

市民の支え合いで見守る 独居・介護家庭事業



NPO法人 **てとりん**

独立行政法人福祉医療機構 平成27年度社会福祉振興助成事業
「市民の支え合いで見守る独居・介護家庭事業」報告書

平成28年3月

はじめに

平成26年度のWAM社会福祉振興助成により、家族介護者支援センターてとりんハウスにおける主要な事業の立ち上げを行うことができました。同センターは、名前の通り、家族介護者の支援を第一の目的とした施設ですが、みんなが気軽に来られるよう喫茶店としても運営しています。そのため、近所の高齢者の方をはじめとして、多くの方に利用していただき、その方々の健康や介護の相談にも対応することになりました。1年間の活動を通して、介護者・ひとり暮らしの高齢者の課題の多くは地域内孤立に起因すると感じています。同時に、てとりんハウスでお客さん同士が交流していく中で、自然とお互いに支えあう関係性が生まれるのを目にし、居場所と支援センター機能を兼ね備えた常設拠点の意義を再認識しました。本報告書は、そうした市民の支えあいをより進めてくために、平成27年度もWAMの助成を受け、実施した事業の報告書です。他地域で支えあいの活動に取り組む方の一助になれば幸いです。

NPO法人てとりん 代表理事 岩月万季代

目次

家族介護者支援センターてとりんハウス	2
カフェ型支援センターが実現する地域のささえあい	3
介護・健康相談における傾聴とアセスメント	5
生活支援事業の立ち上げ	7
広報紙の発行	9
視察のご案内	10



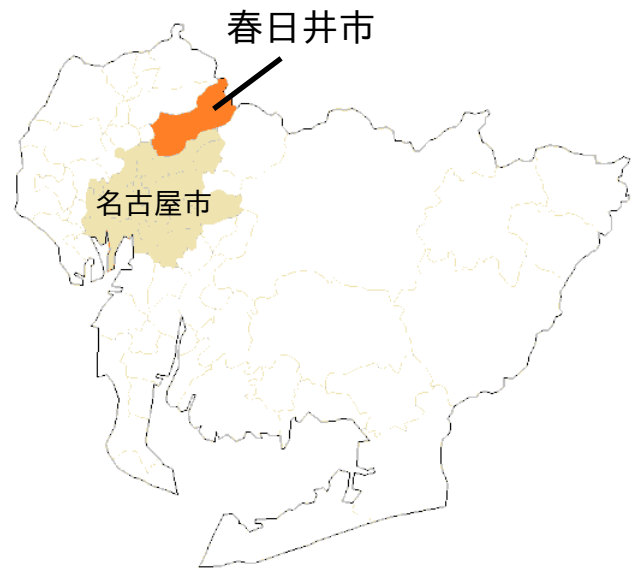
本事業の連携団体

あさひが丘ホスピタル | 春日井市社会福祉協議会
青空薬局 | 一般社団法人ハッピーネット

家族介護者支援センターてとりんハウス

愛知県春日井市は、名古屋市のベッドタウンとして発展してきた町で、人口31万人を数えます。現在、高齢者は7万人を超え、そのうち1万人を超える要支援・要介護認定者がいます。さらにそのうち認知症の認定者は6割を超えています。

