

ささえあい

— 2020 年 新春号 —

- P2 地域包括ケアの街づくりの進展
- P3 ウォーキング会と当会の動き
- P4～5 話題の健康増進型保険とは…
- P6 訪問看護ステーションからひと言⑩
- P7 笛や太鼓に誘われて…
- P8 訪問診療の現場から No 22

発行 NPO法人前橋在宅ケアネットワークの会

〒371-0037 前橋市上小出町2丁目-4 2-5 斎藤浩様方

TEL027-235-6283 FAX027-235-6284 Email: info@npo-sasaeai.net URL: <http://www.npo-sasaeai.net>

本誌は高齢者の住みよい街づくりを願い、医療・介護の従事者、関心ある市民にむけ年4回、毎回3000部発行しています。趣旨にご賛同で購読希望の方はぜひご入会をお願い致します。



写真／昨年12月のウォーキング会 ミニ講演で勉強したあと、ベイシアホール(県民会館)方面に。途中ストレッチ体操も実施しました。

■年頭のご挨拶

明けましておめでとうございます。

謹んで新年のお慶びを申し上げます

NPO法人前橋在宅ケアネットワークの会

理事長 釜谷 邦夫



いよいよオリンピック、パラリンピックの年がやってきました。昨年はラグビーのワールドカップで興奮し、今年もまたオリンピックでいろいろなスポーツを堪能できそうで楽しみです。

一方、日本の少子高齢化はまだまだ歯止めがからず、生産年齢世代の減少が続きます。出生率の減少対策が急務です。かつ女性の社会参画の必要性が増します。そのために働き方改革と出産・育児・教育環境の向上が求められます。

遅まきながら国も色々な対策を出して来ていますし、働き方改革の一環として国民の休日の増加、就労時間の制限が確保されています。仕事の質の担保と労働時間の短縮のためにはより一層仕事の効率化が求められ、そして生み出された余暇を有効に活用する必要があります。

今年はオリンピック、パラリンピックを契機にスポーツを観て楽しみ、スポーツをして楽しめましょう。人口問題は深刻です。仕事の効率化と余暇の創出、有効利用で子供がたくさん産めるような国にしていきたいです。

皆様の健康とご活躍を祈念いたします。

お隣どうしの助け合い ささえあいの街づくりが進んでいます

地域包括ケアシステムとは、団塊の世代が75歳以上となる2025年を目途に、高齢者が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住まい・医療・介護・予防・生活支援が切れ目なく一体的に提供される体制のことをいいます。この理想のまちづくりを目指して現在、地区ごとに「生活支援体制整備事業」がすすめられています。その中心になっているのが前橋市社会福祉協議会の地域福祉課です。とりくみの現況を聞いてみました。(編集部)

■ちょっとした困りごと 助け合いで解決

「手引き書」ができました

前橋市社会福祉協議会 地域福祉課 地域福祉係 今泉 和成

前橋市社協では、地域共生社会の実現に向けて、市内23の地区社協が中心になって進めている生活支援体制整備事業を地域住民とともに推進しています。

現在、各町内において「既存の活動の把握、アンケート調査による住民の困りごとの整理」を実施し、住民主体の支え合い活動へ向けた本格的な話し合いを開始しています。さらに、担い手を確保し、具体的なプラン作成の段階に入ります。このプロセスの手順については、本会が5月29日に発行した「地域住民で進める支え合い



社会福祉法人 前橋市社会福祉協議会
この手引きは、あい・若狭川両基金の助成を受けて作成しました。

の手引き」でも示しています。この手引きを活用することで、少しずつではありますが、町単位における活動の実践が生まれ始めました。



ある町では「有償による支え合い活動」に着手しました。住民の日頃感じ

るちょっとした困りごとに耳を傾けたことが始まりでした。「家事はほとんど自分でできるけど、これだけはできない」「最近、体が弱ってきた。ちょっとしたことを頼める人が近くにいたら」そんなニーズに応え、「あそこの一人暮らしのお宅のゴミ出しくらいなら手伝えるかも」という住民の気づきや気持ちに

