

いたわい



一般社団法人 茨城県福祉サービス振興会情報紙

〔発行人〕鈴木一良 〔編集・発行所〕（一社）茨城県福祉サービス振興会
〔編集委員〕小室博俊、安藤真理子、柳下文江、桐原久雄
〒310-0851 茨城県水戸市千波町1918番地 茨城県総合福祉会館5階
TEL.029-241-6939 FAX.029-241-6799



これからの時代を生きるための知恵と対策

介護の課題は山ほど、高齢者はどう生きるのか！
解決策の一助になればと、平成5年から介護に取り
組み、現場力も経験も知見も高い能本守康氏に、「こ
れからの時代を生きるための知恵と対策」と題して
寄稿していただきました。

要介護になっても 「大丈夫、あきらめない」地域づくりを

（一社）茨城県福祉サービス振興会 理事 能本守康

進む少子高齢化

かつて、昭和25年頃の日本は高齢化率は5%でした。人口は8千万人で増加傾向、それから65年が経った平成27年の高齢化率は27%、人口は1億2千万人ほどですが、減少が続いています。今後、高齢化率は2025年（平成37年）には30%になると予測されています。

夫婦のみ、単独世帯が56%

今から30年ほど前、昭和61年当時は、高齢者の47%の方は、息子夫婦と孫との三世代で生活をしていました。それが年々減少し、平成25年には三世代家族は14%程となりました。増加したのが高齢者夫婦のみの世帯と高齢者単独世帯です。双方で56%を超えています。今後とも加速するとみられています。



まずは、家事などの生活力を身に着け、「自助」を高める

今後、夫婦のみ、または独居の高齢者が多数を占めます。

ということは、朝起きてから寝るまでの日常生活を高齢者のみで行うこととなります。

特に、独居の男性高齢者は日々の生活に対する生活力を持ち合わせていないと、日常生活もままならないということになります。

まずは、自助として、家事や役所の手続きなどを行う生活力を身に着けておくことが求められます。

そして支え合う「互助・共助」
地域の人たちと共に

もし、夫婦や一人では対応できないことが起きたら…。そのような状況に備えて、近隣や地域の人達で話し合っておくことが必要です。

地域によっては高齢者が多い住宅地が増えています。日頃から、自治会や町内会などで民生委員を交えて、災害対応や生活上の困難などについての取り決めを話し合う機会を作りましょう。一人では対応できないことは、次の手段として「お互いに」「共に」助け合う関係作りが重要です。

安心して住める地域づくりを！
「公助」

生活の中には、お互いに力を出し合っても解決できないことがあります。あるいは、どこの地域にも存在する共通した問題は、もはや個人の力では収拾がつかえません。

そうなる地域課題というレベルの対応が必要になります。これには公助としての行政の関与が必要です。あるいは専門的な知識や技術を有する人の対応が求められます。

「地域包括ケアシステム」で
地域課題に対応

地域包括ケアシステムは、日常生活上の些細な課題に対する生活支援や介護や医療といった深刻な状況にある人への支援、あるいは深刻な状況になることを防ぐための予防の取り組みなどによって構成されています。これらの多面的な取り組みを地域ごとに整備し、介護予防・日常生活支援総合事業として実践していくことが全国の自治体に求められています。早い自治体では昨年4月から実施していますが、遅くとも29年4月までにはすべての自治体で実施することになります。

もし要介護になってしまっても、
あきらめない人生を！
「目標と役割を持つ」

介護はもはや誰にでも起こる可能性があるものです。ですから、要介護になった時の心構えを持つておくことが必要です。

要介護と一言に言っても、その原因となった病気や症状によって重さは様々です。

しかし重さと深刻さとは必ずしも一致しません。一見軽いように見えても本人の感じる辛さは大きい場合もあります。重度であろうと軽度であろうと、介護がもたらす生活上の影響は大

きいものです。でも、生きているのです。これからも生きていくのです。ですから、日々を悲観的に生きても仕方がないと考えましょう。

前向きに生きる気持ちを持つことで「新しい生活が始まる」というつもりで降りかかった状況をプラスに転じてみましょう。

そのためには、生活上の楽しみや、家族や他人に対する存在（役割ともいえます）を持つことです。そしてそのことをケアマネジャーなどの支援者に伝えましょう。あとは支援者が一緒に叶える方法を考えてくれます。その仕組みが介護保険制度です。逆に言えば、目標や役割が伝わらないと支援者は何を支援していいのか分かりません。

「大丈夫、あきらめない！」要介護になっても、自分らしく生きることを求め続けましょう。



「地域包括ケアシステムにおける5つの構成要素」

能本氏の略歴

昭和39年水戸市生まれ、青山学院大学卒、平成5年(株)ケアファクトリー設立・代表、平成22年から(有)共立看護婦家政婦紹介所代表、日本ケアマネジメント学会認定ケアマネジャー、茨城県ケアマネジャー協会副会長、日本介護支援専門員協会常任理事等

お知らせ・情報コーナー

講座・研修のお知らせ

キャリアアップが笑顔をつくる

介護関係の講座、研修会を開講しています。

誰しもが介護される側、する側になる時代だからこそ知っておきたい「一般県民向け福祉講座」、基礎固めをする「初心者向け講座」、現場で役立つ技術を伝授する「介護技術講座」、緊



