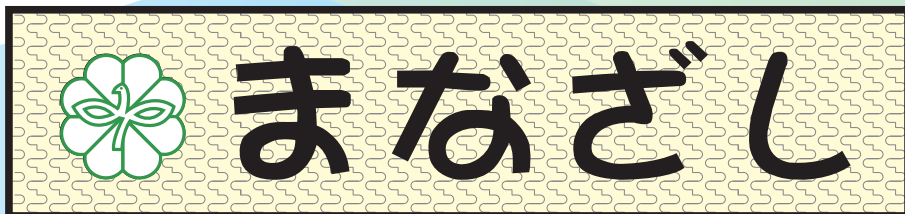




秦野市社会福祉協
議会のHPから閲覧
できます



秦野市民生委員児童委員協議会

【発行人】 熊澤道子
【編集】 広報部
【連絡先】 〒257-0054
秦野市緑町16番3号
TEL 0463 (84) 7711

市民の皆様へ

秦野市民児協だより「まなざし」が第102号から組回覧となりました。この会報紙を通して民生委員児童委員協議会の活動を地域の皆様に幅広くご理解いただければ幸いです。

秦野市民生委員児童委員協議会 会長 熊澤道子

介護保険制度はみんなで支え合う制度です

介護保険制度とは？

65歳以上の高齢者または40～64歳の特定疾病患者の内、介護が必要になった人を社会全体で支える仕組みです。

介護保険で受けられるサービスは？

- ①在宅サービス
 - ・訪問介護、デイサービス等
- ②施設サービス
 - ・介護保険施設に入所して利用するサービス
- ③地域密着型サービス
 - ・グループホーム等

