



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/>

# 介護も医療も主人公は一般市民だ！

理事長 梶 宏

京都市発行の「市民しんぶん」によれば、国民健康保険対象者1人当たりの医療費は、2008年を1とした場合、2023年は1.45だという。医療水準が上がってきて平均寿命を延ばす効果を生み出していることは確かだ。対して保険料の負担は？というところ1.03とそれほど増えてはいない。その理由は、市の一般会計からの繰り入れを行ってきたからだ。2023年度は1人当たり約23,000円だという。政令都市20市の中で国保料は最も低いとある。他都市と比べ収入面で決して多くない京都市としては随分努力してきたものだ。だが、このまま一般会計からの繰り入れを続けていくことで済ませられるだろうか？

介護保険の制度化は、高齢者に対し、それまでは医療保険で応じてきたものを「キュア」から「ケア」にシフトさせた。「ケア」については、「キュア」のように専門家任せではなく、高齢者の自己決定というキーワードが強調されるようになった。この基本的な考えは優れたものだった。

同時にきわめて現実的な問題として、このまま医療中心の高齢者施策を続けていけば、医療保険がパンクするという財政的な理由があったと思う。確かに当時は、高齢者が病院を一杯にしているような状況だった。

しかし、国保の保険料が値上げされる趨勢は止められそうにない。私は、もし何かあったとき「救急車を呼ぶのではなく、かかりつけ医に連絡すること」とし、高齢者が病床を占領することに加担することはできる限り拒否する旨を書面で明らかにしている。だが、私のように「世間の流れ」に逆らう人が多数派になっているとは思えない。

「高齢者と医療の関係」にスポットを当て、「医療経済学」を創設し、その学会の初代会長をつとめた西村周三京大名誉教授は、高齢者患者の意識に対し鋭いメスを入れた。その後ご当人は癌に見舞われ、しばらく沈黙しておられたが、幸い苦しかった抗がん剤治療を乗り越え、当会の総会記念講演を快諾してくださった。

ある大病院に通っている人が12種類の薬を処方され、減らしてもらうよう頼んだところ、「必要だから出している」と叱られたという実話を耳にした。そういうタイプの医師は減ってきたと思うのだが、医療も「患者が主人公」という考えはまだまだ広まってはいない気がする。

介護保険を上手に使える制度にするよう大きな声を出し、医療についても、自分が主人公であることを事実で示す人が増えるよう頑張りたい。

## 目次

|                              |     |
|------------------------------|-----|
| 介護も医療も主人公は一般市民だ！             | 1   |
| 2025年度通常総会を開催しました！           | 2   |
| 理事の退任・就任のご挨拶／懇親会の報告          | 3   |
| 総会記念講演報告「介護にどう向き合うか？」        | 4～5 |
| 4月研修会報告 特養「御陵洛東園」を訪ねて        | 6   |
| シリーズ「私の介護体験」／6月、7月研修会案内      | 7   |
| 会員リレーえっせい／シルバー川柳／新入会員紹介／編集後記 | 8   |

# 2025 年度 通常総会を開催しました！

5 月 24 日(土) 13:30～14:45 @ひと・まち交流館 京都

あいにくの雨模様となった 5 月 24 日でしたが、当日は 31 名（委任 44 名）の会員の皆さんにご出席いただき、無事に通常総会を開催することができました。

総会は定刻どおりに始まり、まず梶理事長の挨拶、続いて会員でもある山井衆議院議員からのお祝いメッセージ（代読）をいただきました。その後、高橋弘江さんを議長に選任し、議事がスタートしました。

## ●第 1 号議案 定款の変更について

理事の定員を現在の 10 名から 12 名に増やす提案です。現在、事務局を加えて 6 つの事業部門がありますが、10 名では負担が大きく兼務も増えていることから、増員を図ることになりました。

ただ、本質的な課題は、理事がほとんどの業務を担っている現在の体制にあると考えています。今後は、会員の皆さんにももっとご協力いただき、運営を一緒に支えていただければと願っています。

