

# 幸せに年を重ねるために

市内の65歳以上の人口は、9月1日現在六万八千二百二十八人。市の人口の20・1パーセントにもなっています。誰もが高齢者を介護したり、自分が高齢者として介護されたりする可能性がある今日。介護と、高齢者の権利侵害は大きな問題になっています。

この記事では、市内の現状と利用できる介護サービス、また、高齢者の虐待を防ぐために地域でどのようなことができるかについてお知らせします。

問い合わせ：高齢者いきがい課・TEL224-5809

## ●これらは、虐待です

介護者は「よかれ」と思ってしたことでも、高齢者は「いじめ」や「ひどいこと」と感じているかもしれません。また、1人で介護を続けた結果、心身共に疲れ果て、追い詰められて虐待をしてしまうこともあります。下のチェック表に当てはまりそうな場合は、早めにご相談ください。

**からだ**

- たたく・ける
- 縛る
- やけどさせる



**こころ**



- どなる、ののしる
- 無視する
- 子供扱にする

**経済**

- お金を渡さない
- 通帳などを無断で管理する



**性**

- 裸にして放置する
- 合意なく性的な行為をする

**放棄**

- 食事や水分を与えない
- 汚れたおむつのまま放置する
- 介護や医療を受けさせない

### 川越市の実態

市では、地域包括支援センターを市内六か所に設置。地域で暮らす65歳以上の高齢者の皆さんを、介護・福祉・健康・医療などさまざまな面から支援しています。高齢者とその家族などが抱える介護に関する悩みや問題、虐待の防止や発見などの相談にも応じています。平成20年度に同センターに寄せられた相談は、延べ一万件以上。同19年度と比べて二倍近い件数です。

平成20年度、高齢者の虐待について通報を受けたのは四十三件。うち、虐待と認定したのは二十八件ありました。そのほとんどは「からだ」の虐待です。虐待を受けた高齢者は、要介護3までの比較的状况が軽い方に多く、また、認知症の程度も軽い方に多い傾向があります。

### 地域との連携

核家族化と少子化が進んだ現代。昔のように家族全員でおじいちゃん、おばあちゃん介護をすることが難しくなっています。そこで、重要になってくるのが地域の助け合いです。

### 認知症とは？

脳や身体の疾患を原因として、今まで持っていた記憶・判断力などに障害が起こり、普通の社会生活ができなくなった状態。もの忘れは老化によって起こりますが、認知症は病気です。単なるもの忘れではありません。

### 要介護度とは？

介護保険が適用されるサービス量を決めるため、心身の機能や状態を調査したうえで認定する基準。最も軽い要支援1から最も重い要介護5まで、7段階に区分されます。要介護度認定は、定期的に見直しと更新をしています。

### 地域包括支援センターとは？

高齢者が住みなれた地域と家で安心して生活できるよう、社会福祉士・主任介護支援専門員・看護師などが介護予防に関する情報提供や相談などに対応しています。また、介護支援計画を策定する専門家の支援などが受けられます。



## ため息が出たら 相談してください

地域包括支援センターかすみ  
主任介護支援専門員・猪鼻紗都子いのなさとこさん

高齢者の介護は、思っている以上に多くの負担が介護者にかかります。それを手助けするために、さまざまな制度やサービスがあります。制度を理解していなかったり責任感が強すぎたりして、1人で抱え込むことはよくありません。無理せず、上手に利用するようにしましょう。

虐待を受けた高齢者は、たとえ認知症であっても、いやなことをされたという感情の記憶は残ります。「高齢者だからしかたがない」と思うのではなく、高齢者の権利を、介護者や周囲の人が守っていかなくてはなりません。

介護者は、怒らず、穏やかに介護することが大切です。とは言っても介護者も人間です。ため息が出る時もあると思います。ため息は、自分に余裕が無くなったサインです。心に「ゆとり」という透き間を作るためにも、私たちに相談してください。一緒になって、より良い方法を考えていきましょう。

## ●利用しよう 介護サービス

介護をする人の負担や不安を少しでも軽くするために、下記のサービスがあります。上手に利用しましょう。

- ホームヘルプ** 自宅に訪問し、家事などの支援をします
- デイサービス** 施設の介護を、日帰りで利用できます
- ショートステイ** 施設に短期間宿泊し、介護を受けられます
- 地域包括支援センター** 専門の職員がサービスの相談などに応じます

## ●実践しよう 地域でできること

地域で助け合い、虐待を未然に防ぐようにしましょう。

- あいさつ** 日常生活での声かけは小さな変化を見つける第一歩です
- 見守り** 高齢者や介護者が孤立しないように地域で見守りましょう

介護を必要とする高齢者がいる家庭をやさしく見守り、地域から孤立することを防ぐようにしましょう。まずは、声をかけてみることから始めてみませんか？

**一人で抱え込まないで**

高齢者の虐待は「社会的なサービスが効果的に利用されなければ防げたかもしれない」。そう悔やまれるケースが多くあります。原因の一つとして、サービスの存在や利用方法を知らない場合があります。上記の介護サービスを利用して、無理せず介護を続けられるようにしましょう。

**高齢を「幸齢」に**

長寿は喜ばしいことです。そして、年をとっても家族や地域とかかわりを持ち続けることは、生きていくために必要な、生きがいや喜びを作り出すきっかけにもなります。

高齢化が急速に進んだ現代、介護は避けて通れない問題になりつつあります。介護を必要とするようになっても幸せに年を重ねていける「幸齢者」を増やしていくためには、地域や市民の皆さんの協力が不可欠です。

### 介護や認知症で困ったときは、下記にご相談ください

地域の身近な相談窓口として、お気軽にご利用ください。

- |                                      |                             |
|--------------------------------------|-----------------------------|
| 地域包括支援センター小仙波(小仙波)                   | TEL227 - 7878・FAX227 - 5188 |
| 地域包括支援センター連雀町(連雀町)                   | TEL229 - 5332・FAX227 - 4026 |
| 地域包括支援センターケアハイツ(古谷本郷)                | TEL230 - 2388・FAX236 - 0757 |
| 地域包括支援センターみずほ(今福)                    | TEL241 - 3676・FAX241 - 5449 |
| 地域包括支援センターかすみ <small>(安比奈新田)</small> | TEL234 - 8181・FAX234 - 8182 |
| 地域包括支援センターみなみかぜ(吉田)                  | TEL239 - 0003・FAX234 - 6132 |