介護者による介護者のための情報誌

ケアラーズ新聞

記事に関する
お問い合わせ・投稿先
☎ 03－5368－1955
広告掲載に関する
お問い合わせ
☎ 03－6317－1634

2014年 7/10 vol.2 No.5

[発行責任者] 牧野史子
[発　行] NPO法人 介護者サポートネットワークセンター・アラジン　〒160-0022　新宿区新宿1-25-3　エクセルコート新宿302号

認知症家族の介護者たちが気軽に集う“駅前カフェ”
――「ケアラーズカフェ日向家」にようこそ

境朗子［フリーライター］

家族など無償で介護を担う人（ケアラー）が集い、息抜きし、交流するケアラーズカフェが全国各地で増えています。公益社団法人認知症の人と家族の会愛知県支部は、認知症に特化したケアラーズカフェを「駅前」にオープン。認知症についてあまり知らなかった地域の住民も巻き込んで、ともに素敵な時間を過ごしています。

愛知県東海市、名鉄太田川駅の高架下にある観光物産プラザ。そのカフェスペースに、昨年秋から毎週土曜日と日曜日に店開きしているのが「ケアラーズカフェ日向家（ひなたけ）」です。

開放感あるスペースに並ぶ丸テーブルを囲み、認知症の家族介護者も、そうでない人も、誰もが気軽に歓談。物産プラザで買った食べ物を持ち込んで食べてもオーケーです。

ブラリとコーヒーを飲みにきた地元の住民が「認知症介護相談」の貼り紙を見て「なるほど、こういうことをやっているのね。そういえばご近所で…」など認知症を話題に盛り上がることもよくあります。

スペースの一角に相談コーナーが設置されていて、介護経験者で相談スタッフ養成講座を受講した相談員が、介護の方法や利用できるサービスなど、具体的な相談にもじっくり応じてくれます。

「介護者は、とまどい、悩んでウツになるなど、介護者のほうが倒れてしまう場合もあります。でも介護者に対する支援は遅れています」と話すのは「日向家」を運営する愛知県支部代表の尾之内直美さん。開設に至る思いを次のように話します。

「電話相談は平日に受けてきましたが、休日でも気軽に個別相談できる常設の場が必要だと考えてきました」

介護者のゆとりが介護される人を穏やかにする

介護していると、いつのまにか自分の好きだった趣味さえ忘れてしまいがち。でも「楽しむことを諦めずに続けてほしい」という願いから、日向家では毎週日曜日には、午後からイベントを開催しています。笑いヨガ、絵手紙、ハーブティ、コンサート…と、毎回、多彩なプログラムを用意。

若年認知症の奥さんを介護する杉本弘さんは、日向家のステージに立つミュージシャンです。青春時代にバンドで鳴らした懐かしの曲を「フォークソングの集い」で披露。拍手喝采を浴びています。

杉本さんは、介護と仕事の両立で悩んでいた時期、介護の先輩にアドバイスを受けて気持がラクになったとか。その後、介護仲間からコンサート出演を依頼されると快諾。久しぶりにギターを手にし、1カ月余りの間、夢中で練習しました。

「フォークソングの集い」で杉本弘さんが奏でる懐かしの曲に引き込まれる観客たち

杉本さんの様子を見守ってきた尾之内さんは「奥さんのお顔の表情が穏やかに明るくなりましたね。ご主人の対応が変ったからでしょう」と話します。

介護者に楽しむ余裕ができると、要介護者に対しても「できないことを数える」態度から、「できる能力を生かそう、そして共に楽しもう」というポジティブな眼差しに変化するのです。

「自分が演奏することで、同じ悩みを持つ人の力になれたらと思います。介護を続けていくには、介護者が好きなことをする時間を持ち、元気でいることが大切。ぜひカフェに参加していただきたいですね」と杉本さんは言います。

尾之内さんは「介護経験は一つの大きな力になる。大切な社会資源です」ときっぱり。地域に社会資源を還元し、地域を活気づける場になっている日向家は、さまざまなケアラーたちでいつも大賑わいです。