基づいた活動です。

自治会役員、民生委員・児童委員、保健推進員などが中心となり、活動のプラン作成を行いました。

大切にしたいのは



の出会いです

新時代の医療・福祉施設のニーズにあって、
ご利用者を見つめた総合サービスを追及します。

～事業内容～

- 寝具類の賃貸借及び洗濯・白衣・カーテンリース・総合リネンサービス
- 医療・福祉関連の業務用品、設備機器の販売・リース
- 売店経営、各種業務代行、衛生環境管理サービス

ほか

ワタキューセイモア株式会社
北関東営業所

群馬県太田市藤阿久 749-7 〒373-0034
電話 0276-20-6500 FAX 0276-31-0333

健康と快適の明日を考える
WATAKYU SEIMO A



BESTパートナー
大樹生命

日本生命グループ

よりそう 保険。



大樹 Taiju Select
セレクト

無配当保障セレクト保険

2019年4月1日より、三井生命は大樹生命に社名を変更しました。

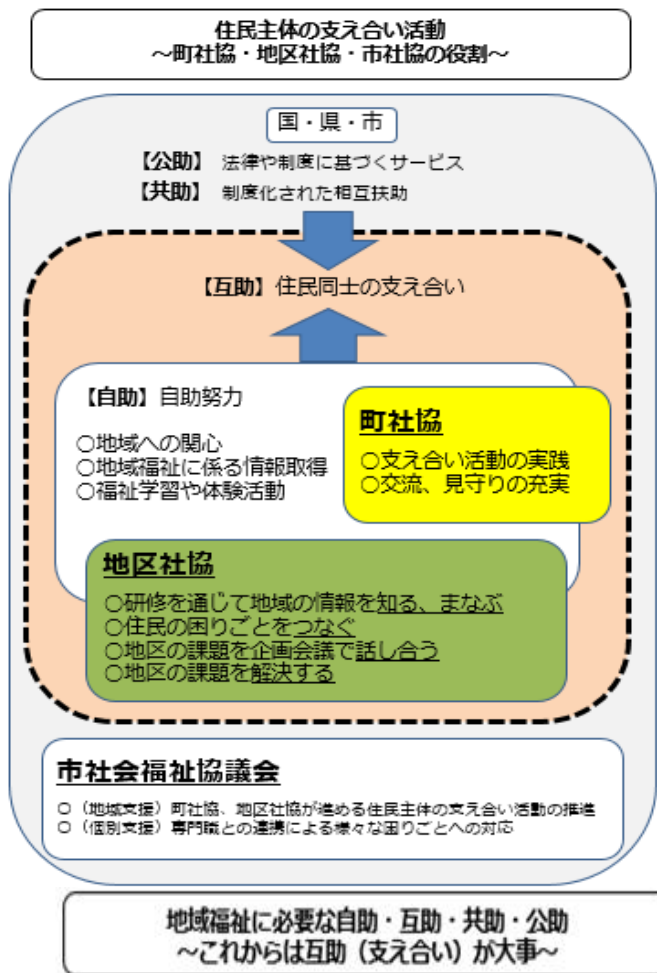
大樹生命保険株式会社 群馬支社

〒371-0023 前橋市本町1-4-4 損保ジャパン日本興亜前橋ビル6F

TEL:027-221-1176

<https://www.taiju-life.co.jp/>

B-2019-5429 (2019.8)
使用期限 2020.3.31



地縁がある町だけに、お礼など気を遣わないように無償ではなく、有償で住民どうしの支え合い活動を実践しています。この実践例から見えたのは、地域の人たちが「支える、支え合う」という関係をつくっていることです。

高齢になっても、障がいがあっても、単なるサービスの受け手ではなく、提供者となっていくことが大事です。

また、プロセスが重要で、まちづくり、地域づくりというのは、5年あるいは10年の長いスパンを見ていく必要があります。そのプロセス

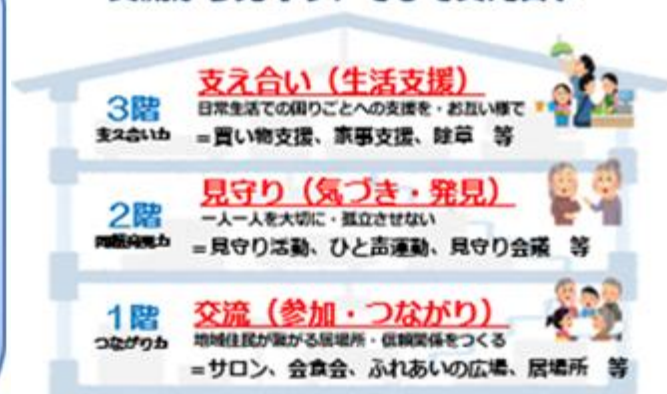
に参加することによって住民自身の意識も変わっていく可能性があり、結果を急ぎすぎないことにも注意が必要です。

