



すさき

ふれあいネットワーク

# 社協だより

## 第136号

平成31年(2019)4月1日発行  
編集発行

須崎市社会福祉協議会

〒785-0031

高知県須崎市山手町1-7

(0889)42-0736(代)

FAX 42-7876

<http://susaki-syakyo.or.jp>

印刷 有限会社笹岡印刷所

42-0244



つくし君体験実施中

### 安和小学校の3年生・4年生が 福祉体験学習を行いました☆

平成31年2月26日(火)に須崎市安和小学校で、障がいのある方や年齢を重ねて身体機能が低下した方の生活のしづらさなどについて、『つくし君体験』、『アイマスク体験』、『車椅子体験』の三つの体験を通じて学びあいました。

三つの体験を通じて、その状況にある方が感じる思いや、体験をすることによって自分に今何ができるのかを考えるきっかけ作りになりました。

『つくし君体験』とは？

屈曲が困難になる肘・膝サポーターや老人性白内障などの状態になるゴーグルなどを装着して、おおよそ80才くらいの方の体や動きを体験できます。

- ・有料老人ホーム

費用は施設ごとに異なり、平均すると特別養護老人ホームに比べて高い価格帯で設定されています。介護付き・住宅型などの種類のほか、入居時の要件は施設により異なります。

- ・サービス付き高齢者向け住宅（サ高住・サ付き）

近年、増加している新しい施設の形です。見守りサービスや食事提供などのサービスが付いています。自立または軽度の要介護の方向けで要介護が高くなれば退去を迫られる場合もあります。

- ・認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

要支援2以上で認知症の方が少人数（5～9人）で生活をする施設です。基本的に居住地（住民票のある地域）のグループホームしか入居できません。

#### 4. 今からご家族とコミュニケーションをとっておきたいこと

普段、介護についてご家族で話す機会はなかなかないかと思いますが、介護されることになる方が元気なうちから、お身体のことや考えを知っておくことが大切になります。例えば、要介護になればどのような生活をしたいのか聞いておきましょう。人によっては迷惑をかけたくないから施設に入れてほしい、最期まで自宅で過ごしたいなどそれぞれ意見が違うかと思えます。また、普段はどこの病院にかかっているのか、持病を持っているのか、収入や貯金、友人関係などを聞いておくと、いざ介護が必要になった時に役立ちます。

お役に立ちました  
でしょうか？ ワン



<問い合わせ> 訪問介護事業所ヘルパー室 電話：0889-42-0789

### 高齢者虐待防止講座を開催しました

～いくつになっても、自分らしく安心してくらすために～

平成31年2月20日（水）午後1時30分より、須崎市総合保健福祉センターにて、高齢者虐待防止講座を開催しました。

医療法人高幡会 大西病院の社会福祉士・精神保健福祉士の尾崎恭子さんを講師にお招きし、「権利擁護とはどういうことか？」「高齢者虐待とは？」というテーマで、お話頂きました。奥が深く、難しいテーマでしたが、講師の尾崎さんが、身近な生活場面や事例をあげて、大変分かりやすく、丁寧にお話してくださいました。



虐待の判断は難しく、それぞれの家庭の生活歴や家族の関係性なども知った上で、本人や家族の心情、置かれた状況を理解していくことの大切さと、そういったことを、ひとり一人が判断することは難しいので、地域や家庭で心配なことがあれば、地域包括支援センターなど身近な相談機関を頼ること、「歳がいったから仕方ない…」でなく、いくつになっても自分自身で自分の生き方が決められる、周囲にもその意思が尊重されなくてはいけない、

といったお話がありました。

参加者からは、「まずは、相手の思いを傾聴したい」「相手の立場に自分自身を置き換えて考えてみる」といった感想をいただき、「権利擁護」「虐待防止」について理解を深めました。

