



行政と市民の関係を創造する
NPO 法人 きょうと介護保険にかかわる会

会報
98 号
2018/2/2

発行人 梶 宏 〒604-8811 京都市中京区壬生賀陽御所町 3-20 賀陽コーポラス 809
TEL・FAX:075-821-0688 E-mail:npokakawarukai@helen.ocn.ne.jp

在宅死をすすめるための一言

理事長 梶 宏

「病院から在宅へ」の掛け声が大きくなっている。遅すぎたと言っているくらいだが、戦後この国では、猛烈な勢いで「在宅死」から「病院死」への道を突き進み、その反省期に入ってきたということか。

アンケートによれば、高齢者のおおむね 7～9 割の人が在宅死を望んでいるが、家族の場合はその逆の割合になっている。何とか在宅死希望に応じようとしてもそのためのシステムづくりは遅々として進まなかった。

私個人は、治る病気なら病院にも入るが、なるべくは病院と無縁でいたいと考えてきた。下手に救急車で見知らぬ病院に入れられて、大きな後遺症をかかえて退院というようなことはご免だと思っているので、倒れても救急車を呼ぶなと周囲の者に言っているし書いてもいる。幸い、わが会の会員でもあり近くに開業している、かかりつけ医の存在にも恵まれているので、家族が「放置責任」を問われることもない。

余談ながら、この 1 月に、慢性疼痛に関するカテーテル治療ということで、洛和会丸太町病院で施術を受けた。未だ実験段階に近い施術なので保険外診療で、治る見込みも帯状疱疹後の神経痛の場合難しいと思えたが、よくお酒を飲む人なら 1 年間の飲み代といった程度の自費負担なので、思い切って受けた次第。病院行きは、40 年前に副鼻腔炎の手術を受けて以来のことである。痛みから解放されれば本当に生き返ったように喜べるし、この治療が成功し

一般化すれば人助けにもなるだろうという軽い気持ちだった。が、さすがに、手首からお尻まで動脈にカテーテルを通すという施術は短時間とはいえ身体にダメージを与え、その夜から翌日にかけてトイレに何回通っただろうか。

医師の腕が良いからだろう、その後副作用は何もなかったから成功したと言える。が、痛みは今のところ消えていない。その後の経過はしばらくしてから報告に行く。自費だから再診料等は要らないという。病院のシステム上待たされるのは嫌だが仕方ない。

とまれ、私のような病院嫌いは少数派だ。病院へ行かざるを得ない人々にとっては暴論を吐いているかもしれない。としても私は在宅死にこだわりたい。

在宅死が減った原因はいろいろあろうが、ここで何よりも大きな問題は、個人の側に人々が「死」を忌み嫌い遠ざけたいと思うことにある。対して国家の側には、お上に従順な国民を育ててきたことに原因があると私は思っている。

「死」について決めるのは自分だということが何より大切である。次に今まで自分が何をしてきたか、心の整理をすることだ。あなた任せの人生は決して家族をも満足させず、下手をすれば争いを生むこともあるのだ。



第 86 回
研 修 会
報 告

龍馬の生きた時代

「坂本龍馬が駆け抜けた幕末維新！」

日 時：1月13日（土）13：30～16：30
会 場：ひと・まち交流館京都 3階第4会議室
講 師：稲葉晃治氏（会員）
参加者：16名



新年最初の研修会は会員で「NPO 法人京都龍馬会」の理事・稲葉晃治さんによる、龍馬を中心とした幕末から明治維新にかけてのお話。

今年は大政奉還からちょうど 150 周年で、京都市でも関連スポットを巡るスタンプラリーなどの記念事業が企画されています。龍馬が暗殺されて 150 年、NHK の大河ドラマでは「西郷どん」、さらに昨年 11 月頃より新聞紙上などを賑わすようになった「高校教科書から龍馬を削除する」という話題まで、大変タイミングの良いテーマでの新年研修会となりました。

龍馬の人物像については司馬遼太郎の「龍馬がゆく」があまりにも有名で、映画や大河ドラマなどでも随分取り上げられ、会員諸氏の中にもそれぞれの龍馬像があるのではないのでしょうか、と前置きしながら稲葉さんが話して下さった、ちょっと知らない面白いエピソードをいくつか紹介します。