＊

今後、前橋市社協では、住民とともに「できる人」「できること」「できる時に」を合言葉に、より多くの理解者と協力者を求め、住民主体の支え合い活動の推進に努めます。



交流から見守り、そして支え合い



12月のウォーキング会とは出発前のミニ講座で釜谷先生が骨粗鬆症の講話をして下さいました。脊椎の圧迫骨折など老人の4大骨折とカルシウムの多い食品など学びました。講話の後はウォーキング。比較的静かな朝。新コース県民会館方面を歩きました。



12月 街なかウォーキング会のもよう

話題の健康増進型保険とは…

保険会社が健康づくりにどう取り組んでいるのか

大樹生命、第一生命、ひまわり生命の各群馬支社長に聞く

聞き手 木暮 誠 (前橋市民健康クラブ事務局長)

最近、健康増進型の保険の記事や広告をよく見るようになりました。加入時に健康診断を提出する、加入後に健康になるように努力すると保険料が安くなるなど、いろいろな保険があります。そこで、前橋に支社をおく保険会社の支社長に、どのような内容の保険があり、また、健康づくりに関して、家族や地域社会に対してどう取り組んでいるのか、についてお話を伺いました。

大樹生命保険株式会社

井部栄二郎群馬支社長



新潟県出身 1993 年入社
2015 年 東京南支社営業推進部長
2018 年 3 月より現職

■ウオーキングアプリの導入など

健康意識を高める取り組みを実施

三井生命保険は 2016 年に日本生命と経営統合し、昨年 4 月に大樹生命に社名を変更しました。新社名には「大樹」のように「しっかりと大地に根を張り、晴れの日も雨の日もしっかりとお客さまを守り、多くの人が集まってくる保険会社を目指す」という想いが込められているとのこと。

井部支社長はこれからの取り組みについて次のように話しています。

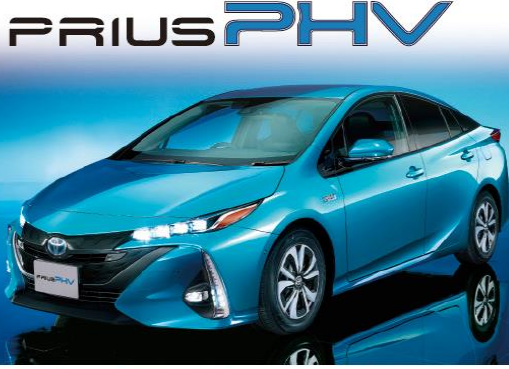
「現在、多くの保険会社が健康増進型保険を発売していますが、大樹生命では当社診断の結果により万一の保障を割安な保険料で加入できる健康体料率特約『健康自慢』を販売しています。健康増進型保険のはしりとして、これまで多くのお客さまのお役に立ててきたと思っています。

また、近年は、病気やケガで就業不応状態が継続した場合の保障ニーズが高まっており、当社も、就業不能期間中も安心して治療に専念いただき、復帰を応援する特約『くらしエール』『くらしガード』を販売しています。

会社の取組みとしては、国民の健康増進と社会福祉への貢献を目的として 1967 年に『三井生命厚生事業団』（現在、大樹生命厚生財団に名称を変更）を設立し、健康上の重要課題である生活習慣病に関する医学研究助成事業等を一貫して行っています。加えて 2018 年度からは、全従業員の健康増進や生命保険事業の社

会的使命である社会の健康増進のサポートを目的とした健康経営を推進しており、経済産業省が日本健康会議と共同で主催する制度『健康経営優良法人 2019（ホワイト500）』の認定を受けました。

今年度も、健康意識を高めるスマウウォーキングアプリの導入、禁煙デーの拡大、健康経営推進カードの発行、女性の健康支援セミナーの開催等に取り組んでいます。今後も従業員の仕事・生活の質、社会福祉の更なる向上に向け、心身の健康増進に取り組んでいきます」



