



古河地区ケアマネだより

第 81 号

茨城県介護支援専門員協会古河地区会

事務局:古河市社会福祉協議会

令和 7 年 7 月発行

TEL:0280-47-0150

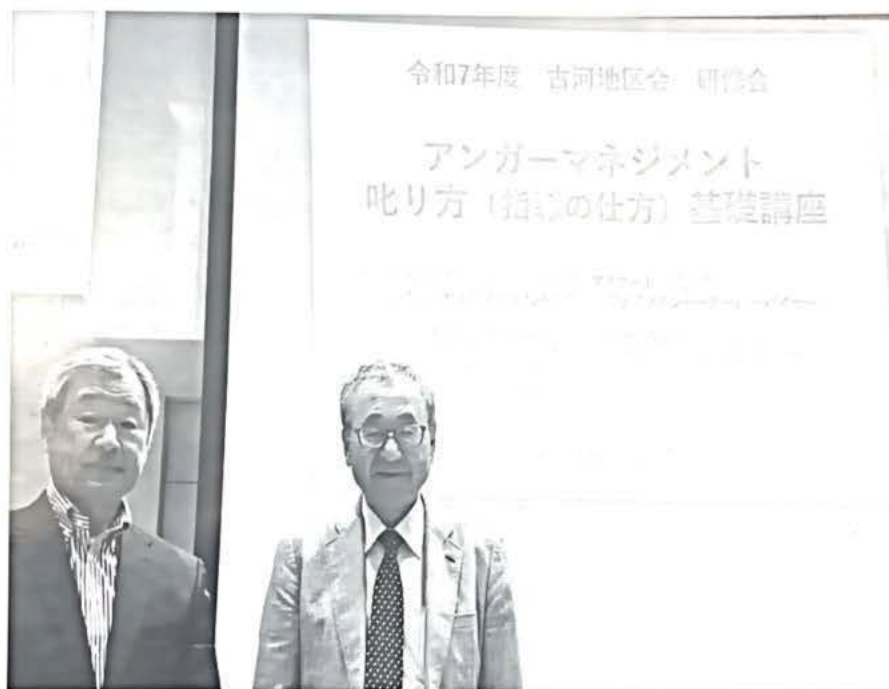
FAX:0280-48-0265

HP URL:<http://www.koganet.ne.jp/~care/>

令和 7 年度茨城県介護支援専門員協会古河地区会 総会及び第 1 回研修会

令和 7 年 5 月 17 日(土)茨城県介護支援専門員協会古河地区会第 1 回研修会が開催されました。令和 6 年度の事業報告、並びに決算報告、令和 7 年度の事業計画案、予算案、新役員の承認を得ました。60 名のケアマネジャーの参加をいただくことができました。

研修のテーマは「アンガーマネジメント基礎講座」～誤解が多いアンガーマネジメントを正確に解説いたします～として茨城県介護支援専門員協会副会長の佐藤二郎先生よりご講演をいただきました。研修には 71 名の参加がありました。



7月～9月は古河薬剤師会との連携事業「古河モデル」スクリーニング強化月間

在宅での適切な服薬管理を目指してケアマネジャーが服薬スクリーニングを行い、それをもとに薬剤師が問題解決の糸口を見つけます。服薬が気になる利用者に、薬剤師との連携を図るツールとして「服薬気づきシート」を活用し、連携事業を日常化しよう。

アンガーマネジメントについて

多様化する社会や忙しく余裕のない生活、不便さに耐えきれないことなどがストレスの原因となり、怒りに発展する。

怒る必要がある時は上手に怒ることができて、怒る必要がないと判断した時は怒らないようにすること。怒って後悔しそうな時は怒らないことも必要である。

ただし、イラッとした時の対処法として、

- ① 衝動のコントロール(6秒待とう)は、怒りから6秒間待って理性を取り戻す努力。
 - ② 思考のコントロール(三重丸)は、怒りの対象を3つのゾーン(許せるゾーン、まあ許せるゾーン、許せないゾーン)に分けてみる方法。
 - ③ 行動のコントロール(分かれ道)を選択。コントロール可能ならすぐに取り組むか先延ばしするか、コントロール不可能ならそれを受け入れるか否かを決める。
- この3つのことを瞬時にできるようにすることで、怒りの連鎖を断ち切ることができる。

悪い叱り方の例=NGワード

- ① 過去を持ち出す言葉：前から言っているけど/何度も言っているけど
- ② 責める言葉：なんでそうした?/なぜできない?
- ③ 強い言葉：いつも/絶対/必ず
- ④ 程度言葉：ちゃんと/しっかり/きちんと

