

特集

## 「介護保険の枠を超えて生活を支援する」 ～切れ目のないサービスを目指して～

すりーえす (Social Support Service)



Pickup

連載①

認知症ケア～事業所として目指すもの

「ご自宅で生活を継続するために支援できること」

連載②

相談広場 Q&A

「認知症初期集中支援チームとはどのような支援をすところですか？」

## 特集

# 「介護保険の枠を超えて生活を支援する」 「切れ目のないサービスを目指して」

すりーえす (Social Support Service)

## 連載① 認知症ケアと事業所として目指すもの

第6回 「ご自宅で生活を継続するために支援できること」

認知症対応型通所介護施設 デイホームやつか 管理者・社会福祉主事 飯田浩司

## 連載② 相談ひろばQ&A

「認知症初期集中支援チームとはどのような支援をすることでいいですか？」

館山市認知症初期集中支援チームおれんじ 精神保健福祉士・社会福祉士 若林寛子

## 連載③ 管理栄養士が教える 食べて元気になるメニュー

第5回 「おやつでも健康な体づくりを考えよう」

介護老人保健施設 なのはな館みさき 管理栄養士 鈴木貴子

## 連載④ 簡単！家リハ ～いつまでも自分らしい健やかな身体をキープしよう！！～

vol.8 「骨盤まわりをきたえよう！」

赤門整形外科内科 リハビリテーション科 理学療法士 能波亜紀・河原木克寿

## イベントNEWS

## Information

赤門整形外科内科 ご利用のご案内 (平成29年3月時点)

赤門ヘルスケアグループ 事業所一覧

# 赤門 ヘルスケアグループ



「赤門だより」は、赤門整形外科内科を中心とする赤門ヘルスケアグループ（医療法人社団 慶勝会および株式会社ケアサービス・まきの実）による共同発行の広報誌です。

当グループは、明治21年（1888年）「赤門鈴木医院」の開院以来、館山・南房総を中心に皆様方のご支援を受けて、医療・介護に取り組んで参りました。また地域でも早くから認知症対策に力を注いで参りました。これからも「その人らしい暮らしを支える」の理念の下、地域の皆様に貢献するべく絶えず邁進して参ります。

### 【赤門の由来】

江戸時代に南部藩（現在の盛岡）の御常宿として通称「南部屋」の名称で呼ばれていた鈴木家は交易の司処として南部藩主より、門柱に朱塗りを、塀の上には高張り（庇）を許されました。この朱塗りの門すなわち「赤門」が名称の由来として今日まで継承されています。





## 特集

# 「介護保険の枠を超えて生活を支援する」 ～切れ目のないサービスを目指して～

## すりーえす (Social Support Service)

館山市にある「すりーえす (Social Support Service)」では、介護保険内のサービスだけではカバーできない、日々の生活における様々な不便や困りごとを解消するための取り組みをおこなっています。

### ●施設概要

名称：すりーえす (SocialSupportService)

