

# 「第5回男性介護者ケアの集い」ニュース

令和4年4月26日(火)「第5回男性介護者ケアの集い」を開催しました。  
今回は、7の方が参加されました。前半は、「かしこい紙おむつの利用法」という内容で研修を行い、後半は、参加者の方の日頃の介護状況についてお話をしてもらいました。

## 〈かしこい紙オムツの利用法〉の研修会の内容

講師は、住宅改修・福祉用具のアイフルケア代表である海田尚広(たかひろ)さん。海田さんは、入社した時にオムツに排泄する体験をし、羞恥心でなかなか出せなかったとのこと。出ても皮膚が冷たくなり、嫌な思いだけが残り、すぐに外したくなったと話されました。特に便は、力も入らず、肛門もしまり、出せなかったとのこと。

「失禁したらオムツ」と安易にオムツをつけることは、本人の自尊心を傷つけ、意欲面、生活動作能力、要介護度の低下を招く恐れがあります。排泄は、できるだけトイレ(便器)で行うことが本人のQOL(生活の質)の向上につながります。排泄するまでのできない動作や住宅環境面を分析し、できないことを減らす工夫を考えることが大切です。

### 実技内容「オムツの当て方のポイント」

- ・外漏れしてしまう人の特徴①尿量が多い人②腹囲が大きく足が細い人③横向きで寝ることや体動が多い人
- ① 吸収量が多いパッドを選ぶ。パッドを2枚重ねて使用する場合は、皮膚に近いパッドのビニール部分を開放し2枚目が吸収できるような工夫もある。
- ② 足周りから漏れることが多いため、ウエストサイズと足周りサイズがオムツと合わない場合は、足周りのサイズに合わせる。ウエストサイズは、伸縮性があり、サイズの表示を確認する。
- ③ 大腿骨そけい部にしっかりとそわせる。テープを止めるときにクロス止めを行う。
  - ・今までは、昼間はパンツ式で、夜間はテープ式のオムツをしている人が多かったが、お互いの漏れを実験してみると1日パンツ式でも変わらないことが分かった。パンツ式の利点として、交換が楽である。交換が早いために睡眠を邪魔しにくい。特に立って交換すると手早くできることは、実験済み。パッドもパンツ式専用尿取りパッドを使用することが大事。取り外しが容易。テープ式用尿取りパッドは、取り外しがしにくい。

### 〈参加者からの感想〉

- ・店に行くとオムツの種類がたくさんあって、どれを選んでいいのかわからなかった。経済的にも適切なオムツを選び、効率よく使いたい。
- ・初めて参加しました。参加してよかった。職場で活かしたいと思います。熟睡している方を起こしてまでオムツを替えた方がいいのか迷うことがあります。(施設職員)



## 佐々町介護用品支給事業の紹介

対象者：町県民税本人非課税の方で要支援・要介護状態やぼうこう等に障害のある方で、常時オムツの必要な在宅高齢者（基準として1日5～6枚使用している人）

対象品目：オムツのみ（尿取りパッド含む）

支給額：月額5千円 使用方法：介護用品購入券を3か月分（認定有効期間内）まとめて交付。

申請方法：佐々町役場 住民福祉課 福祉班の窓口で申請

◎まずは、ケアマネージャーや包括支援センターに相談してください。



## 自分たちの介護を振り返って

**Aさん**「昼間は下着で、夜だけオムツ。パンツが濡れると自分で脱いでどこかにしまっつけて見つけることが大変」

**Bさん**「転倒して骨折し、入院してから認知症がひどくなった。病院でしきりに家に帰りたいたいと看護師を困らせるために、連れて帰ってきた。帰ってきたも『家に帰ります』という。夜中に起きて、『子供の弁当を作らないと』と台所に行く。『子供は、いない』と説得しても聞いていない。朝、起きたら、夜中の出来事を忘れてる。」

**Cさん**「転倒して骨折まではいかなかったが、痛みが強く、動けなくなった。寝たきりになると思い、歩かせたり、できることをさせたが、回復するまでにかかなりの時間を要した。転倒させないように細心の注意が必要だと自覚した。」

**Dさん**「『認知症は治らない。徐々に進んでいく』と受け止めた。その切り替えができてから、気持ちが楽になった」



### 次回の集いのお知らせ

日時：6月28日（火）10時から12時

場所：健康相談センター

偶数月の第4火曜日に開催しております。

初めての方も気軽にご参加ください。

### 編集後記

毎回、参加の皆様の実体験を元にしたお話は、心に響きます。前回の会から2か月の間に、いろんなことが起き、ご自分で解決されているご苦労に頭が下がります。少しでもお互いに相談できる仲間となり、この会が心身のリフレッシュにつながれば幸いです。多くの方にこのニュースが広がることを信じて！