



介護が必要でも自宅で暮らし続けたい!! あなたらしい暮らしを一緒に考えましょう。



のぶこ ひろや
信子さんと孫の博哉さん

『また孫に美味しい物を作ってあげたいな。』これは、まだ入院中だった信子さんに初めてお会いした際にお聞きした言葉です。

加齢や病気により、これまでできていたことが苦手になったり、ひとりではできなくなってしまうことがあります。しかし、そういった生活上の「苦手」や「できなくなってしまったこと」を抱えていても、家族や周囲の支援、介護サービスの利用により、住み慣れた自宅で楽しみや生きがいを持ちながら生活を続けていくことは可能です。

本人や家族の状況に応じて、適切なサービスを受けられるよう生活の支援をする福祉の専門職がケアマネジャーです。

今回の特集では、ケアマネジャーが関わっているケースを通じて、介護サービスを利用しながら自分らしく在宅生活を続けている人を紹介します。

'24 2/1 第179号

特集 介護サービスを利用しながら
自分らしく暮らしている人を紹介します！

編集と発行／

社会福祉法人 安城市社会福祉協議会

安城市社協
ウェブサイト



安城市社協介護予防
チャンネル (YouTube)



あんじょう 社協だより
'24 2/1

介護サービスを利用しながら 自分らしく暮らしている人を紹介します！

おか た え こ

岡田泰恵子さん(要介護1)のケース

泰恵子さんは、長男夫婦と暮らしています。友達との電話や、福祉センターへマッサージに行くなど活動的な生活を送る一方で、以前と比べて少しずつもの忘れが気になるようになりました。心配した家族の相談により、介護サービスの利用を開始しました。



泰恵子さん

<泰恵子さんの想い>

人との関わりを大切にしたい

幼馴染との電話や外出、地域のサロンへ出かけるなど気心の知れた仲間と過ごす時間や関わりを大切にしています。

お墓参りや福祉センターへ外出したい

シニアカーを運転して毎日のように外出しています。また、自分でできることは、自分でするように心掛けています。

<けれども、苦手になってきたことも…>

予定を覚えておく

何度も予定を確認したはずなのに、人と会う約束などをうっかり忘れて出かけてしまうことがあります。

片付け・掃除

部屋の片付けが苦手だと感じるようになったり、買い物に行く度に同じものを買ってしまうことが増えました。

<ケアマネジャーの関わり>

苦手だと思っていた片付け・掃除をサポートしてもらえるようにヘルパーの利用を提案しました。定期的に掃除と片付けを行うとともに、冷蔵庫の中身をヘルパーと一緒に確認することで、買い物のミスが減らすことができました。玄関かまちを安全に昇り降りできるように、手すりを設置しました。



<家族(長男)の想い>

自信がないのか、まだ自分でできることでも「やってほしい」と頼まれる場面が増えてきたので、心配していました。人の手を借りながらも良いので、これからも自分でできることは自分でやってほしい。その方が、本人も変わらず元気でいられるんじゃないかと思っています。

<ケアマネジャーの思い>

家族に支えられながら、活動的な生活を送っている泰恵子さん。苦手になったと感じていることでも、支援や助言を受けながら行うことで、在宅生活を自分で行うことができます。

支援を考える際、「できなくなった」ことに目を向けがちですが、友達や地域との関わり、定期的な外出といった泰恵子さんの想いを尊重した生活を支援しています。

3月の相談窓口

名称(場所)	ボランティア相談(社会福祉会館)	弁護士・司法書士による後見制度市民相談(社会福祉会館)
日時	毎週(火)~(土) 午前9時~正午、午後1時~5時 ※20日除く	3月9日(土)・27日(水) 午後1時30分~3時
対象	ボランティア活動してみたい人・依頼したい人、団体	市内在住で後見制度の利用を検討している人
予約	不要(電話での相談も可)	期間⇒相談日の前々日まで(要予約・先着2名) 受付⇒午前8時30分~午後5時15分
問い合わせ	安城市ボランティアセンター ☎77-2945	生活相談係 ☎77-0284

岩井信子さん(要介護2)のケース

信子さんは、令和5年2月に乳がんが判明し、その際リンパ節への転移もわかりました。治療とリハビリのために入院していましたが、6月の退院に合わせて介護サービスの利用を開始しました。

元々は孫と2人で生活していましたが、退院後は車いすでも生活しやすい次女のマンションへ転居しました。現在は訪問サービスや通所サービス、福祉用具などを利用しています。



次女(左)と信子さん(右)

<ケアマネジャーの関わり>

生活が落ち着いた頃を見計らい、訪問リハビリの利用を提案しました。『この間、久しぶりにゆで卵の殻を剥いたよ。リハビリのおかげで以前よりずいぶん腕が動くようになってきてるよ』と教えていただきました。

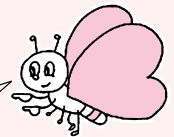
また、ショートステイの利用など介護をする家族の休息に関する提案も行いました。家族が自分の時間を持ち、心身共にリフレッシュできることは、介護を続けていく上でとても大切なことです。

<信子さんの想い>

病気については自分なりに納得して、「無理をしてまで治療はしない」と決めました。でも、それを聞いた孫が泣いてしまって。孫には、私の決断を受け入れるのは難しかったかもしれません。

退院を機に次女の所で暮らしていますが、もう少し腕が動くようになったらいいなと思っています。

お孫さんにご飯を作ってあげたくてリハビリを頑張っているんだって!!



