

人とまちの木通信 vol.18

発行日 2024年2月1日
発行 特定非営利活動法人 ACT・人とまちづくり
〒203-0032 東京都東久留米市前沢4-9-6
小寺ビル203号(法人事務局)
TEL 042-479-4810 FAX 042-479-4860
https://act-hitotomachidukuri.org/
発行責任者 香丸真理子

ケアマネジャー集団
わたしたちのしごと
ケアプラン作成 / 障がい者支援
まちづくり / 調査・研究
わたしたちは生活クラブ運動グループの仲間です

NEWS

「街かどケアカフェさくら」開催ご報告

主催: ねりま居宅介護支援事業所(練馬区)
テーマ: 指ヨガ体操
11月15日(水)に第4回さくらの会を開催しました。河合ひとみさんを講師に招き、指ヨガのレッスンをしました。手と体全体の繋がりが、目や肩の疲れやコリに効くケアを教わり驚きの効果を実感しました。
(次回2024年1月17日フットケアを予定)



当日の楽しい資料
(転載禁止)

ゆるりと月イチ「かいごカフェ」開催ご報告

主催: たま北居宅介護支援事業所(東村山市)
: 生活クラブ運動グループ東村山地域協議会
テーマ: 知っておきたい賢い「老人ホーム」の選び方
お話: 高齢者住みかえ支援センター 山元英裕さん

11月9日(木)に開催しました。毎回参加される常連さんお二人、ご主人が他界してお一人暮らしになられた方と自分の経験談も話しながら、この先の住みかえのチェックポイントを山元さんから教えていただきました。



質疑応答の様子

家族会開催ご報告 (西東京市)

主催: にしとうきょう居宅介護支援事業所
テーマ: 高齢者に多い特殊詐欺と悪徳商法について

11月25日(土)にコロナ感染予防のために中断していた家族会を開きました。田無警察署生活安全課防犯係の方をお招きしてお話を伺い、クイズ形式の分かりやすい動画の視聴もあり出席者からは質問や相談が相次ぎました。



家族会の様子



上野さん登壇



会場の様子

2023 介護保険フォーラム

2023年9月26日、生活クラブ運動グループ・インクルーシブ事業連合が主催する介護保険フォーラムが生活クラブ館経営堂で開催され、基調講演は、社会学者であり東京大学名誉教授、介護保険制度のウオッチャーでもある上野千鶴子さんが登壇。介護保険制度を振り返り、歯切れよくわかりやすく解説され、改定のために負担増や利用抑制等の課題はあるが、介護保険制度を守り・育てる社会連帯の動きを共につくっていくと問題提起があった。

「どうなる? どうなる? 介護保険!」

介護保険制度の基本を知る

制度の理念(タテマエ)は、利用者中心であること、措置から契約へ、地方分権・住民参加などを掲げ、1998年介護保険法が成立。その背景(ホンネ)は医療保険の破綻の付替として出来た第3の社会保険制度であるが、展望は「介護の社会化」家族介護負担の軽減があった。

特徴は、要介護認定が導入され、事業者との契約に始まり、新たなケアマネジャー制度の導入、ケアワーカーの資格化・専門性の獲得を目指す。「介護の社会化」を実現するために家族給付(現金給付)を導入しなかった。

効果は、介護サービスが成立して巨大な市場に成長。ケアワークの有償化は、女の不払い労働から有償労働へケアはただではないことが認識された。ただし、まだに低賃金で評価が低い。

もはや介護保険制度以前には戻れない!

さて、制度設計上の欠陥は、家族のニーズが施設志向であること。要介護認定基準が身体的機能重視となり認知症の人にとっては認定が軽度になる問題、ケアマネジャーの報酬が低いため独立性が困難、事業者併設となり利益誘導が

起きる、訪問介護の2本建(身体介護と生活援助)の報酬格差があり、短時間の移動細切れ労働となり報酬は依然として低い。どこまでが身体介護でどこから生活援助なのか現場では線引きできない等、問題だらけの介護保険制度であるが、それでもスタートして良かった。

歴史的意義を振り返る

介護の現場は確実に進化している

強制加入の国民皆保険である医療保険・年金保険、新たに誕生した介護保険は、国民の中でお互い様と言う「社会連帯」が必要であった。90年代の日本社会で国民的合意形成ができるラストチャンスであった。アメリカの様な健康保険加入をしていない人が3,000万人の格差社会では国民的合意は成り立たない。現在の2020年代の日本社会でも格差が広がり成立は不可能だろう。制度の持続性を標榜し改定のために利用者負担増と利用抑制があり社会保障の削減があるなど、問題は山積するが、何よりこの22年間に日本の介護は、制度もケアの質も世界に誇って良い。日本の介護保険制度を守り、壊してはいけないと上野千鶴子さんの強い思いが、確実に参加者に届いた講演であった。

