

平成24年
6月号

桂台地域ケアプラザ

地域交流プログラム

発行日／平成24年6月1日
編集・発行／横浜市桂台地域ケアプラザ
発行責任者／石塚 淳

お問い合わせ先

地域交流部門 897-1111

HPアドレス

<http://www.katsuradai.com>

桂台 支えあい連絡会

検索

先日、「東日本大震災における高齢者・障害者等に対する福祉支援の在り方に関する調査研究事業報告書」という大部（概要版なのに166頁）が送られてきました。目的は東日本大震災における高齢者・障害者に対する支援体制の実態を把握し、被災した高齢者・障害者の今後の福祉支援の在り方について提言を行うという事で、かなり綿密に調査した結果の報告書でした。その纏めを行ったのが全国介護者支援協会という組織です。ちょっと、興味をひかれてホームページを探したところ「介護たすけあいホームページ あったかタウン」に行き当たりました。このホームページがとても良い！コンパクトにまとまっていて、わかりやすいだけでなく、最近の介護に関するトピックも出ているのです。例えば、災害時にも役立つ、水に流さなくても済む介護用簡易トイレの紹介、また介護に役立つレシピ、そして、30代、40代独身者のための親の介護と仕事を両立させるための本の紹介など介護者の方に心強い情報が満載です。特に、初めて介護を行う方にはお勧めのサイトです。こちらのURL (<http://www.kaigo-town.jp/>) もしくは「あったかタウン」で検索してみてください。

6月の おしらせ



～24年度前期参加者募集～

◆男の料理教室◆

日 程：6月23日(土)、
9月22日(土)(全2回)
時 間：10:00～14:00
参加費：各回 1,000円
定 員：12名(応募多数時抽選)

講 師：鈴木 豊子氏
申込み：電話か窓口にて
6月は「いかめし」に
挑戦



◆親子講座◆

～子育てが2倍楽しくなる～

「食育」や「親子の絆」をテーマにしたお役立ちの講座です。

第1回「エコクッキングで安全な食生活を」
～安心・おいしい・お手軽料理のすすめ～

日 時：6月27日(水) 10:00～12:30

講 師：東京ガス(株)の皆さん

第2回「はじめての反抗期も大丈夫！

親子の絆が大切」

～遊びをとおして子育て不安を解消！～

日 時：6月29日(金) 10:00～12:00

講 師：桂台保育園の先生方

第3回「七夕で楽しく三世代交流」

～伝統行事でつながる心をそだてる～

日 時：7月6日(金) 13:30～15:30

講 師：ベテラン保育士／木暮寿子さん

募 集：未就学児の親子 12組(定員次第締切)

参加費：無料(第1回のみ、実費300円)

申込み：桂台地域ケアプラザ

桂台スペシャルデイのお知らせ

桂台地域ケアプラザデイサービスでは、利用者さんへ日頃の感謝を込めて、月に一回「桂台スペシャルデイ」を企画しています。毎月毎月素敵なおプログラムを企画していますので、地域の皆様も是非、足をお運び下さい。

ご希望の方は、桂台地域ケアプラザまでご連絡下さい。

日時：7月22日(日) 14:00～15:00

内容：洗足学園音楽大学生によるコンサート

洗足学園音楽大学に在学中の学生の方々による歌曲・オペラ等の独唱をデイサービスの利用者さんとお楽しみください！

場所：桂台地域ケアプラザダイルーム



上郷西地区

第4回世代間交流サロン

「ぬくもり」開催！

日時：6月17日(日) 11:00～15:00

“みんなにやさしい ぬくもりのある出会いでつながります”

◆遊びコーナー

的あて・折り紙・輪投げ 他

◆イベントコーナー

和太鼓「MIKAWA」力強く華麗な女性ユニットのバチさばきをご堪能あれ！

◆昼食はセットで250円

「懐かしの味：ハヤシライス」の登場です

◆喫茶コーナー

今回はお茶席もご用意！
子どもたちの活躍にご期待ください

ご存知ですか？ ～地域包括支援センター、 居宅介護支援事業の活動～

この4月から桂台地域ケアプラザは、職員の入退職があり新しい体制で始まっています。地域包括支援センターの開設当初から、地域の皆さまにお世話になった保健師の多次は三重県の大学に移り、ケアマネジャーの八巻は、旭区にある地域活動ホーム連に異動しました。二人の後釜として包括支援センターには市来芳野、居宅介護支援事業は飯田裕子が入職しました。今回の特集記事は、新人職員の紹介も兼ねて、ケアプラザの相談事業（地域包括支援センター・居宅介護支援事業）についてご紹介をさせていただきます。まだまだ、地域でPRが足りないと言われる二つの事業、お知り合いの方にもぜひご紹介ください。

