

応 援 し ま す 家 庭 介 護 ！

老 健

ROUKEN
T O K Y O

とうきょう



一般社団法人 東京都老人保健施設協会

<http://roken-tokyo.or.jp>

* 巻頭の言葉	02
* 老健と地域包括ケア	03~06
* ごかけてみようバリアフリー完備のお宿	07
* 東京都老人保健施設協会会員マップ(23区)	08・09
* 東京都老人保健施設協会会員マップ(多摩地区)	10・11
* 応援します家庭介護・老健ケア探訪	12

WINTER

2016年12月発行

No.9



一般社団法人
東京都老人保健施設
協会会長

平川 博之

地域包括ケアシステムと老人保健施設（老健）が本号の特集です。

地方では高齢化の波も高止まりする傾向が垣間見られますが、東京都はこれからの10年間で高齢化が一気に進みます。東京都の特徴は、「高齢化率」の問題より実数として「高齢者数」が増えることです。勿論、その中には元気な高齢者の方もたくさんおられますが、介護等が必要な高齢者の数も大幅に増加します。元気な方も介護が必要な方も、いつまでも住み慣れた町で、親しい方々と暮らし続けたいという思いは同じです。そのような願いを実現するために考えられたのが「地域包括ケアシステム」です。

「地域包括ケアシステム」をざっくりと表現すると、「ケア付きコミュニティ」をお住いの中学校区に一つの単位（範囲）で構築することです。この仕組みが完成されると、ご自宅が暮らしや生活の場だけでなく、病院の病室や、施設の療養室となり、家の前の道路が病院や施設の廊下と

なるわけです。新しい「わが町」作りともいえます。この仕組みを構築するには様々な壁を越えなければなりません。しかも、誰かにしてもらうのではなく、私たち一人一人にも役割が課せられています。力を合わせて「超高齢社会」の新しい町、東京を作りましょう。

私たち老健施設は約30年前に「超高齢社会」を見据えて生まれた、医療・介護の両機能を備える大規模多機能の総合的ケアサービス施設です。

皆様のお住いの地域で、私たち老健施設が持つ、中長期の入所、ショートステイ、デイケア、訪問リハビリテーション、認知症・看取り等への対応などの数々の機能が「地域包括ケアシステム」構築のために有効活用されることを願っています。

老健と地域包括ケア

最近、新聞やテレビで「地域包括ケア」という言葉を目にしませんか。「それってなに?」、「なぜ必要なの?」といった声を聴きます。そこで、今回の老健とうきょうではこの「地域包括ケア」について考えてみました。

地域包括ケアって

「地域包括ケアシステム」というのが正式名称です。高齢者の方々などが、介護が必要となっても住み慣れた町や地域で、自分らしい暮らしを最後まで続けていくことができるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援を一体的に提供できる仕組みが「地域包括ケアシステム」です。概ね中学校区を単位にシステムを作るのが目標です。

なぜ必要なの?

高齢者の方々の多くは、要介護の状態となっても、ご自宅(地域)で生活したいと願っています。その願いを尊重し、実現させるためには、私たちが直面している、2025年問題(注1)に代表される超高齢社会の様々な課題を、この10年の間に解決していかなければなりません。

具体的にはどうなるの

「医療」「介護」「福祉」という専門的サービスと、その前提となる「住まい」「生活支援」「介護予防」が相互に連携しながら住み慣れた町での生活を支援していきます。都内には、市街地もあれば住宅地もあります。その地域のニーズや資源も地域により様々です。ですから地域包括ケアシステムは全国一律ではありません。また、自らの健康管理(セルフケア)や住民相互の支え合いといった「自助」「互助」の精神が組み込まれています。