提供サービス：生活支援サービス・介護タクシー  
福祉用具貸与・特定福祉用具販売

事業所番号：1271000943

開設年月日：平成25年5月1日

住所：〒294-0034 千葉県館山市沼1630-1

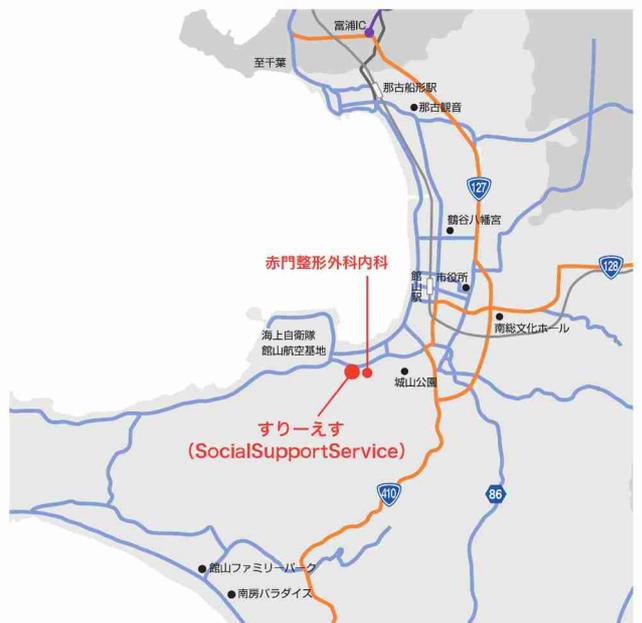
■福祉用具貸与・販売、生活支援

TEL：0470-28-4025 FAX：0470-29-5211

■介護タクシー

TEL：0470-29-5210 / 080-8809-8881

URL：<http://www.makinomi.co.jp>



# 1 生活を支えるサービス

～生活を支えるために必要とされるサービスのこれからの姿～



ゴミ捨て場が離れているため、捨ててきてほしいというご要望にもおこたえています。

## 介護保険と生活

介護保険とは「介護を必要とする高齢者の、介護等にかかる負担（費用、家族介助、福祉施設利用料等）を社会全体で支援するための保険制度」であり、「介護を必要とする状態となっても自立した生活ができるよう、高齢者の介護を国民みんなで支える仕組み」でもあります。

しかし、お一人の生活すべてを介護保険だけで支えるのは難しいのが現状です。実際に、在宅で介護を受けている方の多くは、介護保険制度の範囲でのサービス提供時間やその「内容の制限」<sup>注1</sup>により、家族の介護を必要としています。さらに安房地域では、高齢者世帯や高齢者の単身世帯も多いため、家族に頼ること

### 注1 訪問介護員が行えないサービス



草むしり・草刈、植木の剪定等の園芸



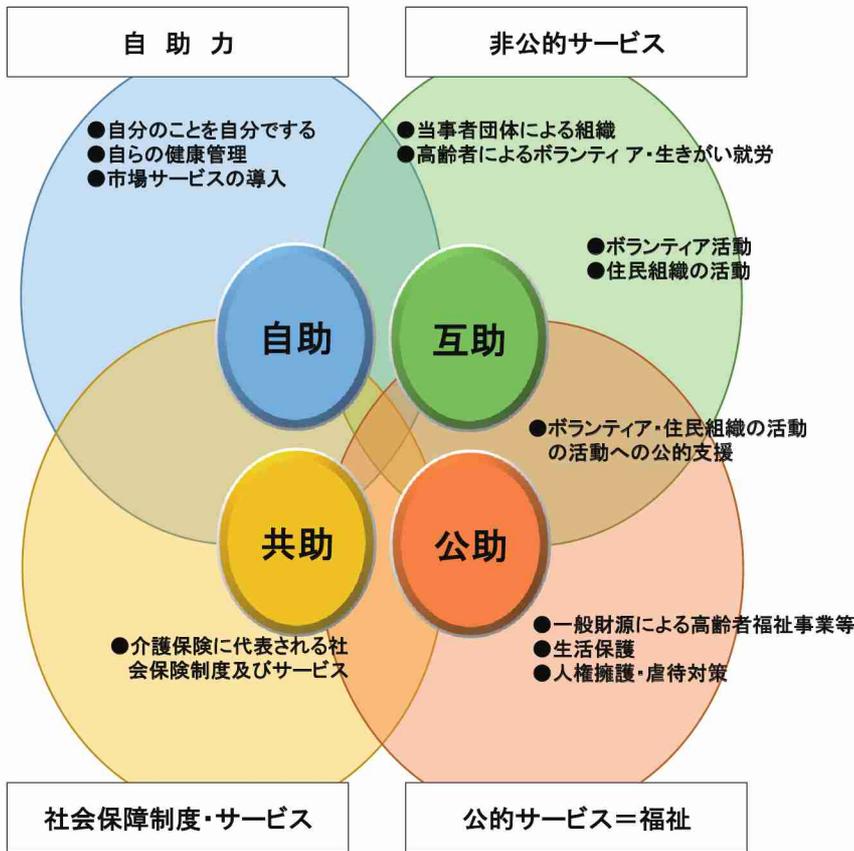
自家用車の洗車・清掃



電気器具・家電等の移動、修繕、衣替え

訪問介護員が行えることは、掃除や洗濯、調理等の「生活援助」と、食事、入浴、排泄、あるいは歩行介助など直接利用者の体に触れる「身体介護」の2種類に分類されます。ただし、「生活援助」の提供ができるのは援助を必要とする本人に直接関わることのみとなっています。