<問い合わせ>

須崎市地域包括支援センター 電話：0889-42-1206





# 「法テラス須崎法律事務所」と「ひまわり基金法律事務所」の新しい弁護士です！



法テラス須崎法律事務所  
武内弁護士

今年の2月から法テラス須崎法律事務所に着任しました弁護士の武内良平と申します。弁護士1年目は福島県、2年目は大阪、3,4年目は高知市内の事務所で執務し、法テラス須崎法律事務所は4カ所目となります（現在、弁護士5年目です）。出身は東京都になります。須崎市に住み始めて1カ月がたちましたが、食べ物がおいしく、人も暖かく、大変住みやすくて気に入っています。

困っている人の力になりたい、という動機から弁護士を目指しました。困っている事がある、気になる事があるという方は是非気軽にご相談いただければと存じます。一緒に解決策を考えていければと存じます。よろしくお願ひいたします。



ひまわり基金法律事務所  
三上弁護士

2月より、須崎ひまわり基金法律事務所に赴任してきました、三上翔平と申します。出身は、広島県の県北です。高知は、新鮮な魚や地酒などおいしい物が多く、須崎市の鍋焼きラーメンもおいしく、食を楽しみながら、日々を過ごしております。

弁護士は敷居が高く、何を相談すべきかもわからないという方もいらっしゃると思います。風邪を引いた時、症状がひどくならないよう病院へ行くのと同じように、お金のこと、家族のことなど問題や悩みがあれば、1人で悩まねず、お気軽にご相談ください。

須崎市の皆様のお力になれるよう頑張りますので、よろしくお願ひいたします。



## 無料弁護士相談 予定表

	実施日	担当 弁護士
2019年	4月18日	岡田 (法テラス)
	5月16日	武内 (法テラス)
	6月20日	三上 (ひまわり)
	7月18日	岡田 (法テラス)
	8月22日	三上 (ひまわり)
	9月19日	武内 (法テラス)
	10月17日	岡田 (法テラス)
	11月21日	武内 (法テラス)
2020年	12月19日	三上 (ひまわり)
	1月16日	岡田 (法テラス)
	2月20日	武内 (法テラス)
	3月19日	三上 (ひまわり)



法テラス須崎法律事務所  
岡田弁護士

引き続き、相談に乗ってくださっている法テラス須崎法律事務所岡田弁護士の3名で無料弁護士相談を行っていきます。

### ※あらかじめ予約が必要です。

無料弁護士相談は  
毎月第3木曜日の午後1時から午後4時10分です。  
(祝日などにより変更する場合があります。)  
(最大4組) 相談時間は1組40分です。

お電話にてお申込みください。  
須崎市社会福祉協議会事務局  
☎42-0736

## 須崎市生活支援・総合相談センター ぽっと ☎(0889) 40-0358

### 須崎市身体障害者連合会 平成31年度定期総会開催のお知らせ

須崎市身体障害者連合会では、下記の日程で定期総会を開催いたします。

会員の皆様又は会員以外の方でも御自由に参加できますので、多数の御参加をお待ちしております。

日時：平成31年5月12日(日)  
午前10時より(受付9時30分より)  
場所：須崎市立市民文化会館 大会議室

参加申込：会場の準備などの都合がありますので、各地区の役員が事務局まで電話にて必ずお申込み下さい。

※総会終了後に懇親会の準備をしております。参加の方は必ず事前に連絡をお願いします。

また、当日には連合会年会費(1,500円)を徴収いたします。

お問い合わせ：事務局 須崎市社会福祉協議会内  
TEL42-0736(担当:松本)

### 第29回 須崎市ボランティア連絡協議会のぎくの会定期総会開催のお知らせ

須崎市ボランティア連絡協議会のぎくの会では、下記の日程で定期総会を開催いたします。多数のご参加をお待ちしております。会場の準備などの都合がありますので、参加希望の方は事務局までお電話でお知らせ下さい。

