



## 「さわやか福祉財団」創立 30 周年に寄せて



理事長 梶 宏

11月1日、東京会館で行われた「さわやか福祉財団」の創立30周年記念全国交流フォーラムに参加した。

最初は、元Jリーグチェアマン川淵三郎さんの話。1991年に堀田力さんが法務省官房長だったのを辞めて、さわやか福祉センターを立ち上げたとき不安でいっぱいだったと思う。そのころ川淵さんはJリーグの発足準備中だったが、新聞で堀田力さんの転身を知り、こういう人とお付き合いしたいと思ったという。プロサッカーリーグのある先進国では、地域と密接な関係をもつことと福祉とのかかわりをだいじにするという取り組みがサポーターに共感を得ているという事実を知り、川淵さんはJリーグでも福祉活動に目をむけることとし、堀田さんに電話を入れたそうだ。

堀田さんとしてはそのころ、財団の理念は立派だけれど事業の具体性となると、この国では初めてのことなので認可してくれる役所への説明も大変だし、3億円とされる財団（1995年にやっと財団法人になる）の基金を集めることも大きな壁だった。企業や労組（連合）の協力も広範囲に得られたが、Jリーグからの協力は堀田さんにとって想定外のことだったという説明があり、聴く者にとっては面白かった。

私が堀田さんのことを知ったのもマスメディアを通じてのことで、「役人としての辞

めっぷりがカッコイイ」と思って財団広報誌である「さあ、言おう」の購読者になった。

法人化するころに京都での購読者が集うことを考え、事務局の人に来ていただきハートピアの会議室で集まったことに始まる。残念ながらそのとき集まった人で今生きているのは私だけになってしまった。が、そのおりにつくった「さわやか会」は毎月第3木曜に集まることで25年間継続している。

1997年、介護保険法ができる前に、自治総研に籍を置く池田省三さん（後に龍谷大学教授・故人）が事務局を担当し、樋口恵子さんと堀田力さんを共同代表として「介護の社会化を進める一万人市民委員会」がつくられた。2000年に介護保険法が施行される時委員会が解散したのを機に、「きょうと介護保険にかかわる会」をこの京都でつくることになった。

「かかわる会」と「さわやか会」は全国的に珍しいことをやっているということもあり、私と連れ合いの寿美子は壇上に呼ばれ、全国から集まった200余名の皆さんに紹介された。樋口恵子さんは最前列におられたのでご挨拶にうかがったら、「京都の皆さん（「高齢社会をよくする女性の会・京都」のこと）は独自によくやってらっしゃいます」と言って「よろしくお伝えください」とのことだった。

### 目次

さわやか福祉財団創立 30 周年に寄せて	1
地域包括支援センターと地域連携の実際「11月研修会報告」	2~3
地域包括支援センター実態調査活動報告 No.2	4
だまっていたらあかん第6回シンポジウム報告	5
1月研修会案内／介護保険ホット News	6
私の介護体験「男の介護4年」／本の紹介『ケアとは何か』	7
会員リレーえっせい「介護職としての思い」高橋弘江／編集後記	8

## 地域包括支援センターと地域連携の実際

### 第114回 研修会 報 告

日 時：11月20日（土）13:30～15:30  
 会 場：ひと・まち交流館 京都 3階第5会議室  
 講 師：堀田晃平さん  
 （京都市日ノ岡地域包括支援センター センター長）  
 参加者：29名



2006年の日ノ岡地域包括支援センター創設から関わってこられた堀田センター長のお話は、現場の経験に照らした分かりやすい内容でした。研修後のアンケートでは参加して良かったと皆さんから好評でした。3歳の柴犬との散歩が何よりの楽しみとのことで、そのお人柄は話しぶりにもあらわれ、あっという間の1時間。飽きさせぬように、話の間に「何だか分かりますか？」と訊ねられ、それで理解を深めた次第です。倍の時間が欲しかった、そのお話しの内容は・・・。

京都市内61カ所の地域包括支援センター。京都市では公募で愛称を募り、2012年より「高齢サポート」と呼んでいます。他市では、忍者で有名な三重伊賀市で「にんにんサポート」。東京江戸川区の「熟年相談室」という愛称もあります。覚えやすく、親しみをもってもらえるように考えられています。

