

◎第1章

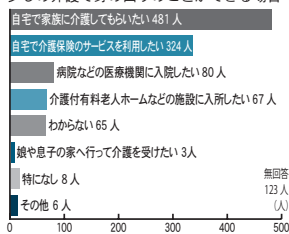
現状を知る

平成 12 年 4 月から始まった介護保険制度。スタートして 10 年がたちましたが、邑楽町の高齢者や介護の状況などがどうなっているのか、第 4 期邑楽町高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画などで調べてみました。

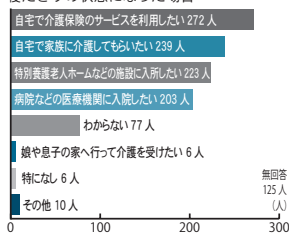
◀第4期邑楽町高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画は、住み慣れた地域で自立した生活を安心して続けるための実現に向け、平成21年3月に作成。3年を1期とする事業計画の作成が法律で義務づけられている。

Q介護が必要になったらどうしたいですか？（複数回答）

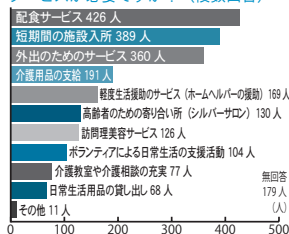
少しの介護で身の回りのことができる場合



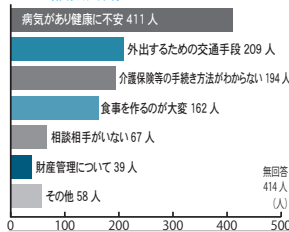
寝たきりの状態になった場合



Q 自宅で生活をするためにはどんなサービスが必要ですか？（複数回答）



Q日常生活で困っていることがありますか？（複数回答）



人です。このまま高齢化が進
ば、平成27年には町民の4人に
人が高齢者となる、超高齢社会
なることが予想されます。

また、民生委員調査によると、

要介護（要支援）認定者
10年間で2倍以上に増加

家族で介護することになった時、だれに相談していいのか、どうしていいのかよくわかりません。次に町地域包括支援センターで、お話を聞いてみたいと思います。

また、左表の高齢者生活意向調査では、介護が必要になった時、自宅で介護をしてもらいたい、または自宅で介護サービスを利用して過ごしたいという高齢者が多くを占めています。やはり住み慣れたわが家で老後を過ごしたいですね。でも、私がそうでしたが、

4人に1人が高齢者
超高齢社会を迎える



街角特派員
齋藤史子さん
(新中野・33区)

「高齢者の一人暮らし」または「高齢者のみの世帯」は、全世帯の約1割を占め、さらに高齢者人口の27%になります。

厚生労働省の「国民生活基盤調査」によると、健康上の問題で日常生活に影響のある高齢者は、高齢者全体の2割程度で、高齢者の8割は元氣な高齢者というデータ

援認定者は、8336人。制度が
始まった当初の要介護（要支援）
者は339人でしたので、この10
年では2倍以上に増加したことに
なります。要介護者が増え続け、
それを支える人（65歳未満の人）
は年々少なくなっており、家庭や
地域の介護力低下が懸念されると
ころです。

また、左表の高齢者生活意向調

◎要介護（要支援）認定者数の推移

	年月 認定者数	12年4月 339人	17年4月 634人	22年4月 836人
				97人
				115人
			73人	
			101人	153人
			94人	161人
			93人	
要介護5	50人			
要介護4	63人			
要介護3	57人			151人
要介護2	72人		193人	
要介護1	61人			159人
要支援	36人		80人	

◎人口・高齢者数・高齢化率の推移

年月	12年4月	17年4月	22年4月
町の人口	27,828人	27,921人	27,464人
65歳未満の人口	23,819人 (14.41%)	23,280人 (16.62%)	21,753人 (20.79%)
65歳以上の高齢者の人口	4,009人 (14.41%)	4,641人 (16.62%)	5,711人 (20.79%)

●街角特派員レポート

住み慣れたまちで

生き生きと暮らしたい

●街角特員は、読者の皆さんの代表です。毎年公募で決定。一人が年2回ずつ、「広報おうら」にレポートを掲載します。町づくりの方向への意見や気になる事業の進捗状況または自分が皆さんにアピールしたいことなど、突撃取材と顔に衣着せぬ一言で、皆さんの「そこ」が知りたいたい」に答えます。

