



つながり



社会医療法人社団 順江会
 介護老人保健施設
 かがやきライフ江東
 電話 03(3640)2111 FAX 03(3640)8050
 E-mail: kagayaki@junkoukai.com

認知症高齢者グループホーム
 サンライズホーム
 電話 03(3640)2112 FAX 03(3640)8070
 E-mail: sunrise@junkoukai.com

〒135-0051 江東区枝川3丁目8番18号

Vol. 16 平成28年12月08日発行

地域包括ケアシステムの構築と 介護予防・日常生活支援総合事業について

- 団塊の世代が 75 歳となる 2025 年を目途に、重度な要介護状態になっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される地域包括ケアシステムの構築を実現することが必要。
- 今後、認知症高齢者の増加が見込まれることから、認知症高齢者の地域での生活を支えるためにも、地域包括ケアシステムの構築が重要。
- 人口が横ばいで 75 歳以上人口が急増する大都市部と 75 歳以上の人口が緩やかだが減少する町村部等、高齢化の進展状況には大きな地域差がある。
- 地域包括ケアシステムは保険者である市町村や都道府県が、地域の自主性や主体性に基づき、地域の特性に応じて作り上げることが必要。

支え合いによる地域包括ケアシステムの構築

- 地域包括ケアシステムの構築に当たっては「介護」「医療」「予防」といった専門的サービスの前提として「住まい」と「生活支援・福祉」といった分野が重要。
- 自助・共助・互助・公助をつなぎ合わせる（体系化・組織化する）役割が必要。
- 都市部では、意識的に「互助」の強化を行わなければ強い「互助」を期待できない。



(自助)・介護保険・医療保健の自己負担分

- ・市場サービスの購入
- ・自身や家族による対応

(互助)・費用負担が制度的に保障されないボランティアなどの支援、地域住民の取り組み

(共助)・介護保険・医療保健制度による給付

(公助)・介護保険・医療保険の公費（税金）

自治体等が提供するサービス

生活支援・介護予防サービスの充実と高齢者の社会参加

- 単身世帯等が増加し、軽度の支援を必要とする高齢者が増加する中で生活支援の必要性が増加。
- 高齢者の介護予防が求められているが、社会参加・社会的役割を持つことが生きがいや介護予防につながる。
- 多様な生活支援・介護サービスが利用できるような地域づくりを市町村が支援することについて、制度的な位置づけの強化を図る。

生活支援・介護予防サービス

高齢者の社会参加

- ニーズに合った多様なサービス種別
- 住民主体、NPO、民間企業等多様な主体によるサービス提供
 - ・地域サロンの開催
 - ・見守り、安否確認
 - ・外出支援
 - ・買い物、調理、掃除などの家事支援
 - ・介護者支援など

生活支援の担い手として社会参加



- 現役時代の能力を活かした活動
- 興味関心がある活動
- 新たにチャレンジする活動

- ・一般就労、起業
- ・趣味活動
- ・健康づくり活動、地域活動
- ・介護、福祉以外のボランティア活動

市町村を核とした支援体制の充実・強化

バックアップ

都道府県等による後方支援体制の充実

総合事業と生活支援サービスの充実

- 予防給付のうち訪問介護・通所介護について、市町村が地域の実情に応じた取組ができる介護保険制度の地域支援事業への移行（29年度末まで）
- 既存の介護事業所による既存のサービスに加えて、NPO、民間企業、ボランティアなど地域の多様な主体を活用して高齢者を支援。高齢者は支え手側に回ることも。

予防給付

(全国一律の基準)

訪問介護

移行

既存の訪問介護事業所による身体介護・生活援助の訪問介護

NPO、民間事業者等による掃除・選択等の生活介助

住民ボランティアによるゴミ出し等の生活支援サービス

・専門的なサービスを必要とする人には専門的なサービスを適用

・多様な担い手による多様なサービス

サービスの充実

- ・多様なニーズに対するサービスの拡がりにより、在宅生活の安心確保

予防給付

(全国一律の基準)