日時：平成31年4月12日(金)  
午後1時30分より  
場所：多ノ郷公民館1階

ボランティア活動に興味がある方などで会員になりたい方も募集しています。



お問い合わせ：事務局 須崎市社会福祉協議会内  
TEL42-0736(担当:宮本)

訪問介護事業所  
ヘルパー室より

## 介護を始めることになったら『準備と心構え』

生きていれば誰もが年齢を重ねていきます。元気なままで生活する方は少なく、要介護状態になって人生の終焉を迎えるケースも少なくありません。介護は前触れもなく突然始まります。その時家族として、慌てないためにはどのようなことを知っておくと良いのでしょうか。突然の介護にも混乱しないように、ご家族が前もって知っておきたい情報や心構えについてご紹介します。

### 1. 統計からみる年齢別介護人口

介護がいつから始まるのかは個人差が大きいので、年齢別に介護を必要としている方の割合を見てみましょう。65歳～74歳の前期高齢者では要介護率は4%、75歳以上では31%、85歳以上では50%以上、90歳以上では70%を超えてしまいます。そのため、75歳以上になれば3人に1人は要介護認定を受けていることがわかります。

### 2. 介護が必要になるタイミング

介護が必要になる時期は人それぞれ異なります。例えば事故にあって骨折をした、脳梗塞で倒れて片麻痺になってしまった、転倒をして足を骨折したなど予測不可能な事態により、その日から介護が始まることもあります。

しかし、認知症の発症など、場合によっては予測が立てられることもあります。認知症の中でもアルツハイマー型認知症の進行は個人差がありますが、比較的ゆるやかな速度で進行するため、要介護状態になるまである程度の期間があります。ただし、ご高齢のご家族と別居をしている場合や、頻繁に会うことができない場合は、様子の変化に気づかないことがあるので注意が必要です。もし頻繁に会うことができない場合は、近隣住民の方と連携し、何かあった場合は連絡をもらえるように手配しておくことをお勧めします。アルツハイマー型認知症は適切な治療と対処をすることによって、ある程度進行を遅らせることができるので、早期発見が何より重要となります。

### 3. 今から集めておきたい情報

介護が始まると様々な情報や知識が必要となります。介護保険制度や介護サービス事業所、介護施設の種類など、基本的な情報だけでも收拾し活用することによって負担が軽減されることもあります。

#### ① 介護保険の情報

介護サービスは介護保険制度で成り立っており、医療保険と同様に国が管轄している保険制度です。この制度をしっかりと把握しておくことによってスムーズに介護サービスを受けることができます。

介護が必要になった際、まず知っておきたいことは、要介護認定を受ける準備です。介護保険のサービスを利用するためには必ず要介護認定を受ける必要があるため、ここでは知っておきたいポイントを簡単に説明します。

- ・要介護認定は本人かご家族、もしくはケアマネジャーなどからの申請が必要です。要介護状態になれば自動的に介護認定を受けられるわけではなく、申請が必須になります。
  - ・申請はお住まいの市区町村の役所（保険者）にします。
  - ・申請をして受理されれば要介護認定調査があります。実際に調査員に本人の様子を見てもらい、心身の状況などを確認したり、ご家族への聞き取り調査、主治医の意見書をもとに市区町村の介護認定審査会が要介護度を判定していきます。
  - ・申請から認定まではおおよそ1か月かかるため、早めの申請をお勧めします。
- ただし、介護サービス自体は、申請日に遡って利用することができます。

#### ② 介護サービス事業所の種類（ここでは、代表的な在宅サービスについてご紹介します。）

- ・訪問介護：自宅に訪問介護員（ホームヘルパー）が訪問をして家事援助や身体介護を行います。
- ・通所介護：日中施設に通い、入浴や食事、一部リハビリを受けることができます。
- ・短期入所生活介護：短期間施設に宿泊し、入浴や食事、一部リハビリを受けることができます。
- ・訪問看護：看護師（准看護師）が自宅に訪問をして看護を行います。
- ・訪問リハビリ：リハビリの専門職が自宅を訪問してリハビリを提供します。
- ・福祉用具貸与：車いすなどの福祉用具のレンタルを行います。