## ●第 2 号議案 2024 年度 事業報告

各担当理事から、主な事業の報告を行いました。オンブズマン養成事業では、基礎と専門性を織り交ぜた年間 10 回の研修が開催され、グループ討議が充実していたとの報告がありました。

第三者評価事業では、前年より 4 件増の 18 件を受託。うれしい成果ではあるものの、実働できる調査員・審査員の不足により、やりくりが大変な状況も共有されました。

また、事務局からは、設立 25 周年を節目としてプロジェクトを立ち上げ、今後の方向性を指し示す中期計画案を策定したとの報告がありました。

## ●第 3 号議案 2024 年度 決算

郵送料の値上げなど、想定外の出費がありましたが、第三者評価事業が堅調に推移したおかげで収支は、ほぼ均衡の決算となりました。



## ●第 4・5 号議案 2025 年度 事業計画・予算

2025 年度の計画は、質の向上を意識しつつ、基本的には前年の路線を継承する形となっています。これは、24 年度末に提言された中期計画を踏まえ、段階的に改革を進めていく前提に立ったものです。

予算については、会員数を 100 人、第三者評価事業の受託件数を 18 件と見込んで組んでおり、前年踏襲型となっています。

## ●第 6 号議案 役員改選について

任期満了により、中川副理事長と小中理事が退任され、他の理事・監事は再任されました。新たに理事として推挙されたのは折坂義雄さんと津田洋子さんです。

以上 6 議案は、高橋議長のスムーズな進行のもと、予定通り審議され、すべて異議なく承認されました。

最後に、退任される中川副理事長と小中理事へ、笠原副理事長と吉川理事から花束と記念品が贈られ、会場は温かな拍手に包まれました。

(正木隆之 記)



## 理事の退任・就任のごあいさつ

### 退任のご挨拶 一中川慶子さんー

16年の長きにわたり、皆さまには大変お世話になりました。

私は研修を担当し、いろんな分野で活動されている、研究者、施設長、医療者、現場の皆さま方のご協力をいただきおかげで130回余の研修会を持つことができました。改めて御礼申し上げます。入会当初は存じ上げる方も少なかったのが、今やみんな知り合いのお仲間となり、私の充実した楽しい第三番目の人生となりました。ありがとうございました。

安心できる介護、納得のできる介護保険、信頼できる制度の実現を目指してこれからも頑張ります！



### 退任のご挨拶 一小中敬三さんー

私の所属団体のひとつで発表会・展示会を終えました。内容も充実、150名も迎えて良かったと安堵。ところが後日、会議の振返りで仲間からのメールを知りました。頼んでお手伝いをしてもらった方々にちゃんとお礼を言いましたか？進行役を頼んでおきながら、なぜカンペも用意してないのですか？他も手厳しい内容でした。

退任にあたり、考えたら、理事仲間の方たちにも申し訳ないことばかり。言葉が尽くせていなかったり、心に余裕が持てず他を顧みることができませんでした。ごめんなさい。ありがとうございました。



### 就任のご挨拶 一折坂義雄さんー

メールを紐解くと、かかわる会に入会したのが2022年の9月でした。当初は興味のあるテーマの研修会だけ参加していましたが、参加の頻度が多くなり、様々な分野と経歴の方々に刺激をいただきました。理事へというお声がけをいただいた時は、疾患をはじめ、いくつかのハンディを率直に梶理事長に申し上げて辞退させていただきました。

しかし燃え殻のぬくもりでも何かのお役に立てるかもしれないと考え直しました。コツコツとついていきたいと思っておりますのでよろしくお願いします。



### 就任のご挨拶 一津田洋子さんー

今期から、理事を務めさせていただく事になりました。津田洋子です。

かかわる会とは、退職後すぐに中川慶子理事におさそいいただき、研修会&宴会参加会員で参加しておりました。

理事!!って、何をするのだろうか？不安で一杯です。

その辺で、不審な行動をしている者がおりましたら、「きっと津田」と、お目こぼしてください。よろしくお願いします。



### 懇親会にはぎやかに、楽しく

記念講演会の終了後、会場近くの「御肴 凸銚」にて懇親会を開催しました。講師の西村周三先生もご参加くださって、講演の続きのような熱い議論や笑い声が飛び交う、楽しいひとときとなりました。最後は、新たに理事になられた折坂さんのご挨拶でお開きとなりました。