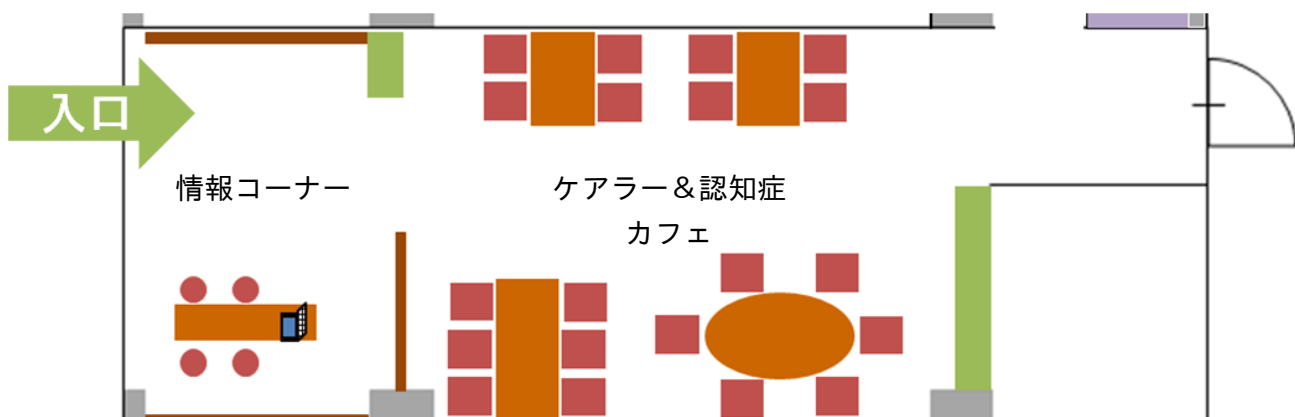
現在も新たな宅地開発が進んでいるため、市全体としては人口は微増し、高齢化もゆっくりとした進行ですが、地域別にみると古い住宅地では急速に高齢化が進んでいます。



てとりんハウスは平成26年6月に春日井市の中心部にオープンしました。家族介護者の支援を専門に行う常設の拠点です。センター内には、「ケアラー&認知症カフェ」と「暮らしと介護の情報コーナー」があります。介護者が来所し、カフェでコーヒーを飲みながら、スタッフに介護の相談をしたり、情報コーナーでデイサービスや入居施設の情報を探することができます。



所在地	愛知県春日井市
運営者	NPO法人てとりん
運営体制	常勤2名+非常勤1~2名/日
開館時間	火曜~日曜 7:30~16:00
定休日	月曜、第3土曜
