

いきいきまーち

秋号

NO.67

～ みんなが生き生きと暮らせる街に♪ ～

[特集] 創立100周年に向けて
在宅生活を支える専門職 ～地域で暮らす高齢者への支援～



「ホーム庭 桜の紅葉」2019年秋

主な記事

- 介護情報 第34回
連載 「ケアマネジャーと考えること」①ケアマネジャーの仕事の基本
●栄養士のパレット 第34回
秋の味覚&栄養満点 さつま芋
◎2019年度決算報告

発行



社会福祉法人 東京老人ホーム

「新型コロナウィルス禍の秋に」

理事長 德野 昌博



今年の春先から、新型コロナ
ウイルスによる感染症が蔓延
し始め、この原稿を書いている
今日に至るも収束のめどは立つ
ていません。誰も彼もが手探
り状態です。私たちのホーム
も、利用者さんたちは不自由
で不便な生活を強いられ、職
員は、息つく時もない緊張状
態の中、苦労しています。すべ
ての利用者さん、職員、そし
て、そのご家族お一人おひとり
の健康が支えられるよう、
また、主なる神様のねぎらい、
励まし、慰めがありますよう
祈ります。

聖書を見ると、多くの人々の
命を奪う災禍として、戦争と
飢餓と疫病があげられます。
戦争は人災、飢餓は天災に
分類できるでしょ
うか。それなら、
疫病は？ 旧約
聖書の『詩編』(8

9・33)に、「悪に対しては疫
病を罰として下す」とあります。
宗教にありがちな因果応
報の論理ですが、地球という
一つの生命体を考えるとき、
人間は、自然の一部であるの
に、それこそ神のごとく傍若
無人にふるまつてきたし、今も
そうではないかと反省させら
れます。戦後の日本は経済至
上主義と自己責任論でがむ
しゃらに成長してきました。
福祉も教育も医療も、効率
だけを指標にして無駄を削ぎ
落してきたように思います。
そういうやり方は、人間が世
界の未来を設計しコントロール
できることで考えていましたから、でき
たことでしょう。パンデミックや

神よ、変えることのできない
ものは、それを素直に受け入
れる心の平和を、
変えることのできるものは、
それを変える勇気を、
そして、変えられるものと変
えられないものを見分ける知
恵を、このわたしにお与えく
ださい。

この祈りの言葉に出会ったの
は、五十年も前のことです。深い
感銘を受けました。それ以来、
たびたび思い浮かべ、思い巡ら

いわけですが、いわゆるを得な
き方を見直し、いや、コロナ禍に
にあつて見直す
さざるを得ない
この時代の可能
性の、無限では
なく有限の中でいかに生きるべ
きか、ということ。そして、忍
耐と希望を持って人生の困難
のただ中にあって、なお生き生
きと生きることを可能にする
力、「愛」と言つても良いのかも
しれませんが、その愛を身につ
けたいものです。愛は、マンネ
リを知りません。

そうすれば、それぞれが託
された務め、役割を果たして
いくことができるでしょ
う。使徒パウロは、「慈善を行
う人は快く行きなさい」と言つ
ています。この「慈善」は、病人
や貧しい人を世話をしたり、老
人を介護したり、と言ったこ
とです。それをしかめつ面して
やつてはいけない、楽しく、明
るくやりましょうと勧めている
のです。

聖書は、生の無常から逃避
することを教えていません。臆
病なあきらめを勧めていません
。私たちは、自らの力の範
囲において、決断し、行動し、
責任を引き受けていくのです。

これまでの生
き方を見直し、
いや、コロナ禍に
にあつて見直
す言葉ですが、
このコロナ禍に
あって、まずは、
この時代の可能



「ケアマネジャーと考えること」①

・・・ケアマネジャーの仕事の基本・・・

通称“ケアマネジャー”（介護支援専門員）とは何をする人なのか？実は介護保険のサービスを受ける上で非常に大事な役目を持っているのですが、どんなことをする役割なのか、なかなか実は知られていない部分があります。