地域包括ケアと老健施設

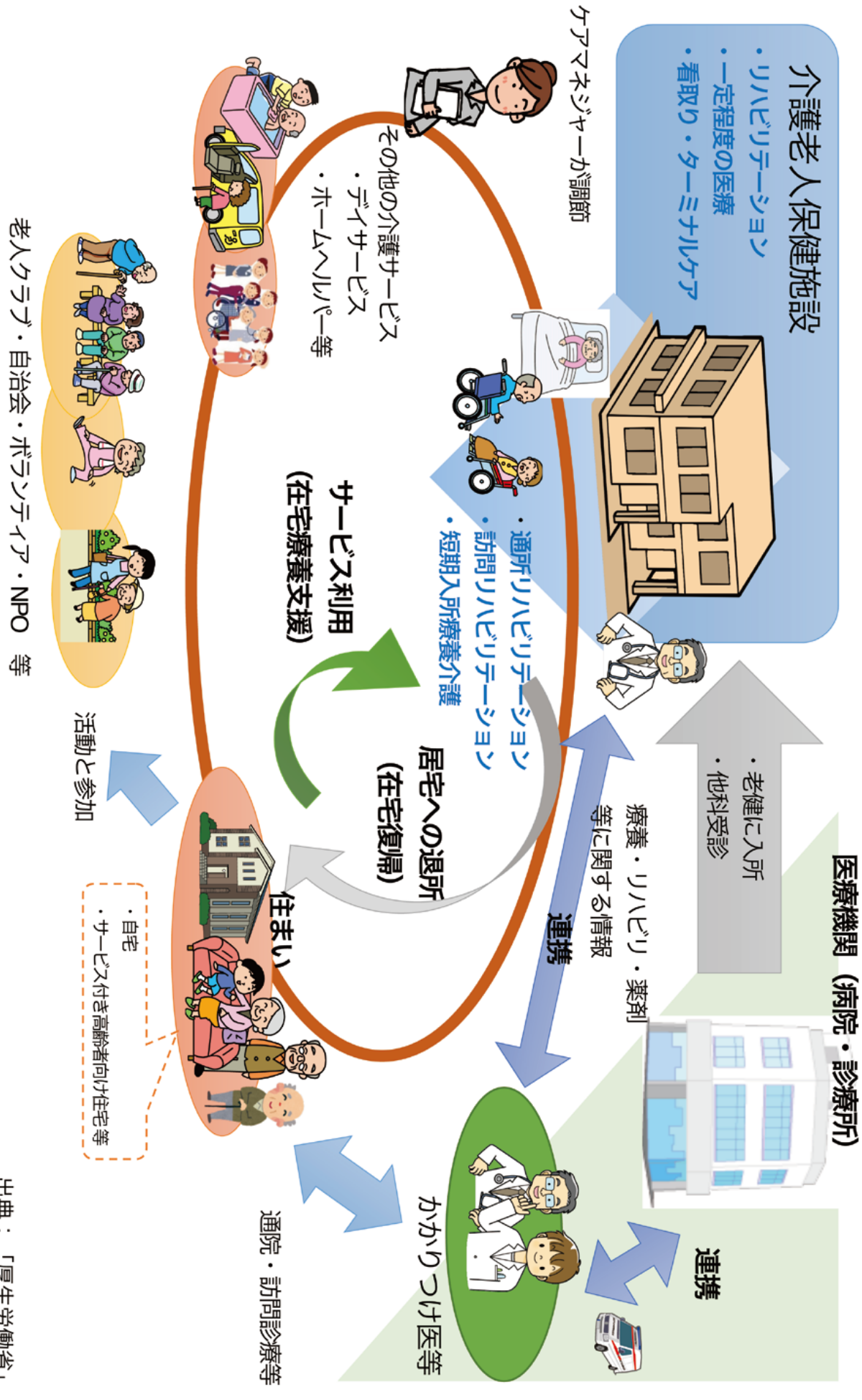
老健施設は、多職種協働による自立支援のための包括的ケアサービスを提供することで、心身の状態を改善し在宅復帰を目指します。在宅に戻った後もデイケア、ショートステイ、訪問リハビリテーションを活用し、在宅生活を支援します。

老健施設の持つ多機能性を地域に展開することは「地域包括ケア」の構築に大いに役立つと考えられます。

注1) 2025年問題: 団塊の世代の方たちが後期高齢者(75歳以上)になる年。高齢化率も30%を超えるため3人に1人が65歳以上という社会。介護保険の始まった2000年と比較すると介護給付費で17兆円以上増加すると予測されています。

