

おはよう



社会福祉法人 愛和会
ローズコミュニティ緑地

contents

0102 トピックス

「2025年 問題」

03 取り組み

「介護と仕事の両立を 一緒に考えてみませんか？」

04 取り組み

老健さんもくせい 通所リハビリテーション 「魅力ある事業所を目指した 新たな取り組み！」

05 活動紹介

オレンジカフェに魅せられて

06 活動紹介

多機能型事業所あすなる 「21年間お疲れさまでした」

07 健康アドバイス

健康なカラダをつくる バランスの良い食事

「2025年問題」

愛和会豊中区
総施設長 伊藤 成規

2025年も早4月になりました。
今年には蛇年ですが、「蛇」はギリシャ神話において「神聖さ」や「知恵」「再生」を表す動物とされている一方、神々の罰や「恐怖」の象徴としても登場し、特に変身や復活といった概念と深く結びついています。



日本においても古来より同様の見方をされていますね。医学の神として知られるアスクレピオスは、蛇の巻きついた杖を持っていました。



この蛇は、脱皮を繰り返して生き延びることから「再生」や「治癒」を象徴し、アスクレピオスの治療力のシンボルとなりました。

この杖は後に医学の象徴として広く使われるようになり、世界保健機構のシンボルマークにもなっています。

2025年がたまたま蛇年というの何かの因縁でしょうか。

さて「2025年問題」ですが、1947年から3年間の「第1次ベビーブーム」に生まれたいわゆる「団塊の世代」が、今年全員75歳以上の後期高齢者

となり、高齢化が一層進むことから様々な社会現象の始まりの年と位置付けられています。

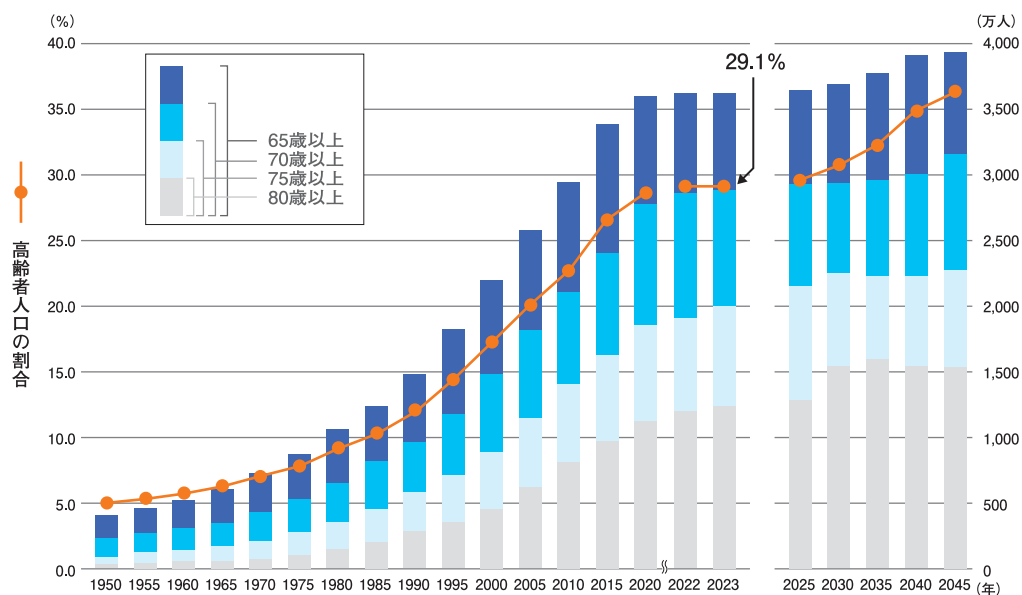
特に医療・介護現場では後期高齢者の増加を背景に、今後その需要がさらに高まると考えられていて、体制の構築が課題となっています。

国立社会保障・人口問題研究所の推計によりますと、75歳以上の後期高齢者は今年2154万人あまりと、全人口のおよそ5人に1人の割合になる見通しです。

こうした中、医療の現場で特に需要の増加が見込まれるのが、「在宅医療」と「高齢者の救急搬送」、「多死社会への対応」です。

このうち在宅医療は、厚生労働省の推計では75歳以上の患者数が今年1日あたり7万9000人と2020年と比べて1万人以上増加する見通しです。

また救急搬送される75歳以上の高齢者が今年1ヶ月あたり28万人と2020年と比べて4万2000人増加すると予測されています。



加えて最終的な看取りの場を何処にするかも大きな問題で、やはり在宅看取りと施設看取りが中心となっていくべきでしょうが、それには患者さん自身の意思表示や、家族の考え方、社会的コンセンサスの形成が不可欠で、まだまだ充分とは言えません。