まず、介護保険のサービスを受けるにあたって、必ず必要なものがあります。それは“ケアプラン”（居宅サービス計画書）です。ケアプランがなければサービスを受けることができません。

流れからいうと、まずは“アセスメント（※）”です。ご本人やご家族の現在のご様子やお困りごとを知るために色々と質問させていただきます。例えば、「持病はありますか？」、「どんなことでお困りですか？」等です。

次に行うことは、アセスメントとともに、ニーズ（必要性）をもとに、ニーズ（必要性）「私はこうなりたい」といっ

た意思”を引き出すことです。単純にニーズといつても、「お風呂に入れなくて困るから助けてほしい」といった分かりやすいニーズもあれば、「本当はなかなか外に出られないし、いろいろな人と話して楽しく過ごしたい」といったように、すぐには分かりづらいニーズもあります。あるいは、ご本人さえ自覚されていないニーズもあります。

ケアマネジャーはお話しをじっくりとお聞きし、その方の思いを理解し、必要と思われるサービスや適切なサービスをご案内し、相談していきます。そのため、アセスメントは非常に重要な要であり、より良いサービスにつなげるための土台となります。

私たちケアマネジャーはアセスメントをし、どのようなサービスが必要か

大事なことは、目標はご利用者様自身が立てるものだということです。ケアマネジャー

次号では“アセスメント”でのケアマネジャーの視点とは？について詳しく紹介したいと思います。

（※）介護保険の「アセスメント」→ 生活に必要な

さまざまなことの評価

張って取り組んでいくかという短期目標があります。例えば、「季節の野菜を収穫して家族と一緒に美味しく食べたい。」等となります。

では、その目標を達成する

ためには、具体的にどのように

事に取り組んでいたらよい

のでしょうか？・それが短期

目標です。

ケアプランはその方その方のオーダーメイドです。ご一緒にあなた自身の素敵なケアプランを作つていただけるよう、好きな（好きだった）事や嫌いな事、やりたい事、興味のあること等ぜひケアマネジャーにお話を

お聞かせください。

働して作成していくのですから、ご利用者様やご家族様と話しあいながら、目標を立てていきます。ご利用者様が「これならやってみようかしら？」「これならできそう！」と目標に取り組んでいただき、毎日の小さな幸せや、ちょっとした楽しみにつながっていくためにサービスを有効活用していただき、キラキラとした毎日を過ごしていただければと思います。



ケアプランの相談

ニーズを見極めたうえで次にすることは、目標”の設定です。目標には“このニーズが叶えられたら”「私はこの先こんな生活がしたい！！」という長期目標と、その為にまず何を頑張ります。

では、その目標を達成するためには、具体的にどのように事に取り組んでいたらよいのでしょうか？・それが短期目標です。

では、その目標を達成するためには、具体的にどのように事に取り組んでいたらよいのでしょうか？・それが短期目標です。

特集 創立一〇〇周年に向けて

在宅生活を支える専門職～地域で暮らす高齢者への支援～

富士町地域包括支援センター センター長 前山 倫

はじめに

地域包括支援センター（以下、「包括」という）は、高齢者の総合相談窓口です。高齢者が住み慣れた地域で安心して生活を継続できるよう、保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャー、認知症地域支援推進員が配置され、専門性を活かして支援します。地域の高齢者やさまざまなお機関をつなぐネットワークを構築し「地域包括ケアシステム」の実現を目指しています。

設置主体は市町村であり、当法人では、西東京市より富士町地域包括支援センターを受託しております。市内には包括が八ヵ所あり、それぞれに担当地区が定められています。センターの業務は多岐に渡ります。主だった四つの業務やそれぞれの課題をあげて