PRIUS PHV

群馬トヨペット

本社/〒371-8522 前橋市石倉町2-6-5 Tel.027-251-5111 (大代表)
http://www.g-toyopet.jp

クルマと、つぎの楽しみを。
TOYOPET

第一生命保険株式会社

野田強群馬支社長



山本市長との調印式

野田強支社長は 東京都出身 1987 年入社
2016 年宮崎支社長 2019 年 4 月より現職

■健康増進活動や前橋市の特定

健診受診率の向上にも寄与

第一生命保険群馬支社は昨年 7 月、前橋市と、健康増進、スポーツ振興、高齢者支援など 11 分野における連携を定めた包括連携協定を締結しました。

野田支社長は「この提携を機に、前橋市民の皆様の健康と安心を支えるための連携・協働を更に深化させ、地域の一層の活性化と市民サービスの向上を目指していきたい」と話しています。現在、この協定に沿って進めているのが前橋市の特定健診の受診

の推進です。

「これは前橋市との相互連携で行っている活動ですが、私どもの生涯設計デザイナーたちがご家庭を訪問し、健診に関するアンケートをお願いしています。その中に健診をしているかどうかの質問があり、していない方には健診の必要性をお話し、どこの医療機関でどんな検査を実施しているかなどもご説明します。それによって、健診に対する意識の高揚を喚起しています。その結果、健診の受診率が上がれば、市民の皆様の健康寿命の延伸、QOL の向上に繋がっていくのではないかと期待しています」

*

さらに「また、当社では一昨年、日本ゴルフ協会と、昨年は日本大相撲協会と健康増進を含めた協定を結んでおり、今後は前橋市においても、スポーツ振興の分野での連携もしていきたいと考えています。

しかし、身近でどこでもできるウォーキングが健康増進の基本です。前橋市民健康クラブの賛助会員になったのも基本理念やその活動に共感したからです」と当会の活動についても触れていただきました。

SOMPO ひまわり生命保険株式会社

藤田正人群馬支社長



新潟県出身
2015 年北九州支社長
2018 年 4 月より現職

■従来型の保険に

健康と生活のサポートをプラス

損保ジャパン日本興亜ひまわり生命は昨年 10 月 1 日「SOMPO ひまわり生命保険」へ社名変更しました。

同社は以前から国民の健康を応援する「健康応援企業」への変革を目指しており、2018 年には「あなたが健康だと、だれかがうれしい。」という企業スローガンを策定しました。

藤田支社長は「このスローガンには『大切なだれかのために、日々健康でいようと心がける』人々を応援する力になりたいという想いが込められています。

当社では、保険本来の機能という意味のインシュランスと、健康を応援するヘルスケアを組み合わせで造った『インシユアヘルス』という言葉を使っているのですが、従来の方が

一の保障を経済的にするという機能にプラスして、健康と生活のサポートまでしていくというサービスがついた保険を『インシユアヘルス商品』として皆様にご提案をし、提供しています。例えば当社の『認知症保険』ですが軽度認知障害(MCI)を保障します。初めて医師により診断確定されたときに一時金がですが、これは軽度のうちに発見すれば改善の可能性がありますので、早期発見を促すという意味合いが強いのです。

認知症は本人よりもご家族の方が発見しやすいので、家族登録制度を採用し、ご家族にも認知症に関する情報を提供しています。特徴的な症状はもちろん周辺症状、また、予防やケアの情報も提供しています。さらに、認知症で介護が必要になった場合のご相談も受けております。

ほかにも『健康体料率特約』があり喫煙状況や健康状態、例えば BMI 値(肥満度)や血圧などが当社の定める範囲内だと割安になるのですが、範囲外の方が自分の健康に気を遣い、範囲内になった場合は遡って割安になるといった制度もあり、健康増進の動機づけになるのではと考えております」と話しています。

■訪問看護ステーションからひと言 ②

出逢った皆さんと
心を紡いでいくために

ウェルスタイル前橋訪問看護ステーション

管理者 神部 千亜紀 (じんぶ ちあき)