○ 龍馬が 12 才の時母親が病死、以後姉の乙女さんが母親代わりになり龍馬を鍛えたが、この姉さんはなんと身長 175cm、体重 113kg の女丈夫であった。困みに龍馬も身長 6 尺（182 cm）という説であるが実際は諸説あり不詳。

○ 江戸へ剣術修行に発つとき父親の弥平が龍馬に贈った三力条の戒め、①剣術修行を完遂せよ ②無駄使いするな ③女に溺れるな！

○ 龍馬の手紙が 150 通ほど残っているが、その中で面白いのが妻・お龍と鹿児島に新婚旅行し、霧島山に登った時の様子を乙女姉さんに

書き送った、今で言う絵手紙。詳細な登山地図が描かれ感嘆詞や擬音表現など、龍馬らしい斬新なアイデアが随所にみられる…と、こんな話も織り交ぜながら幕末から維新への激動の時代を解説。

有名な西郷と長州の木戸を結び付けた薩長同盟の背景や流れと龍馬のかかわり方。福井藩主・松平春嶽や幕臣・勝海舟、公家・三条実美らと、一介の脱藩浪士に過ぎなかった龍馬がいかに彼らと関係を深めていったかなど、龍馬会会員の面目躍如といった解説でアツという間に 1 時間半が経ちました。

第 2 部のグループ討議は 3 グループに分かれて、ここでも皆さんの龍馬への熱い想いが白熱した討論になりました。中でもある会員さんはなんと高知県出身で、ご先祖様は土佐藩初代藩主・山内一豊侯に従って尾張から土佐に来られたとか。全くビックリするようなお話まで飛び出して大いに盛り上がった新年の研修会でした。

研修会終了後、会場を駅前・酔心に移し恒例の飲み放題新年会、時を忘れて楽しみました。

（小栗 大直 記）



よりよい介護をつくる市民ネットワークの活動経過

昨年4月から実施された京都市の「新総合事業」に対して、危機感を覚えた5団体が、一昨年の12月に「介護市民ネット」を立ち上げ、「だまってたらあかん！」の声を上げました。第1弾は2017年3月12日「だまってたらあかん！どんどん変わる介護保険～京都市の新総合事業ってなに？」シンポジウムを開催、200名を超える参加がありました。第2弾は11月26日「だまってたらあかん！～現場からの声～見えてきた新総合事業の問題点」を開催、介護現場や利用者からのこれではあかんメッセージが熱く伝わりました。

第1弾、第2弾のシンポジウム開催前後には、

京都市に要望書の提出および提言書の申し入れをし、市議会各会派への要請行動も行いました。京都市は、要支援者の総合事業への移行は順調に進んでいる。ただ、支え合い型ヘルプサービスの利用は1、4%と少なく、まだ信頼を得られていないので進んではないが、将来的には40%、当面は20%を目途にしていると見解を示しました。

私たち市民は、性急な上からの強いられた施策に翻弄されています。良く理解できないまま、計画的に先行され、進められ、型にはめられ呆然としているというのが現状です。

(田村 権一 記)

寄稿

1年間かけて順次実施されている総合事業への移行もようやく完結を迎えようとしているが、現場サイドからみると、移行は決して順調にはっていない。

開始当初の混乱は収まりつつあるものの、果たしてどれだけの利用者がこの制度を理解し、介護型・生活支援型・支え合い型の違いを納得した上でサービスを利用しているだろうか。

当事業所は多くの登録ヘルパーを抱えており、介護報酬がダウンするからといって、利用者の支援に日々奔走しているパートさんの時給を下げるわけにはいかない。事業継続のため、やむなく介護型のみに参加した。

約1年経って利用者数は減っているかということそうではなく、利用者の殆どは「事業所を変えたくない。馴染みのヘルパーさんに来て欲しい。その為に自分はどうしたらいいのか。屈むのがしんどいけれど、何とか掃除機を掛けて一緒に掃除したらええんか？」など仰ってくださる。もう少し知恵のある利用者は、「区変（区分変更）をかけて、要介護にしてもらって。そうしたら今のままいられるから。」など担当ケアマネジャーに言われたりもする。

生活支援に専門職の視点は必要ないと考える国の思惑は、現場の声も虚しくじわじわと浸食し、いずれ介護職は身体介護にしか従事出来なくなるかもしれない。

簡単な研修を受けただけにわか専門職と家政婦さんの境界線は、益々曖昧になっていく。(訪問介護事業所の方から、寄稿文をいただきました。今後も現場の声を載せていきます。)



