

ささえあい

第42号
20年 1月



発行 前橋・在宅ケアネットワークの会 〒371-0017 前橋市日吉町 3-30-6 あけぼのハイツ502号
TEL027-235-6283 FAX027-235-6284

明けましておめでとうございませう。今年も静かなお正月をお迎えのことと存じます。

さて今年四月から全国的に「特定健診」が始まります。国をあげて生活習慣病対策を強化しようとの施策ですが、前橋市では今までの「さわやか健診」から「新さわやか健診」として前橋市独自の健診を再スタートすることになっています。また介護の分野でも介護予防サポーター養成などを通じ、市民と行政とが力をあわせる取組みが行なわれる



理事長 斎藤 浩

新年のご挨拶

ようすです。

先日、ある会員の方から脳梗塞を患い、左半身と言語に麻痺が残り、リハビリテーションに取り組んだ経験をお伺いする機会がありました。

病状が急性期を過ぎると病院ではすぐに退院となり不自由な手足の機能や発音のリハビリはまったく施されなかったと、その方は強調されてきました。ご自身で本やパソコンで自分にあたりリハビリ提供機関を探し、独力で予後に取り組みましたそうです。お話を頭が下がりました。

リハビリについて多くの患者さんから「もっとリハビリ制度が良くなればいいのに」との声を聞きます。この切実な思いを大切に、本会として何かできることはないかと考えた時、特に医師をはじめ保健師や理学療法士など専門家の役割、診療所、病院等の連携、ボランティアによる患者さん自身のまた家族の交流や支

「自宅でできる介護」

教室を開催



平成十九年十二月十五日(土)、前橋市総合福祉会館において、特別養護老人ホーム「えいめい」の石井

まず、細胞とはどんなものなのでしょうか。皮膚も髪の毛も、骨や筋肉もすべて、細胞でできています。人間の体は、六十兆個もの細胞でできているのだそうです。細胞は、分裂してふえる性質があります。ケガをして傷ができて、しばらくすると傷がふさがるのは新しい皮膚の細胞ができるからです。

でも、脳や心臓となるとそうはいかないようです。たとえば、心臓の病気の人がいたとします。心臓はたくさん種類の細胞でできていて、構造も複雑なので、病気で悪くなったところの細胞を、もう一度作るというわけにはいかないのです。今回の報道は、そのような重い病気で苦しんでいる人にとって、すばらしいニュースだと思えます。

細胞に、遺伝子を入れました。人間の遺伝子は、七万から十万あるといわれています。研究グループは、このうち細胞を増やすことに関係している遺伝子を含ませ、皮膚に入れる研究を続けてきました。ある四つの遺伝子を加えたところ、この皮膚の細胞が変身し、体のどんなものにもなる新しい細胞に変身したのです。これが万能細胞です。

どんなものにもなるというのとはどういうことかというところ... この万能細胞をたとえば、骨や神経や筋肉にしたいと考えます。そのため、骨や神経や筋肉を作るときに欠かせないたんぱく質の一種を、それぞれ加えるのです。すると万能細胞はどんどん分裂していき、それぞれがう部分の細胞になっていくのだそうです。

実はこれまでも、万能細胞の研究は行われていました。それが「ES細胞」と呼ばれるものです。材料は皮膚の細胞ではなく、受精卵です。受精卵は分裂しながら、体のいろんな部分になっていきます。だから万能細胞になりやすいのです。でも受精卵はお母さんのお腹の中で育てば、赤ちゃんになります。つまり命の元なのです。このため「ES細胞は、その命の元をこわすことになる」といつて反対する声が強いです。

また、受精卵で作られた万能細胞を別の人の体に入れると、拒絶反応といって、体に合わないため起きる症状も心配です。皮膚の細胞から作る万能細胞ならば、命の問題は関係ないし、自分の皮膚なら拒絶反応も安心です。これまで問題だといわれていたことが解決できるので、世界中の大きなニュースになったわけです。

- も研究を続けて早期に実用化されるというですね。
- (NHK週間こどもニュースより抜粋)
- 【事務局より】今年もインフルエンザが流行っています。基本的な予防法についておさらいしておきましょう。
 - 一・栄養と休養を十分とる。
 - 二・外出後の手洗いとうがい、励行
 - 三・適度な湿度、湿度を保つ
 - 四・マスクを着用する
 - 五・人ごみをさける
- 病原体であるウイルスを寄せ付けないようにしましょう。
- それでも感染してしまつたら、早めに医療機関を受診して治療を受けましょう。
- 今年もよろしくお祈りします。

竜也氏を講師にお迎えして「自宅でできる介護」教室を開催しました。参加者は十二名でアットホームな雰囲気の中、介護技術について学びました。



主な内容としては

- 一、椅子から立ち上がらせる介助方法
 - 二、車椅子の使用法
 - 三、椅子から車椅子へ、車椅子から椅子へ移乗
 - 四、ベッドでの体位変換
 - 五、ベッドから起こす介助
- などについて、参加者がペアになって互いに介助したりされたり実際に体験して

