

安心できる介護・納得できる介護保険・信頼できる制度の実現

**NP0 法人 きょうと介護保険に会にかかわる会**

発行人 梶 宏

事務所 〒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

<https://npokaigo.or.jp/>**介護保険史上最悪の改定を危惧**

理事長 梶 宏

来年3月からの介護保険改定の審議が進められている。これについて上野千鶴子さんから檄が飛ばされた。ネット上の会議で、これは「史上最悪」の改定になりそうだというので、当会会員でもある山井和則さんに場所をとってもらい、院内集会をもつことも決めたという。

「標準的に現在1割負担を2割負担に上げる」「要介護1と要介護2は総合事業にもっていく」「ケアプラン費用を利用者負担に」「福祉用具（低料金のもの）貸与を買い取りに」などである。防衛費を現在のGDP1割程度からゆくゆく2割に増やすという方針とは裏腹である。確かに国の予算で福祉費の占める率が増えてきたこと

は財務省として頭の痛いことではあろう。老人医療に問題があったことも事実だ。認知症700万人とか言われてもいる。

団塊世代が後期高齢者に入ってくる2025年問題とかが、この世代（上野さんも今号に寄稿頂いた蒲田さんも折坂さんも）の自治意識と自律性に期待を寄せて、この国の形を真剣に共に考え合うという姿勢は政府にないのだろうか。

強い集団に忖度して憲法違反と言っている国葬とかを簡単に決めてしまう政治家は信用できない。自らのケアプランさらにはライフプランを描く新世代が現れんことを。

**「史上最悪の介護保険制度改定を許さない！会」に参加しました。**

ウィメンズ アクション ネットワーク（WAN）代表で社会学者の上野千鶴子さんをはじめとするメンバーで、介護保険の改定に対する反対行動を行う運動体が立ち上がりました。その呼びかけに応じて、9月8日（木）にオンラインで開催された第1回の会議に梶宏理事長が参加しました。今後の予定としては、オンライン講座を3回開催してから国会議員に協力を求めて、11月18日院内集会をすることが決まりました。

東京に出かけるのは難しいかもしれませんが、京都では当会が中心となってオンライン講座の情報共有や協同行動を行いたいと思います。財務省からの改悪圧力が強いので、その最新の動きを知るだけでも意義はあると思います。

オンライン講座の開催予定は以下の通り。

1) 10月5日（水）19:00～21:00

「史上最悪の介護保険改定が起きる！総論」と「利用者の原則2割負担とケアプラン有料化」を中心に

2) 10月19日（水）「要介護1・2の総合事業移行、福祉用具の買い取り」を中心に

3) 11月3日（木・祝）「施設系 費用負担増（室料、食費）」「4：1問題」（萩原三義 記）

**目次**

介護保険史上最悪の改定を危惧	1
「認知症、もしもの時に備えて」～本人として、家族として～	2～3
介護施設ではないサービス付き高齢者向け住宅でコロナとどう向き合ったのか	4～5
特別寄稿／介護保険ホット News	6
シリーズ「私の介護体験」介護離職し「介護退職ゼロ作戦」に参加	7
11月研修会案内／10月だまっていたらあかん！第7回シンポジウム案内	7
会員リレーえっせい／新入会員紹介／会員募集／編集後記	8

第121回
研修会
報告

「認知症、もしもの時に備えて」
～本人として、家族として～

日時：9月23日（土）13:30～16:00
会場：ひと・まち交流館 京都 3階第5会議室
講師：高見国生さん
（認知症の人と家族の会 前代表理事）
参加者：30名



冒頭、「3年後には65歳以上の5人に1人が認知症に！ 私は認知症にならないと言いきれますか？ わたしだけ大丈夫という保証はありません。この会場にいる方々はほとんどが予備軍です」という言葉で緊張がほぐれ、すっと頭が軽くなりました。

