


2021年
12月

しなのめライフ

第120号
令和3年
12月15日発行

地域包括ケアシステムとは？

～ 超高齢化社会に求められる新しい介護の形～
はじめに

高齢者が住み慣れた地域で自分らしい人生を全うできる社会を目指して、2025（令和7）年を目途に整備が進められているのが、「地域の包括的な支援・サービス提供体制（地域包括ケアシステム）」です。2025年は、第一次ベビーブームと呼ばれる1947年～1949年に生まれた「団塊の世代」の人すべてが75歳以上の後期高齢者になる年です。そんな超高齢化社会に求められる介護の在り方とは、どのようなものなのでしょうか。

少子高齢化に対応するために国が進める政策5つの柱

環境の変化がストレスになる高齢者の中には、可能な限り住み慣れた地域や自宅で日常生活を送ることを望む人が多いでしょう。また、地域内で介護が必要な高齢者を効率良くサポートするためには、家族のメンバーや地域の医療機関、介護の人材が連携し合い、状況に応じて助け合う必要があります。そこで、地域における「住まい」「医療」「介護」「予防」「生活支援」の5つのサービスを一体的に提供できるケア体制を構築しようというのが、地域包括ケアシステムです。

「住まいと住まい方」

生活の基盤として必要な住まいがきちんと整備され、本人の希望と経済力に沿った住まい方が確保されていることが地域包括ケアシステムの前提です。周囲のサポートは必要ですが、それと同時に高齢者のプライバシーや人間としての尊厳が十分に守られた住環境を実現する必要があります。

【生活支援】

心身の能力の低下、経済的理由、家族関係の変化などの要因があっても尊厳ある生活を継続できるように生活支援を行います。生活支援の中には、食事の準備など、サービス化できる支援から、近隣住民の声かけや見守りなどのインフォーマルな支援まで幅広く存在し、担い手も多様です。

東雲の丘では各企業とコラボレーションし職員の育成と地域貢献に努めてます（研修事業）

	研修名	研修の特徴	実施日	コラボ企業
1	実務者研修①	・通信学習3か月間＋通学学習8日：保有資格によっては免除科目もあります。 ・通信学習はEラーニング対応：空き時間にスマホでのご受講が可能です。	令和3年7月1日開講	株式会社 ガネット 日本総合福祉アカデミー
2	実務者研修②	介護力＝人間力。介護は人と接する仕事で、利用者の思いに寄り添い、利用者の尊厳を大切にすることが大切です。介護技術だけでなく、利用者との円滑なコミュニケーションが図れるよう人間力アップのこころをサポートします。	令和3年10月開講	株式会社 沖縄タイム・エージェンツ 沖縄人材カレッジ
3	介護支援専門員試験対策講座	・施設職員が講師となり共に受験する職員対象に実施（希望により地域住民の方も参加可能）	令和3年8月～10月	なし
4	介護福祉士国家試験対策講座	・施設職員が講師となり共に受験する職員対象に実施（希望により地域住民の方も参加可能）	令和3年11月～1月	外部講師も 補足講義予定
5	ユニットリーダー研修（座学・実地）	・ユニットリーダー座学は今年度27回開催（オンラインで受講ができます） ・実地研修開催は未定（コロナウィルスの状況をみて開始）	令和3年4月～3月	一般社団法人 全国個室ユニット型施設推進協議会

東雲の丘 配食サービス事業

高齢者福祉施設のこころ配りを念頭に、栄養士による献立で安全で美味しい食事を朝食、昼食、夕食と一年365日ご自宅へ配達致します。

朝食・・・490円（07:15～08:30）
昼食・・・630円（11:15～12:30）
夕食・・・630円（16:15～17:45）


普通食



キザミ食



流動食

※ 特別食を利用される場合は別途100円加算されます。
※ 特別食・・・柔菜食・キザミ食・ミキサー食・腎食・糖尿病・食物アレルギー、制限食
※ 離れて暮らすご家族様にもご安心して頂けますよう配達時に安否確認サービスを実施しております。

