



# 地域包括

# かこがわ便り



令和2年  
新年号  
VOL.32

本年もどうぞよろしくお願いたします

## オレンジサロン（認知症予防教室）

10月10日、加古川市福祉会館にて「もしバナゲーム」を通して**人生の最期を考えよう～アドバンス・ケア・プランニング（ACP）～**というテーマで開催しました。当センター看護師の佐藤より、超高齢化社会に突入し、もう間もなく多死社会がやってくること、今後は自身の為にも家族の為にも、お元気な頃から



「**自身の最期においてどのような環境でどのような医療や介護を受けたいか**」を考え話し合っていくことが重要、そのプロセスが大切とお話をさせていただきました。その後、4人グループで「もしバナカード」を活用し、皆さんに終末期の医療や介護について考えていただきました。「**今まで考えたこともなかった**」「**家族とも話しとかないと**」「**年代、経験それぞれの背景でいろいろな考えがあると知った**」等いろいろな感想を頂きました。また、当センターでは「もしもの時の心構え」というシートを自作作成し、担当のご利用者様とともに話し合う機会を設けています。今後もACPの啓発を地域の草の根的活動として、コツコツと取り組んでいきたいと思っております。

**もしもの時の心構え**  
もしもの時の治療やケアに関する意向について、関係者での意思をお伺いします

**STEP1** 私の思い

医療・関心事・遺族・大切なこと

生活の上で一番大切なこと

経験してみたいこと

実世代に伝えたいこと・大切な人に伝えておきたいこと

**STEP2** 私の代わりに意思の判断をしてもいい人

後継がなくて、私の判断について考えあがられなくなった時に、私の意思を代筆決定者の承認（あり・なし）

氏名（ ） 親との関係（ ）

連絡先（ ）

代理決定者の承認（あり・なし）

**STEP3** 治療・ケアに関する希望や思い

健康状態や病状について詳しい説明を受けたいですか？

はい  いいえ

病状やけがで毎日の生活が支障をきたしたら、どこで暮らしたいですか？

自宅  施設  病院  その他（ ）

## 加古川町内多職種連携研修

11月14日、加古川駅前クリニックの医院長、尾山純一先生を講師に「**地域で暮らす心不全の方を理解しよう**」と題して、講義とグループワークにより、理解を深めました。多数の民生委員さんや地域の医療介護関係者の皆様**80名**が、事例を通しての支援の仕方を模擬的に意見交換し、それぞれのお立場で切り口の違うご意見が出され、**多職種で連携して支援することの大切さ**を学びました。癌も認知症なども、ご本人やご家族に負担の大きいご病気ですが、慢性疾患である心不全も悪化を招かないような生活習慣の啓発をしていきたいと思っております。



## 加古川町内ケアマネジャー研修

10月18日、梅谷事務所の司法書士、梅谷正太代表を講師にお招きし「**家族信託でもう安心～成年後見人制度より柔軟な制度、家族信託～**」と題して、前年度に引き続き、新たな制度、家族信託について学びました。一度、成年後見人契約を結ぶと、その人柄や、その働きぶりがどうであれ、変更がきかないことありますが、家族信託ならその点柔軟性もあり、費用も特段発生しないことなど、参加者皆で大いに納得しました。



## 介護ほっとカフェ リフレッシュバス旅行



11月15日、毎年恒例の**リフレッシュバス旅行**に行ってきました。今年は神戸三宮の中心地にある「**脳梗塞リハビリセンター神戸**」の見学会！！医療保険や介護保険の制度だけでは対応できない**リハビリ難民**が増えているようで、そういった方にマンツーマンの手厚いリハビリを提供している自費の施設です。テレビ番組でも紹介され、多くの方の症状が改善されたという実績もあり、今年7月に開設されたばかりですが待機者もいるようです。新たな社会資源を知る機会になりました。見学会の後は**神戸空港**に足を運んでフリータイム♪「**観光で空港に来るなんて**」「**千辛万苦が美味しかった**」「**飛行機の離陸が見られた**」などと満喫していただいたように思います。



知る機会になりました。見学会の後は**神戸空港**に足を運んでフリータイム♪「**観光で空港に来るなんて**」「**千辛万苦が美味しかった**」「**飛行機の離陸が見られた**」などと満喫していただいたように思います。



# 南粟津町内会いきいき百歳体操

10月1日、南粟津町内会で住民待望のなか、いきいき百歳体操が立ち上がりました。毎週火曜日10時～南粟津加茂会館にて行われ、既に40名の方が登録されています。包括も開催場所の様子を見に行かせていただきました。「家族に迷惑をかけず、自分の足で歩けるように!」「ほかに何か楽しいことも考えよう!」等の感想を頂き、健康のため、地域づくりと、とても明るく前向きな雰囲気でした。これからも人とのつながり、地域とのつながりが続いていくよう微力ながら応援させて頂きたいと思っております。



## 認知症イベント

11月2日、毎年恒例の認知症イベント「認知症の人や家族にやさしいまちかこがわ2019」が開催されました。今年は、高齢の夫婦の生活状況を、離れて住む娘が記録したドキュメンタリー映画「ほけますから、よろしくお願ひします」の上映会でした。「誰にも世話になりたくないじゃ」「なんにもできへんくなってしまっ、もう死にたいわ」というセリフもあり、年を重ねていくことによる葛藤、夫婦間でちぐはぐでも支え合っている様子が丁寧に記録され、笑いあり、涙ありの感動作でした。上映会に合わせて脳健康チェックと認知症なんでも相談会も開催され、たくさんの方が足を運んでくださいました。皆様の認知症に対する関心の高さを感じた1日でした。



## RUN伴2019



11月3日、認知症啓発イベントRUN伴が開催されました。今回で9回目です。RUN伴とは「認知症になっても安心して暮らせるよう、日本の全ての市町村で出会いが生まれる事を目指す活動」です。認知症にかかわる事業所や地域の方がタスキをつない

いでいき「認知症の人も誰もが暮らしやすいまちづくり」を目指していく事をPRしていきました!包括かこがわの職員も野口町～包括まで頑張って走りましたよ!ゴールした瞬間は盛大な拍手が沸き上がり「ゴールできてよかったぁ」と感動の涙が!包括～加古川駅まではみんなで練り歩き、啓発用ティッシュを配っていきました。「上を向いて歩こう」を合唱し、絆を深められました。一つの志が皆を集結する力って素晴らしいですね♪

## 認知症サポーター養成講座

2019年の秋は、認知症サポーター養成講座の依頼が多く、講師役となっていただくボランティアのキャランメイトの皆様には大変お世話になり、ご協力をいただきました。おかげさまで新たに**248名**の方が認知症サポーターとなりました。「認知症にやさしいまちかこがわ」を共に実践していきたいと思っております。

9月6日  
ニッケア  
サービス加古川  
24名

10月30日  
生活支援従事者  
研修受講者  
21名

11月12日  
鳩里小学校  
5年生と先生  
192名

11月11日  
アペックス  
西日本  
5名

11月7日  
播磨薬剤師会  
薬学部学生  
6名

