



医療法人 誠医会
月岡医院
 内科 ● 消化器内科

アライブ Alive

2019年5月発行 Vol.006

中国の急速な高齢化

中国は「人つ子政策」の影響もあり、急速に高齢化が進行しています。特に上海では、60歳以上の高齢化率が20%と中国の中でも高く、また独居の方も増加しています。高齢化社会への対策として、中国では上海市を含めて介護保険が15都市で試験導入されていますが、全国統一の介護保険の導入の予定は国内の格差が大きいため部分的な導入になるようです。現状では日常生活が困難になれば、地方から住み込みのお手伝いさんを雇うか施設入所が選択されることとなります。

中国の介護政策

中国の介護政策のスローガンは、「9073」です。これは、90%の人は自宅で自立した生活を、7%の方は介護を利用して自宅で生活を、3%の方は施設入所に対応しようというものです。そして、施設を中心とするのは、「公建民営」という国が施設を建設して、民間が運営するという形態です。こうすることで、費用を安くし、年金の範囲内の施設入所が可能となります。さらに上海で長期入所、短期入所、通所サービスを複合的に提供する事業所や、在宅支援

上海医療介護視察ツアー報告

この視察は、上海で「中国・日本・スイス介護及び実践フォーラム」開催に当たり、日本から3人のスピーカーが招かれました。そこで、上海の医療介護の現状を視察し、フォーラムに参加することを目的として企画されました。



(左から)日本認知症ワーキンググループ「おれんじドア」代表 丹野智文さん、「未来をつくるKaigoカフェ」代表 高瀬比左子さん、「株式会社AOL-Care」代表取締役社長 加藤忠相さん

2019年4月8日から11日にかけて、「上海医療介護視察ツアー」に参加してきました。



上海紅日が運営する介護施設

センターと配食サービス、デイサービス、福祉用具などの地域連携のためのサービス拠点の整備が進められており、そのような取り組みを5箇所見学しました。



China



視察に行ったドクター達



早朝の公園で太極拳をする人たち

健康のため、自主的に活動する高齢者たち。

中国の人たちは、老後は国に頼れないという意識にて自立した生活を維持するために自主的な活動を行っています。早朝の中山公園に行きますと、太極拳をする人、ダンスをする人、コーラスをする人達がたくさんいました。そのような公園を中心とした社会活動が盛んであることに中国の自立した高齢化社会の未来が見えるように感じました。

運動カフェ・アイ

「デイサービス パワーリハビリ アイ」では毎月第2日曜日に運動カフェを開催しています。地域のみなさまが交流しながら運動し、体力維持ができる場として、どなたでも参加できます。ぜひ、お気軽に参加してみてくださいね。

日時/ 毎月第2日曜日 10:00~12:00
 5/12・6/9・7/14・8/11・9/8・10/13
 11/10・12/8
 場所/ デイサービス パワーリハビリ アイ
 参加費/ 100円
 内容/ 準備運動・パワーリハビリ 体操指導・カフェ休憩

デイサービス **パワーリハビリアイ** | 越前市本多1丁目12-3 TEL.0778-21-5833

ほんわかサロン

「デイサービス ひかり」では毎月第4土曜日にサロンを開催しています。地域のみなさまが交流しながらゆっくり活動を行い、気分転換できる場として楽しんでいただけます。

日時/ 毎月第4土曜日 9:00~12:00
 (5・11・12月は第3土曜日)
 5/18・6/22・7/27・8/24・9/28・10/26
 11/16・12/21
 場所/ デイサービス ひかり
 参加費/ 100円
 内容/ ①体操・脳トレ ②クラフト・お菓子作りなど ③陶板浴体験 (②は月によって内容が変更します)

デイサービス **ひかり** | 越前市桂町8-23 TEL.0778-22-1035

お知らせ

第5回 出張認知症カフェ

認知症とともに笑顔で生きる



講師
 丹野智文氏
 ネットトヨタ仙台勤務。39歳でアルツハイマー型認知症と診断。「おれんじドア」実行委員代表。

日時 令和元年7月25日(木) 14:00~16:00

場所 越前市 福祉健康センター 多目的ホール (アルプラザ武生平和堂)

