

「介護保険と高齢者福祉の手引き」より

毎年7月に発行されている「介護保険と高齢者福祉の手引き」よりピックアップしてみました。令和3年7月は、全戸配布されていますので、皆様のお手元にもあるはずです。色々な情報が載っていますので、お時間がある時にぜひご覧ください。

<令和3年7月の手引き>

◆令和2年までは、始めのページにあった、「介護保険制度の変遷」がありません。是非次年度は入れてほしい項目です。

◆P1、目次の中に、「フレイル予防のすすめ」が追加されました。

◆P3右上に、令和3年度の介護保険制度改正のポイントが載っています。

◆P8、介護保険料の基準額は、令和3年度～5年度は6058円です。

(平成30年度～令和2年度の基準額6373円より下がっています)

◆1回のサービス費用は、若干ですが上がっています。例えば、P19の訪問介護の身体介護中心の20分未満では、令和2年度は1834円(1割負担で184円)が令和3年度からは、1845円(1割負担で185円)と1円上がっています。

◆P24、「地域密着型サービス」が載っています。地域密着型サービスとは、住み慣れた地域を離れずに生活を続けられるように、地域の特性に応じた柔軟な体制で提供されるサービスです。利用者は、原則市町村の住民に限定されます。

◆施設を利用した場合の居住費・食費の自己負担額は、P31には認定要件の所得の段階の第3段階が2つに分かれたため、8月から、食費が1日当たり650円から1360円になった方がいます。(2021.8.18の東京新聞より)

◆P43、「救急医療情報キット」の配布について載っています。年齢にかかわらずどなたでもお渡しできます。と書いてあります。配布場所は、危機管理課(保谷庁舎)のほか、田無庁舎の障害福祉課、田無第2庁舎の高齢者支援課です。包括支援センターでは在庫があればお渡しできるので、念のため電話で確認すると良いとのこと。

◆P46、47に、「認知症への取り組み」が載っています。(みまもりシールなど)

◆P55～62、介護保険外の「高齢者福祉サービス」が載っています。*配色サービス*認知症および寝たきり高齢者等紙おむつ給付サービス*認知症高齢者徘徊位置探索サービスなどが載っています。

◆P70～87「西東京市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画(第8期)(令和3年度～5年度)」が載っています。P78には、重点施策2として「認知症と共に生きるまちづくり」があり、「当事者・家族支援の充実」も掲げられています。

★会報のお問い合わせは、田村までTEL042-458-1672

(文責 田村)



ゆとりの会だより

西東京ゆとりの会(認知症の家族会)会報

2021.10月

ゆとりの会の皆さん、こんにちは。お元気ですか? 9月に入って気温が下がったり、又暑い日もあったりしましたが、体調はいかがですか? 緊急事態宣言も9月末まで又延長されました。秋を早く感じたせいなのか? 私たちを癒すためなのか? 今年は、金木犀の花が例年より早く咲きました。10月は秋晴れが多いことを祈りたいと思います。

さて、10月のゆとりの会の場所は、アスタ市民ホールとなります。始まるの時刻がいつもより30分遅くなりますので、皆様、お間違えの無いよういらしてください。

10月のゆとりの会のお知らせ

日時 10月13日(水)午後2:00～4:00
場所 アスタ市民ホール第1(リヴィン6階、エレベーターで上がって下さい)
内容 懇談、情報交換



<9月の会より>

この日は、谷戸公民館の視聴覚室にイスだけを丸く並べ、名札は首から下げる形のものをつけていただきました。返って話しやすかったかもしれません。

◆会長より

①「救急医療情報キット」の紹介がありました。円筒形の筒状の中に、その方の医療情報や緊急連絡先の情報を書き、冷蔵庫に入れておきます。玄関内側に貼るステッカーと冷蔵庫に貼るマグネットが入っているそうです。すでに使っている方もいたようです。

②9月1日付の広報西東京の1面に、認知症の1か月キャンペーンのことが載っています。谷戸図書館でも、認知症の図書の特集コーナーが有りますので、お帰りの時でも立ち寄ってみてください。

③7月の会で紹介した、谷戸公民館で10月から開催される「認知症の予防と改善」という健康講座は、残念ながらもう申し込みが一杯になってしまったということです。

◆「りんく」横山さんより

①「認知症をもっと知ろう」1か月キャンペーン(9月の会報と一緒に送ったもの)のチラシの配布。②「高齢者クラブ」のチラシの配布と説明がありました。

◆田村より

①「ゆとりの会」20周年の時に作った「記念文集・それぞれの思い」の紹介をしまし



た。とても良い内容なので、新しく入会された方にも是非読んで頂きたいと思います。
ご希望の方はおっしゃってください。今回、2人の方にお渡ししました。

②訃報を2件お伝えしました。会報では個人情報になるので、お伝えを控えています
が、施設の情報としてお伝えします。お母様が「小平中央リハビリテーション病院」に
長く入院されていましたが、亡くなったというご連絡を息子さんより頂きました。ここ
は、リハビリテーションという名がついていますが、療養型病棟もある所です。もう一
人の方は、お義母様が認知症もありましたが、3月に治療できる段階にない癌が見つかり、4月上旬、清瀬市の「信愛病院」のホスピスに入院されました。お嫁さんという立場の彼女は、面談の時の医師の言葉に救われたとのことでした。「貴女の介護は合格です。今までよくがんばりました。」とおっしゃってくださったそうです。看護師さん、ケアワーカーさんが、トイレも最後までお義母様の望むようにしてくれ、いい病院だったとのことでした。

