



社協は地域福祉を推進する  
社会福祉法人(民間団体)です。

〒167-0051 杉並区荻窪 5-15-13  
あんさんぶる荻窪 5F  
☎5347-1010

http://www.sugisyakyo.com

# ふれあいネットワーク あなみ社協

## 今までも、そしてこれからも、住み慣れた地域で健やかに!

介護保険だけじゃない! 地域も社協もお手伝い

4月に介護保険法が改正され、「使えるサービスが減ってしまう・・・」と不安に思った方が大勢いるようです。確かに困ることも多いけれど、介護保険とは別のところで、高齢者を支え、応援している取り組みが地域のなかにはたくさんあります。

杉並社協では、デイサービスやケアプランの作成など介護保険事業のほか、高齢者の暮らしをお手伝いする様々な事業や地域福祉活動を応援する事業を行っています。そして、地域に暮らす人と人とのつながりから「住みよい福祉のまちづくり」を進めていきます。

### 要介護1から要支援2になったAさん(78歳)独居の場合

#### 変更前(すべて介護保険)

- ヘルパーのサービス
  - 週3回家事援助の介護給付
- 福祉機器貸与
  - ベッド、4点杖
- 訪問リハビリ
  - 週1回

#### 変更後(太字は介護保険)

- 週2回一緒に行く調理等  
**予防給付**
- ベッドはモーターのない市販のものに変更。  
**4点杖は継続**
- 予防訪問リハビリ**として継続



「今までは家事を全部やっていただいていたので便利でしたが、一緒にやるようになって自分でもできることが増え、自信がついてきたように思います。少しの買い物は自分で行けるようになったので、そのついでにケアマネさんに聞いた「きずなサロン」によってみようと思ってます。でも回数はやっぱり減ってしまったので残念です。ベッドは保険で借り続けられれば良かったですが、背もたれを動かすのは特につかってなかったのが今も不自由はありません。リハビリは特に前と変わりません。」

高齢者を応援する活動や、相談窓口の紹介は次のページ!



## 社協の行う高齢者の暮らしを支える事業

### ささえあいサービス

区内に住んでいる日常生活を行うのが困難な方に、家事や介護の援助を行います。援助をするのは協力会員として登録をした地域の方です。随時、協力会員を募集しています。

ささえあい係  
☎5347-3131

### 車椅子の無料貸出

通院、リハビリ、買い物、散歩など、短期間(1ヶ月を目途)の利用を希望する方に、無料で貸し出します。

地域福祉推進係  
☎5347-1017



### きずなサロン

誰でも気軽に立ち寄れる、お茶やおしゃべりを楽しめる場をつくっています。

地域福祉推進係  
☎5347-1017

### ケア24の運営

区内20ヶ所のうち、南荻窪、永福、梅里の3つのケア24を区から委託を受け運営しています。高齢者の方のことは何でも相談できます。

## 平成18年4月からの「要支援1、要支援2」の考え方

平成18年4月、介護保険法が改正になり新しく「要支援1、要支援2」という新しい区分。要介護認定区分ができました。今までは「できないことをやってもらうサービス」だったのが4月からは「一緒にやることで状態の改善や能力を維持するサービス」に変わってきました。

それは平成12年に介護保険が始まって以来、要介護度が軽度(1)に認定された方が時間の経過と共に状態が改善されず、徐々に要介護度が重くなっていくという経過があったからです。

サービスが過剰になれば「本来自分でできること」や「もう少し状態が改善すればできること」を介護保険サービスが代替に行ってしまう、自主性や発展性が損なわれてしまう場合がないとも限りません。

介護保険の基本的な考え方として「介護を要する状態となっても、できる限り、自宅で自立した生活を営めるようにサービスを提供すること」ということがあります。

今回の「要支援1・2」という新しい要介護認定区分にはこのような理念が含まれているのです。

よく「要支援1・2」になると「サービスが減らされる」「使えないサービスがある」と言われますが起き上がりが可能な方は背もたれの持ち上がるベッドが使えなかったり、歩行ができる方は車椅子が使えなかったりと言うもので「あれば便利」ではなく「必要があるから使う」という形に整理されてきたと理解できると思います。

しかし介護保険という制度だけでは「住み慣れた地域で健やかに」暮らし続けることは難しいかもしれません。保険とは「偶然に発生する事故によって生じる経済的不安に備えて、多数の者が掛け金を出し合い、それを資金として事故に遭遇した者に一定金額を給付する制度」(大辞泉)とあります。