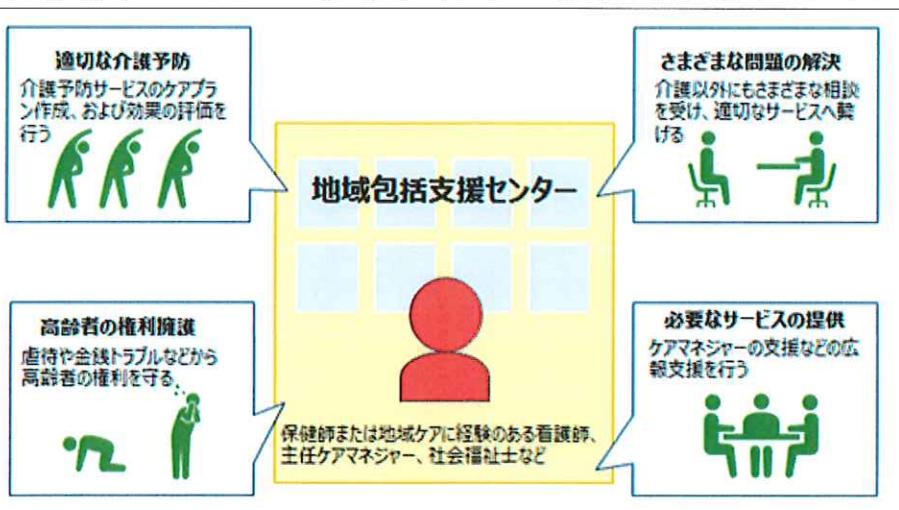
総合相談

当包括では年間三五〇〇件以上の相談を受けています。高齢者や家族、近隣住民から高齢者に関する相談を受け、適切な機関につなぎます。相談は介護保険サービスや医療、認知症などに関するものが多いです。相談の一例をあげます。

近隣住民より「一人暮らしの〇〇さんの物忘れが目立ってきて心配」と相談があつた場合。まずは訪問などにより実態把握をします。

認知症が疑われたため、本人・家族と相談の上、医療機関と連携し、受診や治療に向け支援します。本人・家族の希望である在宅生活が安全に送れるよう、ケアマネジャーにつなぎます。

介護保険サービスの調整をし、地域と見守り体制



公益財団法人長寿科学振興財団 長寿医療ネット 2019

の確保を進めています。介護保険サービスだけでなく、地域の手助けなどのインフォーマルサービスも意識することと、まずは本人の意向を大切にし、そのためには何が必要か支援者間で検討するよう努めています。

権利擁護

消費者被害や高齢者虐待の防止など、財産や人権を守るために、高齢者や家族を支援しています。金融機関や商店から、やりとりが困難になってしまった高齢者を心配し相談を受けることが増えていきます。認知面の問題で、自身で財産を守ることができない場合は、本人・家族と相談し、権利擁護センターにつなぎ、成年後見制度や日常生活自立支援事業の手

続き支援を行います。消費者被害に遭うリスクも高い状態です。支援者間での連携を図っています。

高齢者虐待についても地域からの相談が増えていました。高齢者が認知症の場合が多く、介護者はストレスなどから虐待行為に至ると予測されます。

介護者が疲弊している、うつ状態になっている、社会的に孤立している場合が多いです。まずは高齢者を守ること、そして介護者への適切なサポートを大切にしています。今後も早期発見に向けて地域住民や関係機関への普及啓発を強化していきます。

介護予防ケアマネジメント

包括では高齢者が要介護状態にならないよう介護予防に向けた取り組みを行っています。

新型コロナウイルス感染症による自粛は、地域の活動（サロンや介護予防講座）も例外ではありません。自宅で過ごす時間が増え活動量が減ることで、高齢者の体力低下が心配されます。



感染予防と体力低下、どちらも取り組まないといけませんが、試行錯誤の状況です。サロンのメンバーの方への介護予防の情報提供、独居の方や閉じこもり傾向の方に連絡、必要に応じ訪問し支援をします。