# 介護に向きあうか？

～介護を自分ごととして考えるために大切な5つのこと～

総 会  
記 念 講 演

日 時：5月24日（土） 15：00～16：30  
会 場：ひと・まち交流館 京都 3階 第5会議室  
講 師：西村 周三さん  
（京都大学・京都先端科学大学 名誉教授）  
参加者： 66 名



総会記念講演には国立社会保障・人口問題研究所の所長をされていた医療経済学者の西村周三先生を迎え、「介護への向き合い方」という私たち誰もがいずれ直面する重要なテーマについてお話し頂きました。

人口や労働力の問題などの社会的背景について統計データを用いて説明された上で、下記の5つの「大切なこと」を中心に話を進められました。

## 【5つの大切なこと】

- ① 老後のケアを具体的にイメージする
- ② お世話される準備をする(受援力)
- ③ 家族との関係を整理する
- ④ 地域とのつながりを持つ
- ⑤ 信頼できる社会をつくる

### ●人口問題

少子化は40年前からすごい勢いで起きていたが、長寿命化のために人口減があまり意識されていなかった。最近になって労働力不足が現実になり、初めて意識されるようになった。少子化から20年遅れて労働力が不足すると言う。

2040年には介護従業者不足が最も深刻になる。団塊ジュニア世代が担ってくれればいいが。

### ●健康寿命のこと

健康寿命の求め方を知ること。アンケートを行い、回答者の主観に基づき算出している（サリバン法※）。参考にはなるが、決して盲信してはいけない。

65才男性の平均余命は19.52年、女性は24.38年となっており、つまり65才の男性は平均でおよそ85才まで、女性はおよそ90才まで生きることになる。私たちは自分の平均余命

を知り、健康寿命も参考にしながら、将来をイメージすることが大事。長生きすることを恐れることはないが、単身になる可能性やいつまで働くかななどを想像して見る必要がある。

※サリバン法…健康状態について質問し、「よい、まあよい、ふつう」の回答を健康とし、「あまりよくない、よくない」の回答を不健康とする。

### ●介護を受ける覚悟をもつこと

高齢化が進み(平均寿命の延び)、前述の健康寿命も年々伸びてはいるが（男性はここ1～2年は少し減少）、統計的に80～90才を迎えると概ね何らかの介護を受けることになる。他人事ではなく、自分の事として「介護を受ける覚悟」をもつことが大事。

### ●容れ物より中身が大事

介護を受けるようになった時に、特に単身になったとして、誰にお世話になるのか。事業所にお世話になるとすれば、どのようなサービスを受けるのか。容れ物（施設、病院等）について知っておくことも大事だが、どのようなサービスを提供しているのかを知ることが大事。介護を受けるとは、何か「特別な」お世話を受けるのではなく、日常出来ていないことを自分以外にしてもらうこと。

### ●介護を受ける訓練をする(受援力)

自分の気持ちを伝えることが日本人は苦手だ。人任せにせず、自分事として決めること。どのような介護をしてほしいのか介護者に伝えることはたいへん重要。何も言わず、どうしたら迷惑をかけないかを考えてしまうのは、かえって迷惑。介護を受ける訓練が求められている。

## ●多くの情報は入手できる

しかし、自分で決めることと、人に聞かないということとは全く違う。どんどん聞けばいい。

今の日本はその気になれば情報はたくさん入手できる。国もたくさんの情報を出しており、特に認知症に関する資料はたいへん優れたものだ。ネットを使う訓練をしよう！

## ●看護師や相談員と相談する

在宅医療や訪問看護に携わっている医師や看護師には素晴らしい方がたくさんいる。そういう方に相談することも大事。医療を受ける場合には特に役に立つ。先生はご自身の入院の経験をもとに、「メディカルワーカー」の重要性について語られた。