つまり介護保険では「加齢による介護が必要な状態を1割の負担でサービスが使える」ことであり介護保険外に発生する様々な生活課題にはやはり制度では対応しきれないものもあると思います。そこで、大切になってくるのは、「住み慣れた地域で健やかに」暮らし続ける地域なのです。

# 高齢者の元気

## を応援する活動

楽しければ自然と心と体がほぐれる  
**地域ささえ愛グループ「銀の会」**

「銀の会」は平成2年2月、認知症高齢者とその家族とボランティアの方々からなるミニデイホームグループとして発足しました。地域の住民が自主的に行ったデイサービス事業です。

週に1回、30名ほどの参加者が、午前10時から1時間近く指導者の方のコーモア溢れるかけ声、いすに腰かけたまま手足の体操を行います。皆さん無理をせず、はつらつと楽しそうに手足を動かしています。その後、全員でしりとりをして頭の体操。そしてお茶とお菓子をいただきながら一休み。和気あいあいと話もはずみます。11時半から12時までには銀の会オリジナルソングなど8曲をギターに合わせ大合唱。午前中の2時間があっという間に過ぎてしまいます。

会の代表、財津さんは「笑顔で明るく、楽しくをモットーにしています」と、16年続いた活動の秘訣を語ってくださいました。また、介護予防のためには肩肘はらず楽しく参加できることが、心と体をほぐしてくれるのですと抱負を語って下さいました。



ゆうゆう方南館にてこの日の目玉!「スイカ割り」

心をげんきに、地域の輪を拡げる  
**「グループ ハート to Heart」**

グループ「ハート to Heart」主催の「パソコンサロン」は、今年で3年半が経過します。活動内容は、本格的なパソコン講習会ではなく、参加者同士がわからないところを気軽に教えあうお茶飲みサロンといった感じです。参加者のほとんどが何らかのパソコン講習会を受講後、参加していますが、これには講師の一人である林さんが「パソコンに関する質問は一つに対して五つの答えがある」とお話ししているとおり、個人がパソコンで何をやりたいかによって疑問点がたくさん湧いてくるからだと思います。

また、休憩時間にはコーヒーやお茶を飲みながらの参加者同士のお話に花が咲きます。気軽に楽しい雰囲気に参加者同士の輪をつないでいるようです。菊地さんは、「パソコンは指先も使うし頭も使うので、老化予防の効果には最適じゃないでしょうか。何より皆さんで楽しく取り組み、お知り合いになれる。地域の中で顔がながつていくことがとても大事だと思っています」とお話しされました。



ゆうゆう阿佐谷北館にて質問の絶えないあつという間の3時間

今回紹介した活動は、ごく一部です。「地域ささえ愛グループ」・・・高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らしていけるよう、家に閉じこもりがちの高齢者などの生きがいと社会参加の促進を図るため、区民自らが運営し、自主的に機能の維持向上活動を行っています。区内で72ヶ所（平成18年2月1日現在）活動しています。お問合せは区役所介護予防課（☎33312211）かケア24。

また、他のゆうゆう館（旧・敬老会館）でも地域団体やNPO法人等が取り組んでいる多様なプログラムが開催されています。お問合せは区役所高齢者施策課 いきがい活動支援係（☎33312211）。

杉並社協では、「銀の会」に地域福祉活動費（平成16年度）を助成し、レクリエーションにあたって支援を行いました。社協が行う地域福祉活動費の助成情報は本紙面とホームページなどを通じてお知らせします。

杉並社協では「グループ ハート to Heart」が開催している「阿佐谷さきすなサロン」の運営立ち上げのお手伝いを行い、情報誌発行の支援をしています。「阿佐谷さきすなサロン」の詳細は地域福祉推進係（53471017）へお問合せください。

