

平成25年  
7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25年7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.katuradai.com>

桂台 支えあい連絡会

検索

「お年寄りがひとり亡くなるのは、地域に一つ図書館が無くなるのと同じだ」と言ったのは柳田国男だそうです。確かにお年寄りの話を聞いていると、今まで全く聞いたことのないような話に遭遇する事があります。先日もある方から、根岸に飛行場があったお話を聞いたので、調べてみたところ、今では根岸プールセンターがある辺りの一帯に本当に飛行場があったそうです。その飛行場は、昭和15年(1940)に大日本航空株式会社によってつくられた日本発の飛行艇専用民間飛行場でした。南洋諸島パラオ島への定期航空路として開設され、大型飛行艇が根岸湾からサイパン経由パラオに向けて飛び立っていたそうです。ちょっとした驚きです。時折、そんなお話に出会うことがありますが、その都度の話として終わりになってしまうのが常でした。ところが、最近職員が持ってきてくれた新聞記事で、ある団体の活動を知り興味をひかれました。その団体は、人生の先輩であるお年寄りからどう生きてこられたかを語っていただき、そのお話を1冊の本にまとめる活動をしておられるということでした。聞き書きボランティアです。そこで、早速先日講座を受けてまいりましたが、聞けば聞くほどよい活動をなさっているなあと感じました。詳しく紹介したいのですが、今月は残念ながら紙数が尽きました。栄区でも聞き書きボランティア養成講座をと思っていますので、ご興味を惹かれた方は是非ケアプラザ窓口にお声掛けください。

## 7月の おしらせ

### ◆本郷中央地区 第1回 「買い物」とおして支えあう街へ 協働福祉講座◆ ～誰にもやさしい 暮らしやすい街づくりを考えます～

毎日の生活に欠かせない「買い物」、みなさんは不便を感じていませんか？地元の商店街や商業者等が取り組んでいる活動を紹介しながら、「買い物」の現状を知り、地域でできる支援につなげていきましょう。どなたでもお気軽にご参加ください。

日 時：7月19日(金)  
13:30～16:00  
場 所：本郷地区センター2F大集会室  
問合せ：桂台地域ケアプラザ  
TEL 897-1111

### ◆夏休み特別企画：2連発◆

長～い夏休み、いろんな体験とおして子どもたちの成長を応援します。ふるってご参加ください。

#### 1.「自由研究にバッチリ！

科学実験を楽しみながら工作も…」

身近な「なぜ?なに?」に、わかりやすい実験や工作で「わくわく」しながら「わかった」の気持ちを育てます。

日時：7月21日(日) 10:00～12:00

講師：おもしろ科学探検隊  
関口秀夫隊長

内容：「進め！風船ホバークラフト」

募集：小学生15人(定員次第締切)



#### 2.「めざせ！未来のシェフ キーマカレーに挑戦」

夏バテ予防に最適、ひと味違ったカレーで家族の笑顔が増え！ヨーグルトラッシー・デザートなどもお楽しみに…。

日 時：8月23日(金) 10:00～13:00

講 師：調理士 坂野恵さん

募 集：小学生15人(定員次第締切)

参加費：200円

### 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。

〈7月〉日時：7月21日(日) 14:00～15:00

内容：民謡・津軽三味線演奏

〈8月〉日時：8月25日(日) 14:00～15:00

内容：桂台デイサービス夏祭り

桂台小学校の子どもたちの元気いっぱいのソーラン節やスイカ割り等の企画をご用意しております！

場所：桂台地域ケアプラザ デイルーム

### 「キッズのみんな あつまれ

～ダンスの基本を楽しく学ぶのは…今でしょ!!～

小・中・高校で必修科目となったダンス、小さいうちからリズム感を養い楽しく基礎を身につけましょう。

日 時：7月24日(水) 29日(月)

(2回シリーズ) 14:00～15:00

講 師：幼児体操等インストラクター 菅原亜紀さん

募 集：未就学児15人(定員次第締切)