急時対応や感染予防など医療知識を深める「医療講座」や「感染症対策講座」などを用意しました

ワイン・ワインのために

28年度は、「生活相談員スキルアップ講座」も用意しました。利用者も介護者も、もっとワイン、ワインで過ごせることを期待しての開講です。

また、昨年好評であった「シナプソロジーのインストラクター養成講座」に加え、新たに、「ナラティブってなんだろう」などの講座も準備しています。

輝き続ける職場のために

管理者のスキルアップ、指導者の技量向上のための「新任管理者研修」、指導者のための介護技術講座、次代を担う「人材育成講座」なども開いています。

現場力、実践力ある講師陣

講師陣は、現場力、実践力があり、専門分野を極める方々を配しました。

詳細はホームページで

50の講座を開講しています

詳細は、当会発行「介護講座・受講者募集案内」又は「茨城県福祉サービス振興会ホームページ」をご覧ください。定員に達し、受付を終了した講座もありますので、ホームページで確認して申し込んでください。お願いします。

問い合わせ先

029 (241) 6939
 (一社) 茨城県福祉サービス振興会
 研修担当

福祉用具展示ホールの案内

見る・聞く・試す・選ぶ・
 実習する空間

場所 茨城県総合福祉会館2階
 水戸市千波町1918
 開館時間 9:00～17:00
 休館日 土・日・祝祭日・年末年始
 展示ホール見学(随時見学可)
 ・展示品約300点・DVDの視聴
 ・福祉用具の試用体験
 福祉機器特設展示コーナー
 ・最新の福祉用具の展示
 (月替りで新機器紹介)

DVD・図書貸し出し

- ・介護関係DVD88本
- ・図書58冊
- ・2週間以内
- ・一人、一回、3点まで
- ・料金無料

相談・案内

- ・福祉用具の使い方、選び方
- ・介護保険が利用できる福祉用具、住宅改修



問い合わせ先

029 (244) 4425
 (一社) 茨城県福祉サービス振興会
 展示・相談担当

茨城県訪問介護協議会



今こそ手を取り合って
共に明るい未来を…
茨城県訪問介護協議会

住所：〒310-0851 水戸千波町1918
電話：029-243-8561
FAX：029-241-6799

住み慣れた家でいつまでも
訪問介護は、高齢者や障害者の「住み慣れた家で暮らしたい」という思いを支えています。しかし、訪問介護への世の中の評価は、悲しいぐらい低く、「炊事や洗濯をする誰にでも出来る仕事」と思っている方も多いと思います。それは、大きな間違いです！出来ないことをただ手助けしているのではないのです。出来るが増えるように、また、継続して出来るように支えています。それが「住み慣れた家でいつまでも暮らす」ことに繋がります。

断力や応用力、コミュニケーション能力がなくては出来ない仕事なのです。介護職のエキスパートと言っても過言ではありません。
参加をお待ちしています
茨城県訪問介護協議会は、茨城県ホームヘルパー協議会を発展させて組織した団体です。訪問介護事業の様々な課題の解決、ヘルパーやサービスマスターの研修、他職種との連携、行政との意見交換や提言を行ってまいります。多くの関係者の参加をお待ちしております。

ヘルパーは、
介護職の
エキスパート

訪問介護は、個人のお宅でケアを行うため、十分な用具が揃っていないわけでもなく、医師や看護師がいるわけでもない、何かあった時自分で判断、対処をしなくてはなりません。介護の仕事の中でも一番専門的知識や技術、判断力が必要です。

株式会社内田洋行 ITソリューションズ 水戸オフィス



写真：介護情報総合記録シート

住所：〒310-0021 水戸市南町3-4-10
水戸FFセンタービル2F
電話：029-227-3057
FAX：029-231-7885
代表者：代表取締役社長 新家 俊英
URL：http://www.uchida-it.co.jp
E-mail：y.otsuka@uchida-it.co.jp
担当：大塚 勇児

社は、お客様のコンピュータ要員に変わって何でも相談頂けるよう30年以上前から水戸にオフィスを構え、地元密着でワンストップサービスを実施しています。
利用者の要介護度上昇への対応 『絆総合記録シート』を開発

全国高齢者ケア研究会の泉田と共同で最も介護現場に適した「絆総合記録シート」を開発しました。

利用者一人一人の介護記録、医療情報を一週間分一目で見える事の出来る管理方法で、いち早くご利用者様の体調変化に気づき対処できるように注目を浴びています。（詳細は気軽にお問い合わせ下さい）

編集後記

同輩がボツリボツリと鬼籍に入り始めた。これからは、老いた女房と健康的に暮らすに足るほどのお金があれば良い、と言っていた知人の言葉に、同意を覚える。昔、馬琴が講演会で「三老」とは老妻、老健、老金と語っていた事が現実となり、どれが欠けてもダメだと自分を諭す。私も紛れることなく老人の域。ヘア〜つるかめ つるかめ (小室)

**高齢者介護システムにより
サービス向上と業務の効率化
顔の見えるサポート**
今日、介護現場でのコンピュータ利用は必要不可欠なものです。そこで当

業務内容

- ・高齢者介護システム「絆シリーズ」の販売及びサポート
- ・社会福祉法人向け会計システム「福祉大臣」「大臣シリーズ」（人事・給与・就業）の販売
- ・福祉・介護現場におけるIT化（サーバ、パソコン、ネットワーク機器、コンピュータセキュリティ機器及びソフトウェア等の販売及びサポート）