

平成27年度 第6回 市長と話そう、まち育て タウンミーティング



要約版

- ・日 時 平成28年3月22日（火）午後2時～3時20分
- ・場 所 小規模多機能ホームうえのまち
- ・参加者 わっかの会のみなさん
代表 石川 利佳子さん
小規模多機能ホームうえのまち 管理者 八重樫 美也子さん
ホームケアクリニックえん 医療ソーシャルワーカー 櫻井 茂さん
ほか介護をしているご家族の方 9人
- ・市出席者 高橋市長、熊谷保健福祉部長、石川長寿介護課長
- ・テーマ 私の介護体験
初めての介護で困ったこと
介護の話をしよう
地域で支える介護のしくみ

◆ご家族の介護体験を明るくお話し合う「わっかの会」の皆さんとタウンミーティングを行いました。当日は12人の皆さんが参加していただき、自身の介護体験を基に、お話しすることの大切や突然の介護のスタートで困ったことなどについてお話ししました。

- ◆わっかの会では毎月第3金曜日に茶話会を開催しています。
お問合せは わっかの会 代表 石川 利佳子 TEL 67-3311(石川硝子店内)
フェイスブックページはコチラ <https://ja-jp.facebook.com/Wakkanokai>
- ◆介護に関するご相談は長寿介護課(TEL72-8221)まで

私の介護体験とわっかの会

市長：直近でも、在宅介護していた方が地域から孤立していき、悲惨な事件に至るという報道がありました。介護の課題を地域で共有することで、そういったことを防げないか、行政としても体制作りに取り組んでおりますが、なかなか皆さんの希望に沿う形に至っていないのが現状です。本日は皆さんの活動からヒントを期待しておりますし、皆さんの活動に対しサポートできる所があるのではないかと考えております。

石川さん：わっかの会は家族を介護している人たちが、気楽に集まれる場所づくりを目的に始めたものです。自分が介護していた時に、仕事、家事、介護の繰り返しで心が重くなり、先行きが見えない不安や自己嫌悪との戦いがあって、誰かとこんな話ができたらいいなと思っていたんです。平成24年に始まり、これまでのべ300人くらいの方が参加しました。



参加者：大変なことと言えば、付き切りで自由時間が無いことです。もう16年になりますけど、うちは介護が必要な夫と二人暮らしで話をする場が無くてストレスが溜まるものですから、わっかの会に来て心が和むというか、本当に良かったと思っているんですよ。

参加者：こちらの施設で両親がお世話になっています。入所させた当初は泣いてしまったこともありましたが、でも受け入れてもらってほっとしたこともあって、今では施設のボランティアもしています。わっかの会は、色々勉強できる場だと思っています。

参加者：わっかの会では他の方から様々な介護に関するアイデアをもらいます。こちらでボランティアでコースにも参加して、私も調子の良い時は利用者さんと一緒に歌うんですよ。知り合えてとっても嬉しいです。

参加者：テレビなどでは介護者を深刻に描きすぎるのではないのでしょうか。アルツハイマーは次第に症状が進行し、本人が一番つらい思いをしているのに。進行するとどんどん変なことをするけど、私はそれを可愛いと思えるようになってきたので。



わっかの会の活動場所
小規模多機能ホームうえのまち

石川さん： わっかの会にはあまり男性は参加しないですけど、どう思いますか。

櫻井さん： 人によるとは思いますけど、介護する側で多いのは女性ですよ。例えば、訪問先で1対1で話していても、私に本音を全部を話しているとは思わないようにしています。他の人には違う話をしているかもしれないし。でも、それは私たちも同じで、相手によって話す内容は変えるのは当然ですよ。もしかしたら、こういう場だとお話しできる方もいるかもしれないし。

石川さん： いろんな場を選べるのができればいいでしょうね。



初めての介護で困ったこと

参加者： いざ介護が始まる時にたくさんの手続きや契約がありますけど何が何だか分からないことが多いですよ。例えば、小規模多機能ホーム(注1)って何とか。そういう時に、ごみの分別表のように一目で分かるガイドブックがあると助かります。



参加者： 確かにそう。介護はバタバタと始まるので、全く分からない所からスタートしますし。グループホーム(注2)と特養ホーム(注3)って何が違うの、とか。市役所で全部答えてほしいとは思いませんが、市役所に聞けば誰が答えてくれるかを教えてもらえる場であって欲しいです。面倒だけど。

石川さん： 誰に助けてもらえばよいか分からないってことはありますよね。

(注1) 小規模多機能ホーム・・・ 小規模な居宅型の施設で、「通い」を中心に「訪問」、「短期間の宿泊」などを組み合わせたサービスの提供が受けられます。

(注2) グループホーム・・・ 認知症の高齢者が共同で生活できる場(住居)で食事、入浴などの介護や支援、機能訓練が受けられます。要支援2以上の方が利用できます。

(注3) 特養ホーム(特別養護老人ホーム)・・・ つねに介護が必要で、自宅では介護できない方が対象の施設です。食事、入浴など日常生活の介護や健康管理を受けられます。原則として要介護3以上の方が利用できます。