「自助、互助、共助、公助」からみた地域包括ケアシステム



地域包括ケアシステムでは、図の4つの動きが、地域のニーズや実態に応じてバランス良く構成されることが求められています。

も困難な場合があります。そこで必要となるのが、介護保険だけでなく多様な主体（公的サービスならびに民間企業やNPO、ボランティア団体等）による生活支援サービスの提供です。厚生労働省においても、地域包括ケアシステムという観点で「自助・互助・共助・公助」の自助を基本として、多様な主

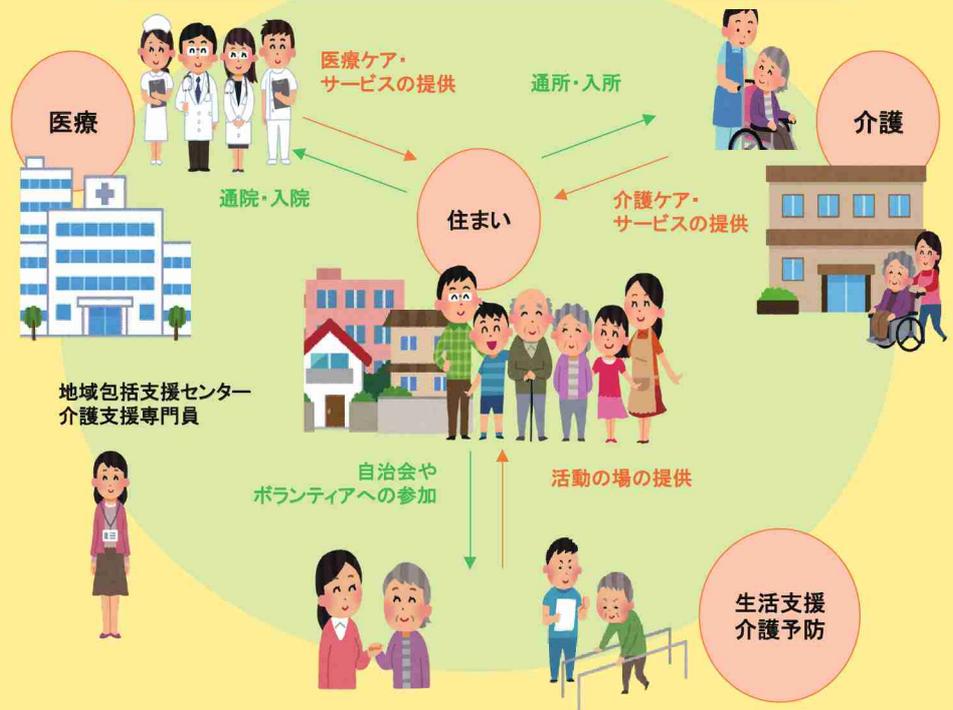
体によるサービスの提供を重視しています。そのため、株式会社ケアサービス・まきの実（以下・当社）では、安房地域の実情を踏まえ、介護保険を基としない生活支援サービスを担当する事業所「すりえす」を2013年に設立しました。

TIPS

地域包括ケアシステムとは

団塊世代が75歳以上になる2025年を目標に、重度の要介護状態になっても住み慣れた地域で、人生の最後まで自分らしく過ごせることが出来るようにする事で、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される為のシステムです。

地域包括ケアシステムのイメージ



# 2 多様化する生活支援サービス

～柔軟性と連携により望まれる生活を支援する～

## 生活支援とは

当社、すりーえすでは「生活を支援するサービス」として、暮らしの中の困りごとや不便を、家族の代わりとなってお手伝いするサービスをしています。例として「掃除」「買い物代行」「食事の準備・調理・後片付け」から、「飼犬の散歩」「建具の修理」「お墓の清掃」等多岐に渡ります。