ケアラーズカフェ日向家
開設＝土曜・日曜　10時30分～15時
連絡先＝認知症の人と家族の会愛知県支部
TEL.0562-33-7048 ／ rara2@ma.medias.ne.jp

愛知県支部代表　尾之内直美さん

「ホームホスピス」は最期の時を安心して過ごせる「第二の我が家」

境朗子［フリーライター］

もし要介護状態が重くなり、地域で続けてきた生活がおぼつかなくなったら、あなたやあなたの家族は、どこで過ごし、どう生命を全うしたいと思うでしょうか。病院でもない、施設でもない、その人らしい安心した生活を最期まで支えてくれる「第二の我が家」。それが、ホームホスピスです。2004年、宮崎県で誕生し、西日本へと広がりを見せるなか、2013年４月、関東圏で最初に開設された「ホームホスピス　はーとの家　金町」（東京都葛飾区）を訪れました。

穏やかな日常を取り戻せば生きる力が湧く

「おいしくて、いつも完食よ」

彩りよく盛りつけられた料理を口に運びながら、洒落た部屋着姿の高齢女性がちゃめっけのある笑顔を向けてくれます。

実はこの女性は、ここに来た当初、点滴を抜かないようにミトンをつけて抑制され、スタッフが近づくと怯えて噛みつかんばかりの状態でした。

「すぐに抑制を解き、体をバスタオルでくるんで温め、『大丈夫。安心してくださいね』というメッセージを送り続けたら、少しずつ落ち着きを取り戻されました」

「はーとの家　金町」責任者で看護師の木戸恵子さんはそう話します。今では周りの人とおしゃべりをしながら、食事も堪能。「あの時は、ほんとの私じゃなかった。ひどかったでしょう？」と笑って振り返ることもできるほど、穏やかな日々を送っています。

「『はーとの家』を開設した時、食事について調理はせずに、既成の冷凍食品を温めればいいと考えていました」と話すのは主任の看護師・富岡里江さん。ところが利用者に「これだけではご飯じゃない。お新香とおかずのお皿、味噌汁のお碗が並んではじめて『いただきます』と言えるんだよ」と諭されたのです。介護スタッフたちも、我が意を得たりとばかり「ご飯を作りましょう」と主張しました。

責任者の木戸恵子さん（右）と主任の富岡里江さん

「私たち看護師は、食中毒や火による事故などのリスクばかり頭にあったと、ハッとしましたね」

それまで食べ物を受けつけなかった利用者も、介護スタッフが腕をふるった料理を出すと、一口、二口と食べる量が増えていきます。「例えガンの末期であっても、皆さん、一度は元気を取り戻されていく。予測していなかったことが『はーとの家』では起こるんです」

家族たちは「笑っている姿をまた見ることができるなんて」と大喜び。常に温かな眼差しを向けられ、対話し、心のこもった食事をとる。そんな一見当たり前のような日常を取り戻すだけで「人は受け身で生かされるのではなく、自ら生命の輝きを放つ」ことを富岡さんは実感します。

「がんばらない介護」を実現する環境を提供

2000年に介護保険制度が始まる前から、木戸さんや富岡さんは、地元葛飾区で訪問看護を行なっていました。

「地域との繋がりが希薄になり、いわゆる老々介護や認々介護、独居なども増え続けている。ご家庭の介護力が年々弱まっているのを感じてきました。でも病院は出なきゃならない。施設にも入れない。消去法で在宅を選ばざるを得ないご家族は、介護で疲れ果ててしまうのです」と富岡さん。

このままでは家族介護は立ち行かない、何かいいやり方はないかーー。地域の訪問看護ステーションを運営している仲間と思案する日々が続きました。木戸さんもこう語ります。

「ご家族の方たちに『がんばらない介護でいいのよ』と伝えてきたけれど、ヘルパーや看護師に頼れない時間帯はご家族で乗り越えなければなりません。やはり『がんばれー』って少し無理を強いてきたように思えるんです」

