

2024年

10月発行

ほっと通信

発行：釧路市中部北地域包括支援センター

第175号

釧路市文苑4丁目65番2号ふみぞの東陽ビル TEL36-1233

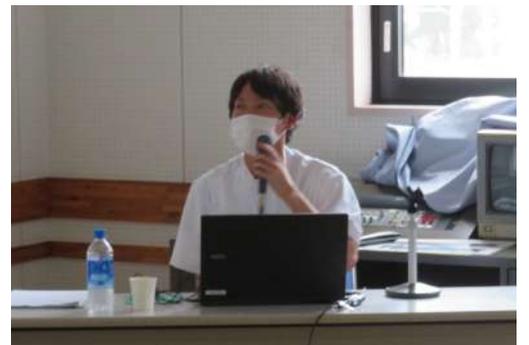
令和6年度第1回 介護支援専門員連絡会議を開催しました

令和6年7月19日（金）14時よりコアかがやきにて令和6年度第1回 介護支援専門員連絡会議を開催しました。（釧路市中部北地域の介護支援専門員20名参加）

釧路訪問リハビリセンターの川辺大樹所長より『訪問リハビリテーションについて』、フロンティア薬局中園店の佐々木貴哉薬局長より『在宅における薬剤師の役割と多職種との連携について』講話していただきました。川辺所長からは、訪問リハビリテーションの役割、利用の流れ、介護報酬の改定についてお話がありました。佐々木薬局長からは、在宅における薬剤師の業務、在宅業務を開始する為の手順について事例で説明していただきました。

厚労省によると、薬の飲み忘れや服薬中断等で年間500億円分もの医療費が無駄になって国の財政を圧迫しており、それは薬剤師の管理や指導、医師との連携で改善できるといわれています。服用する側一人ひとりの問題でもありません。

終了後のアンケートでは、「両方のサービスを利用したことがなかったけれど、利用の流れがわかった」「在宅訪問薬剤の申し込み方法がわからなかったけれど、お話をきいて今後相談しやすくなった」「退院後すぐに訪問リハビリが利用できる事がわかった」「眠剤の多量服用の危険リスクが理解できた」「医療職との連携が増えてきているなか、大変参考になりました」等たくさんのお話をいただき、介護支援専門員の皆様には今後の業務に活かされるものと感じ、大変嬉しく思いました。猛暑の中、また御多忙中にもかかわらず参加された介護支援専門員の皆様、川辺様、佐々木様、ご参加誠に有難うございました。（主任介護支援専門員：佐々木）



巡回相談のお知らせ

中部北地域包括支援センターは、高齢者の方の多岐にわたる相談に対応させて頂いております。下記の日程で巡回相談を実施します。主任介護支援専門員・社会福祉士・看護師が出向き相談に対応致します。血圧測定・足指力測定・握力測定も実施しておりますので、お気軽にお立ち寄り下さい。

日時：令和6年10月22日（火）13時30分～15時

場所：釧路信金 愛国支店（愛国西1丁目5-11）



文苑福寿会で講話を行ってきました

8月9日（金）11時から12時まで文苑福寿会を訪問し、消費者被害について講話をさせていただきました。当日は、11名の方が参加されました。消費者被害は高齢者だけでなく、若い世代の方も被害に遭っていることや、昨年度の釧路管内や北海道内の被害額等についてお話させていただきました。途中で質問もあったり、皆さん、積極的に聞いて下さっていました。



参考までに昨年度と今年度7月末までの特殊詐欺の認知件数と被害額を掲載します。

北海道の特殊詐欺事件発生状況（2024年7月末暫定値） 北海道警察本部ホームページより

特殊詐欺		2024年度	2023年度	増減
	認知件数（件）		76	85
被害総額（円）		222,828,310	221,063,830	1,764,480

（社会福祉士：井口）

認知症市民向け研修・たんぽぽの会 40周年記念講演のご案内

「ここまできた！認知症の人の生き方」

～閉じ込められ、縛られてきた過去…そしてこれから～

日時：10/19（土）10：00～12：00

場所：生涯学習センターまなぼっと多目的ホール

講師：宮崎和加子氏（一般社団法人だんだん会理事長）

参加：無料、申し込み不要

主催：釧路地区障害老人を支える会 たんぽぽの会
釧路市、釧路市内7地域包括支援センター

問合わせ：釧路市 介護高齢課 高齢福祉係 ☎ 0154-23-5185



経歴

昭和52年東京大学医学部附属看護学校卒業

昭和53年より、訪問看護に従事（医療法人健和会・柳原病院）

平成4年、北千住訪問看護ステーション開設・所長（東京都第1号）

以降、東京都内の13ヶ所で訪問看護ステーション開設、統括責任者

平成13年、グループホーム福さん家開設・ホーム長

平成20年、全国訪問看護事業協会の事務局次長、事務局長（平成28年3月退職）

平成28年、一般社団法人だんだん会を設立、理事長

合計6ヶ所のグループホーム9ユニットの開設・運営責任者

みんなで防ごう高齢者虐待

厚生労働省は、令和4年度の高齢者に対する虐待の対応状況に関する調査結果を発表しました。特別養護老人ホームなどの介護施設職員が加害者となったのは前年比 15.8%増の 856 件、家族らによるものは 1.5%増の 1 万 6669 件でした。