ACT・人とまちづくり理事長 香丸真理子

11月30日、横山内科外科の院長である金高秀和先生を講師にオンラインにて認知症の研修を行いました。



「いまさら聞けない認知症についての知識」

認知症は病名ではなく、症候を表す言葉である。治療可能な認知症なのかを判別するため、受診し原因を調べる事が大切だと話される。

※4大認知症(アルツハイマー病・レビー小体型認知症・血管性認知症・前頭側頭型認知症)についてはCTやMRIの画像などを元にそれぞれの症状をわかりやすく説明してくれました。

※アルツハイマー病は症状が出る20年も前から始まっている!

※アルツハイマー病は始まりタウ蛋白が作られ、脳の神経細胞が死んで軽度の認知障害が始まり出す。その後アルツハイマー病が本格的に発症していくその過程も画像で分かりました。

※新薬について
レカネマブについては日本でも承認

されましたが、金高先生の私見では、既に進行しているアルツハイマー病には効果が期待できない事や発症前診断の倫理的問題・高額費用・副作用が起きた場合の医療機関の体制が整備されていないなどの懸念があるとの指摘がありました。

※予防するには?

良質の栄養をとって、よく体を動かす。そして生活習慣病はきちんと治療を行う事が一番!

高齢化社会に生きる私たちにとって、認知症は大きな課題です。このように研修を重ねても少しでも良いケアマネ業務ができるようになりたいと、改めて感じた講演でした。

研修チーム長 高橋裕子
(にしとうきょう居宅介護支援事業所)

利用者アンケート報告

- 2023年8月~9月実施
 - 回収率58%
 - (配布)671通配布 391通回収
- サービスの質の向上、公正中立なケアプラン作成の為、2年に一度利用者アンケートを行っています。
- 多くの方々から「満足」「大体満足」「なんでも相談でき信頼している」等の回答

を頂いている一方、「もっと積極的な提案をしてほしい」「メールでの連絡を希望」「打ち合わせ日程連絡は早めに」などの要望もありました。今回のアンケートで頂いた貴重なご意見を今後の活動に活かします。必要な研修を行っていきたく思います。詳細はホームページに掲載予定です。

自己評価チーム長 彌富恭子
(せたがや居宅介護支援事業所)

はじめに介護が必要になった時、どこで誰とどんなふうに住みたいかと家族で話し合ったことはありますか？ 高齢になると加齢による体力・筋力の衰えや物忘れ等の記憶障害もおきるなど、介護が必要な状態が突然身近に迫ってきます。家族で介護保険制度の仕組みやサービス内容を知る備えをすれば慌てず介護ができます。具体的事例で考えてみましょう。

在宅介護の今

この先、どこまで介護ができるのかしら？ ・・・不安をかかえるケア者

まちだ居宅介護支援事業所 清田順子

80代後半、要支援1のTさんの場合、包括支援センターからの紹介で予防プランがはじまった。お身体は元気であるが、以前一人で出かけて帰れなくなり警察のお世話になったことがあり、家族が包括支援センターに相談し介護保険を利用することになった。その後更新で要介護1が出て、それまでの半日デイサービスから1日型デイサービスに変更になった。Tさんは妻と二人暮らしであるが保護猫まるちゃんも家族として一緒に暮らしTさんの良き相手でもある。まるちゃんが入り出すときは窓を開けることはできるが閉められないまるちゃんに代わってTさんが閉めている。そんな暮らしぶりであるが、介護する妻は生協の組合員であり、生協の機関紙「生活と自治」をよく読まれていて、介護保険制度の改定のたびに介護サービスが厳しくなることに対し、この先自分がどこまで夫の介護が続けられるのか不安を感じられている。



離れて暮らす長女より、父は一人では何にもできない。もし母に何かあっても自分たちは動けないので、ショートステイを利用できないかと事前に相談があった。利用者の意向もわからない中で、はじめからショートステイの導入は難しいと考えて、要介護になりショートステイもあるデイサービス利用して慣れてもらい、今回お試しでのショートステイを利用することになった。妻の介護負担を減らすには現在週2回のデイサービスの回数を増やすことも提案したが、妻はデイの前日は必ずお風呂に入れ清潔にして、朝起こして食事をさせて身支度をして送り出すことが妻にとって相当の精神的負担があるため週2回が精いっぱいであると訴えがあった。ご夫婦と愛猫で長年暮らしているので、訪問介護のヘルパーを入れるのは難しく、長女からの要望でショートステイの選択となっている。