通所介護

移行

既存の通所介護事業所による機能訓練等の通所介護

NPO、民間事業者等によるミニデイサービス

コミュニティサロン、住民主体の運動・交流の場

リハビリ、栄養、口腔ケア等の専門職等関与する教室

・支援する側と、される側という画一的な関係性ではなく、サービスを利用しながら地域とのつながりを維持できる。

・能力に応じた柔軟な支援により、介護サービスからの自立意欲が向上

費用の効率化

- ・住民全体のサービス利用の拡充
- ・認定に至らない高齢者の増加
- ・重度化予防の推進

介護予防・日常生活支援総合事業のサービス利用の流れ

● はじめに

介護予防・日常生活支援総合事業（以下「総合事業」という。）については、市町村が中心となって、地域の実情に応じて住民等の多様な主体が参画し、多様なサービスを充実することにより、地域の支え合いの体制づくりを推進し、要支援者等に対する効果的かつ効率的な支援等を可能とすることを目指すものです。平成27年4月施行とされている総合事業の実施については、市町村の判断により事業開始を平成29年3月末まで猶予することができ、利用者の居住地が総合事業を実施している場合には、以下の利用の流れに沿いサービスが利用可能です。

窓口での対応（地域包括支援センター）

■ 周知

○総合事業の目的、内容、サービスメニュー、手続き方法について十分に周知。

■ 相談

○総被保険者からの相談を受け、窓口担当者より総合事業などを説明（サービス事業者は、目的や内容、手続きなどを説明）。その際、①事業のみを利用する場合は、基本チェックリストで迅速なサービス利用が可能なこと②事業対象者となった後も要介護認定などの申請が可能であることを説明。

■ 基本チェックリストの活用・実施

○窓口で相談した被保険者に対して、基本チェックリストを活用・実施し、利用すべきサービスの区分（一般介護予防事業、サービス事業及び給付）の振り分けを実施。

■ 介護予防ケアマネジメントの実施・サービスの利用開始

○利用者に対して介護予防・生活支援を目的に、その心身の状況等に応じてその選択に基づき、適切な事業が包括的かつ効率的に提供されるよう、専門的な視点から必要な援助を行う。

○利用者が居住する地域包括支援センターが実施するが、居宅介護事業所への委託も可能。

○介護予防ケアマネジメントは、利用者の状態像、意向等を踏まえ3パターンに分けて行う。

①原則的な介護予防ケアマネジメント

②簡略化して介護予防マネジメント

③初回のみ介護予防ケアマネジメント

● 総合事業のサービスを受けるには？

まずは、お住まいの市町村の窓口にご相談下さい。ここでの相談は、希望するサービスや要介護認定等の申請も含む広い意味での相談になります。窓口担当が具体的に総合事業の利用か要介護認定を受けるかなどについて幅広い視点で相談を受けます。

この場合の窓口の多くは地域包括支援センターのことを意味します。もちろん市町村の窓口でも受付は出来ませんが具体的な内容相談は地域包括支援センター等の専門職が家族を含む相談者の具体的な相談を受けます。総合事業では、既存の介護予防の訪問介護事業者や通所介護事業者がみなし指定事業者として利用可能な他、住民主体のサービス等、多様なサービスを選択することが可能になります。

江東区の総合事業について

江東区では介護予防・日常生活支援総合事業が平成28年4月からスタートしました。

<介護予防・生活支援サービス事業>

○介護予防・生活支援サービス事業は、要支援と判断された方と基本チェックリストで要支援相当と判断された方を対象に

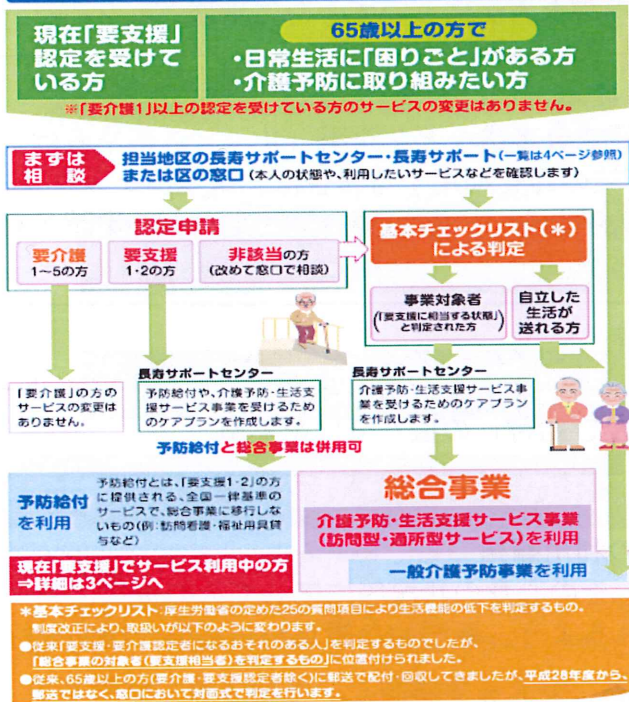
- ①訪問型サービス（洗濯や掃除などの訪問による日常生活上の支援）
- ②通所型サービス（通いによる日常生活上の支援）を受けられます。