家族らから虐待を受けた人の 65.3%は身体的虐待を受けていました。次いで心理的虐待が 39.0%、介護等放棄が 19.7%、経済的虐待が 14.9%でした。被害者の 75.8%が女性であり、加害者の続柄は息子（39.0%）が最も多く、夫（22.7%）、娘（19.3%）の順でした。家族などによる虐待の発生要因（複数回答）としては、虐待を受けた高齢者の「認知症の症状」（56.6%）が多く見られますが、虐待をした人の「介護疲れ・介護ストレス」も 54.2%と多くを占めていました（複数回答）。

介護疲れ・介護ストレスは軽減させることが可能です。介護者が介護を抱え込み、頑張りすぎていないか周囲の方々も気にかけていただければと思います。



地域での虐待の兆候やサインをつかみましょう

- 怒鳴り声、悲鳴、物が投げられる音がする
- 電気メーターが止まっている、水道・ガスなどが止められている
- 天気が悪くても、外にいる姿がしばしばみられる
- 家族と同居しているのにコンビニなどで頻繁に弁当を買っている
- 最近、姿をみかけない
- 住居や庭の手入れがされていない
- 近所付き合いをしたがらない、訪問しても嫌がる、拒否する
- 郵便受けが、新聞や郵便物で一杯になっている

釧路市役所と市内7つの地域包括支援センターの社会福祉士で、『介護をがんばりすぎない心の健康チェック』というシートを作成しました（下記参照）。介護によるストレスの傾向を知ることができ、それに対するアドバイスも載っています。ご家族が介護をがんばりすぎるあまり疲れをためてしまうと、共倒れになってしまうかもしれません。チェックシートをご覧になりたい方は是非センターまでお問合せください。（担当：井口・米澤）

介護をがんばりすぎない心の健康チェック

介護生活によるストレスはたまっていないでしょうか？ストレスは自分でも気づかないうちに体調を崩すことにつながります。ストレスがかかっていないか、以下のチェックリストで確認してみましょう。

1	介護はおもに自分一人でやっている。	はい・いいえ	ABCD
2	介護は自分ががんばらなければならないと思う。	はい・いいえ	AB
3	他人に家に入られたくないので、家族で介護したいと思う。	はい・いいえ	A
4	どこに相談に行けば知りたい情報が手に入るのか、わからない。	はい・いいえ	A
5	身体の負担が少なくなるような介護の方法を知らない。	はい・いいえ	AD



認知症サポーター養成講座・スキルアップ講座参加者募集！

認知症は、2025年には700万人（日本）になると推定されています。これは高齢者の約5人に1人の計算になります。誰もが住み慣れたまちで最期まで安心して暮らしていくには、まちぐるみで認知症の人とその家族を支えていく必要があります。現在では、認知症があっても活躍している人が増えており、認知症に対する捉え方も大きく変わりつつあります。家族や友人、ご近所の人たちと一緒に、地域の中で安心して暮らせる社会を考えてみませんか？ 認知症サポーター養成講座にて認知症について学びましょう。



	認知症サポーター養成講座	認知症スキルアップ講座
日時	10月17日（木） 10:00～11:45	10月24日（木） 10:00～11:30
場所	小規模多機能ふみその（文苑2-26-14）	
対象	スキルアップ講座も受講できる方	サポーター養成講座を過去に受講された方。 スキルアップ講座は何度でも受講できます。
内容（講師）	認知症の基礎知識の講義、 指定DVD	講義 畠山智彦氏（グループホームふみその・ 小規模多機能ふみそのの所長、社会福祉士）
参加費	無料	
締切り	10月10日（木）	
問合せ	釧路市中部北地域包括支援センター（担当：盛） ☎ 36-1233	



こんな時は地域包括支援センターへご相談下さい。

- 介護保険について知りたい、介護の保険の申請がしたい。
- 介護が大変で仕事が手につかない。
- 近所のおばあちゃんが、最近ふとんをたくさん買わされているようだ。
- 近所のおじいちゃんがよく迷子になっているようだ。
- この頃、おばあちゃんの物忘れが増えて困っている。



相談はすべて無料です！！

地域包括支援センターは釧路市から委託されている公的な相談機関です。市役所に代わって身近な所で相談できます



地域包括支援センターはあなたの街の相談所です。

〒085-0063

釧路市文苑4丁目65番2号（ふみその東陽ビル1階）

開設日／月曜～金曜（祝日・市の年末年始の休日を除く）

開設時間／午前9:00～午後5:00 ☎ 0154-36-1233