在宅医療や外来看護の他に、NPO団体など多くの機関が相談に応じている。おおいに活用したい。

## ●介護はすぐに受けられない

介護は医療と違い、必要な状態になってすぐに受けることはできない。病気になれば病院に行けばいいが、介護が必要になっても、介護認定の手続きを経なければならない。したがって、要介護の状態になる前に、仕組み、制度は知っておいた方がよい。

## ●家族に話をしておく

介護を受ける状態になった時のこと、単身になった時のことを想定し、家族との関係を見直しておくことが重要。老後の資金について不安な場合は、自分の生命保険を子どもから融通してもらうのもいいのでは？資金の事だけではなく、自分の思いを伝えておくこと。

## ●地域とのつながりを持つ

単身世帯は10年後に激増する。単身高齢世帯が日常生活の援助を誰に頼っているかという国際比較調査（藤森克彦「単身世帯と介護」講演録より）によると、日本は「別居家族」が約67.3%で最も多く、「友人、近所の人」は36.9%、「頼れる人なし」が12.9%。一方、米国、ドイツ、スウェーデンでは「友人、近所のひと」が70%～80%で「別居家族」の約60%を上回っている。

単身世帯になった時のことを考えると、近所の人、つまり地域とのつながりが大切になる。介護サービスは事業所から受けるが、在宅での日常の

援助は地域（近所の人や友人）から受けることが必要となる。

## ●信頼できる社会をつくる

少子化や労働力不足の問題は政治的な課題であり、政治を信頼できるものにすることが求められるが、なかなか難しい。しかし、日本人は平均では教育水準が高いのでできるはず。ではどうしてできないのか。理由は意見が違う相手を認めないから。

また介護施設、介護サービスについて知り、しっかりと評価することも重要（第三者評価制度など）。有料老人ホームやサービス付き高齢者住宅が近年増加しており、優良な施設もたくさんある。厚労省の資料にも掲載されているので参考にしてほしい。良い施設は応援したい。しかし同時に施設の発信力も求めたい。

以上、約1時間半にわたる熱気に満ちた講演はあっという間に終わりました。時間の制約もあり、認知症のことについては、MCI（軽度認知障害）の話などにとどまりました。配布資料には詳しく書かれているので、自習したいと思います。

会場はほぼ満員で、介護への向き合い方について多くの事を学ぶことができました。あらためて介護保険にかかわる会の活動の重要性について認識させられました。

（吉川正義 記）

## 【参加者アンケートより】

- ・自分がどうしたいか考える人間になるためには、勉強していろいろと知ることが大事だと痛切に思いました。
- ・介護を自分ごとと考えるのは大切だと納得しました。
- ・今日来て良かったです。介護保険が始まった時、理論を勉強したのは西村周三先生のコラムでした。
- ・話が面白く、深刻にならずに介護に向き合おうと思えるようになりました。
- ・「70歳代、80歳代、90歳代は違う」というお話しにはハッとしました。手持ち資金や健康度、介護の必要性が違うのが分かりました。
- ・今日のような講演をまたお願い致します。

## 特養「御陵洛東園」を訪ねて

第143回  
研修  
報告

日 時：4月19日（土）

行き先：特別養護老人ホーム 御陵洛東園

参加者： 15 名

### 長い歴史と新しい建物

地下鉄「御陵駅」に集合した一行は、晴れた青空のもと数分歩いて御陵洛東園へ。4階建ての大きな建物はまだ新しく2021年3月に開設されました。特別養護老人ホーム（以下、特養）はこの建物の1階から3階を使ってユニット型が10個で定員100名。その空床はショートステイも可能です。4階は養護老人ホームで定員50名。居宅介護支援事業所やホームヘルプサービスも併設されています。特養については、現在満室とのことでした。

御陵洛東園を運営する社会福祉法人洛東園は1952（昭和27）年に東福寺によって設立され70年を越える歴史があります。東山区の東福寺の近くにある洛東園を中心に、社会福祉施設等の歴史を重ね規模も拡大して来られました。そして4年前、特養を中心とする介護サービスを山科区御陵の地にも展開されたとのことでした。

### 家庭的な雰囲気大切に

まず、建物入り口近くの地域交流スペースで、川口登喜一施設長から施設の概要や特色についてお話を伺いました。

特養はユニット型で、個室（10室）とキッチン、リビング、洗濯、浴室、トイレ等の共有スペースを一つの生活単位（1ユニット）としています。「なじみの関係作り」を行いながら自宅での生活