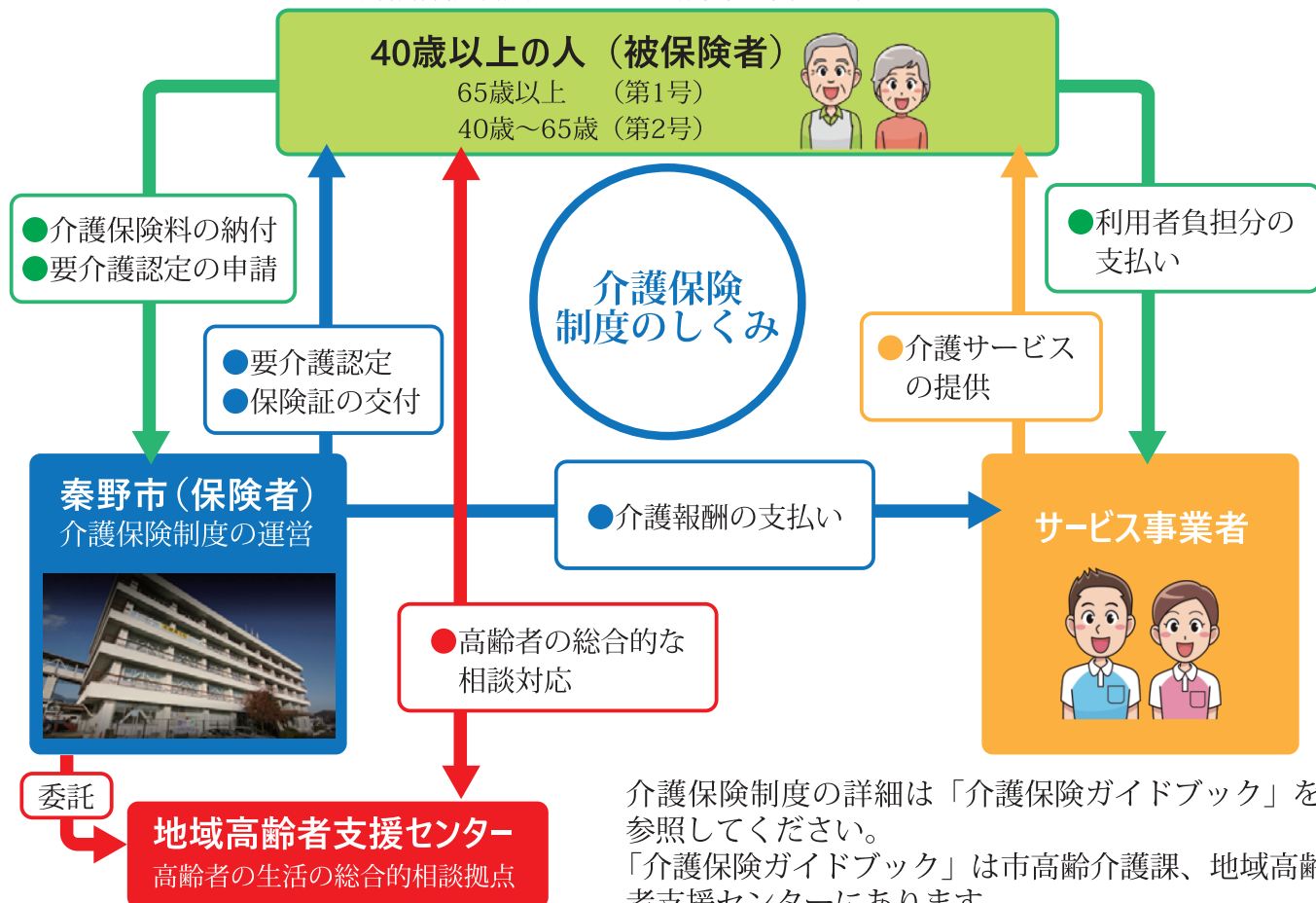
サービスを受けられる人は？

介護保険のサービスを受けられる人は、第1号被保険者（65歳以上）と第2号被保険者（40～64歳まで）で、第2号被保険者は老化に起因する疾病（指定の16疾病）により介護認定を受けた人となります。

自己負担は？

サービスを受けるには原則1割の自己負担が必要です。ただし前年度の所得に応じて、自己負担率が2割あるいは3割になります。

介護保険制度のしくみの概要を下図に示します



介護保険制度の詳細は「介護保険ガイドブック」を参照してください。「介護保険ガイドブック」は市高齢介護課、地域高齢者支援センターにあります。

高齢者を取り巻く環境と問題

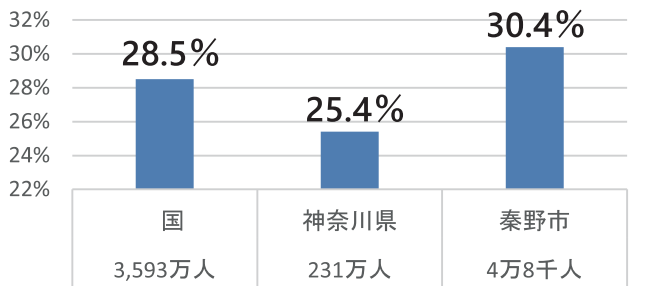
日本は世界一の「超高齢社会」です！

WHOと国連による高齢化の定義は、全人口に占める65歳以上人口の割合で決まり、21%超で「超高齢社会」となります。

日本は1980年代後半から急速に高齢化が進み、2007年には21%を超え、令和2年（2020年）1月1日現在で28.5%となっています。

日本全体の高齢者人口は3,593万人、神奈川県は231万人、秦野市は4万8千人、市の高齢化率は30.4%で神奈川県や国より高くなっています。

高齢化率（令和2年1月1日）
日本の人口は、1億2,599万人



ひとり暮らし・高齢者等世帯登録とは

秦野市には、「ひとり暮らし・高齢者世帯登録」制度があります。

登録は65歳以上の高齢者が対象で、登録すると、
① 地域での見守り ② 消防との情報共有 ③ 緊急通報装置の貸与 等の行政サービスが得られます。

令和3年（2021年）10月31日時点の登録する世帯数は次のとおりです。

ひとり暮らし・高齢者世帯登録数（令和3年10月31日）
秦野市の高齢者数は、49,324人です

ひとり暮らし・高齢者世帯数	5,875世帯
ひとり暮らし世帯数	3,498世帯
高齢者のみ2人以上世帯数	2,377世帯

ぜひ、「ひとり暮らし・高齢者世帯登録」を活用しましょう。

さらに、秦野市民生委員児童委員協議会が活用を促進している「安心カード」により、高齢者が在宅時、万一、救急車要請（病院への救急搬送）となった場合、家族・親族への連絡が容易となります。

ひとり暮らし・高齢者世帯登録を希望する場合は、地域高齢者支援センターまたは民生委員・児童委員へご連絡ください。

認知症高齢者と2025年問題

認知症は、脳の病気や障害により日常生活に支障が出てくる状態をいいます。

2025年には高齢者の5人に1人が、75歳以上の後期高齢者では4人に1人が認知症の人あるいは予備軍と言われています。

認知症になると、記憶障害やさまざまな状況に対して、適切に判断ができなくなる等の、生活のしづらさが少しずつ現れてきます。早めに治療を開始するほど症状の進行を遅らせたり、改善につながる可能性がある病気です。

