

特集

しんあい

包括ケア連絡会

# 信愛之友

社会福祉法人 信愛報恩会 2018年 夏号 SUMMER No.642

## 地域包括ケアを進めるにあたって

信愛報恩会 理事長 桑名 齊



国は、これからの少子高齢化、人口減少時代を見据えて、ICT（アイシーティ…情報通信技術）、IoT（アイオーティ…もののインターネット）やAI（エーアイ…人口知能）を成長戦略として発展させていく方針です。しかし、すでに欧米や中国、韓国、台湾のほうが先に進んでいるようです。先月、国の事業に携わっている研究者から驚くべき未来の姿を聞かされました。未来の患者さんは腕時計型の健康測定器をつけて、その日の症状や体調、そこから自動的に得られる経時的な体温、血圧、脈拍、心電図、血糖などの検査結果をもって医療機関にかかるとAIが推定できる病名を上げて、さらに必要な検査を指示します。その結果は、患者さんの腕時計と病院のカルテへ同時に送信されます。これらの結果を読み取って再度AIによる診断が確定すると、必要な薬や注射の種類が画面に表示されます。将来はAIの診断のほうが、医師の診断よりも的確になるそうです。そうならば、医師の半分は要らなくなるという、いやはや何とも・・・

しかし、医療や介護は労働集約型サービス業ですから、必要な医療・介護サービスや、生活上の不安に関しては、それぞれの専門職が対面で相談のつてアドバイスをするなど、さまざまな場面で人は必要とされます。つまり、情報収集や管理、情報分析などはAIが碁や将棋の名人に勝ったように、これからも進化していくでしょうが、人には千差万別の個性があり、希望する医療・介護や人生の過ごし方が違いますから、たとえばウィキペディア（誰でも自由に閲覧、執筆、編集ができるインターネット上のフリー百科事典）の知識で満足できるのか、専門家の意見を聞いて、話し合ってから納得するかの違いは重要なポイントです。やはり、そこには心の中をわかってほしいとか、機微な感情が伝わってこそ安心や信頼感を期待しているのではないのでしょうか。すなわち、顧客満足ですね。一方、サービス提供者側の職員は、機械的に仕事をするのではなく、お互いを認め合い、尊重し、信頼してこそ、良いサービスに反映されます（職員満足）。その結果、信愛さんへいけば親身に相談に乗ってくれるから任せられるということになります（社会満足）。昔からの言いかたをするなら、「天の時は地の利に如かず、地の利は人の和に如かず」であります。

結局、地域包括ケアとは、自分が住んでいる地域や働いているところで、多くの人に感謝をしながら、安心して充実した一生を送ることができるような地域を創り上げていくことが到達目標であり、サービスを受けて暮らす人たちと、それを提供する人たちは、その目標に向かって協働する隣人なのです。そして、信愛報恩会は、親・兄弟や自分自身を任せたいと思う病院や施設でなければなりません。

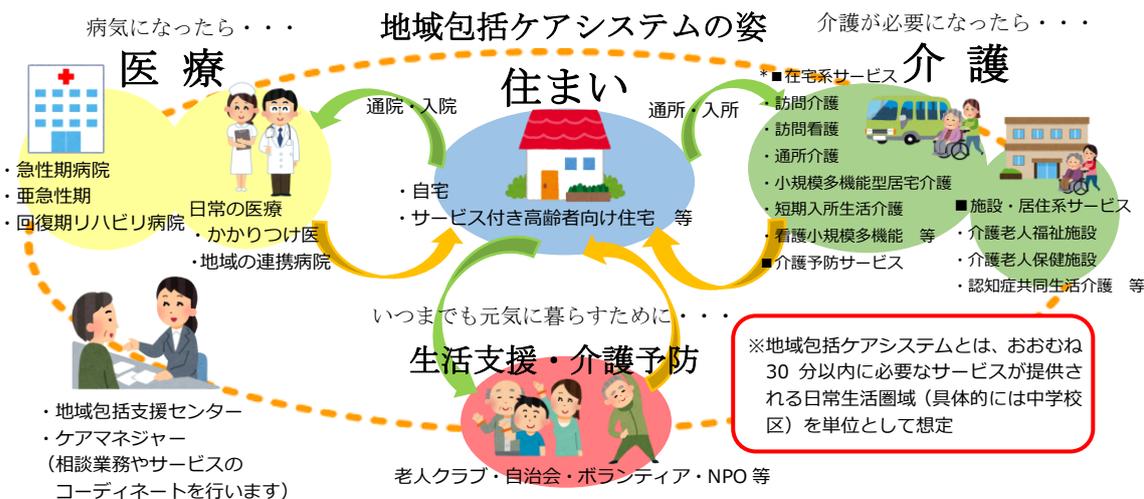


### 地域包括ケアシステムとは

団塊の世代が七五歳以上となる2025年には、医療と介護の需要はさらに増大することが予測されます。国は、2025年を目標に、重度な要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される仕組み「地域包括ケアシステム」を計画し、構築を推進してきました（下記図）。

