



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/>

市民活動が世界を動かすと信じて！

理事長 梶 宏

昨年11月、京都市議会で「京都市ケアラーに対する支援の推進に関する条例」が、全員一致で可決された。同様の条例は埼玉県をはじめとしてほぼ30の自治体でつくられているが、京都市の場合は、多くの市民団体が集まって市議会に向けて積極的に働きかけたところ、市会議員全員が提案するに至った。京都市らしさを強調した長めの前文がつけられ、さらに今後条例の趣旨を実現するために、庁内に推進室を設け担当者も充てるという積極性がみられる。

明治維新後、日本ではじめて京都では聴覚障害者と視覚障害者の教育機関が生まれ、昭和の時代には「認知症の人と家族の会」が設立されたこと、さらに精神障害者の家族の連合会（略して「京家連」）が全国に先駆けて活動を開始したことが前文の冒頭に示されている。

そして立命館大学名誉教授であり、「男性介護者と支援者の全国ネットワーク」代表である津止正敏さんが、京都市ケアラー支援推進協議会の会長を務め、事務局を京都市が担う体制ができあがった。その第1回学習会が今年8月30日に立命館大学朱雀キャンパスにて開催された。かかわる会はケアラー当事者団体ではない

が、副理事長の笠原さんとともに共同代表世話人の末席に加わっているので、私がこの学習会に参加した。当日は短い時間ではあったが、あまり知られていない京都きょうだい会（京都「障害者」を持つ兄弟姉妹の会）や、医療的ケアを要するケアにかかわる団体の方からの現状報告があり、ケアラーネットの広がりを見せてもらった。土曜日なのに、市教委の部長が最後まで付き合ってくれたのも喜んでいい。

世界では未だに戦争が人々を苦しめており、強大国の指導者が何をするかわからない状態に先行きの不安を感じさせられる昨今である。一方、身の回りでは介護（ケア）問題を軸とした市民活動が、大きく言って社会を揺り動かしていく可能性を展望したい。苦労を貯めこまないで、肩の力を抜いて「助けてほしい」と大声で叫ぶ勇氣はあっていいと思う。

かかわる会も小さいながら25年間頑張ってきたせいだろうか、京都市から公式に、長寿すこやかプラン推進について参画するよう求められることになった。私は老体なので副理事長を推薦したが、市民活動が世界を動かすと信じて、大きな声を出し続けていきたい。

目次

市民活動が世界を動かすと信じて！・・・・・・・・・・・・・・・・	1
市民の声を介護保険に！笠原副理事長が京都市高推協委員に就任・・・・・・・・	2
ケアラー支援条例がスタート／10月講座案内・・・・・・・・・・・・・・・・	3
9月講座報告「介護のイロハ（高齢者施設・住宅編）」・・・・・・・・	4～5
介護保険ホット News・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	6
シリーズ「私の介護体験」／11月講座案内・・・・・・・・・・・・・・・・	7
会員リレーえっせい／シルバー川柳／編集後記・・・・・・・・	8

市民の声を介護保険に！

笠原副理事長が8月から京都市高推協委員に就任

このたび、当会の笠原副理事長が京都市高齢者施策推進協議会（以下、高推協）委員を委嘱されました。高推協は京都市保健福祉局の元に、高齢者保健福祉施策の推進と介護保険事業の運営の円滑化を図るために設置されており、とりわけ京都市の介護保険事業計画の策定や見直しについて審議する重要な役割を担っています。

3年に一度改定される介護保険事業計画は、

高齢者の暮らしや地域の介護サービスの方向性を大きく左右するものです。8月22日に開催された2025年度第2回協議会では1.会長の互選 2.京都市高齢者施策推進協議会の運営方法 3.高齢サポート（地域包括支援センター）職員の常勤換算配置の運用について等の協議が行われ、2024年度高齢サポートの運営状況やすこやかアンケートについての報告がおこなわれました。

笠原副理事長からのメッセージ



プロフィール

知的障がいのある方への生活相談員、居宅での介護職やケアマネジャーを経て介護福祉士養成施設の教員に就く。離職後の再就職では、将来自分が介護を受ける立場になったとき「こんな人にケアしてもらいたい」と思える介護福祉士を育てたいと考え介護教員の道を選ぶ。その後「きょうと介護保険にかかわる会」の活動に参加、現在で11年目。