住み慣れた地域で生活を続けるためにも早期発見・早期治療が大切です。

2025年問題とは、団塊の世代の方が75歳となる年です。2025年には認知症高齢者が700万人を超えると推計されています。

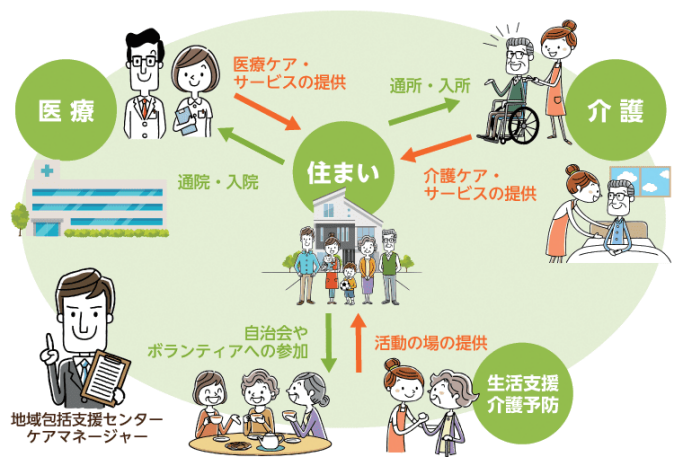
認知症になりにくい生活習慣を心がけ、過ごしていきましょう。

地域包括ケアシステムとは

地域包括ケアシステムとは、介護が必要になっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けられるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援サービスを切れ目なく提供する仕組みです。

高齢者にまつわる悩み事は、お住まいの地域の高齢者支援センターまたは民生委員・児童委員へお気軽にご相談ください。

地域包括ケアシステムのイメージ



※秦野市では、「地域包括支援センター」を「地域高齢者支援センター」と称しています



高齢者からの相談事例



事例1 自炊がおっくうになった男性からの相談

「妻が亡くなり数年経過、炊事を含む家事を何とかこなして生活していたが、最近は持病で手が震えて自炊をするのが億劫となり、食事が偏る時が増えた。『ひとり暮らし・高齢者世帯』登録をすると、夕飯の宅配サービスが受けれるみたいなので、詳細を教えて欲しい」との相談を受けました。

「給食サービス」は、日常生活が出来ない状態＝介護支援や援助が必要な方の場合なので「介護保険適用可否を含めて、地域高齢者地域センターへ相談してください」とお答えしました。

後日、確認したところ、「給食サービスは、日々の安否確認を目的としており、健康体ではできないと判断されました。もう少し、体調を気にしながら日々の生活を頑張ります…」との返答でした。

事例2 お金の管理ができない男性からの相談

年金暮らしですが、年金をギャンブルに使い、家賃が払えず、一日一食しか食べていないということで民生委員・児童委員が地域高齢者支援センターに相談したところ、

- ①お金の管理ができないので、年金支給日に必要経費を引いて渡すようにする
 - ②部屋の掃除の依頼をする
 - ③無料の食品の支給
- との回答がありました。

生活の支援をされてきましたが、結果的に体調を崩し入院することとなり、娘さんのところで世話になることになりました。

行政が行なう「給食サービス」と民間事業所が行なう「配食サービス」があります。詳細は秦野市高齢介護課にある『高齢者ガイドブック』で確認してください。

上記のように一つの事例からもいろいろな問題が見えてきます。他にも、介護保険の利用手順の相談、高齢者の転居確認による空き家問題や、引きこもりなどがあり、民生委員・児童委員は訪問したり近所の方に様子を聞いたりして、できるだけ関わるようにしています。

しかし、訪問しても電話をかけても、なかなか会えないこともあります。近所の方に様子を聞いたり、夕方電気が点いているか見に行ったりと私たち民生委員・児童委員は、日頃から高齢者の方の変化を見つけ、早めに地域高齢者支援センターに繋いでいくことの大切さを実感しています。



西地域高齢者支援センターの取り組み

西地域高齢者支援センターは、令和3年4月1日、秦野市より委託を受け、前任より業務を引き継ぎ、並木町に拠点を構え活動しております。

高齢者支援センターの役割は、困りごとがある方、たとえば老々介護の方、在宅療養する方など、様々な問題を抱え悩まれている方々のご相談を受け、サポートを行うことです。私共は、必要なサービスや制度のご紹介、特に関係機関との連携では、スピード感をもって対応しています。