上手な叱り方は、叱る基準の明確化、納得させること、ていねいな言葉使い、相手を責めないこと。普段から上手な叱り方を真似るトレーニングを意識すること。

☆佐藤先生からアンガーマネジメントについてわかりやすい説明をいただきさらに講義の途中で周囲の人と意見交換し、言語化する大事さを同時に学びました。



【令和6年度 茨城県介護支援専門員協会 古河地区会 決算書】

① 収 入 (単位:円)

科 目	予 算	決 算	増 減	備 考
会 費	100,000	151,000	51,000	個人会費 1500 x 94 名 賛助会費 10000 x 1 事業所
地区活動費収入	30,000	29,400	-600	県介護支援専門員協会より
雑収入	1,000	37,161	36,161	預金利息 161 円 研修参加費 37000 円
繰越金	329,131	329,131	0	
合 計	460,131	546,692	86,561	

② 支 出 (単位:円)

科 目	予 算	決 算	増 減	備 考
事務費	30,000	2,924	-27,076	
会議・研修日	50,000	34,513	-15,487	研修案内発送等
事業費	130,000	76,597	-53,403	会報の発行、ホームページ 経費、講師謝金
予備費	123,143	0	-123,143	
合 計	333,143	114,034	-219,109	

*収入合計 546,692—支出合計 114,034＝差引残高 432,658（次年度に繰越）

【令和7年度 茨城県介護支援専門員協会 古河地区会 予算書】

① 収 入 (単位:円)

科 目	予 算	前年度予算額	増 減	備 考
会 費	155,000	155,000	0	個人会費 1500 x 90 名 賛助会費 10000 x 2 事業所
地区活動費収入	27,000	27,000	0	県介護支援専門員協会より 300 円 X 90 名（昨年実績）
雑収入	10,000	10,000	0	研修会参加費等
繰越金	432,658	329,131	103,527	
合 計	624,658	521,131	103,527	

② 支 出

科 目	予 算	前年度予算額	増 減	備 考
事務費	30,000	30,000	0	封筒代等事務用品等
会議・研修日	50,000	50,000	0	研修案内発送代等
事業費	180,000	180,000	0	会報の発行、ホームページ 経費、講師謝金等
予備費	364,658	261,131	103,527	
合 計	624,658	521,131	103,527	

【令和7年度 茨城県介護支援専門員協会 古河地区会 役員名簿】

役員名	氏 名	所 属	選出地区
会 長	渡邊 久江	居宅介護支援事業所ファミリー	古河地区
副会長	木村 貴政	ウエルシア介護サービス古河	古河地区
副会長	岡府田 貴治	みどりの里指定居宅介護支援事業所	三和地区
幹 事	関口 浩子	居宅介護支援センターみどりの丘	三和地区
幹 事	佐藤 ひとみ	さくら苑居宅介護支援事業所	三和地区
幹 事	黒川 かおり	居宅介護支援センター結い	古河地区
幹 事	小野寺 陽子	五霞町地域包括支援センター	五霞地区
幹 事	飯田 秀典	居宅介護支援事業所みやびの里	総和地区
監 事	北島 秀樹	総和中央病院居宅介護支援事業所	総和地区
監 事	斉藤 悦子	延寿館居宅介護支援事業所	境猿島地区
事務局	石川 美紀	古河市社会福祉協議会	

顧 問	赤荻 栄一	古河福祉の森診療所	
-----	-------	-----------	--

○日本介護支援専門員協会入会申し込みについて

茨城県介護支援専門員協会古河地区会は、会則第2条により、「利用者へのより良いサービス提供のために、会員相互の情報交換や研修等によって介護業務に関する資質の向上を目指すと共に、日本介護支援専門員協会及び茨城県支部会の一員として介護支援専門員の地位向上のための活動を行う事を目的とする」となっております。介護保険制度が国民にとってより良い社会制度になるために、茨城県介護支援専門員協会古河地区会の声を国に伝えていくには、日本介護支援専門員協会としての組織力を高める事が重要です。

KSS 株式会社三和サクセス
茨城県古河市仁連 1493-25
TEL:0280-33-6330
FAX:0280-33-6339

ウェルケアシステム株式会社
茨城県古河市上辺見 2826-2
TEL:0280-76-2558
FAX:0280-76-2495



【編集後記】

今回のケアマネだよりは、令和7年度茨城県介護支援専門員協会古河地区総会及び佐藤二郎先生による講演「アンガーマネジメントについて」をまとめさせて頂きました。今回の研修の中で、例題として10時に始まる7～8人での会議で、何時まで遅れを許容できるかの問いかけに、人それぞれ許容の範囲が違ふことがわかり、それにより怒りの範囲も違ふことがわかりました。またケアマネジャーとして日々の業務の中のみならず、業務から離れて過ごすにあたっても、怒りの連鎖を断ち切る大事さを再確認できました。