

ああす TIMES

2018年3月 No.28号
特定非営利活動法人 地域福祉会ああす
〒658-0051
神戸市東灘区住吉本町1丁目24-27
Tel 078-385-0530 fax 078-843-6861
発行人 細谷 禮三

ああす全体学習会 ～笑いヨガ～



笑いヨガとは、笑いとヨガの呼吸法で、体と脳にたくさん酸素を取り込み元気に健康で過ごすことができるエクササイズです。

人間の体は、作り笑いと本物の笑いが人間の体で区別が出来ない科学的根拠に基づいているとの事。本当？と、少し疑いを持ちました。



実際に体験し精神的にかかっていたことがすっきりし、ストレス軽減に役立つと実感出来ました。皆でからだを動かしながらすると体も温まり、本当にお腹から笑うことができました。この度の体験で出来るだけ笑いヨガの良さを、普段から実践していきたいと感じました。普段の生活に簡単に取り入れができ、まわりの景色も今までと違って見えるかも。



「笑いヨガの学習会に参加して・小山礼子」



第4回 介護事例発表会



開催日 平成30年3月2日(金)
開催時間 18:30~19:30
於 いろどりの家 大池

神戸健康共和会主催の介護事例発表会も4回目をむかえました。

今回は、ああすも参加し、生田事業所の松田サ



第21回 通常総会の開催について

日時:2018年5月23日(水)

午後6時30分より

場所:神戸医業研究所3階会議室

- 議事:・2017年度事業報告に関する件
・2018年度事業計画に関する件
・2017年度決算に関する件
・2017年度監査報告に関する件
・2018年度事業予算に関する件
・定款の一部変更に関する件

※上記の要領で開催しますのでご出席の予定をお願いいたします。

.....
ービス提供責任者が訪問介護部門の事例を発表しました。認知症、独居、筋力の低下などで外出もままならず、自宅にこもりがちになる利用者を支えていくケアの中でヘルパーの出来る関わり方を考えていく事例でした。



制限ありきの介護保険制度の中のケアの難しさを考える事例でした。ほか施設、訪問看護、診療所の介護事例など各部門のそれぞれの支援の苦勞・悩みまた喜びを感じた時間でした。

2018年新春の集い

～沖縄から見える日本の未来～

1月6日(土)に神戸健康共和会とそのグループの共催で、恒例の「新春のつどい」が兵庫県立中央労働センターにおいて185名の参加で開催されました。



記念講演に沖縄民医連会長の座波政美（ざはまさみ）先生をお迎えし、「沖縄から見えるこの国の未来～いま沖縄で起こっていること～」というテーマでお話を伺いました。

普天間基地近くで連続して起こった米軍ヘリからの落下物の事件を始め、これまで沖縄で起こってきた事故や、事件、そして沖縄戦からの沖縄の歴史を語られ、このことは沖縄だけにとどまらず基地がある全国に広がる危険性を訴えられました。

座波先生は講演の最後に名護市長選挙、沖縄知事選挙に向けての支援を訴えられ、「知ろうとしなければ、無知なまま。見ようとしなければ、見えないまま。考えようとしなければ、意志がないまま。動かなければ、そのまま、なにも変えられない。私たちの未来は私たちで作ろう」と呼びかけられました。

また、名護市市長選挙支援者の紹介がされ、支援募金の訴えも行われました。

子どもの医療費無料化、就学援助制度の拡充、生存権裁判、国保、介護、障害者などの各分野の取り組みが報告されました。

北村美幸・県社保協事務局長から、国の責任で社会保障制度の拡充を求める「25条署名」の運動が提案され参加者全員で推進を確認しました。

駅頭署名活動90筆集まる

改憲を許さない3000万署名活動の一環として2月1日（木）にJR住吉駅周辺で署名集めを行いました。当日は小雨（みぞれ？）降る寒い日で



したが、33名が集合し、慣れない中でも大きな声を出し、憲法守る大事さを訴え続けました。

時間帯が夕方だったので学生も多く、10代の若い世代も足を止めてくれ、しっかり話を聞いてくれていた印象がありました。慣れない私たちでしたが、今回の駅頭署名では90筆の成果を得て、「やってみる」ことの重要性を学びました。（改憲を許さない推進ニュースNo.6より）