験してみました。



頭では理解していても、実際に行うと余分な力が入ってしまったたり、一つのことには気を取られると別のこ



とがおろそかになってしまったり、なかなか簡単にはいかないことが分かりました。

最後に介護保険などについて質問がありましたので、石井講師と三森ケアマネージャーから説明していただき、三時間近い講座がアツという間に終わってしまいました。(山口記)

特別講演会資料

役に立つ法律の知識(六)

遺言・相続・成年後見

行政書士 木村 信行

前回まで民法の定める家族法のうち、相続、遺言、成年後見について記述してまいりましたが、法律は最低限の基準を示すもので、世の中で発生する家族に関する事件は多種多様です。法律の解釈は世の中の移り変わりとともに世相にあった判断へと徐々に変化します。その動きは判決となつて現れ、以後の法解釈に大きな影響力を持ちます。新聞などに時々現れる話題の事件に関する判決を、たまには興味を持って見て下さい。法律はその内容を知ること

(事務局から)

この「役に立つ法律の知識」は、行政書士の木村信行氏のご協力により連載してまいりましたが、今回をもって終了となります。

木村さん、ありがとうございました。



新たな振り込みサギ!

電気料金を還付するといつて振り込ませる手口にご用心! 振り込みサギの手口は年々巧妙になつていきます。

最近の手口は「電気料金を多くとり過ぎたので返します。ついでにはこれから言う番号に電話し、その指示に従つて還付を受けてください。」という電気料金還付サギで、群馬でも十数件報告されているそうです。

指定された番号(フリーダイヤルが多い)に電話すると勝手にATMに誘導され、言われるままに操作すると振り込まされてしまうというものです。

ちなみにこの電気料金還付サギでは生年月日を聞くことが多いそうです。年齢を確認してお年寄りと思われると話を持ち出すようです。東京電力では「電気料金の返却にATMを使うことはありませんので、くれぐれもご注意ください」と呼びかけています。

不審と思われる電話を受けたら、

まずは東京電力カスタマーセンター(電話〇二二〇・九五五・二二二)へ問い合わせしてみてください。

介護保険 あれこれ

「介護保険制度」は、誰もが安心して老後生活を送ることができるよう、社会全体で介護を支え合い、必要な介護サービスを総合的・一体的に利用できる仕組みとして、平成十二年四月からスタートしたわけですが、利用の仕方がよくわからないという声をまだまだ聞きますので、三森和也ケアマネージャーに監修していただき利用方法について簡単にまとめてみました。

介護保険のサービスを受けるには

介護保険のサービスを受けるには、介護や日常生活上の支援が必要な状態であるとの市町村の認定が必要で、この市町村の認定の必要を要介護認定といえます。

要介護認定の結果は、要支援一と要支援二及び要介護度一から五までの七段階にわかれ、結果に応じて使えるサービスの種類、限度額

が異なります。

要介護認定を受けるには

要介護認定は市町村に申請します。申請は、本人や家族のほか、地域包括支援センターや居宅介護支援事業者、介護保険施設等にも代行を頼むことができます。

申請を受けた市町村は心身の状況などの調査を行います。その調査結果と主治医の意見書をもとに介護認定審査会で判定し、三十日以内に通知されます。

要介護1〜5と認定された人は

ケアプランに基づき、介護サービスを利用することができます。ケアプランは、要介護者が介護サービスを適切に利用できるように、心身及び生活環境などの状況を勘案して、サービスの種類・内容・担当者を定めた計画のことです。要介護認定の区分によって、介護保険で受けられるサービス費用の上限が異なります。

ケアプランの作成は、居宅介護支援事業所のケアマネージャーに依頼します。作成費用は保険で十割給付され自己負担はありません。

要支援1・2と認定された人は

とによって自分の身を守る武器にも使え、知らない内に法を犯せば自分の敵ともなります。武器として使うには、やはり法律についての最低限の知識が必要です。

以上、お話しした事は、一般的な法解釈に従っていますが、法律のごく一部を紹介したに過ぎません。どのような場合、どのような法律があるのか、どう考えればよいのかは千差万別です。分からないことはどうぞお気軽に相談してください。このNPO法人の今後の活動の中心は、これらの法律相談が一つの柱になりますから、窓口となる事務局を通じて遠慮なく相談を持ち込んでください。

上記要介護1〜5と認定された人と同様、ケアプランに基づき、介護予防サービスを利用することができます。

ケアプランは、地域包括支援センターの保健師が中心になって作成します。作成費用は保険で十割給付され自己負担はありません。

介護保険の利用料

介護保険からサービスを受けたときには、原則としてかかった費用の一分を負担します。施設に入った場合や日帰りで通うサービスを利用する場合には、一割負担のほかに食費・居住費などがかかります。

(次号へ続く)

皮膚から万能細胞

皮膚から万能細胞を作製することに成功したとの報道がありました。

成功したのは、京都大再生医科学研究所の山中伸弥教授と高橋和利特任助手。

どんな中身なのか「NHK週間」も「ニュース」から抜粋してみました。