当会が介護保険制度の中核に直接かかわる機会をいただけたことを大変意義深く、光栄に感じております。このような場に市民団体としての声を届けることには、大きな責任と同時に可能性があると感じています。次年度（2026年度）は、2027年度から始まる第10期介護保険事業計画を一年かけて議論する重要なタイミングにあたり、市民の視点がこれまで以上に求められる局面となります。

私たちは今年度の総会（2025年5月24日）において、「市民」「行政」「事業者」という三者の関係性の中で、①市民の参加促進、②調査研究と政策提言、③介護サービスの質の向上という三つの柱を軸に活動を深めていくことをお伝えしました。

なかでも①「市民の参加促進」は、当会の活動の根幹であり、今後さらに重視すべき課題です。介護保険制度は保険料を支払うだけの「おまかせ」の仕組みではなく、市民一人ひとりが主体的に関わることが求められる制度です。制度を正しく理解し、意見を持ち、その声を京都市に届けることが、私たちの役割だと考えています。

今後は高推協での発言や提言を通して現場の声をすくい上げ、市民と行政との橋渡し役を果たしていきたいと思います。そして、こうした動きが一部の委員だけの取り組みに終わるのではなく、多くの市民の気づきや行動につながるよう、講座や学習の機会も広げていきたいと考えています。

会員および市民の皆さまには、引き続き率直なご意見とご協力を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。

ケアラー支援条例がスタート



ケアラー支援条例のポイント

京都市では 2024 年 11 月に「京都市ケアラーに対する支援の推進に関する条例（ケアラー支援条例）」を制定しました。そのポイントとしてあげられるのは次の 6 点です。

- ①関係者の声を丁寧に聴いた条例制定過程
- ②社会を支える「ケア」を定義
- ③ヤングケアラー・若者ケアラーへの支援
- ④広報・啓発の役割
- ⑤実施体制の整備・協議の場の設置
- ⑥財政上の措置

新しい組織の設置とこれからの取り組み

今年 6 月 27 日に行われた京都市長記者会見では、「ケアラー支援の計画策定及び支援の具体化に向けた本格始動」について話されました。

今年4月からは、ケアラー支援の取組を全庁横断的に企画・運営する「ケアラー支援推進プロジェクトチーム」と、ケアラーをはじめ多様化・複合化する課題への支援を統括する部署「福祉のまちづくり推進室」を設置。また当事者団体や支援団体による「京都市ケアラー支援推進協議会」を発足し、6月16日には第1回総会を開催して、会長に立命館大学名誉教授の津止正敏さんを選出しました。協議会を構成する 49 団体（6月10日時点）に当会も参画しています。