### しんあい包括ケア連絡会

今回は、清瀬拠点（東京）での取り組みをご紹介します。清瀬拠点には、梅園地区と下清戸地区の



二箇所に様々な事業所があります。疾病を抱えても、自宅等の住み慣れた生活の場で療養し、自分らしい生活を続けられるために、医療・介護の関係機関が連携して、包括的かつ継続的な在宅医療・介護の提供を行えるよう「しんあい

包括ケア連絡会」を毎月開催しています。メンバーは、左ページの全事業所です。

「信愛を利用して良かった」と評価してもらえらるために

地域包括ケアにおいては、連携が重要ですが、日々の医療・介護業務をやりながら、他の事業所との連携を行うのは容易ではありません。それは同一法人の中でも同様です。「しんあい包括ケア連絡会」では、法人の中で顔が見える関係となり、最近の動向や困っていることなどを率直に話しあいます。時には一つの事業所の問題を皆で話し合うこともあります。

利用者さまのニーズや状態に合わせて、いくつもの事業所が包括的、そしてシームレス（つなぎめなく）に連携することが、利用者さまのその人らしさのサポートをすることにつながります。信愛を利用して良かったと評価していただければ、ますます連携を強めていきたいと考えています。

連絡会の様子



### 「情報連携の重要性」

信愛報恩会では、今後、ICT（情報通信技術）を使って法人内の情報連携を推進していきます。情報連携を行うことにより、情報の伝達や共有がスムーズとなり、より迅速な対応が可能となります。

### 困った時は、気軽に相談ください

当法人では、様々なサービスを提供できますので、まずはお気軽にご相談ください。

# 住みなれた環境・地域で安心して暮らすために しんあい地域包括ケアネットワーク



特別養護老人ホーム  
□信愛の園  
TEL : 042-492-1551 住所 : ②



特定有料老人ホーム  
□信愛苑  
TEL : 042-491-8100 住所 : ③



サービス付き高齢者向け住宅  
□しんあい清戸の里  
TEL : 042-493-5623 住所 : ④



無料低額診療事業  
□信愛病院 入院・外来・訪問診療  
TEL : 042-491-3211 住所 : ①



訪問看護  
□訪問看護ステーションほほえみ  
TEL : 042-495-8276 住所 : ①と④



看護小規模多機能型居宅介護  
□複合型ケアほほえみ  
TEL : 042-493-5685 住所 : ④



訪問介護  
□ホームヘルパーステーション信愛  
TEL : 042-492-1530 住所 : ②



地域密着型 認知症対応型共同生活介護  
□グループホームひまわり  
TEL : 042-493-5671 住所 : ④



認知症対応型通所介護  
□認知デイほがらか  
TEL : 042-492-5353 住所 : ②



通所介護  
□信愛デイケアセンター  
TEL : 042-492-5353 住所 : ②



短期入所生活介護  
□ショートステイ (信愛の園)  
TEL : 042-492-1551 住所 : ②



地域包括支援センター  
□きよせ信愛地域包括支援センター  
TEL : 042-492-1850 住所 : ②



居宅介護支援事業  
□清瀬市在宅介護支援センター信愛  
TEL : 042-492-1811 住所 : ②  
□しんあい居宅介護支援事業所ほほえみ  
TEL : 042-494-7676 住所 : ④



since 1909 社会福祉法人 信愛報恩会

住所 ① 〒204-0024 東京都清瀬市梅園 2-5-9  
② 〒204-0024 東京都清瀬市梅園 2-3-15  
③ 〒204-0024 東京都清瀬市梅園 2-4-4  
④ 〒204-0011 東京都清瀬市下清戸 1-305-1  
<http://www.shin-ai.or.jp>

医療相談・入院に関するお問合せ窓口  
信愛病院内 患者サポートセンター

☎ 042-491-3211



# ～ 共に歩む～

このページでは、信愛報恩会のスタッフやボランティアさんをご紹介していきたいと思  
います。今回は第38回バザー企画委員会を紹介します。



## 第38回バザー企画委員会紹介



### イベント班

今回、はじめてバザー委員としてイベントを担当することとなりました。皆様に楽しんで頂けるよう準備してまいりたいと思しますので、宜しくお願い致します。



### 模擬班

名物の“もつ煮”や定番の焼きそば！皆様に喜んで頂ける模擬店にとスタッフ一同奮起しております。信愛バザーをさらに盛り上げていきたいと思います!!