●よっていがっせ

高齢者の憩いの場。毎週月・水・金曜日の午前9時30分～午後3時まで、趣味や食事などで楽しい時間を過ごしている。

27年前、義父母（共に70歳と同居する）となりました。もうすでに義父は肝臓ガンを冒されて、79歳で他界。残された義母は喪失感から、うつ状態に。そして、認知症になってしまいました。

夫と二人で世話をしていたが、今度は夫が脳梗塞で他界し、義母は寝たきりの要介護Ⅲに。送方にくれましたが、在宅介護をすることにした。訪問看護と訪問入浴、訪問診療、エアマット付きベッドを借り、ショートステイも利用。でも、慣れない介護に疲れてきて、24時間看護張ってないせいか不眠症になり、夫の死に対する喪失感も加わり、「介護うつ」に。

「人は生まれ、老い、病気をし、死ぬ…。『生老病死』は当たり前。いづれ我身と思いつつ、頑張り続けて糸が切れ」

他人に言えない苦しみを、だれが知ろうか逃げるに逃げられぬこの泥沼を……

今では、認知症・介護予防サポーター養成講座や介護者サロンに参加し、講師の堀井さんのお人柄と、よき仲間知り合えて、やつと前向きな考え方になりました。悩みを人で抱え込まないで、助け合い、苦しみを分かち合い、共に生きていける、やさしい町なんだと思うようになりました。

今回の特派員レポートでは、邑楽町の高齢者・要介護者の現状を知り、介護についての利用や相談はどうしたらよいのかを皆さんに知ってもらい、参考になればと思います。そして、住み慣れた地域で安心した老後を過ごすにはどうしたらよいのかを考えるきっかけになればと思います。

住み慣れたまちで生き生きと暮らしたい

今後の予定…

■高齢者虐待防止のための出前講座

群馬県高齢者虐待対応専門職チームの協力を得て、虐待防止のための講座を開催します。法律のやさしい理解と虐待の早期発見のポイントをアドバイスします。また、相談にも応じます。

▼期日 12月8日(木)

▼時間 午後1時30分～3時30分

▼会場 保健センター

▼対象 制度を学びたい人や相談してみたい人、民生委員、介護保険関係者など

▼定員 40人

▼申込方法 電話で申し込む

■成年後見制度学習会

成年後見制度とは、知的障害や精神障害、認知症などで自分の意思をしっかりと伝達できない人や判断力の乏しい人などの生活と権利を守るために、本人に代わって法律行為などを行う代理人を選任する制度。学習会では、初歩的なレベルから具体的な内容までわかりやすく学びます。また、相談にも応じます。

▼期日 平成23年1月19日(木)

▼時間 午後1時30分～3時30分

▼会場 保健センター

▼対象 制度を学びたい人や相談してみたい人など

▼定員 40人

▼申込方法 電話で申し込む

▼申込・問合先 町地域包括支援センター☎80-9300

邑楽町地域包括支援センター☎80-9300

▼場所 邑楽町保健センター内(中野2570-3)

▼休館日 土・日、祝日、年末年始

▼開館時間 午前8時30分～午後5時15分

群馬県認知症コールセンター

▼相談日 月～金曜日(祝日、年末年始を除く)

▼時間 午前9時～午後6時

▼開館時間 午前8時30分～午後5時15分

▼問合先 ☎027-269-4432、☎027-264-3522

お気軽にご相談ください



高齢者やその家族の総合相談窓口、邑楽町地域包括支援センター

ほかに、その家族の相談窓口にもなっています。平成21年度のセンターへの相談件数は、211件。そのうち31件は、センターに來所するのが難しい高齢者への訪問相談です。相談の中でもっとも多いのが、介護を受けたいけど、どのように手続きをすればよいのかということ。介護保険制度が始まって10年たちましたが、介護が必要となるまでは、なかなか利用については知られていません。

また、高齢者の心身の状況や生活実態の把握を通じて専門的な支援を行ったり、相談の内容に応じた情報提供。本人や家族が要介護認定の申請に行くことができる場合などは、手続きを代行しま

す。また、センター以外でも指定居宅介護支援事業者や介護保険施設などでも代行してもらうこともできます。

センターの役割は、高齢者の生活を総合的に支援していくことです。高齢者が住み慣れた地域で自立した生活を安心して送れるよう、関係機関と連携しながら介護予防などに積極的に取り組んでいます。また、高齢者に関することと、相談や悩み事などがありましたら、早めにお気軽にセンターへご相談ください。