Q さて市内61カ所にある高齢サポートは日常生活圏域に設置されていますが、範囲の基準とされるものは、なにでしょうか？

（答え：中学校区）

地域包括支援センターでは3つの分野の専門職員が連携して利用者の支援を行います。主任ケアマネジャー、社会福祉士、保健師（又は経験のある看護師）です。

Q 経験のある看護師、この経験とは何だと思えますか？

（答え：ケアマネ資格取得のこと）



日ノ岡高齢サポートの仕事内容について話をすすめます。

### 仕事その1 総合相談支援

Q 高齢者相談窓口であってはならないことは？（答え：たらい回しの弊害）

#### 仕事その1-2 単身高齢者の全戸訪問事業

ひとり暮らし高齢者宅2,500世帯に手紙を送り、毎月訪問は150件。

#### 仕事その1-3 見守り活動促進事業

発災時のため順位付けされた救出リストがあり、すこやか学級ほか訪問寸劇で注意喚起します。またひとり暮らしの高齢者や障がいのある方で、日常的な見守りを希望される方の名簿を作成し、地域の関係機関と共有することで日常的な見守り活動につなげています。

### 仕事その2 権利擁護業務

契約能力が乏しい方に対して成年後見制度を紹介したり、虐待の早期発見、消費者被害防止の啓発活動も。これも訪問寸劇で注意喚起します。

### 仕事その3 介護予防事業

介護予防の啓発がとても重要です。

Q 要支援になる人の原因の第1位は何だと思われませんか？

（答え：廃用症候群）

介護予防活動の実行ボランティアの裏方、例えば会場手配・告知・補助金申請支援等も高齢サポートの仕事です。日ノ岡では京都サンガのコーチが高齢者向け運動指導を



行ったり、体力測定会、サロン活動で演奏会・体操の催し、集団検診会場での告知啓蒙、元気倶楽部、公園体操など活発な地域イベントが開催され、それに協力しています。「のぼり旗が体操の場」には40人以上の人たちが集まっています。

#### 仕事その4 包括的・継続的ケアマネジメント

ケアマネジャー同士の事例検討会や地域の事業所の交流会、意見交換会を開催しています。時には配食の弁当を食べながら、運営基準以外の事例も話し合う「ランチミーティング」も。

#### 仕事その5 その他地域包括ケアシステム構築のため必要とされる事業

当センターでの実践例は次の通りです。

- ・地域の他事業所と協働して「認知症サポーター講座」を開催。
- ・「通帳がない」「印鑑がない」・・・。窓口高齢客への対応に窮している銀行へ出向き「認知症講座」を開催。
- ・介護保険外のサービス事業所を多数動員しての「生活まるごとお役立ち展」の開催。
- ・「かぎ預かり事業」で速やかな救出が可能となり、見守り意識が地域に広がっています。

#### 仕事その5-2 地域ケア会議

高齢サポート主催の「地域ケア会議」については、プロジェクターに映る写真を見ながらの分かりやすい説明でした。コロナ禍前のため、大勢の参加者がありました。地域の事業所が集まった課題検討会議、地域密着型事業所合同の運営推進会議、地域の事業所同士の交流会、学区や日常生活圏域の方たちの意見交換会が活発に行われていることが伺えました。

