

グループ桂台通信

第177号 2012年6月
発行 グループ桂台
責任者 中村涼子
電話・FAX 894-2735

[グループ桂台は生活支援の非営利団体です]
事務所: 〒247-0033 横浜市栄区桂台南 1-9-2
グランボア 湘南桂台自治会事務所内
URL <http://www.katuradai.com/katuradai.html>

目次

- 1面: 介護付き有料老人ホーム見学記
- 2面: 介護付き有料老人ホーム見学記 (1面からの続き)
南区の皆さんがヒアリングにみえました
- 3面: 健康アドバイス わがまちの名医から
逆流性食道炎 その1
- 4面: 5月度活動実績、ひとりごと他



〇●〇 介護付き有料老人ホーム見学記 〇●〇

既に7回にわたって、栄区周辺、鎌倉、藤沢地区にある有料老人ホームの基本的な情報をお知らせしてきました。このたび、典型的な介護付き有料老人ホームとして、座間にある“レストヴィラ座間谷戸山公園”を見学してきました。以下はその見学記です。参考になさってください。(編集部)

“レストヴィラ座間谷戸山公園”は、繁華街で居酒屋チェーンを広く経営したり、高齢者のための宅食事業を営んでいるワタミ株式会社の傘下の事業経営です。全国60か所以上で様々な形態の有料老人ホームを運営しておられるとのこと、有料老人ホームの経営体としては大手の部類に入る企業だそうです。

このたび訪問・見学した“レストヴィラ座間谷戸山公園”は、小田急小田原線 座間駅の近く、小高い丘の上に立つ3階建て・99室(うち5室は夫婦用の二人部屋)を擁する24時間の介護付き有料老人ホームです。高台ゆえ、各居室からは、座間や厚木方面の市街を見下ろせるほか、雄大な丹沢の山々を間近に望めることができ、大変景色のよい場所にあります。周囲は、閑静な都市近郊型の典型的な住宅地域で、かなり大きな公園も至近距離にありました。このホームは、名にし負う居酒屋和民と同じ系列の経営ですから、毎日3度の食事のメニューの充実には大いに力を入れているようです。一例としては刺身も日常のメニューとしてあり、また、和食から洋食まで、より幅広くメニューが設定されています。

ここでは24時間の介護サービスが提供されており、昼間は医療看護師が常駐しています。そして、月に2回の割で担当医の定期検診サービスを受けることができます。通常の医療サービスとしては、車で10分程度のところにホームと提携している総合病院があるほか、周辺のクリニックも随時利用できます。大切な点としては、医療行為を伴わない限り、ここで“最期の看取り”をしていただけるとのことでした。なお、入居資格は要支援1以上の方という制約があります。

各部屋の占有面積は、一人用が21㎡、夫婦二人用が42㎡の広さで、共に室内にはトイレと洗面設備の他に、幅3尺・高さ6尺ほどのコートロッカーがあります。食事は原則食堂で摂ることになりますが、ルームサービスも可能です。調理は居室ではできません。ホーム内の随所にある入居者用の談話サロンには、挽きたてのコーヒーをいただける設備があります。全体的に清潔感のある明るい雰囲気、高台にあるため周囲の景色のよさと相まって、なかなか快適な生活が期待できそうな、大変よく考えられた施設という印象でした。

— 2ページへ続く —

— 1 ページからの続き —

費用としては、入居時に必要な入居金として一人当たり 765 万円から 1200 万円までとなっており、入居者の年齢と居室の広さによって入居金が異なります。一例として 60 歳～89 歳の方が景色のよいブロックの 21 m²の一人用居室に住まわれる場合、入居金は 950 万円となります。そして、一人あたりの月額日常経費としては、食費として 58,590 円、管理費として 136,410 円（合計 195,000 円の基本費用）、これに加えることに、居室の電気水道代の分担（一人当たり）が 4,200 円、および介護保険給付の 1 割自己負担分（入居者の介護度に応じて、要支援 1 では 6,220 円～要介護 5 では 26,911 円）が最低限必要です。

