

マザアスニュース 第16号

ひだまり

2000年4月1日(年4回発行)

発行/社会福祉法人マザアス

〒203-0004 東京都氷川台2-5-7

Tel 0424-77-7261

Fax 0424-77-7500

発行責任者/高原 敏夫

編集責任者/山崎 宣子



介護保険……今、大事なこと

施設長 高原 敏夫

介護保険が4月からスタートします。介護が必要と認定された人たちの「介護サービス計画(ケアプラン)」を介護支援専門員(ケアマネジャー)によって作成する作業も始まっています。

この作業は、サービス利用者とサービス提供事業者の間に入り、最もふさわしい介護が安定して提供されるよう、調整するのが主な仕事です。

介護保険は、どのような介護支援専門員に介護サービス計画を依頼するかで総てが決ま

ると言っても良いと思います。

利用者の立場に立って、どんな暮らしをしたいのか希望を良く聞く姿勢で、サービスを調整してくれる人を選ぶことが大切です。また、介護保険だけでなく、ボランティアや福祉サービスも含めて、地域で支えるプランを作れる人がより望ましいとも言えます。

結局介護保険の使い方は、どんな介護支援専門員に出会うかで異なってくるでしょう。安心できなかったら、早めに変えて、賢く保険を使うようにしたいものです。

介護保険が始まりました

「介護保険」という新しい制度を上手に利用したい。でも、わからないことが多くて不安を感じている。そういう方々の疑問にわかりやすくお答えします。(3月25日現在)

今何をすればいいの？

いよいよ介護保険制度が4月からスタートしました。マザアスの指定居宅介護支援事業所である東部在宅介護支援センターでも、ケアプラン作成の依頼を受け、実情を把握した上で、ご本人とご家族の意向になるべく添ったケアプランを作成しています。

ここで、要介護認定からサービス開始までの流れを右にまとめてみました。

※ (1)、(3)、(4)は利用者がおこなう

- (1) 要介護認定を市区町村に申請
↓
- (2) 要介護認定
↓
- (3) ケアプラン作成
 - ① ケアマネージャーに作成を依頼
 - ② 作成依頼届け出書を市区町村に提出
- ↓
- (4) 介護サービス事業者と契約
↓
- (5) サービス開始

お金はいくらかかる？

介護保険で介護サービスを受けると、どのくらいお金がかかるのでしょうか。正確な計算はケアマネージャーに頼むとしても、あらましは知っておきたいものです。保険の支給限度額内なら費用の9割は保険でまかなわれ、自己負担は1割です。実例をもとに介護保険のお金の仕組みを紹介しましょう。

Aさんは75歳女性、一人暮らしです。高血圧で病院に通っていましたが、昨年秋に転んで右大腿骨頸部骨折で手術を受けました。

リハビリテーションで、なんとか杖を使って歩けるまでに回復しましたがひとりでの外出や買い物ができません。台所に長時間立ったり、掃除機をかけたり、かがんで拭く動作が大変です。自分の身のまわりのことは時間をかけてできますが、転倒しないよう注意が必要です。要介護度1の認定を受けました。支給限度額は月16万5800円です。

Aさんの1週間のスケジュールは以下のようになりました。

	月	火	水	木	金	土	日
朝							
往診 (月1回)		訪問介護 身体介護	通所介護 (デイサービス)	訪問介護 複合型	訪問介護 身体介護	通所介護 (デイサービス)	
昼	訪問介護 複合型	配食(昼)		配食(昼)	配食(昼)		
夕	配食(夕)						

これをもとに費用の計算をしたものが次の表です。自己負担は1万9801円です。

サービスの種類		回数/月	金額(円)	うち自己負担
保険サービス 限度額内	訪問介護(身体介護・家事援助複合型)	8回(1回2時間)	128,919	12,891
	訪問介護(身体介護)	8回(1回1時間)		
	通所介護(デイサービス) 送迎・食事付	8回		
	居宅療養管理指導(往診)	1回	5,100	510
配食サービス(1食400円)……市独自の施策事業		16回	6,400	6,400
			合計	19,801

なお、介護保険料は全国一律ではなく、各市区町村によって設定額が異なります。

自立と認定されたら？

ここで、東久留米市の介護保険対象外のサービスを紹介します。前述の例にもありますように、配食サービス(1食400円は自己負担)、デイサービス(1回4時間)、機能訓練事業、ホームヘルパー派遣などがあります。介護保険で「自立」と認定された方でも、

生活の支援が必要と認められればこれらのサービスを受けることができるわけです。

デイサービスは東部地域センター内の「マザアス大門」でもおこなっています。市内ではほかに「ハーモニー滝山」があります。

お問い合わせください。

ケアマネージャー/佐田 康子

声の欄

総務課

総務課では、毎年の年度末の事務整理のほか、他の課同様、介護保険に向けた準備にも追われています。総務課の介護保険の主な準備としては、定款の変更、事業者申請書類の作成、借入金申請書類の作成、収支見通しの把握、新会計基準への対応、請求業務に対する準備等があります。これらの作業には、手間も時間もかかります。そのため頭の中はこの作業のことで一杯ということがあります。少し前に、「施設長、これ以上の作業は無理です。」と、夢のなかでつぶやいたことがありました。

こういう忙しい時でも仕事のことを忘れて手軽に楽しめる趣味を持つことは、心身の健康のためにも必要だと思います。趣味という程ではないのですが、通っている教会で最近男性アカペラ四重合唱に挑戦しています。このスタイルは響きが良いようで歌っていて気持ちが良いのです。現在は月に数回程度ですが、続けていければと思っています。