また、現役世代も毎年100万人ずつ減少するため社会保障を支える割合も現役4人:1人高齢者から2人:1人となり、私たちの負担も2倍になると予測されています。

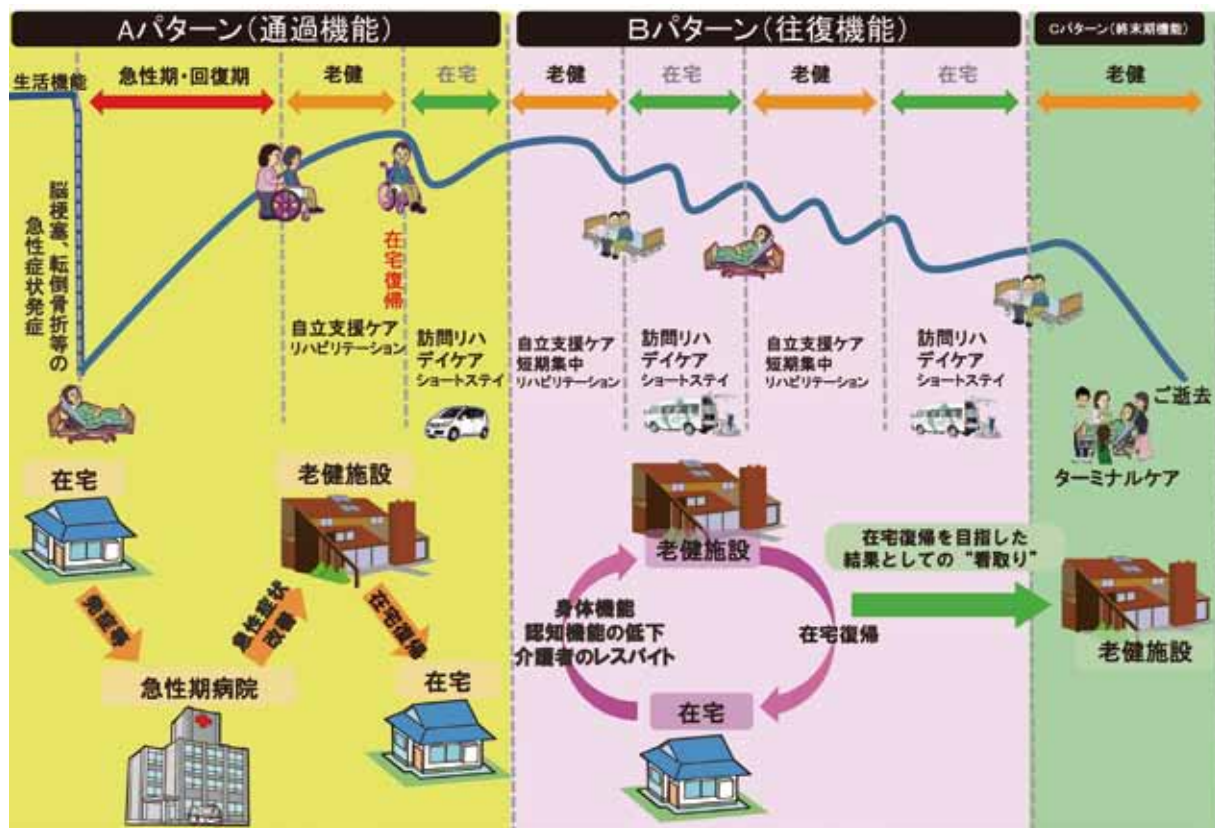
地域包括ケアシステムにおける介護老人保健施設のイメージ



出典：「厚生労働省」

『地域包括ケアにおける老健の機能』

— 老健往復利用による在宅生活の継続 —



<Aパターン> (通過機能)

脳梗塞・転倒骨折などを発症し、急性期病院等での入院治療後に老健に入所し、在宅生活に必要な体力や日常機能の回復のリハビリを受けてから自宅に戻られるパターンです。老健退所後もBパターンを活用することでご自宅での生活が継続できます。

<Bパターン> (往復機能)

Aパターンのような急性発症でなくとも、高齢者の方は徐々に身体機能・認知機能が低下していく場合もあります。そのような時に、老健の入所ケアやショートステイを活用し、心身の状態を評価して必要な医療・介護、リハビリテーションを集中的に提供することにより、再び自宅での生活が可能となります。これを繰り返すことで自宅での生活が継続できます。

<Cパターン> (終末期機能)

Bパターンを継続していく中で、加齢による機能低下、原疾患悪化などで在宅生活が困難になった場合、更には終末期が近づいてきた場合も老健施設が対応します。老健施設での入所生活を続けながら、短期間でもご自宅に戻ることにも試みます。そして老健でお看取りをさせていただくこともできます。