に近い日常生活を送ることができるよう工夫されているとのことでした。

そのあと2組に分かれて施設内を見学させていただきました。廊下や共有スペースが広く、また建物中央には中庭があり、その上は吹き抜けになっていて開放感のあるづくりが印象的でした。特養の個室も拝見しましたが明るく、自宅で使われていた家具も持ち込まれて居心地がよさそうでした。

### 地域交流スペースで質疑応答

そのあと地域交流スペースに戻って川口施設長との質疑応答。まず会場となった地域交流スペースについて聞くと、地域の方も利用できるモーニングカフェや地蔵盆などにも無料で使われているとのこと。地域との関係を大切にされていることはボランティアの受け入れなどからも感じることが出来ました。

また最近話題になっているICT活用については、たとえばインカムを利用した方が効率的なことは分かっているが、導入時には補助があってもメンテナンスや買い替えの費用は出ない。相当額の自己負担を考えると経費が重くてICTの導入はなかなか難しいとのことでした。

介護人材の採用については法人全体として努力されているようです。外国人材も御陵洛東園にはいないが法人として10名採用。ベトナム、ミャンマー、中国からということでこれからは避けられないだろうというご意見でした。

その他、いろいろな質問に率直に答えていただき興味深い施設訪問でした。施設は新しくても何か落ち着いた雰囲気があるのは社会福祉法人洛東園の長い歴史があるからではないかと感じた施設訪問でした。

御陵洛東園での見学を終えて、すぐ近くの喫茶店「珈琲庭」で一休み。レトロな雰囲気、一つずつ異なるコーヒーカップ、美味しい飲み物で会話も盛りあがりました。（冬木美智子 記）



介護を受ける、介護をする、そのナマの声を繋ぎます

## シリーズ「私の介護体験」

## 息が止まるということ

## 第24回

林 道也（〈ケア〉を考える会）

叔父は、僕が排泄の介護をしている途中で突然息をしなくなった。あたりを包む空気が凍りついたような感覚があった。何が起こったのか理解できず、ただ戸惑い、慌てふためく僕がそこにいた。揺すっても、呼びかけても、叔父の息が戻ることはなかった。

子どもの頃から叔父（母の一番下の弟）が大好きだった。大人になり道に迷った時も頼った。いつも温かく、笑顔で応えてくれた。

その叔父に末期の癌が見つかる。「もう手遅れじゃ。入院はせん」と言う叔父の病状に心を痛めた叔母は食事が喉を通らなくなり、認知症の進行などもあって、泣く泣く施設に入る。

夫婦に子はなく、一人になった叔父を、昼間は、訪問診療、訪問看護、訪問介護、居宅介護支援などが支えた。夜は、僕や妹が泊まり込んで見守った。「おめえ、呼んでも起きてくれなんだ。役に立たん」と叔父に言われたこともある。癌の痛みで苦しむ姿を見るのは、本当に忍びなかった。

苦痛を緩和する薬が使われ、叔父の体力と気力は目に見えて衰えていった。僕の拙いオムツ交換が、叔父の体に無理な力を加えてしまい、寿命を縮めることになったのかもしれない。叔父は、陰部をさらしたままの姿で静かに人生の幕を閉じた。

第144回  
研究会  
案内介護保険の25年を振りかえる  
～誰もが安心して使える制度をめざして～

日時：6月22日（日）13：30～16：30

会場：ひと・まち交流館 京都 3階 第5会議室

講師：井上 ひろみさん

（社会福祉法人 七野会理事長）

参加費：一般 500 円 会員 300 円



## 【講師プロフィール】

2015年11月、七野会理事長に就任。同会は1985年に西陣地域に設立。「老人福祉総合施設 原谷こぶしの里」など、地域に根ざした高齢者福祉活動을続け、「権利としての老人福祉。人権と人格を尊重する質の高いサービス」をめざす。編著に『コロナ「留め置き死」医療を受けられなかった人たち』（2024年7月・旬報社）

