人分)

- 鶏肉(もも) 240g ●生姜すりおろし 4g ●酒 5g ●塩 少々 ●胡椒 少々 ●片栗粉 適量 ●揚げ油 適量
- 玉葱 80g ●人参 60g ●ピーマン 80g ●もやし 100g ●ねぎ 4g ●油 5g ●塩 少々 ●胡椒 少々
- 醤油 20g ●中華味の素 20g ●水 670g ●片栗粉 適量

- ①ボウルにいった鶏肉に、しょうが、酒、塩、こしょうを加えてよくもみ、しばらくそのままにして下味をつけます。
- ②鶏肉に片栗粉をまぶし余分な粉をたたき落としたり、熱した揚げ油に鶏肉をいれ、時々転がすようにして返しながら4～5分揚げます。
- ③玉葱、人参、ピーマンは千切りにします。ねぎは小口切りにします。
- ④深めのフライパンで野菜を炒め、火が通ったら塩、胡椒、醤油、中華味の素、水をいれ味をつけ片栗粉でとろみをつけます。
- ⑤揚げた鶏肉をお皿に盛り、野菜のあんを上からかけ、小葱をちらします。



☆ポイント☆

今回は中華味のとろみあんを作りましたが、コンソメ味で洋風にまたは甘酢あんや和風だしにして味を変えると美味しさの幅が広がります。あんの中に入れる野菜も、味付けによって変えてるとさらに楽しめます。野菜も手軽にたっぷりとれます♪

やさしい手仙台ケアセンター宮城野

ホームページ <http://www.yasashiite-sendai.jp>

TEL 388-8221 FAX 388-8222



【ホームページ】

♡ お気軽にお立ち寄りください ♡

- 脳トレクイズの答え:①×(9月の第3月曜日)②○(秋のお彼岸は、秋分の日をはさんで前後3日を加えた一週間)
③○ ④×(中秋の名月、中秋は『秋の中日』という意味を持っている言葉。9月の中日に当たる9月15日=十五夜は、まさに中秋)⑤×(ちなみに秋に咲く『萩』が由来となって、おはぎという名前になっています)

