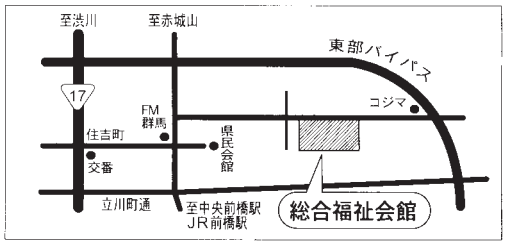
ささえあい

No. 34

発行／前橋・在宅ケアネットワークの会
事務局　〒371-0017 前橋市日吉町2丁目17番地10(前橋市総合福祉会館3Ｆ)
TEL 027-235-6283　FAX 235-6284
受付時間帯　9：30～12：30
郵便振替口座　00150-2-155119



第九回通常総会を開催
♪コンサートに大きな拍手♪

五月二十一日（土）午後一時三十分より前橋市総合福祉会館で、第九回通常総会が開催されました。来賓として高木市長らを迎え、澤地まゆみ理事の司会で開始されました。

議事に先立って斎藤理事長より「本会の活動がスタートしたのは、平成七年の在宅ケア研究会で、その後、高齢者の生活しやすい社会を目指し、活動してきた。そして、昨年度は『いきいき館』について、多方面の人たちと具体的な議論を展開してきた。これからも、優しい眼差しを持ち続け、高齢者の暮らしやすい町づくりを目指していきたい」との挨拶がありました。

次に来賓を代表して高木市長が「市町村合併により新しい前橋市がスタートしたが、前橋市を再生するにはこの三十二万人市民の力の結集が必要。市民の皆様の知恵と力を活用して、活気ある前橋市にしていきたい。中でも市民ボランティアの活躍は大きな力になる。貴会の日頃の活動には感謝している」と挨拶しました。

この後、斎藤理事長が議長に選出され、議事に入りました。議案の①平成十六年度事業報告 ②平成十六年度収支決算報告および監査報告を一括して木暮事務局長が説明、富澤監事の監査報告も承認されました。

続いて議案の③平成十七年度事業計画（案）④平成十七年度収支予算（案）を木暮事務局長が説明、承認されました。③については本会の「地域の福祉の向上に寄与するために活動する」という運営方針を踏まえ、活動の柱を「ボランティア活動」、「地区活動に対する支援」、「『いきいき館』構想の具体化」、「居宅介護支援事業」とすることが提案され了承されました。

定款の変更はなく議案の⑤役員についても原案通り承認されました。

以上をもって議案はすべて原案どおり承認され、十分間の休憩後、「木の響き―木管とチェンバロの調べ」と題されたコンサートに移りました。チェンバロ奏者は朝倉恵さんで、クラシックの名曲がフルート奏者の朝倉力さんの解説を交えながら演奏され、また滝廉太郎の「花」を全員で合唱するなど大いに盛り上がりました。最後に朝倉ご夫妻に花束が手渡され大きな拍手が送られました。

もっと活用しよう

前橋市の高齢者福祉サービス

「まえばし スマイルプラン」

前橋市では平成十三年に高齢者福祉施策の指針となる「まえばしスマイルプラン」を策定、五年を一期として三年ごとの見直しをしており、現在は、十五年度～十九年度の第二期のスマイルプランが実施されています。

基本理念は「いきいきとした生活を送るための健康づくりの推進」、「生きがいのある生活を送るための施策の充実」、「住み慣れた地域や家庭で安心して暮らせる生活支援体制の確立」、「利用者のサービス選択の自由と権利擁護のための仕組みづくり」で、それぞれの理念を遂行するための施策が定められています。

誌面が限られているので全部は紹介できませんが、左表の他にも、介護保険非該当者の支援サービスとして「緊急通報システム」（緊急ボタンを押すと消防本部、相談ボタンを押すと地域型在宅介護支援センターに連絡がとれる専用電話機を給付又は貸与）等や、介護を必要とする人のサービスとして「布おむつ」、「紙おむつ」、「出張理・美容」、「介護車両購入費助成交付事業」等のサービスがあります。

