

特定非営利活動法人

さわやか北摂つうしん

編集発行:さわやか北摂広報部 川西市緑台 3-3-39 TEL 072-792-3532

「認知症高齢者問題」に思う

6月1日付けの新聞記事によると、65歳以上の高齢者のうち認知症の人は推計15%で、昨年の調査では462万人にのぼるといふ。しかし、別枠に軽度の「予備群」が約400万人いることも分かった、というショッキングな記事であった。認知症の内、アルツハイマー型が7割近いと云われているが、比較的若い年齢の人に多く見られ、家族など最も悩むところである。

一般的にももの忘れをしても“年のせい”にしたり、家族でも身内の者や親など認知症と思わない、或は認めたくないうちに症状が進んでいく場合が多い。おかしいな?と思う頃に適切な診断をしてもらえ、医療機関や、親身になって相談にのってもらえる医療機関、専門職の人々がもっと増えてほしいものである。なぜなら今の制度は、介護が必要になった人に重点が置かれていて、介護は必要でないが早い時期からのきめ細かいケアがあれば「予備群」が減る筈である。勿論各地域でも「元気老人対策」に取り組んではいるが、近い将来の軽度者サービスカットが気になるところである。

認知症に限らず生活習慣病にならないための工夫は、誰でも心がけたい大切なことの第1である。さわやか北摂は食を通して生活改善のお手伝いをするべく努力を重ねてきた。出来るだけ安全な食べ物を提供しようと、デイサービス開所当初より「無農薬有機栽培」の野菜作りを実施している。又減農薬のお米を特別に農家から直接分けていただいたり、バランスの良い食事に気を配ってきた。品数の多い野菜料理は好評で、デイサービスの大きな特長の1つである。

初期の認知症の人が、きめ細かい各種ケアとバランスの良い食事によって進行が改善されるのを目の当たりにしてきた。特にアルツハイマー型の方は、身体が比較的元気なため、機能訓練も拒否したり、食事の好き嫌いもはげしかったりする。おいしい食事を提供することにより、自然に溶け込んで、いつの間にか会話がはずみ元気を取り戻していかれる。小規模だからこそ出来ることではある。

また6年目に入った「地域の居場所」は介護予防を兼ねて、サークル活動が活発に行なわれており、イベントと共に定着している。高齢社会に欠かせないスペースである。自治体の応援により全市に広がるよう願ってやまない。せめて中学校区に1つは最低ラインで、高齢化の市にとっては必須の課題である。

(久恒 千里)



福武 知子 画

平成 25 年度第 1 回定期総会を開催

5月24日（金）午後3時半から理事会と第1回総会が開催された。24年度の事業報告、決算報告、監査報告及び25年度の事業計画の報告があり、承認された。併せて、高田憲二氏が新たに理事に選任され就任した。



熱心に討議中の理事会

【たすけあい事業】

“困った時はお互いさま”の精神で、介護保険サービスでできないサービスや不足分を補うさわやか北摂ならではの事業。前年度に比べさらに需要が大きく伸びている。近い将来予想される要支援者の介護保険からの切り離しの際も、要支援者の地域の安心拠点としてサービスの充実に努めていきたい。

【訪問介護】

訪問介護は、生活援助の時間区分の変更や地域加算の見直しにより、介護報酬が大幅に減少したため、全体としてサービス時間数・収入ともに前年度を下回った。

【通所介護（緑台）】

8月お盆営業開始、9月より祝日営業開始、正月休みの短縮などもあり利用者数が過去最高になった。さらに特色を出し、利用者に満足してもらえるデイサービスにしたい。

【通所介護（水明台）】

12月に新設。リハビリやマッサージ等を特色とした小規模デイサービス。新設オープンではあるが、利用者数は徐々に増え、出だし好調。2階には地域の居場所と緊急宿泊も併設。

【居宅介護支援】

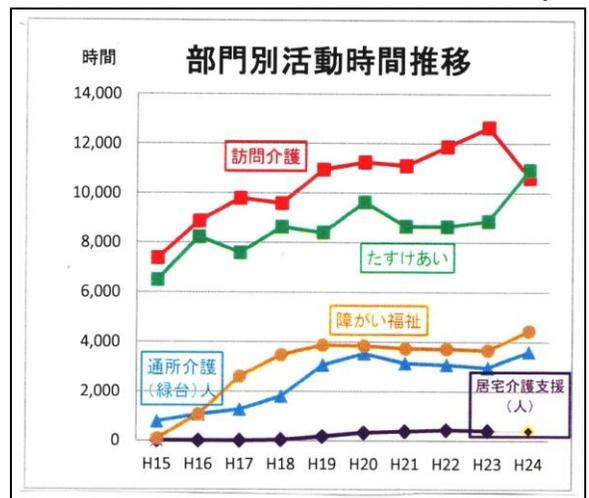
ケアマネ業務を開始して7年が経過。契約者数も一人のケアマネが受け持てる契約者数にほぼ達している。今後も利用者の立場に立った、きめ細やかなサービスを実施していきたい。

