

# 新冠町の 医療と福祉の情報誌

わ  
**WA** ● **輪** ● **WA!!**  
わ



お喜楽☆おたっしゃ塾、脳の元気アップ教室参加者の共同制作  
認知症サポーターキャラバンマスコットキャラクター「ロバ隊長」

にかっぱん放浪記 シリーズ11

生活支援コーディネーターって何？

見守り最前線

WA・輪・WA 相談室

医学辞典

町の元気者 10

2021年11月

第12号

«「新冠町の医療と福祉の情報誌 WA・輪・WA!!」は、新冠町の医療や福祉に関する情報を広く発信し、住民・医療・福祉が一つの輪となって、元気に安心して生活が続けられることを目的に発行しています。»

# 生

## にいかっぶん放浪記 シリーズ 11 生活支援コーディネーターって何？



生活支援コーディネーターを配置している新冠町社会福祉協議会  
に行って色々聞いてきたよ。教えてくれたのは、生活支援コー  
ディネーターを担当している森藤係長です。よろしくお願いします。

生活支援コーディネーターを担当している森藤です。  
新冠町社会福祉協議会に入職して21年目となりました。  
何でもお答えしますのでよろしくお願いします。



### Q. 「生活支援コーディネーターとは どんな仕事をする人ですか？」

核家族化や少子高齢化により地域のつながりが希薄化することで地域では様々な生活課題が増えてきます。そのため、昔ながらの「向こう三軒両隣り」のような日々のつながりが求められ、新冠町では高齢になっても地域で安心して暮らしていけるよう、**地域住民同士が互いに助け合う**支え合い活動を推進する**生活支援体制整備事業**に取り組んでいます。

生活支援コーディネーターは、この生活支援体制整備事業を取り進めるにあたり地域の課題や資源を発掘して、支援者となる住民や関係機関につなぐなど**地域課題をサービスや支援にマッチング**することが大きな役割で、支援をする担い手の養成やサービスの開発も行います。

これまでの取り組みの一部を紹介します！！

#### 【住民周知】

- ・事業チラシの作成と発行
- ・地域づくり講演会



#### 【地域状況の把握】

- ・自治会長を中心とした地域住民への聞き取り調査
- ・単身高齢者アンケート調査

#### 【地域への介入】

- ・北星自治会役員会での自治会事業の相談、課題の発掘調査
- ・各自治会へ福祉委員の設置を依頼

※昨今はコロナ禍のため地域の介入を中断しています。

#### 【事業説明】

- ・社協役員を対象とした研修会
- ・北星自治会役員会に同席して事業説明と課題発掘を協議



(第1回事業説明の様子)