しかし、こうしたサービスは、年間利用延人数が千人を超える「在宅高齢者布団乾燥サービス」もあれば、月平均二人しか利用されていない「軽度生活支援事業」もあり、利用のされ方にかなりのバラツキがあります。また、介護保険制度がスタートしてからは介護保険のサービスが優先ということで、利用しにくくなったサービスもでてきています。例えば、「配食サービス」は要介護認定を受けている場合には訪問介護での家事援助（この場合、調理・配膳）が優先され、介護保険の限度額を超えていない場合にはこのサービスを受けるのは難しいのです。

本会が委託事業者として市と契約している「軽度生活支援事業」も一時間八〇円という極めて安く利用できるサービスですが利用件数は前述のように月平均二人しか利用していません。

これは、「軽度生活支援事業」が「生活支援型訪問家事援助」では対応できない「話し相手」や「見守り」等といったサービスに限られ、対象者の条件も、「生活支援を要する六〇歳以上」という中で対象者が狭い範囲に限定されてしまうということもあるように思えます。

また、こうしたサービス自体を知っている人が少ないのではないでしょうか。要介護認定を受けている場合は、いろいろな情報が入ってくるでしょうが、自立（非該当）の高齢者及びその家族にはこうした情報は届きにくいものです。前橋市のホームページには高齢者の福祉サービスの内容が公開されていますが、インターネットが見られる人も限られています。

そこで、今回、前橋市で実施している高齢者福祉事業について、その一部を紹介しました。スマイルプランは三年ごとの見直しで次期計画は十八年度～二十二年度ということで今年度には見直しの作業をします。当然、利用状況も考慮されるでしょう。必要なサービスは残しておきたいものです。それには必要とされる方が有効に利用することです。

内容に関しては民生委員に尋ねるか、前橋市介護高齢福祉課または地域の在宅支援センターを訪ねて詳細を確認してください。

介護保険を利用した住宅改修の例（その十）

㈱ヤマシタコーポレーション
福祉住環境コーディネーター
竹澤　孝益

Nさんは肺炎を起こしてしばらく入院していましたが、その間に体力や下肢筋力が低下してしまい、在宅に戻った後も玄関の上り下りに苦労していました。独居であり転倒するのが怖いと、次第に外に出ないようになってしまいました。このような状況を改善すべく、玄関の段差を少なくするステップ台の設置と手すりの取り付けを行いました。上がりかまちの高さが39㎝であったため、無理なく上れるように13㎝×3段に改修する（この場合、3段の高さは均等にすると良いです）と、手すりにつかまりながら安全に外に出られるようになりました。

このように、体力が低下すると今まで当たり前に出来たことが大きな障害となってしまうことがありますが介護

介護保険非該当（自立）者の支援サービス

制度名	内　容	対象者条件	本人負担額
生活支援型訪問家事援助	家庭にホームヘルパーを派遣し家事援助を中心に日常生活のお世話をする。［サービス内容］家事援助、相談･助言	介護保険非該当者で生活支援を要する60歳以上の人等	ヘルパーの派遣200円/1時間
軽度生活支援事業	ボランティア等が訪問し、孤独感解消の話し相手・見守り・相談・軽微な家事援助などのお世話をする。	介護保険非該当者で生活支援を要する60歳以上の人等	ボランティア等の派遣80円/1時間
生きがい対応型デイサービス	昼間デイサービスセンターで見守りを必要とする高齢者をお預かりし、お世話をする。［サービス内容］日常動作訓練・送迎・食事・入浴等	介護保険非該当者で生活支援を要する60歳以上の人等	1,000円/１日（食材料費等含む）
自立高齢者日常生活用具給付	在宅で自立生活継続に必要な用具を給付［給付品目］つえ等	65歳以上の介護保険非該当者	給付品目の１割を負担