【サービス提供範囲】 南城市及び一部近隣市町村

※ 南城市 食の自立支援事業については、南城市からの助成があります。



高齢者介護・保育・学習塾・運動・食事に関することは、お気軽にご相談下さい

1	特別養護老人ホーム 東雲の丘	（定員100名）	完全個室ユニットケアが特徴です
2	東雲の丘 グループホーム	（定員9名×2棟）	完全個室の認知症ケアが特徴です
3	住宅型有料老人ホーム Newマチュピチュ	（定員24名）	完全個室の要支援から要介護の方まで入居できる施設です
4	東雲の丘 デイサービスセンター	（通常規模）	リハビリ、レク等を行い在宅生活継続を支援
5	東雲の丘 ショートステイ	（12床）完全個室	年中無休で「泊り」と介護ができる事業所です
6	サービス付き高齢者住宅 ハナミズキ	（定員18名）	60歳以上の虚弱な方から利用できます
7	しなのめ小規模多機能型居宅介護事業所	（定員25名）	「通い」を中心に「自宅訪問」「事業所泊り」のサービスです
8	居宅支援事業所 東雲の丘		介護保険に関することを利用者の立場でケアプランを作成し在宅生活を支援 します
9	東雲の丘 配食サービス事業		管理栄養士の献立のもと朝・昼・夕と毎食弁当をお届け致します
10	東雲の丘学習クラブ		小学生・中学生・高校生の授業と受験をサポートする学習塾
11	しなのめnursery school（Ⅰ・Ⅱ）保育園		（Ⅰ事業所内保育所19名）（Ⅱ企業主導型保育所：地域枠15名：従業員枠15名）

編集後記

今回のメイン記事は「地域包括ケアシステムとは？」と題し記録致しました。その目的は「高齢者が住み慣れた地域で自分らしい人生を」とありますが・・・自分らしい人生ってなんだろう！？と考えさせられます。自分らしい＝（大切にしていること）＋（幸せ）なのかなあ～。私たち福祉職員は対人援助が基本となります。それは対人援助を行う私たちは「人を大切に、人の幸せを願う」仕事だと思います。南城市民一人ひとりが主役となり、自分らしい暮らしを過せるまち作りをお手伝いします。0歳から120歳まで・・・すべての人が南城市民。

編集者：前黒島 智司（介護福祉士）

【介護・医療・予防】

個々人の抱える課題に合わせて「介護・リハビリテーション」「医療・看護」「保健・予防」が専門職によって提供される（有機的に連携し、一体的に提供）。ケアマネジメントに基づき、必要に応じて生活支援と一体的に提供。

本人・家族の選択と心構え

「住まいと住まい方」「生活支援」「介護」「医療」「予防」の5つの構成要素には含まれないものの、地域包括ケアシステムを支えていく重要な要素として触れておく必要がある部分です。単身・高齢者のみ世帯が主流になる中で、在宅生活を選択することの意味を、本人とその家族が理解し、心構えを持つことが重要です。

東雲の丘では

東雲の丘では高齢者介護を通して、地域に貢献するようさまざまな取り組みを行って来ましたが、（そして今も行っています）

南城市地域包括支援センターと連携し、さまざまな理由で家族が介護を行えない高齢者を一時保護として東雲の丘で生活して頂く事業を展開しています。24時間365日、南城市民・高齢者が安全で穏やかに暮らせるよう支援しています。

また、コロナ禍において沖縄県新型コロナウイルス対策本部等と連携し、自宅で家族がコロナウイルスに罹ってしまった高齢者（いわゆる濃厚接触者）を緊急に受け入れたことや、他施設の事業所がクラスターになってしまった介護を行う職員の欠員に伴う応援職員の派遣をしたり、高齢者自身を受け入れたりとコロナウイルスに関しても広く地域に貢献してきました。

おわりに

東雲（しなのめ）とは・・・「東の空が明るくなる頃」「夜明け方」「あけぼの」という意味が込められているそうです。今後も地域と連携し、南城市を福祉の力で明るくしたいと考えています。主人公は南城市民。共に南城市が住み慣れた場所、自分らしい暮らしができるよう目指していきたいと思います。

外国人便り～介護福祉士を目指す当施設の外国人職員たち～

記事：副施設長 仲村



介護福祉士（国家資格）：介護が必要な高齢者や障害のある人がスムーズな日常生活が送れるように、食事や入浴介助、排泄、歩行などの介助を行います。また介護者の相談にのったり、精神面の支えになったりするほか、家族の介護をする人や訪問介護員に対して指導やアドバイスを行います。

平成29年・平成30年に入国した2名のEPA介護福祉士候補者が、来る2022年1月30日（日）に実施される国試験に挑みます！！当施設で就労と介護/日本語学習を両立し、日々介護福祉士国試に向け日々勉強中です。 **未来の介護福祉士達**へ東雲の丘はエールを送ります。頑張っ！