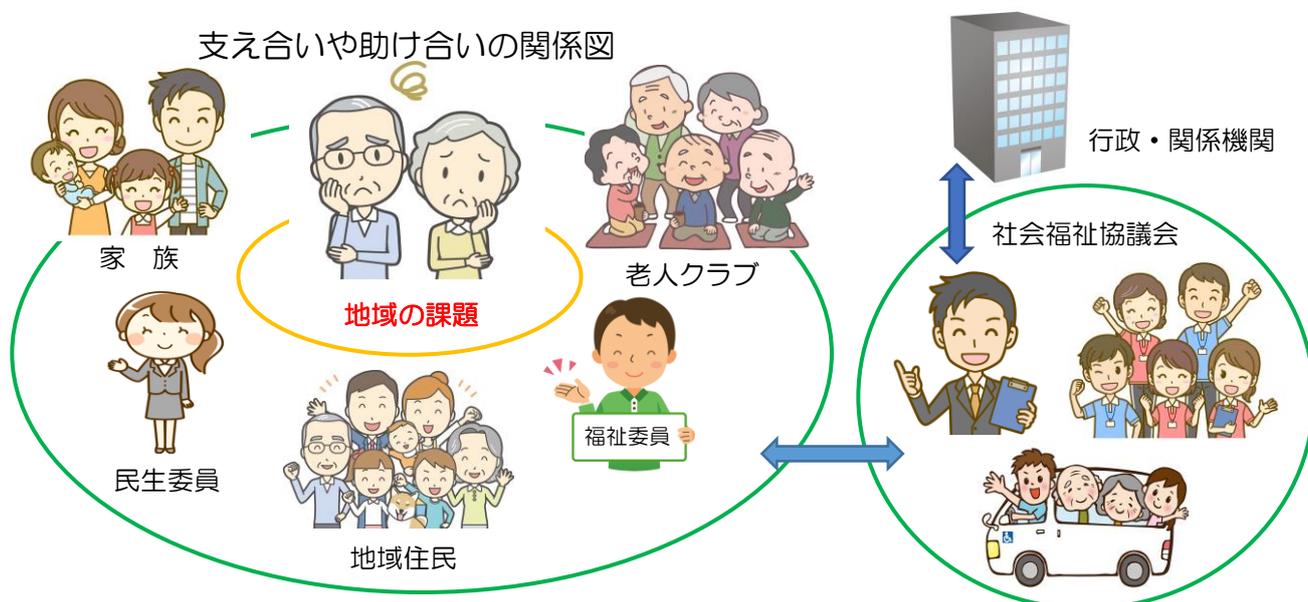
## Q. 各自治会へ設置を依頼した福祉委員って何ですか？

**福祉委員は地域における福祉の窓口となる方です！**

新冠町社会福祉協議会ではこれまで小地域ネットワークづくり推進事業を通じて地域活動を支援してきており、その中で各地域に福祉委員の設置をお願いしてきております。

この福祉委員は、地域における住民の困りごとに対して、見守り、声掛け、相談対応によって**早期発見する地域のアンテナ役**で、地域での困りごとなどを自治会や関係機関と協力し、解決に向けて活躍していただくことを期待されています。

また、行政や社協、他のサービスの情報などを地域の方へお知らせするなど地域における福祉の窓口としての役割もお願いしており、新冠町全ての自治会での設置に向けて協力を依頼しています。



## Q. 活動を通してどんな新冠を目指したいですか？

生活支援コーディネーターとして私が目指す最終目標は

**「お互いに優しさを与え合える家族のような町」** です。

この最終目標を実現するためには「常に3人以上の方とつながりを持つ関係」が必要で、誰か一人の負担とならないよう支え支えられるお互い様の関係となることで孤立や孤独の防止にもつながります。

私は新冠町出身で、生まれ育ったこの町が大好きです。そんな新冠町で安心して住むことができ、住んでよかったと思える町であるように地域住民のみなさんの活動をお手伝いしていきます。



第1期新冠町地域福祉計画・第5期新冠町社会福祉協議会地域福祉実践計画の基本理念  
『誰もがつながり、共に支え合い、安心して暮らせる福祉のまち にかっぴ』

# 見 守 り 最 前 線

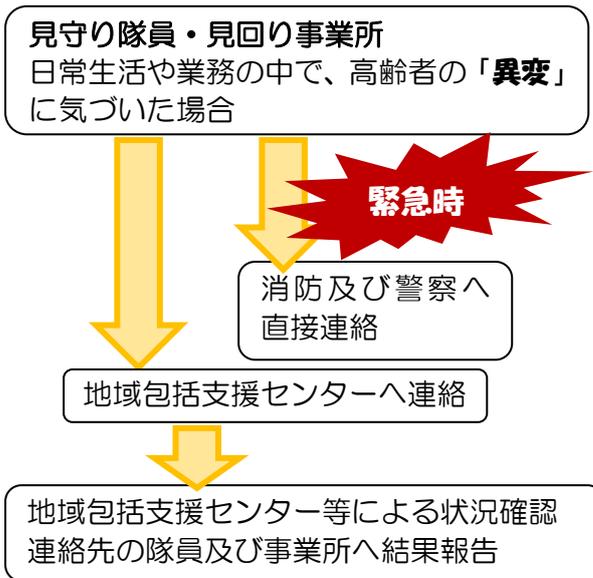
認知症やその疑いのある方で「行方不明」になった人は2020年、全国で1万7565人に上っています。また、自宅で人知れず亡くなってしまう「孤独死」も年々増加しています。

高齢化が進み、一人暮らしのお年寄りが増えている新冠町でも軽視できない問題であり、新冠町では見守りを重視した取り組みをすすめています。

## ～地域見守り見回り活動事業～

近所にお住まいの方（見守り隊員）や、業務で訪問している方（見守り事業所）が、高齢者の様子に気づいたとき、地域包括支援センターに相談するという、日頃から地域で見守りを行うネットワークづくりを展開しています。