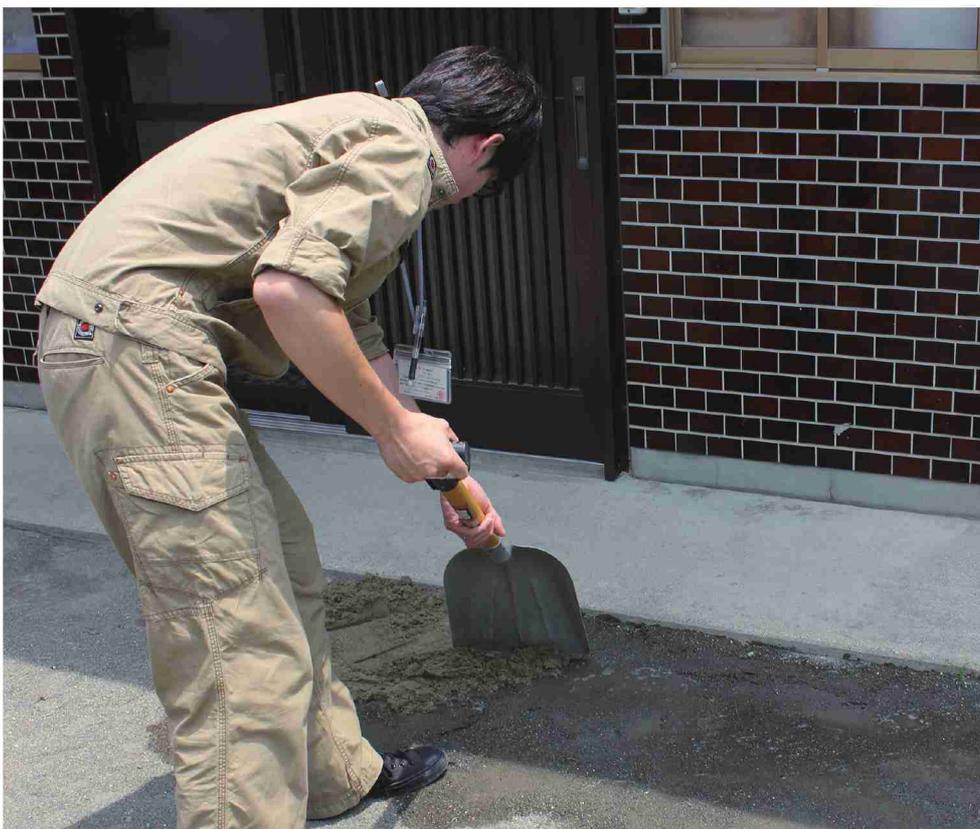
また、介護タクシーは車いすのまま利用できる車種もあります。運転手は介護職員初任者研修了者または介護福祉士資格取得者のため、ご自宅のベッドから車椅子への移乗、そして乗車まで簡単な介助も行いますので、ご本人はもちろん送り出すご家族にも安心してご利用いただけます。

ます。

介護保険適用の介護タクシーには利用条件<sup>注2</sup>があり、決まった時間で通院や行政、金融機関等に通う目的以外は利用できません。その点、当社の介護タクシーは、介護保険適用ではないため、買い物や友人宅へのおでかけ、観光や急な外出にも利用いただけます。

これらのサービスを利用される女性のお客様から「同性スタッフにきてもらいたい」との要望をいただきます。そのため当社では、女性スタッフの拡充に力を入れ、介護タクシーから生活の援助までお応えしています。大小を問わず要望を伺い実施することで、生活の質を高めることになるよう、お客様お一人おひとり

段差が気になるとの依頼を受け、庭の整地をしています。



注2 介護保険適用タクシー利用条件

- ・要介護度1以上
- ・1人で公共交通機関を利用することが困難
- ・介護支援専門員が必要と判断しケアプランに盛り込まれている



に最適なサービスとなるよう心がけています。

ただし、「生活を支援援助する」ということは、私たちの提供するサービスだけで全てをまかなえるものではないと考えます。サービスの提供状況やご本人の状態について、ご家族・居宅介護支援専門員・サービス事業所など、その人に関係するすべての方々との連携が不可欠であるため、適切な情報の提供及び交換を積極的に行っています。



65歳以上の方が職歴や趣味等経験を活かし、サービスを提供する側として様々なシーンで活躍しています。

## 雇用と社会参加

当社で生活支援サービスに携わる職員の中には、元気な65歳以上の方もいます。豊富な人生経験を活かし活躍していただくことが、その方の生きがいや介護予防にもつながると考えます。

そして、地域における高齢者福祉に対する知識や経験を向上させ、「互助」のきっかけや考えを普及させることの一端を担えると考えています。

## 切れ目のないサービスを 目指して

当社の生活支援サービスは、今後も安房地域の実情に合わせたサービスを提供していきたいと考えます。安房地域の社会的な資源（介護保険サービス事業、ボランティア、地域住民組織等）の隙間を埋める存在として活動していくことで、生活を支援援助するための「切れ目のないサービス」の一翼を担っていくことを目指していきます。

