

第 223 号

発行日：2018年4月1日

発行人：神 立 秀 明

〒950-2172 新潟市西区内野上新町11810番地3

TEL 代表(025)264-5000

FAX(025)261-4430

在宅ケアセンターゆうばえ内



夕映えの会

住民の声

地域でささえあう

高齢者と地域とつなぐ

包括支援センターは

よろず相談所

新潟市包括
支援センター赤塚
管理者主任介護支援専門員
荒木 薫

包括支援センターは高齢者の暮らしを総合的にサポートするための拠点として、介護だけでなく福祉、健康、医療などさまざまな分野から総合的に高齢者とその家族を支える機関です。保健師、主任ケアマネージャー、社会福祉士が置かれ、専門性を生かして連携しながら業務にあたっています。

包括支援センター赤塚は、内野・西内野、赤塚、中野小屋をエリアとし、高齢者人口3万8千人ほどを対象とするセンターです。支え合いの仕組みづくり推進員も入れて、現在7名の職員で業務にあたっています。

この圏域は旧来からの町場と新興住宅地そして農村部を併せ持つ地域

です。地域の皆様からのご要望やご相談事はさまざまです。

住宅密集地では、高齢者はお一人ないしお二人暮らしが圧倒的です。家庭介護力は極めて脆弱です。

一方、農村部ではどうかというと、家族数こそ多いですが、お家の広さ、（高齢者の移動に伴う動線の長さ）、ご家族のお勤めの状況などから介護が必要な時の判断が遅れがちになる傾向があります。ですから体と気持ちの変化は見逃ごせません。衣服の乱れ、食事の残り具合もチェックポイントでしょう。

さて、先日のゆうばえの皆さんの福祉の町シンポジウムでも話題になった、認知症の問題です。これからの時代、5人に1人が認知症という指摘は的を得ていたと思います。認知症をお持ちの方でも地域に暮らし続けるために、どう手をつなぎ合うのか、ホットなテーマです。

認知症は脳の一部の機能が傷んで壊れていく病気です。病気ですから誰もがかかる可能性があります。ですから特別視しないことが本当に必要だと思っています。

でも案外と今まで親しくお付き合いいされている場合でも、片方に認知機能の低下があらわれるとお付き合いがうまくできないケースがあります。こういう時こそ、傍でサポートするご友人の存在は大事だと思います。

また認知症の方ご本人にとっても、思いを伝えることは時間がかかりエネルギーのいる作業なのです。ここに寄り添えるかどうか、認知症ケアでは大事なことです。実際、認知症の人が、ある時、とうとうとご自分の人生を語り出されたというケースは良く聞きます。

このように、認知症の方とのお付き合いは、やはり学ぶこと抜きにはあり得ません。各町内ごとに、「認知症サポーター養成講座」を開催するくらいの気構えを持つていただけますと、一層地域の絆が強まるのではないのでしょうか。包括赤塚も講師の要請があれば、できるだけだけお応えしたいと考えます。

認知症の人を介護することは、やってみなければわからないとも言われます。でもその苦勞を語り合い、心寄せ合う場所が遠い場所ではなく区内、できれば私どもの圏域にあつたらと思っています。

ご相談で、ご自宅を訪問させていただく機会があります。そうすると長く日記をつけているとか、朝のウォーキングは欠かしたことがないとか、菜園でとれた野菜で子や孫たちを育てたとか、嬉しそうにお話しする方々にお会いします。

お一人になっても、お住まいの地域で暮らし続ける気構えをお持ちになつての方にお会いする時、私の背筋はピンと伸びます。(笑)

を続けるために医療と福祉の連携を

つくる はたらかせる

第一部 問題提起 医療と介護の事情

来賓のご挨拶

新潟市西区役所
健康福祉課長

渡部 和人様



「高齢化に備え、誰でもが安心して暮らし続けられる地域包括ケアシステムづくりを一緒に」とご挨拶をいただきました。

医療と介護の大きな流れ

医師 安達 哲夫

医療介護総合確保法のもとで、高度急性期医療と在宅医療まで患者の状態で応じた医療を効果的効率的に供給し、患者ができるだけ早く社会に復帰し地域で継続して生活できる事が国の方針です。在宅への大きなうねりです。