主要設備	ケアラー&認知症カフェ 暮らしと介護の情報コーナー
開設資金	企業寄附 (株)福祉の里 あいちモリコロ基金 (H26)
運営資金	企業寄附 (株)福祉の里 WAM社会福祉振興事業 (H26) カフェ売上金



カフェ型支援センターが実現する 地域の支えあい体制

てとりんハウスの特徴は、家族介護者を支援するための専門センターであることに加え、コーヒーやお食事が楽しめるカフェ（喫茶店）としても運営していることです。

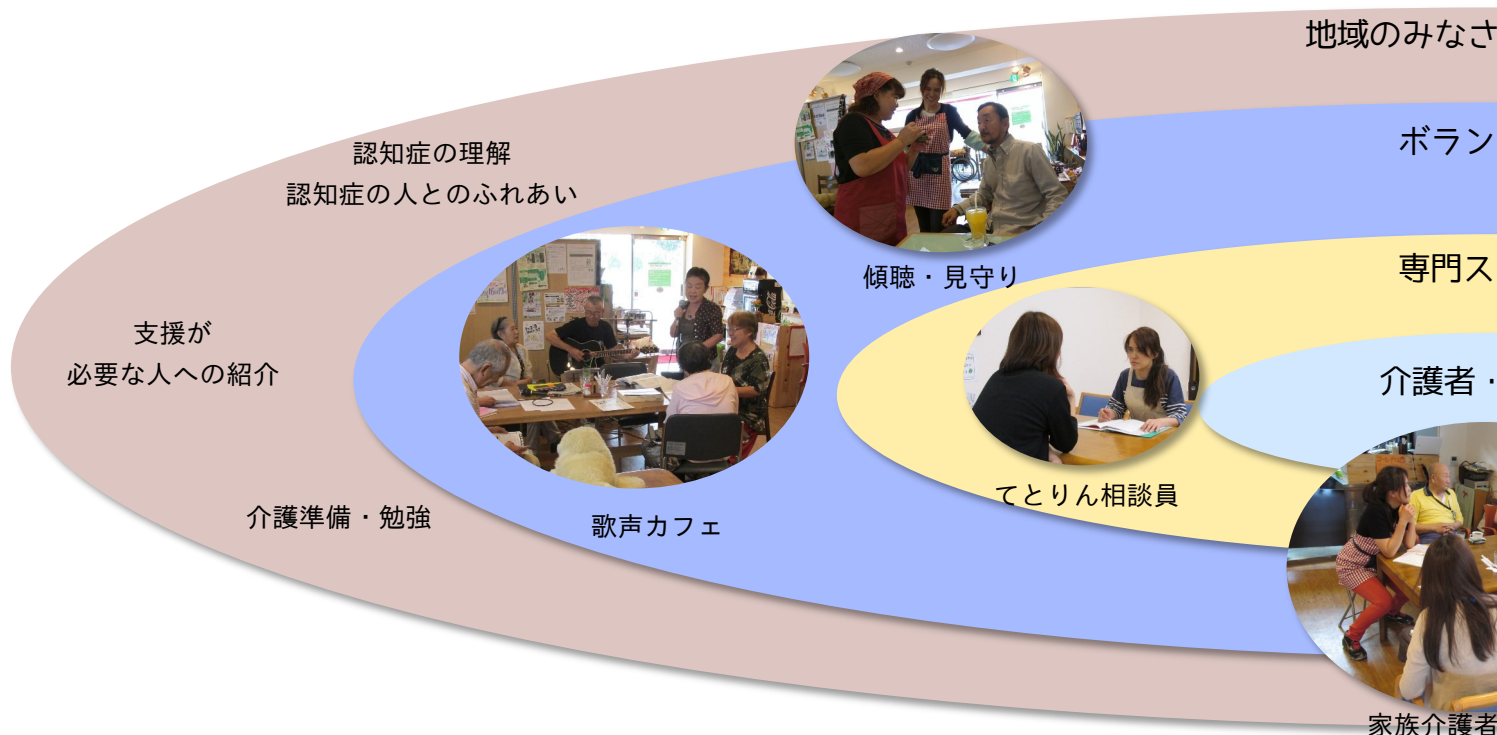
このカフェとしての側面が、多くの人々が集まり、交流する居場所としての役割を果たしています。同時に、来所された方々に、家族介護者の問題や認知症の理解を進めるとともに、自分たちの抱える健康や介護の不安を気軽に相談できる場所として、早期の支援を可能にしています。