<家族(次女)の想い>

在宅生活について 放射線治療中の辛そうな様子も見ていたので、何が正解なのか、正直迷いました。母には前向きに、そして笑顔で過ごしてほしいと思っています。

働きながらの介護について 受診時の同席や母の体調不良などで急に仕事を休むこともあります。上司や同僚に支えられています。職場の理解と働きやすい制度のおかげで仕事と両立ができています。

<ケアマネジャーの思い>

信子さんの想いからわかるように、本人が一番叶えたいことが必ずしも病気の治療や健康に限るわけではありません。嬉しそうに孫の話をする信子さんを見てると、大切にしたいことは、一人ひとり違うと気づかされます。病状管理や痛みのコントロールが必要な人の生活を支えるには、医療面での支援が大きな割合を占めるため、医療職とも連携をとりながら本人が望む暮らしができるよう支援しています。

<その人らしい暮らしを支えるために>

介護サービスを利用しながら自宅で生活している人を紹介しましたが、介護保険などの公的なサービスだけで高齢者の生活すべてを支えることは困難です。今回紹介したおふたりのように、家族や友人、地域、福祉サービス、医療などさまざまな人の力を借り、支え合っていくことでその人らしい生活を続けることができます。

ひとりまたは家族だけで悩まずにご相談ください。一緒にあなたらしい暮らしを考えていきましょう。困った時の相談窓口一覧は、右の二次元コードをご覧ください。



3月の相談窓口

名称(場所)	心配ごと相談(総合福祉センター)	障害者更生相談(総合福祉センター)
日時	毎週(火)~(土)午後1時30分~4時 ※20日除く	3月14日(木)午後1時~4時(毎月第2木曜日)
対象	市内在住の人	市内在住の身体障がいのある人・知的障がいのある人および介護者
予約	不要(電話での相談も可)	期間⇒相談日の前々日まで(要予約・先着6名) 受付⇒午前8時30分~午後5時15分
問い合わせ	地域福祉係(総合福祉センター内) ☎77-7889	総合福祉センター ☎77-7888



日 期 間 ・ 日 時 場 場 所 内 内 容 講 講 師 ・ 指 指 導 対 対 象 ・ 資 資 格 定 定 員 ・ 募 募 集 人 数 費 費 用 ・ 受 受 講 料 等
 持 持 ち 物 申 申 込 込 方 法 等 問 問 問 問 合 合 せ 他 他 其 其 他 ※ 「対」どなたでも 「定」特になし 「¥」無料 の場合は記載を省略

手話奉仕員養成講座
 [入門・基礎] [ステップアップ]



【入門・基礎】

聴覚障がいのある人の生活や抱えている課題などを学ぶとともに、手話で日常会話ができることを目指します。

日 5月8日～令和7年2月26日の毎週水曜日（8月14日、12月25日、1月1日を除く）

全40回 午前10時から正午まで

対 市内在住または在勤の人

定 20名（初心者優先で先着順）

¥ 3,300円（テキスト代）

【ステップアップ】

手話技術の向上を目指す人、また県のレベルアップ講座を志す人の養成を目的に実施します。

日 5月8日～9月25日の毎週水曜日（8月14日を除く）

全20回 午後1時から3時まで

対 奉仕員養成講座（手話講座入門・基礎）修了者で市内在住または在勤の人

定 15名（定員を超えた場合抽選）

※結果は3月までに郵送にて通知します。

【共通】

申 2月3日（土）～2月29日（木）午前9時から午後4時まで、社会福祉会館窓口にて受付（休館日は除く）

場 社会福祉会館

他 託児を希望の方はご相談ください。

問 障がい支援係 ☎77-3121

ご寄付いただきました

みなさまの心温まる善意にお礼申し上げます。

（11月分受付順／敬称略）

■善意銀行

西三商業協同組合▷JAあいち中央安祥支店▷中村富士子▷榎セブン・イレブン・ジャパン▷山本和裕▷匿名

■台風第6号災害義援金

防災ボランティアのぞみ

■2023年モロッコ地震救援金

(株)デンソー安城製作所 部次課長会

YouTubeチャンネル公開中



安城市社協では、体操や栄養講話、レシピ紹介などのたくさんの動画をYouTubeに公開しています。

今年度は、3本の動画を公開し、過去に公開した動画も視聴できます。上の二次元コードから読み込むか、YouTubeで「安城市社協 介護予防」と検索してご視聴ください。



安城市社協 介護予防 🔍 検索

種 類	内 容
料 理	焼き鳥缶パスタを作ろう!
脳トレ	脳トレ初級② ～むすんでひらいて～
体 操	タオル体操 ～川の流れるように～

問 介護予防係 ☎77-7896

令和5年度テーマ型募金 受付中～就学援助世帯やひとり親世帯の子どもたちを継続的に応援したい～【目標額 20万円】



テーマ型募金とは、緊急的に解決すべき特定の地域課題や、そのための活動を募金テーマとして掲げ、1月から3月までの期間で取り組む募金活動です。集まった募金は、掲げたテーマ活動に活用します。

安城市社協では赤い羽根共同募金の配分金を活用し、就学援助世帯の子どもたちに修学旅行費用の一部給付や、ひとり親世帯の子どもたちに入学時および卒業時にお祝い金を贈呈するなど、支援を行っています。

今後も継続的かつ安定的に支援ができるよう、テーマ型募金として募金を受け付けています。

募金は、社会福祉会館および市内福祉センター窓口、募金箱のほか、中央共同募金会のウェブサイトからも募金ができます。

募金目標額は20万円です。みなさまからの温かいご支援をよろしくお願いいたします。

問 安城市共同募金委員会（企画財務係内） ☎77-2941

あい 愛ちゃん と きぼう 希望くん

未来ある子どもたちを応援したい!!

©中央共同募金会