「がんばらないで私たちに任せて。ご自分のケアをして笑顔を見せてね」と心から言えるサポートをしたい。そう考えた木戸さんたちは、訪問看護師仲間といろいろなタイプの

ここでは穏やかな日常の時間が流れる

施設を見学して回った結果、ホームホスピスの立ち上げに行き着きました。

ホームホスピスに公的な定義はなく、制度に当てはまる事業ではないけれど、 介護保険対象外の若い人たちなど誰に対しても垣根なくケアサービスの提供が可能です。

地域住民に求められ、育てられている家

「はーとの家」の扉を大きく開くと、さまざまな人たちが支援を求めて訪ねてきました。

例えば、奥さんの認知症の症状が激しくて介護施設に入れる自信がなかった高齢のご主人。在宅介護に疲れたときは、空きがあればすぐに対応可能な「はーとの家」に奥さんが入居し、ご夫妻とも体調がよくなると家に戻る。そんな入退去を１年ほど繰り返すうちに、奥さんは集団生活に慣れて、介護保険の施設利用も可能になったとか。

また、病院を退院後、「はーとの家」で半月ほど経管栄養剤の選択や調整の仕方について指導を受け、抱えていた不安を払拭して、在宅介護を始めた家族もいます。

「ガン末期の娘を看取るのが自分の最後の仕事」と決意した80代のお母さまは､「はーとの家」で１カ月余り同じ部屋に泊まりこみ、娘さんとのかけがえのない時間を過ごすことができたそうです。

「はーとの家」へも訪問診療を行なっている「わたクリニック足立」の医師・石川祐輔さんは、次のように語ります。

「訪問看護ステーションがホームホスピスを運営していると、最期まで同じ訪問看護師や医師がみることもできて、ご家族やご本人も安心されるようです。どなたでも住み慣れた地域で不安なく過ごせるよう、先駆けとしてのこのような場所がもっと増えるといいと思いますね」

地域の人々に困りごとがあって自分だけでは解決できないというときこそ、「はーとの家」の出番です。最大の特長は、当事者主体で取り組む姿勢。そしてどんな状況のどんな人でも、まるで家族のように迎え入れる柔軟性、自由さがあることでしょう。

「利用者の方々の想いが実って生まれた家です。私たちスタッフが気張りすぎて型を作らないようにしています」

「はーとの家」が開設してからの看取りは､利用者のおよそ半数。そこで木戸さんが感じたのが啓発活動の大切さだといいます。

「ご家族もそうですが､ことに福祉畑から来た介護スタッフは、看取りの経験が少ない場合が多く、亡くなられていくプロセスにとまどい、辛くなりがちです。私たち看護師は、看取りについてもある程度わかっているので、かえってそうしたスタッフの気持に気づきにくいかもしれません。もっと理解を深めあわなければねりません」

最期まで尊厳を保ちながら、その人らしい豊かな時間を過ごすための家づくり。そのために、地域住民とさまざまな職種の人たちが集い、学びあい、元気をもらいあう、カフェのような居場所をつくる計画も立てているそうです。

ホームホスピス はーとの家 金町
〒125－0041　葛飾区東金町2-30-4　1階　TEL.03-5876-6034
部屋数は6室。24時間、介護職員常駐。
費用＝入居保証金10万円。入居時手数料1万円。
入居料1日2000円～7000円。生活介護費1日2000円など。
他に水道光熱共益費､食費､雑費など。在宅と同様､介護保険も使える。

介護をしている人が ポンと膝を打つ 認知症版の「ケアラー手帳」

認知症版「ケアラー手帳」
A5判　25ページ　一部200円（送料別途）
問合わせ＝日本ケアラー連盟
（水曜・金曜13時～17時）
TEL.03-3355-8028