<一般介護予防事業>

○一般介護予防事業は65歳以上の全ての人を対象とした介護予防の取り組みで

- ①一般介護予防教室（運動器具やプール、ウォーキングなどのトレーニングや栄養改善、口腔機能向上など、教室型のプログラムを、各施設で実施します）
- ②地域介護予防活動支援事業（5人以上の仲間で「いきいきサークル」に登録すると、運動の講師派遣など、地域で行う介護予防活動を支援します）

総合事業の対象者と利用手続き



<要支援>でサービス利用中の方へ

訪問介護・通所介護が、総合事業の訪問型・通所型サービスに順次移行します

1 長寿サポートセンターでケアプランを見直します。

平成28年度中に「要支援」の認定有効期間が終了する方から、順次ケアプランを見直し、ご本人の状態やご意向等を踏まえ、以下②①~③のサービスに移行します。

2 訪問型・通所型サービスの種類と利用者負担

① 現行相当サービス

現行の全国一律の訪問介護・通所介護と同等の基準・単価のサービス

回数	訪問型	区分	通所型
週1回	1,332円	事業対象者・要支援1	1,796円
週2回	2,662円	要支援2(※)	3,681円
週3回	4,223円	—	—

※適切なケアマネジメントにより、事業対象者も利用可能な場合があります。

② 基準緩和サービス

区独自研修修了者を従事者とするなど、①の基準を緩和したサービス

回数	訪問型		通所型	
	一対一	単独型	一対一	単独型
週1回	1,103円	932円	1,578円	1,256円
週2回	2,205円	1,863円	2,725円	2,398円
週3回	3,495円	2,955円	—	—

①②とも、ご本人の状態等に応じて定期的にケアプランを見直し、自立支援に向けた一般介護予防事業や社会参加の促進を図ります。

①「一対一」は、訪問介護事業所や通所介護事業所において要介護者等と一体的に基準緩和サービスを提供し、「単独型」は基準緩和サービスのみを提供します。

③ 短期集中サービス

リハビリテーションの専門職等を配置し、3~6か月の短期間で、生活機能の改善を目指すサービス



回数	訪問型	通所型
週1回	無料	—
週2回	—	200円

3 認定申請をせずに「基本チェックリスト」による判定が可能に

要支援で訪問型・通所型サービスのみ利用する方は、認定の申請をせずに基本チェックリスト(前頁参照)により簡便に判定を受けることができます。

担当地区の「長寿サポートセンター」・「長寿サポート」にご相談ください。(4ページ参照)

住み慣れた地域での暮らしを支えます

<平成28年4月>

介護予防・日常生活支援総合事業

元気な方も「要支援」の方も

介護予防・日常生活支援総合事業(以下「総合事業」)は、65歳以上の方を対象として、その人の状態や必要性に合わせて、また、自立や社会参加に向けて、江東区独自の多様なサービスや取組を広く提供していくものです。

がスタート
平成28年4月~

総合事業ではこんなメリットも!

- ①一部サービスの ●種類が多様化
●手続きを簡素化
●利用者負担を軽減
- ②高齢者が「支え手」になることで介護予防につながる
- ③気心の知れた仲間と身近な場所で介護予防に取り組むことが可能に



介護予防・生活支援サービス事業

「要支援」と判定された方及び「基本チェックリスト(次頁参照)」で要支援相当と判定された方を対象に以下のサービスを提供します。

- ①訪問型サービス 掃除や洗濯など、訪問による日常生活上の支援
- ②通所型サービス 機能訓練など、通いによる日常生活上の支援

「要支援」の方のサービスのうち、訪問介護・通所介護が、この訪問型サービス(通所型サービス)に移行します。→詳細3ページ

一般介護予防事業

65歳以上のすべての方を対象とした介護予防の取組です。

- ①一般介護予防教室 運動器具やプール、ウォーキングなどのトレーニングや栄養改善、口腔機能向上など、教室型のプログラムを、各施設で実施します。
- ②地域介護予防活動支援事業 5人以上の仲間で「いきいきサークル」に登録すると、運動の講師派遣など、地域で行う介護予防活動を支援します。