(参考URL)

介護保険で利用できる施設サービス <http://svcmsin.city.kitakami.iwate.jp/docs/2014052600420/>

介護保険で利用できる地域密着型サービス <http://svcmsin.city.kitakami.iwate.jp/docs/2014052600451/>

介護の話をしよう

参加者：特に認知症だと、介護認定を受けるのが恥ずかしいと思っている人もいます。周りに知られたくないというか。身内だけで何とかしようとして、介護保険の恩恵を受けてない人もいるのでは。

参加者：まだまだいるでしょうね。恥ずかしいと思わないで、介護の話をオープンにできるような雰囲気があるといいのに。職員の方も一生懸命やってくださっているし、介護に優しい北上市っていいですね。

参加者：介護ってどんよりと暗いイメージがあるじゃないですか。介護していますという、まるで全ての不幸を背負っているような。正直介護している家族に憎しみが湧くこともあるけれど、でも他人と話せると、それは自分だけじゃない自然な感情なんだと分かる。笑い話にできるとすごくほっとするし、それにアイデアやアドバイスをもらえることもある。

石川さん：自分が嫌いになってきちゃうと悪循環ですね。



地域で支える介護のしくみ

参加者：待遇が良くないせいで、介護施設の職員の離職者が多いというニュースを聞きます。施設を利用する私の夫でさえも介護職員の人たちは大変な仕事だと言いますよ。市長さんや市当局の方から、ぜひ国に対して声を届けていただきたいです。

八重樫さん：介護施設の一職員として日頃思っていることを言わせてください。開かれた施設こそが地域から信頼されると考えて努力してきましたが、皆さんもご承知のとおり介護現場はとても大変で、ともすると閉ざされて自分達だけの介護施設になってしまいます。

八重樫さん：ですから、これからは施設と地域が支え合って連携する仕組みが必要です。例えば、ボランティアや近隣の学校の生徒が来たりとか。また、家に閉じこもっている人にも情報を発信する仕組みを作っていただきたいと思います。もしかしたら、そうしているうちに施設に入らず地域で支えられるようになるかもしれない。



市長：皆さんのお話のポイントをまとめると、情報を共有するわかの会のような場の存在は大きい。ただし、そこに至るための情報が不足している。わかの会や介護情報センターのようなものなどで男性を取り込む仕掛けが必要である。介護情報センターまで行かなくても、マニュアルがあって介護に向けて予習できればいい、ということですね。国の介護体制が変わる再来年度に向けて、北上市としても新たな仕組みを構築したいと考えております。

石川長寿介護課長： 介護保険制度は平成29年4月から大きく変わりますから、施設を地域で支えることはもちろん色々なことをやる必要があります。今の流れは、施設での介護より在宅介護に向いているので、今後施設（特別養護老人ホーム）が増えることは期待できません。いかに在宅サービスを充実させるかとともに、地域での支え合いの体制を作るかが大切になります。

石川長寿介護課長： また、介護人材の処遇改善については、市だけでは難しいので国に声を届けるとともに、介護人材の確保のため、若者を取り込んだり元気な高齢者が参加できる仕掛けを考えていきます。

現在、市内には高齢者サロン(注4)が18か所あります。これは市民が中心となって行っているもので、今後もバックアップしていきたいと考えます。

参加者： 地域包括支援センター(注5)自体知らない人も多いのでは。

市長： 継続的にお知らせしていく必要があります。知らないと不安でしょうから、まずはその不安を解消するということです。

参加者： 地域包括支援センターっていまいち何をするとところなのか分かりにくいですね。

市長： 市民に分かりやすいネーミングを付けることも考えてみて良いかもしれませんね。介護情報センターとか。

参加者： 介護と一口に言っても、介護の仕方や施設のこととか分野は広いですから、とにかく介護に関することならここ1か所で分かるっていう所だといいですね。

石川さん： わっかの会への参加を通じて、家族の介護をしている方が、その合間にコーラスや裁縫のボランティアに参加するケースが増えています。家族の介護が大変な中ではあるけれど、そうした場が自分に戻れる時間であり、生活の張りになっているのだとしたら、これからも誰かの役に立てる場を作りたいし、また、ご自身の介護経験を次の人に生かしてほしいと思います。

(注4) 高齢者サロン…高齢者が介護予防や生きがいづくりを目的とし、おしゃべりや、手芸、料理、レクリエーションなどを通じて参加者同士のつながりを深める場です。現在市内に18か所以上あります。以前からあるものから最近立ち上がったものまで様々です。

(注5) 地域包括支援センター…介護予防ケアプランを作成するほか、市区町村・医療機関・サービス提供事業者・ボランティアなどと協力しながら、地域の高齢者のさまざまな相談に対応する総合的な役割を担います。具体的には、介護や福祉の相談対応や介護予防ケアプランの作成、介護予防事業のマネジメント、ケアマネジャーへの支援やネットワーク作り、高齢者に対する虐待防止、その他権利擁護事業を行います。

(参考URL)

「介護サービスを利用するためには <http://svcmsin.city.kitakami.iwate.jp/docs/2014052600482/>