高齢者を取り巻く、「困った！」に役立てるところ



ケア24は地域の高齢者の方々が「自分の住み慣れた地域で、いつまでも自分らしく、健やかにいきいきとした生活を送る」ためにいるいるな面からお手伝いをするところです。

平成18年4月、介護保険が改正になり今までよりも「介護が必要となる前に状態を改善したり、予防する」のを目的に設置されました。

社会福祉士、保健師、主任ケアマネジャーといった専門職員が介護に関する相談や悩み、健康や福祉、医療や生活に関することなどの様々な相談に対応します。

『困ったことがあれば、ケア24に行けば何とかなる!』と言われるセンターを目指して日々様々な相談や介護予防計画の作成を行っています。

**相談窓口受付時間**

月～金	午前9時～午後7時
土	午前9時～午後1時

（お電話での相談は24時間受け付けます）

### ケア24の主な仕事

～例えば ケア24にくる相談の主な内容～

- ① 要介護認定申請をしたら「要支援1、もしくは要支援2」になった  
 → ケア24で予防介護計画を作成しましょう。要介護状態にならないようにヘルパーやデイサービス、リハビリなど介護保険のメニューを紹介し、合ったものを導入します。
- ② 要支援認定をするほどではないが誰かの支えが欲しい  
 → ケア24では「地域のたすけあいネットワーク」で災害時や日常の見守りなども行っています。
- ③ 近所に虐待を受けているかもしれない高齢者がいる  
 → 虐待を防いだり、その方の権利を守るための相談や対応をケア24が行います。
- ④ 今は大丈夫だが一人暮らしでこの先不安だ  
 → まずはケア24に相談しましょう、その方の状態に合わせた適切なアドバイスをします。
- ⑤ 最近足が衰えてきて転びそうな不安がある  
 → 「転倒予防教室」をはじめ様々なサービスをご紹介します。

**杉並社協ケアセンターより**

介護保険が始まり5年が経ち、この4月、大きく介護保険の見直しが行われました。「今まで利用できていたサービスが急に使えなくなつた」というようなお話も耳にされることと思います。「同居の家族がいると掃除もしてもらえないのですか。買い物、調理などもだめだといわれました。せつかく若い者ばかりに話にならなくても生活できると思つたのに・・・」。「借りていたベッドや車椅子も介護度が軽いので9月いっぱい返さなければいけないといわれました。どうやって病院まで行けばいいのでしょうか・・・」

ともかく担当のケアマネジャーさんとよく話し合つてみて下さい。お一人、お一人によって取り巻く状況が異なりますので、担当ケアマネジャーとよく話し合つて下さり、何らかの解決策が見つかると思います。

杉並社協ケアセンター ケアマネジャー 橋本 寿美

## 貸付事業のご案内

杉並区社会福祉協議会では、以下の内容で貸付事業を行なっています。

《生活福祉資金》	
対象	低所得世帯 ・ 障害者のいる世帯 ・ 介護の必要な高齢者のいる世帯
条件	所得制限があります。連帯保証人が必要です 民生委員による面接や相談を受けていただきます 審査が必要で、貸付まで3週間ほどかかります(詳細はお問合せください)
内容	更生資金：自営業を営むための経費、自営業に必要な技術を習得する経費、 就職に必要な技術を習得するための経費、習得期間中の生活費 福祉資金：結婚、出産、葬祭、転宅、住宅設備、機能回復訓練用具、 就職の支度、公的年金・健康保険料の未納分、 義務教育にかかる経費、福祉用具の購入費、 障害者の自動車購入費 住宅資金：住宅改修費 修学資金：学校の入学金、授業料 療養・介護等資金：病気治療のための費用、介護サービスを受けるための 費用、障害者福祉サービスを受けるための費用、 その間の生活費 災害援護資金：災害による困窮から自立するための費用
《離職者支援資金》	
対象	失業者が生計を維持していた世帯
条件	失業によって生計の維持が困難になった世帯であること 就労することが可能で、求職活動を行なっていること 離職の日から2年を超えていないこと 雇用保険の給付を受給中、または待機中でないこと 65歳未満であること 連帯保証人が必要
内容	貸付限度額：月額20万円以内(単身世帯は10万円以内)で個別に設定 貸付期間：1年以内で個別に設定 貸付金利率：年3%
《長期生活支援資金》	
対象	長期にわたり住み慣れた自宅での生活を希望する高齢者世帯
条件	自己所有(単独所有または配偶者との共有名義)の土地と建物であること 将来にわたって住み続けることを希望すること 65歳以上の高齢者であること 区市町村民税非課税程度の低所得世帯であること 本人・配偶者・双方の親以外の同居人がいないこと
内容	貸付限度額：担保となる土地評価額の70% 貸付期間：貸付元金金が貸付限度額に達するまでの期間 貸付金利率：年3%以下(長期プライムレートを基準とします) 返済方法：契約終了時(解約・死亡等)に貸付元金金を一括で返済 貸付月額：30万円以内で個別に設定 連帯保証人：推定相続人の中から1名必要

詳しい内容については、お気軽に下記へお問合せください。  
各種パンフレットもご用意しています。  
あんしんサポート係 電話 5347-1020



## 地域の福祉、みんなで参加

### 共同募金にご協力ください

実施期間：平成18年10月1日～12月31日



赤い羽根共同募金は、民間福祉事業やその他の社会福祉を目的とする事業を支援するための募金です。民間の社会福祉事業に必要なお金を集めるだけでなく、人々に「たすけあいの心」をはぐくむ事業として理解されています。「共同募金」は、皆様に参加できる福祉活動のひとつです。  
ご協力をお願いいたします。

共同募金は、地域をつくる活動を応援していきます。

例えば...



