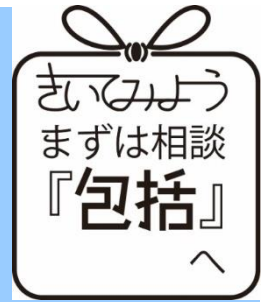




# 高齢者あんしん相談窓口 函館市地域包括支援センター よろこびだより



第 31 号

医療法人社団 向仁会

高齢者あんしん相談窓口 函館市地域包括支援センターよろこび

発行責任者：林 珠樹 発行：令和3年度 冬号

## 【センター長より挨拶】

だんだんと寒さが身に染みてくる今日この頃。皆さんはお変わりないでしょうか。コロナも少し落ち着きだして、町にも活気が戻りつつあるのかななんて思っています。

ですが、まだまだ油断はできない状況は続いていますよね。

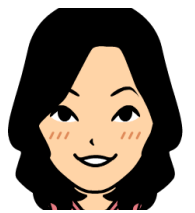
皆さん、外出や外食はやはり控えているのでしょうか。私たちは会議や研修等はリモートで行う機会が多くなっています。

リモートって便利ですけど、何だか寂しい気もします。

やっぱり「顔の見える関係」って大切ですよ！

直接会って話すのと、映像や音声だけとでは印象もまた違ってくるな・・・

私たちには感情があるから、尚更なのかもしれません。



センター長  
林 珠樹

(主任介護支援専門員)

## 令和4年度からの地域包括支援センター

さて、私たち「函館市地域包括支援センターよろこび」は、令和4年4月1日から「福祉拠点」として新たなスタートを切ります。

その新体制について少しお話ししたいと思います。

今までの、高齢者支援部門である「地域包括支援センター」に、新たな機能として「自立相談支援機関」が加わります。

これは、生活困窮者自立支援法という法律に基づく機関になります。

簡単に内容を説明しますと、障がい者・子供・生活困窮者・ひきこり等々、幅広い困りごとへの支援を行う部門ができ、それが今までの高齢者支援部門である地域包括支援センターに併設になるというイメージです。

新たなスタートにあたり、当センターの改修工事が始まります。

改修工事により「地域の関係者が情報交換のために集える場所」（私たちセンターではフリースペースと呼んでますが・・・）ができる予定です。

ここは、地域の関係者の他に子供から高齢者までどなたでも自由に利用できるイメージで運営していきたいと思っています。

また、その一画では何かためになるような「プチ講座」なんかも開催したいなあ・・・と思っています。

地域の皆がつながることのできる「場所」になればいいな・・・

「ここでどんなことをしようか」「どんなことができるのか」ワクワクです。

どのような活用方法があるのか、是非、皆さんの「声」も聞かせてください！

どうぞ宜しくお願い致します。

# 港小学校 体験学習

令和3年11月港小学校体育館にて、車椅子体験と弱視体験を6年生の皆さんと行いました。約60名の皆さんに、弱視体験めがね(手作り)を装着しながらの車椅子の操作や介助を行っていただきました。

段差がなかなか登れず、皆さん、大変さを感じていました



自操でのS字の道は曲がり切れずに引き返し、やり直す姿がありました



幅の狭い坂道の昇り降り、見えづらい中、乗車している側も、介助している側も不安を感じていました

「小さな段差でも登るのが大変だった」「見えづらい中で坂道を下ったり、前に物があると不安だった」「けがをさせてしまったらと思うと介助するのが怖かった」等、多くの気づきをしてもらうことができました！

# 北浜町 地域ケア会議

令和3年11月北浜町会館にて、わくわくまちづくり会議『みんなにやさしいまちづくり「つながりの輪」part2』と題し、地域ケア会議を開催致しました。〈地域にあるもの〉〈地域にないもの、あったら良いなと思うもの〉〈一緒にやれることやりたいこと〉を話し合い、今後の地域の活動に生きてくると思います！



町会、民生委員、たらればの会（企業、施設）教職員、大学生、中学生が参加しグループワークを行いました



中学生に企画からお願いし、ケア会議後の時間を使ってピンゴゲームをしてもらいました。

## 【地域ケア会議って？】

地域ケア会議の目的は大きく分けると2つです。【個人に焦点を当て課題や支援内容の検討、ネットワークの構築をすること】【地域に焦点を当て課題の検討やネットワークの構築、仕組み作りをすること】等の話し合いを行う事で、個人に対する支援の充実とともに、それを支える社会基盤の整備を行います。



# 高齢者虐待防止のため

高齢社会の進展により、介護を必要とする高齢者が増え続けると共に、認知症や老々介護、介護離職等、社会にとって大きな問題となっております。高齢者虐待もその問題の一つです。

厚生労働省で発表した『令和元年度「高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律」（通称高齢者虐待防止法）に基づく対応状況等に関する調査結果』では、「身体的虐待」や「心理的虐待」の割合が高く、「虐待の発生要因」については「介護疲れ・介護ストレス」の割合が高いことが明示されています。



「介護疲れ」や「ストレス」は日頃から介護を行っている方々にとって、思うことがあるのではないのでしょうか？ 虐待を予防していくためには、「身近なこと」ととらえ、当事者や介護を行う方々の変化に気付くことで早期発見・対応につながります。

これはおかしい？ 虐待では？ 気になると感じたら「地域包括支援センターよろこび」に相談して下さい。右記「気づきのサインチェック」から相談の参考にしていただければと思います。