## 第6回 「ご自宅で生活を継続するために支援できること」



認知症対応型通所介護施設  
デイホームやつか  
管理者・社会福祉主事 飯田 浩司

私たちデイホームやつかでは、認知症であっても住み慣れた場所で変わらず生活を続けていただくことを目標としています。その為に大切にしていることは、地域との繋がりにあります。私たちが地域の一人になることで、そこに住む高齢者の皆様、ご家族の抱える様々な問題を一緒に考え行動できるからです。

具体的な取り組みとしては、富浦町深名地区で毎年行われる秋祭りでは当施設を休憩所として使用していただいています。ご利用者と神輿を担ぐ若衆との交流の場を作ること、若い世代にも高齢者福祉を知ってもらうことができます。

また、今現在の高齢者事情を知りケアの充実を図るため、定期的に民生委員や区長、内房高齢者相談センター室長、更には、認知症高齢者を介護している家族を招き意見交換ができる場を設けています。

その他、南房総市が進めている「高齢者見守りネットワーク」の一員となり、地域の方々と協力し、支援を必要としている高齢者とその家族を孤立させないよう、積極的に声を掛ける、話しを聞くなど接点を増やし、地域のコミュニティで支えることにより認知症であっても安心して暮らせる街作りを協力しています。最近、希薄になりつつある「ご近所付き合い」「お隣さん」のような気楽な存在としての介護施設でありたいと思っています。

認知症になると、出来ていたことが徐々に出来なくなり、ただそこを補うのではなく、ご本人の出来ることを見つけ今の自分に自信を持っていただく。そして、今までと変わらない場所でご家族や友人に囲まれ笑顔を決やさず生活を続けることが、今必要とされるケアだと考えています。

※各種活動を通じ高齢者と接することの多い民間事業者等と連携し、高齢者をさりげなく見守り、異変に気が付いたときには、市役所や地域包括支援センター等の実施機関に連絡する相互連携システム。

【デイホームやつか】 ☎0470-1331-3113



秋祭りの休憩所として使用していただき、若衆との交流や神輿に連れ、地域との繋がりをつくる。

## 相談ひろば Q&amp;A

私がお答えします。



館山市認知症初期集中支援チーム  
おれんじ  
精神保健福祉士・社会福祉士  
若林 寛子

「こんな時はどうしたらいいの？ 誰に相談するの？」  
医療と介護に関する様々な疑問・お悩みに専門スタッフがお答えします。

**Q 「認知症初期集中支援チームとはどのような支援をするところですか？」**

**A** 物忘れ等認知症が疑われる方の自宅へ訪問し、住み慣れた地域で生活するための支援をします。

誰もが「住み慣れた地域で自分らしく生活したい」と望むことは当たり前のことです。

たとえ認知症になっても同様です。年齢相応の物忘れなのか、認知症なのかを判断するために、専門医への受診を円滑にする為の支援や、福祉・介護サービス利用の助言をします。

● **早期発見・早期対応が重要です。**

「何度も同じことを聞いてくる」「得意だった料理の品数が減り、食事の時間も不規則のようだ」「おしゃべりだったのに、毎日同じ服を来ている」

自分自身や身近な人に認知症を疑う症状がみられると、皆戸惑い不安に思います。

認知症の方やその家族に早期にかかわる事で、ご本人がどのような生活を望むのか、ご本人の言葉で何う事が出来ます。早め早めに関わり適切に医療・介護サービス等につなげていくことで、急激な認知症の悪化を防止していきます。

● **経験豊富な専門職にて構成されています。**

認知症初期集中支援チームおれんじは認知症ケアの経験が豊富な認知症サポーター医、看護師、作業療法士、介護福祉士、精神保健福祉士、社会福祉士、介護支援専門員、認知症ケア専門員等の資格を持った専門職で構成されています。

認知症初期集中支援チームは自治体からの委託事業であるため、ご相談は無料です。ぜひお気軽にお問合せ下さい。

館山市認知症初期集中支援チームおれんじ

☎0470-2915301

# 第5回 「おやつでも健康な体づくりを考えよう」

**ポイント**

おやつは、食事だけでは十分に摂取出来ない栄養分を補うことができる！  
好きなおやつを好きなだけ食べてしまうと、食事のサイクルを乱す原因にも!!