支援が必要な人やひとり暮らし高齢者のサービス（抜粋）

高齢者等自立支援配食サービス	調理が困難な高齢者にバランスの取れた食事を提供し、健康維持や配食時の安否の確認を行う。	おおむね65歳以上の高齢者・ひとり暮らし世帯等で調理が困難な人	１食 250円
布団丸洗いサービス	在宅で介護を要する高齢者等が使用している布団・毛布等を、指定業者が年３回程度訪問回収して丸洗いする。	２つ以上該当の人①在宅の介護を要する高齢者②寝具の手入れが著しく困難な高齢者世帯③市県民税所得割非課税世帯	無料
高齢者電話訪問・相談センター	【電話訪問】ひとり暮らし高齢者等に定期的な電話訪問を行う。【電話相談】相談員が高齢者問題についての相談に応じる。	おおむね65歳以上の高齢者世帯等で安否の確認が必要な人	無料

保険の住宅改修により解消できる場合もあるので、お困りの際は介護支援業者の相談員の方や福祉住環境コーディネーターに相談されてみることが良いと思います。

施工後

施工前

古市いこいの家でミニ公演

澤　地　まゆみ

七月十九日、高草木満寿子さんからお話を頂き、飯塚朋世さん、佐藤悦子さん、澤地まゆみの三人で、「古市いこいの家」を訪ねました。まず都丸さんのハーモニカ演奏「ブラームスの子守唄」で、温かく迎えていただきました。

「皆様こんにちは。美人三姉妹です」と自己紹介すると「だんご三姉妹！」と声がかかり、爆笑の中、ミニ公演が始まりました。

はじめに谷川俊太郎の「ことばあそびうた」から「ののはな」「かっぱ」「ほっとけ」を、みんなで声を出して楽しみました。その後「生きる」という同氏の詩を朗読しました。

次の話は「じゅげむ」。落語をわかりやすく絵本にしてあるので、子供から大人まで楽しめる作品です。「ふーん、そういう意味だったんだ」という感想も聞かれました。

その後、手の運動と遊びを組み合わせて身体を動かし、大型絵本の「花さきやま」が始まりました。これは滝平次郎さんの切り絵が美しく、大型なので迫力があります。

私たち三人は、二十年近く東公民館で読み聞かせをしています。普段は子供たちにお話をするのですが、今回は人生経験を重ねた方々に聞いていただくわけです。緊張もしましたが、皆様はほんとうに私たちをゆったりと包んでくれました。

最後にボランティアの方々が用意してくださったシソジュース、お花、都丸さんのハーモニカ、「古市いこいの家」、私たちを出会わせてくれた大きな力、それらに拍手をして、三人の小さな公演を終えました。

「古市いこいの家」の皆様、豊かな時間をありがとうございました。

ショートステイ、デイサービス、居宅介護支援事業所を開設

㈱メディカジャパンは前橋市箱田町にショートステイ、デイサービス、居宅介護支援事業所の「前橋ケアセンターそよ風」を七月にオープンした。

ショートステイは定員二十人で全室個室。一日あたりの利用料金は介護保険適用の場合には、介護保険利用者負担分＋食材料費千円で、要介護２の場合で約二千円となる。デイサービスは定員十五人でこちらは介護保険利用者負担分＋食材費三百円。

ショートステイは、葬儀などの急な出来事で一日ないし数日入所させたいという時にも利用できるサービスだが実際にはどの施設も利用者が多く、予約もかなり先まで入っていてすぐには利用できない状況が続いている。しかし同センターはオープンして間もないことから現時点（八月八日）で、まだ、当日の申し込みでも利用できるという。在宅で介護をしている家族には朗報だ。

