

市民活動

市内の公民館や会館では、市民が仲間を募って教室や愛好会を定期的に行っています。ご紹介します。

『折り紙愛好会』場所：砂川公民館 毎月第一・第三月曜日に行っています。内容は和紙作りの色紙仕上げ、和紙から裁断し、季節の花、歳時記を中心に作品を作ります。中級以上で初心者にはやや難しいかもしれませんが、興味のある方は見学が出来ます。入会費が1500円、1回の材料費が600円程度かかるそうです。代表者 高野さん

『砂川油絵クラブ』場所：金比羅橋会館 毎週木曜日、19:30から。油絵にこだわらず水彩画でも、初心者をはじめ絵を描くのが好きな方が、ご指導くださる先生の下、楽しんで描くことを目的に集まっています。静物を描くことが多いのですが、年に1度スケッチに出かけたりのもしています。代表者 山田さん 興味をもたれた方がありましたら、さいわい包括支援センターにご連絡下さい。連絡先をお伝えします。

利用者コーナー

こころのうた

『こんにちは「さいわい包括」です』では、地域の皆様から俳句または短歌を募集しています。投稿して頂ける方はハガキにご記入のうえ、北部中さいわい地域包括支援センター（立川市幸町4-14-1）までお送りください。掲載については先着順を基本とし、その他季節等を考慮して行いますのでご了承ください。

- ♪ 湘江ナミ作
五月雨や
あじさいの色
- ♪ 辻佳子作
増してきた
敷石の
せがみし母は
- ♪ 岩崎イマ作
踏まずして
見上げれば
柿若若ゆらり
ゆったりと

高齢者の介護や福祉で悩んでいたらお電話を！

立川市内に6か所、委託されている地域包括支援センターは地域に住む高齢者や介護者のための総合相談窓口です。ご利用ください。
立川市北部中さいわい地域包括支援センター ☎538-2339

(担当の地域が決まっている為、他の支援センターをご紹介する場合もありますのであらかじめご了承下さい。)

編集後記/木々が生き茂る季節を迎えました。自然の中を歩くのが気持ちいいですね。

こんにちは「さいわい包括」です

4号

発行人/橋本正明 編集人/大村洋永 発行所/(社)至誠学会立川・至誠キートスホーム

立川市幸町4-14-1/TEL 538-2339/平成19年5月発行

高齢者の権利擁護・パート1

～高齢者虐待防止法について～

平成18年4月、「高齢者虐待防止法」（高齢者虐待の防止、高齢者の擁護者に対する支援等に関する法律）が施行されました。

この法律は社会問題にもなった「介護疲れによる殺人」や「介護職員による侮辱発言」などといった、高齢者への重大な人権侵害を防止するために制定されました。

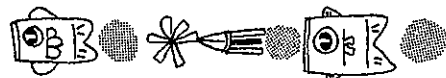
そして地域包括支援センターは市町村とともに高齢者虐待の窓口として、高齢者虐待の早期発見・早期対応を図っています。ただ現実には高齢者の虐待を発見されるのは、虐待を受けている高齢者の身近にいる方がほとんどです。

ですからもし皆様の身近に、虐待が疑われる高齢者がいたらしゃいましたら、お近くの地域包括支援センター、もしくは市役所にご連絡ください。(職員には守秘義務が課せられています)

高齢者虐待防止法では高齢者虐待を、下記のように定義していますので参考にしてください。

- ① 身体的虐待
高齢者の身体に暴行を加えたり、身体拘束を行うことなど
- ② ネグレクト
家族が介護に必要な高齢者に十分な介護を提供しないことなど
- ③ 心理的虐待
高齢者に侮辱的な発言をしたり、無視をすることなど
- ④ 性的虐待
高齢者に性的な行為や、その強要を求めたりすることなど
- ⑤ 経済的虐待
年金を無断で使用したり、勝手に家や土地を売却することなど

地域の皆様と高齢者虐待防止のネットワークを作っていきたいと思っております。どうぞ宜しくお願い致します。



特定高齢者について

今回は、介護予防の中の『介護予防特定高齢者施策』について述べます。

立川市では介護予防アンケートと呼ばれるものを、65歳以上の方が基本健康診査を受ける時や、介護保険の利用等で地域包括支援センターへ相談した時に、実施するようになっていきます。

そのアンケートの結果、身体機能や栄養状態、口腔状態の低下、または家に閉じこもり状態や認知症やうつ状態が予想されると、特定高齢者と把握されます。その後、地域包括支援センターの担当者が訪問し、次のようなサービスの紹介をいたします。

*パワーリハビリ

機械を使った訓練を健康会館で週1回(月・金コース)6ヶ月間実施

*体操教室(介護予防通所支援事業)

体操を中心とした訓練をフェローホームズ(特養)で週2回まで実施
6ヶ月コースで実施

*予防講座(介護予防通所支援事業)

予防を目的とした講座を週1回3ヶ月コースで実施

*訪問指導事業

保健師等が訪問し生活指導

*栄養指導

管理栄養士等が訪問し栄養指導

(続く)

これってどうなの?

物忘れがひどくなったわ

【事例】

一緒に同居している82歳になる母が、最近よく物を忘れてきたり、落し物をするようになりました。また久しぶりに会う親戚の名前が思い出せないなど、物忘れがひどくなってきているのですが、これは認知症の始まりなのでしょうか?

【アドバイス】

「物忘れ」と「認知症」は似ていますが異なるものです。物忘れについては健常者にもあることですが、認知

症は病気の1つであり、その症状は認知症を患った人にしか出ることはありません。

ただ顕著な物忘れが認知症の初期症状である場合もありますので、もしお母さんの言動が「普段と違うな」と心配な場合は、神経科・精神科・心療内科などの専門医に診てもらってくださいをお勧めします。

認知症も早期発見・早期対応をすれば、その症状は緩和されると言われています。

ウィルスとは

昨年末から今年にかけ、全国的にノロウィルスが原因とされる下痢・嘔吐といった症状の発症が、報道でも連日のように取り上げられました。個人個人での手洗い・うがい・マスクを励行したおかげで、インフルエンザによる発症が予想より少なかったとの話もあります。

宮崎では鳥インフルエンザの感染も話題になっていましたが、そもそもその原因となるウィルスっていったい何なのでしょう。

Virusはラテン語で「毒」を意味する言葉で、日本では当初「病毒」と呼ばれていましたが、1953年に日本ウィルス学会が設立され「ウィルス」と表記され呼ばれるようになりました。

ウィルスは細胞よりもずっと小さく(50~100nm程度)、電子顕微鏡でやっと見える大きさです。構造的には細胞生物ではなく、DNAやRNAといったたくさんのアミノ酸とそれを包むタンパク質だけでできています。

ウィルス単独では生きていけず、絶えず人間などの生物の細胞内で増殖し、その後また宿を替えて増殖します。人間からすれば、ウィルスに細胞を貸してやったのに病気を引き起こすという、ふとどきな奴なのです。

水ぼうそう・帯状疱疹・ウィルス性肝炎もウィルスにより起こる病気ですが、実はカゼも原因がウィルスである事は分かっており、原因であるウィルスは数種にも及ぶ事が知られています。しかしカゼには抗ウィルス剤は通常使いません。カゼ症状は一時的に我慢すれば1週間以内程度で改善されますし、抗ウィルス剤を使用する事により今よりも強い病原性を示す変異株ウィルスが登場してくる可能性が高いからです。

ウィルスの感染予防としては、ウィルスをつけない(手洗い・うがい・マスク)事が大切です。また病気と戦う力(免疫力)を高めておけるよう、規則正しい生活を心がけましょう。

