

# ゆずりは通信

第21号 平成24年9月31日(隔月発行)

発行: ゆずりはの会事務局

電話: 0565-35-7182

Eメール: [takekaki@hm8.aitai.ne.jp](mailto:takekaki@hm8.aitai.ne.jp)

ホームページ:

<http://www.hm9.aitai.ne.jp/~warabino/>

## ゆずりはの会 平成24年4月定例会のメモ

4月10日 午後7時~9時

福祉センター3階 34会議室 15名の参加

講師

「特別養護老人ホーム」「地域包括支援センター」 くらがいけ

センター長: 服部佐知子氏、 看護師:(お名前を聞き漏らしました)

特別養護老人ホーム “くらがいけ”にお勤めの服部さんと〇〇看護師さんからお話を伺った

1. 高齢者用福祉施設と 地域包括支援センター の2つの業務を行っている。今回は後者の話を中心であった。
2. まず福祉施設について、どんな業務をしているか説明があった。  
その内容を、最近オープンしたひまわり邸の内容を追加して比較した。

	くらがいけ	ひまわり邸
特別養護老人ホーム	29名	29名
小規模多機能居宅介護	25名	0
ショーステイ	25名	10名
認知症デイサービス	12名	0
デイサービス(一般)	0	12名
グループホーム	0	18名
その他		

3. 以下は竹内の感想。

“くらがいけ”の特徴は、小規模多機能居宅介護にあると思う。私の理解では、在宅でずっと暮らしたい人の面倒を、丸ごと見てくれる事業だと期待していたが、それほどのサービスは行っていないようである。豊田市では、この事業を行っているのはここだけである。在宅の高齢者の面倒を見る仕組みは、まだ発展途上のように思った。

4. 地域包括支援センターは

介護認定者がどんどん増えて、保険制度が破たんしてしまうのを未然に防止するために、予防に力を注ぐ目的で作られた。

高齢者の割合は 2015年には、4人に1人(25%)

2055年には、2.5人に1人(40%)となる。

#### 5. 柱の一つは介護予防事業で

健康な人が、虚弱にならないように行われる一次予防事業

虚弱な人が、要支援や要介護にならないように行われる二次予防事業を行う

#### 6. 包括的支援業務で

\* 総合相談支援事業 高齢者や家族に対する様々な相談に乗る

\* 要支援1, 2の人に適用するケアプランの作成

\* 権利擁護事業 虐待防止など

\* 介護の携わる人を対象に、充実したケア体制を作るための指導・助言

#### 7. 地域包括支援センターの役割を漠然とは知っていたが、系統だった話をお聞きし、理解が深まった。高齢者の私たちは、機能が低下するとか、虚弱になったと感じたら、すぐに相談できる所だと覚えておく、と何となく安心。

## 平成 24 年 5 月定例会

5月8日(火) 午後7時～ 福祉センター 14名が参加しました。

話題提供 : 高齢福祉課 岡部係長

### 第5期豊田市 高齢者保健福祉計画について

「概要版」を使って、分かりやすくお話いただきました。

#### 1. 基本目標は、第4期のそれを受け継いで「いつまでも明るく生きる助け合いのまち」ですが中身が変わってきています。

#### 2. 基本方針1 「地域包括ケアシステムの構築に向けた体制の整備」です。

その中の一つに「在宅療養支援機能の強化」があり、地域医療センターが大きな役割を果たすようになっています。



先日、地域医療センターの中野浩理事長とお話しする機会がありました。高齢者医療の方向に舵を切りつつあることを強調されていましたが、進め方や周囲の熱意について、やや曇りがちに話されていました。

#### 3. 基本方針2 「地域の関係主体による見守り体制の整備」とあります。



崇化館地区では、新しい地域包括支援センター“ひまわり邸”が立ち上がり、ここからの呼びかけで「ささえあいネットづくり」の話し合いがスタートしました。進展を期待しています。

#### 4. 介護保険料

月額 4,280 円(平均値)は、他の地方と比べて低いとのお話でした。

## 平成 24 年 6 月定例会のメモ

6 月 12 日(火) 午後 7 時～ 福祉センター 14名が参加しました。

### 笑いヨガのお話

吉見典生氏

「笑いで癌は治る」という 51 ページの小冊子を配布して説明された。

### 話の概要

- ① 2003 年、58 歳の時に、膀胱がんと宣告され、摘出手術を受けるように勧められた。「膀胱を摘出しない」という自分の強い意志を貫こうとして、医者との確執があった。手術の前夜に病院から夜逃げしたこともある。良い方法があると聞き、フィリピンにまで出かけて心霊手術を受けたこともある。
- ② さまざまな治療を試みた。2004 年と 2005 年に内視鏡を使って、癌だけを取り出す手術を、2 回受けたが、これで手術はおわり、癌を治すことができた。
- ③ 現在も、再発防止のために、丸山ワクチンを服用し、ハイパーサーミアを受けている。
- ④ 笑いヨガの効果は 2 つあった。自分の体に病氣と闘う力をつけてくれたこと、くじけそうになった自分を精神的に支えてくれたことである。
- ⑤ 笑いヨガは、1 日 30 分間、実行すると良い。「笑い」は体を使うエクササイズであり、「ヨガ」は呼吸法である。この 2 つを組み合わせると実行する。
- ⑥ 効果について、例えば落語を聞いて笑うと言うような、「受動的な笑い」と、自ら意識して笑う「作り笑い」とは、その効果が同じだと証明されている。
- ⑦ 笑いヨガを実行するには、わかりやすく説明した DVD があるので、これを見て真似することから始めると良い。
- ⑧ 竹内の感想としては、テレビを見て笑うなどは受け身で良いが、笑いヨガは自分で工夫しなければならないことと、恥ずかしい気持ちを乗り越えなければならないことから、かなり強い意志がいる。

## 平成 24 年 7 月定例会のメモ

7 月 10 日(火) 午後 7 時～ 福祉センター 34会議室

### 話題

会員の皆さんの近況・意見などを語ってもらいました。10人が参加。

主な意見は次のようでした。

竹内一良

ゆずりはの会を解散したらどうか。役割を終えた。

いずれやってくる「死」について勉強したり、話し合うことを目的として進めてきた。専門家を招いてお話しいただく勉強会も、ほぼ関連するテーマを網羅して実施できた。現実の問題として、講師の選定に困るようになった。

私個人としても、民生児童委員と老人クラブの会長を引き受けており、とても忙しい。歳を重ねてきた今からは、こうした地元の活動に専念したい。

Aさん

役割を終えたので、やめても良いのではないかと。でもこうして話し合う場がなくなることは寂しい。

Bさん

この会では、共働事業をやったり、エンディングノートを作ったり、ある時期は軸があったが、今は、それが曖昧になってきたように思う。

余り固く考えないで、集まれる人が、とにかく集まることで続けたらどうか。

Cさん

勉強会では、講師の選定に苦労する。誰かがこの役割を引き受けてくれるとありがたい。これを回り持ちであるとなると、自分には、自信がない。

Dさん

自分が活動している中で、ゆずりはの会で勉強したことはずいぶん役に立った。ありがたかった。

Eさん

今までを振り返ってみたらどうか。多くの資料が残されたので、これをまとめてみると、次が見えてくるのではないかと。

8月はお休みです。