### 統括班 (物品班兼務)

私たちは雪が解けると目を覚まします。新緑に成長し、酷暑に耐え、初秋に実を結び、9月2日に収穫を迎えます。さて今年のは…、バザー企画委員一同、楽しみにしています。



### 地域連携班

バザーには、ボランティアはもちろん、地域の団体や企業の協力が不可欠です。信愛バザーを通して地域を知り、信愛を知ってもらう。そんなきっかけ作りもバザーの役割です。



### くじ班

当たるよ当たるよ～ジャラン！ジャラン！しんあいくじ売り場からのご案内です。大人くじ、こどもくじの豪華景品をたくさん揃えて皆様のご来場をお待ちしております。



### 職員・ボランティア班

バザー成功には、一人でも多くのボランティアのご協力が必要です。当日の参加以外にも、設営や献品にご協力頂くことでも結構です。オール信愛でバザーに取り組みましょう！



### 広報・PR班

今年のバザーポスターはデザインをリニューアルしました。また、バザー当日は信愛を知ってもらえるようなアイデアを検討しています。バザー情報はブログでも随時公開しますのでご覧下さい。



# 信愛報恩会お知らせ

しん あい  
**信愛バザー**

**9月2日(日)**

時間:10~14時(雨天決行)  
場所:信愛の園玄関前、他

詳細につきましては、バザーチラシをご覧ください。

バザー物品をご提供いただける場合には、各施設/病院窓口にご持参いただくか、郵送または宅配等でご送付ください。ご協力をよろしくお願い致します。

AUTUMN IS THE ARTS<sup>®</sup>



**しんあいアートフェスタ 2018**

期間:2018年10月22日(月)~10月27日(土)  
場所:信愛の園 ふれあいホール

今年で5回目の開催となるアートフェスタの日程が決まりました。

プログラムの詳細につきましては秋号でお知らせいたします。



絵手紙コンテストにつきましてはコンテスト概要をご覧ください。たくさんのご応募お待ちしております。



# 「麻疹とワクチン」

今年の春に麻疹（はしか）が全国で流行しているとニュースになりました。

麻疹とはどういう病気でしょうか。昔は麻疹にかかったという話はよく聞いたかもしれませんが、麻疹はワクチン（予防接種）で予防できる病気になり、あまり聞かなくなりました。しかし、ここ数年に麻疹が流行しているというニュースを聞くことがあります。どうしてでしょうか。

## ◇麻疹の危険性

麻疹はウイルスによる病気です。戦後の混乱した生活の時は、命に関わる子供たちも少なくありませんでした。はじめに高熱が出て風邪のようですが、一時的に熱が下がり、その後再び高熱が出て全身の皮膚にブツブツが出ます。麻疹は肺炎や脳炎、中耳炎などの合併症を起こしたり、ひどい場合は命に関わることもあります（下記図）。妊婦さんがかかった場合は重症になりやすく流産の危険性がでてきます。さらに数年後に脳の病気を起こすことがあります。そして、麻疹の最大の特徴はうつりやすさです。麻疹のうつりやすさはとても強いもので、インフルエンザよりも人にうつる危険性が高く、簡単に大勢の人に病気が広まる可能性があります。

## 麻疹症状

### ①感染日

- 感染経路は感染経路飛沫感染、空気感染、接触感染
- 麻疹の抗体がない人はウイルスに接触すると高い確率で感染する。

### ②潜伏期 感染日から10日前後

### ③カルタ期 潜伏期から3日から5日

- 鼻水、くしゃみ、熱（38℃）の症状が出てくる。また、白目の部分が充血したり目やにが出ることもある。

### ④発疹期 カルタ期から4日から5日

- 頬の内側に小さく周囲が赤くて真ん中が白い斑点が見られる。「コプリック班」と呼ばれ、麻疹に特徴的な症状である。
- 高熱とともに赤い発疹が全身に広がる。

### ⑤回復期 発疹期から約3日

- 高熱も治まり発疹も消えていく。
- 症状は治まっても感染力は残っているため、3日程度は安静が必要。

合併症の危険

- 肺炎
- 脳炎
- 中耳炎など

## 予防接種回数の確認が必要な年代

- **1966年～1977年**生まれの方  
ワクチン予防接種が任意の予防接種だったため、予防接種自体を受けていない人が多い
- **1978年～1990年**生まれの方  
ワクチン接種を1回しか受けていない人が多い

