



グリーンメゾン鶴牧3 高齢化対応委員会



「環の会通信」特別号再刊 5号

地域包括支援センター特集

何か事があつたら「包括」に相談しなさいという声をよく耳にします。一体それはどんなものなのかを特集しました。この「包括」とは「地域包括支援センター」のことで、いろいろな生活上の問題の相談窓口なのです。特に高齢者とその家族にとっては大変役に立つ相談窓口です。

もう一つお知らせがあります。昨日、緊急事態宣言が解除されました。そこでこの「特別号再刊」も「終了」します。コロナの状況はまだまだ分からないと皆さんも思っておいででしょう。もちろん必要な場合は随時発行します。

もうすっかり春です ～グリーンメゾン鶴牧の自然～



ミスミノウ(北法面)



一重ヤマブキ(東法面)



クサボケ(東法面)

ミスミノウ(三角草)は、キンポウゲ科ミスミノウ属の多年草で、葉は三角形に近く三つに分かれている。雪の下でも常緑であることから別名「**雪割草**」の名でも知られる。ややこしいのですが、「**ユキワリソウ**」(雪割草)は、サクラソウ科サクラソウ属の多年草で高山植物です。

ヤマブキ(山吹)は、日本のほか、中国に群生する落葉低木。**一重ヤマブキ**は花卉が5枚で実をつける。例年は4月から5月初めに咲くが今年はまだ咲いている！**八重ヤマブキ**は雌しべが退化して花卉になっているため、太田道灌の山吹伝説にあるように実を結ぶことはない。京都の**松尾大社**は八重山吹の名所である。

ボケ(木瓜)は、中国原産の落葉低木。実は瓜に似ている。木瓜の名所としては、鎌倉の**九品寺**が知られている。各地に自生している日本原産の**クサボケ**(草木瓜)はボケと同属の植物。

地域包括支援センターをご存じですか

～ 私たちが住み慣れた地域で暮らしていくための窓口です ～

多摩市多摩センター地域包括支援センターは多摩市からの委託を受け、社会福祉法人**楽友会**が運営しています。医療・介護・福祉の専門知識をもった相談員 6 名が、鶴牧など多摩センター地域の約 1 万人の高齢者からの相談に**無料**で応じてくれます。もちろん**秘密厳守**です。



楽友会高齢者福祉施設

多摩市多摩センター地域包括支援センター

場所：多摩市山王下 1-18-2 社会福祉法人**楽友会**(特別養護老人ホーム**白楽荘**)4 階

電話：042-376-2941 FAX：042-376-1815

時間：月曜日～土曜日 午前 9 時～午後 5 時 (祝日及び年末年始を除く)

※ お急ぎの場合は、上記以外の日時でも電話による相談を受け付けています。



施設案内 4F に地域包括センター

総合相談窓口では、65 歳以上の高齢の方とご家族、それを見守っているご近所の方々からのさまざまな相談に対応しています。例えば、介護に関する不安や困りごとのほか、病気や痴ほうの心配、今後の暮らしの不安、また、福祉機器、介護用品、住宅改修の相談、消費者被害、書類や財産の管理の心配などについて、**専門知識を持った相談員**が連携して相談に応じています。そして行政、医療・介護機関などの垣根を越えて、相談者と一緒に解決方法をみつけるよう努力しています。

その他の活動として、**介護予防教室**などの開催、管理組合・町内会などへの**出張講座**や**出張相談会**を開催しています。成年後見制度活用の支援や、虐待防止の取り組みなども行っています。

専門知識をもった相談員とは

社会福祉士(ソーシャルワーカー)は、主に対面相談、電話や書面などでの相談に応じます。

保健師(看護師有資格者)は、要支援の人の介護予防ケアプランを作成したり、認知症関連の支援をします。また、介護予防教室などを開催したりします。

介護支援専門員(ケアマネジャー)は、介護サービス計画(ケアプラン)を作成し、自治体や介護事業者等との

連絡、調整をします。**主任介護支援専門員**は相談員の指導なども行う最上級職です。

地域包括支援センター



主任ケアマネジャー



保健師
(または経験豊富な看護師)



社会福祉士

主任ケアマネジャー、保健師、社会福祉士などが中心となり、お互いに連携をとりながら、「チーム」として活動しています。

多摩センター地域包括支援センターの日常

武智禎史センター長* にどんなお仕事をされているのか、実際のある日の行動をお聞きしました。

*主任介護支援専門員（主任ケアマネジャー）

8:30 出勤 申し送り

9:00 **他市に住む男性からの電話** 「南野に住む一人暮らしの母親（85歳）が昨日転倒し足を骨折し入院した。病院から包括支援センターに電話して相談するように言われた。」

私たちの対応：退院後に必要な支援が受けられるように、入院中に要介護認定を受けるためのお手伝いをします。「要介護 1～5」の認定が下りた場合には、退院に合わせケアマネジャーを紹介します。