周囲からの気づきによって「早期発見」につながる可能性があります。どうぞ宜しくお願いします。

## これは虐待では？ 気づきのサインチェック

- 1. 身体に小さなキズが頻繁にみられる
- 2. 急におびえたり、恐ろしがったりする
- 3. 身体からかなりの異臭がする
- 4. 高齢者に対して過度に乱暴な口のきき方をする
- 5. 家から怒鳴り声や悲鳴・うめき声・物を投げられる音が聞こえる

※「東京都高齢者虐待対応マニュアル」より一部抜粋

## 在宅高齢者等サービス ~除排雪サービスについて~

函館市では住み慣れた地域で生活し続けていくために、介護保険サービス以外にも、緊急通報システムや食の自立支援事業（配食サービス）等、在宅高齢者等サービスがあります。今回は除排雪サービスについてご紹介します。

### <除排雪サービスについて>

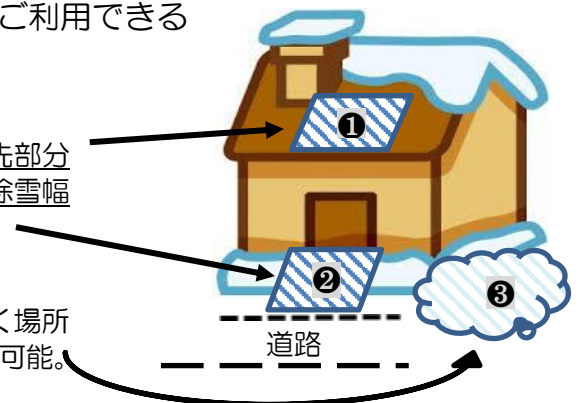
除排雪サービスは自力で除雪できない一人暮らし等高齢者（概ね65歳以上の方）や身体に障がいのある方を対象に、外出時の通路を確保（除雪・排雪・屋根の雪下ろし）することを目的としたサービスです。毎年11月から事前登録開始、概ね冬期間のみ無料でご利用できるサービスです。

#### <除雪・雪下ろしの範囲>

- ①雪下ろしは落雪により、外出ができなくなる恐れがある場合等の軒先部分
- ②除雪は玄関先から道路に面した出入口までの敷地内の通路部分。除雪幅は1人通れる程度（概ね80cm）

#### <排雪について>

- ③排雪は自宅敷地内に本サービスにより除雪（雪下ろし）した雪を置く場所がなく、敷地外にもっていかなければ外出路をふさぐ場合のみ利用可能。  
※「除雪」とセットとなります



※サービス利用には、事前登録が必要となります。

詳細内容等のお問い合わせや手続き等のご相談は、当地域包括支援センターまでご連絡ください。

# ご存知ですか？「住宅改修」

生活環境を整えるために、手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修を必要とする方には、要介護認定等の必要な手続きを行う事で、上限20万円までの工事について、1～3割の自己負担で工事を行う事ができます。

## ①手すりの取り付け

廊下・トイレ・浴室・玄関などに転倒防止や、移動補助のための手すりの取り付け



## ②床段差の解消

居室・廊下・トイレ・浴室・玄関などの各部屋の段差を解消するための改修(スロープの設置、敷居の撤去など)



## ③床材の変更

滑り防止や、移動を円滑にするため、居室を畳敷きから板張りやビニール系床材等へ変更。浴室の床材を滑りにくい物へ変更など



## ④扉の取り替え

開き戸を引き戸や折り戸、アコーディオンカーテンなどへの取り替え(ドアノブの変更や戸車の交換も含む)



## ⑤便器の取り替え

和式便器から洋式便器への取り替え(水洗化工事は対象外)様式便器であっても本人の身体状況により、既存の便器の利用が困難な場合の改修



☆個人の身体状況に適した住宅改修を行うため、担当のケアマネージャーまたは、担当する地域包括支援センターへご相談下さい。

## ～出前講座のご案内～

函館市地域包括支援センターよろこびでは、介護保険制度や認知症について等の出前講座を無料で開催しております。地域の皆さまのご要望に合わせて対応いたしますので、興味・関心がございましたら、ぜひ当センターまで、お問合せください。



## 医療法人社団 向仁会 高齢者あんしん相談窓口

### 函館市地域包括支援センターよろこび

〒041-0808

函館市桔梗1丁目14番1号

住所：(ユニット型介護医療院 喜郷1F)

TEL：34-6868

FAX：34-6878



7/7更新中!!

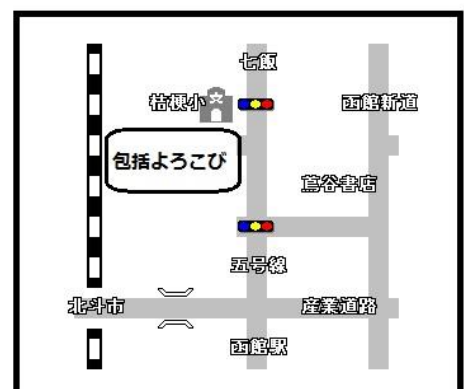
HPアドレス：<http://yorokobi.kojinkai1968.com/>

E-mail：[hokatu.yorokobi@cap.ocn.ne.jp](mailto:hokatu.yorokobi@cap.ocn.ne.jp)

営業日時：月～金曜日 8：45～17：30

それ以外の時間は電話にて対応いたします！各種相談・出前講座・講師派遣もOK

## ～事務所所在地～



函館市地域包括支援センターよろこびの担当地区(北部地区 高齢化率28.4%)

浅野町、吉川町、北浜町、港町1～3丁目、追分町、亀田町

※ 令和3年10月末現在

桔梗町、桔梗1～5丁目、西桔梗町、昭和町、亀田本町、亀田港町