今年中にケアラー支援のための計画の策定、シンボルマーク・キャッチコピーの策定やイベントを通じた広報・啓発が予定されています。

記者会見
の動画

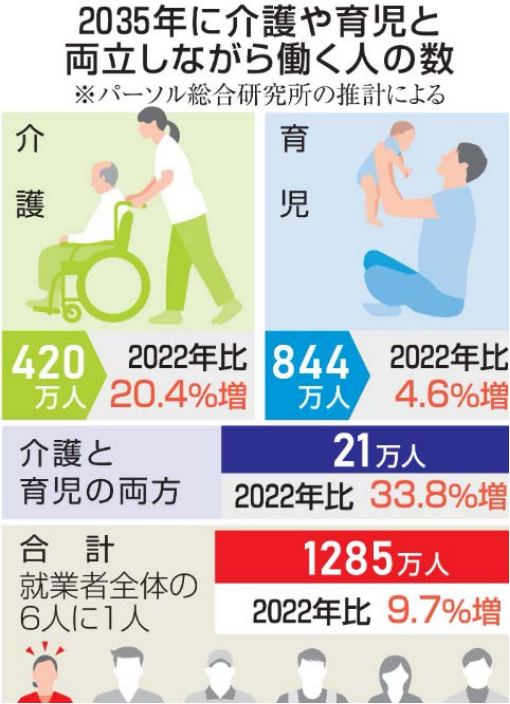


記者会見
の資料

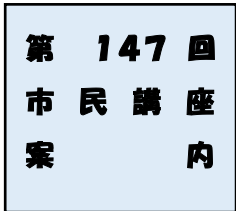


ダブルケア就業者は 2035 年に 33.8% 増！

労働市場の調査などを行うパーソル総合研究所（東京）は、2035年には介護や育児と両立しながら働く人は1285万人となり、22年比で9.7%増えるとの推計を発表した。就業者全体の6人に1人を占める形。介護が必要な人が多くなる75歳以上の人口が増えることなどから、介護しながら働く人は22年比で20.4%増の420万人。育児と両立する人は4.6%増の844万人、介護と育児の両方を担って働く人は33.8%増の21万人となる。パーソル総合研究所は、介護や育児と両立して働く人の実態調査結果も公表。職場にテレワークや残業免除といった制度があっても利用している人は20%程度にとどまった。



市民が議会を動かした ～ 京都市ケアラー支援条例 制定のプロセスと課題～



昨年11月に施行されたケアラー支援条例制定の過程と制定後の取り組み、そしてこの条例によって何が変わるのか。制定に向けての市民活動をリードした講師から学びます。

日 時：10月18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：津止 正敏さん（立命館大学名誉教授）
（京都市ケアラー支援推進協議会会長）

介護のいろは(高齢者施設・住宅編)

～ 安心できる老後に備えて～

第146回
市民講座
報告

日 時：9月20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：内山 貴美子さん
(公益財団法人京都 SKY センター事務局次長
京都府高齢者情報相談センター所長)
参加者： 19 名



にこやかな笑顔で登壇された講師の内山さんは、「公益財団法人の京都 SKY センターは、元気な高齢者がより元気に生き生きと長生きできるように『京都 SKY シニア大学』『サークル活動の支援』など様々な活動を行っています。さらに京都府から高齢者情報相談センター（以下相談センター）の業務を請け負っています。私は相談センターの相談員を長年務め、現在センター長を兼ねています。どなたからの相談も電話（075-221-1165）と面接で受けております」と元気な声で自己紹介。参加者の、一言も聞き漏らすまいという注目の中でお話が始まりました。

●元気なうちの入所

元気でも、①孤独の不安 ②家事の困難 ③子供に介護させたくない ④夫婦で有料老人ホームの生活を楽しむといった理由で入所を検討する人がいます。対象となる施設は以前よりとても多様です。紹介業者は、紹介料をもらえる施設のみ紹介します。相談センターではインターネット情報と京都府の資料から毎年最新の施設の資料作成をしています。（資料は相談センター及びホームページで公開）

以下、各施設の費用の目安と概要を示します。いずれも介護が必要になると介護費3～5万円（1割負担の場合）が追加されます。また訪問介護等を利用する施設では、それで不十分なら、他の施設に移る必要がでてきます。

(1) 介護付き有料老人ホーム（自立入居可能型）：終身利用。施設に食事等の生活支援と介護のサービスあり。入居一時金1500～5000万円、毎月15～25万円。

(2) 住宅型有料老人ホーム：生活支援サービスあり。訪問介護等を利用。敷金0～30万円、毎月13～20万円。

(3) サービス付き高齢者向け住宅：法的には安否確認サービスと生活相談サービスですが、住宅型有料老人ホームに匹敵するサービスのあるものや、系列の訪問介護センターが建物内や周辺にあるものが多い。行政の監視はほとんどありません。敷金15～25万円、毎月15～20万円。

(4) ケアハウス（一般型）：新しいものはなく待機者数も多い。費用は前年度所得により変わります。サービスは住宅型有料老人ホームに近く、介護は訪問介護等を利用。入居一時金0円、毎月8～15万円。

(5) シニア向け分譲マンション：通常より高い分譲マンションで、プール等付帯施設が整っていますが管理費は高い。売買できますが流通性が低い。生活支援があるところもあります。介護は訪問介護等を利用します。

●介護状態になってからの入所

よく「ピンピンコロリ」と言いますが、実際には「ピンピン・ヨロヨロ・ドタリ」となり、最後に介護の必要な状態になるのはやむをえません。①入院先から施設を探す（後遺症があり一人暮らし不可） ②在宅介護の限界 ③遠距離介護の限界 のような場合は余裕がないなかで施設を探すことになります。元気なうちに目星をつけることがポイントです。

