

な ず き 介護者だより

事務局：泉南市社会福祉協議会 Tel 482-1027 泉南市樽井1丁目8-47

第二十一回総会



四月八日（金）あいぴあ泉南一階大会議室で第二十一回泉南市介護者（家族）の会、総会が開かれました。前日は大雨でしたが、あいぴあ前の桜には、まだけなげに咲いている花もありました。

総会には泉南市竹中市長、社会福祉協議会山下会長はじめ、近隣の介護者（家族）の会の皆さんにも、多数ご出席いただきました。昨年度は、泉南市社会福祉協議会の三十五周年記念福祉大会が開催され、泉南市介護者（家族）の会では、役員を十年以上続けた六名が表彰されました。また、苧屋喜代治さんの戦場での体験談がDVDに記録され、その上映会が「六尾の郷・地域交流室」

でありました。「東京オリンピックの年に百才になるんだ。それまで生きてオリンピックを見にいきたい」と言われていましたが、残念なことに、三月に亡くなられました。

紀州加太のバス旅行では、歩くことが難しくなつた北川さんも、バスの入り口にスロープを乗せて、皆と一緒に歩くことができました。



今年度は役員改選の年でしたが、昨年に引き続き同じメンバーで務めます。

最近では、新規入会される人が少なくなり、会員の高齢化が進んでいます。けれ

ども、現在は会員で認知症と診断された人はいませんが、認知症予防にこころがけていきましょう。

1部が終わった後に、岡本先生に「笑いヨガ」を教わりました。



小学生は1日に三百回くらい笑います。それが、二十才代になると十五回くらいになり、七十才代だと二回くらいに減ります。

笑うと免疫力が上がり、気持ちのよいホルモンが出て、健康に良いと言われてます。でも、年を重ねると段々と笑わなくなるのです。

笑いヨガは一九九五年、インドの内科医によって考

案されました。体操とヨガの呼吸法を組み合わせたもので、1分間の笑いは、十分間のジョギングの運動量に相当すると言われてます。

挨拶しながら、痛いところをさすりながら、ミルクセーキを飲みながら、みんなで「ははははははー」会場内に笑い声がひびきました。

第2部では、西之坊篤さんに「これからの隣近所に求められることと新しい総合事業について」と題して講演していただきました。

つどい

- 9月9日（金）1時半～
あいぴあ泉南 2階会議室2
男の介護「味彩の会」
- 8月5日（金）・9月2日（金）
平野台の湯 11時～
やさしいヨーガ 樽井公民館
- 7月16日（土） 11時～

これからの隣近所に求められることと



新しい総合事業について

西之坊 篤

私はヘルパーの仕事をしていましたが、平成18年に事業所がケアプランセンターに変わったのを機に、介護支援専門員（ケアマネージャー）として働くようになりました。

ケアマネージャー

I、ケアマネージャーのシゴトは

利用者が住み慣れた地域において元気で過ごしていただけるように、

- ① 生活の課題や
- ② 支援の方向性を明確にし、
- ③ 支え手の方々と連携しながら良い方向に向かうよう支援をしていきます。
そして、実際に支援させていただいたことの
- ④ 効果を検証し、
必要に応じて計画の見直しを提案します。

その他にも

ア、給付管理業務（原則、区分支給限度額以内でサービスを提供するための管理）

*限度額を超えると、自己負担になります。が、ほとんどの人は40%くらいしかサービスを使っていません。

イ、要介護認定（新規・区分変更・更新）の申請協力

*最長で2年間です。（要支援は1年間）

ウ、介護保険制度に限らず、生活全般の相談を受ける。

なども、シゴトとして、明記されています。

それでは、先ほどのシゴトの中身をくわしく説明します。

① 生活課題を明確にする。

* その方と話をしながら、その方のこれまでの生活、家族の状況、住まいの状況などを聞きとります。そして、これからどのような生活を望んでいるかを把握します。けれども、初めて会って根掘り葉掘り聞けないので、人間関係を作るために、何回か訪問します。ひとつの情報からでも、いくつかの課題が見えてきます。そこからアセスメント（課題分析）を行います。

(今日もあるお家を訪問してきました。その方は膝が悪くて、立ったり座ったりするのが辛いのです。ところが、家のトイレは和式なので、苦勞されていることが解りました。)



② 支援の方向性を明確にする。

* たとえば、膝の悪い方はどういう風にしていったらいいでしょうか。体重を増やさないようにしないといけないし、筋力もつけないといけません。部屋の中にじっとこもっているのは、良いことではありません。ケアマネージャーが気づいたことを伝えながら、どうしたらいいのかを、利用者といっしょに考えていきます。

③ 支え手の方々と連携しながら

* 介護をする人はヘルパーさんやリハビリの先生、デイサービスの職員等、いろんな人が関わります。主治医、民生委員、地区福祉委員、そして、隣近所の皆さんの協力も必要です。