地域で、子育てのお手伝いをしたり、悩んでいるお母さん、お父さんの相談にのる活動



地域で一人暮らしや寝たきりのお年寄りへ、栄養の整った食事を届ける活動



障害のある人が、まちで幸せに暮らせるお手伝いをする活動



地域に住むみんなが「安心・安全」に暮らすための活動

地域のいろいろな活動のために役立てられます。

共同募金運動のご協力について

地域(町会・自治会) 街頭、会社などで募金できます。  
社会福祉協議会の窓口でもお受けできます。

お問合せ

東京都共同募金会杉並地区協力会  
〒167-0051 杉並区荻窪 5-15-13 あんさんぶる荻窪 5階  
杉並区社会福祉協議会内 電話 5347-1017

ご存知ですか?

## 『地域のたすけあいネットワーク』の巻



地震のとき、移動に車椅子を使っている夫と2人じゃ避難できないわ・・・



一人暮らしをしているけれど、病気がちで心細くて・・・

そんなときには!

災害時の避難をお手伝いします!

地域の手(災害時の支援)

【対象者】

災害時に本人又は家族のみで避難することが困難な在宅の区民の方

(例) 高齢者、障害により避難困難な方等

\* 詳細は、区の受付窓口まで

協力員が生活の見守りを致します。

地域の目(日常のみまもり)

【対象者】

おおむね65歳以上の一人暮らしの高齢者、又は高齢者のみの世帯の区民の方。

登録をした方へ定期的な声かけや、日常の様子を見守ります。

地域の見守りや助け合いは、地域福祉の原点です。災害が起こった時や日常の見守りが必要な時は、近隣の方々に助け合うことが必要です。

ご相談、お申込みは、ケア24、区役所、障害者福祉会館、福祉事務所  
\* 申込書は、受付窓口にあります。

うえるくんは地域福祉活動の種。彼の名前には、その種を「植える」、福祉を意味する「ウエルフェア」、皆さんと一緒にという気持ちをあらわす「ウェルカム」の3つの想いがこもっています。

**うえるくん ⑫**

楽しかった夏休みは



花火を見たりお祭りに行きました



秋になればお月見...

そして赤い羽根共同募金の季節です  
ご協力をお願いいたします



うえるくんも協力

ありがとうございました

●●●●● 寄付者名簿 敬称略 ●●●●●

平成18年6月1日～平成18年8月31日

〈団体〉

タウンセブン会	30,000円
チャリティリサイクルショップ オレンジ	60,000円
株式会社ドンキホーテ 環七南町店	14,258円
高井戸地域区民センター 運営協議会0B会	5,000円
(株)F F S 味噌一 荻窪店	30,000円
(株)F F S 味噌一 高円寺店	30,000円
A S A 西浜田山	12,000円
地域の皆様 ミサワホームインク東京株式会社 井坂店	40,000円
地域の皆様 ミサワホームインク東京株式会社 永福店	33,390円
杉並区スポーツレク太極拳協会	20,000円
全建総連杉並建設労働組合	20,000円
ボランティアグループ「手と足の会」	29,110円

〈個人〉

大木 良雄	10,000円
疋田 恵子	2,200円
匿名(6件)	54,000円

(お名前は承諾を得て掲載しています。)

「なぜ、「交通遺児」なのですか」  
1970年代は「交通戦争」といわれたほど交通事故が増え、死亡者も1万人を超えていました。被害加害を問わず突然の家族の死に遭遇した家族のシヨックは非常に大きいものです。

社会福祉協議会が行っている事業で、交通事故で父母等を亡くした児童に援助金を差し上げるものがあります。この援助金には、「杉並明るい社会づくりの会」から交通遺児のためにいただくご寄付があてられています。  
今回は、杉並明るい社会づくりの会事務局長 多田和男さんにお話を伺いました。