研修会



新年会

「健康長寿って何？」 健康体操の実技もあります

第 87 回
研 修 会
案 内

日 時 2月17日(土) 13:30~16:30

会 場 ひと・まち交流館京都 3階 第5会議室

講 師 萩原 三義氏

(会員、健康長寿のまち・京都市民会議メンバー、はり師、
きゅう師、立命館生涯学習センター客員研究員)

参加費 会員 300円 会員外 500円

健康寿命の延伸を考えます。2013年の閣議決定「日本再興戦略」で、特に力をいれるテーマの一つに「国民の『健康寿命』の延伸が挙げられました。主権者である私たちは、何をどのようにすれば、『健康寿命』を伸ばすことができるのでしょうか? 「健康」や「健康寿命」そして「健康長寿」って何? を一緒に考えます。

※チラシ同封します。ご活用ください。

「中国における介護の実態」

第 88 回
研 修 会
案 内

日 時 3月27日(火) 13:30~16:30

会 場 ひと・まち交流館京都 3階 第5会議室

講 師 趙 林氏

(日中健康福祉協力研究所代表、医師、専門公衆衛生)

参加費 会員 300円 会員外 500円

2015年の中国において65歳以上高齢者数は1億4,374万人、総人口の10.5%である。高齢化率は日本に比べて低い水準にある一方で、何らかの支援や介護を必要とする高齢者は4,063万人に上り、高齢人口の19.5%と日本よりも1.5%高い。

- (1) こうした増え続ける要介護高齢者に中国政府は現在どう対応しているのか。
- (2) 介護保険制度の整備の必要性が叫ばれるいま、中国政府の本音は如何なるものなのか。
- (3) 近年急増する国内外の民間介護事業者は、中国でどのようなサービスを展開しているのか、について紹介します。

「4月は施設見学会」

第 89 回
研 修 会
案 内

介護保険サービス事業と障害者総合支援サービス事業を経営されている「株式会社銭形企画」を見学します。住所は下京区黒門通五条下ル柿本町。会員の高橋弘江さんの職場です。高橋さんは、市民ネットワーク第2弾「だまってたらあかん」のパネリストもつとめました。

※ 日程は調整中です。

2018年度総会日程のお知らせ

■日 時: 5月19日(土) 13:30 ~

■場 所: ひと・まち交流館京都 3階第5会議室

会員のひろば

坂野 裕也さん ♥ 今年の抱負

私は複合福祉施設にてリハビリの仕事をしています。健康長寿日本一を目指して、健康で若々しい体づくりのための運動指導なども行っています。

趣味は体を動かすこととスポーツ観戦。特にサッカーが好きで、フットサルをやっています。今年は成年なので、”ワン” ダフルな1年になるように、公私ともに頑張っていきたいと思えます！よろしくお願ひします。

梶 宏さん ♥ さわやか福祉財団からの情報をお伝えします。

高齢化 50%に達したかつてのニュータウンの話です。「横浜市の戸塚ドリームタウンは、1972年に入居開始。鉄道駅から3キロほど離れた場所にもかかわらず2年後には2,270戸が完売。8,000人の居住者で賑わったものの、今は高齢化率50%に達するオールドタウンだ。しかし、管理組合を主体として、ふれあいネットワークが生まれ、介護保険ができたのをきっかけに空き店舗を活用して居場所づくりも行われ、30数名のボランティアが運営を分担。時給は250円で、子育ての相談も行っている。」

梶 寿美子さん ♥ NHKFMラジオに出演します。

「邦楽のひととき」という番組で「朗読詞おゆき」の弾き語りが放送されます。この番組で語りながら琴を弾くというスタイルは異例のことです。

放送日 2月7日(水) 11:20 NHKFMラジオ 再放送は翌日朝5:20

笠原 あけみさん ♥

ほんの紹介 「満月の夜、母を施設に置いて」 中央法規出版 2008年

詩：藤川幸之助 絵：松尾たいこ 対談：谷川俊太郎
本の一部を紹介します。

「扉」

母を老人ホームに入れた
認知症の老人たちの中で
静かに座って私を見つめる母が
涙の向こう側にぼんやり見えた
私が帰ろうとすると何もわかるはずもない母が
私の手をぎゅっとつかんだ
そしてどこまでもどこまでも
私の後をついてきた
私が老人ホームから帰ってしまうと
私が出て行った重い扉の前に
母はぴったりとくっついて
ずっとその扉を見つめているんだと聞いた
それでも
母を老人ホームに入れたまま
私は帰る
母にとっては重い重い扉を
私はひょいと開けて
また今日も帰る