最後にもう一つ重要な問題は認知症患者の急増です。

内閣府の資料によると、認知症高齢者数は、2002年時点で150万人でしたが、2012年には462万人となり、2025年には約700万人に達すると推定されています。

認知症患者への介護は精神的身体的負担が大きく、身内で介護しきれず介護サービスを利用する比率を増大させます。従って医療・介護職員の負担も大変なものです。

こういった様々な問題に対する愛和会の果たすべき役割は非常に大きく、私たちは精一杯の努力と変革を続けていきたいと考えています。



「介護と仕事の両立を 一緒に考えてみませんか？」

愛和会にはローズ・コミュニティ緑地内に「ケアプランセンターあいわ」が、緑地圏域南部に「ケアプランセンターあいわ豊中南」があり15名のケアマネジャーが日々地域の介護についてのお困りごとの相談を承っています。

2025年4月より仕事と介護の両立がより行えるように「育児・介護休業法」が改正されました。

愛和会では「介護離職」の問題なども相談できる「ワークサポートケアマネジャー」を置いており、介護されている家族様が仕事を辞めずに過ごせるように企業の方からの相談も承ることができます。

企業の社員様への両立支援制度や介護保険に関する研修の実施、相談窓口の設置、事例の収集・提供、両立支援制度の取得促進に関する方針の周知などワークサポートケアマネジャーが多職種と連携を図りお手伝いを行っています。
まずはお気軽に相談ください。



■ ケアプランセンターあいわ

電話 (06) 6866-2944

■ ケアプランセンターあいわ豊中南

電話 (06) 6335-1294

「ワークサポートケアマネジャー」とは？

ワークサポートケアマネジャーは、親などの介護と仕事の両立を支援するスペシャリストを指します。

このワークサポートケアマネジャー認定制度創設の背景には、昨今の社会問題になりつつある「※介護離職」が挙げられます。

働く世代の「介護離職」を未然に防ぐため、介護専門員の専門性を活かし、知識やスキルを有したケアマネジャーが、仕事と介護の両立支援に関わる企業の取組を支援・推進し、個々社員の仕事と介護の両立をサポートしていくことが大きな狙いです。

ワークサポートケアマネジャーとしての業務（支援）は、企業に対して実施され、契約は所属する居宅介護支援事業所と企業との間で交わされます。

右記の他にも、ケアマネジャーの活躍の場を広げ、社会的な評価の向上につなげる狙いもあるとのこと。

※「介護離職」とは、高齢の親や家族を介護するため、現在働いている仕事（会社）を辞めざるを得ないことを指します。

老健きんもくせい 通所リハビリテーション

魅力ある事業所を目指した

新たな取り組み！

老健きんもくせい通所リハビリテーションでは、魅力ある事業所を目指し、2024年12月から「リハビリ講座」、2025年1月から「リハビリDAY」を開始しました。

「リハビリ講座」では筋力アップのための動機付け・自立支援における意識向上・リハビリの必要性の理解を目的に、療法士が運動のポイントについてお話をしています。

「リハビリDAY」では利用者の活動量の増加・利用時間の充実化・リハビリメニューの拡大・能力向上を目的に、豊中パワーアップ体操・リハビリ運動（柔軟性・協調性・視覚・動体視力・反射神経の向上と認知症予防）を実施しています。

新たな取り組みとして2か月を経過したところですが、リハビリ時の負荷の増強、回数を増やすといった意識・意欲の変化が始めています。自立度が向上し、ご家族の負担軽減にも繋がればと思います。



スタッフや他のご利用者とみんなで行うことで1人よりも楽しさが増し意欲向上している点は大きな魅力だと感じています。



これからより一層、ご利用者・ご家族・ケアマネジャーの方々から選ばれ・喜んでいただける事業所を目指して取り組んでいきます。

今後とも、よろしくお願い致します。

オレンジカフェ に魅せられて



オレンジカフェとは、

「認知症のある方やそのご家族、地域住民など、誰もが気軽に集える場所です。」

認知症のある方にとって地域に、気軽に、誰でも参加でき、一般のカフェを訪れる感覚で利用できます。お茶やコーヒーなどの飲み物の提供を受けながら、認知症に関する講義を聞いたり、体操をしたり、利用目的に合わせて思い思いの時間を過ごせます。カフェへ行けば相談に応じてくれる医療・介護・福祉の専門家がおり、日頃行う介護についての相談だけでなく、認知症のある方を支援するために必要な情報を得ることができる、開かれた居場所であるともいえます。」