以下、各タイプの費用の目安等を示します。

(1)介護付き有料老人ホーム(要支援・要介護タイプ):入居一時金0~500万円、毎月20~25万円、介護費用3~5万円(1割負担の場合)。

(2)特別養護老人ホーム(多床型):入居一時金0円、毎月7万円、介護費用2~3万円(1割負担の場合)。

(3)特別養護老人ホーム(個室タイプ):入居一時金0円、毎月10万円、介護費用2~3万円(1割負担の場合)。

(4)認知症高齢者グループホーム:認知症の入居者9人と専門性のある介護職員がいて認知症の場合はよい選択。タイプにより、身の回りのことができなくなると退所させられるところもある。敷金20万円、毎月15~20万円、介護費用3万円(1割負担の場合)。

(5)老人保健施設(多床室):リハビリ施設なので原則3~6ヶ月で退所。入居一時金0円、毎月7万円、介護費用2~3万円(1割負担の場合)。

●施設選択時の注意点

老後を自己選択するという意思が重要です。早めにどんな施設があるか自分で調べる。見学して、重要事項説明書(相談センターにもある)をもらいます。見学を拒否する施設は論外です。

入居要件や退居を迫られる可能性、介護サービスの利用の詳細を調べます。入居一時金が必要な場合、退居時期による返却額(償却年数)や倒産時の返金を確認します。なお入居3か月以内は原則クーリングオフ可能であることを知っておきましょう。

さらに吟味するポイントは、ブログなどでの内部発信が十分あること、電話応答の態度。見

学では食事が合うことも確かめたい。入居者と職員の表情と雰囲気を確認します。

それでも私は自宅での独り暮らしを勧めます。介護が必要になったら地域包括支援センターに相談して訪問介護などを活用します。その上で耐えられなければ施設入居だと思います。私自身は90歳までは健康に気を付けて自宅で暮らし、要介護度が急速にあがる90歳以後は介護付き有料老人ホームへ。ガン末期になったとしたらホスピスに入るために、必要な資金を準備したいと考えています。

●グループワークでの話し合いと感想

講演終了後、3つのグループに分かれて話し合いました。グループワークでは「最期まで自宅で過ごしたい」「自分で決める覚悟が大切」といった意見が交わされました。

感想では「施設の選び方が具体的で役に立った」「分かりやすかった」「困ったときは相談したい」「グループワークで思いが交流できた」「現場を実際に見ることの大切さを学んだ」「自分の将来に対し不安要素でいっぱい」といった声がよせられました。

(梶政彦 記)



会員募集中

入会のチャンスです!

会員には会報(偶数月発行)、介護保険に関する情報をお送りします。

公開講座の受講料、一般500円のところ300円で参加できます。

10月以降の入会からは今年度会費3,000円が半額になります。

この機会にぜひ入会をご検討下さい。申し込みは右のQRコードから



●最低賃金大幅引き上げにより取り残される介護業界

2025年9月5日現在、47都道府県すべてで新しい最低賃金が答申され、全国の加重平均額は1,121円（引き上げ率は5.4～8.6%）となった。この動きに対して淑徳大学の結城康博教授は、介護業界からはますます人材流出の加速を招くと警告を鳴らしている。

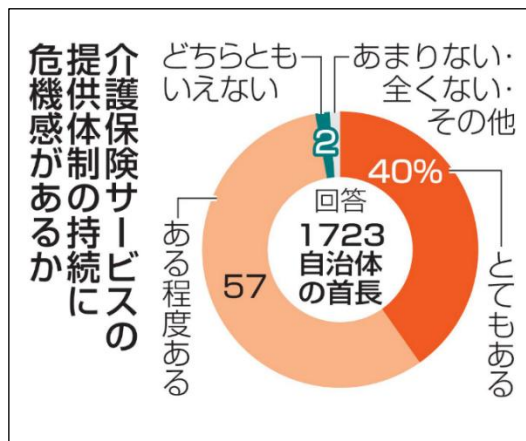
まず現状でも他産業と比較して劣勢に立たされていることは明白だ。連合が発表した今春闘の回答集計結果によると労働者の平均賃上げ率は5.32%（昨年は5.10%）。一方、介護業界を見ると2024年度の報酬改定で処遇改善加算を取っている事業所の、昨年度の介護職員の賃上げ率は4.3%。しかも今年度は報酬改定が無いいため賃上げ率の差はますます広がることになる。