作者の藤川氏（詩人・児童文学作家）は、認知症の母を施設に預けています。

私の母も施設でお世話になってます。私も毎週母に会いに行くたびに、同じような光景があります。その時の申し訳ない気持ち、でもどうすることもできない私。筆者の気持ちと私の気持ちがところどころ重なり合い、胸がいっぱいになりながら読んだ記憶があります。 笠原あけみ

会員リレーえっせい 35

認知症とは

会員 西村 善郎



人生は寄り道、認知症は加齢とともに直線コースでやってくる。

今、一番恐れているのは云いたいことが云えなくなる認知症、道草したい。

小学校の同窓生 O 君を 65 歳でなくした。若年性認知症からの衰弱だった。リストラに遭ってその後に発症して、10 年程で坂を転がるように悪化して戻ることには無かった。

四人だけの同窓会を、夏は納涼飲み会、冬の忘年会は京都の町中旅館で泊り、年 1 回の麻雀を楽しんでいた。

ある時から口数が少なくなり、笑顔が消えて来て麻雀に勝てなく成ってきた。それでもメンバーの認識が出来ていて、あまり気にもしていなかった。車で O 君を送った時、昔話をしながら小学校時代に O 君が住んでいた家の前を通りかかった時は解っていたが、洛西の自宅の帰り道が解らなかった。幸い奥さんと連絡が取れ無事自宅まで送り届けることが出来た。

その時初めて、認知症が何であるのか少し解ったような気がした。その後 O 君の症状は、ウォーキングをやめると急激に進行して施設に入った。発症前は日常走り込んでいるマラソン人で、認知症とは程遠いと思っていた。

そのことがあってから、認知症に関する本

を読み始めたが進行を抑える薬は有っても治す薬は無いと云う現実であった。

認知症予防の本では、ポリフェノールやカシ、緑茶、野菜が良くてお酒やお肉・揚げ物が良くなく、散歩や短時間の昼寝、歯磨きが良いとあった。

今思えば、15 年前に大腸がんの手術をした折、当時のがん予防策もこのようなものだったように思う。認知症と果敢に戦うクリスティーン・ブライデン著の「私は私になっていく（認知症とダンスを）」も読んでみたが、予防のために何をしたら良いかの核心は得られなかった。

ある介護施設では、体操・ウォーキングと短時間の昼寝や料理が、軽度の認知症の回復に効果が有ると、テレビを見て関心が出てきた。

又、昨年、ある有名サプリメントの 1 ヶ月間のモニターをしたとき、飲み始めて 2 週間程したころ、カード決済時に突然自分の名前が直ぐに書けなくなってショックを受けた。物忘れは小さい時より得意であったが、驚きサプリメントの服用は止めた。

そこで、回復のため危機感を持って昨年 4 月からウォーキングを始め今に至っている。食べ物では、あれが良いこれが良いと右往左往しているが、今は睡眠 6 時間と赤血球や細胞の新生に必須の葉酸の摂取に励んでいる。成果は不明。

新HP製作中

ワードプレスを使ったHP製作中です。梶理事長の知人、田村喜英氏にお願いしております。近々お披露目できると思います。

マイケアプラン研究会の公開企画

2月25日(日)

「我が事、丸ごと」何のこと？
※チラシ同封しました。

編集後記

新年気分も抜けきらないうちに、気が付けばもう 2 月。

会員の皆様はいかがお過ごしでしょうか。現在、インフルエンザが大流行しています。外出時はマスク着用、帰宅時は手洗い・うがいを行ってください。そして、適度な睡眠も重要です。

きょうと介護保険にかかわる会の会報ですが、今回 98 回目の発行となりました。あと 2 回で、記念すべき 100 号を迎えます。そのため、記念の会報となるような内容を考えています。合わせて、会員皆様のお知恵を拝借したいと思っています。宜しくお願いいたします。

(笠原あけみ 記)