また、市民がボランティアに運営する施設であることから、個人・団体、一般・専門職を問わず、非常に多くの方々が、てとりんハ

ウスの理念に共感し、運営や支援サービスの提供に協力してくれています。そのなかでは、支援を受ける人もただ受けるだけではなく、他の介護者と交流をしたり、イベントに参加するなかで、お互いに支えあう関係が生まれています。

家族介護者や、独り暮らし高齢者の方々は、日々の疲れや不安感で現状を変えていく気力がない場合も多々あります。そうした方に情報提供や制度の利用を進めるだけでは、支援として十分とはいえません。

市民の力が集まる常設の拠点で、みんなと交流し、地域の居場所を得ることで、安心して支援を受けられる余裕が生まれます。





家族介護者のつどいはいつも大賑わい。
男性の参加者が多いのもとりんハウスの特徴です。



モーニングを食べに来た近所のデイサービスの職員さんが座ってできる健康体操を教えてくださいました。



お花屋さんが月一回のフラワーアレンジメント教室を開いてくれています。



楽器演奏ボランティアの方々による歌声カフェ。
リクエストに応じてどんな曲も弾きこなしてくれます。

人・協力団体

ボランティア

スタッフ

高齢者

のつどい



日曜大工



医療・介護専門職



趣味・リフレッシュ

相談連携・
情報提供

資金・食材等の寄付

場所提供

介護・健康相談における 傾聴とアセスメント

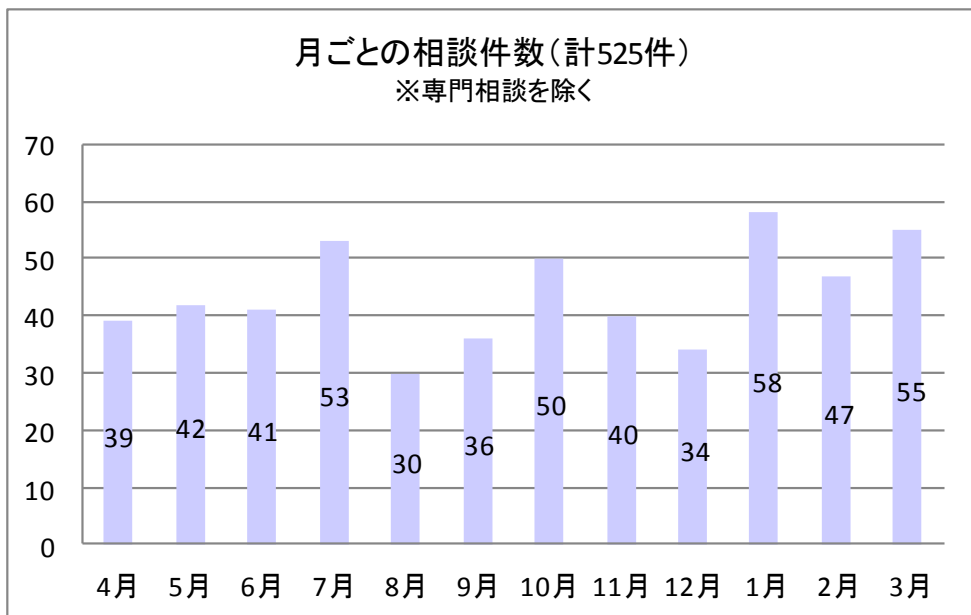
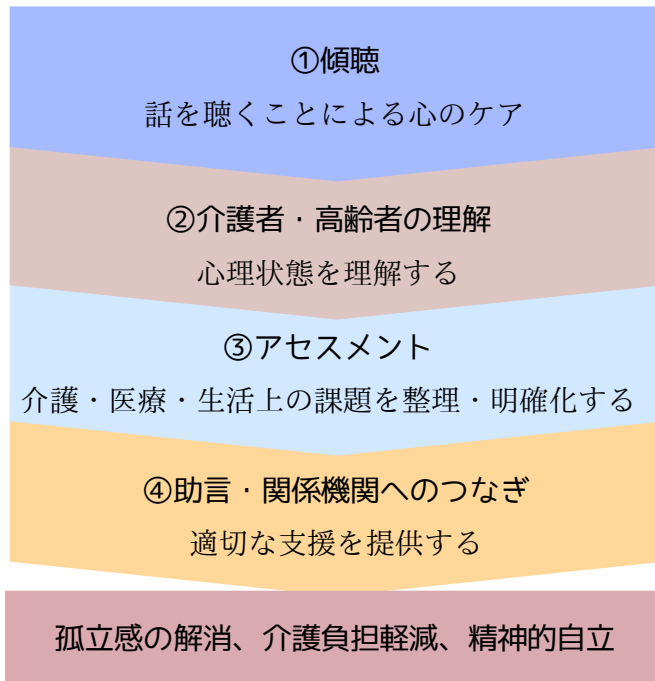
家族介護者や高齢者に対する介護・健康相談を実施しました。相談につながる方は多くの場合、大変な状況の中で、感情の整理、問題点の把握ができていません。

傾聴により気持ちを吐き出すこと、アセスメントによって、介護・医療・生活状況の整理・明確化をすることによって、適切な助言や関係機関へのつなぎといった具体的な支援に結び付けます。

今年度は、特にアセスメントシートの改良、相談員の養成、相談データベースの作成を行いました。

また、医療・介護の専門職による専門相談も、昨年度よりラインナップを充実させ実施しました。

相談の流れ



●Aさん（50代女性） てとりんハウスでコーヒーを飲んでいるお客様としてお声がけしたところ、自宅にいる母親の容態が悪く、介護になりそうだと思います情報を探しに来所したことをお話してくださいました。相談員が状況を詳しくアセスメントしたところ、母親の緊急搬送が必要ではないかと考えられたため、自宅を訪問、容態確認のうえ、救急搬送しました。その後、リハビリ病院への転院や介護保険サービスの利用についての相談に応じています。

支援の現場から



アセスメントシートの改良とデータベース化

これまでの相談実績をもとに、アセスメントシートの改良を行いました。

アセスメントの項目として、大きく「要介護者の状態」「介護状況」「介護者の心身の健康状態」の3つについて尋ね、何が介護者（高齢者）に影響しているかを明らかにするようにしました。