#### ③ 介護施設の種類

- ・介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

常に介護が必要な方に食事、入浴、排せつなどの日常生活支援や機能訓練などのサービスを提供します。

費用は所得によりますが、比較的少ない費用負担で入居することができます。要介護3以上の方が利用できます。

- ・介護老人保健施設

リハビリや医療が充実している施設です。3ヶ月ごとに退所あるいは入所継続の判定が行われます。基本的には長期間の入居はできません。要介護1以上の方が利用できます。

# 平成30年度 「赤い羽根」 共同募金運動

## 募金金額 3,826,835円

あたたかいご協力ありがとうございました。



### 平成30年度 共同募金実績

募金別	募金額
戸別募金	2,500,934円
大口・法人募金	1,221,944円
職域募金	53,955円
学校募金	49,996円
その他募金	6円

共同募金は、①民間の社会福祉施設、NPO・ボランティア団体、社会福祉団体などの施設設備や福祉車両、備品の購入②児童少年関係団体、障がい児・者の育成支援団体などに対する支援③市町村の社会福祉協議会が行っている地域福祉活動などの事業に有効に使われています。

市民の皆さまから寄せられた募金額の約70%が、地域で活用されています。

市民の皆様からの心のこもった募金は、高知県共同募金会からの助成金をもって須崎市共同募金助成委員会に諮り当市の福祉活動に有効に活用させていただきます。

敬称略

学校募金	法人募金	大口寄付者(個人)
49,996円 須崎市内小中学校児童生徒一同	医療法人五月会 医療法人みずほ会 梅原晴雲堂 エスオーエンジニアリング(株)高知事業所 大谷漁業協同組合 (株)馬話造船所 (株)けんかま (株)タムテック 喜 楽 錦浦漁業協同組合 高知ペットビジネス専門学校 高陵地区建設協会 笹岡製材所 さつき会 白石工業 (株)土佐工場 新和商事(株) 須崎支店 須崎自動車学校 須崎釣漁業協同組合 須崎生コンクリート(株) 須崎町漁業協同組合 須崎ライオンズクラブ 住友大阪セメント(株) 高知工場 大窯汽船高知株式会社 高橋時計店 高窯運輸株式会社 辻 重 本店 鍋島建設 (株)	西内株式会社 日赤奉仕団 野見漁業協同組合 ヒラオカ宝石(有) フラワーガス(株) 細木テント(有) マタガワ葬祭(有) 松井建材(有) 松田鉱産(株) 丸昇農材(株) 丸大組 丸富木材(株) 丸宮 宮本商店 山岸竹材店 (株) (有)高陵衛生社 (有) 新山商店 吉野工作所(有) 大石忠一 高橋道雄 細木忠憲 横島浩治 和田耕造
50,000円 須崎市歯科の会		20,000円 楠瀬静夫 坂本昌通
36,000円 須崎市社協職員一同		10,000円 大石忠一 高橋道雄 細木忠憲 横島浩治 和田耕造
30,000円 J A土佐くろしお (医)南江会 一陽病院 須崎市医師会 特別養護老人ホーム清流荘		
20,000円 (株) ホンダカーズ須崎 須崎市職員労働組合		
16,000円 吾桑地区社会福祉協議会		
15,000円 (有) 笹岡印刷所		
12,000円 そうだやま温泉		
11,620円 のぎくの会		
10,000円 Yショップ中平 青木建設株		

### 須崎市共同募金委員会からのお知らせ

須崎市共同募金委員会では、地域福祉や社会福祉などの活動を行っている団体などに対して、平成31年4月1日(月)から4月30日(火)までの期間で、平成31年度募金による平成32年度共同募金の配分要望を受け付けています。配分を希望する団体などは必要書類を添えてお申し込みください。