高見さんは、介護保険制度が創設される20年前（1980年）に「呆け老人をかかえる家族の会」を結成、約8年間認知症のお母さんの介護をしてこられました。当時は認知症という言葉はなく痴呆症と言われており、行政も社会も医療もこの病気に対して理解が無いなか、家族の力だけで介護をすることが当たり前でした。家族の会結成から37年間（2006年に「認知症の人と家族の会」に名称変更）、代表として同じ悩みを抱える家族の人達と一緒にあって声を上げ、行動を起こすことで認知症への理解を社会に広められました。本日は、こうした経験の中から認知症になった時の心構えについてお話をしていただきました。

1. まず最初に

「“ぼけ” だけにはなりたくないと思いませんか」のお話

「認知症は、なりたくない病気の一つである」と思われています。認知症になりたくないと思う人達には二つの理由があるようです。

1つめは、「ぼけ」たら人間おしまい、あんなになってまで生きていたくない。

2つめは、「ぼけ」たら家族に迷惑をかける。



果たしてそうでしょうか？

1900年代まで認知症（痴呆性老人）の人は自分のことは何も話さず、何もできないと思われていました。

1992年 家族の会が「ぼけても心は生きている」と社会に呼び掛けました。会員の介護の経験から、本人には「やさしい気持ち」や「人を思いやる気持ち」がこれまでと変わりなくあることがわかってきたからです。

2004年 国際アルツハイマー会議の壇上で、初めて福岡県の男性が「くやしい、働きたい、妻に恩返しをしたい」と自分の思いを語りました。

2017年 宮城県の男性が国際会議のなかで「認知症を悔やむのでなく、ともに生きる道を選択したい」と訴えました。

2022年 京都の男性は、自身が出版した本の中で、「認知症になっても好きなことに挑戦しながら、明るく楽しい人生を続けている」様子をみんなに教えてくれました

認知症になっても人生終わりではなく、自分や家族が認知症を正しく理解することで新しい人生が始まります。

2. 次に

認知症は、本人支援と家族支援が必要だということ

1980年に家族の会が結成され、当初は認知症の当事者よりもその家族を助けることを目的とされてきました。本人は何もわからない、それよりも家族が大変とされていた時代でした。いまは、認知症になっても記憶や判断力が低下するだけで、その人の本質は変わっていないことが社会に認知され、認知症は家族だけの問題から社会全体で支えていく社会性を持ったものになったといえます。

- ・本人は、認知症とどう向き合って社会で生きていくことができるかを考える。
- ・家族は、認知症である本人を支えてどう社会と関わって生きていくのかを考える。
- ・地域や社会は本人と家族の理解者となって関わっていく。

ここであらためて「認知症」とはどんな状態

- ・赤ん坊に戻る？ そうではないですね。
- ・赤ん坊と認知症老人の違いは？「見た目が可愛くない」「年寄り文句を言う」
- ・自分の世界に住んでいる（認知症の人は年齢を若く言う）。

母親に「どちら様？」と言われたら、母親の頭の中は何十年か若返っていて、同じように自分の子供も若い時の記憶になっているために、目の前にいる人は誰かわからなくなっている。しかし、気持ちは年齢と関係なく変わらないため、やさしさや気遣いはそのまま維持されている。

3. 最後に

家族の誰かが、あるいはあなたが認知症と診断されたら

- ・家族は周囲の人に隠さず理解を得る、制度を利用し社会みんなで支えあう状況を作る。
- ・あなた自身が認知症になったら、何とかなると思い覚悟を決め、周囲に手助けを求める勇気を持ち、仲間とともに励ましあう。



4. そして、声を上げること

周囲の支え合いや励ましだけでは解決できないことがあります。高齢になっていくことへの不安について、どうしたらいいのかわからない人もいるでしょう。しかし何もしなければ制度はもっと悪くなります。介護の社会化の必要性を知り、活動しなければ社会は良くなりません。

