

1面 第6回ハートケア
フェスタ開催

2～3面
高齢者の住まいの
種類を知ろう！

4面 ・介護体験
・介護者の集い

介護だより

わ

第13号

(発行所)

大阪狭山市地域ケア会議
介護だより編集委員会

〒589-0005

大阪狭山市狭山一丁目

862番地の5

072-368-9922

第6回 ハートケアフェスタ開催

平成25年3月2日(土)

～高齢になっても住み続けられるまちへ～

午前10時～午後4時

入場無料

SAYAKA ホール(大阪狭山市文化会館)

家族で心暖まる映画を観よう！

『東京タワー ～オカンとボクと、時々、オトン～』

午前10時～午後0時30分 / 小ホール 鑑賞無料 字幕対応

講演 『認知症の妻とともに明るく元気にいきいきと』

午後1時～2時30分 / 小ホール

富岡廣志・節子氏

主な出演番組 NHK おはよう日本『めざせ！金剛登山 夫婦合わせて1万回』、NHK 総合ニュースウォッチ9『認知症の妻と登山1万回』など、他多数出演。

『みんなで知ろう、住みやすい大阪狭山市』

～元気な人から、介護が必要な人まで使えるサービス&地域の活動紹介～

午後3時～4時 / 小ホール

大阪介護支援専門員協会 大阪狭山市支部

多数のご来場、
お待ちしております！！

その他のイベント

福祉用具の相談・展示・体験、各施設の紹介・展示、シルバー人材センターコーナー、医師会・歯科医師会・薬剤師会による健康コーナー、障がい者参画コーナー、防災コーナー、介護相談員コーナー、自助具の紹介・展示、認知機能評価システム「タッチ笑む」体験、電動カート試乗体験、ノルディックウォーク体験、脳のトレーニング学習体験、介護なんでも相談、医師による認知症相談、司法書士による遺言・相続・成年後見等相談、介護関連書籍の展示、たこ焼き屋台(たこ昌)、クイズスタンプラリー等々

種類	サービス内容・特色	入居(利用)条件	費用(目安)	大阪狭山市内の施設
グループホーム	介護が必要な認知症の高齢者 5~9 名がスタッフと共に家庭的な雰囲気の中で共同生活を行います。	要介護者であって、認知症の状態にある方のうち、少人数による共同生活を営むことに支障が無い方。	月額 10万円~20万円程度(食費、光熱費、家賃、管理費等) ※施設によって異なります。入居一時金が必要な場合があります。	グループホームマーマヤの家東野 住所: 東野中 4 丁目 592-1 TEL: 368-0603 くみのき苑グループホーム 住所: 東菜葉木 4 丁目 1160-2 TEL: 367-9560 グループホームさやまの里 住所: 岩室 2 丁目 185-11 TEL: 367-0294 グループホームあおぞら 住所: 山本東 7-1 TEL: 368-2301
有料老人ホーム	【健康型】【住宅型】【介護付き】の 3つのタイプに分かれます。いずれにしても、高齢者が住みやすいように配慮されているマンションのような集合住宅で、食事等の身の回りのことをしてくれるサービスが付いていて、集団で生活をするところです。	65 歳以上の方。 【健康型】は自立されている方が対象で、介護が必要になれば退去しなければなりません。 【住宅型】は介護が必要になれば、外部の介護事業者と別途契約をして、介護その他のサービスを受けることができます。 【介護付き】は食事、入浴、排泄などの身体介護や、掃除・洗濯などの生活援助をはじめ、健康相談やリハビリ・レクリエーションなどの介護サービスを受けることができます。	月額 15万円~30万円程度(食費、光熱費、管理費、居住費等) ※施設によって異なります。入居一時金として、0円~数千円が必要となる場合もあります。	有料老人ホームエコハウスくみのき 住所: 東菜葉木 4 丁目 1155 TEL: 360-7200 さくらの杜 住所: 池之原 2 丁目 1114 TEL: 360-1601
軽費老人ホームA型	日常生活に必要な便宜を供与することを目的としています。食堂での給食サービスがあります。お風呂と食堂があり、食事の提供や日常生活に必要なサービスを受けられます。	60 歳以上の単身者、または夫婦のいずれかが 60 歳以上。家庭の事情で家族との同居が困難な方、身寄りのない方で、身のまわりのことが自分のできる方。月収 34 万円まで。	月額 6 万円~17万円程度(食事代込み)※入所者の経済状況によって異なります。	※大阪狭山市内にはありません
軽費老人ホームB型	日常生活に必要な便宜を供与することを目的としています。給食なしで自炊ができますが、自炊が可能な健康状態が条件になります。	60 歳以上の単身者、または夫婦のいずれかが 60 歳以上。家庭の事情で家族との同居が困難な方、身寄りのない方で、身のまわりのことや自炊ができる方。B型には年収の制限がありません。	月額 3 万円~4 万円程度(食事代を含む生活費はすべて実費)	※大阪狭山市内にはありません
ケアハウス	低額な料金で、食事の提供、その他日常生活上必要な便宜を供与することを目的とする施設です。ケアハウスの利点は、低額(所得に応じた)負担で、食事、入浴サービスの提供があり、規則正しいリズムで生活できます。自由な時間が十分に持てて、困ったときには、相談に乗るスタッフが配置されています。また施設内で介護保険の居宅サービスを受けることができます。	60 歳以上の単身者、または夫婦のいずれかが 60 歳以上。自炊ができない程度の身体機能の低下や、独立して暮らすには不安があるが、身のまわりのことが自分のできる方。	月額 6 万円~17万円程度(食事代込み)※入所者の経済状況によって異なります。入居一時金として 50 万円~400 万円程度が必要となる場合もあります。	ケアハウス フレスコ 住所: 大野西 742-11 TEL: 367-5551
サービス付き高齢者向け住宅	住宅としての居室の広さや設備、バリアフリーといったハード面の一定の条件を備えるとともに、ケアの専門家による安否確認や、生活相談サービスを提供することにより、高齢者が安心して暮らすことができる環境を整えた賃貸住宅、および有料老人ホーム。	要支援者、要介護者で、常時医療機関で治療する必要が無い方(通院されている方は程度により入居可能)。円満な共同生活を送れて、自傷や他害の恐れが無い方。	月額 8 万円~15万円程度(家賃、管理費等)。食費、介護保険の 1 割負担、電気代等が別途必要です。 ※施設によって異なります。入居一時金が必要な場合があります。	トルチェ狭山池 住所: 池尻中 2 丁目 8-30 TEL: 365-8880