■高齢者に関する相談や悩み事はセンターへ

高齢者が元気で自立した生活を送ることができるよう、平成18年4月から介護保険制度が見直されました。中でも、これから介護状態になるおそれがある人を対象に

■転倒・骨折が原因でそのまゝ介護状態に…

・要介護高齢者を担当するケアマネジャーが抱える困難事例に関して助言を行うなど

④高齢者の権利擁護 虐待の早期発見・防止

・生活相談や成年後見制度の相談・隣の家の犬の吠え声や騒音が聞こえたり、最近ようすがおかしいなど

・今後、介護状態になる可能性がある人の予防支援など

③介護支援専門員(ケアマネジャー)支援

・要介護高齢者を担当するケアマネジャーが抱える困難事例に関して助言を行うなど

④高齢者の権利擁護 虐待の早期発見・防止

・生活相談や成年後見制度の相談・隣の家の犬の吠え声や騒音が聞こえたり、最近ようすがおかしいなど

・今後、介護状態になる可能性がある人の予防支援など

③介護支援専門員(ケアマネジャー)支援

◎第2章 介護の窓口

介護が必要になったとき、どのように手続きしていいのか、どこに相談していいのかわかりませんでした。そこで、介護の総合相談窓口として機能している邑楽町地域包括支援センターでお話を伺ってきました。

■高齢者を支える町の総合相談窓口

邑楽町地域包括支援センター(以下、センター)は、高齢者が住み慣れた地域で、その人らしい生活を送るために高齢者の生活を支える機関として平成18年4月に設置されました。センターでは、保健・福祉・介護に関する専門スタッフとして保健師・社会福祉士・主任介護支援専門員が連携して介護予防ケアマネジメントや相談事業などを行っています。主な業務は、次の4つになります。



町地域包括支援センター社会福祉士 堀井雅明さん

①総合相談

・福祉サービスを利用したい・困ったことがあるので相談にのってほしいなど

②介護予防ケアマネジメント

・介護予防サービスのケアプラン作成

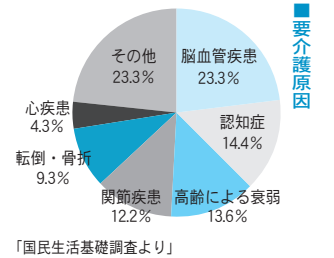
・今後、介護状態になる可能性がある人の予防支援など

③介護支援専門員(ケアマネジャー)支援

・要介護高齢者を担当するケアマネジャーが抱える困難事例に関して助言を行うなど

④高齢者の権利擁護 虐待の早期発見・防止

・生活相談や成年後見制度の相談・隣の家の犬の吠え声や騒音が聞こえたり、最近ようすがおかしいなど



介護予防サービスが提供されるようになりまし。具体的には、①運動器の機能向上、②栄養改善、③口くうケア、④閉じこもり・うつ・認知症の予防・支援など。

また、介護状態になる原因の一つに転倒による骨折があります。加齢とともに足腰が弱くなった高齢者が、骨折して入院するとそのまゝ介護状態になる場合があります。町では、おきあがりこぼし教室やますます元気教室、3B体操などの体力・筋力向上のための教室を実施。多くの皆さんに参加していただいています。今後も各種教室を実施していきますので、ぜひご参加ください。

■来所が困難な場合は訪問して相談に応じます

センターでは、高齢者の相談の

できるだけ介護を受けないために

ますます元気教室

ますます元気教室は、体力をつけたいとか歯や口の中が気になるシニア世代の人を対象に健康で自立した生活を送るための教室です。毎月2回開催しています。ぜひ、ご参加ください。



音楽療法教室

音楽療法教室は、音楽が脳に働きかけ、ストレス解消や認知症予防にも効果があるといわれています。身近な音楽にいやされながら健康づくりをしてみませんか。



介護予防サポーター講習会

介護予防サポーター講習会は、介護を受けないようにするにはどうしたらよいのかを学びます。口くうケアや栄養改善、認知症の理解と予防、介護予防の運動指導や体操を学びます。