この他にも様々なメニューがあります。詳細は長寿サポートセンターへ→4ページ

江東区の一一般介護予防教室事業

○いきいきトレーニング (無料)

場所: 江東区健康センター

江東区スポーツ会館

深川スポーツセンター

亀戸スポーツセンター

東砂スポーツセンター

深川北スポーツセンター

※詳細は各施設の窓口へ

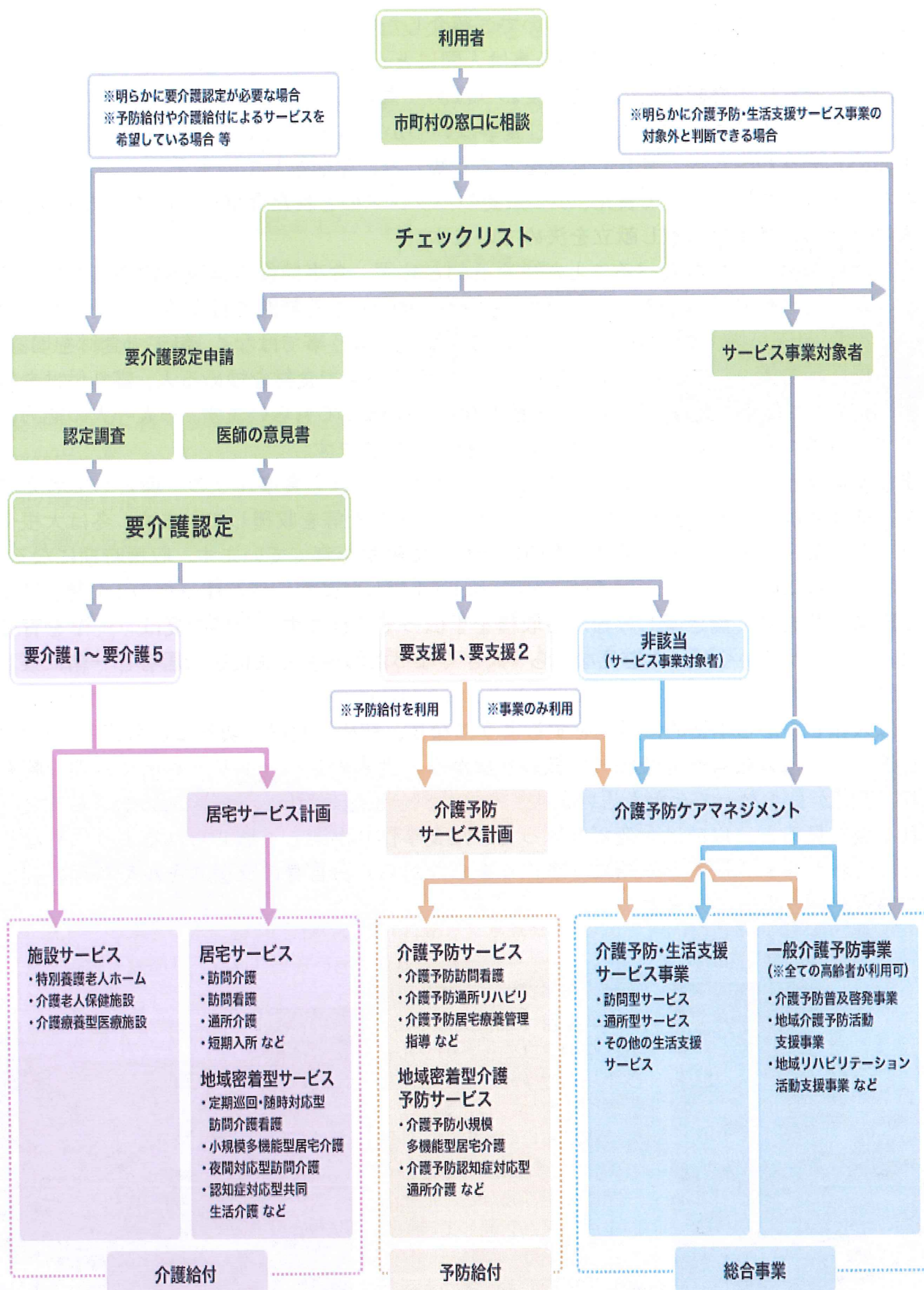
○江東マスターズフィットネス(民間)