高齢化社会の未来予測と課題

団塊の世代が後期高齢者となる2025年(平成37年)問題は早くから指摘されてきましたが、高齢化のピークはその後にわたって来ることをわかってきました。

西区では2040年、65歳以上人口がピークになります。家庭や介護力はどうなっているか。



問題提起する安達先生

一般世帯の4割が独居、3割が老々世帯となりそうです(2030年)。介護する側の高齢化で介護力の低下は必至です。

新潟市 救急医療の現況

在宅でいざという時、救急・救命体制はどうなっているか。実際は救急患者数の増加により救急システムは崩壊寸前です。救急車が来て病院などに何分かかって収容されるかという問題です。1分1秒が争われますが、新潟市は44分です。

在宅医療の現況

新潟県の在宅療養支援診療所は下から2番目、在宅療養支援病院は全国最低。この根本原因は新潟県内の医師数の不足にあります。新潟県の医師数は全国平均の8割です。

西区の在宅医療介護連携

にしく赤・坂ネット結成から信楽園病院在宅医療バックアップシステムが試行されています。患者登録することで、開業医が対応できない時に受入れができ、負担を軽減します。

2018年介護報酬改定

主任ケアマネージャー

古俣 聡子

3年前に打ち出された地域包括ケアシステムの充実について、より一層深化させる内容で、2025年にむけて持続可能な介護保険制度をめざしています。

そのために2割負担に続いて、高額所得者に対して3割負担が導入されます。福祉用具レンタル

ルでは全国平均価格が示され、値段が統一されます。介護医療院が創設されます。また障害福祉サービスと介護保険サービスを一体的に運用する「共生サービス」がホームヘルプ事業やデイサービス、ショートステイで実施されることとなります。総合事業は今期からデイサービスとヘルパーで完全実施の運びとなります。新たな課題を抱えたスタートです。

かかりつけ看護師

看護師 高橋 直美

訪問看護師はご自宅に訪問し、ご利用者やご家庭を理解し、疾病を持ちながらでもその人らしい生活を支援しています。

年齢に関係なく、医師の指示があれば訪問可能で、疾病により介護保険か医療保険を利用します。

訪問看護は日常生活上のアドバースから様々な看護ははじめ取りまで行います。24時間の対応は訪問看護の最大の利点で緊急時にいつでも連絡が取れる体制を作っています。電話でのアドバースや必要があれば訪問し対応します。

地域の開業の先生は外来で手いっぱい。訪問診療する医師が増えない中で、訪問看護師が医師のサポート役になって負担を減らすことができます。

在宅の時代、訪問看護はコーデイネーターとして大きな役割と可能性を持っています。

夕映えの会25周年記念 福祉のまちシンポジウム

いまの暮らし さぐる

パネリスト



安達哲夫
坂井輪診療所



古俣聡子
ケアプラン
ゆうばえ



高橋直美
訪問看護ステー
ションゆうばえ



神立秀明
夕映えの会

第二部 シンポジウム

- 4つの事例をパネリストが紹介、医療と福祉の連携のポイントを説明しました。
- 医療の必要な方ですが、住み慣れた家での暮らしを選択。認知症もあります。
- 認知症のある高齢の方。デイ・ヘルパー・配食利用。
- 90才の男性、独居を訪問看護とヘルパーが支援。
- 脳梗塞後のひとり暮らしをデイ・ヘルパー・生活支援で支えます。
- **認知症、安達先生から**
認知症とひと口に言ってもいろいろあります。直る認知症もありますから、先ずは専門医の診断を受けることが第一です。認知症は生活習慣病との密接な関係が指摘されています。ですから速足歩きなどの運動は認知症予防の最も効果的な要素です。また脳の活性化には人と話すことが最も効果的です。料理はいくつもの作業をやり脳トレに最高です。
- **参加者の感想から**
○ とても参考になるお話で、この企画に感謝です。もつと大勢の人に聞いてほしいと思いました。
- 事例を通しての説明でわかり易かったです。運動が認知症予防に効果的とわかり認知症にならないよう頑張ります。
- 直る認知症もあるという事が分かり嬉しかったです。
- 初めて参加してよくわからないことがあったが、運動をすること、人と話をする事。いい勉強になりました。
- 家で暮らし続けるためには介護保険サービスだけではカバーできません。夕映えの会の生活支援サービスは心強いシステムです。
- 安達先生のお話は分かり易くて少し心が軽くなりました。シンポ全体が工夫されていて感謝します。
- こんな良い会があることを知らない人が多いと思います。もつと宣伝して下さい。
- 大変率直な質疑があり参考になった。夕映えの会の活動の具体的内容も聞けて参考になった。
- 訪問看護のお話がとてもうれしかった。子どもが遠いので、昨年、この土地で暮らすからと伝えた。夕映えがあるというのが心の支えになっている。初めての催物でこの日を楽しみにしていた。今後も末永く継続されることを希望します。
- 大変良いシンポになりました。自治会長の出席が少なかつたことが残念です。お助け隊が五十嵐中島と西ヶ丘自治会で設立すると聞いています。



感想をお話するシンポ呼びかけ人の皆さん

大屋さんの ご飯ですよ〜!