介護予防を学び、悩みを相談する

介護者サロン

介護は長期にわたることが多く、家族だけで頑張っても限界があります。介護者同士のいろいろな悩みや相談、交流などで、介護者の心身のストレスを緩和することが必要です。





◎千原田向地・9区
区長
川島昌美さん

地域のつながりは大切

近年、高齢化が進んでいますが、民生・児童委員さんやふれあい・ボランティアの皆さんがよく協力してくれるので助かっています。これからも、みんなが笑顔で安心して暮らせるように地域のつながりを大切にしていきたいです。



◎9区ふれあいサロン
事務局長
田口重子さん

みんなの笑顔のために
区の皆さんには、義母の
100歳の祝いをしていた
だいて感謝しています。9
区ふれあいサロンで用意
する食事はみんな手作り。
これからも民生・児童委員
さんやボランティアの人
たちと一緒に、おいしい昼
食を用意していきます。



◎ボランティア
民生・児童委員
清水喜久江さん

真心込めて食事を作る
事務局長の田口さんやボランティアの皆さんと一緒にお手伝いをしています。皆さんのおいしく食べている笑顔を見ると、作ってよかったと思いますね。これからも、皆さんに喜んでもらうために、真心込めて食事を作っていきます。



◎利用者 76歳
千原田向地・9区
清水久美さん

温かい雰囲気が好き
田口さんの100歳の誕生会に当たって、日本舞踊を披露しました。ふれあいサロンは、みんな友達や家族のように何でも話ができるので、この温かい雰囲気が大好き。これからも、お茶したりお話ししたりして利用したいと思います。

Interview

9区ふれあいサロンに参加した人たちに話を聞きました

さんをはじめ、民生・児童委員さん、ふれあい・ボランティアの皆さんを中心に手作り料理や楽しいゲームなどいろいろなイベントを開催。昼食の準備などは、手間がかかるとありますが、利用者の皆さんの「おいしい」の一言がおいしい手作り料理の源だそうです。食事の準備をする役員さんたちの呼吸はびったりで手際がよく、あっという間に用意されました。

今日の主役は、この日100歳を迎えた田口リトさん。お祝いに付けた町長のお金さくらから慶状と花束、記念品などが手渡されました。100歳になると内閣総理大臣と群馬県知事などから慶状が届くのだそうです。その慶

写真を撮影。区長さんや町長の金子さんのあいだで、田口リトさんの100歳誕生会がスタート。手作りの料理を前にして、ケーキの上に立てられたろうそくを一息で消すリトさん。とても100歳とは感じられないほど元気です。

リトさんは、農業をしながら8人の子どもを育てたそうです。好き嫌いなく何でもよく食べ、特にしょうばいものが好きで、中でも明太さんが好きというリトさん。最もまで、自宅で草花を育てていたそうです。長生きの秘訣はと聞くと、何でもよく食べるけど、腹八分目を心掛けていますと話してくれました。リトさんは、ふれあい

地域全体で高齢者を支えることが大切

9区ふれあいサロンの利用者は、70歳代から100歳のリトセーラムまでの高齢者。でも、こうして元気な笑顔を見ていると、地域全体で高齢者を支えることで、健康寿命を延ばすことにつながるのだと思います。そして、それは介護保険の対象者を減らすこともつながっているのです。

地域全体で高齢者を支えることが大切

サロンの利用で毎回欠かさず参加。みんなでお茶をしながら、気兼ねなく楽しくおしゃべりすることで充実した生活を送っているのだそうです。



11月15日に開かれた9区ふれあいサロン。100歳を迎えた田口リトさんを囲んで誕生会を開きました。

ふれあいサロンは地域のお年寄りの憩いの場です

◎第3章

地域で支える

ふれあいサロンは、地域住民が中心に運営する楽しく、気軽にだれでも参加できる「つどいの場」。和気あいあいとした雰囲気の中、お茶会や楽しいゲームなどを行うことにより、閉じこもり予防・社会参加のきっかけづくりを目的としています。

ふれあいサロンで
田口リトさんの誕生会

11月15日午後2時、9区公民館で100歳を迎えた田口リトさん
の誕生会があると聞いて伺いまし
た。ここ千原田向地・9区は、人
口369人、129世帯で、65歳
以上の高齢者は約90人。この公
館に行政区の役員さんやふれあい
サロンの利用者の皆さん30人ほ
どが集まっていました。

ふれあいサロンは平成16年9月に発足。区長さんや事務局長さん



①田口リトさん。明治43年11月15日生まれの100歳。ふれあいサロンが楽しみで、毎回参加してのり。好き嫌いな何でもよく食べて、特に明太子が好物。長生きの秘訣は、腹八分目を心掛けること。草花が好きで、中でもバラがお気に入り