ケアマネジャーとして、本人の意向を中心にしながら、介護者の妻や子ども達家族が、どのような介護の将来像を考えているかを家族で話し合い(人生会議)をすることを勧めていきたい。

○人生会議とは自分が望む医療やケアについて考え、その内容を家族や医療・介護を行う人たちと共有しておく取り組みです。

自分らしく生きる

第10回

誰でも最後まで自立して人の世話にならずに生活する事を望んでいます、思うようにいかない事も多いです。在宅・施設という枠を超えて人とはどのようにその人なりの自分らしさを大事に生きているのかを紹介いたします。

二人で支えあい、周囲に支えられ、感謝し生活を楽しむ。

西東京市在住 小松健秀さん 82歳 要介護2(脳梗塞後遺症)
小松倫子さん 83歳 要介護1(シエーグレン症候群)

※お二人の出会い

お二人は、音楽を通して知り合った。ご主人の健秀さんはハワイアンバンド、奥様の倫子さんはピアノ。共通のご友人宅でピアノを奏でる倫子さんの姿に心奪われ、交際を申し込んでから50数年が過ぎた。お二人の子どもを育てあげ、今はお二人で互いに労わりながらのお暮し。

健秀さんは70歳まで食品関係の研究職と後進の指導を続けてきた。お菓子の開発にも携わり、チョコレートのことを語ると、どんだん話が広がる。そんな健秀さんが退職後は自宅に籠ることが多く、倫子さんが心配。「カラオケでも」と後押し。サラリーマン時代は接待で歌うくらいだったが、はじめてみるとやはり音楽が好きで、人も好き。すぐに同好会の指導役になり、市の文化祭の実行委員も務めた。ご本人の十八番は、増位山の歌。倫子さんのアドバイスも受け、歌の世界感に合わせた衣装で舞台上に立ち続けている。

健秀さんは心臓、腎臓の病に6年前の脳梗塞の後遺症があります。倫子さんも難病をかかえ、痛みで動けない日も度々です。倫子さんの通院ではご主人が車を押します。自分が頑張らないといけないからとデイでのリハビリに真剣に取り組みまれており、一方倫子さんも、「夫に大変な思いをさせたくない。歩きたい」とやはり、リハビリに真剣に取り組みられています。

カラオケの舞台上で
「いろいろあったのよ…」と話されるお二人に夫婦の長い歴史を感じました。体調ままならない中、ご協力頂き有難う御座いました。
にしとうきょう居宅介護支援事業所 吉田智子

人とまちの木



ケアマネ集団 NPO ACT・人とまちづくり

NPO・ACT せたがや居宅介護支援事業所
世田谷区船橋1-1-2 山崎ビル205 ☎ 03-3425-5862

NPO・ACT ねりま居宅介護支援事業所
練馬区桜台1-12-9 メナージュ桜台1F ☎ 03-5946-6881

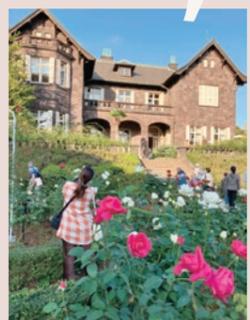
NPO・ACT きた居宅介護支援事業所
北区東十条4-10-6 グリーンコーポ103 ☎ 03-5959-2241

NPO・ACT まちだ居宅介護支援事業所
町田市成瀬が丘2-27-1 FSビル1F ☎ 042-788-1561

NPO・ACT たま北居宅介護支援事業所
東村山市久米川町2-28-3 ソレイユハイイツ101 ☎ 042-390-6301

NPO・ACT にしとうきょう居宅介護支援事業所
西東京市保谷町6-25-22 ルーチェ・ヨコタ102 ☎ 042-438-7416

きた事業所から
事務所から自転車で10分くらいの所に旧古河庭園があります。春と秋の2回きれいな薔薇が咲きます。季節ごとに散策も楽しめます。



せたがや事業所から
コルティ(経堂駅前商業施設)の屋上庭園からは空気の澄んだ日には世田谷区の街並みや小田急線の電車を前景に富士山を眺めることができます。

まちだ事業所から
ACTまちだ居宅介護支援事業所に隣接している「生活クラブデポ1町田」にはお昼時になると色とりどりの美味しそうなお弁当が並びます。その時の気分によってお弁当を選ぶのも楽しみの一つです。



イベントのおしらせ、機関紙のバックナンバー等 ホームページでどうぞ
<https://act-hitotomachidukuri.org/>