街頭募金の様子

交通事故を少しでも減らしたい、そして家族を失った方々の持つ様々な負担を少しでも軽くできたいという思いから、交通安全に関する取組みを1978年の設立以来続けています。  
「いただいたご寄付はどのような活動によるものですか。」  
「明るい社会づくりの会には区内20地区があり、その地区ごとに「交通遺児救済基金」を行っています。平成元年からやっているのです。つまりおなじみになっているように、多くの方のご協力をいただいています。」

「活動が長続きしている源は？」  
『善意を持っていただければ、誠意は通じると信じています。』  
社会の変化に応じ、その活動を広げてこられた明るい社会づくりの会。更なるご活躍をお祈りします。  
(平成18年7月取材)

「交通安全以外の活動をおしえてください。」  
「アフリカへ毛布を送る運動」や環境美化活動、日赤の献血にも積極的に参加しています。また、近隣の明るい社会づくりの会と共同で「愛と希望のチャリティーコンサート」を行い、2002年にバーミヤンに小学校の建設資金を贈呈し、翌年には開校されました。

杉並社協入会のお願い

杉並区社会福祉協議会は、住民会員制度に支えられた民間の福祉団体で、地域の福祉課題の解決に取り組んでいます。杉並をよりよいまちにしていけるため、皆様のご協力をお願いいたします。

- 会費** 個人会員 年額1,000円～  
その他：施設・団体・地域・企業会員があります。
- 入会方法** 杉並区社会福祉協議会へご連絡ください。  
民生委員さんを通じてもご入会いただけます。
- 連絡先** 杉並区社会福祉協議会  
TEL：5347-1010



交通事故で父母等を失った児童に 交通遺児援護事業

援護金を支給しています。

【援護金月額】 ▶就学前の児童=4,000円	▶小学生=6,000円
▶中学生=8,000円	▶高校生(準ずる方を含む)=10,000円
心身障害のある方(18歳未満)=10,000円	
【祝金】	高等学校(準ずる学校を含む)に進学した方=30,000円

●申込み・問合せ  
杉並区社会福祉協議会 総務係 ☎5347-1010

編集後記 例年になく話題となった夏の全国高校野球大会。彼らの3年間は相当に濃い汗と涙と情熱が注がれていたことでしょう。紹介した「銀の会」は16年、「杉並明るい社会づくりの会」は、28年、ずっと変わらない想いで活動を続けてこられました。そこにはいつも、明るい笑顔と優しさ、高校球児にも匹敵する情熱があったのだと思います。(大)

私たちは杉並の地域福祉活動を応援しています。

**Benesse** ベネッセの介護付有料老人ホーム

杉並区内のベネッセのホーム 住み慣れた街で安心の介護を

<b>アリア久我山</b> 東京都杉並区宮前4-30-3 京王井の頭線「久我山駅」より徒歩12分	<b>アリア高井戸</b> 東京都杉並区高井戸東3-29-38 京王井の頭線「高井戸駅」より徒歩8分	<b>アリア上井草</b> 東京都杉並区上井草2-11-13 西武新宿線「井荻駅」より徒歩10分
<b>くらら上井草</b> 東京都杉並区上井草4-15-26 西武新宿線「上井草駅」より徒歩10分	<b>グラニー 阿佐ヶ谷・杉並</b> 東京都杉並区成田東5-12-19 東京メトロ丸の内線「南阿佐ヶ谷駅」より徒歩5分	

お一人おひとり、お客様の細かなご希望におこたえます。何でもお気軽にご相談下さい。

受付時間 9:00～18:00 (土・日・祝含む毎日) <http://www.benesse-style-care.co.jp>

フリーコール **0120-17-1165** Yahoo!JAPANで「ベネッセの老人ホーム」と入力(検索)してください。  
〒109214 (株)ベネッセスタイルケア 東京都渋谷区渋谷2-22-3渋谷東口ビル

**浴風会ケアスクール**

各種講座 受講生大募集!!

長谷川 和夫氏による講演あり!  
◆認知症介護家族支援セミナー(各回1,000円)  
10/19(木)、11/16(木)、12/21(木)

まずここから、参加してみませんか?  
◆特別養護老人ホームでのボランティア入門  
10/20開講～11/9閉講(全4日間1,500円)

確かなスキルと、大切な心構えをお教えします。  
◆ホームヘルパー2級養成講座(通学)  
12/5開講～3/20閉講(80,000円 テキスト代込)

詳しい資料のご請求・お問い合わせ先は…  
**浴風会ケアスクール事務局**  
住所:東京都杉並区高井戸西1-12-1  
TEL:03-3334-2149  
E-mail:kenshuu@yokufuukai.or.jp