老健施設はご本人とご家族の絆が入所で切れてしまわないように、常に在宅で過ごされているご本人の姿を思い描きながら、その時々に必要なケアサービスを提供しています。

軸足は住み慣れた地域、楽しい我が家においています。この理念は地域包括ケアシステムの考え方に合致します。

お宿

静岡県

伊豆今井浜東急ホテル

交通のご案内



伊豆今井浜 東急ホテル

〒413-0503 静岡県賀茂郡河津町見高今井35-1
http://www.imaihana-h.tokyuhotels.co.jp

TEL 0558-32-0109

FAX 0558-32-1668

連絡先

東武トップツアーズ

(株)東京国際事業部

担当/春田 哲

〒160-0023 東京都新宿区西新宿7-5-25 西新宿木村屋ビル16階

TEL:03(5348)3500

伊豆は海と山によって形作られ、その両方の幸を潤沢に味わえる恵まれた土地。特に、伊豆今井浜東急ホテルがある東伊豆・河津エリアは、早咲きと濃厚な桃色特徴である河津桜の里としても有名ですが、稲取の金目鯛や駿河灘の海の幸、ブランド価値の高い河津野菜など、豊富な山海の食材が揃うことでも知られる恵まれた土地柄です。

その河津にある「伊豆今井浜東急ホテル」は、美しい砂浜と遠浅で水質抜群の海が広がる今井浜海岸に隣接する全室オーシャンビューの高級リゾートホテル。新鮮な地魚を味わえる日本料理「あづま」をはじめ、金目鯛を織り込んだ名物・今井浜風アヒヤベースがオススメの本格フレンチレストラン「ジャングリ・ラ」、1日数組限定の鉄板焼「舞子浜」といった幅広いジャンルの店舗を備え、潤沢な地物食材を、形や味を変え、贅沢にお楽しみいただくことができます。

海の見えるカフエラウンジ「フロラ」ではホテル名物スイーツ「アイリパンケーキ（ハワイ語で「王様のパンケーキ」）が、バー「エル・ロカ」では毎月満月の前後5日間だけ楽しめる期間限定のオリジナルカクテルメニュー「ムーンロード」があるなど、ホテル全体から醸し出されるトロピカルな雰囲気も大変魅力的です。もちろん、伊豆ならではの豊富な湯量を誇る地場の温泉や露天風呂なども完備しており、幅広い年代のお客様から多くご愛顧いただいております。

伊豆にお越しの際は、ぜひ一度「伊豆今井浜東急ホテル」へお越しください。皆さまのご来訪を心よりお待ちしております。

「バリアフリー」という言葉をよく見聞きするようになりました。

しかし、実際に車椅子の生活をされている方々にとっては、フリーとは言いきれない施設・設備も存在しています。ですから、遠くへ旅をするには不安は一層大きいものになると思います。

旅の好きな方は大勢いらっしゃいますが、安心して泊まれる「バリアフリー」の宿に関する情報は圧倒的に不足しているのが現状です。今回は旅の好きなお年寄りにすぎない宿を紹介します。



バリアフリールーム

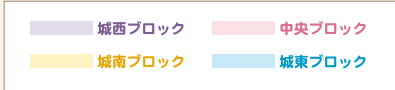


バリアフリートイレ



ガーデン

9 WINTER



平成27年4月1日現在

一般社団法人東京都老人保健施設協会会員マップ(多摩地区)