②清水久美さん。日本舞踊を披露。始めて50年近くになる華麗な踊りで、100歳のお祝いに華を添えた

9区ふれあいサロン

住み慣れたまちで生き生きと暮らしたい

名称	活動拠点
第2区ふれあい広場	第2区公民館
3区いきいきサロン	第3区公民館
前原ふれあいサロン	前原公民館
第五区天王元宿ふれあい広場	天王元宿公民館
第六区ふれあいひろば	第六区公民館
七区ふれあいサロン	第7区区民館
いきいきサロン	第八区公民館
ふれあいサロン	千原田公民館
よってがっせ	11区公民館
ふれあいサロン	鶴区民館
13区ふれあいサロン	鶴区民館
鶴新田ふれあい会	鶴新田集会所
光善寺ふれあいいきいきサロン	光善寺公民館
くつろぎサロン藤の会	藤川転作促進集落センター
ふれあいサロン	秋妻公民館
一本木げんき村ふれあいの里づくり事業	一本木公民館
ふれあいサロン	石打構造改善センター
ふれあいサロン	住谷崎公民館
坪谷ふれあいサロン	坪谷稲荷神社社務所
ふれあい仲良しサロン	第23区公民館
24区ふれあい会	宮内集会所
27区ふれあいサロン	十三軒集落センター
ふれあいサロン	埋塚総合研修センター
29区ふれあい地域づくり	本郷江原集落センター
ふれあいサロン新中野	邑楽町立集会所
いきいきエンジョイサークル明野	明野公民館

ふれあい地域づくり事業実施団体

みんな手作り料理を
持ち寄って集まる

この谷中蛭沼・11区の人口は、1、161人、432世帯と、邑楽町では人口の多い行政区。その内65歳以上の高齢者が約250人と高齢化が進んでいます。10年くらい前に、社会福祉協議会の援助を受けながら、区長や民生・児童委員などを中心に「よってがっせ」を立ち上げました。

11月14日午前10時、11区公民館に地域のお年寄りが自転車や徒歩で集まってきました。中には、前日から準備をし赤飯を作ってきた人。もつ煮を作ってきた人、煮物や漬け物を用意してきた人など。

よってがっせは、年間10回開催。カラオケや健康ダンス、百万遍、金婚式、コンサートなどいろいろな催しを企画しています。発足から10年がたち、地域の利用者も増えてきたそうです。

集う人みんなが明るく元氣になってほしい。また、地域の人たちが、気兼ねなく気軽に参加してほしい、と願いを込めて命名されたよってがっせ。地域のお年寄りのお茶会の場、憩いの場として、11区公民館には毎回いきいきとした笑顔があふれています。どうぞ、気軽によってがっせ。

よってがっせは地域の
お茶会の場、憩いの場

Interview

よってがっせに参加した人たちに話を聞きました



◎利用者
85歳 谷中蛭沼・11区
大野ハルさん



◎利用者
91歳 谷中蛭沼・11区
物江イクさん



◎ボランティア
民生・児童委員
今寺洋子さん



◎町地域包括支援センター
保健師
小林葉子さん

みんなの喜ぶ顔が見たくて
みんなの喜ぶ顔が見たくて、毎回、全員分の赤飯を炊いてきます。前の日から仕込みをして、当日も早朝から準備をしますが、ここに来るのが楽しみなので、全然おっくうではないですね。みんなで食事をしたりお茶をしたりするのが、とても楽しみなんです。

毎回楽しみにしています
10年前に邑楽町に引っ越してきました。5年くらい前からよってがっせを利用して、友達がたくさんできました。みんなの元気な顔を見たり、おしゃべりしたりしてとても楽しいです。毎回楽しみに参加しています。

多くの人に利用してほしい
6年前から民生・児童委員をしています。よってがっせでは、行政区の役員さんと一緒に、昼食の手配やお茶菓子などを準備。でも、だいたいの料理は利用者の皆さんが家で作ってきてくれるので、とても助かります。一人でも多くのかたに利用してほしいです。

転倒予防で楽しい暮らしを
介護が必要になる主な原因に、高齢による体力の衰えのほかに転倒による骨折があります。軽体操は、足腰の強化を中心に介護予防に効果があるとされる体操。また、認知症予防には、指や手を使った体操が効果があります。手軽にできるのでぜひ続けてほしいです。