数件、事務員不在と、てんやわんやの日々でした。

*

当事業所は、株式会社フロンティア傘下に薬局、福祉用具、居宅介護支援事業があり、当初の利用者様のほとんどは、グループ内からの紹介で、七割がグループ

当事業所は、平成26年9月に開設され、5年と4か月の歴史を歩んで参りました。私は翌年の9月に入職し、こちらに来て5年目となります。当初は、群馬中央病院前にあるフロンティア薬局の二階がステーションでしたが、平成28年5月に現在の元総社町に移転、そのタイミングで管理者になりました。

前職で訪問看護ステーション開設に携わったので、大抵の内容は理解していたつもりでしたが、現実には甘くなく、頭に叩き込んだ算定内容は2年毎に変更され役に立たず、行政への申請不足の発覚や追加の届け出



ています。時々思いが先走り過ぎて空回りすることもあります。利用者様とのご縁を得た以上、今できること、次回訪問までに得られる情報をと…。

*

特に介入時は、頭をフル回転、躍起になって対策を考えます。当スタッフは、高揚しやすい私をいつも穏やかにさりげなくサポートしてくれるとても頼もしい存在です。

そして利用者様やご家族と心が通ったと実感した時、やりがいに満ち、明日の糧になります。また、利用者様やご家族だけでなく、関係機関の方々と連携を深める中で、ほんの少しでも力になれたなら

万々歳です。

時には、病院の相談員さんや医師に煙たがれているのを自覚しつつも利用者様のためならば、恥を忍んで奮闘しています。

*

訪問サービス満足度において、保

人が価値を創り 人に価値を提供する



株式会社 石井設計

代表取締役 石井 繁 紀

〒371-0023

群馬県前橋市本町一丁目1番3号AMD本町2F

TEL 027-221-1717(代表)

■ウェルスタイル前橋

訪問看護ステーション

- ・前橋市元総社町175の2
- ・TEL 027-260-8230
- ・月曜日・金曜日 9時～18時
- ・24時間体制
- ・精神科訪問看護対応可能

険内では、行政の規定の壁があり不憫な思いに悩みます。人的資源安定の先に、保険外のサービス導入を目標にしております。どうぞよろしくお願い致します。



弁天ワッセとは前橋の中心商店街の
ひとつ弁天通り商店街の約30軒の老
舗が、通り中央の大蓮寺の縁日にあた
る毎月
3日を
弁天ワ
ッセと
名付け
て行く
市（バザ
ー、イベ
ント）の
ことです。
2004
年に始
まり、各
商店の



大蓮寺は永正
2年（1505）創
建の浄土宗の寺
院で、当初はも
っと利根川近く
にあったが元和
2年（1616）前橋
藩主酒井重忠が
城下の繁栄と領

売り出し、工芸作品の展示販売、野菜
の直売、お菓子、飲み物類の出店など
が並び、さらに歌や踊りのパフォー
マンスなどもあり毎回多くの客で賑
わいます。これにより商店街に興味
を持った若者らが空き店舗に出店す
るなど、新しい動きも生まれている
とのことです。

＊



前橋弁天通り商店街

弁天ワッセと 虎淵山大蓮寺 節分追儺式

日時 2月3日（月）

場所 前橋市千代田町3丁目
（駐車場は最寄りの有料pをご利用下さい）

本紙では、街づくり、コミュニティ
づくりを考え、応援するために市内
の寺や神社で行われる「お祭り・イベ
ント」を取り上げ、紹介しています。
前号では11月に行なわれた「総社
秋元公歴史まつり」を。今号では千代
田町3丁目にある大蓮寺とその参道
の弁天通り商店街が毎月行っている
縁日のイベント「弁天ワッセ」を紹介
します。



2月3日、大蓮寺と弁天ワッセ。
出かけてみませんか。

「ここには鬼はいない」との判断か
ら、かけ声に「鬼は外」ではなく「福は
内」だけにしているそうです。

チヨコは10キロ約3千袋用意され、
当日は12時20分に弁天堂でチヨコ
は清められ30分から「福は内!!」が始
まります。

■大蓮寺の節分は「チヨコまき」
毎年2月3日に行なわれる節分会
は2005年に寺と商店街との相談で
撒くのは豆でなく子供向けにチヨコ
の袋にしたことで有名です。

＊

民の福德平穩、利根川の氾濫防災を
祈願し、弁財天を祀って現在の場所
に移築。弁天通り商店街はその参道
に発展したいわゆる仲見世でその名
前はこの弁財天に由来しています。