10:00 唐木田菖蒲館の介護予防教室に出向。

12:00 帰所 昼食

13:00 **鶴牧に住む一人暮らし女性（80歳）から電話** 「持病があるのだがコロナ禍で急に具合が悪くなったらと心配です。また金銭管理を頼める人もいないのが不安です。」

私たちの対応：面会する日時を決め、お会いして不安の原因を聞き取りご一緒に解決策を考えることにした。

13:30 **落合に住む女性（55歳）から電話** 「夫が最近物忘れが多くなりなじみのお客さんの顔も忘れます。認知症だったらどうしよう。子供も小さく介護との両立ができるか心配です。」

私たちの対応：物忘れ外来を紹介し受診を勧めた。万一若年性認知症だった場合は高齢者の認知症とは異なる対応が必要となります。

14:00 **唐木田にお住まいの方から電話** 「近所に住む知り合いの73歳の男性についてだが、奥さんが亡くなった後めっきり外出しないようだし話もしない。大丈夫だろうか。」

私たちの対応：近隣にある趣味活動や、サロン、「近所 de 元気アップトレーニング」（近トレ）などを紹介するために、同行をお願いした。

15:00 **訪問**：中沢に住む一人暮らしで認知症の93歳の女性を訪ねる。長年一人で暮らし今でも生活は成り立っている。介護保険もまだ申請していない。しかし物忘れが進みお金の管理があいまいになってきているようだ。時々訪問販売で高額のものを買っている。親族は遠方である。

私たちの対応：訪問や電話を繰り返すことにより信頼関係を築き、生活状況や心身の状態などを少しずつ把握しようとしているところ。知りえた状況をベースにこの女性が安心してこの地域で暮らせる方策を考えようとしている。時間がかかります。

17:00 帰所



地域包括支援センター入口



ちょっと足を延ばしたお花見スポット紹介

お花見といえば、奈良原公園、宝野公園、そして乞田川沿いが良く知られています。今回はそれらとは違うお花見スポットを紹介します。ちょっと遠いかもしれませんがステイホームでなまった体をほぐしにのんびりと出かけてみてはいかがでしょうか。



からきだの道の桜

唐木田地区には「**からきだの道**」という散策路があります。よく整備されていますが上り下りのある道です。その西端にあまり人に知られていないお花見場所があります。**お花見広場・からきだ百本シダレ・ヤエザクラの原っぱ**が道沿いに並んでいます。

<行き方と見どころ>

唐木田駅まで行きます。駅の左手の道を行くとエステート中沢の集合住宅がありここを左に入ります。坂道を登って行きます。10分ほど行くと正面に榎戸公園が見えます。ベンチや公衆トイレがあります。標識があり「からきだの道」の散策路に入れます。散策路も楽しいのですが坂道が苦手の方は、車道を斜面に沿って進んでください。7～8分ほどで「お花見広場」です。

お花見広場はソメイヨシノが立ち並ぶ斜面に囲まれた広場で見上げると青い空に桜の花が浮かびます。のんびり休める広場です。



お花見広場

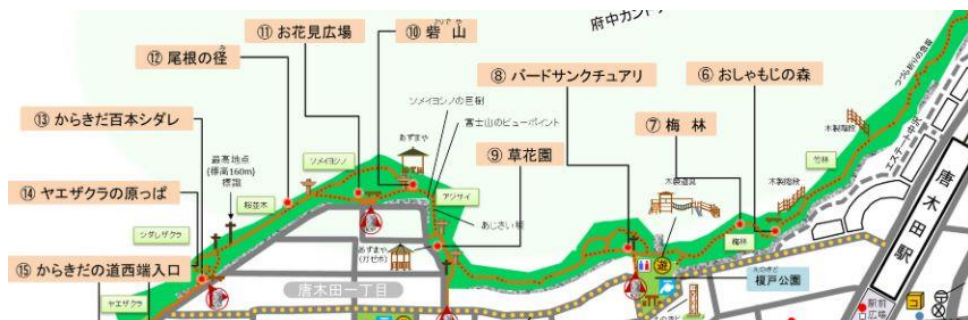


百本シダレ

そこから散策路

に沿って左に向かい尾根道を上ったり下ったりします。ほどなく下りになります。目の前に**からきだ百本シダレ**が広がります。道はシダレザクラの森の中を下って行きます。桃色の花をかき分けながら下ります。登り道が辛い方は、お祭り広場前の車道を行ってください。車道をそのままちょっと行くと**ヤエザクラの原っぱ**につきます。ヤエザクラは遅咲きですから他の広場の桜が終わっていても楽しめます。

帰り道に、「からきだ菖蒲館」によってみてはいかがでしょうか。ホールで休めますし4月11日まで「からきだの道パネル展」※が開かれています。



※【からきだの道の会】創立10周年記念誌パネル展（上記のマップは会のホームページから画像の一部を引用）