## ◇麻疹が大人に流行している理由

しかし麻疹はワクチンで予防できるはずなのに、最近なぜ流行するようになったのでしょうか。

1つはワクチンの注射の回数です。麻疹のワクチンは2回注射をしないと効果が弱いのです。過去にワクチンを1回しか注射しない時期があったため、若い人は2回注射をしていない人がいるので麻疹になりやすい状態です（上記表）。

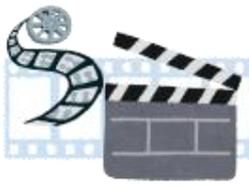
2つめは日本では副作用が怖いということでワクチン注射をしない人がいます。確かに、ワクチンの副作用はゼロではありません。しかし、ワクチンを打たないで麻疹になった場合の危険性は副作用の危険性よりも明らかに高いのです。

このように生活している地域でワクチンを注射した人数が少なくなると、麻疹やインフルエンザのようなうつりやすい病気は流行しやすくなります。

ワクチンを注射することは2つの理由があります。1つは自分自身その病気にならないように、病気になっても重症にならないようにすること。もう一つは、地域でその病気が流行しないようにすることです。インフルエンザや麻疹や風疹などのうつりやすい病気は流行を抑えることで被害を少なくすることができます。

地域全体の健康を考えることを公衆衛生といいます。一人ひとりの健康も大事ですが、その人が生活する地域全体の健康を考えることもとても大事なことです。

ワクチンは副作用があります。副作用が「ある」か「ない」ではなくて、「どの程度なのか」「どれぐらいのことなのか」を考えてみましょう。ワクチンを注射しないことでその人が受ける悪影響と地域社会に対する悪影響が「どの程度なのか」と、ワクチンの副作用が「どの程度なのか」を考えてみましょう。ワクチンを注射しないほうがより危険になります。ぜひ、ワクチンを受けてください。



# 100年時代を生きる



## 「良きルーティン」が支える健全な生活習慣

若い頃は「ルーティン」という言葉が嫌いでした。決まり切った動作や誰もがするようなことを取ってやらずに、その時の「感性」に従えばいいなどと理屈をこねて、勝手にしていた自分の狭量さにあきれられる思いがします。スポーツなどで名を為す人たちのなかには、判で押したような毎日を送っている選手がいます。有名なのは「イチローのルーティン」。残念ながら今年は彼のプレーが見られませんが、MLB選手のなかでは“超高齢”というよい彼の体力や動作を支える背景に、いつも変わらぬ「儀式」のようなルーティン・ワークが話題になるくらいです。

確かに、いつも通りの生活・動作が、安定した心身状態を保持してくれるということは思い当たります。高齢者の健康な毎日について提言する医師や専門家は、「起床・就寝・食事はできるだけ決まった時間にすべき」とか「簡単な有酸素運動を毎日の生活習慣に取り入れて」などとアドバイスします。私も年齢を重ねるうちに、毎日のなかの変わらぬ行動・習慣が、ちょっとした身体の変異や誤差を気づかせてくれる効果を持っていることを実感します。

いまの私の生活習慣で大事にしているルーティンが5つあります。

- ① できるだけ速く毎日30分「歩く」
- ② 6時間半から7時間しっかり「眠る」
- ③ 規則正しくバランスよく何でも「食べる」
- ④ 思い立ったら躊躇せずすぐ「動く」
- ⑤ 日常生活での姿勢や呼吸を「整える」

毎日の生活のなかで、これらができなくなったりスムーズにいかなくなったりしたときに、自らの心身の健康状態を省みます。最後の「整える」ですが、毎日の徒歩通勤時、多くの人が背中を丸め前かがみになっているのですが、ときたま、とても素敵な人(男女・年代を問わず)に出会います。例外なく、背中がピンッときまって、姿勢が良いのです。まるで時代小説に出てくる「ようすのいい、粋なひと」なのです。そんな時、「人の振り見てわが振り直せ」で、姿勢を整えるいい機会となります。

鏡 勉 (信愛報恩会常務理事/認知症予防専門士)