料金: 2000円

実施場所

- ・コナミスポーツクラブ
- ・スポーツクラブ ルネサンス北砂
- ・スポーツクラブ&スパ ルネサンス亀戸
- ・東陽町ウエルネスセンター
- ・スポーツクラブ オツソ南砂
- ・ジエクサー・フィットネス&スパ亀戸

基本チェックリストによる判定手順



サンライズホームの食事

サンライズホーム虹 澤田英子

今回はサンライズホームの食事についてご紹介したいと思います。

人間の三大欲求の一つ「食欲」。食べる事は人間にとって生きていくうえでなくてはならないものです。それは当然認知症の人でも変わりはありません。

サンライズホームで生活する入居者も「食事はいつかしら?」「今日のご飯は何かしら?」「あら!おいしそうね~」等、毎日の食事をととても楽しみに生活をしています。

そんな入居者たちに満足して貰え、かつ栄養のバランスのとれた食事を提供できるよう、職員は入居者たちの意見を考慮し献立を決めています。

サンライズホームでは食べることを目的とせず、食事前後の過程も含めて食事と考えています。食事作りは入居者と一緒に行い、その人のできる範囲で行えるよう支援しています。例えば、包丁が扱えないから食事作りはできないと言う事ではなく、包丁で食材を切る人、野菜の皮をむく人、もやしのひげ根を取る人、フライパンで食材を炒める人、盛り付けを行う人、食事後にご自身の食器を洗う人など色々な形で手伝ってもらいます。一人一人の能力に応じてできる事を考え、見つけていきながら支援していきます。

またサンライズホームでは畑で野菜を育てており、これも食事作りの一環として考えています。夏はきゅうり・ナス・ミニトマト・ピーマン・しそ等を収穫しています。冬は大根や小松菜・かき菜・キャベツ・白菜等、季節に合わせて野菜を育てています。収穫時期になると、入居者と一緒に収穫も行い、「うわぁ~凄いいね!」「こんなにたくさん作ったの!」等、畑で育った野菜たちを見て驚き楽しみながら収穫を手伝ってくれます。今年の夏はゴーヤを育てました。日々育っていくゴーヤを見ながら「大きくなったね~」と成長を入居者と一緒に楽しんでいました。

私は入職してから本格的に料理をするようになり、初めは食材を切ることも苦手でしたが、日を追うごとに入居者や先輩職員に教わりながら、食事のレパートリーも増え料理の腕も上がり、手際が良くなってきたと思います。入居者が一生懸命手伝ってくれたり、喜んで食べてくれる姿を見ると、以前は大変だと思っていた食事作りが楽しく感じられるようにもなりました。これからも入居者と一緒に食事作りをしながら自分自身の支援スキルや料理の腕を上げていきたいと思っています。



サンライズホームは、平成17年4月1日に開設した虹と空の2ユニットのグループホームです。ここでは、少人数の家庭的な雰囲気の中で、食事作りや買い物、仲間との会話、時にはご家族様と一緒に外出するなど、心地よい生活リズムを通して忘れていた自分を取り戻し、心穏やかな生活ができるようお手伝い致します。



認知症サポーター養成講座を終えて

講師 寄本 かほる



先日（10/16）、利用者様のご家族を対象とした認知症サポーター養成講座を開催しました。これまで施設内新人研修として施設職員を対象とした講座は行ってきましたが、外部へ向けた講座は初めての試みでしたので、ここで報告します。『オレンジリング』という言葉聞いたことがある方もいらっしゃると思いますが、オレンジリングは「認知症の人やその家族を応援します」という意志を示す目印として、認知症サポーターになった時に渡されるブレスレットです。認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、認知症の方やその家族の良き理解者である存在です。何か特別な事をしなくてはならないわけではありません。90分ほどの講座を受ければ誰でもなることができますし、講座は何度受けても構いません。講座の主な内容は、

1. 認知症とはどのようなものか
2. 認知症の症状について
3. 認知症の診断や治療
4. 認知症の予防について
5. 認知症の方に接する時の心構えと介護者の気持ちの理解について
6. 認知症サポーターにできることとは？ 以上になります。



今回の講座も指定のテキストにしたがって進めていきましたが、受講者のご家族であり、実際に介護した経験のある方の参加でしたので、まずは自己紹介を兼ねて参加者の皆さんにご自身の経験をお話していただきました。皆さん悩んだり、辛い思いをされながら介護していらっしゃる様子でしたが、介護を通してご自身が成長したとお話しされる方もいらっしゃいました。また、講座が終了した後で「勉強になった」「いろいろな話が聞けて良かった」とご好評をいただくことができました。介護の専門施設として、今後も地域の皆様のお役に立てるよう、このような活動を行っていきたいと思います。