プラスひと手間加えるだけで

おすすめメニュー

1. 体の中から元気に

砂糖の代わりにオリゴ糖を使用。トウモロコシが原料のイソマルトオリゴ糖は、腸内のビフィズ菌をどんどん増やし、腸内環境を整える働きがあります。

下痢、便秘が気になる方におススメ!!

2. 健康的な外見に

牛乳と豆乳を 1:1 で使用。豆乳には大豆の栄養素がギュッと詰まっており、美肌効果の高い大豆イソフラボンやビタミン、ミネラル類の豊富な食品です。豆乳だけでもよいのですが、豆乳にはカルシウムが少ないため、牛乳と混ぜて使用することで補うことができます。

フレンチトースト

卵、牛乳を使用するため、食事で不足しがちなたんぱく質、鉄分、カルシウム、ビタミンB群を摂取することができます。たんぱく質、ビタミンB群は疲労回復、筋力アップに効果的!!



食べて元気になる食事の「コツ」を  
管理栄養士がご紹介!



介護老人保健施設  
なのはな館みさき  
管理栄養士 鈴木貴子

# 簡単!家リハ vol.8 骨盤まわりをきたえよう!

いつまでも自分らしい健やかな身体をキープしよう!!

尿漏れ予防や姿勢改善に効果的!

ポイント

骨盤底筋群を鍛えることで①尿もれ予防②臓器の働きを良くする③姿勢改善等が期待されます。なかでも尿もれ（腹圧性尿失禁）は、ジャンプやくしゃみの際に尿が漏れるもので、骨盤底筋群が加齢とともに衰えることが主な原因です。男女関係なく年齢とともにその衰えは進みますが、出産などの影響で女性はより注意が必要です。

専門スタッフが  
手軽にできるリハビリ  
メニューをご紹介



理学療法士  
能波 亜紀

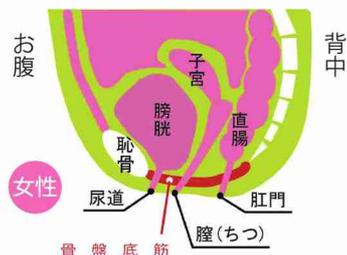


理学療法士  
河原木 克寿

赤門整形外科内科  
リハビリテーション科

骨盤底筋群の動かし方：肛門や尿道(膣)を締める

筋肉が動くのが分かれば  
締めた状態で呼吸します。



① 仰向けで膝を  
立てた姿勢



初めはこの姿勢から

② 椅子に腰かけた姿勢



背筋を伸ばして

③ 立ってテーブルに  
手をついた姿勢



ゆっくり鼻呼吸

力の入れ方が分かりにくい場合は...

- 息を吐くときに収縮しやすいので初めは鼻から息を吐きながら
- 一緒に動きやすい筋肉を意識しながら

腹横筋：おへその下を凹ませながら

股関節内転筋・大臀筋：膝の間でタオルをつぶしながら

それでも  
筋肉の動きが  
分かりにくい方は...

ブリッジ



この姿勢でゆっくり鼻呼吸

回数をご自身の体調に合わせて、無理のない範囲でお試しく  
ださい。 ※尿失禁は病気によるものもあるため、専門の  
医師にご相談ください。

各施設の日々の様子やその他情報は、ホームページでもご紹介しています。

医療法人社団 慶勝会 [慶勝会](#) [検索](#) 株式会社ケアサービス・まきの実 [まきの実](#) [検索](#)  
 それぞれの「**新着情報**」からご覧になれます。

～ジャガイモの植え付けを行いました～

(グループホームやつかガーデン・デイホームやつか)



たくさんのジャガイモが収穫できることを祈りながら植えました。今から収穫が楽しみです♪

～花摘みに行きました～

(デイサービス安布里)