介護保険制度ができるまで介護の社会化を求めて活動したたくさんの先輩、家族がいた事を忘れてはいけません。現在の家族は次の家族を苦しめることがないよう、先輩家族が作った介護保険制度が後退することがないように声をあげる責任があります。

【参加者からの質問】

Q 物忘れが進んできたらどうしたらよいかとても不安になる。

A 一人で思い悩むことはない。今のうちから自分のまわりに理解者（協力者）を作ることで、安心して生活ができる。同時に社会の制度を活用することも大切である。地域包括支援センターに相談に行くことやオレンジカフェなどで同じ悩みを持つ人と交流することも考えられる。

【グループセッションでの参加者の感想】

- ・昔、「ぼけ」は神様からの贈り物と言われたがそうではないことが分かった。認知症になっても思いは本人の中に残っている。
- ・認知症になっても向き合っていく気持ちを持つことが必要。
- ・本人はどうしたらよいか・・・本人は安心して呆ける覚悟を持つ・・・あとは地域が支えてくれる。
- ・世の中が変わってきていて、みんなが他人事でなくなっている。
- ・認知症は状況把握や判断が不正確になる病気だが、人生の先輩として教えてもらうことが多い。

(栗山博臣 記)

投稿

介護施設ではないサービス付き高齢者向け住宅で コロナとどう向き合ったのか

社会福祉法人 暮らしのハーモニー
ハーモニー東風館 館長 宮本崇義

新型コロナが流行し始めて足かけ3年。高齢者に関わる職場は戦々恐々の連続です。

高齢者施設でクラスター発生のニュースのたびに、「うちは大丈夫??」との思いがよぎります。多くの施設では外出の禁止や面会・来訪の制限に力を入れました。東風館もそうすべきではないかという意見もありました。しかし、東風館では何が出来るのかを考えた時に、「禁止や制限には力点を置かず、基本的な感染対策の徹底で対応」という選択になりました。

判断の基準は「東風館は賃貸住宅であり、入居者の生活は外に出かけたり、ご家族など周りの人に支えられる事で成り立っている」ということでした。東風館の入居者の生活は、買物に出かけたり散歩に行ったり、受診に行ったり、デイに行ったり、ヘルパーや訪問看護・訪問リハビリに来てもらったり、家族に助けってもらったりで成り立っています。またセブンイレブンや移動スーパー「とくし丸」、天使のパンなどの出張販売を利用している方も多く、京都生協の個人宅配で食材や日用品をそろえている人もいます。出入りを制限すると職員がその代わりを出来るのかという問題もあります。サ高住は介



セブンイレブンの出張販売

護施設に比べると職員数が少ないので手助けすることは出来ても「すべてお任せ下さい」というのは無理があります。

また、感染を恐れるあまりこもりきりになって生活が縮んでいくと、体力面でも認知面でも低下が進んでいきます。そのことに危機意識を持つ入居者も多く、11時から1時間弱ほぼ毎日開催していた「らくらく体操」の参加者が増えました。これにはうれしい反面、“人が集まり”“密になりやすい”場面が増えることになり、悩ましいことです。とった対策としては「奇数日は1階居住者中心、偶数日は2階居住者中心」にして、参加者の母数を減らすという

ことでした。また、減らすだけでなく筋力アップに力を入れた「貯筋体操」を午後で開催するなど、バリエーションを増やしました。もちろん「人が集まる場面でのマスク着用、検温を中心とした体調確認を毎朝と体操などで集まるたびに実施、手指消毒、人の手が触れる場所の消毒、こまめな換気、食事場面での対面を避けるため席を間引きエチケットパネルを設置」



移動スーパーとくし丸の出張販売

し、来訪者の体調確認と検温も実施しました。

その結果、感染ゼロを続けてきましたが、残念ながら第7波になってからは、感染者が発生しました。8月～9月にかけて4名の入居者が感染しましたが、それぞれ比較的軽症で済み、入院ではなく自宅療養となりました。医療関係者も常駐しておらず、感染弱者が集まるサ高住での療養は感染リスクが高いので入院を要望しましたが、受け入れてはもらえませんでした。