【障がい福祉】

活動時間、収入とも、ほぼ横ばいの状況が5期続いたが、今期は移動支援の契約者数が増え、活動時間、収入とも増加した。

【居場所】

地域の方々が誰でも立ち寄れる安心拠点。前年度で市の助成金は終了したが、今年度も自社にて継続中。また災害時における地域の福祉避難場所としても、地域に開放し、安全と安心を提供していきたい。



成年後見の事例から

— 遺言・相続あれこれ（その7） —

行政書士 鳥越 俊彦

前回は、タイミングとしても、内容としても遺言がうまくいった例をご紹介しました。今回は、その逆でうまくいかなかった例をご紹介させていただきます。

Aさんご夫妻は、子宝に恵まれませんでした。10年ほど前、遺言を書いておきたいとご相談がありました。ご主人は当時まだ60歳代で、お元気でしたので、財産のリストアップをお願いし、財産が把握できた後に、遺言作成をしましょうとアドバイスしました。

3年前、奥様にお会いする機会があったので、お聞きしたところ、そのままになっているとのことでした。とりあえず、一番短いが効果の大きい「私の財産は、すべて妻〇〇に相続させる。」という文章と氏名、日付、押印が必要であることをメモにして、お渡ししました。10分もあれば書けるので、後悔しないためにすぐに書いていただくようお願いしていただきお伝えしました。

昨年10月、奥様が骨折で入院中に、浴室の事故でご主人がお亡くなりになりました。残念ながら遺言はありませんでした。

ご両親も他界されているので、今回の法定相続分は、奥様が3/4、ご主人の兄弟姉妹5人で1/4（均等割）となります。葬儀費用、入院治療費を支払うため、近くに住む義姉に話を持っていったところ、「預金額も言わずに印を押せと言われても・・・」とやんわり拒否されました。また、首都圏に住む義弟がお参りに来て、「義姉（おねえ）さんが住んでいるこの土地は、われわれ〇〇家の土地なんだ。」と。

奥様は、「主人の財産と言いながら、実際は私の財産もかなり入っている。たとえば、自宅を建て替えた時、ちょうど私の退職金が入ったのでそのお金で支払った。いくら渡せば納得してもらえるのか？遺書を書いてくれているならば・・・」と割り切れない気持ちで一杯です。

遺書は元気なうちに書くものです。気力、体力が衰えると書けないものだという事をぜひ知っていただきたいものです。

今後は、書く気になった時、とりあえず「すべての財産を妻に相続させる。」という遺言を応急的に書いてもらい、その後で、完璧な遺言を作成することをお勧めしていきたいと思います。

何度でも書き直せるものですから。

ご支援に感謝申し上げます

おおたに 歯科医院

應谷 茂

湯山台 ☎ 072-792-1627

さわやか北摂の基本理念10箇条

1. 法令を遵守します
2. 個人の尊厳を尊重します
3. 利用者本位、自己決定を尊重します
4. 個人情報とプライバシーを保護します
5. プライバシーを保護します
6. 身体拘束を排除します
7. 虐待を排除します
8. 質の高いサービスを提供します
9. 地域福祉と積極的に連携します
10. 地域福祉の推進に努めます

地域の居場所は イベント花ざかり

高齢社会を元気に過ごしていただくために、5年あまり前から〈居場所わたしのオアシス〉を開いている。川西市コミュニティスペース事業として3年間の補助があったが、このほど終了した。声援に応えるためにも今後も続けていきたい。



見事なマジックショーに拍手喝采！
ポピンズの皆さん



混声合唱団ヴェルデリーガの皆さんのステキなハーモニーに酔いました。
森本先生のドイツ語の鱒は圧巻でした。



千里中央から来ていただいたゲンガッキーズのカルテットの皆さん、初めてのチェロとバイオリンの演奏にうっとり。



長野県から亀工房のお2人は4度目の来所。いつ聴いてもさすがプロのアーティストでした。



今年も忘れず帰ってきました
ツバクロ3羽は元気に巣立ちました
又 来年もネー

居場所ご利用者の声

古川さん（82歳男性）

気軽にこれて、こんなに楽しい場所があるのは本当に有難い。各種コンサート・歌や健康体操・詩吟など次々に登場。何よりスタッフの方々が優しく陽気で感謝いっぱい。100歳目指します！！