2022年1月に開講する「実務者研修」に当施設職員の技能実習生5名と特定技能1号の3名が受講します。「実務者研修」とは、介護福祉士の資格を取得するために研修で基本的な介護提供能力の習得を学ぶ研修です。 **未来の介護福祉士達**、頑張っ！



表情筋体操

- 1、口を大きく開けて閉じる
- 2、口をおもいきり横に広げて、おもいきり口をすぼめる
- 3、口を大きく動かす事を意識しながら「あ・い・う・え・お」の動きをする
- 4、1の体操に目の動きも加える

マッサージ

- 1、側頭部を手の主根部でマッサージ（ゆっくり力を入れながら上下にゆっくり圧を加える）
- 2、ほっぺ（顎関節周囲）も1同様に行う

割り箸体操

- 1、割り箸を1本用意して前歯で軽くくわえる
- 2、上の歯が8本前後見えるように口角を上げる
- 3、そのまま30秒間「イーイーイー」と言いつづける



現在は世界中で新型コロナウイルスが蔓延していますが、いつの日か終息する時が来ます。皆さんの笑顔、鈍らせないでくださいな！！

☆今年も大変お世話になりました 皆様良いお年をお迎えください☆

記事 特養機能訓練指導員（柔道整復師） 金城正竜

師走突入ですね！！今年も新型コロナウイルスの影響により自粛生活が多い1年になりました。新型コロナ感染症対策として日常生活においてはマスク着用が当たり前の生活にもようやく慣れてきた感じがします。マスクは感染症対策にとっても有効な手段ですが、マスクの下は筋肉を使う事減っていませんか？

感染症対策として顔の筋肉の使用の割合が変化してはと感じています。伝えることが増えたとはいえ、（めづかし）を駆使して相手に思いを伝える最大の武器である笑顔がマスクで効果半減になって当初は苦労した職員も大勢いたと思います。皆さんもマスクの最大の武器をお手入れして下さいますか？皆さんの最大の武器をお手入れして下さいますか？

マスクは感染症対策の必需品
マスク下の武器！お手入れして下さいますか？

しのめナーサリースクール便り

今年も瞬間に過ぎていき、あっという間に今年最後の月となりました。この1年を振り返ると、子どもたちの成長が頼もしく感じます。来年も、みんなの笑顔がみられるよう元気に新年をお迎え下さい。

記事 井村 李奈（保育園事務員・子育て支援員）



エミューとパチリ♪



クリスマス製作△



ひよこ組さん
朝の会へ参加♪



学習クラブ便り

沖縄県立高校入試まで残り100日を切っています！

2021年も残すところあと1か月となりましたが、それはつまり、沖縄県立高校入試まで残り100日をきるといことになります。当教室でも、いよいよ入試対策シーズンが始まるわけですが、ここで各科目における100日前の今の時期にやっておきたい入試対策を紹介します。

【国語】中1中2の漢字を復習する！

漢字の読み書きの問題は毎年8点分出题されています。入試直前に急いで一度にたくさんの漢字を覚えることは難しいので、今のうちから少しずつ、着実に読み書きできる漢字を増やしていきましょう。なお、今年も国語の試験範囲から中学3年生で学ばない漢字が除外されているので、注意しましょう。

【数学】3年間で学習した「式の計算」を復習する！

数学の問題の大問1では6点分の計算問題が出ます。比較的簡単な計算問題が出題されますが、符号のミスや計算順序のみすなどが起こりやすいです。文字式や多項式の計算、分数、平方根の計算などを今のうちから見直しておきましょう。

【英語】中1中2の文法を復習する！

中1で学習したbe動詞の文や一般動詞の文などの簡単な文法や、中2で学習した比較級、受け身、現在完了形などの文法を復習しましょう。長文読解などは文法を理解してから勉強するべきです。

【理科/社会】中3で今まで学習した内容を振り返る！

理科と社会は先に、記憶に残っていることの多い中3の内容から復習することをおすすめします。忘れないうちに中3で学習したことを復習することで、後から復習する時に比べてかかる時間を削減し、他の苦手な科目に時間を使うことが出来ます。中3で学習した内容を復習した後に、中1中2の内容を復習しましょう。

以上が入試100日前に始めることです。できれば、
上の内容を12月中には終わるようにしておきたいところです。

記事 大城 功也（学習クラブ講師）