■西多摩ブロック						■北多摩南ブロック					
番号	施設名	郵便番号	所在地	電話	F A X	番号	施設名	郵便番号	所在地	電話	F A X
1	青梅すえひろ苑	〒198-0025	青梅市末広町1-4-5	0428-33-3111	0428-33-3114	1	フローリール調布	〒182-0034	調布市下石原3-45-1	042-484-2627	042-481-0323
3	メディケア梅の園	〒198-0053	青梅市駒木町3-594-1	0428-22-0155	0428-22-0156	2	グリーンガーデン青樹	〒182-0035	調布市上石原3-33-17	042-483-1050	042-483-1064
4	あかしあの里	〒205-0024	羽村市玉川12-6-6	042-578-3555	042-578-3561	3	花木水	〒182-0011	調布市深大寺北町4-17-7	042-441-1221	042-441-5766
5	けんちの苑みずほ	〒190-1231	西多摩郡瑞穂町長岡長谷部31-1	042-568-0200	042-568-0201	4	アゼリア	〒196-0014	昭島市田中町2-1	042-549-7799	042-549-7616
6	ユーアイビラ	〒197-0004	福生市南田園1-10-3	042-539-7122	042-539-2272	5	小金井あんず苑	〒184-0013	小金井市前原町5-3-24	042-388-7511	042-388-7510
8	菜の花	〒190-1212	西多摩郡瑞穂町殿ヶ谷454	042-568-5111	042-568-5127	6	東大和ケアセンター	〒207-0014	東大和市南街1-13-1	042-566-6631	042-566-6632
9	オキドキ	〒190-0142	あきる野市伊奈477-1	042-596-0111	042-596-0577	7	ピースプラザ	〒183-0021	府中市片町2-16-1	042-336-5775	042-336-5785
10	ウェルビア白寿	〒190-0182	西多摩郡日の出町平井3820	042-597-6231	042-597-6241	8	あるふぁ国立	〒186-0011	国立市谷保1006-1	042-577-8121	042-577-8130
11	ユニット菜の花	〒190-1212	西多摩郡瑞穂町殿ヶ谷454-2	042-557-7915	042-557-7916	9	国立あおやぎ苑	〒186-0013	国立市青柳3-5-1	042-526-5100	042-521-2292
12	西東京ケアセンター	〒198-0051	青梅市友田町3-136-1	0428-25-1171	0428-25-1172	10	ファミリート府中	〒183-0005	府中市若松町2-4-4	042-369-6100	042-369-9011
■南多摩ブロック						■北多摩北ブロック					
番号	施設名	郵便番号	所在地	電話	F A X	施設名	郵便番号	所在地	電話	F A X	
1	ヒルトップロマン	〒206-0824	稲城市若葉台3-7-1	042-331-3030	042-331-3185	1	東京ばななん白光園	〒189-0021	東村山市諏訪町2-26-1	042-391-6114	042-391-6148
2	ハynes越の丘	〒192-0015	八王子市中野町2082-1	042-624-1515	042-628-5688	3	あんず苑	〒180-0022	武蔵野市境1-18-5	0422-36-6262	0422-36-6255
3	南大沢ホロス由木	〒192-0364	八王子市南大沢2-224-5	042-678-2111	042-678-2116	4	グリーン・ボイス	〒189-0012	東村山市萩山町3-31-2	042-392-8611	042-392-8658
5	エンジェルコート	〒193-0811	八王子市上巻分町71-1	042-652-2031	042-652-3158	6	ラビアンローゼ	〒204-0011	清瀬市下清戸3-385	042-491-0922	042-491-9952
6	町田さくらんぼ	〒195-0064	町田市小野路町1632	042-734-9500	042-734-3518	7	たけおか	〒204-0023	清瀬市竹丘2-3-21	042-491-6003	042-491-6113
7	ハートランド・ぐらんぱぐらんま	〒192-0152	八王子市美山町1074	042-652-2155	042-652-2170	8	ハートフル田無	〒188-0013	西東京市向台町2-16-22	042-468-5166	042-468-5288
8	ゆうむ	〒192-0153	八王子市西寺方町284	042-652-5550	042-652-3133	9	保生の森	〒189-0021	東村山市諏訪町3-6-1	042-391-6310	042-390-1515
9	サンシルバー町田	〒194-0211	町田市相原町2373-1	042-770-2551	042-770-2531	10	多摩すずらん	〒189-0002	東村山市青葉町2-27-1	042-393-0911	042-393-2880
11	イマジン	〒193-0942	八王子市門田町583-15	042-662-7000	042-661-3384	11	東村山ナーシングホーム	〒189-0002	東村山市青葉町1-7-1	042-392-0111	042-392-0759
12	マイライフ尾根道	〒194-0213	町田市常盤町3547-2	042-798-1788	042-798-7312	12	きよせ認知症ケアセンター	〒204-0012	清瀬市中清戸5-27	042-494-7200	042-494-7201
14	カトレア	〒191-0011	日野市日野本町6-3-17	042-589-2250	042-589-2251	13	ハウスグリーンパーク	〒180-0012	武蔵野市緑町2-3-21	0422-37-1122	0422-50-0677
15	高橋みさわの杜	〒191-0032	日野市三沢3-22-14	042-593-0101	042-593-0303	14	ケア東久留米	〒203-0052	東久留米市幸町3-11-10	042-479-2600	042-479-2601
16	サルビア	〒191-0024	日野市日野本町1-18-1	042-589-3270	042-589-3271	15	あんず苑アネックス	〒180-0022	武蔵野市境1-19-20	0422-36-3655	0422-36-3654
17	ハビネスせりがや	〒194-0013	町田市原町田4-27-29	042-739-5711	042-739-1811	16	プラチナ・ヴィラ小平	〒187-0011	小平市鈴木町1-85-1	042-349-3505	042-346-2288
18	あい介護老人保健施設	〒206-0036	多摩市中沢1-17-38	042-374-7111	042-374-7115						
20	クロバー	〒191-0054	日野市東平山3-1-1	042-585-8061	042-585-8065						
21	ふれあいの町田	〒194-0215	町田市小川ヶ丘1-3-7	042-798-2001	042-798-2010						
22	オネスティ南町田	〒194-0004	町田市鶴間1654-1	042-788-0373	042-796-0039						
23	アメイズ	〒192-0042	八王子市中野山王2-8-2	042-649-6601	042-649-6607						

