

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

「要支援サービス市町村へ移管」に思う

厳しい保険財政を改善するため、厚労省は要支援サービスの予防給付を廃止し、「地域支援事業」を市町村に移管する事を決めた。要支援者は全国で約150万人が認定を受けており、4700億円の費用という。2015年度から3年かけて徐々に市町村への移管を完結させる見通しである。しかし予防事業の内、身体介護、機能訓練、訪問看護等のサービスは現存されるようだが、「訪問介護」と「通所介護」は大きく変わっていく模様である。中でも多様なサービスが多く主体により提供されるが、それらのサービス・マネジメントが最も重要な役割であると思う。現状の地域包括支援センターは今も大切な任務で制度を支えており、今後更に介護保険外のサービスも取り入れた地域支援事業を担うとなると大変である。自治体の責任の重さと比例している。国はこれらを統括する「協議機関」と「コーディネーター」を置くことを目指しているが、自治体間でも各種の問題が生じることであろう。

要支援者に対する「訪問介護」サービスの多様化のイメージ

●NPOや民間事業者等による掃除・洗濯等の生活支援サービスを、よりスリム化しようとしている。本来自助能力を維持し、自立するための支援なので、その部分が減るのは致し方ない面もあろう。しかし、コストをうんとおさえてNPOやボランティアに軽作業を移してしまうというのは、受け皿のあるなしで非常に格差が生まれることである。川西市は大小合わせて事業所は多いが、NPOやボランティアは少ない方である。高齢化の進んだ市で、とりわけ旧開発団地は40%前後の高齢化率で、必要なボランティアの受け皿となるのは至難のことである。

●通所介護は最近、小規模なものが増えている。国はその抑制に最も力を入れている感がある。「互助による見守り」を主流にコミュニティサロンや住民主体の交流の場、民間の配食サービス、外出支援など健康の維持管理を含めて自助・互助の多様な通いの場を作り、サロン、カフェ、体操教室などを置き、研修を受けたボランティアが主催していくという案も示されている。要支援者の中には認知症の方もあり、一層対応はむずかしい。いずれも市町村が中心となって企画・立案していく訳であるが、NPOを含む事業者の現場からの声も同時に出して、意見交換をしながら、より良い「市民の生活」となるよう一丸となって取り組みたいものである。市民のくらしのお手伝いをしている者として、企画からの参画を心から願っている。



福武 知子 画

(代表理事 久恒千里)

考えよう 最期の迎え方

－ 第11回 市民フォーラムに参加して －

川西市医師会主催で毎年開催されている市民向け医療フォーラムが、11月9日みつなかホールで行われ、480席が満杯という盛況ぶりであった。高齢者にとって最も身近な関心事であった為、最後まで席を立つ人はなかった。

諏訪中央病院の在宅診療部長 高木宏明医師は、一見するとミュージシャンのような出で立ちで、みんなに温かく話しかけて下さった。在宅で過ごしている方の訪問診療の事例などわかりやすく話され、その間には横に立てかけてあるギターを持って、得意の喉を披露して下さいました。好きな長淵剛の持ち歌を、都合5曲も歌って下さり、お話とタイムリーな唄とで会場全員は、居眠りする暇もなく傾聴していた。入院していても最期は自宅で迎えられよう、家族を説得された話や、又 会場に向けても問いかけられて、皆さんが手を挙げたり、終始和やかで、納得のいくお話が聴けてよい講演会であった。



医療フォーラム会場・川西市医師会提供

2部は以下の各部門の専門家によるパネルディスカッションが開かれた。川西市医師会や市立川西病院、在宅医療推進協議会及び地域包括支援センターから、それぞれの立場で意見が述べられた。高木医師もコメンテーターとして加われ、主に在宅医療の大切さを話され、今年の医療フォーラムは大変有意義であったと、参加者は語っていた。