前橋ケアセンターそよ風
前橋市箱田町４２８―１
ＴＥＬ　０２７（２８０）４８０５

前橋百寺巡礼　其の三

善勝寺

前橋市端気町三三七

前橋には、心のふるさと、由緒あるお寺が多いのでご紹介します。

藤澤　慧

◀善勝寺正門

県道今井・前橋線の端気交差点を、芳賀団地方面へ行くと、間もなく右側に標識がある。平安時代、勝道上人の開山による古刹で、天台宗「善勝寺」は国の重文「鉄造阿弥陀如来座像」があることで有名である。この像の背面には「仁治四年二月　日　大勧進僧心弾為法界衆生平等利益也」と書かれており、一時、国宝に指定されたことがある鎌倉時代を代表する像である。

◀善勝寺本堂

この像は親鸞上人が一二四三年（仁治三年）に小坂子に来た時に、村人たちが発願し、製作されたという。一六一九年（元和五年）に、盗まれて捨てられていたのが土中から見つかり、八幡前の阿弥陀堂に長らく安置してあった。一八七九年（明治十二年）になって善勝寺に納められたという。

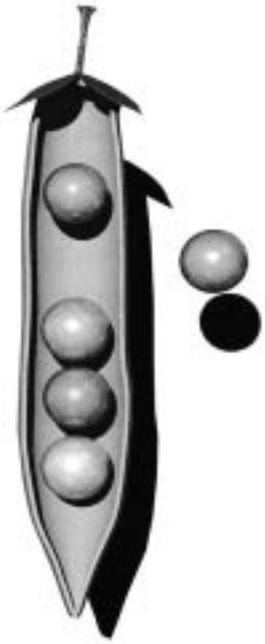
名僧といわれた住職の覚心和尚は、陸奥の国から「塩釜さくら」を移植していた。一二五七年に北条時頼がこの寺に寄り、覚心と桜を愛（め）でたという。

是非、有名な仏像を拝観して下さい。

私たちは文化づくりをお手伝いいたします。

創業以来、自治体・行政のPR、年史・社史の編纂、生活情報誌「月刊ぷらざ」の発刊と群馬県内の「文化」の一端を担ってまいりました。最近においては、「自分史」の出版などマスからパーソナルまで幅広く「文化づくり」をお手伝いしております。

生活情報誌
月刊ぷらざ



ひとつひとつを大切に

■営業品目
●カタログ
●営業案内
●会社案内
●ポスター
●ダイレクトメール
●コンピュータ用帳票
●文集
●名簿
●チラシ
●伝票
●その他　印刷全般

カラー印刷と出版の
上毎印刷工業株式会社
取締役社長　小口高秀

〒379-2154　前橋市天川大島町305-1
TEL.027-224-6245　FAX.027-224-6290
E-mail:jomai@ceres.ocn.ne.jp

◆ささえあい健康百科　①◆

吉野医院
院長　吉野　昭男

人間は感情の動物といわれたりしますが、その感情、あるいは気分に障害があるために、さまざまな症状がでてくる病気がうつ病です。

うつ病になると、気分が沈みこんで滅入ってしまい、これまでは普通にできていたことにも興味がなくなり、日々の活動で感じられていた喜びもなくなってしまいます。食欲は一般に減退し、体重も減ります。寝つきが悪かったり、夜中に何度も目覚めたり、朝、非常に早く目覚めすぎたり、といったいろいろな形の睡眠障害がみられます。話し方や動作も前よりは遅くなり、言葉がなかなか出てこなかったり、いらいらしたりします。また、いつもより疲れやすくなり、気力も低下してしまいます。自分は価値のない人間だと感じたり、悪いことをしてしまったという罪悪感にとらわれます。思考力や集中力もおとろえ、決断力が低下します。

そして最後に問題になることは、自殺への思いがつのってしまうことです。近年、自殺者の数が年間3万人を超えてしまっているのも、このうつ病が原因と考えられています。

うつ病になった人は、もともと真面目で責任感が強く、仕事熱心で凝り性、完全欲が強く、徹底的に物事をやりとげなければ気がすまないといった傾向の人が多く、執着性格とか、メランコリー親和型性格といわれる性格の持ち主です。このような人々は、調子の波に乗って疲労もなく過ごしているうちは問題がありませんが、ストレスの多い状況では、却って頑張ってしまい、オーバーワークが続いて、いつの間にか疲労が蓄積して、発病してしまうことになります。したがって「頑張りすぎと過労」を避けることが、うつ病の予防となります。また、万一発病しても、充分な休養をとることがもっとも大切なことです。