第145回  
研究会  
案内ケースワーカーとして福祉行政に従事して今思うこと  
～社会福祉にかかわり続けた私の原点～

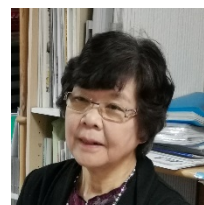
日時：7月26日（土）13：30～16：30

会場：ひと・まち交流館 京都 2階 第1・第2会議室

講師：中川 慶子さん

（きょうと介護保険にかかわる会 前副理事長）

参加費：一般 500 円 会員 300 円



## 【講師プロフィール】

京都市役所では、3人の子育てをしつつ女性初の福祉事務所長、副区長、都市計画局部長を歴任。その後、京都ノートルダム女子大学教授に就任。教授退任後の現在も本会を含む多くの福祉関係の活動に携わっている。今回は原点であるケースワーカー時代からつながる福祉への思いを語る。

## 会員リレーえっせい ⑦⑥

渡邊 恵子

### 「安心して死ねる時代」に

私は介護福祉士として16年間働き、介護保険外のNPOでも生活援助を行ってきました。20年前に母を引き取り、10年間の介護の末、一人で看取り、葬儀も自ら執り行いました。その1年前には兄が突然亡くなり、母にはその事実を伝えることができませんでした。この経験から、信じられないような悲しみが現実になり得ることを痛感しました。

母の介護は、老健施設と自宅を行き来しながら、医師、看護師、ヘルパー、訪問入浴、訪問歯科など多くの専門職の支援を受けつつ、私一人で行っていました。コロナ禍で面会が制限される中、母と過ごす時間の大切さを改めて感じ、自宅での介護を選択しました。

ヘルパーとして活動する中で、利用者の「話をしたい」「聴いてほしい」という思いに十分応えられない現状に直面しました。傾聴の重要性を学びましたが、日本には高齢者に限らず、悩みや思いを気軽に話せる場所が少なく、常態化していないことが残念です。心理療法士以外にも話を聴くスキルを学べる機関を増やし、誰もが気軽に訪れられる場所を作る必要があると感じています。

ています。

またNHKの報道で、生前に終活や葬儀を契約する業者の中には、料金に見合わないサービスや着服などの問題があることが明らかになりました。依頼者が家族と疎遠な場合、問題が発覚しにくく、死亡後は苦情も言えません。このような業者には、公的機関による開業の審査が必要だと考えます。

孤独死や「お一人様」の増加が進む中、私自身も「どのように老い、どのように死を迎えるのか」「誰に遺骨を託し、どうしてもらうか」を真剣に考えています。施設ではなく、母との思い出が詰まった自宅で最期まで暮らしたいという思いがあります。「お一人様」が安心して最期を迎えられる社会となり、そのための制度が周知され、地域にそのような機関が整備されることを願っています。

介護はもはや家族だけで行うものではなく、地域住民の協力が不可欠です。しかし、現代社会ではそれが難しい現実もあります。一人で生き、一人で死を迎える私にとって、「安心して死ねる時代」が訪れることを心から願っています。

#### シルバー川柳

自分でも事実が分からぬ武勇伝  
お迎えは何時でも良いが今日は嫌  
老犬といたわり台つて散歩する  
出典：(公社)全国有料老人ホーム協会

#### 新入会員紹介

山崎 美子 さん

4月入会

#### 会員募集中

詳しくは下記のQRコードからどうぞ



#### 編集後記

二〇〇〇年、関西交流大学という団体を立ち上げ起業した。IT化の波に乗ろうと、据え置き型のパソコンで仕事の出来るレンタルスペースも5席用意した。が、利用は少なく事業も成果が出ず資金不足で終わった。

最近の話、ぐずってる小学一年生の孫は母親にスマホをあてがわれると静かになる。嫁の買い物はまずアマゾン。飲食店に行けばタブレットで注文。スピーカーもセルフレジが増加。飛行機、新幹線、万博、何でもネットで予約。二五年間で環境が大きく変わった。

なのに『介護の社会化』は、どうして良いように変わっていないの？

(K)