③認知症カフェ「かよちゃんち」の紹介をしました。7月の時のオンラインカフェは山田病院の言語聴覚士の先生より、コミュニケーションの4要素について伺い、その4つは、「話す、聞く、読む、書く」とのこと。「聞けるけど話せない。読めるけど書けない」など難しいこともあります。伝え続けることをあきらめないでとのことでした。

◆介護中の会員さんの声より

* この会には、4年前くらいに奥様のお母様が認知症だったので来たという方は、ゆとりの会が25周年なので、久しぶりにお祝いに来ましたとのこと。今の新型コロナウイルスについて、色々心配されていました。家族の中でも、コロナにかかったらどうするかを話し合っておくと良いと思うとおっしゃっていました。

* 2世帯で、お義父様と一緒に生活されているお嫁さんは、「義父が高齢だが、何でも自分でやりたがる」とのこと。このところ失禁が始まり、リハビリパンツをはかせたいがなかなかはいてくれないとのことでした。

* 奥様が、今の病院に入院して今日で3年というご主人は、週1回のリモート面会で、歌を歌っている。先日は、「私が歌うと妻も全曲歌ってくれた」とのことでした。ご主人は、毎朝ラジオ体操に行き、体を動かされているそうです。

* ご主人を在宅介護中の奥様。初めて、ゆとりの会に参加した時、「怒ってはいけない」と言われたが、なかなか私には出来ない。(毎日のことですから怒ってもいいと思います)奥様が検査で、病院に行く時は、「一緒に行く。僕が行くとじゃま？」と言うご主人です。今、男性だけのデイサービスに通い、同じ系列の女性だけのデイサービスでネクタイを使つての手芸の材料に、自分のネクタイを持っていくことを覚えていたという優しさもあるご主人のようです。

* 今日で、2回目の参加というご主人を介護中の奥様。ご主人は、介護1でアルツハイ

マー型、アリセプトを服用中。皆さんの話は参考になるとのことでした。ご主人は、以前、デイサービスに7カ月位行っていたがやめてしまい、毎日家にいるので、一緒に散歩している。夜、ご主人がなかなか寝ないので、奥様も眠れないとのこと。一昨日は、朝、何も持たずに(普段は携帯を持たせるので位置情報でわかる)外に出て行ってしまったので、警察に電話したとのことでした。ご主人は、シルバー人材センターでリーダーもしていた方ですが、今は奥様に「お前が頼りだ」とおっしゃっているそうです。ご主人は書くことも少なくなり、言葉も出なくなると奥様は話されていました。(先輩会員からは、「口座もしっかり管理した方がいい」「先々のことを考えてやっておいた方がいい」などのアドバイスがありました)

◆看取りを終えた会員の声より

* ご主人が亡くなって、先月末で1年という奥様は、コロナ禍で法事は延期されたとのこと。2018年に介護1、アルツハイマー型と言われても、始めは深刻に考えてなかったが、今思うと、季節を聞かれて間違えていたり、方向感覚がわからず、約束の場所で会えなかったことなど、日常生活で気が付かないこともあったようです。「この会で話を聞いてとても参考になった」とおっしゃっていました。ご自身は、テニスに復帰されたそうです。

* 自宅で同居のお義母様を看ていたお嫁さんは、お姑さんは外が好きで、徘徊も度々あったとのこと。「お風呂の王様」付近や、花小金井の線路沿いを歩いていたこともあり、花小金井の方へ行っていた時、救急車を呼んでくれた人がいて、連絡がきたことがある。その時、姑は名前は言えたが、住所、電話番号は言えなかったもので、それから、下着に電話番号を書いておいたとのことでした。お姑さんは、自己主張が強く、言っても言い返されたそうですが、最後は、療養型病院で胃瘻にして5年、腸管不全で亡くなられたそうです。

* ご主人の介護をして15年。看取られて8年経つという奥様は、ご主人が夢に何回か出てきたそうです。夢の中でご主人が「迎えにきた」というので、「まだまだやることがある」と帰したとのこと。先日、庭に蝶々が来たので「主人が来た」と思ったそうです。ご主人が介護2位の時は、「こんな事しててもしょうがない」と言って、よく踏切の方へ行っていた。若年性認知症だから足が速い、頭から下げるものをしていましたが、田無警察や、交番に主人がいたこともあった。最後、有料老人ホームにいた時、高熱が出たと連絡があり駆け付けた。家からホームが遠いので間に合わなかったが、医師が、私が着いた時を死亡時刻にしてくれたとのことでした。今、奥様は、朝は仏壇を拜んで般若心経を読み、夕方は仏壇にその日のことを報告するそうです。

<編集後記>9月の会では、介護中の会員のお話の後、看取りを終えた会員の介護中のお話なども聞く時間も取れ、介護中の方にも参考になったと思います。(文責 田村)