医療と介護を中心に、多様な市民の力も加えてコーディネート
の役割がますます
求められている。



医 師 の ひ と 言

2～3ヶ月前から頭皮の痒みとかさつきに困り、皮膚科を受診した。検査を受けてみますか、との事でホームドクターの紹介状をもらい、近隣市外の総合病院にかかった。

医師の診察時、『しんどかったね！すぐ治りますよ』の一言で、すっかり安心し、本当にすぐ治ったような気になった。医師も医術のみでなく、「人術じんじゅつ」も大きな信頼につながると、つくづく体験したことである。

医師の指示を信頼し、実行してよくなったのは、云うまでも無く・・・

NPO法人さわやか北摂は、多くの人々に支えられています

おおたに 歯科医院

應谷 茂

湯山台 ☎ 072-792-1627

たぐちクリニック泌尿器科

田口 恵三

見野 ☎ 072-791-5775

成年後見の事例から

— 遺言・相続あれこれ（その8） — 誕生日プレゼントは「遺言書」？

行政書士 鳥越 俊彦

今回は、手軽に自分で作成できる「自筆証書遺言」を書いてみましょう。

子供さんのいないご夫婦のご主人が作成されるという前提です。内容としては、前回ご紹介しました「すべての財産を妻に相続させる。」というものです。

法律では、「自筆証書遺言によって遺言をするには、遺言者が、その全文、日付及び氏名を自書し、それに印を押さなければならない。」と定めています。したがって、①全文を自分で書く ②日付を自分で書く ③氏名を自分で書く ④印を押す という条件をすべてクリアしなければなりません。

まず、紙と筆記用具を用意してください。どのような紙にどのような筆記用具で書かれていても原則として有効です。しかし、破れたり、消えてしまったり、読みにくいものは避けるのが良いでしょう。パソコンで書いたもの、一部分を他人が代筆したもの、ビデオ等で作成したものは、無効です。筆記用具は、ボールペンまたは万年筆がお勧めです。また、「遺言書」というタイトルは、なくても法的には問題ありません。

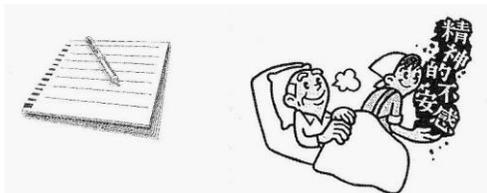
本文は、「遺言者〇〇〇〇は、すべての財産を妻△△△△に相続させる。」と書きましょう。

日付は、遺言を書いたとき、遺言を書く能力があったのかどうかの判断、複数の遺言が出てきたとき、どちらが新しいものかを判断するために重要になります。したがって、「吉日」と書くと、作成年月日を特定できないので、遺言は無効になります。

次に、氏名を戸籍に記載されているとおりに正確に書いてください。また、趣味で使っている雅号などは使わないでください。

印鑑については、法律上はなんの制約もありません。手持ちの「認め印」でかまいませんが、実印を押すことをお勧めします。実印を押しておく、書いた人が本人であることや、本人の意思で遺言書を書いたことがより確実に第三者に対して証明できるからです。

これであなたの遺言書が完成しました。「遺言書」と書いたきれいな封筒に入れて、「少し早い誕生日プレゼント」と言って奥様に渡し、保管してもらいましょう。



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. 個人情報保護をします
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