けんめいに介護をしていると、自分のことは後回しにして無理を重ねてしまいがち。ストレスがたまり、自分のほうが倒れてしまう場合も。そこで「大切な人を介護しているあなたも大切な一人です」という応援メッセージを込め､介護者自身の心や身体の健康に､しっかり目を向けもらおうと作成されたのが「ケアラー手帳」です。気持が沈んだときの乗り越え方、健康チェック、相談窓口など、介護者に知っていてほしい情報が満載です。

2012年、北海道栗山町、東京杉並区、さいたま市の３カ所で試験的に配布してから「励まされた」「自分を振り返り、余裕ができた」などの声が届くなか、今回、公益社団法人認知症の人と家族の会愛知県支部と一般社団法人日本ケアラー連盟が協力し、認知症の人を介護する人を対象とした「ケアラー手帳」を発行しました。

認知症の人の介護の場合、介護者が精神的に最も大変なのは初期から中期。「みんな同じようなことで困っている」と呼びかけ、下記のような家族の目線に立ったアドバイスを載せています。

- 認知症の介護は「いいかげんが、ちょうどいいかげん」。上手に手抜きをして息の長い介護を。
- 認知症の人には怒ってはいけないと言われるが、身内の介護はそう簡単ではなく、怒らないで介護できるようになるには誰でも時間がかかります。
- 介護者の苦労はなかなかまわりに理解してもらえないもの。元気が出るように自分で自分をほめて。　などなど。

その他、介護者の不安や迷いが整理できる知識や心構え、思わず膝を打ってしまう介護のひと工夫、共感できる体験談など、「これが知りたかった」という情報をわかりやすくコンパクトに紹介しています。

「ケアラー手帳」の活用法はさまざま。介護者のセルフケアに役立つのはもちろんのこと、自治体や医療・介護の専門職、周囲の人々が、孤立しがちな介護者とコミュニケーションを取り、支援するツールとしても最適です。ぜひお役立てください。

INTERVIEW

秋山正子さん［暮らしの保健室室長］

相談だけでなくお互いに支えあえる場に

あきやま・まさこ●
1950 年、秋田市生まれ。株式会社ケアーズ白十字訪問看護ステーション代表取締役所長、NPO 法人白十字在宅ボランティアの会理事長。

新宿区の巨大団地・戸山ハイツの一角に、秋山さんを中心に「暮らしの保健室」がつくられたのは３年前。医療や暮らしに関して何でも相談を受けます。看護師や臨床心理士などの専門家もいて、病気や介護の具体的な質問から漠然とした不安や悩みまで何でも相談できるほか、常時ボランティアが話を聞いてくれたり、お茶を淹れてくれたりと、ほっとできる時間を提供しています。

「こうした、具体的な場があるということがとても大事だと思っています。専門職も重要ですが、ここは、病気をもっている人も元気な人も、介護中の方も、相互に支え合う、緩やかな交流の場として機能しています。ふらりと寄って、ちょっとその場の人とおしゃべりをするだけでも、元気になれる場合もあります」

顔が見えないと不機嫌になる高齢の夫に、介護保険サービスは使いながらも家に縛り付けられていると感じていた高齢の妻は、ここに、夫の介護に使う用具を定期的に取りに来るようになり、ボランティアとのお茶飲み話などでレスパイトにもなっているのだといいます。

「取りにいらっしゃるのは大変だろうと、以前はお届けしていたのですが、親切にしすぎないことがかえってよかったんですね」と、秋山さんも笑います。

団地を含むこの地域での、もう 20 年以上もの訪問看護や訪問介護の提供で、秋山さんたちは年間、30 例以上もの看取りを行っているそうです。家族の介護を卒業した方たちも徐々に増え、地域のなかで、「抱え込まないで早めにどこかに相談したほうがいいわよ」「ここは、最期まで家にいられる地域だよね」と、他の人たちに伝えてくれているといいます。秋山さんは「それがとってもうれしい」とほほ笑みます。