高齢者の住まいの種類を知ろう!

高齢者の住まい探して最初に戸惑うのが、その種類の多さではないでしょうか? 今回は、数ある高齢者住まいの中から代表的な住まいを知っていただくことを企画しました。更に詳しくお知りになりたい方は、直接施設か大阪狭山市地域包括支援センター(TEL:368-9922)までご連絡ください。



種類	サービス内容・特色	入居(利用)条件	費用(目安)	大阪狭山市内の施設
介護老人福祉施設(特養)	【従来型】【ユニット型】【地域密着型】に分かれています。 【従来型】は 4 人部屋を中心とした施設です。 【ユニット型】は全室個室で 10 人程度のグループで生活します。 【地域密着型】は入所定員が 29 人以下の施設で、施設のある市町村の住民のみが入所対象となります。 どのタイプの施設も待機者が多く、入居するまで時間がかかることがあります。	要介護者で、身体、精神上著しい障がいがあり、在宅で介護が困難な方。	月額 0 円~15 万円程度(食費、光熱費、居住費等) ※所得や要介護度、施設のタイプによって異なります。	特別養護老人ホーム寿里苑花舞の郷 住所: 東池尻 4 丁目 1336-1 TEL: 367-4187 特別養護老人ホームくみのき苑 住所: 東菜葉木 4 丁目 1977 TEL: 368-2777 特別養護老人ホーム・ファヴォーレ 住所: 大野西 566-2 TEL: 367-2111 特別養護老人ホーム陽だまりの丘 住所: 大野台 1 丁目 14-20 TEL: 367-2828
介護老人保健施設(老健)	介護を必要とする高齢者の自立を支援し、家庭への復帰を目指すために、医師による医学的管理の下、看護・介護といったケアはもとより、作業療法士や理学療法士等によるリハビリテーション、また、栄養管理・食事・入浴などの日常サービスまで併せて提供する施設です。	要介護者で、リハビリテーションが必要な方。	月額 0 円~15 万円程度(食費、光熱費、居住費等) ※所得や要介護度によって異なります。	医療法人藤田好生会・介護老人保健施設ふれあいの里好寿苑 住所: 東野東 1 丁目 300-1 TEL: 366-1735 医療法人六三会介護老人保健施設さやまの里 住所: 岩室 2 丁目 185-11 TEL: 365-5878
介護療養型医療施設	療養上の管理、看護、医学的管理の下における介護、その他の世話及び機能訓練、その他必要な医療が受けられる施設です。	要介護者で、病状が回復期に向かっている、又は慢性疾患を持っているが、在宅療養には無理があり、長期療養が必要な方。	月額 7 万円~10 万円程度(リハビリや処置、検査などは別に利用料金が加算されます) ※要介護度によって異なります。	※大阪狭山市内にはありません
医療療養型医療施設	治療・療養上の管理、看護など医学的管理の下で、介護サービスや日常生活支援などが受けられる施設です。	状態が安定し急性期治療は既に必要ないが、在宅に戻るには医療依存度の高い方。	月額 10 万円~20 万円程度(リハビリや処置、検査などは別に利用料金が加算されます)	青葉丘病院 住所: 東池尻 1 丁目 2198-1 TEL: 365-3821 樫本病院 住所: 東菜葉木 4 丁目 1151 TEL: 366-1818 辻本病院 住所: 池之原 2 丁目 1128-2 TEL: 366-5131 兵田病院 住所: 山本東 1394-1 TEL: 366-2345