簡単便利な時短クッキング 《ツナ缶の炊き込みご飯》

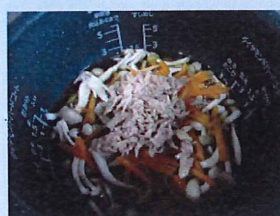
管理栄養士
早野 啓子

缶詰は備蓄食品としてはもちろん、普段の料理にもとても便利！
生姜はすりおろしたチューブのものを使えば手間も省けます！

- ①米は洗ったぷりの水に約30分浸け、ザルにあげて水気を切る。
- ②にんじんは、細切り。しめじは石づきを取りほぐす。
- ③生姜のすりおろし、醤油、酒を混ぜる。
- ④炊飯器に米、③の調味料を入れ、目盛り分の水を加える。
- ⑤②の材料、汁を切ったツナを加えて軽く混ぜ、炊く。
- ⑥炊き上がったら、全体を混ぜて器に盛る。

材料

- 米 2合
- にんじん 50g
- しめじ 100g
- ツナ缶 1缶 (70g)
- 生姜のすりおろし 小さじ1 (4g)
- 醤油 大さじ1 (18g)
- 酒 大さじ1 (15g)



カロリー
約170gのご飯の場合
エネルギー 約330kcal
塩分 約0.8g



かがやきライフ江東 運動会



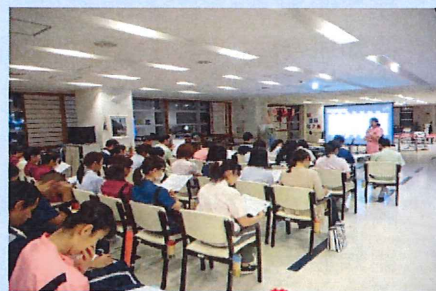
かがやきライフ江東の2大イベントの1つである運動会が10月16日(日)開催されました!当日まで各フロアでは玉入れや応援合戦の練習に励んできました。その成果を発揮!みなさん真剣に、また楽しそうに競技に参加されていました。貰ったメダルににっこりと笑顔で写真に写っている姿が印象的でした。今年は、5年ぶり!?!に紅組の優勝!!おめでとうございます。ご家族の方にも多数参加していただき、ご協力ありがとうございました。

かがやきライフ江東 内部研修会を開催 「倫理観に基づくケア行動とは」

講師 木村療養部長

9月29日 開催 参加者42名

☞利用者の方の尊厳を保てるような対応を行う事が倫理観に基づく行動につながることであります ☞



肺炎球菌ワクチン接種について



成人の肺炎で亡くなる方の95%が65歳以上で、そのうち約1/4が肺炎球菌によるといわれております。この菌は主に気道分泌物に含まれ唾液・咳などを通じて飛沫感染します。日本人の約5%の高齢者には常在しているとされ、免疫能の低下する高齢者ではなんらかのきっかけで気管支肺炎などから合併症を併発し、重篤となることも危惧されます。これらのことから国は65歳以上の高齢者を対象として、定期接種の制度を平成26年度より始めました。該当する対象者には年度により決まっておりますが、居住する区市町村よりご案内されていると思います。この制度を利用し、肺炎の予防に努め、入院などせずに元気に暮らせるよう気にかけて頂きたいものです。



施設長 北村 昌之

かがやきライフ江東ではボランティアを募集しています。

募集担当窓口 磯崎 啓 (TEL) 03-3640-2111

「介護ミニ通信 つながり」事務局
社会医療法人社団 順江会
介護老人保健施設
かがやきライフ江東

二〇一六年十二月八日



施設案内
● JR (京葉線) 潮見駅下車徒歩十分
● 都営バス 枝川二丁目下車徒歩五分
当施設は、江東区枝川に平成十七年に開設しました。利用者の方は、お祭り・もちつき大会などへのお誘いを受け、東雲運河沿いの菜園から新鮮な花や野菜を頂戴するなどして施設にいながら変化のある生活を送ることができております。施設には医療、介護関連の専門職が多く勤務しておりますので日頃お世話になっている地域の皆様へ何らかの形で還元できればと考えております。広報誌「つながり」は数年ごとに改定される介護保険制度、高齢者介護等の情報をお届けしていきます。