以上のような典型的なうつ病の人よりも、最近はストレスの多い社会状況を反映してか、いわゆる「軽症うつ病」の人が増えてきております。そのような場合は、まずは、かかりつけ医にご相談なさってはいかがでしょうか。

※この原稿は群馬県保険医協会の健康テレホンサービスより引用しました。

「かかりつけ医」として健康と介護の相談に応じます

前橋外科医院
院長　田中　建彦
診療科目　外科・胃腸科
〒371-0802　前橋市天川町1666－1
TEL 027－263－1018　FAX 027－263－1018

宮石内科医院
院長　宮石　和夫
診療科目　内科
〒371-0825　前橋市上細井町1955－1
TEL 027－234－1876　FAX 027－234－0674

丸山眼科医院
院長　丸山　明信
診療科目　眼科
〒371-0805　前橋市南町3－59－4
TEL 027－223－5941　FAX 027－223－5942

吉野医院
院長　吉野　昭男
診療科目　精神・神経科
〒371-0018　前橋市三俣町2－13－10
TEL 027－232－3333

山下医院
院長　山下　由起子
診療科目　消化器科・外科
〒371-0016　前橋市城東町4－11－17
TEL 027－231－3726

東前橋整形外科
院長　釜谷　邦夫
診療科目
一般整形外科・ペインクリニック
スポーツリハビリテーション外来
居宅介護支援センターやまぶき
通所リハビリテーションセンターやまぶき

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
AM 9:00～12:00	●	●	●	●	●	●	／
PM 3:00～ 6:00	●	●	●	／	●	●	／

〒379-2104　前橋市西大室町1317－3
TEL 027－268－5777　FAX 027－268－5778

湯浅歯科医院
院長　湯浅　高行
診療科目　歯科
〒371-0024　前橋市荒牧町504
TEL 027－232－4184

私たちは「前橋・在宅ケアネットワークの会」をささえています。
医療を通じ　すみやすい　まちづくり

「かかりつけ医」として健康と介護の相談に応じます

あらいクリニック
院長　新井　和男
診療科目　外科・内科
〒371-0846　前橋市元総社町848－7
TEL 027－253－0100　FAX 027－253－0020

木暮医院
院長　木暮　正美
診療科目　内科
〒370-3574　前橋市清野町104－1
TEL 027－251－9101
http://www.gunmanet.or.jp/masami

嵯峨小児科医院
院長　嵯峨　六雄
診療科目　小児科
〒371-0056　前橋市青柳町494
TEL 027－232－1188

斎藤内科泌尿器科医院
院長　斎藤　浩
副院長　斎藤　浩樹
〒371-0037　前橋市上小出町２－42－５
TEL 027－231－1069

田中醫院
院長　田中　義
診療科目　内科（消化器　呼吸器　循環器）
〒371-0022　前橋市千代田町１－５－５
TEL 027－231－2443

富沢内科小児科医院
院長　富沢　隆
診療科目　内科・小児科
〒371-0841　前橋市石倉町2－7－4
TEL 027－251－4779　FAX 027－251－4779

中田小児科医院
院長　中田　益允
診療科目　小児科・内科
〒371-0825　前橋市大利根町1－39－1
TEL 027－251－1360　FAX 027－252－3360

塙医院
院長　塙　光一
診療科目　アレルギー科・内科・小児科
〒371-0017　前橋市日吉町4－5－5
TEL 027－231－5348
http://www.hanawa.info

馬場内科医院
院長　馬場　昇
診療科目　内科・循環器科
〒371-0007　前橋市上泉町101－1
TEL 027－223－5301

長崎医院
院長　長崎　淳
診療科目　外科・内科
〒371-0021　前橋市住吉町2－12－５
TEL 027－231－3274

反町整形外科医院
院長　反町　博之
診療科目　整形外科・外科
〒371-0816　前橋市上佐鳥町126－2
TEL 027－265－2715　FAX 027－265－3177