#### 最後に

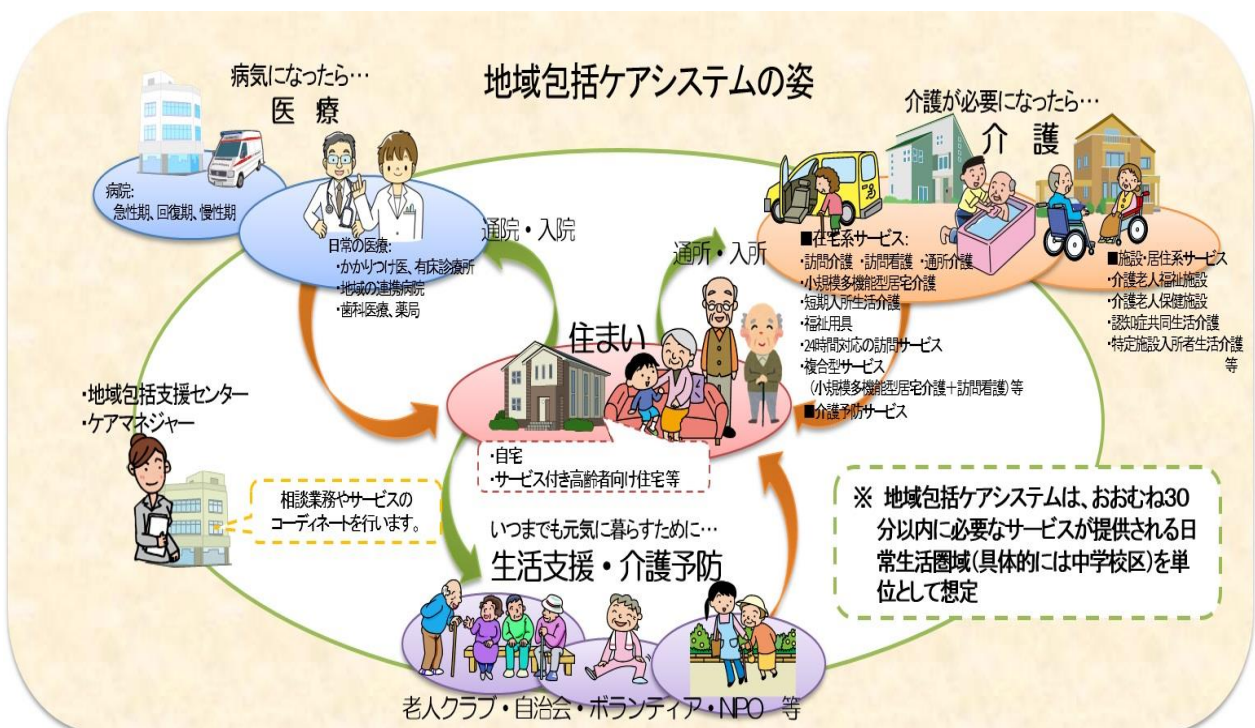
京都市の基本的な考え方が紹介されました。

#### Q 住み慣れた地域での生活とは？

(答え: 自宅で一人暮らすことが出来なくなったら、近くの廿高住等に頼り住み、ときおり風を通しに家に戻ったりできるような生活)

個人的な感想は、私は自宅で最期まで友だちやヘルパーさん達の出入りがある生活が理想です。

講師のお話の後、グループに分かれて研修会の感想や、それぞれが感じている地域包括支援センターについての疑問や意見を話し合い、発表しました。(小中敬三 記)



## 地域包括支援センター実態調査活動報告 No.2

### —第3回プロジェクト会議(11/20)で調査票案を提示しました！—

この1カ月間、コアメンバーによる検討会で、調査の視点を明確にし、調査項目の選定作業を行うなどをして、ようやく37項目に及び調査票案を作成することができました。この案を先月11月20日に開催した第3回プロジェクト会議において参加者にお示しすることができました。まだまだ不十分な内容のため皆様にご意見を求めているところです。当プロジェクトの最初の方針通り、一つひとつ段階を踏み、会員の参加を求める手法で進めています。最終の調査票や調査方法については12月18日の第4回会議で決めたいと考えています。

#### ◆調査内容の概要

地域包括支援センター事業所について

- ①基本的な情報
- ②職員の人数や配置状況、離退職者などの組織運営
- ③施設環境
- ④業務内容や業務量の状況
- ⑤地域包括ケアシステム構築の進捗状況
- ⑥情報発信や広報
- ⑦コロナ禍における活動
- ⑧事業所の課題

などと全般に及んでいます。中でも②④⑤については少し詳しく質問をすることにしています。

#### ◆調査実施に向けて

第3回プロジェクト会議参加者の方には、来年2月から始まる調査に備えて早々と、訪問先や同行者等についての意向をお尋ねし回答していただきました。現在調査員は20余名です。調査員は多い方がよいので希望される方はどしどし申し込んでください。まだまだ間に合います。

当日同時開催した研修会では、日ノ岡地域包括支援センター長の堀田晃平さんから「地域包括支援センターと地域連携の実際」と題して、地域活動と連携の具体的な事例をお聞きしました。長い経験と実践豊富なベテランセンター長のお話は、地域包括支援センターの業務のよ

うすがよく分かり大変参考になりました。今後は実際に聞き取り訪問することでセンターの現状や課題が見えてくることと思います。

#### ◆調査活動へのエールも

嬉しい報告があります。研修会当日、参加者のお一人が当会に加入されました。調査にも参加すると約束していただきました。私たちの活動に一人でも多くの市民の方が賛同してくださって心丈夫なことです。

この調査を準備する時点で、ある大手コンサルタントの研修員（東京在住）から「地域包括支援センターの機能や役割が拡大する中で、地域といかに連携していくかは大きなテーマとなっている。貴会のような活動があることはとても心強いこと」と励ましのエールをいただいたことを皆様にお伝えします。