千倉の大川に花摘みに行きました。ストック、キンセンカ、ポピー、やぐるま草などを摘みました。

～節分祭を行いました～

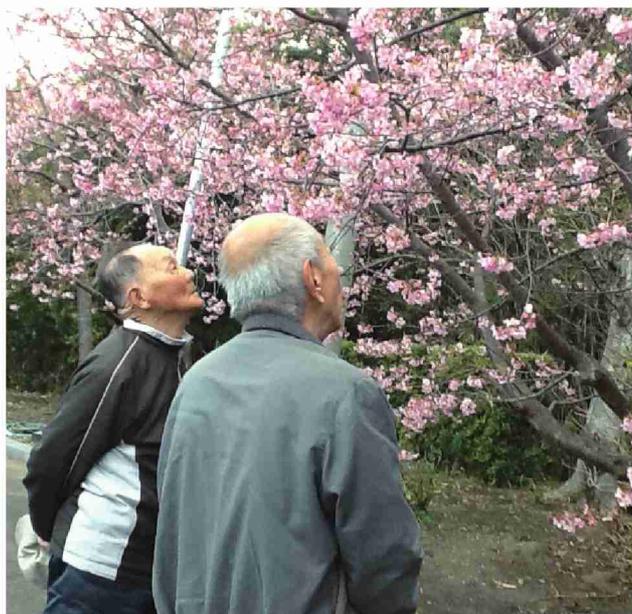
(グループホーム広瀬ガーデン)



2月3日、節分祭を行いました。ご利用者も鬼の役で参加いただき、優しい鬼を演じてくださいました。

～河津桜を見に行きました～

(デイホーム柏崎)



立春を迎え春の訪れを探しに、千倉の金剛院までドライブに行きました。「綺麗だね」「ここはもう少しで咲くね」と自然に笑顔がこぼれました。

## ～お寿司バイキング～

(介護老人保健施設 なのはな館みさき)



寿司バイキングが開催されました。テーブルに寿司桶が用意されると「美味しそうだね」と笑顔があふれました。

## Information

### NEWS | 認知症初期集中支援チームおれんじ発足

「館山市認知症初期集中支援チームおれんじ」が発足し、活動を始めています。現在館山市では要介護認定を受けている人のうち、生活に支障がある認知症の方は約 1800 人ですが、実際に認知症の症状がある方はさらに多いとみられています。そういった方たちに専門医や、看護師、社会福祉士、精神保健福祉士、作業療法士、介護福祉士などの専門職スタッフが早期に関わり、初期段階から集中的に支援することで、住み慣れた地域、自宅での生活の継続につなげていきます。

認知症初期集中支援  
チームおれんじ  
サポート医  
田中 耕一



#### 認知症初期集中支援チームおれんじ 専門職スタッフ



認知症を疑いながらも、なかなか相談や医療につながらない方が多く、間違った対応で本人、家族ともつらい状況になるまで頑張る事例が多くみられます。まだ始まったばかりのチームですが、認知症の方やご家族への支援を充実させ、できるだけ長く住み慣れた地域、自宅で生活ができるような地域になるお手伝いをしていきます。

## 赤門整形外科内科 ご利用のご案内 (平成29年3月時点)

診療時間	月～金 (午前) 9:00～12:00 (午後) 14:00～18:00 土曜日 (午前) 9:00～12:00 (午後) 14:00～17:00
リハビリテーション	月～金 8:30～19:00 土曜日 8:30～17:00
外来受付時間	月～金 8:30～18:00 土曜日 8:30～17:00
休診日	日・祝・祭日、年末年始 (12月30日～1月3日)