応援します！

家庭介護

HOME CARE No.9

《寝たきり予防の重要性》

高齢者が『寝たきり』になってしまう原因は、怪我や病気だけが原因ではなく、その後の生活や家族の関わりによって起こることもありますので、正しい予防法を学びましょう。

①生活習慣の見直し

- ・生活リズムを整えましょう。朝起きたらきちんと着替え、寝食にメリハリのある生活を意識しましょう。
- ・食生活を見直し、高血圧や糖尿病などを予防しましょう。
- ・家に閉じこもらず、外出してリフレッシュを心がけましょう。外出に不安がある場合は、ご家族と一緒に外出機会を作ったり、通所サービスを利用するのもおすすめです。

②本人の意思の尊重

- ・時間がかかっても自分で行う気持ちを大切にしましょう。行き過ぎた介助は、本人のやる気を低下させることがあります。
- ・安易なオムツ利用は本人の自尊心を傷つけ、自主性や社交性が失われて外出の機会を減らすことにも繋がります。

③リハビリテーションの実施

- ・病気や怪我でベッドでの生活が続いた場合、回復状況を見て出来るだけ早くリハビリを開始しましょう。リハビリは早ければ早いほど、機能回復が望めます。
- ・通所リハビリテーションに通うことで、機能回復と外出機会を同時に得られ、他者とのふれあいから社交性を取り戻すことが出来ます。

施設形態の特徴

ベッド数(定員):100名の場合の比較

	療養型病院	老 健	特 養
経営(法人)	主に医療法人	医療法人 社会福祉法人	主に 社会福祉法人
サービス	入 院	入 所 ショートステイ	入 所 ショートステイ
	外 来	デイケア 訪問リハ	デイサービス
入院・入所期間(目安)	6ヶ月程度	3～6ヶ月程度	生涯
入院・入所の人員配置(目安)			
常勤医師	3名以上	1名	必要数(不在)
看護職員	20～30名程度	10名程度	3～5名程度
介護職員(看護助手)	20～30名	30～40名	40～50名
リハビリ職員	0～5名	5～15名	0～3名
夜間勤務職員	医 師 看護職員	看護職員 介護職員	介護職員
医療機器(レントゲン等)	必置	設置義務無し	設置義務無し

※国で定める基準とは異なります

《老健施設の目指す総合的ケア》

老健施設は、医師・介護福祉士、看護師、理学・作業療法士、言語聴覚士、管理栄養士、薬剤師、ケアマネジャー、社会福祉士等の多職種配置が義務付けられています。これは他の介護サービスでは見られない特徴です。その理由は、多職種の専門職が得意技を駆使して、ご利用者の「自立を支援」―心身の状態を少しでも「良く」する、少しでも長く「維持」する―に向けての総合的ケアサービスを提供するためです。ショートステイ、デイケアも同様の理念で運営されています。つまり、老健施設は要介護者を受け入れるだけの「箱もの」サービスではありません。6頁に示した老健施設の多機能性をご理解いただき上手に活用してください。

老健ケア探訪

INSTITUTION CARE No.9

介護する側・される側共に楽しく過ごせるように

一般社団法人 東京都老人保健施設協会広報誌

「老健とうきょう」第9号 2016年11月21日発行

編集・発行／一般社団法人 東京都老人保健施設協会広報部会

〒160-0017 東京都新宿区左門町6-7 鯉江ビル802号室

TEL: 03-6380-4351 FAX: 03-6380-4371

E-mail:jimukyoku@roken-tokyo.or.jp ホームページ:http://roken-tokyo.or.jp

印刷／社会福祉法人 創造印刷 TEL: 042-485-4466

Illustration/Mie Muneno

* 編集後記 *

今号は、私たち医療・介護事業者だけでなく、自治体や地域と共につくる「地域包括ケアシステム」を取り上げました。スクールが大きいだけに「群盲象を評す」、「木を見て森を見ず」といったことにならないよう老健施設の役割に焦点を絞り、わかりやすくなるよう心掛けて編集しました。この特集が読者の皆様にとって「地域包括ケアシステム」の理解の一助になれば幸いです。(K・T)