④ 効果を検証する。

* ケアプランは作って終りではありません。それで、その方の生活が良い方向に向かっているのかを検証し、見直しもしていきます。

I、ケアマネージャーの持ち件数、報酬

ケアマネージャーは平均27人くらいの利用者を受け持っています。39人以上になると、減額されます。

報酬は、利用者が要支援1,2の方の場合で、約3,500円、要介護1・2の方は約10,000円、要介護3・4・5の方で、約13,000円です。(1ヶ月あたり)

* 要介護1・2の利用者を27件受け持つと、 $10,000 \text{円} \times 27 = 270,000 \text{円}$ になります。その他、初回加算、退院退所加算などの加算がつきます。

☞ ただし、報酬はケアプランを作成した時だけです。利用者が1ヶ月入院した時は報酬ができません。だけど、退院後の生活の計画をたてないといけないので、病院へ訪問には行きます。退院後、施設へ移られると、報酬はナシです。

難しいのは、新規の方が入院されている場合。家の状態や、近所の様子が解らないので、ケアプランがたてにくい。それと長期に入院された方。病院内の情報と、家に帰った時の状況は違うからです。

II、ケアマネージャー事業所の支出

人件費以外に、法人税、家賃、事務関連費用(介護入力ソフト、複合機、パソコン等)

また、車・通信費・減価償却費もかかり、独立採算が厳しい仕事です。

III、記入すべき書類が非常に多い。

ケアプランを作成して、利用者・事業所に届ける。

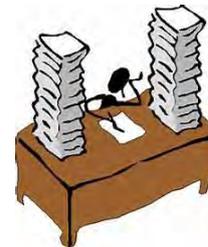
サービス担当者会議の要点をまとめる。



モニタリングシート（計画の効果を検証）

支援経過記録（日記帳みたいなもの）

それ以外にも、作る書類がたくさんある。書類の山の中のシゴトです。



IV. 事務連絡も多い。

1人の利用者に関わっている人が関わっています。なので、同じことを5人～6人と伝えなければなりません。

サービス担当者会議の日時の調整

サービス事業所との調整

主治医やリハビリの先生との面談の設定

利用者や家族との訪問日を連絡。

ただ、最近は電話以外にも、パソコンのソフトを使って同時に何人もの人に伝達することが可能になりました。このシゴトはパソコンが使えないとできません。

V 利用者に関われる時間（1週間で）

1週間の労働時間は40時間なので、標準の35人の利用者を担当しているとしたら、単純計算で、一人の方に関われる時間は週、約1.1時間になります。でも、書類作成や連絡調整にかなりの時間が割かれますから、実際はもっと少ない時間になります。

それに、体調を崩された方がいれば、仕事をおいて訪問しなければならないので、忙しいです。安定されている方への訪問は月に1度くらいになってしまいます。

新しい総合事業について



日本の高齢化は他国に例をみないスピードです。そこで、平成18年度の改正では介護予防事業を重視しました。それまでは、要介護になった方の支援だったのが、そうならないように、健康寿命を伸ばす取り組みを考えました。

で、介護を受ける人の割合をみてみると、軽度の人が増え方が大きいのです。原因は関節疾患、骨折・転倒、高齢による衰えです。生活習慣に関わる原因が多いです。そこで、この人達が重度にならないようにと、介護予防事業が始まりました。1次予防事業、2次

予防事業を市町村に義務付けました。泉南市ではなでしこさんや六尾の郷さんが、げんき教室や、ほのぼのサロン等を行っています。国はこの予防事業に高齢者の5%が参加すると推測していました。でも、実際は0.8%の人しか参加しませんでした。

とはいえ、高齢化の波は押し寄せてきています。国は毎年1兆円弱増え続ける社会保障費を500億円に抑えようと考えています。

ここで、給付と保険料の関係を見ておきましょう。国からの給付は増え続けますが、国民が支払う保険料はほとんど上がりません。この赤字は特例公債等で補っていますが、これは、将

来世代の負担となっていく赤字です。

それと、死に場所も考えておくべき問題です。高齢者が増えることは、亡くなる人も多くなります。昔は自宅が多かったですが、昭和51年から病院で亡くなる人の方が多くなりました。けれども、今以上に病院が増えることはありません。自宅でもない、病院でもないとしたら、どこがあるでしょうか。有料老人ホーム、グループホーム、サービス付き高齢者住宅、介護施設は考えられますが、それでも2030年には、亡くなる約47万人の受け皿がありません。国は、中学校区の範囲で、地域包括を中心とした看取りの体制がとれないか検討しています。地域包括ケアという言葉聞いたことがあると思いますが、医療機関や介護施設を利用しながら、在宅での看取りを考えています。



少子高齢化になると、どういうことがおきるのでしょうか。65才以上の高齢者を支えているのは、20才～64才の働き盛りの人達です。

昭和40年は1人の高齢者を9人の若い人達で支えていました。平成22年は、支える若い人が2.6人になりました。さらに、2025年になると1.8人に減ってしまいます。