また、相談内容をデータベース化することで、案件ごとの管理・検索、継続相談の追記、相談内容のスタッフ間共有が容易になりました。

相談データベースのアセスメントシート入力画面

介護カウンセラー入門講座

相談員養成の基礎編として、介護カウンセラー入門講座を開催しました。介護カウンセラーの役割、認知症について、アセスメント、介護者の心理について学ぶ3回の座学に加え、てとりんハウスでの傾聴実習を行いました。



認知症の専門医、柴山先生の相談日。みな熱心に先生の説明に聞き入ります。

介護・医療の専門職による相談

今年度より、整形外科による「腰痛相談」、鍼灸師による「鍼灸体験&相談」、ファイナンシャルプランナーによる「家事家計相談」が新しくスタートしました。



鍼灸体験&相談は、コリほぐしだけでなく、自分でできるツボ押しのお話をしてくれます。

相談種別	相談員 ※敬称略	回数	件数
認知症医療相談	柴山 漢人 あさひが丘ホスピタル認知症疾患医療センター所長	年8回	25
	上河原 道夫 あさひが丘ホスピタル認知症疾患医療センター相談員		
お薬相談	塚本 知男 青空薬局、春日井市薬剤師会長	月1回	34
健康相談	堀 容子 一般社団法人ハッピーネット理事長、看護師、医学博士	月2回	310
ケアプラン相談	鶴田 知久 有限会社ケアプランケイト ケアマネージャー	月1回	19
介護・医療相談	鈴木 邦子 NPO法人てとりん会員、看護師、元中日病院看護師長	月2回	71
腰痛相談	河村 守雄 あさひ病院 整形外科	月1回	43
鍼灸相談	田邊 正幸 鍼灸治療院 健美 鍼灸師	月2回	110
介護家計相談	加藤 仁美 朝宮ライフコンサルティング ファイナンシャルプランナー	月1回	10

生活支援事業の立ち上げ

平成27年度は、要支援の方のデイサービス、ヘルパーが給付から地域支援事業に移行するなど、大きな介護保険の改正がありました。現在も要介護1・2の方のヘルパーの内容見直しが進められています。

こうした状況に対し、市民のたすけあいでの生活の困りごとを解決する「生活支援」を事業化するための準備として、生活支援員の養成、コーディネーターの養成とモデル支援事業を実施しました。

高齢者・介護者の生活援助員養成講座

5回連続講座として開催しました。少子高齢社会の現状と介護保険の改正といった背景的な話から、傾聴、生活支援事業の実際、高齢者とのコミュニケーション、車いす介助の方法など、生活支援の現場で必要となる知識と技術を学びました。

講座の最後に、てとりんで予定している生活支援事業の構想を説明し、支援員としての協力を呼び掛けたところ、12名の方が登録してくださいました。

●講座カリキュラム

日付	内容	講師 ※敬称略	受講者数
11/8	てとりんハウスの紹介と 高齢者・介護者の生活援助について	岩月万季代 NPO法人てとりん代表理事 太田黒周 NPO法人てとりん副代表理事	14
11/22	傾聴の方法	小菅もと子 豊明傾聴ボランティア代表	15
12/13	高齢者の生活ニーズと 生活支援活動の理解	加藤鉦明 春日井市社会福祉協議会地域支援課長	14
1/17	コミュニケーションとマナー	福田峰子 中部大学生命健康学部 准教授	13
1/31	介助の方法 活動に向けて	下村裕子 NPO法人りんりん理事長 岩月万季代 NPO法人てとりん代表理事	12
2/28	大工仕事の実践 【補講：大工コース】	車田寛 NPO法人てとりん 大工ボランティア	7

- 高齢者の身体の変化や考え方、若い世代の人から知ろうとしていく事が必要だと思います。誰もがいずれは高齢者になるのだから、他人事ではなく、自分の事としてまた、家族だったらという気持ちを持ちたいです。
- 社会にいつまでも参加できるようケアをしてほしい。人と人とのつながりがその人の生きがいにつながると思いますので。