Nさん（70歳女性）

近くに楽しめる場所があるのは本当によいこと。運営が大変と思いますが、川西じゅうに広がればいいですね。

介護報酬改定から一年 ◇◇◇ 現場では

平成24年4月に行われた介護報酬改定から一年。訪問介護の現場では生活援助の時間区分の変更によって45分という中途半端な区切りのお陰で、大混乱が起きていました。現場のヘルパーさん達は「時間は短くなってもサービスの質は落とせない」という思いから、時間内で走り回っている、という声を聴いています。人への介護のはずなのに、これでは利用者さんの体調を気遣う暇もないと。利用者さんからは「何時までやってもらえるのか覚えられない」「そんな短い時間ではとても足りない」などの声があがっています。給付抑制ばかりが先行して、制度改正や報酬改定のたびに複雑化され、振り回され、サービスはどんどん使いにくくなっていると思えてなりません。(居宅介護支援専門員 野村)

★☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

第1回ヘルパー定例会 (24. 5. 9) ホームヘルプ事例研修
何かとグレーゾーンの多い訪問介護。制度上の法律を守りながらどこまでできるのか、できないのか、というテーマで勉強会を開きました。当日はあらゆる事例を元に個人ワークとグループワークを行い、ホームヘルパーとしての悩みや疑問を発表しあい、解決して行きました。

(居宅介護支援専門員 野村)



第2回ヘルパー定例会 (24. 7. 20) 調理実習

「現場で生かせる簡単レシピ」と題し、栄養士の資格を持つヘルパーさんの協力のもと調理実習を行いました。そのままと食べにくいむね肉料理に挑戦。隠し包丁ひとつでこんなに食べやすくなるものかと、みんな驚き!! ぜひ、現場でも披露してあげてほしいものだと思います。

(サービス提供責任者 岡本)



第3回ヘルパー定例会 (24. 10. 18) 避難訓練・消火訓練
消防隊の方にお越しいただいて、デイ利用者さんと共に避難訓練を行いました。ヘルパーさんとスタッフで通報・消火・誘導班と役割分担し、一連の避難訓練をおこない、要所要所で注意すべきポイントを指導していただきました。

(サービス提供責任者 内山)



第4回ヘルパー定例会 (25. 2. 14) 振り込め詐欺・虐待防止法

第1部は川西警察署より警察官の方に来ていただき、今や社会現象とも言える振り込め詐欺の4つ(架空請求・融資保証金・還付金・オレオレ)の手口について事例等を引用しつつ分かりやすく楽しく話をしていただきました。第2部は24年10月1日から施行された障害者虐待防止法について主に高齢者虐待防止法との比較もしつつ事例検討を行い発表してもらいました。

(サービス提供責任者 山内)

デイサービスあれこれ 〈緑台・水明台〉

さわやかデイサービスセンター緑台

【 11周年 ☎ 072-792-0880 】



おやつ作りは楽しいネ
ドラ焼きも特大、アンコもいっぱい



オカリナアンサンブル ピスポラの皆さん
福田先生は古くからのさわやか応援団です



がんばって！ さあいくよ！
昔とったキネヅカ さすがです

さわやかデイサービス水明台

【 機能訓練付き ☎ 072-747-6656 】



機能訓練リハビリ



お出かけ大好き！
池田城跡をお散歩
しました



機能訓練の1つで
バナナケーキ作りま
した
おいしかったです

さわやかデイサービスの特長

- ★ 小規模できめ細やかなサービス
- ★ 自家製無農薬栽培も使ったおいしい食事
- ★ アットホームで温かい雰囲気
- ★ スタッフ同“軽快な”フットワーク
- ★ 脳トレで活ききライフ
- ★ マッサージや機能訓練でリラックス

◆ 見学随時 ◆

家庭的なデイサービスをご体験下さい



現在の三田市生まれ。お父さんは禅寺の住職さんで、岡さんは3人娘の次女さん。長女さんは結婚して寺から出ていかれたので、次女の清子さんに寺を継いでもらいたいとお父さんは思っておられたとか。でも、お父さんがお寺ひと筋に没頭され、すべてをまかなうお母さんの苦勞を見るにつけ、清子さんは寺は無理と思いきりサラリーマンのご主人と結婚されました。出征中の無理もあって病弱なご主人を支え、清子さんも会社勤めで経理を20年続け、1人娘さんを含め家族を支えられました。現在はその娘さんご夫婦と楽しく過ごしておられます。

頭脳明晰で、どんな話題にも年齢を感じさせない対応ぶりに、デイサービスご利用の皆さんから『岡さんのようになりたい』と全員が目標とする方です。100歳までたった5年！あと10年は元気でいきましょうね！！

☺☺ さわやかデイサービスを利用して ☺☺

Tさん (88歳女性)