地域にお住いの方々に対する支援の中で、私共が今年度、特に力を注いだ活動は、『仲間づくり』と『認知症予防支援』です。

昨今のコロナ禍で、ご近所の方と、顔を合わせてお話をしたり、趣味の活動をしたりすることが大変難しくなっています。

そこで、『仲間づくり』の一環として、サロン活動やさわやか体操を開催し、地域の皆様が気軽に立ち寄り、日頃の出来事を話したり、軽く体を動かしたりしながら、楽しんでいただけるような居場所を、地域の方々と一緒に作ってきました。地域で暮らす皆様が、いつまでも健康で、生きがいのある暮らしを実感できる人生であってほしいと考えています。

『認知症予防支援』では、年を重ねることで誰もがなりうる「認知症」が、どのような病気であるかを理解し、また、認知症になっても、住み慣れた地域で暮らしていくことが出来ることを知っていただく機会としました。

今後も、認知症を正しく理解して、地域の支え合いが広がって欲しいという想いを込めて、積極的に認知症セミナーや出前講座を開催してまいります。

ウィズコロナの時代だからこそ、お互いにいたわり合い、支え合うことが大切になっています。心の声に耳を傾け、我が身のこととして受け止め対応できるよう、職員一同活動に取り組んで参ります。



認知症予防セミナーの風景



菩提地区「買物支援隊」事業が本格化

菩提自治会連合会では、高齢化率30%超でバス停まで30～40分掛かる地域があり、高齢者が買物に大変苦労しているとの意見が出ており、自治会連合会としての課題と捉えていました。そこで、市の協力で2回のアンケートを実施し、買物の支援が必要なことを確認しました。

これを受けて、運転手と添乗員は地区のボランティア、車両は地区の3つの福祉施設から順に借り、スーパーマーケット「ベルク」の協力を得て、7月～9月の間で5回のトライアルを実施。10月以降正式に立ち上げ、毎週木曜日に定期的の実施して、利用者から好評を得ております。また、この活動が地域コミュニティの向上という面でも効果が上がっています。

菩提「買物支援隊」の内容が、2021年11月17日TV神奈川の「News Link」で紹介され、話題になりました。



検温して送迎車に乗り込みます

買い物後、自宅まで送ってもらいました



われらの仲間 (第4回)

民生委員・児童委員の紹介コーナー

～モノづくり～ ^{いしい げん} 石井 玄さん (西地区民児協)

石井玄さんは1期目です。以下、石井さんから。

会社を定年退職後、先輩に誘われて入ったのが青少年の健全育成を目的に設置された「秦野市表丹沢野外活動センター」でした。

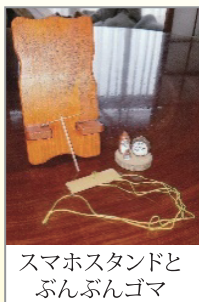
この施設には、最大140名が宿泊できる研修施設をはじめ、テントサイトを併設したバーベキューのできるキャンプ場や森林遊び場などがあります。

私はこの施設の維持管理と青少年活動を支援する仕事をしています。施設内のベンチや案内板などは地場産の木材を使った手作りです。

その中で、子どもたちに「ひねり竹とんぼ」や「木の実の置物」などの工作を教えていました。



トトロの置物



スマホスタンドとぶんぶんゴマ



折り畳みイス

この施設は元々、自然の素材を活用したモノづくりを行っていたことから、私が入ってからは、新たにどんぐりの実を使った「トトロの置物」や竹を使った「ぶんぶんゴマ」、指ぼっちんで飛ばす竹とんぼの小型版「指とんぼ」などの工作を始めました。

新たなモノづくりとして、間伐材や自然素材を活用した「スマートフォンのスタンド」や「折り畳みイス」などに日々挑戦しています。

編集後記

コロナ禍前、友より、「きょうよう」が大事だと言われたことがありました。

“きょうよう”=“今日の用事”ということです。

それからの私は、習い事をしたり、母の所に定期的に行ったりしました。民生委員・児童委員の活動をすると、生活が更に充実した日々となりました。

そんな日々がコロナ禍で一変しました。

家の中でできることをしても心が晴々しない。外の空気を取り入れたくなり草むしりに勤しみました。少しずつ、庭が綺麗になると気持ちに変化が訪れ、花を植え、ガーデニングに励む毎日になりました。

新しいことにも発見や失敗もありました。太陽に当たると夜の寝つきが良くなり、ストレスが軽減します。(日焼けがおまけでついてきます) 頑張りすぎて、膝や腰を痛めて、整形外科のお世話にもなりました。

どんな状況の中でも、その生活に不満を抱くより、どうすれば、気分よく暮らせるか工夫することが大事だと学びました。

「まなざし」は組回覧になり、今まで以上に多くの方に見ていただけるようになりました。皆さんの知りたい事、興味のある事を誌面に反映していくことを目指していきます。