NPO法人さわやか北摂は、多くの人々に支えられています

まつうら 歯科医院

松浦 孝治

畦野駅前 ☎ 072-794-8786

三木 眼科医院

三木みどり

向陽台 ☎ 072-792-4191

デイサービスあれこれ <緑台>



さわやか名物 鳴子踊りで～す
♪鳴子両手によろ踊るウ～♪



織田様からプレゼントされた大きなジャイ
アントカボチャを切り分けました
カボチャのポターージュ おいしかったです！



ハンドチャイム“のぼら”の皆さんによる
やさしい音色の演奏にうっとり



赤勝て白勝て！さあ頑張りましょう



『世界遺産 富士』
みんなでクラフトの大作に
取り組みました

野菜作りを手伝ってくださ～い

さわやかデイの無農薬・有機栽培野菜は
3カ所の畑で自家栽培しています。
春と秋口の畑の手伝いして下さるボランテ
ィアさんを募集しています。

お声かけ下さい。

☎747-6656



NPO 法人さわやか北摂は、多くの人々に支えられています

市橋眼科医院

市橋 栄子

見野 ☎ 072-795-0595

ふじい歯科医院

藤井 克則

平野 ☎ 072-790-1101

第二仁成クリニック

佐藤 良一

栄根 ☎ 072-756-8141

デイサービスあれこれ <水明台>



歩行訓練も鏡をみて姿勢をチェック!



ただいま筋トレ中



足を挙げて段差の訓練!



昔をしのいでダンゴ汁を作ってみみんなで食べました



レッツ フラダンス
優雅なフラにみんなで参加



ギターアンサンブル コスモスの
ナツメロに拍手喝采

★★えっ!こんなお手伝いも??★★

- ① ヘビが庭にいるので助けてえ!
男性会員がかけつけ、無事ヘビは川へ放たれました。
- ② 元大学教授宅の広大な部屋に、立派な屏風があり、ご自身の書画の大作を飾り付けるお手伝いに伺いました。教え子さん達もさぞ喜ばれることでしょう。

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
- ★ スタッフ一同“軽快な”フットワーク
- ★ 脳トレで活いきライフ
- ★ 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

さわやかデイはリハビリも又楽し

看護の現場から

今時のリハビリと言えばマシンを使ったものが主流となっていますが、さわやかなリハビリは「楽しく、疲れない程度に体を動かそう」をモットーに、人と人との関わりを大切に生活リハビリを目指しています。日常生活動作を行う上での基本となる関節機能や筋力の維持・向上を中心にしたストレッチや体操は、毎日の生活の中で無理なく続けられるものを取り入れています。また柔道整復師による、リハビリを兼ねたマッサージも好評で、マッサージを楽しみに来られる方も多くいらっしゃいます。どのリハビリも皆さんとても真面目に、熱心に取り組んで下さり、年齢以上のパワーに驚かされることも度々ですが、「みんなとするとたのしい」「家でもやってるのよ」「こんなに足が上がると思わなかった」などのお声をいただき、もっと皆さんの健康な毎日へのお役に立てたらと思っております。簡単な体操でも継続する事で効果を発揮します。ぜひご自宅でも挑戦してみてくださいね。(文責 岡登美子 ほか奥田雅恵・朝倉千代子・松本有加里)



機能訓練について会議中の
4人の看護師さん

柔道整復師から

リハビリの大切なポイントは



なくて七癖という言葉があるように、自分の事は解っているようで解からないものです。健康の近道は自分の事を知ること。身体の声を聞けるようになることです。

日常生活の中に実は健康へのヒントがあります。私たちは利用者様にそれを気付いていただくのが大切な仕事の1つです。自分に気付き、生活習慣を見直す事で、自然と個別のリハビリメニューが出来上がります。そのためには話し合うことが大切ですコミュニケーションを大切にしながら、リハビリ・マッサージをしております。(柔道整復師 奥野正義)

ケアの現場から

障がい児者サービスあれこれ

さわやかな障がい福祉サービスの中では居宅訪問が多いが、時には近隣の温泉まで同行する事もある。又ある中学生男児はお出かけが大好き。普通のガイドサービスでは、家族と相談してスケジュールを立てるが、K君の場合はパソコンで調べて、遠くても行き先もスケジュールもすべて作り上げ、ヘルパーはそれにお供をしている。乗り物好きのK君は往復の交通機関も自分で選んで変化を楽しんでいる。参りました!! (^o^)

NPO法人さわやか北摂は、多くの人々に支えられています

堀池 歯科医院

堀池 周司

加茂 ☎ 072-757-1118

西岡内科・小児科医院

西岡 浩嗣

水明台 ☎ 072-793-7705

☺☺ ヘルパー定例会で介護技術実習 ☺☺

3ヵ月ごとに行っている訪問介護職へのヘルパー研修・勉強会。10月17日はヘルパーさん同士の“むずかしい事例介護実習”でした。”訪問ヘルパーさん達は、皆1人で利用者さん宅に伺うので、他の人がやっているところを見る機会は滅多にありません。そういう意味でも貴重な勉強会となりました。



