

こうせいりん通信

URL: <http://www.koseiin.or.jp>

第10号 平成23年 10月発行 函館市地域包括支援センター 厚生院 発行責任者 松野 陽



所長 松野 陽

皆様、こんにちは。この夏の暑さで「今年こそはクーラーを」と真剣に考えたのですが、もはや秋。「また来年考えよう・・・」と昨年も思った気がします。こんな風に思える函館の過ごしやすさを実感しています。

さて、来年度行われる介護保険制度の改正点を少々お伝え致します。まず、「地域包括ケア」の推進があげられます。これは、医療、介護、予防、住まい、生活支援サービスが連携した包括的な支援の実施を目指す、という取り組みです。その中の一例として、市町村ごとに地域の特性をいかし、介護保険とそれ以外の生活支援サービスなどを独自に組み合わせた運用を可能とするものがあります。

次に、「24時間対応」の定期巡回・随時対応型サービスの創設があげられます。これは、より身近に24時間の支援サービスを受けることを可能とする取り組みです。その他、認知症や権利擁護対策・サービスの質の向上の推進、介護保険料増額防止対策など、多くの提案がなされております。なお、以前から論議されていた介護療養型医療施設の廃止（来年3月末）については猶予される見込みです。

現在函館市では第5期の福祉計画策定に向け協議を行っております。市長の目指す「日本一の福祉の街づくり」、大いに期待したいところです。「こうせいりん通信」今号もよろしくお願ひ申し上げます。

函館市地域包括支援センター厚生院

〒042-0955
 函館市高丘町3番1号
 (介護老人福祉施設 函館百楽園内)
 TEL 0138-57-7740
 FAX 0138-57-7746



窓口相談
 月曜日～土曜日
 9:00～17:30
 (日曜日は定休)

函館市地域包括支援センター厚生院 ブランチ花園

〒041-0843
 函館市花園町31番4号
 (市住花園団地4号棟1F
 デイサービスセンター花園内)
 TEL 0138-56-5695
 FAX 0138-52-2306



※休日・夜間は携帯電話に転送しており、お急ぎの場合など、ご相談をお受けしております。

- ☆ご相談は無料です。
- ☆介護保険の要介護認定の申請代行も行っています。
- 市役所窓口まで行かなくても、地域包括支援センターの職員がご自宅に伺い、申請を代行する事も出来ますのでご相談下さい。

函館市地域包括支援センター厚生院の担当地域(東央部地区)

川原町	深堀町	駒場町	広野町	湯浜町	戸倉町	湯川町1～3丁目	榎本町	花園町
日吉町1～4丁目	上野町	高丘町	滝沢町	見晴町	鈴蘭丘町	上湯川町	銅山町	旭岡町
西旭岡町1～3丁目	鱒川町	寅沢町	三森町	紅葉山町	庵原町	亀尾町	米原町	東畑町
鉄山町	蛾眉野町	根崎町	高松町	志海苔町	瀬戸川町	赤坂町	銭亀町	中野町
新湊町	石倉町	古川町	豊原町	石崎町	鶴野町	白石町		

東央部地区高齢人口(65歳以上人口)・・・17,778人 高齢化率・・・29.2%(平成23年8月現在)

今回はショートステイのお話です

主任ケアマネ
部門より

最近疲れて、
なにもする気が
おきません。
これが介護
疲れ?



近く孫の結婚式が
あります。遠いところ
なので私はいけない
けど、息子夫婦に
遠慮なく行かせ
たいわ。

このような時は、施設（介護老人福祉施設等）に短期間お泊り頂き、ご家族に代って介護する『ショートステイサービス』を利用することができます。

～在宅で生活されている介護認定を受けた方が利用できます～

【こんな目的で利用できます】

ご本人・・・栄養状態の改善や体力の回復・休養目的など。
介護者・・・ご病気や冠婚葬祭等で介護できない場合など。
介護されている方の休養、身体的・精神的な負担の軽減など。



【サービス内容】

- ・ご本人の心身の状態に応じた食事・入浴・排せつや更衣、日常生活のお世話や機能回復訓練等。
- ・ご利用施設によってはリハビリやレクリエーション、行事などにも参加できることがあります。
- ・自宅までの送迎が可能です。

【料金について】

利用料は要介護度や施設によって違いがあります。また介護保険での利用料金その他、食事代やお部屋代などの実費が必要となります。経済状況によっては、申請することで負担が軽減される場合があります。

その他の宿泊のサービス

- ・「小規模多機能型居宅介護」でも宿泊のサービスを利用できます。
- ・状況によっては、函館市が行う短期宿泊のサービスを利用できる場合があります。

※ 詳しくはケアマネジャーや地域包括支援センターへご相談ください。



保健師
部門より

物忘れの始まり

それはこんなこと・・・

大好きな俳優さんの名前もすぐに思い出せなくて・・・

最近、なくし物をする事が多くなったけど、後で思い出して見つかるのよ。これが認知症なのかしら？



老化による物忘れなのかアルツハイマーに代表される認知症の初期段階なのか、物忘れを自覚し始める時期の健康と病気の中のグレーゾーンを軽度認知障害（MCI）と言います。