そして、更なる実費負担としては、追加的な日用品費、おむつ代、新聞雑誌等の購読料、クリーニング代、理美容費、趣味や余暇活動の活動費/材料費、外出時の交通費や付添費、通院による医療費、週 3 回以上の入浴などの追加的な費用、などを見込む必要があります。

実際に、有料老人ホームを選ぶ場合の注意事項ですが、経済的な負担経費チェックの他に、ホーム毎にそれぞれ特色があります。同じ経営系列の中でも場所が異なるとホームの特色は大きく異なるものです。

ご自分に合ったホームかどうかを見極め

るために、事前にホームの担当責任者の方から十分ヒアリングを受けて現地を見学するほかに、更に 1 週間ほどの体験入居をお勧めします。体験入居は、有料で実費を請求されますが、実際にそこで暮らしてみないとわからない点が多々あるものです。大勢の介護スタッフや医療スタッフの方々との相性の問題、既に住まわれている入居者の方々との相性の問題などなどです。体験入居によって、もしご自分に合わないようでしたら、入居を辞退することは何の問題もありません。

注：上記ホームの問い合わせと資料請求は入居相談室まで、土日・祝日を含む 9 時から 18 時までの間 Tel0120-371-865 にお願

いします。
レストヴィラ座間谷戸山公園の所在地は、〒252-0024 神奈川県座間市入谷 4-2741-3 です。



元気な利用者 T 氏（左）とご一緒に記念撮影

◆南区の皆さんがヒアリングにみえました◆

5 月 30 日、南区 別所地区社会福祉協議会の深沢会長、工藤事務局長、女性 2 名の計 4 名の方がグループ桂台へいらっしゃいました。別所地区社会福祉協議会では、ワンコインボランティア登録制度設立準備委員会を今年発足されたとのことで、グループ桂台の活動状況や組織等について見学・ヒアリングをしたいとのことでした。高齢化はいずれの地域でも無関心ではいられない重要な問題です。別所地区の皆様は、グループ桂台の事務局運営、コーディネーターの活躍などに感心してお帰りになりました。

逆流性食道炎（その1）

進藤医院院長 進藤捷介氏

4回にわたって、逆流性食道炎について、紹介します。逆流性食道炎の症状は、他の病気にも同じような症状が見られます。適切な検査と判断による見極めが必要です。

* 症状が大切な診断方法 *

症状

- | | |
|--|----------------------------------|
| 1) 胸痛
食道がんでも出る
食道がんはカメラによる検査で、早い時期から分かる
胃がんでも出る
胃、食道のレントゲン検査
(胃カメラよりバリウムによるレントゲン検査が有効)
肺炎、胸膜炎(肋膜炎)、肺がんでも出る
胸部レントゲン検査をする
心筋梗塞、狭心症でも出る
心電図の検査をする
胸痛は、逆流性食道炎以外でも出るので、上記のような種々の検査も必要となる。 | 3) 嘔吐
風邪による胃腸炎でも出る |
| 2) 発汗
風邪、腎盂炎、インフルエンザ、肺炎などの時も有り | 4) 嘔気
肝炎、すい臓炎でも出る |
| | 5) のどの違和感 |
| | 6) 慢性の咳
結核でも出る。風邪だと決めつけられないこと |
| | 7) 食道で食べたものがつかえる
食道がんでもあり |
| | 8) 息苦しさ |
| | 9) むかむかする(週に1回以上) |
| | 10) 胃の中の物が上がってくる |
| | 11) 胃が痛む |
| | 12) 不眠(胃の症状があり、眠れず) |
| | 13) 胸やけ |
| | 14) 食べたものが食道に逆流してくる |