部屋ごとの賃貸契約、備品も個人のものなので、病院や介護施設のように「感染者や濃厚接触者がある区画に集めて」レッドゾーンとするという対応は出来ません。しかし、感染者や濃厚接触者との接触は最小限にする必要があります。

幸い東風館はすべての居室にトイレも洗面も風呂もあるので、感染者と濃厚接触者の方には申し訳ないのですが居室内で過ごしていただき、

食事は使い捨て容器で提供し、隔離期間（体調観察期間）を過ごしていただくことになりました。当然、対応する職員も絞る必要があります。職員数の少ないサ高住では困難な課題です。そこで威力を発揮したのが、2021年12月に同一建物内に移転してきた訪問事業部職員の動きです。感染者の居室内対応を訪問事業部の定期巡回担当職員1名に限定し、居室外のサポートを他の職員がする連携でクラスターを発生させることなく収束させることが出来ました。

東風館は現在、比較のお元気で、介護的にも認知面でも軽い入居者が多いので、今回はこれで済みましたが、居室内だけがレッドゾーンで、いわゆるイエローゾーンを設けることが出来ない構造なので、マスクをしてくれない人や居室内にとどまっていることが出来ない人が多数いたら、もっと別の対策が必要になるのではと考えてしまいます。



月1回、イスに座ってリラックスラジオ体操

原稿募集中

会報は会員や読者の方の交流の場でもあります

シリーズ「私の介護体験」（500字）や、特別寄稿等、原稿をお待ちしています。

原稿やご相談は npokakawarukai@helen.ocn.ne.jp までご連絡ください。



特別寄稿 “元気じいさん・ばあさん通り”に変貌？

蒲田尚史（さわやか福祉財団）

平成8年、京都での単身生活を最後に卒サラ。爾来、さわやか福祉財団で四半世紀以上、職員・ボランティアとして活動してきた。

京都繋がりで駆け出しの頃から、梶様ご夫妻とは懇意にして頂いている。20年以上、介護保険に関わり、市民団体としてハイレベルな活動を展開されている貴会会報への寄稿のチャンスを頂いたが、「どんなテーマなら、自分に書けるのか」迷った挙句、出た結論が、今春、後期高齢者の仲間入りをした老生の所感を述べさせて頂くこと。

さて、老生が今、体感し、気になるのが「フレイル＝加齢に伴う心身の活力・生活機能の低

下」。これに関連して某大学の先生の講演録が目にとまった。先生によると「加齢によって体内組織のなかに増え留まっている老化細胞を選択的に取り除けば加齢関連疾患の発症を抑えることができる希望がでてきた。この加齢疾患への医療介入が更に進んでくると、現在は介護の対象であるフレイルにも医療介入が進み、それを改善・予防、あるいは発現を遅らせることが可能になるかも」とのこと。

老生がいた頃、若者が屯していた四条河原町近くの”親不孝通り”が近い将来、”元気じいさん・ばあさん通り”に変貌するかもしれませんね。

～ 介護保険ホット News ～

京都市が開催する「地域ケア会議」（京都市高齢者施策推進協議会）

京都市高齢者施策推進協議会の今年度第1回協議会（6/29 オンライン開催）の会議録と資料が9月に入って漸く公開されたので、今回はその中からホット News をお知らせします。

この会議は京都市が開催する「地域ケア会議」でもあります。個別課題→地域課題→地域づくり→政策形成へと積み上げていく「地域ケア会議」の頂点の会議で何が話し合われているかに注目しました。

報告事項

- ① 2年目に入っている「第8期京都市民長寿すこやかプラン」の取組状況
- ② 地域包括支援センターの事業評価

協議事項

- ③ すこやかアンケート及び介護サービス事業者に対するアンケート調査の実施
- ④ 総合事業における訪問型サービスD（移動支援）
- ⑤ 今年度の介護予防・生活支援サービス事業の報酬改定案