「2. 3ひょうご25条集会」開く 憲法9条と25条大いに語る 二宮厚美神戸大学名誉教授

兵庫県社会保障推進協議会主催の「2. 3ひょうご25条集会」が三宮勤労会館で行われました。



85人が参加し運動を交流しました。二宮厚美神戸大学名誉教授が記念講演され、安倍政権が狙う9条改憲と、消費増税と生活保護基準引き下げなど「税・社会保障一体改革」の動きを告発するとともに、憲法9条と25条の関係を解き明かしました。

社会保障の5つの柱①労働②教育③最低所得保障④医療・介護、保育などの社会サービス⑤住宅・環境を示し、権利としての社会保障・福祉を掲げた社保協運動の意義を強調されました。

運動交流では、吉岡正雄県社保協会長が、金属の入れ歯や学齢期の歯並びの矯正など保険適用の拡大と窓口負担の軽減、医療の質を担保する診療報酬改善など国民皆保険制度の充実・発展をめざす歯科医療改善運動を、学校歯科検診から見えてきた子どもの健康格差と貧困問題を例にあげながら報告されました。



新春・餅つき大会

～灘地域・生田地域～

今年も新春恒例の餅つき大会が、灘地域と生田地域で催されました。

灘地域では、昨年はO157感染の広域発生のため、餅つきを断念。今回は新年行事、また欠かせない風物詩としてヨイショッ！の杵振る掛け声も響き、老若男女、200人強の参加があり、子供たちも杵を振り（回し？）初めての餅つきに大喜び、道行く人も気軽に立ち寄り、地域に根付いた行事と実感。診療所、互助組合、ああすで頑張って灘区を元気に！（ちなみにお餅完売でしたとのこと）



（長谷川歩）

生田地域では、毎年恒例の地域行事餅つき。子供から高齢者まで参加し賑わいます。ああすも参加し華やかさ？を添えて頑張りました。（川井和喜子）



第1回東灘区在宅医療・介護 市民フォーラム



『在宅での「人生の最期」をイメージする』とした市民フォーラムが東灘区医師会、東灘区医療介護サポートセンター主催で平成30

年2月24日(土) 13:30より御影公会堂大ホールにて開催されました。

今回は自宅で最期をむかえるHow toの市民フォーラムでした。

ひとは生まれたら必ず死は公平にやってきます。生まれる場所は選ぶことはできませんが最期の場所は(突然の死ではなく)選ぶことができるということです。

自宅療養では、訪問診療・訪問看護・訪問介護・訪問リハ・指導(薬剤、栄養)など必要な職種の訪問サービスを受けることができます。



基調報告される長坂会長

自宅での終末療養の利点、欠点を考え、希望に沿った自分らしい療養生活を送れるように家族、主治医とよく話し合うこと、どんな治療を受けたいのか、どんなサポートが希望なのか。

また自分の意思を書いて残すことも大切なことです。講演の中で「病気があっても気持ちは元気で。死はすべての生きる力を使い切った結果なのです」の言葉が残ります。

テーマ：弱みを強みに変えよう！

管理者・サービス提供責任者研修報告 ～指導力について～

2018年2月17日(土) 18:30~20:00

於 ふきあいの郷

主催 育成委員会

第1回目の研修では、各自の弱み、強み・また事業所の弱み、強みを考えてみました。結果、弱みのひとつとして管理者、責任者に欠かせない「指導力」があがり今回の研修に至りました。研修内容は演習を通してのグループワー



ク。責任者の視点、判断、現状の分析、何が必要なのかどうすべきなのか「何」をどのようにヘルパーさんに伝えていくか。研修の到達目標は、なぜ?どうして?の根拠を考えることができる人材の育成など指導力のスキルアップの研修でした。