西東京市では七五歳以上の方に「おうち時間応援パック」としてトレーニングバンドやクリンタオル、小学生からのメッセージなどを配布しています。訪問時に活用を促しています。

取り組んでいる方とそうでない方がおりましたが、どの方も小学生からのメッセージには感動されていたのが印象的です。また、高齢者からサロン再開

の希望を多く耳にします。活動だけでなく「メンバーに会いたい」という「つながり」の大切さに改めて気づかれます。

自粛生活の中での体力低下を予防していく、安全な環境を整え地域活動を戻していく、大きな課題です。

包括的・継続的ケアマネジメント

高齢者が地域で安心して生활できるよう、地域における多職種相互の連携協働の体制作りや個々のケアマネジャーへの支援を行っています。ケアマネジャーの実践力向上に向けた支援として、研修会や交流会の開催、困難事例の後方支援を行っています。

また、高齢者の支援において、家族が何らかの問題を抱えており、高齢者への支援だけでは問題が解決しない場合があります。家族の状況に応じ、医療・福祉・教育などの関係機関との連携を図っています。

地域課題

日々の業務からの気づきや、ケアマネジャーの支援でもある地域会議を開催すること

で、地域の課題が見えてきます。

認知症に対する地域の理解をもっと深めたい、交通の便が悪く買い物に行けない、歩いて通える範囲に居場所がない、樹木やごみ屋敷の片付けができない、高齢者の運転免許返納がスムーズにいかない、土日夜間のサービスが少ないなど、さまざまな課題があります。

地域ケア会議は包括が主催で行う会議です。個別課題解決、地域の関係機関のネットワークを構築し、資源開発や政策提言の機能も持つ重要な会議です。コロナ禍ではありますが、安全な環境下で地域ケア会議の開催に努めています。

最後に

人生の先輩であり、厳しい時代を生き抜いてきた高齢の方が、地域で安心して生活ができるよう、日々の相談や地域との関わりを大切にしていきます。経験のない自粛やストレスの中、高齢者が健康を維持し、この時期を乗り切れるよう取り組んでいきます。

決算報告

【法人全体（総括）】

収入	
介護保険事業収入	608,082
老人福祉事業収入	330,737
医療事業収入	9,926
その他の事業収入	19,923
経常経費寄附金収入	10,998
受取利息配当金収入	2
その他の収入	9,541
積立資産取崩収入	5,407
拠点区分間長期借入金収入	10,636
拠点区分間繰入金収入	9,563
事業区分間繰入金収入	22,681
合計	1,037,496

(単位：千円)

支出	
人件費支出	716,627
事業費支出	148,780
事務費支出	72,196
その他の支出	6,145
固定資産取得支出	7,597
ファクス・リース債務の返済支出	714
その他の施設整備等による支出	2,991
積立資産支出	39,566
拠点区分間長期貸付金支出	10,636
拠点区分間繰入金支出	9,563
事業区分間繰入金支出	22,681
当期資金収支差額	0
合計	1,037,496

【本部拠点区分】

収入	
経常経費寄附金収入	10,498
受取利息配当金収入	1
その他の収入	458
拠点区分間繰入金収入	2,579
事業区分間繰入金収入	7,770
合計	21,306

(単位：千円)

支出	
人件費支出	795
事業費支出	0
事務費支出	3,101
その他の支出	3
拠点区分間長期貸付金支出	10,636
事業区分間繰入金支出	6,771
当期資金収支差額	0
合計	21,306

【特養拠点区分】（めぐみ園 定員80名 + ショートステイ10名）

収入	
介護保険事業収入	409,090
経常経費寄附金収入	500
受取利息配当金収入	1
その他の収入	2,429
積立資産取崩収入	1,830
拠点区分間繰入金収入	2,183
事業区分間繰入金収入	2,544
合計	418,577