③のアンケートは次の第9期（2024～2026年度）すこやかプラン立案のための基礎資料として、
 ●65歳以上高齢者 14,700人 ●40歳～64歳市民 1,200人 ●在宅介護実態調査 2,000人
 に対するアンケート調査です。委員からも「答えやすい工夫を」とか、「市部と中山間地域では異なる課題があるので一括りにせず地域別の数字が欲しい」などの意見・質問等が出ていました。

これだけの数のアンケート調査になれば、ひょっとして皆さんにも来るかもしれません！当たればぜひあなたの思いを率直に記入してください。

なお⑤の報酬改定、期待して中身をみましたが基本報酬は変更なし。介護職員処遇改善加算を介護保険に準じて総合事業にも反映するという内容でした。残念！

（小栗大直 記）



会議資料

介護を受ける、介護をする、そのナマの声を繁ぎます

シリーズ「私の介護体験」

第8回

介護離職し

「介護退職ゼロ作戦」に参加

会員 田村権一

2004年6月に京都在住の母が亡くなり、父はひとり暮らしをしていましたが7カ月目ぐらいに体調を崩して入院。しかし2、3カ月で退院するよう言われました。やせ細って体重は40kg弱、起こしてもベッドに座ることすらできず、足がぶるぶる震えて立てない状態でした。また専門医には脳血管性の認知症を発症していて、重度の部類だとも告げられました。

一体どうすればよいか。私は東京で会社勤めをしていましたが会社の介護休職制度を利用することにしました。2005年4月、55歳で京都に帰って全く無知からの在宅介護の始まりでした。父は要介護4に認定され、訪問ヘルパー、訪問看護、訪問リハビリを利用。3カ月ぐらい経つと回復し、手引きで歩いたり、ついには杖について歩けるぐらいまでになりました。

介護休職は1年の期限ですので、父が日常生活ができるようになれば当然復職するつもりでした。在宅は困難なので介護施設をいろいろ探してみましたが見つかりません。特養にも老健にも断られ続けて復職のめどがつかず、結局、介護離職を選択しました。

それからは夫婦で介護に専念。介護保険制度も学びながら、「男性介護者と支援者の全国ネットワーク（男性介護ネット）」のテーマである「仕事と介護」そして「介護退職ゼロ作戦」に参加して現在に至っています。

私は介護休職そして介護離職となりましたが、他にもっと選択肢があったであろうと思っています。被介護者も大事ですが、介護者も大事だと訴えたいです。

2011年2月父が亡くなり、私たちの「6年間の介護」が終わりました。

これからの地域包括支援センターの在り方を考える

～京都市地域包括支援センター実態調査の報告を受けて～

第122回 研修会 案内

日時：11月19日（土）13：30～16：30

会場：ひと・まち交流館 京都 2階第1・2会議室

講師：浜岡政好さん 佛敎大学名誉教授

京都市高齢者施策推進協議会前会長

参加費：会員 300円 一般 500円



だまっていたらあかん！ 第1回シンポジウム

安心して暮らせる町 京都って？

～介護保険、総合事業をふりかえって～

この制度ができて5年が経ちました。果たしてその成果は？実態は？

1. 基調講演：日下部雅樹さん 2. 総合事業の調査報告 3. パネルディスカッション

日時：10月22日（土）13：30～16：00

会場：ひと・まち交流館 京都 2階大会議室

主催：よりよい介護をつくる市民ネットワーク（当会を含む5団体）

参加費：300円

当会宛にメールかFAX(P1参照)で10月18日までにお申込み下さい



会員リレーえっせい ⑥0

折坂 義雄
(ともいき行政書士事務所)