高齢化率が 50％を超え、一人暮らしもその４割というこの団地。いくつもの病院にかかりながら何となく不安を抱えている人、まだ元気だけれど将来どうしたらいいか迷っているひとり暮らしの方などもいて、少しの支えがあれば、まだまだ頑張れることも多いのです。心配ごとを相談したり、寂しいときは支えられたりしながら、自分でもできることはボランティアとして地域のために役立っていく、そんな生き方がここでは可能です。秋山さんが主宰する NPO 法人白十字在宅ボランティアの会では、お年寄りのお話を聞いて「聞き書き」の小冊子づくりもしています。

「地域で、人のためにお役に立てる暮らし方は、病気になる手前の時間を伸ばし、病気になっても安心できる暮らしにつながります」

暮らしの保健室
〒162-0052　東京都新宿区戸山2-33-125（戸山ハイツ33号棟1階）
TEL　03-3205-3114　FAX　03-3205-3115
hokenshitu@kjc.biglobe.ne.jp
開設：月曜～金曜　9時～17時。相談無料、予約なしでもOK
がん医療相談：毎月第4土曜日10時～14時

2014年“夏”
進化する大人のための新型マガジン 月刊誌「どきどき」創刊！
～健康・美容・生活・旅・お金・学び・家族のことまで～

どきどきすると、いいことがいっぱい！
心が動く、脳が喜ぶ、体が軽くなる、笑顔になる、仲間がふえる

あなたも「どきどき」する毎日、始めませんか？

是非ご覧ください！
今回はケアラーズ新聞に“どきどき発見隊が行く”をご紹介します。

軽くて読みやすい、ハンディサイズ（A4判・32p）
年間定期購読料2,592円（税込）で、「どきどき」の素を毎月（初旬）お手元にお届けします。

「得する」情報はもちろん、参加できる、仲間ができる新しいマガジンです！

【お問い合わせ】どきどき事務局　0120-947-062　受付時間 10～18時（土日祝休）

全国介護者支援団体連合会メンバー団体 MAP

2014 年６月、全国で介護者支援をミッションとして活動をしている市民団体および NPO が一同に会し、「全国介護者支援団体連合会」を結成しました。

全国７地区から 11 団体が集合し、それぞれの活動を共有し交流しあい、今後の介護者支援政策の実現に向けて、ゆるやかにつながりあいながら共に歩む決意をしました。

今後は、10 月 18 日（土）に上智大学で開催されるフェスティバル「介護なんでも文化祭」で団体結成のアピールをしていきます。

会の目的は以下の通りです。

1. 介護者支援の社会的認知を高めること
2. 介護者支援に関する施策・制度の実現
3. 各地域における介護者支援活動の充実とその発展に寄与する

これからも、志を同じくする仲間を増やしていきたいと思っています。

（８ページに関連記事があります）

全国介護者支援団体一覧（2014 年７月時点）

団体名	住所	電話番号	mail
①栗山町社会福祉協議会	〒069-1513　北海道夕張郡栗山町朝日 4-9-36 栗山町総合福祉センター「しゃるる」	0123-72-1322	y-yoshida@aioros.ocn.ne.jp
②介護者サポートネットワーク・ケアむすび	〒985-0053　宮城県塩竈市南町 11-1		caremusubi@gmail.com
③NPO 法人さいたま NPO センター	〒330-0056　さいたま市浦和区東仲町 12-12 ツインハイツ 102	048-811-1666	kmurata@sa-npo.org
④NPO 法人杉並介護者応援団	〒168-0065　東京都杉並区浜田山 2-13-1	03-5930-6613	k-ouendan@jcom.home.ne.jp
⑤一般社団法人日本ケアラー連盟	〒160-0022　東京都新宿区新宿 1-25-3 エクセルコート新宿 302	03-3355-8028	info @carersjapan.com
⑥NPO 法人介護者サポートネットワークセンター・アラジン	〒160-0022　東京都新宿区新宿 1-25-3 エクセルコート新宿 302	03-5368-1955	arajin2001@minos.ocn.ne.jp
⑦公益社団法人認知症の人と家族の会　愛知県支部	〒477-0034　愛知県東海市養父町北堀畑 58-1	0562-33-7048	rara2@ma.medias.ne.jp
⑧NPO 法人てとりん	〒486-0851　愛知県春日井市篠木町 2-1281-1 ポプラハウス	070-5642-2616	tetorin2010@yahoo.co.jp
⑨男性介護者と支援者の全国ネットワーク	〒603-8577　京都市北区等持院北町 56-1 立命館大学人間科学研究所気付	075-466-3306	info@dansei-kaigo.jp
⑩男性介護者支援ネットワークひょうご	〒66-1321　兵庫県三田市けやき台 3-2-8	080-5332-0537	007carpentier25@nike.eonet.ne.jp
⑪NPO 法人つどい場さくらちゃん	〒662-0972　兵庫県西宮市今在家町 1-3	0798-35-0251	sakurachanmaru@bca.bai.ne.jp
⑫働く介護者の集い	〒700-0082　岡山市北区津島中 3-1-1 岡山大学 社会文化科学研究科　本村研究室	090-8246-8996（生田）	tomtom@okayama-u.ac.jp（本村）