(単位：千円)

支出	
人件費支出	310,168
事業費支出	56,550
事務費支出	22,538
その他の支出	1,893
固定資産取得支出	3,568
その他の施設整備等による支出	917
積立資産支出	20,364
拠点区分間繰入金支出	2,579
当期資金収支差額	0
合計	418,577

【養護拠点区分】（東京老人ホーム 定員50名）

収入	
老人福祉事業収入	139,724
その他の収入	747
積立資産取崩収入	681
拠点区分間繰入金収入	1,994
事業区分間繰入金収入	2,325
合計	145,471

(単位：千円)

支出	
人件費支出	95,553
事業費支出	32,571
事務費支出	9,160
その他の支出	679
固定資産取得支出	1,485
その他の施設整備等による支出	453
積立資産支出	5,570
当期資金収支差額	0
合計	145,471

【軽費拠点区分】（東京老人ホーム泉寮 定員100名）

収入	
老人福祉事業収入	191,014
その他の収入	1,952
積立資産取崩収入	2,127
拠点区分間繰入金収入	2,807
事業区分間繰入金収入	3,271
合計	201,171

(単位：千円)

支出	
人件費支出	120,359
事業費支出	49,304
事務費支出	14,407
その他の支出	1,611
固定資産取得支出	2,543
その他の施設整備等による支出	1,136
積立資産支出	11,811
当期資金収支差額	0
合計	201,171

2019年度の決算報告をいたします。なお、詳しい内容についてお知りになりたい方は、事務室に「決算報告書」の閲覧をお申し出下さい。

【介護拠点区分】（高齢者ホームヘルプサービス事業）

収入	
介護保険事業収入	76,700
その他の収入	0
積立資産取崩収入	0
合計	76,700

(単位：千円)

支出	
人件費支出	65,631
事業費支出	0
事務費支出	4,286
アカネス・リース債務の返済支出	340
その他の施設整備等による支出	485
積立資産支出	636
拠点区分間繰入金支出	5,322
当期資金収支差額	0
合計	76,700

【デイ拠点区分】（デイサービス事業）

収入	
介護保険事業収入	21,900
その他の収入	1,739
拠点区分間長期借入金収入	10,636
合計	34,275

(単位：千円)

支出	
人件費支出	25,334
事業費支出	691
事務費支出	6,321
その他の支出	2
積立資産支出	265
拠点区分間繰入金支出	1,662
当期資金収支差額	0
合計	34,275

【居宅・訪看拠点区分】（居宅介護支援事業・訪問看護事業）

収入	
介護保険事業収入	62,821
医療事業収入	9,926
その他の収入	43
積立資産取崩収入	680
事業区分間繰入金収入	6,771
合計	80,241

(単位：千円)

支出	
人件費支出	64,807
事業費支出	0
事務費支出	8,698
固定資産取得支出	0
アカネス・リース債務の返済支出	374
その他の施設整備等による支出	0
積立資産支出	583
事業区分間繰入金支出	5,779
当期資金収支差額	0
合計	80,241

【包括拠点区分】（地域包括支援センター事業<西東京市からの受託による相談等の業務>）

収入	
介護保険事業収入	37,571
その他の収入	40
積立資産取崩収入	88
事業区分間繰入金収入	0
合計	37,699

(単位：千円)

支出	
人件費支出	30,728
事業費支出	0
事務費支出	2,317
その他の支出	1,956
積立資産支出	337
事業区分間繰入金支出	2,361
当期資金収支差額	0
合計	37,699

【配食拠点区分】（高齢者配食サービス事業<西東京市からの受託による業務>）

収入	
その他の事業収入	19,923
その他の収入	2,133
合計	22,056

(単位：千円)

支出	
人件費支出	3,254
事業費支出	9,665
事務費支出	1,367
その他の施設整備等による支出	0
事業区分間繰入金支出	7,770
当期資金収支差額	0
合計	22,056