※お申し込み時にヒアリングを行いますので事前連絡の上、ご持参ください。

必要書類については須崎市共同募金委員会までお問い合わせください。

お問い合わせ 須崎市共同募金委員会  
須崎市山手町1-7 須崎市総合保健福祉センター3階 社会福祉協議会内  
42-0736 担当：近藤



# あったかふれあいセンター まちなかサロン

“あったかふれあいセンター まちなかサロン”は、年齢問わず、どなたでも無料で利用できる地域の集い場所です。須崎市には現在3ヶ所あり、**読書**や**折紙**、**コーヒー**で**休憩**や、**将棋**など、皆さん自由に過ごしていただいています。利用されている地域の皆さんの**要望・提案**により**学習会**や**食事会**などの**イベント**を開催しています。関係機関より専門の講師に来ていただき、**要望**に応じた内容を地域の多くの方に気軽に学んでいただいています。

また、ちょっとした困りごとや気になることがあれば、ご相談ください。内容に応じた適切な関係機関に繋がせていただきます。気軽にスタッフまでお声がけください。

是非、お近くのあったかふれあいセンター まちなかサロンに気軽に遊びに来てくださいね♪

## 8店会 西糺町 4-18 (旧ゆたか駐車場横 8店会内)

### <開所日時>

月～金 10時～15時  
第2水・最終金 10時～16時

**将棋の日** 第1金 12時～15時  
第2水 12時～16時  
最終金 12時～16時

自由でわきあいあい！  
温かい思いやりの空間  
にみなさんが迎えてく  
れます！  
H31年5月で10周年を  
迎えます!!是非、遊び  
に来てください!!

### 百歳体操開催日時

時間/曜日	月	火	木	金
午前 10:30～		●		●
午後 1:30～	●		●	



## しんまち 新町 1-4-1 (フラワーガスさん隣)

### <開所日時>

火・金 10時～15時  
木 10時～16時

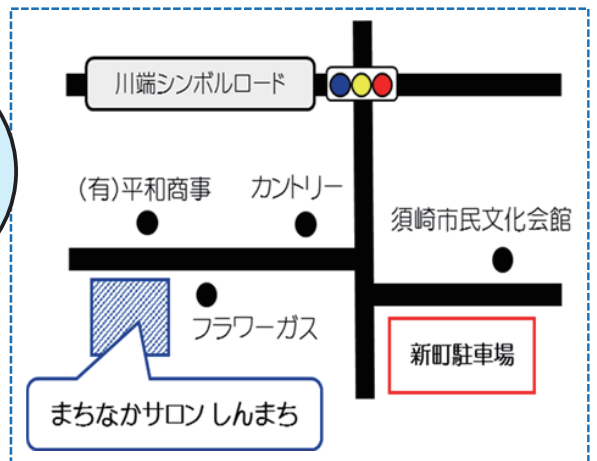
**ささえ愛** 第3土 11時30分～15時

**将棋の日** 第4火 10時～13時

商店街にあり、フラッと  
立ち寄りやすい!!  
お話に花が咲き、帰れな  
くなる穴場スポット♪  
是非、フラッと、遊びに  
来てみてください!!

### 百歳体操開催日時

時間/曜日	火	木	金
午前 10:30～		●	
午後 1:30～	●		●



## 山手町 山手町 4番 (山手町集会所)

### <開所日時>

水 13時～15時  
第4水 12時30分～15時 (食事会 13:30～)

**介護予防の日** 第2・第4月 13時～15時

月1回、食事会あり!!  
お弁当注文できます!!  
体操! コーヒータイム!  
合唱♪  
時にお腹がよじれる大笑い!!  
元気な山手町に  
是非、遊びにきてください!!

### 百歳体操開催日時

時間/曜日	水	第4水
午後 12:30～		●
午後 1:30～	●	