ゆうえい会
管理栄養士
大屋 綾佳

「筍とスナップエンドウの酢みそ和え」

筍についている白いものは、アミノ酸の一種であるチロシンという成分で、疲労回復やストレスの緩和、脳を活性化して集中力を高めてくれるなどの効能があります。スナップエンドウにもリジンという必須アミノ酸が含まれていて、集中力を高めてくれる効果があります。

ゆでたけのこ(あく抜き)

・ スナップエンドウ 6本

・ みそ 大さじ2

・ 砂糖 大さじ1

・ 酢 大さじ1

・ 白すりこま 大さじ2

・ かつお節 適量

〈作り方〉

① 筍は穂先と中央部と根元に切り分け、穂先は縦の薄切りにして、中央部と根元は薄めのいちょう切りにする。

② スナップエンドウは筋を取り、塩ゆでして冷水にさらし、水気を切って、斜め半分に切る。

③ ボウルに調味料Aを混ぜ合わせて、食材とかつお節を加えて混ぜ合わせて完成。



2018 **4** 事業所からの お知らせ

◆ デイサービス

● 白倉様のフェルト講習を毎週木曜日おこなっています。

■ お抹茶の会

とき 4月5日(木)

■ すみれ会

とき 4月17日(火)

■ 四季の会 紙芝居

とき 4月18日(水)

◆ 小規模多機能・ゆうばえの家

● 3分間癒しタイム始めました。利用者様が選ぶ活動メニュー。

■ 新舞踊・すみれ会

とき 4月24日(火)

◆ ショートステイゆうばえの里

● 歩行訓練、実施しています。

■ スターバックスコーヒー

とき 4月10日(火)

■ お出かけお花見見物

桜の見ごろを選んで

◆ ケアハウスゆうばえの里

● 入居者様の一日の始まりは看護師とのラジオ体操で。

■ 午後のひととき

歌謡ショール・2

とき 4月7日(土)

■ 春のお出かけツアー

とき 4月12日(木)

■ 出前ラーメンの会

とき 4月20日(金)

■ 新舞踊・すみれ会

とき 4月24日(火)

地域の皆さまのご来所をお待ちしています。一緒に楽しみましょう。



デイサービス：少人数の健康体操

第26回 夕映えの会 総会のご案内

とき 5月12日(土) 13時30分

ところ 西コミセン和室

- 議題 1. 29年度活動の振り返りと決算・監査報告
- 2. 30年度活動方針

※ 懇親会は15時30分より

職員募集

介護職員(常勤・非常勤)

・ショートステイ

「ゆうばえの里」

常勤：夜勤のできる方

非常勤：日中の介護と送迎

お問い合わせ

TEL 264-5000

吉田までお気軽にお問い合わせ下さい。

今月の投稿者

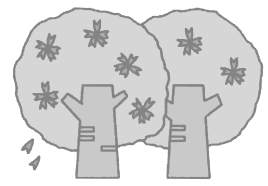
五十嵐中島三丁目

茜峯様

うら、かな春の陽ざしに誘われて
さくらの開花西より届く

春弥生開花予報もあとわずか
こどもも花に会えるようこび

ゆうばえ歌壇



連絡先一覧

ゆうえい会配食部

☎ 070-4453-5228

(担当：小島明日枝)

夕映えの会生活支援

☎ 070-4314-3980

(担当：神立秀明)



ご寄付お願いします

・古いタオル・シーツ

デイサービス
ショートステイ

ご寄付ありがとうございました。引き続きご寄付をお願いします。

編集後記

記録的な大雪に見舞われた今年の冬を経て、ようやく心待ちにした桜咲く4月を迎えました。どなた様もお元気で過ごすごしでしょうか？沈丁花の花の香が漂う春の宵が編集子は大好きです。今日一日頑張ったけど、やり残したことがあるような、人恋しいような、明日が待ち遠しいような、そんな事を思い巡らせます。春は歓喜に満ち溢れる季節ですが、甘酸っぱさもあります。さあ一年のスタートです、思い切り深呼吸して、GO！ (M記)