同居の孫家族もいいところだねえ、と云ってくれて嬉しい。昼ごはんをしっかり食べるので夜はいらない位。人間関係がすべてよし！シャワー浴がとてもいい。

Mさん (91歳女性)

ずっと昔からの知りあいが代表で、ここに来るのをとても楽しみにしています。

Sさん (80歳女性)

いいたいことを云っても誰も文句を云わないし、和気あいあいとても楽しい。マッサージをいつも楽しみにしています。

Iさん (93歳女性)

100歳までには時間がありますが、毎日が楽しくて家族と共に喜んでいきます。

Mさん (85歳女性)

引っこみ思案でしたが、ここに来ておしゃべりが出来るようになり、嬉しくて楽しいです。

Hさん (78歳男性)

知りあいが4人いて安心して来られる。新しく明いし、とても気持ちがいい。

Aさん (91歳女性)

家にも話す人がいないので、友達が沢山できていいわ。私はにぎやかがいいのが好きなので・・・皆さん上品やねえ。食事が特に良い！

Mさん (87歳男性)

詩吟が好きなので居場所の会にも行きたい。お出かけ喫茶も良かった。又行こう！

Tさん (80歳女性)

度々のお出かけ大好き。みんなで出かけるのがいいね。花も好きだし、私の家の庭の花も出番があって喜んでるわ。

Tさん (90歳女性)

食事は上等だし、コンサートもよくあるし。お出掛け大好きなので、もっと出掛けたい。

Fさん (86歳女性)

施設に入らず、ずっと家にいて長くこのデイに来たい。脳トレも運動も丁度よい。

Sさん (83歳女性)

野間の大げやき 日本一の姿がよかった！ 又あちこちお出掛けしたい。

Nさん (79歳女性)

ゲームで大きわぎするのが楽しい。お出かけ、カラオケも大好き。

Sさん (84歳女性)

シャワー浴が特にいい。清潔だし、のぼせて疲れないし。初体験ですっかり気に入りました。

Uさん (74歳男性)

囲碁をしたり、お出掛けしたり、楽しいねえ。楽しくなかったら来ないし、あちこち外出できて有難い。囲碁の相手のMさんも週1回のボランティアで丁度よい生活リズムです と。

活動実績

	たすけあい		訪問介護 (件)	障がい者支援 (件)	デイ利用者 (延人数)	
	家事・介助(時間)	移動介助(回)			緑台	水明台
H25. 1月	372	663	754	192	緑台 277	水明台 99
2月	393	660	713	191	287	134
3月	418.5	641	766	202	306	165
24年度合計	6,278	7,923	9,735	2,520	3,591	465
4月	394	656	822	194	273	203
5月	577.5	703	905	175	240	211

◆南海トラフ大地震に備えよう◆

東日本大震災から2年余り。今は南海トラフ地震がおきるのではないかとわれています。

日々安心して過ごすためにも、最低限の備えをしたいものです。備蓄品は7日分必要といわれていますが、できる範囲で集め、いつも目に付くところに置き、日頃から食べた食品は補充することを心掛けましょう。

さあ、備えあれば憂いなし！

目標7日分を目指して。



食料品

- ・水 (500ml 入り容器が便利)
- ・カップ麺・袋入り乾燥ごはん
- ・即席スープ類・くだもの缶詰・キャンディ類
- ・カンパン缶・缶入りパン・その他缶詰類

日用品

- ・携帯ラジオと電池・マスク・連絡リストメモ帳
- ・常備薬・風呂敷・タオルとティッシュ・安全ピン
- ・ホイッスル・下着靴下・スリッパ
- ・懐中電灯と電池・簡易トイレ用品・ポリ袋・手袋

非常持ち出し用

- ・貴重品 (現金・通帳・印鑑)・10円玉、100円玉
- ・携帯電話と充電器

主な備蓄品リスト

各種ご支援

ありがとうございます

佐野隆二郎様 金堂シナ様
山寄静代様 竹内和子様
富田祐史様 三戸森俊見様
桂正敏子様 前田幸枝様
宮山洋市様 高木清美様
内野健夫様 瀬戸裕子様
長岡民子様 上野山澄子様
幸本良子様 藤原みのり様
吉富三千代様 田村龍司様
馬場美千子様

お知らせ

- ★ 緑台・水明台のデイサービスはお盆も休みはありません。事務所は13、14、15の3日間お休みですが、通院などの送迎につきましてはお早めにご相談下さい。
- ★ グリーンハイツのサマーカーニバルは8月3～4日です。ぜひお越しください。

♥『さわやか北摂ホームページ』リニューアルのお知らせ♥

さわやか北摂のホームページを刷新しました。ブログも合わせてどんどんアクセスして下さい。携帯からもOKです。

新しいページのURL <http://sawayakasan.sakura.ne.jp/>