3年に一度の報酬改定はスピードが遅く、当然の帰結として介護業界は他業界に取り残され一層不利な状態に追い込まれることになる。「春闘での大幅な賃上げを国策として進めたり、最低賃金を大きく引き上げたりするのであれば、それと連動して報酬改定も迅速に行うべきだ。今の状況を踏まえると、報酬改定は毎年1回必ず実施しなければおかしいのではないか」と結城教授は語っている。

●介護保険サービス提供体制の持続に危機感 97%

共同通信社が全国の都道府県知事と市区町村長に実施したアンケートで、介護保険サービスの提供体制の持続に危機感を抱く首長が97%に上った。理由は、現場の人手不足や費用の膨張が目立った。国や利用者などの負担引き上げを検討すべきだとの回答は85%を占めた。

危機感を持つ首長に理由を二つまで挙げてもらうと「介護現場で働く人が減り、制度の支え手不足」が72%で最多。「高齢化に伴う介護給付費の膨張」が60%で続いた。調査は6～7月、47都道府県知事と1741市区町村長にインターネットを通じて行い、96%に当たる1723人から回答を得て、8月30日までに集計した。



●身寄りのない高齢者への支援、議論がスタート

社会保障審議会・福祉部会が8月18日に開催され、地域共生社会の実現を加速する施策のほか、身寄りのない高齢者への支援、成年後見制度の見直しへの対応などについて、年末の取りまとめをめざして議論していく方針を示した。

家族の代わりに高齢者の日常生活や終末期を支える終身サポート事業者が増えている。身寄りがいない高齢者が年々増える中でニーズが高まっているが、零細事業者も多くサービスの質は玉石混交の状態にあり、利用者とのトラブルも増加している。関連省庁が8つにまたがるためか、政府による監視機能も弱く、2024年に事業者向けのガイドラインを出しただけに終わっており、今後の議論に注目したい。

（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」

「自分らしく生きたい」

第25回

会員 栗山博臣さんによる聞き書き

10数年前のことです。元住職のその方は手術後、療養病床（現在は介護医療院）での生活を継続されていました。お身体は脳梗塞の後遺症でほとんど寝たきり。認知症のため日常の会話は難しく、意思疎通は難しい状態でした。食事・排泄は全て支援が必要でした。自立歩行はできないので、普段はベッドでの生活をされていましたが寂しさを紛らわすために、ただひと言、話せる言葉「かんごふさーん」を昼夜問わず、叫んでおられました。ベッドのそばの小さな窓から空を眺めるだけの生活が8年間続いていました。病院での生活をこのまま続けていくのか、もう一度家庭的な生活はできないものかと奥様も悩んでおられました。

そんな折り、地域包括支援センターの職員さんから直接グループホームに、受入れが可能かどうかの問い合わせがありました。ホーム長・ケアマネジャーが中心となり職員全員で何度も話し合いを重ねました。その結果、奥様にグループホームで過ごしていただくことのメリット、デメリットを説明しご家族の協力も仰ぐということで入居に至りました。

入院中から大きな声で看護婦さんと呼んでお

られたので、その張りのある声で何か役目を持っていただけではないかと考え、食堂に他の利用者さんや職員が集まった時に、「いただきます」の唱和の呼びかけをお願いすることにしました。2、3か月経った頃、寝たきりの生活から毎日車椅子で部屋から出て動くこと、職員や他の利用者さんとのふれあいから表情も豊かになり、大きな声で職員を呼ぶことができることで本人のストレスも少なくなったように思えました。

そしてご家族と本人が希望されていた、住職として最後に本堂でのお勤め（読経）ができないかとの思いも、車椅子を担いで本堂に上げ実現することができ、お経を忘れることも間違えることもなく最後まで唱えられました。また、その時にお孫さんのピアノの演奏も聴くことができ、ご家族も病院での生活からは想像できない回復に喜んでおられました。