11月14日に開かれた、よってがっせ。持ち寄った料理を囲んでの昼食では会話も弾みます

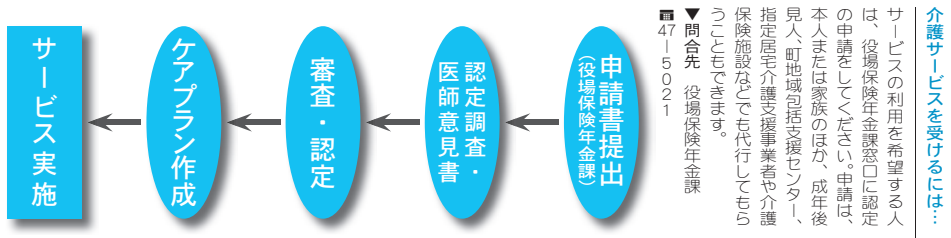


11月14日に行われた軽体操。転倒予防や認知症予防に効果がある体操を、ゆっくり1時間かけて行いました

よってがっせ
第11区いきいき茶話会

2

住み慣れたまちで生き生きと暮らしたい



◎第4章

負担の軽減

介護は、要介護者本人の要介護度や目標などによっていろいろなサービスが利用できます。その中で、訪問介護やデイサービス、グループホームをサービス提供している事業所にお伺いしお話を聞いてきました。

デイサービスセンターで自分らしく過ごして



邑楽町デイサービスセンター
 介護施設係長
 小澤友美さん

デイサービスは、在宅の高齢者などに日中過ごしていただく施設で、入浴・給食のサービスを提供するほか、健康チェックや日常動作訓練などを行います。

邑楽町デイサービスセンターの特徴は、ボランティアでの講師の協力により習字・生け花教室や軽体操、カラオケなどのレクリエーションをしたり、マジックショーやフラダンス、オカリナ演奏などを鑑賞したりしていること。また、四季を感じてもらおうと、花見や夏祭り、運動会、クリスマス会、初詣などを行っています。

利用料金は、介護保険法による基本料金と昼食代一日100円（入浴は別途50円）、教室参加材料費など。13人の職員が交代で勤務していますが、利用者への声の掛け方には、特に気を遣っています。その人によって、感じ方が違うからです。でも、利用者のかたがたのお手伝いをさせていただいたときに、「ありがとう」という

言葉を掛けてもらうと、うれしいですね。

介護保険制度が始まって10年たちますが、利用者のニーズが変わってきているように思います。それは利用に当たって本人の意思よりも、昼間家族が仕事で留守になつてしまひ、日中一人になるのが心配になるなど、家族の要望による利用が増えました。

私たち職員は、利用者本人の意思を尊重し自宅のような感覚で過ごしてもらえたらと心掛けています。そして、その人を理解し、その人らしく生きていけるお手伝いをしていきたいと思っています。



邑楽町社会福祉協議会
 居宅介護係長
 柏山雅崇さん

訪問介護・訪問入浴で真心を宅配します

訪問介護（ホームヘルプサービス）は、日常生活で介護や家事の援助を必要とする、介護認定を受けている人や障害者などの家庭にホームヘルパーが同ってサービスを提供するものです。具体的には、身体介護（食事・入浴・排泄）などの介助、洗髪、身体清拭

など）や生活援助（食事の準備や調理、洗濯、掃除など）があります。また、相談にのったり、助言をすることもあります。

訪問入浴は、寝たきりなどで、一人で入浴するのが困難な方へサービスを行うもので、要介護度の高いかたがほとんどです。移動入浴車で、介護員と看護師が訪問し、組み立て式の浴槽を居室に持ち込み入浴介護をします。

訪問介護は、相手の生活の場に入ってサービスをし、訪問する際は、本人だけでなく家族とのコミュニケーションを大切にしながらのサービスを心掛けています。また、ホームヘルパーが行った掃除でも、利用者本人との「きれいな」レベルが違うこともあるので、その人自身の価値観を尊重するように心掛けています。ホームヘルパーは、目に見えるサービスだけでなく、利用者本人にとって、気持ちのいい生活が送れるよう真心込めてお手伝いをしていきます。