※18:30~医療介護従事者対象
 丹野智文さんと若年性認知症について語る、研修会も予定しています。

スタッフ通信



小規模多機能ホーム ころろ 管理者 **羽賀人美さん**

介護の仕事につくことになったきっかけを教えてください。

元々接客業をしていたので、人と話すことが好きでした。ハローワークで勧められたことがきっかけでホームヘルパーの資格を取り、誠医会で働くことに。パワーリハビリアイで約6年、ころろで約4年がたちます。

日々のお仕事で感じることは？

初めの1・2年は介護のお仕事に慣れていないこともあり、不安や迷いを感じながら仕事をしていました。そんなとき、同期の方の励ましや一緒に働く仲間がいたことで

これからの仕事について

ころろの管理者として、数々の研修や他の施設への視察など、たくさん勉強させてもらう機会をいただいています。大変勉強になりますし、刺激ももっています。スタッフにも恵まれ、理事長はじめ、みんなに助けられながらここまで続けてこれました。これからも利用者さんが1日1日を大切に、その日を楽しく笑顔で過ごせるよう、努力していきたいと思っています。

小規模多機能ホーム **ころろ** | 越前市本多1丁目8-12 TEL.0778-23-2022

医療法人 誠医会

月岡医院

内科 ● 消化器内科

〒915-0811 越前市本多1丁目10-18
 TEL: 0778-23-0220
 URL: <http://tsukioka-med.com/>

診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝
 8:30~12:30 ○ ○ ○ ○ ○ ○ 休
 14:00~18:00 ○ ○ ○ 休 ○ ※ 休

※第2・第4土曜は14:00~16:00の診療
 ◎毎週月・木曜は早期診療を実施(AM8:00~)
 ◎診療の予約承ります [Facebook](#) フェイスブックもご覧ください



ご利用者のお声を聞いてみました

パワーリハビリアイは、負担のかからない軽い負荷のマシントレーニングで、自立生活をサポートする施設。ご利用者にお話を伺いました。

【プロフィール】
三河君枝さん(91歳)
滋賀県彦根市出身。越前市在住。アイには週2回、約10年間通われています。お一人暮らしで身の回りのことはほとんど自ら行われています。
中村了一さん(80歳)
越前市在住。アイには週3回、約10年通われています。幅広く趣味をお持ちで、アイで体力維持し、活動されています。
吉村昭さん(87歳)
越前市在住。アイには週2回、8年通われています。中村さんと同じく多くの趣味をお持ちです。



(左から)三河君枝さん・中村了一さん・吉村昭さん

(三河さん)
「アイに来て運動したあとは家に帰っても体が軽くて歩きやすいんですよ。いい調子を維持できるんです。みんなやスタッフのみなさんと会ってお話するのも大好き。ここに来るのが本当に楽しみです。これからも元気にケガなく、自分でもなんでもできる体でいるために通い続けたいです。スタッフの方は優しく、朗らかで、本当に感謝の気持ちでいっぱいなんです。」



(中村さん)
「アイでは一人ひとりに合わせた運動を考えてくれて、無理しない程度でいろんな筋肉を鍛えられます。外でランチを食べたり、みんなでお花見したり、外出するのが楽しいです。吉村さんと折り紙でいろんな作品を作ったり、最近はデコパージュにも挑戦しています。ここで出会えた人と仲良く新しいことに挑戦できるのが生きがいになっていますよ。」



(吉村さん)
「週2回通って、1周25mのサークルを毎回40周歩いています。やっぱり歩くのが基本。毎年、元同僚との同窓会が東京であるのですが、今でも一人で東京まで行き、参加しています。目的があるとりハビリもとても楽しくできますよ。折り紙やデコパージュで作品を創ったりするのもとても楽しい。自動車免許を返納したのですが、ちよっと後悔しているくらい元気です！」