第三四回 栄養士のパレット

いろいろな食の話題を紹介するコーナー

秋の味覚 & 栄養満点さつま芋

秋といえば、さんま・栗・きのこ・さつま芋：美味しいものが沢山出回る季節ですね。今回は秋の定番「さつま芋」についてお話をします。さつま芋はビタミンCが多く、一本で一日の必要量をほぼ摂取出来るとされています。ビタミンCはメラミン色素の沈着を押さえますので、夏に出来たシミ、そばかすのケアに有効です。また、免疫力を高め風邪を引きにくくする効果もあります。

食物繊維も豊富です。食物繊維には、水溶性と不溶性がありますが、さつま芋には不溶性食物繊維が多く含まれています。不溶性食物繊維は、消化されずに大腸まで届き、腸内の水分を吸収して便の容量を増やします。便を増やすことで腸のぜん動運動を盛んになり、排便がスムーズになります。

ヤラピンという成分も含まれています。生のさつま芋を切ったときに出来る白い液体の成分です。熱に対しても安定的で、加熱調理をしても変質しません。このヤラピンには腸の働きを促進して便をわらかにする働きがありますので、食物繊維と共に腸内環境への相乗効果が期待できます。

β -カロテンも豊富です。 β -カロテンは目や皮膚の粘膜を健康に保ち、抗酸化作

用を持つています。有害な活性酸素を消去し、老化抑制の働きがあるともいわれています。

カリウムも多く、体内的塩分バランスを調整します。水分の排出をコントロールする高血圧症にも有効です。水分の排出をコントロールする

のでおくみ対策にもなります。また、ビタミンEも豊富に含んでおり、がん発生の原因の一つである過酸化脂質の発生も抑えてくれます。

このように、さつま芋は秋のおやつやおかずにもってこいであります。皮の近くに食物繊維やヤラピンが多く含まれているので、皮は出来るだけ剥かず



ホームの食事

材料
[2人分]

- ・さつま芋・ 120g (さつま芋の約2/3量)
- ・しめじ・ 20g
- ・油揚げ・ 20g
- ・砂糖 8g (小さじ2)
- ・醤油 4 c.c (小さじ1強)

さつま芋の田舎煮

作り方

- ①さつま芋は1口大、油揚げは千切り、しめじはほぐしておきます。
- ②さつま芋をひたひたの水・砂糖・醤油を入れて10分位煮る
- ③油抜きした揚げとしめじを入れ、さらに5分ほどさつま芋が柔らかくなるまで煮て出来上がり。

例年9月にロビーで行ってきた利用者による「作品展」ですが、感染症対策のため公開開催は行いませんでした。

今年度の「いきいきさんデー」は、感染症対策のため中止となりました。

新型コロナウイルスによる感染症は、東京老人ホームにていたさまざまな地域の方との交流イベントなども中止になりました。しかし、これらは今だけの特別なことではなく、これから的新しい日常でのようになるかと考えると、今までと異なる「濃厚で近い関係」となるのでしょうか。本誌夏号は委員会の開催などを検討し、休刊としました。ここにお詫びいたします。



お問い合わせ 社会福祉法人 東京老人ホーム
住所 〒202-0022 東京都西東京市柳沢4-1-3
電話番号 042-461-2230
FAX 042-461-2280
ホームページ <http://www.tokyo-rojin-home.or.jp/>
発行 2019年10月31日 第67号（年4回発行）
☆ご意見ご要望をお寄せ下さい！

編集後記

新型コロナウイルスによる感染症は、東京老人ホームにていたさまざまな地域の方との交流イベントなども中止になりました。しかし、これらは今だけの特別なことではなく、これから的新しい日常でのようになるかと考えると、今までと異なる「濃厚で近い関係」となるのでしょうか。本誌夏号は委員会の開催などを検討し、休刊としました。ここにお詫びいたします。