(中川慶子 記)

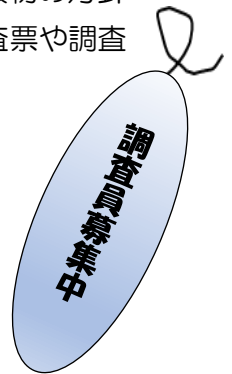
#### 第4回プロジェクト会議予定

日時：12月18日（土）13:30～

場所：ひと・まち交流館 京都

2階第1会議室

調査に興味関心のある方は、自由にご参加ください。お待ちしております！



## 第6回 シンポジウム 報 告



### “だまってたらあかん！ 第6回シンポジウム” 今こそ 介護者（ケアラー）支援を考える

日 時：10月16日（土）13：30～15：30

方 法：オンライン（Zoom） サテライト会場：かかわる会事務所他

問題提起・コーディネーター：新井康友さん（佛教大学社会福祉学部准教授）

パネリスト：鈴木森夫さん（認知症の人と家族の会代表理事）

津止正敏さん（男性介護者と支援者の全国ネットワーク事務局長）

斎藤真緒さん（ヤングケアラー研究者・立命館大学教授）

参 加 者：130名（オンライン会場+サテライト会場）

主 催：よりよい介護をつくる市民ネットワーク（当会含む5つの市民活動団体）

「よりよい介護をつくる市民ネットワーク」が、だまってたらあかと始めたシンポジウムも今回で6回目を迎えました。例年はひとまち交流館の大会議室で開催していましたが、コロナ禍の今年は初めてZoomによるオンライン開催となりました。以下、プログラムに沿って登壇者それぞれの論旨を紹介します。

#### ▼問題提起 新井康友さん

介護保険制度の理念である「介護の社会化」に逆行するように、介護の「再家族化」が進められている。介護保険制度は「自立」が目的ではなく、「自立した日常生活」の保障が目的のはず。すでに同居孤独死が増加している現状を考えると、早急に公的介護保障の視点からの、家族介護者（ケアラー）支援制度を構築する必要がある。

#### ▼介護現場からの声 萩本良子さん（京都ヘルパー連絡会）

同居家族がいることによって介護サービスに大きな制限がかけられるようになり、家族のしんどさは増している。例えば自宅勤務で要介護の両親をみている人がいるが、介護以外に手が回らず、日々の生活の荒れて行く様子が見えて心が痛む。生活支援や見守りが評価されず、ヘルパー自身もやりがい奪われて、低賃金、高齢化の中で疲弊している。

#### ▼パネリスト① 鈴木森夫さん

「認知症になっても安心して暮らせる社会の実現」をめざした運動と、ピアサポート※活動を続けてきた。今も介護の7割近くは家族に支えられており、介護家族の心身の負担は大きい。介護保険は、利用者負担増や利用制限など介護者支援に逆行する「改正」が続いている。介護者を権利主体とする「介護者支援法」「介護者基本法」の制定が急務。

#### ▼パネリスト② 津止正敏さん

「ヤングケアラー」が注目され、これまで介護保険制度が積み残してきた「家族介護者支援」というテーマが顕在化してきた。介護者も固有の介護問題の担い手として支援されるべき「もう一人の当事者」に他ならない。「介護のある暮らし」を社会の標準にするような、介護が真っ当に認知され肯定される社会をめざすべきだと考える。

#### ▼パネリスト③ 斎藤真緒さん

「子ども・若者ケアラー」は、人生の土台の形成期にケアを引き受けることにより生活全般に大きな影響を受け、社会的不利は連鎖・累積する。ケアラーの支援は当事者を中心に据えること、「救済」ではなく、健康で文化的な生活を営む「権利」として捉えることが大切。問題解決のベクトルを「個人・家族」から「社会」に転換してケアフルな社会を。

終了後のアンケートの結果は概ね好評で、ケアラー支援の必要性がよくわかったとする声が多くあがっていました。

（正木隆之 記）

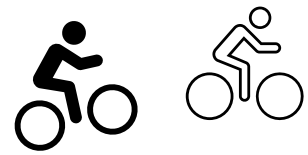
#### ※ピアサポートとは？

当事者や家族など共通の課題を持つもの同士が、自分の体験や思いを語り合い、そこから新しい気づきや安心・課題解決に向かう力をもらう活動

## 第115回 研 修 会 案 内

### ちゃりんこ日本縦断 ～アクティブシニアの小さな冒険～

日 時：1月14日（金）13：30～16：00  
 会 場：ひと・まち交流館 京都 第5会議室  
 講 師：正木隆之さん（会員）  
 参加費：会員300円 一般500円



