



介護保険制度は平成12年4月に施行され、今年で22年目となります。
この制度は、高齢者の介護を社会全体で支えること、すなわち「介護の社会化」を図る目的として創設されました。当法人の名称も「介護の社会化を進める一万人……」は、この一端を担うことを目的に介護との関わりを持って活動しています。

本格的な超高齢化社会の本番はこれからであり、「団塊世代がすべて75歳以上」になる2025年問題は間近です。

しかしながら、介護保険制度は財源確保問題、介護業界人材不足など深刻な問題を抱えており、今後の制度改正の動向が注目されています。

さて、私の介護保険制度との関わりは、公務員として間接的に携わる時期があり、関係課と共に苦労したこと、又、介護事業者との関わりを通して学んだことが、介護保険制度と長く関わるきっかけとなりました。退職後は縁があって特別養護老人ホーム等に10年間勤務し、情報の公表などの訪問調査を受ける立場も経験しました。この経験を活かして、介護サービス情報の公表、地域密着型サービス評価などの調査員として、受ける側の立場を十分に理解しつつ、その役割の重要性と責任の重さを認識し、訪問調査に携わっています。

一方、介護保険制度改正で「生活支援体制整備事業」が創設されました。この制度を活用し、高齢になっても地域全体で「相互に支え合う」体制づくりを目指して、令和2年10月「石巻市釜・大街道地区第二層わくわく会議」を発足し、介護保険制度に基づく支援、趣味・サロン活動など、地域資源を活用しながら、支え合いづくり活動に取り組んでいます。

今後も民生委員児童委員・地域役員として、色々な形で介護に関わる機会があるため、誰でも安心して暮らせる地域づくりは、少子高齢化社会の生きるポイントであると捉え、多世代交流に取り組むことが大切であると感じています。

皆様も「自分のできること、したいこと」を形にしてみませんか。「地域のために少しでも役に立ちたい」思いを地域で活かしてみませんか。



介護保険制度との関わりを通して

理事 大坪 俊男

人生100年時代パートⅡ

①健康法 ②大切にしていること ③何か活動していること ④これから挑戦してみたいこと についてお聞きしました。

「私がいま出来ること」 理事 團 順子



「今を大切に」 会員 佐藤 直子

①食事内容に気を配りバランスの良い食事を心掛けている。特に朝食は1日の始まりであり、主食はパン副食は青物・根野菜を中心に豆類や酢の物、乳製品等を添えて、果物は日々替えて食卓に出している。

3年前から続けている「椅子に座っての体操」に、週一で参加している。高齢者が対象の為、小刻みに休憩(10分)をとるが、この時間を楽しみに参加される方もいて、コミュニケーションツールとして大切な時間となっている。

②最近は何処をみてもコロナ感染が拡大しており、厚労省は3回目接種を奨励し、早めに接種するよう皆に呼び掛けている。我が家の高齢者も3回目接種を済ませ、日頃から互いの健康には気遣って過ごしているが、何より子供たちに迷惑をかけないことが一番と考えている。

③町内会役員は何度も受けてきましたが、今年度も役が廻ってくる予定です。

現在は、地域の児童センターの子ども達の支援として、市から委託を受けて子育て支援クラブ活動をしています。特に、0歳児のお子さんをお預かりし、お母様方が喜び楽しんで頂ける支援活動をしています。感謝の言葉はクラブ会員の励みとなっています。

④現時点ではコロナ禍であり、新しいことに挑戦することは難しい現状にあります。早くコロナが収束し環境が整った時に考えたいと思います。

「相手の想いに寄り添って」 会員 武田 てい子

①特に継続していることはなく、日々の生活の中で些細なことに気を付けています。移動はなるべく早く歩くようにして、階段もよく使います。食事は大事ですから、季節のものをよく噛んで食べ、身体を温めるために生姜は料理やお茶に毎日のように使うようにしています。

②気になることは早急に解決し、一日一日を大切に過ごすようにしています。また、相手の想いに寄り添って言葉がけをしていけたらと思っています。

③今は特にありません。

④コロナ禍が過ぎたら、ローカル線の旅をのんびりしてみたいと思っています。桜やりんごの花など、見ごろの時に訪れることができたらいいなと思っています。

①朝の1分乾布摩擦を何年も続けています。朝起きて着替えをするときのほんの短い時間ですが、冬の毎朝だけで夏はサポっています。そのせいか風邪を引かなくなりました。もしくは引いても軽く済みます。