事務長 井上 道明



上段 左から 藤原、井上事務長
下段 左から 根岸、山崎

私がマザアスで働き始めてから1年が経ちました。働き始めた当初は、東久留米市の地理がよく分からず、どこへ行くにも道に迷ってしまい、地図は手離すことのできないものでした。ですが、休日などに地図を片手に散歩したりしたこともあって、最近になって少しずつではありますが、市内の地理が分かってきました。これからは季節の変わりも楽しむことができるかな・・・と思っています。

この4月からは新たに介護保険が始まります。私たち事務職員にとっても、今までとは違った仕事待ち構えています。これからも総務課4人のチームワークを大事にし、地域の中でマザアスが身近な存在であり続けることができるよう努めていきたいと思っています。

藤原 将洋

「ひだまり」とともに

平成8年7月、マザアスニュース「ひだまり」が誕生しました。創刊号より編集に携わってきて満4年、生まれた子がやっと幼稚園に入り、ほっとした安堵感と、元気に通えるかしら？という不安が交差した複雑な心境といったところです。

先日、編集資料を整理していた時、今は亡き入居者Sさんの笑顔の写真を見つけました。Sさんは耳が不自由でしたが話し相手の口元をしっかりと見て普通に会話を楽しまれ、私ともよく世間話をしたものです。ある朝、プランターの苺が真っ赤に熟しているのを見て、「苺って小さいけれど重たいね。草かんむりを被ったお母さんだからね」と、やさしい眼差しで見つめていました。とてもだいじなことを教えていただき、胸が熱くなったことを覚えています。人と人とのふれあいを大切に、「ひだまり」の名のごとく、心暖まる誌面づくりに励んでいきたいと思っています。

山崎 宣子

…… 散歩と読書 ……

縁あって総務課の購買係として仕事をする事となりました。長い間家庭の中で気儘に暮らしていた私には緊張の日々が始まりました。そんなある日、前事務長より「どうですか事務の仕事は」と聞かれて「細かすぎて私には合わないみたい」と答えると、「石の上にも三年ですゾ」とおっしゃいました。在りきたりな諺なのになぜか重みがあって新鮮な感覚で聞いたものです。

私は気が向くとよく散歩に出かけます。空気の澄んでいる日は美しい富士山に感激したり、黒目川のカルガモちゃんに会いに行ったりします。歩きながら仕事上の失敗や、人に迷惑をかけた事などを反省しつつ、全部道に落として行きます。そして、途中出会った友達とおしゃべりをしたり、犬の散歩に付き合ったりしていると、いつの間にか楽しい気分になっていきます。一日が終わって就寝前のひととき読書という楽しみが待っています。突然、昨日までの小説の粗筋が頭に浮かび、さあ早くという気持ちで本を手にします。三年前に実家の父が倒れて姉と交互に介護に通った時も、忙しい中にも読書は私に心の平安をもたらしてくれました。そんな日々を送っているうちにマザアスで三年目の春を迎えました。

根岸 朝子

サークル紹介

Buddies

ケアパー・バディーズ

「次のバディーズはいつなの？」こんな言葉が施設内のあちこちで聞かれるようになってきました。気軽にいろんな方々からこのように声をかけていただき、とてもうれしく思っています。このサークルを始めたひとつの目標でもありましたし、また皆さんに楽しみにしていただけることは、スタッフ一同とても励みになります。

"バディーズ" = 気軽に知り合う仲間たち。これからも皆さんが、店名の意味するように、気軽に立ち寄り利用できるようにしたいと思います。

ケアワーカー／ニッ森 正秀



はずむ会話をあつみに「乾杯！」

編集後記

4月1日から介護保険制度が始まりました。介護を必要とする高齢者の方はもちろんのことご家族の方々も、従前通りのサービスを受けることができるのか、費用はどうなるのかなど不安があらわれることと思います。

私共も新制度を十分に理解しているわけではありませんが、利用者の皆さんが少しでも安心して介護を受けることができますよう情報提供に努めて参りたいと思っています。

そのためにも職員の皆さんのみならず、入居者ご家族の方々、ボランティア、地域住民の皆様のご意見ご質問が大変重要になっています。今後共ご協力賜りますようお願い申し上げます。

西野 次三



このひと振りて味が決まります

ナースからのワンポイント・アドバイス

「こころのはなし」



春は木の芽時、桜の開花と同時にウキウキしたり開放感を覚えたり、そして春は卒業、入学、就職、転勤など心機一転する時期でもあります。とかく精神的障害をもっている人は、季節の変わりめに病状が強くなったり、病気が発症すること多いといわれます。

高齢者の介護においては本人、家族、親戚の間で介護に関する価値観が違うことから起こる葛藤や、家族が絆を大切にすあまり社会資源を拒否することからくる負担の増大、介護する人自身の高齢化などが影響して、介護者のメンタルヘルスが悪化する場合があります。まず、加齢とともに身体的、精神的機能が低下し、それにつれて社会的な役割の変化や日常動作能力の低下を引き起こしていることもある、ということを念頭に置いておくことも大事です。

個人を尊重した対応を心がけ、家族や身近な人々の心理的な葛藤に対し配慮していくことが何より大切だと思います。

看護婦／渡部 千賀子

特別養護老人ホーム
マザアス東久留米

Tel 77-7261

Fax 77-7500

デイサービスセンター
マザアス氷川台

Tel 77-7263

Fax 77-7500

ヘルパーステーション
マザアス氷川台

Tel 77-7263

Fax 77-7500

訪問看護ステーション
マザアス氷川台

Tel/Fax

70-1740

東久留米市東部
在宅介護支援センター

Tel/Fax

73-9996

グループホーム
たきやま

Tel/Fax

77-1525

老人デイサービスセンター
マザアス大門

Tel 70-0065

Fax 70-8024