テーマ：新春にふさわしい、楽しい体験話「ちゃりんこ日本縦断 ～アクティブシニアの小さな冒険～」

リタイアされた後、自分の脚で、日本中を自転車で走りめぐられたお話です。

どんな自転車で、一日何キロの走行で、何を積んで、どこで泊まれたのか、エピソードいっぱい。。。わくわく感いっぱい！ 正木さんから元気をもらいましょう。

講演の後は、新春恒例「会員交流会」を予定しています。

◆ 多数の皆様のご参加を心からお待ちしています！ ◆

第116回研修会案内 2月19日（土）13：30～16：30 詳細は未定



## ～ 介護保険ホット News ～

### 介護職員、収入3%（月額9,000円）アップ、来年2月から

政府は11月19日の臨時閣議で、財政支出が過去最大の55.7兆円となる経済対策を決めた。「コロナ克服・新時代開拓のための経済対策」と名付けられた文書のP.46には「看護、介護、保育、幼児教育など、新型コロナウイルス感染症への対応と少子高齢化への対応が重なる最前線において働く方々の収入の引上げを含め、全ての職員を対象に公的価格の在り方を抜本的に見直す」、「保育士等・幼稚園教諭、介護・障害福祉職員を対象に、賃上げ効果が継続される取組を行うことを前提として、収入を3%程度（月額9,000円）引き上げるための措置を、来年2月から前倒しで実施する」とあり、翌日のテレビ・新聞等で話題となった。このことに必要な費用は3,000億円と見込まれている。

また11月9日には全世代型社会保障構築会議の下に公的価格評価検討委員会が設置され「公的価格の抜本的な見直し」の検討が始まっている。この公的価格評価検討委員会に、11月19日、NPO法人など地域に根差した介護保険

の指定事業者が要望書を提出。そこに掲げられている要望は次の4点である。

1. 介護職員の賃金は、全産業平均と同等にすること
2. 全ての介護事業従事者を対象とすること
3. 全ての福祉従事者を対象とすること
4. 財源は介護保険報酬ではなく、一般財源とすること

介護職員の処遇の抜本的改善なしには、人員不足で困難に直面している多くの介護事業所の存続が危ぶまれるという危機感が伺える。

日本介護福祉士会の及川会長は「9000円を『たった』という声もあるが、年間にすれば10万円超。少しでも今よりは良くなるという話で、まずはありがたい」と述べている。配分方法が重要と見ており、近く政府へ要望書を提出すると



いう。私たちも介護職員の処遇をめぐる動きを注視していきたい。要望書の詳細はQRコードからご覧いただけます。

## 新シリーズ「私の介護体験」

介護を受ける、介護をする、そのナマの声を繋ぎます

### 第3回

## 男の介護 4年

会員 小栗大直

私の母は92歳の時、盲腸程度の手術入院1週間で退院時には全く歩けなくなった。それから4年間の在宅介護を経て、最後はまた1週間入院して96歳で大往生。母親と二人暮らしのそんな介護体験から……

#### ①介護は突然やってくる

元気で外出も家事もこなしていた母が、1週間入院しただけで全く立てなくなり、いきなりの要介護4は青天の霹靂。

#### ②リハビリを早く使う

要介護になった時、直ぐリハビリを開始したことで早く回復。2~3ヵ月ほどすると何とか杖い歩き出来るようになった。但し筋力低下や認知機能低下はその後の経年と共に徐々に進行した。

#### ③デイサービスやショートステイを活用

最初は嫌がって「あんなアホな遊びイヤヤ」と抵抗したが、しばらくするとデイサービスで自分の出来ることが増えて結構喜びになり、本人の生き甲斐にもなった。時々の1~2泊ショートステイも、慣れると気分転換になった様子。

#### ④私自身の息抜き

介護中はそんな生活がいつまで続くかは分からずストレスがたまる。デイサービスの数時間ではイライラが溜まる事も。そんな時ショートステイの1日か2日の気分転換でまた優しくなれる。介護者自身が自分の時間を持つこと。特に介護者の会に顔を出し交流することは一番のストレス解消になりました。

### [本の紹介]

#### 『ケアとは何か』

村上靖彦著 (中公新書)