(左)吉村さんの作品
折り紙



(右)中村さんの作品
デコパージュ

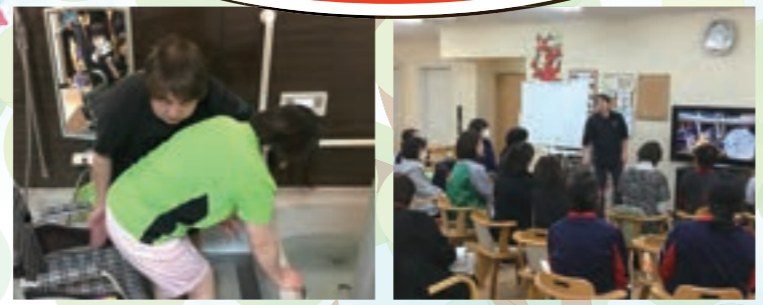
パワーリハビリアイ
2Fに飾ってあります



生活相談員 山本由布子

パワーリハビリアイでは、高齢者が筋肉を使わないことにより低下した筋力を、負担をかけないマシントレーニングで筋肉に刺激を与え、ゆっくりと活動できる筋肉に戻し、動作性を回復するプログラムを提供しています。理学療法士・作業療法士がひとりひとりに合ったプログラムを作成。6台のマシンを揃え、毎日たくさんの方が無理せず運動に励んでおられます。いつも明るい笑い声が絶えず、ご利用者同士の交流もにぎやか。今回お話をいただいた3名の方は、積極的に他のご利用者とお話をされ、リハビリはもちろん趣味にも楽しく取り組んでおられます。その様子を見ているだけでこちらも元気ももらえます。

楽ワザ介護研修がありました!



がんばらない介護術、相手の動きを利用した介助。「ためしてガッテン」や「Eテレ」などでも反響のあった青山幸広先生にお越しいただき、研修を行いました。
小規模多機能ホームこころの浴室で車椅子の方に浴槽につかっていただくための介助方法の研修。浴槽の高さと同じ特注の長椅子を利用し、入浴するご利用者の体の動きに介助者が合わせることでお互いに楽に動くことができます。スタッフから「これならできそう」との声が上がりました。
その後、介護スタッフ全員のための楽ワザ一般講座。ご利用者に立っていただく介助も、「こんなに楽に〜?」と歓声が上がっていました。

楽ワザ介護 (有)RX組
HP▶www.rx-gumi.com/company/

なにわ子ども園の年長さんとの交流会



2月13日、なにわ子ども園の年長さん22名が小規模多機能ホームこころに遊びに来てくれました。
園児さんが竹馬やコマまわしを披露し、ピアノ演奏や元気な歌を聞かせてくれました。園児さんご利用者のみなさんと、手遊びやあやとりをして交流を楽しみました。園児さんの元気な歌声にご利用者の皆さんが目を細めて拍手され、たくさん元気ももらった交流会でした。

認知症カフェこころって...?



月岡医院で月2回開催している認知症カフェこころ。認知症の理解を深めることと、認知症の方を介護するご家族の交流の場として開催し、毎回20名以上の方にお越しいただいています。月岡院長のミニ講座では認知症についての相談～健康相談、ご自宅での介護方法など参加者の方々からの質問に答えています。その後は体操やレクリエーションを楽しんでいます。参加者のご提案でゲームをすることもあり、みなさん和気あいあいとにぎやかに過ごしています。

開催日時/毎月第2・第4木曜日 14:00～17:00
参加費/100円

見える事例検討会とは...



見える事例検討会とは、介護においてご本人・介護者の課題解決のために、その根底にある課題を明確にし、支援の方向性を見出すとともに地域で支援していくネットワークを作り、行動の計画を立てる検討手法です。
昨年誠医会より院長、管理者羽賀、作業療法士高木がその司会役となるファシリテーター養成講座を修了しました。2月18日、羽賀が初めてファシリテーターとして検討会で司会を行いました。事例の課題を明確にするために、マインドマップにご本人を中心とする生活状況や疾患などを書いていきます。その後提案をまとめアクションプランにしていのですが、会場からの応援をもらいながら緊張してまとめていました。
今年、誠医会では越前市で「見える事例検討会」を開催したいと考えています。多職種の方が活発に意見を出し合うことで、よりご本人の希望に沿った支援ができるように努めたいと考えています。