HPH 活動報告集会

～東神戸病院の取り組むHPH活動～

2018年3月16日(金) 14:00~16:00

於 神戸医薬研究所3F

共催 東神戸病院・東神戸医療互助組合



東神戸病院の理念に沿ったHPH活動の1年を振り返り各チーム(地域・患者・職員)の活動報告がありました。

地域チームは健康ニュース配布時には対話に心がける、居場所マップの普及、患者チームは受診時に社会的な問題(医療費の支払い等)を抱えていないか何らかの援助を考え「無料定額診療」の説明で患者の健康への改善を図る、職員チームは職員自身の検診の結果の改善、運動習慣の確保などでした。

遠山院長から東神戸病院の取り組むHPH活動の講演では私たちの周りで何が起きているのか、東神戸病院の医療構想、役割は・生活支援病院・連携推進病院として地域包括システム構築、様々な連携づくりに積極的に関わっていくという内容でした。



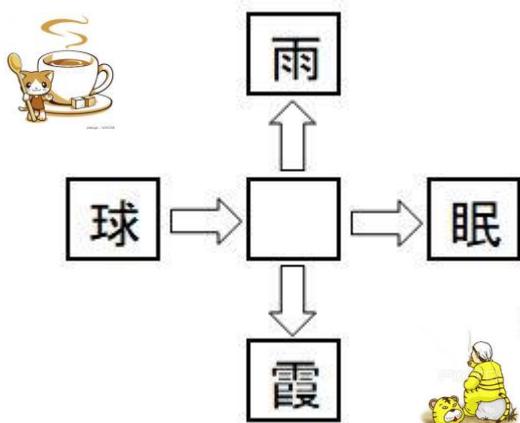
休憩を挟み東神戸病院劇団によるHPH劇場は健康ニュース配布対話術、外来でのSDH(健康の社会的決定要因)問診の様子、文字でみると大変難しいようですが、素晴らしい演技力、リアルな会話で分かりやすい寸劇でした。

最後に硬化した身体を解きほぐすHPH体操で閉会となりました。

HPH(健康増進活動拠点病院)は、ヘルスプロモーションを実践するためにWHO(世界保健機関)が1988年に開始した国際的な病院のネットワークです。... HPHは、患者さんの治療や看護だけでなく、患者さんと地域住民の皆さん、病院で働く職員の健康づくりも重視して取り組むことが特徴です。

……ちょっと休み……

漢字穴埋めクイズ。矢印の方向に読みます。共通する漢字を入れてください（答えは4ページに）



介護報酬改定 ～現場への影響は～

2017年の介護保険制度改正を受けた形で介護報酬改定が決まりました。今回の介護報酬改定は地域福祉会あすやあすの利用者にとっていったいどんな影響があるのでしょうか。

改定の特徴

今回の主な特徴として、①医療・介護の連携の推進がそれぞれの報酬上からも位置付けられた事、②生活援助の報酬が引き下げられたことに加え、回数に制限が加わった事、③共生型サービスの導入、



介護報酬の直接的な影響は、改定単位を12月の実績にあてはめた場合、法人全体としては4.6万円の増と大きな影響はありませんでした。

利用回数の制限

生活援助の回数制限は場合によっては影響を受けることがあるかもしれません。それを、利用者の自立支援を促すことなど身体介護を伴うサービスに変えていくことも考えられます。利用者の状況に応じてケアマネへの積極的な提案が必要になり、サービス提供責任者の力量が試されます。

事業者にとっても負担

医療介護連携でも、医療側から求められることも増

えケアマネやサービス事業者にとっては目に見えない負担も増えることが予想されます。

自立支援強調

利用者の立場からはいたずらに自立支援ばかりが要請される危険や、日常生活の維持に最も大切な生活支援の制限によりADLの低下も心配されます。

私たちは、4月から可能な事業所で「特定事業所加算」の取得を進めます。より質の高い介護をすることによって利用者様の生活をいままで以上に支えられるよう目指していきます。



あす全体学習会

事例発表会



日時：2018年4月18日(水)

18:30~20:00

場所：医療研修所3階

発表：あす生田・北

皆さん参加してくださいね！！

知ってて便利！



もし、飲み残しのビールがあればキッチンペーパーを湿らせてガスレンジ周りを拭くと綺麗に汚れが落ちるよ！

⑥汚れを落とすために、ビールを無理やり飲む必要はありませんよ！

(漢字穴埋めクイズの答えは「春」)