知っておきたい、理想の高齢者住宅の見つけ方

第４回 高齢者住宅を選ぶときのポイント

西岡一紀［高齢者住宅新聞社取締役編集長］

前号では、高齢者住宅の情報はどのような形で入手できるか、という点について解説しました。今回はそれらの情報を元に、どのような点を判断材料にして高齢者住宅を選択していくか、という点を詳しく説明していきます。

高齢者住宅を選ぶ場合の判断材料には、以下のようなものがあります。

場所〈「自宅の近く」が基本スタイル〉

まず「どこに住むか」を考える必要があります。多くの場合「友人がいる」「かかりつけ医がいる」「遠方への転居は身体の負担が大きい」などの点から、現在の居住地に近い場所にある高齢者住宅が選ばれます。例えば、東京都西部地区など比較的高齢者住宅の数が多い地域では、入居者の多くが半径数キロ以内に居住していた人、と言われています。

遠方に移る場合でも「子供や兄弟姉妹が住んでいる」「昔住んだことがある」など、自分に何らかの縁がある場所を選ぶことが多いようです。ただし、元気なうちに入居する場合には、リゾート地のような場所の高齢者住宅が選ばれることもあります。

立地〈駅から遠くても問題なし〉

一般の住宅同様に、交通の便がいい物件が好まれる傾向にあります。しかし、多くの高齢者住宅では、基本的に入居者自身で買い物に行ったりすることは無いため「駅からバスやタクシーを利用しないと行かれない」などといった多少不便な場所でも、生活する上では特に問題ありません。なかには、人里離れた場所に立つ高齢者住宅もありますが「自然の多いところでゆっくりと過ごしたい」という人には、こうした立地が好まれます。

費用〈「入居時」「月額」両方を確認〉

一般の住宅同様に、「都市部にある」「交通至便」「新しい」「広い部屋」であるほど入居費用は高くなります。加えて高齢者住宅では、介護をはじめとする入居者向けサービスが提供されるため、その費用も考えなくてはなりません。例えば入居者 50 人に対して 20 人の職員がいる高齢者住宅と、40 人の職員がいる高齢者住宅では、当然、後者の方が人件費は多くなるため、費用は高くなります。

また、「ケアラーズ新聞」第３号でも紹介したように、有料老人ホームの場合は、月額費用の一部を入居時にまとめて支払う「入居一時金」「前払い金」などと呼ばれる制度を採用しているケースが多く見受けられます。月々の費用が安くても入居一時金が高いケースもありますので（もちろん、その逆もあります）、注意が必要です。月々の費用だけではなく「5 年間住んだ場合にかかる総費用はいくらか」などといった計算を行うことが大切です。