緑地地域包括支援センターでは認知症地域推支援委員会を中心に複数のオレンジカフェの運営に関わっています（下記参照）。

例えばローズコミュニティで開催している「ほっと愛カフェ」では、メニューの立案や広報、認知症のある方やそのご家族が相談をしやすくなるような環境作り、認知症予防と共に介護予防にもつながる体操を行っています。

「話し相手ができてよかった。」や「みんなで運動するのは楽しい。」と言ったたくさんのお褒めの言葉をいただいています。

皆様も是非、一番人気のミックスジュースを飲みに来てください！



最近では東寺内の千里山病院でのオレンジカフェ立ち上げ支援を行い、プレ開催を行いました。今後も継続的に関わらせていただく予定です。

緑地包括支援センターではこれからもオレンジカフェを通じて、認知症のある方やそのご家族が安心して暮らせる地域づくりを目指します。

ほっと愛カフェ	Open 第3木曜日 13:00~14:30
	【場所】 社会福祉法人愛和会ローズコミュニティ緑地
よってほっと高川	Open 第2木曜日 13:30~14:30
	【場所】 高川複合施設1階 図書館集会室
福わらい	Open 第3火曜日 10:00~11:00
	【場所】 社会福祉法人愛和会ローズコミュニティ緑地
清浄苑カフェ	Open 第4木曜日 14:00~15:00
	【場所】 社会福祉法人慶生会 清浄苑内



多機能型事業所あすなろ

21年間お疲れさまでした。

開設時より頑張ってきた印刷機です

多機能型事業所あすなろでは、名刺やチラシ、年賀状、カレンダー等の印刷物を作る「印刷班」という班があります。

この班は、あすなろのご利用者様を中心に、地域の皆様や系列の病院や施設よりご注文を頂いたものをパソコンで作成し、印刷する仕事を行っています。あすなろも2003年より開設し、今年で22年目を迎えます。

現在は当時と違い、世の中のペーパーレス化が進み、紙を使ったものがどんどんデータ化となり、紙を使用する機会も減ってきています。

印刷物を作るための印刷機もこの20年以上印刷物を刷ってきましたが、時代の流れに伴い、昨年、お別れをすることになりました。

今までの思い出がたくさん詰まったものとお別れは寂しさもありますが、感謝の気持ちで見送ることができました。

印刷機がなくなり特殊な印刷物はできなくなりましたが、名刺や封筒印刷を中心に、今まで作ってきた印刷物は今もご注文を受け、作ることができています。またパソコン作業に興味のあるご利用者様も多く、今後パソコンを活用した仕事を開拓していければと考えています。

今後も時代に合わせた仕事を考えて、地域の皆様と何か関わっていけるようよう励んでいきたいと思っています。

これからも多機能型事業所あすなろをよろしくお願い致します。

健康な体をつくる バランスの良い食事

毎日の食事、バランスとれていますか？
健康な体を作るにはバランスの良い食事が大切です。
主食・主菜・副菜・果物を組み合わせて食べましょう。
食事のバランスを整えるには食べる量や種類も大切。

point!

01

主食は

1食1品まで！

主食は体を動かすエネルギー源になります！ご飯・パン・麺類などはカロリー・糖質が多いので1食1品までにしましょう。

point!

04

牛乳・乳製品は

1日1回摂る！

骨や歯をつくる牛乳・乳製品を1日1回は摂るようにしましょう。

point!

05

果物は

1食200gまでに！

不足しがちなビタミン類が摂れる果物は1日200gまでにしましょう。

point!

02

副菜は

1食1～2品摂る！

副菜は野菜類・こんにゃく・海草・キノコ類で摂ることができ、体の調子を整えるビタミン・食物繊維が豊富に含まれています！
お浸しや酢の物などの野菜料理を1食1～2品を目安に摂りましょう。

point!

03

主菜は

1食1品か、量が
少ない時は2品まで

主菜はタンパク質が多く含まれ体を作る基になり、肉類・魚介類・卵・大豆製品で摂ることができます。
1食1品が量が少ない場合は2品までにしましょう。



人によって食事の必要量は異なりますのでご了承ください。

【参考文献】

食事バランスガイド…日本栄養士会 新しい栄養学 高橋書店2014年