## Music Therapy



生きることは音楽的であること。体内の血が踊り出すところから始まる。すべての生命がリズムを刻んでいる。あなたの音楽を感じていますか？

マイケル・ジャクソン

テーマは、「音楽とリズム」



リズムは、音楽の3要素(リズム・メロディ・ハーモニー)の一つです。リズムは私たちの生活に密着しています。心臓の音はまさにリズムであり、生命の始まりです。心臓のリズムが崩れると病気と診断されます。その他にも睡眠リズム、歩行リズム、言葉のリズムなど、リズムは健康を維持するためにも重要な要素です。音楽療法では、リズムの乱れを整えるために、音楽のリズム機能を使うことを行います。

### ① 歩行とリズム

パーキンソンの患者さんは、病気によって、歩行のリズムに障害が受けます。患者さんのもっているリズムに、音楽のリズムを同調することによって、歩行がスムーズになるといった効果があります。

### ② ドラムサークルのすすめ

ドラムサークルは、ドラムのリズムでコミュニケーションをとりながら、ストレスを発散するプログラムです。最近では、色々なところで開催されたり、学校教育の中でとりいれられるようになってきました。ストレスが溜まっている方におすすめです。

北川 美歩 (信愛報恩会 音楽療法士)

# 清瀬信愛教会

牧師 竹前 治

## 「平和とは？」

「平和を実現する人々は、幸いである、その人たちは神の子と呼ばれる。」  
(マタイによる福音書5:9)



この信愛の友が発行されるときは米朝首脳会談が行われた後であります。本当に平和を望んでの会談になるのかな？平和とは何か？私たちが考える平和は争いごとがなくなることだと思えます。確かにそうですが、聖書が伝える平和とは争いごとがなくなるといことではなく、それは2番目のこと。聖書が伝える1番目の平和は和解ということ。人と人との和解の前に神様との和解がなければならぬ

のです。人間は神様に命を与えられ、神様と共に生きる存在でした。人間が神様から離れ、自分の力で生きることを望んだその結果、自分の思い通りにするために他者を傷つけてかまわないようになってしまい、争いが起こるのです。ですから神様との和解がなされなければ、いっように争い事はなくならないのです。  
私たちはまず神様の存在を知り、神様と和解すること、神様の愛を知ることが人と人の和解へと向かうのです。  
神様と和解することができたら、人を憎む心から、人を大切にすることが出来るのです。

### 「礼拝のご案内」

主日礼拝 日曜日  
○信愛病院 外来ロビー  
9:20～  
○教会礼拝堂 10:30～

正午礼拝 木曜日  
○教会礼拝堂 12:35～  
※礼拝はどなたでも参加できます。

## チャプレンだより

患者さまがよく、「どうしてこんな病気になったのだろう」とお話し下さいます。答えが出ない、とても辛い問いです。

ふと、「病気になったら」(晴佐久昌英神父)という詩を思い出しました。その詩には、「病気になったらまたとないチャンス到来」とあります。そのチャンスとは、自分の弱さをそのまま受け入れるチャンス、試練がみんなを結ぶチャンス、まことの親(神様)に出会うチャンス等であると。そして、「病のときは恵みのとき」と。病気は人の思いを超えた神様の意味ある恵みに気付くチャンスで、意味のない苦しみは決してない事を知らされます。その意味はいつか必ずわかる時が来る事に、希望があります。

晴佐久神父さんは、「病気になるったらどどん泣こう」とも呼びかけています。この詩に深く共感しました。辛い時は思いっきり泣いて、神様に思いを向けて共に祈っていきましょう。



チャプレン 今村 愛喜

編集 後記

## 信望愛

2017年の夏からスキューバダイビングを始めました。ダイビングには学生時代から興味がありました。ハンディキャップがあるためダイビングをするのは難しいと思っていました。しかし、ハンディキャップがあってもライセンス(潜るための資格)が取れるダイビングスクールがあること知り、挑戦をしました。そのダイビングスクールは今までにハンディキャップのある方や高齢者の方を何人もダイバーとして育成した実績があります。今は月に一度、熱海に潜りに行っていきます。8月には与論島に行く予定なので今から楽しみです。

新しいことに挑戦することは自分自身の視野や人間関係を広げる良い機会だと思えます。  
今年のしんあいバザー企画委員会は委員会初参加のメンバーが多くいます。皆で新しいことに挑戦していきたいと思います。

(中島)

社会福祉法人 信愛報恩会

〒204-0024  
東京都清瀬市梅園 2-5-9  
TEL 042-433-4300  
FAX 042-433-4301  
honbuad@shin-ai.or.jp

編集発行人：鏡 勉  
信愛の友編集委員会  
次号は、10月後半予定