申込み：桂台地域ケアプラザ TEL 897-1111



# 地域密着!! ご存知ですか

しょうきぼたきのうがたきょたくかいご

## 小規模多機能型居宅介護

### はじめに

最近の6月の新聞記事に、「厚生労働省研究班の調査」で、2012年時点で認知症の方は、462万人、認知症になる可能性のある軽度認知障害の高齢者も400万人いるというものがありました。あまりに多くて実感が伴いませんが、65歳以上の高齢者の4人に1人は、認知症とその予備軍になるという数字です。身近な例で言えば、誰にでも父方、母方合わせると祖父母は4人！近親者に一人は認知症の方がいる計算になります。家族の事を思えば、認知症についてきちんと理解する事は、もう全ての人に必要なことになりそうですね。

さて、今回は、認知症の方が安心して生活を送る事を目的とした介護保険サービスである「小規模多機能型居宅介護」を紹介させていただきます。

### 小規模多機能型居宅介護とは？

「小規模多機能型居宅介護」は、認知症のある高齢者が可能な限り住み慣れた自宅や地域で生活ができることを目的に創設されました。一つの事業所のスタッフが、「通い」（デイサービス）、「訪問」（ホームヘルパー）、「宿泊」（ショートステイ）の3つサービスを行ってくれます。馴染みのスタッフによる介護は、記憶障害のある認知症の方にとって安心です。

### どのような方が利用できるの？

介護保険で、要支援1～要介護5までの認定を受けている方です。また、元々の住まいに近いところ(なじみの地域)で安心して暮らしていくことが大切なので、横浜市内の方は、市内の事業所のみ利用できます。



### 顔なじみのスタッフで安心

「通い」「訪問」「宿泊」の3つのサービスを一つの事業所のスタッフが行うことから、スタッフと顔なじみになりやすいというメリットがあります。認知症のある方は、顔なじみのスタッフに対応してもらうことで、安心してサービスを受けられます。また、ケアプランを一緒に作成するケアマネジャーも同じ事業所のスタッフになりますので、密な連携がとれ、統一したケアが行いやすくなります。

## どれくらいの人数が利用しているの？

利用する方の登録人数は25名程度になります。一日当たり「通い」(デイサービス)は、15名以下、「泊まり」(ショートステイ)は、9名が上限となっています。

## 柔軟な対応

臨機応変な対応が可能です。通常のデイサービスなどでは、帰りの時間が決まっていますが、ご家族の都合によってどうしても遅くなる場合は、夕食を食べてから送ってもらうこともできます。また、普通の場合、短期入所を利用するときは、デイサービスはお休みになりますが、「通い」でサービスを利用してそのまま「泊まり」をすることもできます。

## 定額の利用料金

利用料金は、1ヶ月の定額になっています。

<自己負担の目安> 1ヶ月あたり

要支援1	4,764円
要支援2	8,523円
要介護1	12,185円
要介護2	17,403円
要介護3	24,823円
要介護4	27,287円
要介護5	29,976円



- 食 費
- 宿 泊 費
- 日常生活費等

## 栄区の事業所の紹介

栄区にも、平成25年4月に、新たに2つの事業所ができ、現在5つの事業所が活動しています。お問い合わせしたところ、どの事業所の方も、介護をされている方はもちろん、これから介護を考えている方やご興味のある方のご見学も対応して下さるそうです。ご希望の方は、この機会にぜひ足を運んでみてはいかがでしょうか。(ご見学前に、お約束の連絡をお願い致します)

	事業所名	所在地	電話番号
1	小規模多機能型居宅介護 くるみ <a href="http://www.h2.dion.ne.jp/~kuruminj/n-kurumi.htm">http://www.h2.dion.ne.jp/~kuruminj/n-kurumi.htm</a> <a href="http://www.h2.dion.ne.jp/~kuruminj/imgs_n-kurumi/map-kurumi.htm">http://www.h2.dion.ne.jp/~kuruminj/imgs_n-kurumi/map-kurumi.htm</a>	横浜市栄区本郷台4-28-12	045-893-7517
2	小規模多機能ホームちいさな手花咲く街横浜こすがや <a href="http://www.medicalcare-group.com/st/syoubokiboki_copy_copy.html">http://www.medicalcare-group.com/st/syoubokiboki_copy_copy.html</a>	横浜市栄区小菅ヶ谷1-27-5	045-894-8620
3	小規模多機能事業所「晴」 <a href="http://www.morinokai.or.jp/kourei_group.htm">http://www.morinokai.or.jp/kourei_group.htm</a>	横浜市栄区上郷町969-1	045-896-0668
4	小規模多機能型居宅介護 かりん <a href="http://www.h2.dion.ne.jp/~kuruminj/karin.htm">http://www.h2.dion.ne.jp/~kuruminj/karin.htm</a> <a href="http://www.h2.dion.ne.jp/~kuruminj/imgs_karin/map-karin.htm">http://www.h2.dion.ne.jp/~kuruminj/imgs_karin/map-karin.htm</a>	横浜市栄区小菅ヶ谷3-62-2 高橋ビル1階	045-895-6006
5	小規模多機能型居宅介護 みなみ栄 <a href="http://www.aikokai-minamigp.or.jp/kanren.html">http://www.aikokai-minamigp.or.jp/kanren.html</a>	横浜市栄区上之町18-9	045-898-0373