私の余生

伊庭貞剛は愛媛県の別子銅山にイギリス式の採掘法を導入し、明治以後の住友家発展の礎を築いた。鉱害対策にも積極的に取り組んだ。これだけの実績を上げながら彼は「事業の進歩発達に害するものは、青年の過失ではなく老人の**ばつこ**跋扈である」と、58歳で住友家総領事の職を辞して、郷里の滋賀県で余生を過ごした。

この言葉に出会ってから現役を引退する時期を意識するようになった。年度末が近づくと「来年度は来なくて良いです」と言われそうで内心ビクビクしていたが、定年までなんとか持ちこたえる事ができた。

退職した年の9月から行政書士事務所を開いた。稼がない仕事として高齢者を主な対象として相続、介護保険、成年後見、医療保険など高齢期に必要な制度について、行政窓口との架け橋を目指した。市社協へ相談に行くと「ミニ講演のようなことから始めてはどうか」という助言を頂き4つの区社協に紹介してもらえた。さらに先輩のご縁で柳池学区も加わった。振り返ると、みなさん地域包括支援センターとのつながりを持っている人たちだと気づいた。そこで古巣の佛教大学の田中学長に「お寺に集まる行事を紹介してもらえないか」と相談したところ「佛教大学四条センターで講座を持ってはどうか」ということになった。



それから4年続いてきたが、そろそろ限界を感じ始めた。どの科目も毎年のように制度が変わるので、データ更新が負担になる。講義の途中でキーワードを忘れそうになる。一方で新しい概念は理解できる。これがジレンマになる。一度は今年度限りでやめると担当者へ言ったが、講座の一コマを担当している老年看護の先生に相談したところ「医学的にはまだ大丈夫」と言われて担当者へ前言を撤回させてもらった。担当者は「他に類がない講座」と評価してくれた。

最近、樋口恵子さんのコラム記事で「第二の義務教育」という言葉を見つけた。私の講座の内容と符合するので心を強くしたが、さていつまで頭が付いてくるか。「たゆたえど沈まず」でしばらくはいけるのか。なんとも不安定な余生である。

ハイフレックス講座

終活

人生を自分らしく生きるための6つの知識

各回定員 対面:50名 / オンライン:200名

受講料 正会員:各回 1,000円(税込) / ビジター:各回 2,000円(税込)

コーディネーター:元佛教大学保健医療技術学部教授 折坂 義雄(おりさか よしお)

生老病死は人が避けることのできないものです。しかし先人の知恵は宗教を生み、近代人の知恵は様々な制度を育てることによって生きづらさを減らしてきました。せっかく用意された制度を知らなかったり、利用をためらっているのは役に立ちません。この講座では、仏教の

死生観を基礎にして、お金、介護、高齢者医療、終末期の自己実現に関わる6つの知識をお送りします。高齢期の心身の衰えを補い、暮らしを支える仕組みを上手に遠慮なく使って、最後の時まで最大の時間を自分らしく生きることがこの講座の目標としています。

折坂義雄さんの講座

「奥さんに小遣いをあげてもらおう交渉術」という記事をみつけた。これはタメになると読み始めたが、ポイントの一番が「誠意を持つて必要性を説く」とあって、こらアカンと直感する。「いつもの店が値上げして昼食代が限界なんだ」と頭を下げて、「コンビニ弁当にすれば？案外おいしいわよ」と間髪入れずに返されるだろう。そして「あなたの小遣いは3万円と決まっているのだから、その中で賢くやりくりなさい」と叱られるのがオチだ。

福祉予算も同じだ。いくら必要性を説いても、枠内で工夫しろといわれる。総枠を変えれば政治で、そこでは別の力学が働いている。たとえば5年間で40兆円をめざすという防衛費と福祉予算が、食うか食われるかの闘いをしているのだ。いま「史上最悪の介護保険制度改定」という先制攻撃を受けて、我々の政治力が試されている。

(正)

会員募集!



詳しくは
上記のQR
コードから
どうぞ

新入会員紹介 9月入会

有馬 忠広さん