松沢医院
院長　松澤　一夫
診療科目　内科・小児科
〒379-2108　前橋市鶴が谷町14－1
TEL 027－268－3826

上毛泌尿器科記念　善衆会病院
院長　上原　尚夫
診療科目　泌尿器科・その他
〒371-2117　前橋市二之宮町1381
TEL 027－268－3321　FAX 027－268－3204

前橋脳神経外科病院
院長　長屋　孝雄
診療科目　脳神経外科
〒371-0012　前橋市東片貝町720
TEL 027－221－8145　FAX 027－221－8448

例会報告

本会ケアマネの中立性をＰＲして居宅介護支援事業の拡大を図る

七月二十五日に開かれた例会では、①行政書士の木村信行先生による講演「明日は我が身」、②居宅介護支援事業所の体制強化に関して、③「いきいき館」構想の現状報告が行われました。

①の講演は任意成年後見制度についての話がありました。非常に内容の濃い講演であったので改めて紹介します。

②に関しては、主力の三森ケアマネが市議会議員に当選し、議員活動が忙しくなったことや、ケアマネの人数も減ったことから本会で受け持つ利用者が大幅に減ってしまいました。これによって本会の居宅介護支援事業所の収入が半減したという現状が報告されました。

これに関しては早急なケアマネジャーの確保が必要で、その方法論に関する話がいろとでましたが、本会のケアマネは中立のケアマネ（施設に属さないケアマネ）で、公平に各サービスを選んでケアプランを立てられ、厚生労働省からもこうした中立性が注目視されています。会員の皆様でケアマネの資格を持っているにも拘わらず、ケアマネの仕事をしていないといった人がおりましたら、ぜひご紹介ください。

③の「いきいき館」構想に関して斎藤理事長は、街中にこうした施設をつくることは街づくり・市街地活性化という視点からも必要とされており、「必ずつくる」という気持ちは変わっていないと改めて決意を述べました。

第二回例会　会員懇親会のご案内

介護保険制度の見直しにより、介護サービスもまた医療保険制度も今年から来春にかけて大きく変るようです。つきましては、恒例の「暑気払い」例会を下記の要領で行います。

当会ケアマネジャーとのより深い繋がりが出来るよう懇親会とさせて頂きます。

本会では事務局メンバー(事務局長、ケアマネジャー)が変わりましたので、顔ぶれをご紹介しつつ、高齢者ケアの今後について語り合いたいと思います。公私ご多忙と存じますが、万障繰り合わせてご出席をお願い致します

日　時
八月二十七日(土)午後十二時三十分

場　所
前橋市総合福祉会館２階
文化教養室

参加費
一五〇〇円（昼食有）

※お申し込みは電話でも受け付けております。

事務局　０２７（２３５）６２８３
小林まで

おまかせ下さい防犯・防災
機械警備　施設警備
ホームセキュリティー　警備輸送
http://www.g-alsok.co.jp
群馬綜合ガードシステム（株）
代表取締役　川崎　弘
☎027-252-5454(代)　FAX 027-251-8388
本社　〒371-0854 前橋市大渡町二丁目1番地の5

あさいち・真性・情報通 6:55～
ひる生情報Ⅱ 11:30～
ニュースジャストN 17:30～
GTVニュース 21:30～
情報
ポチ・と群テレ。
群馬テレビ

乗る方に応じた使いやすさと優しい配慮で、
豊富な車種とバリエーションをご用意しております。

写真はポルテ
ウエルキャブBタイプ
幸せを広げる群馬トヨペットの福祉車両
お客様とのふれあいを大切にする
群馬トヨペット
本社/〒371-0841前橋市石倉町2-6-5
Tel.027-251-5111(大代表)
http://www.toyota.co.jp/p-gunma/