あとは、6年前に夫と一緒に車の運転免許を返納しました。不便を感じる時もありますが、夫は電動自転車、私は普通の自転車に乗って移動しています。今住んでいるところはJR東北本線の東仙台駅も市営のバス停も近くにあり、その日の天候で移動手段を変えています。というわけで足腰だけは丈夫になりました。

②最近「またね」と言って別れても、次がないことが増えてきたように思います。だから今を大切にしたいです。

あとは心の栄養です。食物からの栄養も大切ですが、無駄と思えることも自分にとって必要ならばとることしています。例えば本、映画、絵画の鑑賞、友人とミニ旅行、花の探索等々、ささやかですがそれだけでも楽しいです。

③今は漢詩と詩吟、これは密接な関係があるので続けていますが奥が深いです。詩吟は審査、研修があるので最近朝に声出しをしています。先生からは「腹から声を出しなさい」と、漢詩の先生からは「三多(多読・多作・推敲)」と言われ続けておりますが、日々の忙しさに紛れて進歩は牛歩のごとくです。

他にも活動は続けていますが、これまで皆さんにお世話になってきましたので、これからは少しでもお役に立ちたいと思います。

④目の前のこととして、パソコンをもっと覚えたい(エクセルでの縦表)、漢詩のために習字を習いたい、孫の洋服作りをしたい等々、いろいろあります。

「自分の身体は自分で守る」 会員 島田 廣子

①なるべくお医者さんに頼らず自分の身体は自分で守ることをモットーにしています。食事に気をつけると共に、真向法体操と西野流呼吸法のカルチャー教室へ通っています。また、仙台市体育館でのシニア健康エクササイズと、中田温水プールでの腰痛予防ストレッチに参加しています。今年に入り、NHKのテレビ体操を3日に1回位始めました。

理事会・事務局だより

理事会模様

◆2021年度第3回理事会

★令和4年1月13日(木)、仙台市生涯学習支援センターにおいて第3回理事会が開催されました。

主な審議事項、活動報告は次のとおり

審議・報告事項

- 1) 三役会議報告
 - ①設立25周年について
 - ②当会主催研修会等での講師活動費について
- 2) 各事業の進捗状況報告

- ①地域支え合い活動
- ②情報の公表制度訪問調査活動
- ③地域密着型サービス外部評価調査活動
- ④福祉サービス第三者評価調査活動
- ⑤みやぎ介護人材宣言認証制度第2段階確認調査活動

- 3) 広報、財政、組織、総務関係について
- 4) その他

◆2021年度第4回理事会

★令和4年3月23日(水)、仙台市生涯学習支援センターにおいて第4回理事会が開催されました。

主な審議事項、活動報告は次のとおり

審議事項

- 1) 2022年度業務推進体制について
- 2) 第21回通常総会について
- 3) 設立25周年について

報告事項

- 2) 各事業の進捗状況報告
 - ①地域支え合い活動
 - ②情報の公表制度訪問調査活動
 - ③地域密着型サービス外部評価調査活動
 - ④福祉サービス第三者評価調査活動
 - ⑤みやぎ介護人材宣言認証制度第2段階確認調査活動
- 3) 広報、財政、組織、総務関係について
- 4) その他

(詳細については事務局備え付けの議事録を閲覧願います)

【第21回通常総会の案内】

第21回通常総会は5月25日開催予定です。
詳細については別途お知らせします。

②孫の世話を時々頼まれるので、自分が健康で何かとお役に立てて、周りの皆が元気で幸福に生活できるように願っています。

③地域の民生委員をしています。高齢者が多い地域で年々お亡くなりになったり、施設に入る方が多くなったり、一人暮らしの方が多くなっています。

④今まで身体的なケアに力を注いできましたが、認知症にならないように、少しでも頭を使うことにも力を入れたいと思っています。漢字検定の参考書だけは揃えました。

令和3年度評価・調査活動状況

令和3年度評価・調査活動状況

令和3年度もコロナ禍の中、各評価・調査活動では感染防止対策の観点から事前に各事業所のご意向を伺い、これまで行ってきた訪問調査に加え、非接触での調査手法も採用し実施しました。非接触調査の調査手法は、テレビ電話方式のリモート調査と全書類郵送調査の2方式で行いました。

◆福祉サービス第三者評価調査(訪問調査)