最新の外来予定は  
こちらのQRコード  
からご確認ください  
ます。



救急告示診療所・労災指定・生活保護法指定・原爆医療指定・公害・特定疾患・身体障害者福祉法指定医

## 赤門ヘルスケアグループ 事業所一覧

### ●● 医療法人社団 慶勝会

#### 赤門整形外科内科

〒294-0034 千葉県館山市沼1619  
TEL. 0470-22-0008 FAX. 0470-23-2836

#### 介護老人保健施設 なのはな館 みさき

〒294-0303 千葉県館山市浜田110-1  
TEL. 0470-29-2700 FAX. 0470-29-2777

#### サテライト型小規模介護老人保健施設 なのはな館 なぎさ

〒294-0045 千葉県館山市北条2832  
TEL. 0470-24-2700 FAX. 0470-24-2701

#### なのはな訪問看護ステーション

〒294-0034 千葉県館山市沼1604-4  
TEL. 0470-24-3113 FAX. 0470-24-3117

#### ホームヘルプサービスなのはな

〒294-0034 千葉県館山市沼1604-4  
TEL. 0470-24-1226 FAX. 0470-24-3117

#### 赤門ケアプランセンター

〒294-0034 千葉県館山市沼1637-1  
TEL. 0470-22-0023 FAX. 0470-23-6160

#### 館山市地域包括支援センターなのはな

〒294-0034 千葉県館山市沼1604  
TEL. 0470-22-1350 FAX. 0470-22-1351

#### 館山市地域包括支援センターいちご

〒294-0043 千葉県館山市安布里237-3  
TEL. 0470-28-4115 FAX. 0470-28-4116

#### 館山市認知症初期集中支援チームおれんじ

〒294-0034 千葉県館山市沼1604-4  
TEL. 0470-29-5301 FAX. 0470-29-5302

#### 管理部

〒294-0034 千葉県館山市沼1599-1、1階  
TEL. 0470-25-7300 FAX. 0470-25-7301

### ●● 株式会社ケアサービス・まきの実

#### グループホーム堂の下ガーデン

〒294-0056 千葉県館山市船形827-11 TEL & FAX. 0470-20-5228

#### グループホーム神明町ガーデン

〒294-0045 千葉県館山市北条1173-6 TEL & FAX. 0470-24-5075

#### グループホーム広瀬ガーデン

〒294-0008 千葉県館山市広瀬368-1 TEL. 0470-20-6221 FAX. 0470-36-1022

#### グループホームやつかガーデン

〒299-2415 千葉県南房総市富浦町深名656-1 TEL. 0470-33-3113 FAX. 0470-33-3114

#### グループホーム相浜ガーデン

〒294-0235 千葉県館山市相浜75-1 TEL. 0470-20-7511 FAX. 0470-28-3588

#### グループホーム安布里ガーデン

〒294-0043 千葉県館山市安布里237-2 TEL. 0470-29-5146 FAX. 0470-29-5147

#### デイサービス安布里

〒294-0043 千葉県館山市安布里237-2 TEL. 0470-25-5766 FAX. 0470-24-3090

#### デイホーム柏崎

〒294-0034 千葉県館山市沼1627-2 TEL. 0470-25-5337 FAX. 0470-22-8101

#### デイホーム西の浜

〒294-0034 千葉県館山市沼865 TEL. 0470-23-3319 FAX. 0470-23-3392

#### デイホームやつか

〒299-2415 千葉県南房総市富浦町深名656-1 TEL. 0470-33-3113 FAX. 0470-33-3114

#### デイホーム安布里

〒294-0043 千葉県館山市安布里237-2 TEL. 0470-29-5367 FAX. 0470-24-3090

#### 生活支援、福祉用具貸与・販売 (すりえす)

〒294-0034 千葉県館山市沼1630-1 TEL. 0470-28-4025 FAX. 0470-29-5211

#### 介護タクシー (介護タクシー・まきの実)

〒294-0034 千葉県館山市沼1630-1 TEL. 0470-29-5210/080-8809-8881

#### 本部

〒294-0034 千葉県館山市沼1599-1-2階 TEL. 0470-30-8488 FAX. 0470-29-5206

### [この一枚]



すりえすの運転手は介護職員初任者研修修了者または介護福祉士資格取得者のため、安心できるサービスを提供します。

赤門ヘルスケアグループ 広報誌「赤門だより」通巻50号  
(医療法人社団 慶勝会・株式会社ケアサービス・まきの実 共同発行)  
発行・責任:「赤門だより」編集発行室  
〒294-0034 千葉県館山市沼1599-1、1階  
TEL. 0470-25-7300 FAX. 0470-25-7301  
医療法人社団 慶勝会 <http://www.keishokai.or.jp>  
株式会社ケアサービス・まきの実 <http://www.makinomi.co.jp>  
発行日:平成29年4月15日(年3回発行)  
編集・印刷・写真:管理部 総合企画

## 介護タクシー・まきの実



地域の皆様の  
暮らしをサポート

運転手は介護職員初任者研修修了者です。

買物

通院

旅行



株式会社  
ケアサービス・まきの実

検査や透析などの定期利用にも便利

急な予約OK!! 0470-29-5210 / 080-8809-8881