若い人達にとっては大きな負担です。

ところで、これまでは65才以上の人を64才以下の人で支えるという計算でした。けれども今、65才以上の人で元気な人が多いですね。そこで、65才以上74才以下の人も支え手側に回ってもらうとして計算したら、支え手の人が2025年で3.9人に増えました。

これからの高齢化社会を乗りきるためには、前期高齢者(65才～74才)の人の協力が不可欠です。

新しい総合事業では、高齢者の社会参加(生活支援の担い手としての)を促しています。見守り、外出支援、家事支援等、ちょっとした困りごとを近所の高齢者で助けられたら、介護保険給付の削減になります。

さらに、介護保険制度を持続するため、1割負担だった介護保険料が2割負担にと検討されています。

また、軽度の人(要介護1・2)の生活援助や福祉用具の貸与についても自己負担の方向で見直されています。

今まで高齢者の生活支援は介護保険制度を活用してきましたが、そのことが、隣近所との関係を薄くする場合があります。買い物くらいなら、ヘルパーさんでなく、お隣さんに頼んだほう

が便利なこともあります。それにヘルパーさんに頼める仕事は決められています。大掃除・電球の取り換えなどは頼めません。介護保険制度での支援は限られたものです。これからは、ご近所とのつながりを作り、頼ったり、頼られたりする関係で暮していくことが大切となってきます。

65才以上の元気な方の力と、75才以上の方の知恵を借りて、地域の問題を解決していくことが求められています。





つどい

◇ 母を介護していました。認知症になって、しまいには私の顔も解らなくなってしまいました。昼夜逆転で、夜、起き出して歩くし、こけるしで、私はほとんど眠れませんでした。主人が助けてくれました。

○ 私は、認知症の姑と、主人を介護しました。舅、姑、小姑と大勢いる家へ嫁に来て苦労したのですが、主人の妹が「姉ちゃんは、今まで大変だったから」と、姑の世話をしに来てくれ、ありがたかったです。それに私は、姑の下の世話がイヤと思ったことがないのです。今は介護をしてないのですが、この会に来て、皆さんの話を聞きたいので、参加しています。

△ 主人は車イスでの生活でした。体が思うように動かないので、いらだって杖を振り上げることもありました。最後は、施設で1年あまりお世話になりました。亡くなるまで家で世話をしてあげたらよかったなあと、悔やむこともあります。家で介護するのは、大変なんですよね。自分までダメになりそうで・・・今は辛かったことは全く思い出しません。いいことだけが思い出されます。もっとやさしくしてあげたら良かったとも思います。

◎ 妻は4年半前から、病院でお世話になっています。初めの頃は会話もできたのですが、今は言葉がでません。その上、胃ろうになったので、口からの食事もできません。NHK「プロフェッショナル・仕事の流儀」で放送してましたが、横浜の看護師・小山珠美さんは、誤嚥しないで食べさせるプロだそうで、泉南市にも講演に来てくれないかなあと思っています。

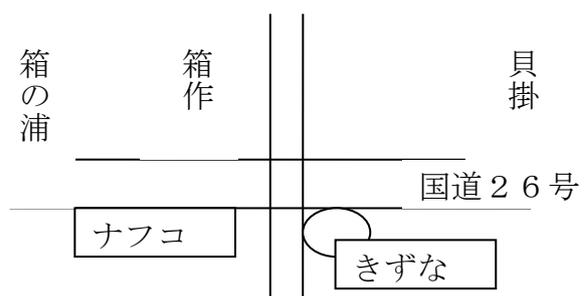
□ 脳性マヒの息子、(といってももう54才ですが)を介護しています。施設への入所は考えた事がなかったのですが、昨年、家内が腰を痛め入院し、初めてショートステイを利用しました。その時、家内は病院で個室に入っていましたが、その頃からかなあ、少し様子が変わってきたように思います。退院して歩けるようになったのに、何もしようとしません。

◎ 妻は若年性認知症です。私は早期に退職して、ずっと妻の面倒をみています。デイサービスを利用していますが、大声を出すし、迎えの車が来ても動かない時があるので、職員さんには迷惑をかけています。でも、妻の母が90才で一人暮らしているのので、週に1回は様子を見に行っているし2回のデイサービスは必要です。買い物は、夜妻が寝てから出かけます。

□ あなたはまだ若いから、そんな生活ができるんだ。私も10年前は介護をがんばっていたが、その結果、今はこの有り様だ。無理したらいかんよ。

施設見学 障害者デイサービス「きずな」

日時 7月22日(金) 1時あいびあ集合
場所 阪南市箱作桃の木台1丁目7-1
電話 072-476-0717



*食べる喜びをあきらめない

口から食べることは生命を育む根幹であり、人間が幸せに生きるための基本的な権利です。しかし、現況の医療や福祉の現場では、口から食べたい願いが叶わず、点滴や胃ろう栄養のみという方々が大半います。私は「口から食べて幸せに暮らせる優しい社会」になるよう力を注ぎたいと考えています。 小山珠美

編集後記 パソコンの電源が突然切れた。小鯛先生のおかげで、七八号は発行できた。(け)