寝たきり全介助の方の介護訓練

①グループ 寝たきりで全介助の方の対応

ベッドの上で身体を拭きながら、パジャマから洋服に着替える動作、紙おむつも交換します。プライバシーや自尊心に配慮しながら、かつ身体に負担がかからないよう手早くする為には、やはり繰り返し訓練して慣れることが大事だと納得しながらの研修でした。

②グループ 半身マヒの方の対応



半身マヒの方の介助もなかなか大変です

半身マヒの方をベッドから起こし、座った姿勢で身体を拭きながらパジャマから着替えて、そして足浴も。汗だくになりながらの実習でした。

③グループ 認知症の方への着替えと清拭

認知症の方の中には訪問を受け入れられなかったり、着替えも拒否されたり、訪問しても留守だったり・・・そういう方と沢山接してきたヘルパーさん達。「あんた誰？何しに来たの？」「自分でするから帰って！」などなどスラスラと口をついて出てきます。利用者さん役の迫真の演技にタジタジ(^_^)

「私、重いからゴメンナサイ」、「お腹が邪魔になってゴメンね」冗談も言いつつ仲間のヘルパーさん達が見ている前での実習に、緊張しつつ汗もかく。

ヘルパーさん達お疲れさまでした!! ♡♡♡

(居宅介護支援専門員 野村貴美子)



NPO 法人さわやか北摂は、
多くの人々に支えられています

中村小児科皮膚科医院

中村 修

向陽台 ☎ 072-793-8002

せいしん心療内科

石島 正嗣

中央町 ☎ 072-757-4511

さくらホームケアクリニック

久保 雅弘

平野 ☎ 072-793-4000

三木外科・胃腸科

三木 篤志

加茂 ☎ 072-758-5752

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. 6 月	524	690	818	215	緑台 235	水明台 250
7 月	481	745	909	211	235	288
8 月	447	592	829	206	243	316
9 月	372	624	860	192	238	300
10 月	474	729	900	206	260	321

◆ 12月／1月のイベント情報◆

〈さわやかデイサービス水明台と居場所〉

- 12月 5日・16日 歌と健康体操
 12月 10日・26日 無料法務相談
 12月 12日 民舞 緑会
 12月 14日 絵手紙同好会
 12月 16日 お抹茶を楽しむ会
 12月 19日 詩吟同好会
 12月 20日 クリスマスコンサート
 世界的アーティスト
 亀工房・長野より来演
 12月 26日 混合合唱がイルデ・リーガ

新春 1 月も盛り沢山 (予告!)

- ・津軽三味線とギター
- ・小笠原流煎茶道お茶会
- ・お琴の会 他

♡ 各種ご支援

感謝申し上げます ♡

奥野耕平様 馬場久雄様 阪本仁子様
 門脇君子様 ハートフルケア様 竹内和子様
 内野健夫様 中村良子様 馬淵英雄様
 高木清美様 中嶋賢治様 花岡緋芙美様
 福本飯金様 幸本良子様 織田昇平様
 長岡民子様 宮山洋市様 熊田孝子様
 田村龍司様 飛松康夫様 高橋美恵子様
 佐久間美佐子様 囲碁ボランティア様
 岡崎民子様 馬場美千子様 野村清子様

年末年始のお休みのお知らせ

12月31日から1月3日迄事務所とデイサービスはお休みさせていただきます
 サービスにつきましては早目にご相談下さい

お電話の受付

祝日と日曜日は事務所が休みにつき、
平日か土曜日迄にご連絡下さい

♡ 『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・ブログ随時更新中
 URL <http://sawayakasan.sakura.ne.jp/>
 E-mail : s19950701sawayakasan@nifty.com