①特別養護老人ホーム茂庭台あおばの杜

◆介護サービス情報の公表調査

調査を12月から開始、3月終了

合計515施設調査

- ・訪問調査 : 284施設
- ・テレビ電話方式リモート調査 : 85施設
- ・全書類郵送調査 : 146施設

◆地域密着型サービス外部評価調査

調査を7月開始、3月終了

合計122施設

- ・訪問調査 : 103施設
- ・テレビ電話方式リモート調査 : 19施設

○みやぎ介護便利帳

・県内の特別養護老人ホームの協力により、毎年ホームの新しい取り組み状況や内容の更新原稿を頂き掲載しております。今年度は新たに「泉和荘」、「田子のまち」の2ホームに加わって頂いて、計67ホームが参加しています、当会HPからのリンクでご覧いただけます。

【情報の公表調査の施設別内訳】

- ・介護老人福祉施設 : 27施設
- ・訪問介護 : 65施設
- ・訪問入浴介護 : 3施設
- ・福祉用具貸与 : 13施設
- ・居宅介護支援 : 74施設
- ・介護療養型医療施設 : 0施設
- ・特定施設入居者生活介護 : 12施設
- ・通所介護 : 133施設
- ・訪問看護 : 28施設
- ・介護老人保健施設 : 19施設
- ・通所リハビリテーション : 25施設
- ・訪問リハビリテーション : 11施設
- ・認知症対応型共同生活介護 : 80施設
- ・小規模多機能型居宅介護 : 10施設
- ・複合型サービス : 6施設
- ・定期巡回・随時訪問介護看護 : 9施設
- 合計 : 515施設



市民後見人として活動して

会員 山中幸雄

私は仙台市社会福祉協議会（社協）の養成講座を受講後、仙台家庭裁判所（家裁）の審判を受け市民後見人として活動しました。被後見人（ご本人）は私と同年代の男性です。約5年間の活動後ご本人の死亡により終了しました。（現在は仙台市民後見人の会「ここに～る」に所属し、市民後見人の広報活動に参加しています）

ご本人も私もプロレスが好きだった事ですぐ仲良くなれました。また、故郷の広報誌を取り寄せ、同じ話題を話せる事で打ち解けることが出来ました。発語が無い方でしたが、耳を澄ませると、頷きや笑顔などで以心伝心気持ちも伝わりました。思い返せばこれらが「意思決定支援」だったかと思いません。

ご近所の「おせっかいおじさん」的な付き合いでしたが、ご本人の笑顔が私の笑顔・やりがいになっていました。金銭管理や不動産の処分等をし、体調を気遣いながらご本人にとってのベストは何かを心掛けていました。

ある時、ケアマネさんから「このような後見人と

出会えて、ご本人は本当に幸せな人だ」等、関係者から色々な声を頂き励みになりました。

活動時には様々な事が起り、事例やマニュアルも無く判断がベストなのか、悩み不安になることが多くあります。監督人である社協や家裁と連絡・相談しながら取り組みました。何より心強いのは「ここに～る」の仲間でした。愚痴を聞いて貰うだけでも心休まったものです。

昨年10月最高裁判所から依頼があり、裁判官と書記官の研修会で体験報告の機会を頂きました。活動の事例と合わせ、自分なりの思いをお伝え出来ました。後日「市民後見人の実際の活動が良く分かり、これだけのことを実際にしているのかと良い意味での驚きを覚えた」等の感想と礼状を頂きました。活動してきた事が認められ評価された事、少しは社会に恩返しできたかなと思っています。

一万人での活動も、いつか入居者の笑顔に繋がる事と信じています。地味な活動ですが「何処かで誰かが見ていてくれる」そんな思いで続けて行こうと思っています。

◆◆なんでも相談会のご案内◆◆

法律、成年後見関係の分野に限らず、会員やその家族、知人の方がお持ちの生活全般に関わる「困りごと」「悩みごと」などなんでも相談会です。令和4年4月から7月までの開催日程は下記のとおりです。

☆開催日程

- ・ 4月14日（木） 相談役 武田 貴志 弁護士
- ・ 5月27日（金） 相談役 安田 廣治 司法書士
- ・ 6月21日（火） 相談役 武田 貴志 弁護士
- ・ 7月20日（水） 相談役 安田 廣治 司法書士

【編集後記】

コロナ禍ではありますが、確実に春は近づいて来ております。事務局は勿論、会員の皆様も多忙だった調査業務も一段落し花見の季節になります。

新年度号は「人生100年時代パート2」で皆さんの健康の秘訣を伺いました。

先頃、成年後見制度の研修がありましたが、交流の広場では「市民後見人」という耳慣れない言葉について、山中氏から寄稿して頂きました。何かの参考になれば幸いです。今後とも皆様の情報提供宜しくお願い致します。（工藤 俊廣）