地域包括 支援センター とは？

桂台、公田の地域に暮らす皆さんが、住み慣れたこの街で安心して生活していけるように、介護をはじめ、日々の暮らしで感じるお困りごとについて専門職(社会福祉士・保健師・主任ケアマネジャー)が相談をお受けします。

※ちなみに犬山、上之、野七里、上郷町(千載橋以南)は野七里ケアプラザ、亀井町、尾月は中野地域ケアプラザ、桂町は小菅ヶ谷地域ケアプラザがエリア担当となります。

「退院した後の自宅での生活が不安」「認知症の専門医を紹介してほしい」「近所のお年寄りが、最近具合が悪そうだけど声をかけにくい」などさまざまな相談をお受けしています。お話を伺った上で、必要に応じて介護保険の手続きやケアマネジャーの紹介、専門機関の紹介などを行っています。

さまざまな
相談をお受け
しています

「健康づくり」 のお手伝いを しています

地域の皆さんがお元気に生活していただけるように健康づくりのお手伝いをしています。介護予防の為に連続講座「シニア健康づくり教室」や近隣で活躍されている医師や歯科医師にお話を伺う健康講座などを開催します。また、地域では、さまざまな体操グループが自主的に活動をしています。身近な場所で健康づくりができるように、地域の自主グループの紹介もさせていただいております。

暮らしやすい街をつくるために、様々な保健・福祉活動の関係機関とのネットワーク作りを支援します。継続事業として、ケアマネジャー、民生委員、ボランティアグループの方たちの「横のつながり」を深める事を目的とした懇談会や事例検討を実施します。また、今年度は、介護者支援の取り組みとして、地域とのつながりが希薄になりやすいと言われている「男性介護者向けの講座」を開催します。

「暮らしやすい街」
をつくるためのネット
ワークを広げます

龍先生による健康講座 熱中症にならないために！

今年も昨年同様に電力不足による節電の影響が懸念され、熱中症が多発する危険性が指摘されています。

元気に夏を過ごすために、暑さに負けない為のヒントを学びましょう。

日時：平成24年7月27日(金) 13:30～15:00
会場：桂台地域ケアプラザ2階ボランティアコーナー
講師：龍 覚先生(上郷医院院長 上之町在住)
演題：「熱中症にならないためのポイント」

*講演は30分の予定ですが、お茶をご用意していますので、終了後も龍先生と歓談をしながら涼しいひと時をお過ごし下さい。

問い合わせ・申し込み先：
桂台地域ケアプラザ
(地域包括支援センター)
☎897-1111

*7月の医療相談は7月13日(金)
13:30～15:00桂台ケアプラザで
行われます。(予約優先)

居宅介護 支援事業 とは？

介護支援専門員（＝ケアマネジャー）が要支援・要介護の認定を受けた方のご相談を受け、日常生活で課題になった事について解決するためのケアプランをご一緒に作成します。また、桂台ケアプラザでは担当者が不在であっても、チーム4名で対応できるように、日々連絡を密にして、地域の利用者、家族の相談に対応できるように努めています。

利用者・家族とお会いして、介護に関する相談をお受けします。生活の中でお困りの事や健康状態などのお話を伺い、その問題を解決するにはどうしたら良いかを一緒に考えます。

相談を 承ります

サービスの 調整を 行います

介護の問題は、様々なサービスを利用することで解決できる事があります。私たちはお話を伺い、ホームヘルパーやデイサービス、福祉用具や住宅改修等の介護保険サービスを紹介します。さらに、地域のボランティアさんが運営するサロンや配食サービスなど、介護保険以外の活動も紹介します。もちろん、サービス開始後も、定期的にサービスの見直しを行い、利用者、家族のお望みになる生活を引き続き応援していきます。

※ケアプラン作成の費用は全額介護保険で支払われますので、利用者の費用負担はありません。

介護保険で介護サービスを利用するには、保険者である市町村に介護認定を申請する必要があります。私たちケアマネジャーが利用者、家族の代わりに申請の手続きを代行します。また、介護認定は定期的に見直しをします。その際も、認定期間が切れる前に申請手続きをお手伝いします。※費用は無料です。

介護保険 認定の申請を 代行します

介護保険制度の改定!!