※ 要介護者・・・要介護認定で要介護 1~5 の認定を受けた方。

※ 要支援者・・・要支援認定で要支援 1、2 の認定を受けた方。

シリーズ

介護体験⑫

『介護について
行政に相談』

妻は結婚以来、大変良く気の付く働き者です。私も何かと面倒をかけてきました。今までの生活の中で苦しい事、楽しい事もありました。

平成八年頃、妻の身体に異変が起こり病院で診察の結果、老人性認知症と診断されました。心配になり、私自身も仕事を辞め、妻の介護に専念する事になりました。

日々の生活の中で、家事等は二人で分担して行いましたが、妻の行動や言葉等で、時には私自身も腹を立て、喧嘩をして私自身もノイローゼになり、困り果てていました。

そんなとき行政に相談したところ、親切に話を聞いてくれました。その後、担当のケアマネジャーから介護施設を紹介され、施設を見学する中で、老人デイサービスセンターを勧められました。

夫婦二人で即座に利用を決め、週二日、筋力のトレーニングや脳トレニング等のリハビリに励んでいます。楽しく、気分的にも癒やすことができ、楽しいです。何かと困った時は、行政に相談することをお勧めします。

『両手に花』は重かった』

十年前の夏頃、旧友の一人に「君は精神的に強いなあ。お母さんと奥さんの二人を介護してるんやろ」と言われ、とっさに「両手に花と思ってるんや」と答えた。その六年前に母（九十一歳、要介護2）を引き取り、妻（六十四歳、要介護5）は特定疾患ALSの告知を受けている。

九年に及ぶ介護生活を振り返ると長男、次男及びその家族の多大な協力のおかげで切り抜けることが出来たと痛感する。老婆の介護は紙の重さだが、妻の介護は鉄の重さだった。

平成十五年夏、母死去。妻だけの介護となるが病気が進行性のものだけに介護の困難さも進

む一方。平成十七年秋、私は膀胱癌と告知された。どこまで続くヌカルミぞ！の日々で、ゴールの見えない介護生活に稀に新聞記事となる無理心中によって終結できると思ったこともあったように思う。人間は、先の見通しがついていると「ヤル気」を起

こして頑張るがそれが見えないとヤル気が低下する。当時私が希望していたのは妻のレスパイト入院であった。たとえ4、5日でもそれによって私のヤル気が充電されその結果として患者のQOLが高く維持できると考えたのだが引き受けてくれる病院を見出せなかった。

平成十八年九月妻死亡。過日七回忌を済ませた。当時ES細胞として時に新聞記事に登場し始めていたものが昨今はiPS細胞として実現し臨床化の日も近くなっている。現在七十八才で平穩に一人暮らしを続けている私は革命的快挙として欣喜雀躍の思いに満たされている。

※レスパイト入院・・・在宅介護などで介護者が疲れ切ってしまうことを防ぐために短期間入院してもらうこと。

※QOL・・・「クオリティー・オブ・ライフ」の頭文字をとったもので、生活の質という意味。

編集後記

いつもたくさんのご意見、ご感想をいただきありがとうございます。

今回は、2・3面目に「高齢者の住まいの種類を知ろう！」を紹介させて頂きました。住み慣れた地域で安心して生活を続けるためにも、大阪狭山市内の様々な種類の施設を知って頂ければと思います。また多くのご意見、ご感想をお待ちしております。



介護しているご家族のみなさん、
参加しませんか？

ホッと空間～「介護者家族の集い」～

日時：平成25年3月22日（金）
午後1時30分～3時30分

内容：心をつなぐ音楽療法
場所：福祉センターさやま荘 大広間

【お問い合わせ先】介護者家族の集い事務局
大阪狭山市地域包括支援センター
TEL：072-368-9922
FAX：072-368-9933