## 買い物支援は、もう一つの高齢者問題!

本郷中央地区協働福祉講座 ～買い物をとおして支えあう街に～ 7月19日(金) 本郷地区センターで開催予定

皆さまは「買い物難民」という言葉を耳にした事がありますでしょうか？ 私が「買い物難民」という言葉を初めて耳に(目に)したのは、2009年6月の読売新聞でした。公田町団地で活動している「お互いさまねっと」のおおぞら市が記事として取り上げられ、初めて知った次第です。

皆さまもご存じのとおり、公田町団地の活動は、その後NPOの設立、常設サロン「いこい」の運営へと発展しました。この当時の事を思い出すと、記事が出た当初、住民の方々からは賛否両論があり、否のほとんどは難民という言葉に対する不快感から来るものでした。

公田町団地は、大船までバスが頻繁に通っており、少し下ればスーパーや商店街もあり、住民の方からすればそんな不便なところに住んでいるわけではないので、いま現在買い物に困っていない住民の方が怒るのは当たり前だと思った記憶があります。ただし、逆に考えるとそれほど不便なところでも買い物問題が浮上するのにはわけがありそうです。

先日、うちの職員(40代～50代)に買い物不便を感じることであるの？ と尋ねてみました。もちろん、全員がNO！ これだけ交通網が発達している街で暮らし、元気で、車の運転もできる人たちにとっては、まだまだこの買い物支援の問題については意識にのぼりにくいということを表していると思います。

というわけで、この問題について調べると、ある学者は、「買い物支援問題は、もう一つの高齢者問題なのだ」と端的に言い切っています。若い人には便利に違いない、買い物についての街の仕様が高齢者には優しくない、もっと言えば過酷な状況になっている、ということだそうです。ひとつ例を挙げれば、郊外型の大型店舗は確かに大工用品、カー用品から、家電製品、食料品、100円ショップまで何でもそろっていますが、思った以上に店内を歩き回ってしまうようで、40代の自分でさえ帰ったあとは思いのほかぐったりとなる事があります。ここで、70歳や80歳になった自分が買物をするとなると、確かにちょっと遠慮したい気分になります。

また、この問題に詳しい杉田教授の著書によると、買い物問題の背景として1960年代には地方の小都市に当たり前にあった小さな商店街が、今ではシャッター商店街になり消失してしまったところも数多くあるという事実が述べられています。つまり、徒歩圏内から商圈が消えてしまった事で、足のない高齢者が不便を強いられている事例がたくさんあるということです。

この事は、公田町団地の活動がスーパー撤退を機に起こっている事や、ケアプラザの近辺でもコンビニや小さな小売店が営業をやめてしまった事があるなど、かなり実感として思うところがあります。反対にあちこちのスーパーでも様々なアイデアが実践され、配達サービスを拡充したり、近隣に買い物バスを走らせるなどの企業努力を行っているところもあります。自治会でも協力しなければと、ボランティアで「店コン」と称したコンサートをコーディネートしたりする例も聞いています。小さな活動だけでは事態は変わらないぞという声も聞こえてきそうですが、すでにある地区では高齢化率が45%を越えています。本格的に困る前に、行政や企業に頼るだけではなく、自分たちで打てる手は打っておこうという事も必要ではないでしょうか？

さて、今回の協働福祉講座ではその「買い物支援」がテーマに取り上げられます。魔法の杖は無くても、小さな活動のきっかけでも産まれればと期待しています。