2000年にスタートした介護保険制度ですが、6年毎に大規模な制度改正があり、今回が2回目になります。前回の2006年には「地域包括支援センター」の新設、「要介護度の6段階から7段階への変更」「地域密着サービスの新設」「介護予防給付の独立」など、現在の介護保険の基礎となる変更が行なわれました。今回の改正では、近年進められている在宅ケアの推進として、必要なときにヘルパーや看護師が自宅を訪問する「定期巡回・随時対応サービス」が新設されました。また、利用者のニーズに合わせ、介護だけでなく医療系サービスについても一括して提供できる事を狙った「複合型サービス」（小規模多機能型居宅介護と訪問看護の組み合わせ）も新設されました。



市来 芳野

(地域包括支援センター配属:
看護師)

この度、地域包括支援センターで働かせていただくことになりました市来芳野です。生まれも育ちも栄区で、現在は鍛冶ヶ谷に住んでいます。以前は戸塚区内の病院で看護師をしていました。体を動かすことが好きで、この間3歳の息子とふじやま公園へ行き、遊歩道を歩いてしだれ桜を見たり、かくれんぼをしました。地域の皆さんが楽しく快適に過ごせるように少しでもお力になればと思っておりますのでよろしくお願いします。



飯田 裕子

(居宅介護支援事業配属:
ケアマネジャー)

4月から居宅事業所に入りました飯田裕子と申します。これまでは、老人保健施設とグループホームに勤めておりました。藤沢に住んでいる為、栄区の地理がわからず、地図を手に訪問している毎日です。趣味は、旅行で四季折々、静かな所へ出かけています。なかでも、山陰・山陽は好きで行く度に良い刺激を受けています。慣れない事で対応にご迷惑おかけする事もあると思いますが、よろしく願い致します。

「孤立を防ぐ」～地域の力をつなぐ～

ちょうどゴールデンウィークのさなか、神奈川新聞で「えにし かながわ地域の力」という連載をしていました。テーマは「孤立を防ぐ」、第一部は現場からの報告、第2部は見守り活動の取り組みの報告となっていました。

第1部では二つの事例が取り上げられていました。一つ目の事例は横浜市旭区で起こった重度の障害のある男性と母親の孤独死。深く取材がされていて施設職員や区職員が懸命にアプローチしていたけれども手が届かなかった無念が書かれていました。この家庭は町内会にも加入しておらず、民生委員も把握していなかった状況にあり、その事を知っているが故に区職員も施設職員も頻繁に関わっていたと思われれます。それでも届かなかった。

そして、もう一つの事例は横須賀で起きた認知症のある妻の介護を苦しめた自殺。介護で追い詰められてしまうひとつの典型例として、助けを求めることができない、抱え込みタイプの介護者が実は危険であることが言われます。「大丈夫、家庭の事ですから」「自分が見る事が務めです」そう言われると隣近所の方も「どこまで関わって良いのか」と？マークが浮かび、それ以上関わる事に疑問を感じてしまう。また、自分だけで抱えるのはいけないと思い、区役所や地域包括支援センターに相談しても「まずは、ご本人から連絡をするように言ってください」と返答をされた経験をお持ちの方も多いのではないかと思えます。このまま放置したら、危険かもしれないと感じている方からすれば、本人が連絡しないから代わって動いたのにとの思いも溢れ、大変ストレスのかかる話です。この事例も詳細を読んでも、実際に一歩手前の事はどこでも起こっていると感じました。

さて、では自分たちの地域の中で何ができるのか？ この連載の中では桂台自治会の例が取り上げられていました。栄区では要援護者避難支援の取り組みを各自治会で進めています。これも考えると地域の見守り活動の一つです。桂台自治会では、要援護者の名簿を作成しただけではなく、名簿掲載者宅を1件ずつまわり状況の詳細を把握したそうです。先の例でも民生委員が把握していなかった（一人暮らしではなかったため）わけですが、何でも民生委員では限界があります。民生委員の活動と共に自治会やボランティアグループで行っているサロンや配食サービスなどの活動、要援護者避難支援の取り組みが横の連携をつくり、見守り活動を進めていく必要がある事を感じます。また、4月に開いた桂台ケアプラザの運営協議会では、出席者から「専門家だけではなく、自治会や地域の人と組んだ見守り活動を行ってほしい」との言葉もいただきました。まったく同じ思いです。今年度も、地域の皆さまと「孤立を防ぐ」実践を一歩一歩行っていきたいと考えています。

● 栄区緊急時医療情報キット配布のお知らせ ●

見守り活動、訪問活動と言っても、何のお土産もないと行きにくいものです。先日、ある民生委員さんからお叱りを受けました。実は、栄区緊急時医療情報キットの配布対象者の条件が緩和されていて、**65歳以上の高齢者、障害者のいる世帯であれば誰でも差し上げられる**（以前は一人暮らしの方等に限定）事になっています。「そんな大事なことならちゃんと周知しなさい」と言うわけでした。まだ、在庫もあります。自治会等でまとまった数が必要な場合は、区役所に相談しますので、是非ご活用ください。

※栄区緊急時医療情報キット＝緊急時に必要な医療情報を入れた容器「緊急時医療情報キット」を普段から冷蔵庫に保管し救急搬送時や災害時などの活かそうという取り組みです。