そもそも「ケア」とはどのように成立するものなのか。私たちはケアという言葉を実際に使っているが、本当にケアという言葉を理解しているか。この本を読んでそう突き付けられた。ある難病の患者がほとんど自分の意志を表現することが困難な状況の中、看護師(ケアラー)が必死に理解しようと寄り添う姿が紹介されている。声掛けを繰り返す、ひたすら聴き続けるその行為により、患者(当事者)とのコミュニケーションが初めて成立する。家族でも察知できないような微かなサインをケアラーは感じ取っている。またその看護師は「看護師とは？」と問われ、こう答える、「人です。医療的な事を知っているだけの人だ」と。ケアとはその意味では、人格と人格との共鳴の場ともいえる。この本では医療、介護、さらに子ども食堂の現場に至るまで、

様々な事例を紹介している。すべて究極的な状況の中で実践された貴重な事例だ。すべてのケアラーにとって必読の書と思う。是非とも一読を！ (吉川正義 記)

### こんな本、あんな本一言紹介

『認知症世界の歩き方 認知症のある人の頭の中をのぞいてみたら』 寛裕介著 ライツ社  
 認知症のある方が経験することを「旅のスケッチ」「旅行記」の形式で分かりやすく紹介  
 『私にとっての介護 生きることの一部として』 岩波書店編集部編 岩波書店  
 各界の40人が、自らの体験・見聞をひまえて介護やケアについて語ります

## 会員リレーえっせい 55

### 高橋 弘江

(株式会社銭形 訪問介護銭形管理者)



## 介護職としての思い

今回のえっせいを考えるにあたり、過去に自分の書いた文章を振り返りました。

### 10年前

誰も「この人と一緒にいるとほっとする」という経験があるでしょう。それは相手との関係において、そこに自分の居場所があり、相手に認められることによって自分の存在意義ができるからではないでしょうか？利用者様にもそのような「ほっとしていただける」介護職でありたいと思っております（銭形通信 Vol.15 より）。

### 5年前

ここで一つ「怖」い話を紹介します。私達には誰でも自尊心＝「自分という存在を精いっぱい輝かせたい！」というエネルギーが備わっています。ところが、この自尊心はとても傷つきやすいもの。悲しい気持ちで過ごす事が多いと「自分はいらぬ存在なんじゃないか」と考え、この自尊心に布をかぶせて自分を隠すようになります。「心」に「布」と書いて「怖」という字になるのは自尊心が隠れると自分を失うこととなり人生が怖いものになるという事も表してい

ます。

私たち介護職も“自尊心に配慮し・・・”というくだりを何気なくよく使っていますが、この配慮が足りないとその人自身の否定につながりかねないということは、常に肝に銘じておかなければと思います。自分にも相手にも「心」に「布」をかぶせてしまうことのないように、日々“あなたに出会えてよかった”とと思っていただける仕事をしていきたいと考えています（銭形通信 Vol.29 より）。

### そして今

介護の仕事に携わって14年。出会いと別れを繰り返しながら自分も少しばかり成長したのか、介護の仕事のやりがい、楽しさを伝えていく世代になったと感じています。

古き良きものは残しつつ、新しく便利なものは取り入れながら、好奇心とチャレンジ精神を忘れず、これからもすべての出会いを大切に、老化ではなく進化していきたいと思っております。

### 編集後記

私がスーパーに買い物に行くのは、「トスト」か「どらやき」を手に入れるためだ。

スーパーは夜も8時を過ぎると惣菜コーナーで店員さんがシールを貼り始める。半額シールに弱く、晩ご飯を食べたばかりなのにちらし寿司を買ってしまう。演技の上手な松たか子が宣伝している『やまざきロイヤルブレッド』。5枚切だと2枚食べてしまうから、4枚切にこだわっている。品切れのことも度々あり、スーパーを3軒はしごすることもある。

母親がいつもお供えしていたのは『菫丸どらやき』。今は私が欠かさずお供えしている。大栗入りでも同じ値段なので、なぜだか得した気分になる。レジは完全に機械化され、そのため現金払いであっても自ら画面にタッチせられる。なんだか、自分だけが昭和96年生きている感じになる。

2か月に一度の会報。やわらかい内容の記事が望まれています。読者のみなさまからの投稿を熱望します。表紙にFacebookやメールの宛先がごさいます。

(K・K)

新入会員紹介 11月入会

元廣敦子さん