グループホームでその人らしい生活を

グループホームは、5～9人の認知症高齢者が専門の介護者のケアを受けながら、家庭的な雰囲気の中で、生活を送ることにより認

イベントなどにも参加していただいています。それは、職員と家族が協力し合い、共に悔いを残さない介護をしたいという思いからです。平成15年5月に開所してから、9人のかたを見取りました。でも、家族も職員もみんな後悔していません。命の重さを、しっかりと受け止め、安心して看取っているからなのです。

住み慣れたところで住み続けるのが一番。これからは、家族と職員、地域などが手を取り合って、利用者一人ひとりの心を理解し支えていきたいと思います。

利用者の部屋（つむぎの里）



サービスの名称	サービスの内容
訪問介護（ホームヘルプ）	ホームヘルパーが居宅を訪問し、身体介護や生活援助（食事・掃除・洗濯・買い物など）をします。
訪問入浴介護	介護員と看護師が居宅を訪問し、移動入浴車などで入浴介護をします。
訪問リハビリテーション	理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が居宅を訪問し、リハビリをします。
居宅療養管理指導	医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士などが居宅を訪問し、療養上の管理や指導をします。
訪問看護	疾患などを抱えている人について、看護師が居宅を訪問して、療養上の世話や診療の補助をします。
通所介護（デイサービス）	通所介護施設で、食事、入浴などの日常生活上の支援や、生活行為向上のための支援を日帰りで行います。
通所リハビリテーション（デイケア）	老人保健施設や医療機関などで、日常生活上の支援や生活行為向上のためのリハビリテーションを日帰りで行います。
特定施設入居者生活介護	有料老人ホームなどに入居している高齢者に、日常生活上の支援や介護を提供します。
短期入所生活介護（ショートステイ）	福祉施設に短期間入所して、日常生活上の支援（食事、入浴、排泄など）や機能訓練などが受けられます。
短期入所療養介護（医療型ショートステイ）	老人保健施設などに短期間入所して、医療上のケアを含む日常生活上の支援や機能訓練、医師の診療などが受けられます。
介護老人保健施設（老人保健施設）	病状が安定している人に対し、医学的管理のもとで看護、介護、リハビリテーションを行う施設です。医療上のケアやリハビリテーション、日常的介護を一体的に提供します。
介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）	寝たきりや認知症で日常生活において常時介護が必要で、自宅では介護が困難な人が入所します。食事、入浴、排泄などの日常生活介護や療養上の世話を受けられます。
介護療養型医療施設（療養病床等）	急性期の治療は終わったものの、医学的管理のもとで長期療養が必要な人のための医療機関です。医療、看護、リハビリテーションなどが受けられます。
小規模多機能型居宅介護	通所を中心に、利用者の選択に応じて訪問系や泊まりのサービスを組み合わせ、多機能なサービスを受けられます。
地域密着型特定施設入居者生活介護	定員が30人未満の小規模な介護専用の有料老人ホームなどで、食事・入浴、機能訓練などのサービスを受けられます。
地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護	定員が30人未満の小規模な介護老人福祉施設に入所する人が、食事・入浴、機能訓練などのサービスを受けられます。
認知症対応型通所介護	認知症高齢者を対象に、食事や入浴、専門的なケアが日帰りで受けられます。
認知症対応型共同生活介護（グループホーム）	認知症高齢者が、共同生活をする住宅で、スタッフの介護を受けながら、食事・入浴などの介護や支援、機能訓練を受けられます。
夜間対応型訪問介護	24時間安心して住居生活が送れるよう、巡回や通報システムによる夜間専用の訪問介護サービスです。
福祉用具貸与	車いす、特殊寝台、移動用リフト、歩行支援具、認知症老人はいい感知機器などを貸与するサービスです。
特定福祉用具販売	腰掛け便座、特殊尿器、入浴補助用具、簡易浴槽、移動用リフトのつり具などを指定された業者から購入したとき、購入費が支給されます。
在宅改修費支給	手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修をしたとき、20万円を上限に費用が支給されます。自己負担は1割。

住み慣れたまちで生き生きと暮らしたい



◎最終章

家族の介護

小幡（旧姓上武）洋次郎さんと兄弟姉は、98歳になる母静子さん（馬場大林・25区）を訪問介護サービスなどを利用しながら自宅で介護しています。そこで、ふだん介護しているようすなど、お話を伺ってきました。