介護サービス〈併設事業所などをチェック〉

「ケアラーズ新聞」第２号でも紹介しましたが、一口に高齢者住宅といってもそこで提供される介護サービスには違いがあります。例えば介護付有料老人ホームでは、そのホームの職員が 24 時間体制で介護を行います。それに対し、住宅型有料老人ホームやサービス付き高齢者向け住宅では、外部の介護サービスを利用する形になります。後者の場合は、建物内や同じ敷地内に訪問介護やデイサービスセンター、小規模多機能型居宅介護などの介護サービス事業所が併設されているか、併設されている場合はその事業所が何か、などの点も重要な判断材料となるでしょう。「夜中でも頻繁に様子を見に来てもらいたい」「今、通っているデイサービスに今後も通い続けたい」など、どのような介護サービスを受けたいかによって、選ぶべき高齢者住宅は大きく異なってきます。

医療サービス〈胃ろうなどの受入可能か〉

高齢者住宅は、病院のような治療の場ではありませんが、高齢者が生活をする場のため医療サービスにも力を入れているケースが数多く見受けられます。例えば建物内に看護師が常駐している住宅や、クリニックが併設されている住宅もあります。看護師については夜間帯も含め 24 時間体制で詰めているところもあります。

そして、こうした医療サービスに力を入れている住宅では、胃ろうや在宅酸素など、生活する上で何らかの医療的ケアを必要とする人でも入居を受け入れるケースが大半です。自分の身体状況に必要な医療サービスを提供してくれる高齢者住宅かどうか、をしっかりと判断する必要があります。

入居者の平均要介護度〈自分と同じレベルのところを〉

入居者にはどのような人が多いのか、も判断材料になります。例えば、要介護１程度で頭もしっかりしており「高齢者住宅に入居したら、住宅のなかで友人を大勢つくって趣味などを思う存分楽しもう」と考えていても、他の入居者がみんな要介護４や５で認知症を患っていたら難しい話です。毎日のレクリエーションなども介護度の重い人に合わせて実施され、物足りなく感じるかもしれません。自分の身体状況となるべく近い人が多く入居している高齢者住宅を選ぶことも重要です。

新設の高齢者住宅か否か〈スタッフの経験知も重要に〉

一般的な住宅では、新築または築年数の浅い物件が好まれます。しかし、高齢者住宅では必ずしもそうではありません。

新築の場合は、①設備などが最新式　②すでに出来上がった入居者どうしの人間関係に入っていくわずらわしさが無い、という点がメリットです。しかし、一方で職員の介護ノウハウや経験の蓄積が不十分なことがある、という点が考えられます。

最近では自分の人生の最期を病院ではなく自宅や高齢者住宅で迎えたいという人が増えており、高齢者住宅でもそうした要望に応じるようになってきています。しかし、新しい高齢者住宅の場合には、職員が入居者の最期を看取った経験がないために、そうした要望が入居者から出されても応じることが困難な場合もあります。

運営事業者〈大手・中小、それぞれにメリット〉

「どこの会社が運営している高齢者住宅か」も重要な判断材料です。高齢住宅運営事業者には、１社で200棟以上の高齢者住宅を運営する大手から、１棟しか運営していない小規模企業まであります。

一般的には「大手だから資金力もあり、会社組織もしっかりしているので安心」とされていますが、１社で複数の高齢者住宅を運営している場合は、ホーム長や職員が転勤することが考えられます。「自分のことをよくわかっている職員がいなくなっ

たことで、望んでいるケアが受けられなくなってしまう」などといったケースも考えられます。また、小規模企業の場合には、本社機能が高齢者住宅内にあり、社長などの経営トップが建物内にいるケースも少なくありません。入居者の要望や意見がすぐに直接トップに届くといった点は小規模事業者のメリットといえます。

ここで上げた点以外にも、高齢者住宅を選択するに際しては、建物の構造、食事の品質、レクリエーションなど多くの判断材料があります。これらのなかには、入居費用や建物の築年数・構造などのようにホームページやパンフレットなどで確認可能なものもあります。しかし、高齢者住宅に入居をする、ということは単に「そこに住む」のではなく、「介護」「医療」などのサービスを求めてのことが大半です。これらのサービスは、写真や文章だけで質の良し悪しを判断するのは非常に難しいため、高齢者住宅選びに際しては、必ず実際の建物を見学に行き、体験利用をするようにしてください。