身体が不自由になっても認知症になっても、住み慣れた土地で自分らしく生きたいというご利用者さんの気持ちに寄り添った支援ができたことは、介護に携わる専門職としての充実感・達成感を実感できた時でした。

栗山さんの奥さんが認知症対応型共同生活介護（グループホーム）に勤務されていた時に会った80歳の元住職さんとの関わりが、その後の介護職としての在り方を考えさせてくれるものだったということから、聞き書きでまとめてもらいました。きっと介護の現場では毎日豊かな「介護体験」が生まれていることでしょう。このシリーズの新しい形を模索中です。（編集部）

第148回
市民講座
案内安心して認知症になれるまち
～ そんなまちをめざして、私たちにできること～

日 時：11月22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：鈴木 森夫さん

（公益社団法人認知症の人と家族の会 元代表理事）

参加費：一般 500円 会員 300円



2024年1月、「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が施行され、自治体での計画作りや施策の具体化が始まっています。この理念とポイントを学び、併せて、「京都府認知症応援大使」のご本人からお話を聞き、いま私たちができることは何かを一緒に考えていきましょう。

会員リレーえっせい ⑦8

石原 一恵

「黙ってない」ところを見込まれたのでしょうか

今年の6月、京都市退職者の集まりである「春秋会」の総会で隣り合わせになったのが縁で、梶さんに勧められ入会したばかりのルーキーです。梶さんの話では、「黙ってない女性を掘り出したい」ということでした。私って、明るくってお喋りな女性だということを見込まれたみたいです。

高校を出て最初の職場は四条大宮にあった（当時の）東海銀行四条大宮支店でした。その頃の女性銀行員に対する管理職からの目からすると、女性は消耗品扱いでした。「女のくせに生意気な」と言われ頬っぺたをビシッと叩かれても結局うやむやにされました。そんな時代でした。でもガマンのならない私は制服を支店長の机に投げつけてこの銀行を去りました。

その後、勤めた市役所では最初「家庭奉仕員」という身分でしたが、5年後に試験を受けて事務職に転じ、トータル30年間を公務員として過ごしました。

その中で、母親の介護という仕事が降りかかってきました。母に対する愛情が深かった私は

あくまでも在宅介護にこだわり、職場との距離を考えてデイサービスやデイケアの場所を選び、乗用車で母親の送迎を行って、101歳と3カ月の母親を在宅で看取り終えました。身体については少し無理をしたかと思いますが、「心」については、やるだけやったという満足感を得ることができました。はしなくもかかわる会に加わるようお誘いを受け、この介護体験をこれからの人生に生かすことができるかとも思っています。

余談ながら、梶さんが「愚妻」という言葉を使われた時、私はそういう表現に違和感を覚えました。「愚妻というのは男中心の差別語と違います？ 愚夫という言葉ありませんよね」。そういう黙ってない女に対し梶さんは「なるほどね。自分では謙遜するつもりで使ってたんだけど、男が女より賢くって社会的にも活躍していることを前提にしているのかな」と答えられました。その後、言いたいことははっきり言って男も女もお互いが賢くなりたいものだと思えることなく話し合ったものです。

編集後記

9月の初旬、酷暑の京都を離れ北イタリアのラヴェンナに夕方4時に到着。日射しは強いものの気温は30度に届いていません。爽やかです。

ラヴェンナは古代ローマ時代から中世にかけて繁栄した都市で、「ラヴェンナの初期キリスト教建築物群」（8か所）として世界遺産になっています。建物の内部の装飾にモザイクが施され、モザイク美術の宝庫と言われています。

翌日9時の予約でガッラ・プラチディア霊廟に行きました。5世紀半ば頃建てられたギリシャ十字形式の小さな礼拝堂ですが、狭い空間に見事なまでに張り巡らされたモザイクは圧巻でした。

1999年に初めて訪れたときの感動が今回の再訪となり、更に他の建築物のモザイクに新たな感銘を受けた旅になりました。（S・T）



シルバー川柳

備蓄米孫が平らげ帰ってく

「出席」に生きていたらの但し書き

夕陽浴び花摘む妻の背のまるや

出典：（公社）全国有料老人ホーム協会