これらの症状が見られたら、上記の病気をも考え、検査を受けることです。

自分で診断すると、大きな病気を見逃す事がしばしばあります。

次回は、残りの症状と、逆流性食道炎の害について述べます。



《 お知らせ 》

病気に関する疑問、質問がありましたら、遠慮なく、恥ずかしがらずに、グループ桂台事務局までご質問を出してください。

紙面に余裕が出た時、出来る範囲内で、なるべく早く、お答えいたします。

匿名やペンネームでも結構です。

進藤医院院長 進藤捷介

地域のみな様へ

《ミセコン「店コンサート」》

日時：6月16日（土）午後2時から
場所：イトーヨーカ堂桂台店 2F
出演：矢沢男声合唱団
演目：夏は来ぬ みかんの花咲く丘他

会員のみな様へ

《活動会員のチケット精算日》

6月29日（金）午後1時～4時まで

《健康診断》

胸部X線（会から一部補助があります）

・進藤医院

6月30日（土）までに受診して下さい。

（事務所にて受診用紙を受け取り持参して下さい）

・栄区の肺がん検診でも胸部X線検査ができます。

（詳細は栄区役所にお問い合わせください）

《ご寄付ありがとうございます》

山本登美子様 M・U様 鈴木順子様
杉茂富美子様

《桂台まつり》

7月28日（土）～7月29日（日）

ゲーム（わなげ等）フリーマーケットを行います。
ご寄付いただける品物がございましたらよろしく
お願いします。

詳細は7月号でお知らせします。お楽しみに！

《第3回 認知症についての勉強会》

日時：6月30日（土）午後1時30分～3時30分

講師：木田茂樹氏（聖ヶ丘教育福祉専門学校）

場所：桂台地域ケアプラザ 2F 多目的ホール

主催：Nサポーターネットワーク桂台

問合せ：谷 891-7733 中村 896-4366

活動報告

- 5/09 横浜市社会福祉協議会
福祉ボランティア・市民活動分科会
- 5/10 サロン「ぷらっとオアシス」
- 5/12 第16回グループ桂台定期総会
- 5/13 グループ桂台通信5月号印刷
- 5/14 グループ桂台通信5月号発行
- 5/16 コーディネーター会議
- 5/19 サロン運営委員会
/19 ミセコン「店コンサート」
- 5/23 貸館利用者団体交流会
- 5/28 栄区社会福祉協議会評議員会
- 5/30 南区別所地区社会福祉協議会会員来訪

5月度会員数・活動実績

（平成24年5月31日現在）

会員数		
協力会員	利用会員	賛助会員
85名	97名	99名
活動実績	利用者数	26名
	活動員数	26名
家事支援（掃除・料理）	102件	169.5時間
介助（通院等）・介護	14件	21.5時間
その他	22件	24.5時間
合計	138件	215.5時間
事務局電話当番	20日	60時間



*この季節は
食中毒に注意をしましょう



ひとりごと



最近の世相には暗い話が多い。3.11大震災に追い討ちをかける原発事故。秋には台風による土砂災害で避難生活を余儀なくされた方々。最近では、児童の列に車が突っ込み、また過労で居眠りから多くの方が犠牲になったバス事故などなど。竜巻の被害では家が土台からひっくり返り、たまたま大震災で避難された方のなかには二重の被害を受けた方もいる。

なにか明るい話はないのだろうか。

先日、筑波山に登ってきた。たかが1,000m弱の山であるが、日本百名山に入っている。峻険でなかなか厳しい岩山である。一番高い女体山頂は石を積み重ねたような場所である。近づくと、子どもたちの歓声が聞こえた。「イエッ!」小3の子どもたちが記念撮影をしているところであった。元気な甲高い声は疲れを感じさせない。撮影が終わると飛び跳ねて次のグループと場所を代わっていた。日本の将来は、まだまだ安泰である。

うぐいすの鳴き方が上手になってきた。朝など心地よい目覚めである。

Oh

編集委員：中村（涼）・佐藤（恵）・天明（清）・奥山・鈴木（靖）