★他の病気が原因のこともあります★

うつ病 水頭症 脳腫瘍 甲状腺機能低下症
慢性硬膜下血腫 重症の肝機能障害 貧血など
※これらの病気の影響で物忘れが出ている場合には、早期に治療することで、物忘れが改善する方が多くみられます。



介護で疲れていませんか？



介護の事で一人で悩んでいませんか？介護は長期にわたることも多く、いつの間にか自分も気がつかないうちにストレスとなっている可能性があります。介護者も心身のリフレッシュを図りましょう。

こんな事ありませんか？

- 介護は主に自分一人でやっている。
- 介護は自分でがんばらなければならないと思う。
- 他人に家に入られたくないので、家族で介護したいと思う。
- どこに相談に行けば知りたい情報が手に入るのか、わからない。
- 身体の負担が少なくなるような介護の方法を知らない。
- 介護の悩みを聞いてくれたり、相談に乗ってくれる人が身近にいない。
- 介護生活の先行きが見えず不安になる。
- 長い間留守にできず、遠出が出来なくなった。
- 友達付き合いや趣味の時間がとれなくなった。
- 子供や配偶者の世話が十分に出来なくなった。

がんばらない介護生活チェックシートより

私が我慢すればいいのよ...



家の事だから...

誰も介護を手伝ってくれない。いつまでこの生活が続くのかしら...

どなたでもいくつかの項目に心あたりはあるのではないのでしょうか。

「介護者の心身の疲労」が、高齢者の虐待が増えている要因の一つとなっています。

困った時、悩んだ時は

一人で抱え込まないで

まずは相談して下さい。
無理せず、介護サービスを有効に活用し、介護者も心身のリフレッシュを図りましょう。



〈連絡先〉

地域包括支援センター厚生院
57-7740

函館市役所
高齢者・介護総合相談窓口
21-3025

軽度認知障害 (MCI) とは

日ごろの生活には支障は出ていませんが、人の名前や地名が出てこない、ちょっと置いた場所がわからなくなった、伝言を忘れていた、などの物忘れを感じ始めた方はいらっしゃいませんか。

「年だな！」「認知症かな？」と、感じ方は様々だと思います。このようなグレーゾーンの状態を軽度認知障害と言います。

検査をした方々の中には、単なる老化による物忘れの方が多いのですが、アルツハイマー型認知症の初期と診断される方もいらっしゃいます。早期に治療を開始することで、進行速度を遅らせることが出来る場合があります。

認知症の診断をする診療科は、脳神経外科、神経内科、精神神経科が専門です。最近では、他の病気がないか鑑別診断と専門医療相談をしてから、認知症の診断をする、認知症疾患医療センターが市内4ヶ所の病院に開設されています。

ご心配な点や質問などありましたら当センターにお問い合わせください。



紙おむつ給付の紹介

函館市では市に住所を有している、在宅で寝たきりの高齢者や認知症の高齢者を介護しているご家族に対して、介護用品（月額6,250円分の紙おむつや尿取りパッド）を給付するサービスがあります。

対象となる条件は様々ありますが、今回はその紙おむつ給付の条件について例を挙げてご紹介します。

対象となる主な条件

紙おむつを
利用している方



- (1) 在宅で介護を受けている。
※紙おむつを持ち込める病院への入院は、該当になる場合があります。
- (2) 要介護4・5の認定を受けている。
- (3) 市民税非課税世帯に属している。
- (4) 主に介護している家族も市民税が非課税の世帯である。

これらの条件を全て満たす必要があります



☆対象となる一般的な例：高齢者夫婦と息子夫婦で生活している場合☆



- 父親が紙おむつを使用
- (1) 在宅で介護をうけている
 - (2) 父親は要介護4
 - (3) 父親は非課税
 - (4) 主な介護者である母親および家族も非課税



○：対象となる

※世帯の考え方：住民基本台帳上の世帯を言います。

家族介護用品給付サービスの申請は、介護者であるご家族が市役所の窓口で申請することができます。また、担当のケアマネジャーや包括支援センターの職員も代行して申請することができます。



地域の集まりにぜひ！

各地域にお伺いし、高齢者全般に関するお話をさせて頂いております。日時、内容はご要望に応じてご相談させて頂きます。お気軽にご連絡下さい。（※無料です。）

受付担当：松野 佐々木
印牧（かねまき）

～厚生院のスタッフです～

三上 佐々木 松野 大井川 海老名



【中段】 森 須田 印牧（かねまき） 中村 米坂
【下段】 山崎 中野 川崎 福原 小林

編集後記

あれやこれやと忙しく過ごし、気がつけばもう10月。色々目標がありましたが（痩せるとか）、なかなか思うようには実行できないものですね。

編集委員：大井川 小林 米坂 中村 福原 川崎