◎小幡（旧姓上武）洋次郎さん

足利市在住。1か月のうち約20日間を母静子さんと一緒に過ごす。一日一日を大切に、兄弟姉と一緒に母の介護をしている。

98歳になる母は、10年以上前から社会福祉協議会の訪問介護などを利用しています。昨年5月に転倒して背骨を圧迫骨折。約半月入院してから寝たきりに。耳が少し遠くなりましたが、家族の話すことは理解できますし、しっかりしているんですよ。夜は隣の部屋で寝ますが、何かあった場合は、手元にあるブザーで知らせてください。昔からあまり出掛けるのが苦手な母は、家が一番居心地いいんですよ。子ども思いの母でしたので、育ててもらった恩返しに、感謝の気持ちで一日一日を共に大切に過ごしていきたいです。

◎上武静子さん

大正元年8月20日生まれ。98歳。昔から働き者で、辛抱強く、子ども思い。相撲、野球などのスポーツ番組や歌番組が大好き。現在の介護度は4。週6日、月～土曜日の1日3回の訪問介護と週1回の訪問入浴を利用。毎週金曜日の訪問入浴を楽しみにしている。

取材を終えて

どんな人でも、年をとって、やがて人生を終えるときがやってきます。決して遠い将来ではないことを、一人ひとりが真剣に考えていかなければなりません。

特派員として、いろいろ取材していく中で一生懸命に介護に関わっている人たちが、地域の高齢者を支える人たちがいることを知りました。心強く感じたのと同時に、私も何か自分ができることをお手伝いし、いずれお世話になる時に、お願いしようと思いました。

昔と違って今は、少子高齢化や核家族化が進んでいる中、先の見えない介護は家族だけでは限界があります。人は一人では生きていきません。介護を受ける人も、介護する人も、みんなだれかに支えられて生きています。みんなが互いに支え合う社会の実現に向け、これからも介護施設や行政機関をはじめ、地域などが密接な連携をしていく必要があると思います。

住み慣れたまちで生き生きと暮らしていくために。

街角特派員 齋藤史子

●介護（予防）サービス提供事業所

事業所名	住所	電話番号	ケアプラン作成事業所	訪問介護	訪問看護	訪問入浴介護	訪問リハビリ	通所介護（デイサービス）	通所介護（デイサービス）	通所介護（デイサービス）	短期入所生活介護（ショートステイ）	短期入所療養介護（ショートステイ）	地域密着型介護福祉施設（小規模多機能型居宅介護）	地域密着型介護福祉施設（グループホーム）	介護老人福祉施設（地域密着型）	介護老人保健施設
居宅介護支援センターほほえみ		55-0067	●													
ほほえみケアステーション		80-9667		●												
① ほほえみ在宅看護ステーション	石打 1454-1	55-0066			●											
デイほほえみの里		55-0068					●									
ほほえみの里		55-0069							●							
② 邑楽町社会福祉協議会	中野 1341-1	88-2408	●	●		●										
邑楽町デイサービスセンター	中野 1342	89-1522						●								
特別養護老人ホームやまつじ		80-9000							●							●
③ デイサービスやまつじ	中野 218-1	80-9202						●								
邑楽町在宅介護支援センターやまつじ		80-9205	●													
つむぎの里 居宅介護支援事業所	中野 2204-9	91-8955	●													
④ つむぎの里 デイサービス								●			●					
つむぎの里 グループホーム	中野 2204-8	88-7619												●		
⑤ 特別養護老人ホーム すずかけ荘	中野 5260-1	91-8151													●	
小規模多機能ホーム すずかけ													●			
⑥ 南大谷薬局	中野 4870-4	88-0162	●													
⑦ 訪問看護ステーション かがやき	篠塚 3070-1	70-2266	●													
		70-2299			●	●										
デイサービスセンター かがやき	篠塚 3072-1	70-2244						●								
⑧ アイアンドエイチサービス 邑楽	狸塚 1563-1	88-8560		●												
⑨ トータルケアサービス	狸塚 2550-1	70-9515	●	●	●											
デイサービス あいの								●								
⑩ 南十字屋薬局	赤堀 3969	88-2177	●													
⑪ 介護老人保健施設ラポール・レイゾン	赤堀 1031	88-8000							●		●					●
ケアステーション ラポール	赤堀 1982	88-8220	●													
⑫ ヴィラ居宅介護支援事業所			●													
グループホーム ヴィラ	赤堀 8	70-2240												●		
⑬ デイサービス ヴィラ								●								
小規模多機能ホーム はるかぜ													●			
デイサービス はるかぜ	赤堀 9	70-2555										●				