### 【見守り見回り活動の流れ】



### 【異変とは？】

- ◆ポストに新聞や郵便物がたまっている
  - ◆カーテンが何日も閉まったままになっている
  - ◆夜でも電気がつかない日が続いている
  - ◆最近姿を見かけない、行事に来ない
  - ◆家から変なおいがする
  - ◆訪問しても、顔を出してくれない
  - ◆道で立ち止まっており、困った様子である
- など

### 【事前登録制度】

認知症などの病気により、行方がわからなくなるおそれのある方が、事前に本人の身体の特徴や連絡先、写真などを事前に町へ登録しておく制度です。事前登録をしておき万が一、行方がわからなくなってしまうときに、登録した情報をもとに早期発見できるよう支援する制度です。

現在、見守り隊員・見回り事業所を募集しています。隊員などの登録を希望される方や「事前登録制度」について詳しく知りたい方は、地域包括支援センター（47-2113）へお問い合わせ下さい。



## ～徘徊高齢者位置情報（GPS）検索機器 導入費補助事業～

認知症が原因で徘徊行動のある方を在宅介護しているご家族を対象に、位置情報（GPS）検索機器を利用する際にかかる費用を一部助成しています。

**補助額** ご家族が選定した位置情報検索機器の、初期費用の9割相当額を補助（上限 20,000 円）

**補助対象** 本体や本体付属品の購入費用、登録手数料等  
※ 月々掛かる経費（使用料や通信料等）は対象外。

詳しくは、地域包括支援センターまでお問い合わせ下さい。

## ～緊急通報システム端末電話機設置事業～

自宅でひとり暮らしをされている高齢者や、高齢者夫婦世帯に、緊急通報システム端末電話機を貸し出します。

### 【緊急通報システムとは】

固定電話に取り付ける機械で、ボタン1つで消防署（新冠支署）に直接通報できるようにします。



**対象者** 町内在住の一人暮らしの高齢者・高齢者夫婦世帯等

**利用料** 無料

※ただし、消防署と正しく繋がっているか、週1回自動で通信するため、月40～50円程度の電話代がかかります

詳しくは、地域包括支援センターまでお問い合わせ下さい。

普段の生活の中で、今より少しだけ身の回りの高齢者に気を配る方が増えたり、体調に異変があるときは早期に対応できるようにしたり。高齢者のSOSに気づきやすい環境を作ることによって、地域の高齢者を支えることができます。



【担当】保健福祉課 介護支援係 仙波 明子

# WA・輪・WA!! 相談室

地域包括支援センターや、ケアマネジャーのもとには、様々な相談が寄せられます。「相談室」では、相談の一部をご紹介します。似たようなお悩みを持つ方の参考になると幸いです。

## 今回のご相談

自宅で生活する80歳の方。

「家の風呂が深くて出入りが困難になってきました。何かよい策はないですか？」

### 「浴室の環境を整えて」

湯船の中に、浮かんだりずれたりしない「浴槽台」を沈めて足場とすることがあります。また、浴槽の縁に「バスグリップ」という手すりをつけると、浴槽への出入りがさらにしやすくなります。これらの商品は介護保険の特定福祉用具販売の対象となります。他に、介護保険を使った住宅改修という手もあります。ご本人の状況やお風呂の環境によって最適な方法を選ぶようケアマネジャー、包括支援センター等にご相談下さい。

ケアプランセンター  
あうるの郷新冠  
杉山ケアマネジャー



### 「環境の整備が難しければ、 デイサービスの利用も」

介護保険の「福祉用具販売」や「住宅改修」で浴室の環境を整えることができます。それでも、自宅の浴槽での入浴に不安がある場合は、デイサービスへの参加を検討してみると良いかと思われます。デイサービスでは、入浴支援を含む、他者交流や外出機会の提供も受けられます。専用の浴室で介護員が付いて入浴を支援してもらえることから、安心して入浴を楽しむことが可能かと思われます。



新冠町社会福祉協議会  
指定居宅介護支援事業所  
浜野ケアマネジャー



## ～さらに詳しく～

### 特定福祉用具販売・住宅改修とは？

介護保険の制度を利用することで、自己負担分（1～3割）の金額だけで、福祉用具の購入や、自宅の改修が行える場合があります。どちらも**事前申請**が必要です。販売や改修の対象にある程度制限がありますので、ケアマネジャーや包括支援センターに相談下さい。