前橋市民健康クラブ
ウォーキングステーション
「開館3周年記念行事」

今こそ確認「健康都市前橋」の

現状と今後の展望

皆様のご協力、ご支援をいただき、
前橋市民健康クラブウォーキングステ
ーションは開館3周年を迎え、今年も開
館記念行事を開催いたします！

今年は健康関連企業・団体による健
康増進イベントだけでなく、会員表彰
や医療職種による健康相談イベントも
あります。

会員の皆様だけでなく、どなたでも
ご自由にご参加下さい。

●日時 1月26日（日）

9時30分～12時

●場所 前橋プラザ元氣21

■出展企業・団体

SOMPOひまわり生命保険群馬支
社／群馬ヤクルト販売／鎌倉会／
尾瀬愛しむ会／RUN伴＋ぐん
ま／前橋市薬剤師会／群馬骨ケア
ネットワークの会／上毛鍼灸院／
小山歯科医院／上武呼吸器科内科
病院／東前橋整形外科病院 ほか

■訪問診療の現場から その22

お節介な人

福山 昭一（医療法人 福山内科 理事長・医師）

令和2年の新年を迎えました。

私は相変わらずのお盆や正月休みの無い24時間365日の無休の在宅医療を続けております。今までお元氣だった方が事故や病気の進行で自宅や施設での制限された生活を送ることになると、殆どが在宅医療や手厚い看護介護が始まっていくのですが、こうした方々はまだ恵まれていると思います。

中には自立できない状況にいるにも関わらず家族も他人も寄せ付けず、自分の意思で地域社会から完全に離脱している方がいらつしやいます。一人暮らしで自分では買い物や調理も出来なくなり、排泄も分からなくなり、自宅は徐々にゴミや糞尿で大量に溢れてしまっている状況の方も時々耳にします。

また、認知症が悪化すると他人を寄せつけなかったり、暴言や暴力などを振るって家族もご近所や自治会も民生委員の方々も手が付けられない

い状況になったりもします。要介護認定を受けようにも医療機関の受診や調査員の訪問も拒否され、それ以上事が進まない状況の場合もあります。

このように医療や介護に結びつけることが極めて困難な事例があり、包括支援センターの方が時々私のところへ相談に来られます。医療機関に連れていくのなら、まったく問題ないのですが、外に出るのを頑なに拒否している事例は、果たしてどうしたものかです。

このようなケースの場合には時々私は「おしかけ往診」をします。しかしながら、この「おしかけ往診」は法律では認められておりません。往診とは、患者又は家族等患者の看護等に当たる者が、保険医療機関に



対し電話等で直接往診を求め当該保険医療機関の医師が往診の必要性を認めた場合に、可及的速やかに患者に赴き診療を行うことを指します。

往診の必要性を感じていない独居老人の困難事例の場合は、こうした往診をすることはまず不可能です。要請もないのに押しかけて往診しても、保険証の提示もなく医療保険の請求も自己負担の請求もできません。

きっと余計なお世話、お節介な人と思われる

でしょう。しかし私は往診する医師である前に、まず一人の人間としてどうなすべきかを考えます。過去にこうした行動によって幾人かの方が、社会に復帰することができました。

ただ自分のクリニックで患者さん待ち診療を行うのだけではなく、医師である前に人としてどう行動し

ていくかを考えることも大切かと思っています。

包括支援センターや周りの方々と一緒にひとりの人間としてお手伝いできればいつも思っています。お金をを出してくれるならやってあげますよ、保険証を持って来てくれるなら診察してあげますよ、などの奥底にあるものに私は違和感を感じます。世知辛い世の中になりました。

さて、私はそろそろここら辺りで筆を置きまして次の方へバトンタッチを致したいと思っています。お読みいただき有り難うございました。

前橋市民健康クラブは取り組んでいます 歩いて伸ばそう健康寿命プロジェクト

■私たちは賛助会員として参加しています

群馬ヤクルト販売株式会社

前橋市高井町 1-7-1

社会福祉法人 鎌倉会

前橋市上細井町 2050-7

株式会社 クスリのマルエ

前橋市樋越町 83

第一生命保険株式会社群馬支社

前橋市表町 2-2-6 前橋ファーストビルディング 3F