高齢者住宅新聞

「高齢者の住まいと介護・医療を考える」をテーマに2006年４月創刊。主な購読者は高齢者住宅運営事業者、介護サービス事業者、建設会社、医療法人、介護・医療機器メーカーなど。
発　　行　毎週水曜日（第５水曜日は休刊）
購　読　料　年間２万1600円（税・送料込）
問い合わせ　株式会社高齢者住宅新聞社
東京都中央区銀座８-12-15　全国燃料会館５階
TEL　03-3543-6852

＊次回は「高齢者住宅見学時のポイント」について説明します。

24時間365日対応フリーダイヤル
資料請求・事前相談、無料で随時受付中
オモイデ　サクハナ
0120-06-3987
日比谷花壇のお葬式　検索
対応エリア：
東京都・神奈川県・千葉県・埼玉県
大阪府・兵庫県・京都府・札幌市・福岡市

ケアラーズ・トピックス

2014年6月「全国介護者支援団体連合会」が発足！

去る6月28日（土）新宿区内にて、「全国介護者支援団体連合会」が産声をあげました。過去2回にわたり、地域で介護者支援活動を実践する団体のゆるやかな情報交換の場を開催してきましたが、昨年「全国組織化しよう！」との声があがり、全国ネットワーク化に至りました。

全国7ブロックからNPOや市民団体11団体が集結し、今後「介護者支援施策の実現」に向け、介護者の現状や課題について、熱い議論を交わしました。今後は全国のケアラーの声を代弁しながら、介護者支援運動を推進していく基盤としての組織になればと思います。

[事務局:介護者サポートネットワークセンター・アラジン]

働く介護者：おひとりさま介護ミーティング ケアラーズカフェ＆ダイニング・アラジンにて開催中！

2013年11月より隔月第3土曜 14：30～16：30に、おもに40代の介護者（ケアラー＝当事者）が中心となり、ミーティングを開催しています。共通テーマは「働く」と「シングル」。社会問題として発信することが目的です。

介護の困難な点や、介護保険制度や介護休業制度などの活用について、今後、必要な制度のあり方や社会のあり方、ケアラーへの支援など、話題はつきません。

特徴的なことは、苦労話に終始せず、何が変わっていけばよいのか、という問題解決に向けて当事者自身が発信していること。マスコミの参加も大歓迎、という常にオープンなスタンスです。会場は公開座談会のような風景で、いつも笑いの絶えない社会派サロンです。

仕事との両立に悩むシングルケアラーのみなさん、ぜひ一度、ご参加ください。

＊ご興味のある方は、オブザーブ参加が可能です。

今後の開催予定：
7月19日（土）・9月20日（土）・
11月15日（土）・1月17日（土）の午後
お問合せ：ケアラーズカフェ＆ダイニング・アラジン
Mail：cafearajin@jcom.home.ne.jp

BetterCare はケアラーズのための雑誌です。

介護で悩んでいる人、迷っている人を応援します

知っていると助けになる介護保険制度を丁寧に解説します

認知症や延命など、いま話題の介護情報を取り上げます

ほっこり和みたい人にも、おすすめです

全国に仲間がたくさんいます

■次号64号（204年夏号）7月末発行予定
特集　認知症は予防できる
ポリフェノール／アロマテラピー／運動・仲間・笑顔…
山口晴保［群馬大学大学院教授・日本認知症学会副理事長］
浦上克哉［鳥取大学医学部教授・日本認知症予防学会理事長］など

株式会社芳林社「Better Care」〒160-0022 新宿区新宿2-15-24 ヒカリビル5F
TEL：03-3341-2660　FAX：03-5360-8264　Email：campo @ horinsha.co.jp

既刊63号

年4回発行
（A4判・56ページ）
定　　価：1冊550円
年間購読：2,200円
（いずれも送料・税含む）