## お悩み募集中

☎ 0146-47-2113

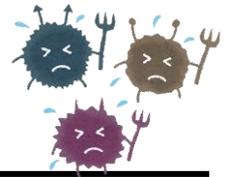
皆さんがお持ちの疑問・質問にお答えします。  
相談のある方は地域包括支援センターまでお電話下さい。

【担当】浜野ケアマネジャー、杉山ケアマネジャー



今回のテーマは…

## 「免疫」の働き



監修：新冠町立国民健康保険診療所

日常生活の情報として、よく目にする「免疫」という言葉。今回は、身体の内部を守ってくれる「免疫」がテーマです。

### 免疫はシステム

体内で発生したガン細胞や外から侵入した細菌やウイルスなどを常に監視し撃退する自己防衛システムを「免疫」といいます。免疫の仕組みは精巧にできていて、いくつもの免疫細胞が協調しあって働いています。

**自然免疫**：生まれつき身体に備わっている仕組みで、体内に異物が入り込んだ時に、真っ先に動き、異物を攻撃します。

**獲得免疫**：以前、体内に入り込んだ異物と同じものが入り込んだ場合に、過去の記憶をもとに異物と戦います。



### 免疫システムをサポートする方法は？

#### ①和食が腸内環境を安定化させて免疫サポート

腸内には 100 兆個もの腸内細菌が棲み、健康を左右します。免疫細胞は腸内細菌を常時見張ります。日本人には食歴が長い和食を食べることで、腸内細菌がエサとする食物繊維を豊富に採ることができ、腸内細菌のバランスが整います。



#### ②喉の粘膜のバリアをサポート



風邪の多くはウイルスが喉の粘膜に取りついて発症します。粘膜に適度な潤いがあるとウイルスは弾かれやすく、潤いのもとになる I g A 抗体が感染をブロックしてくれます。マスクで加湿する、こまめに水分補給をとるなどがお勧めです。

#### ③生活習慣の見直し

適度な運動、ぐっすり眠る、栄養バランス(ビタミン・ミネラルの摂取を意識)、身体を温める、これらは免疫システムを支える習慣といえます。

【担当】新冠町立国民健康保険診療所 会田 千皓





# Jの元氣者



## 《今回の元氣者は…吉田 サトさん》

今回は吉田サトさん取材させていただきました。

吉田さんは余市町で、8人兄弟の6人目として誕生しました。昭和24年頃に開拓のため夫や子供と一緒に朝日に来て、牛や馬の牧場をしていました。

近所に住む娘さんに支えられながらも、100歳を超えた現在も自宅で一人暮らしを続けています。



吉田 サトさん（102歳）  
大正8年1月1日生まれ

### ご飯したく

90代までは自分で作って食べていました。最近では、立って調理することが大変になり、娘さんに作ってもらうようになりましたが、体調の良い時は自分でお味噌汁などを作ることがあるそうです。娘さんはサトさんの作ろうとする意欲を尊重し、何をどうやって作るのかは本人に考えてもらい、一緒に相談しながら調理しているそうです。

### デイサービス

デイサービスに週2回通います。友達とおしゃべりしたり、お昼ご飯を食べたり、お風呂に入ったりして、朝から夕方まで過ごします。歩く事が不自由になると外出するのが億劫になりがちですが、車椅子を使いながら楽しく外出できているのは素晴らしいですね。



デイサービスでの昼食の様子。完食していました。

サトさんのいつでも意欲をもって生活する姿勢が素晴らしいですね。また、お母さんのことを思いやる娘さんの支えも素敵です。サトさん、これからも変わらずお元気で！！



【担当】新冠町役場 保健福祉課 介護予防係 仙波 明子

新冠町の医療と福祉の情報誌

「WA・輪・WA！！」

発行：新冠町（保健福祉課 介護支援係）

編集：医療と福祉に関する情報誌作業部会

電話：0146-47-2113

あしがき

「介護のいない生活が少しでも長く続くように」、「困ったときの相談場所がわかるように」。そんな思いで、介護予防の教室をしたり、介護や福祉に関する情報を周知したりしています。できるだけ多くの方に情報を届けようと考えていますが、やっているつもりになっていないか…と考えることがあります。こんな情報が欲しい、こういうことをやってほしいなど、ご意見・ご要望があれば、是非おきかせ下さい。

【担当】新冠町役場 保健福祉課 介護予防係 仙波 明子