受講者の声





第5回介助の方法の一コマ。初めての車いすの介助方法に戸惑う受講生と、身を入れて熱心に指導する下村先生（左）。身近な介護用品でも、いざ使うとなると大変。



希望者を募り補講開催した大工仕事の実践。とりんハウス裏口のスロープを作りました。なかなか設計図通りにいかず、何度も現場合わせ、修正を重ねた力作です。

- てとりんハウスには、認知症の方とご一緒に来所される方もいます。そんなとき、介護者が介護から離れて、ゆっくり過ごせるように、スタッフが認知症の方のお相手をします。ボランティアさんの協力により、ただ店の中で話すだけではなく、近所のお散歩やゴルフの打ちっぱなしなどにも出かけました。
- 入院後のADL低下でリハビリに通うことになったBさん。お医者さんから自宅で過ごすときに、クッションを使うといいとアドバイスを受けてきました。Bさんのケアマネージャーが、Bさんの体にあったクッションの制作をてとりんハウスに依頼。ボランティアさんが、翌日には作ってきてくださいました。（下写真）
- 2月に常連のCさんが亡くなり、飼っていたトイプードルの老犬が残されてしまいました。てとりんハウスのマスターが預かることになりましたが、世話がたいへん。頭を悩ましていたところ、Cさんのご友人が、朝の散歩の協力を申し出てくださり、毎朝元気に散歩に行っています。

支援の現場より



お店でクッションの具合を確認するBさんとボランティアさん

コーディネーター研修

生活支援員と利用者のマッチングを行うのがコーディネーターの役割です。愛知県内で24時間対応の生活支援を行っているNPOで、生活支援の役割と事業のしくみ、支援員の心構え、ケーススタディ、リスク管理など2日間にわたりみっちり研修を受けてきました。

広報紙の発行

てとりんハウスの開設から1年が過ぎたとき、大きな課題の一つは、このセンターの存在をいかにして多くの家族介護者に届けるかでした。在宅介護者は外出の機会が少なく、特に介護に困難の多い老老介護の場合、インターネットを利用しない方も多いので、情報を届ける術がありません。そこで、新聞折り込みのミニコミ誌風の広報紙を作成、約7万3千世帯に一齐に配布したところ、新規の方がたくさん訪れてくれました。

平成27年10月25日発行 NPO法人てとりん

介護をする家族のための居場所



「介護の辛さはいかに人に話せばいいか、ここにきて、同じように介護に苦悩している人達と話し合おうと、介護の仕方も変わってきた。」

「家族介護者の悲しき場」として、まごころと通ずるのは七十代の男性Aさん。認知症の妻の介護を続けて二年になります。林檎を焼く、家の中のものをタンスなどに仕舞い、妻の介護に加え、慣れない家事もこなさなくてはなりません。妻を一人にするのが、ほっと息を家の中で過ごし、趣味のゴルフもやめざるを得ません。というのを全然聞かない妻の態度にストレスがたまり、手を挙げてしまったこともしばしば。そんな時に、てとりんハウスのごとを知り、訪れました。

Aさんの話を聞いていたのは、同じく認知症の妻を介護しているBさんと母の介護をしているCさん。二人とも前からの知り合いではなく、てとりんハウスに通ううちに親しくなれた人達。この日も、またまコーヒーを飲みに入らんとすると、先客に「一人がおり、自然と介護の悩みを打ち明けました。」

「介護の辛さはいかに人に話せばいいか、ここにきて、同じように介護に苦悩している人達と話し合おうと、介護の仕方も変わってきた。」

「介護者が支えあう場所」

「家族介護者支援センターてとりんハウスは平成二十六年の六月、春日井市の篠木町にオープンしました。市内で家族介護者の集まる場所をNPO法人てとりんが運営しています。センターといっても中は喫茶店になっており、コーヒーやスイーツの他モーニングサービスも楽しめます。

食事も、自分でラタラスして、スタッフが他の介護者との会話をサポートします。また、専門職が対応する専門相談もあります(詳しくは裏面へ)。

家族介護者支援センター てとりんハウス

篠木町にオープンして一年半 「介護」を支える地域の拠点に



てとりんハウスはこんな場所！

<p>カフェ</p> <p>コーヒー一杯からお気軽に、モーニング300円、手作りランチ500円もあります。</p>	<p>傾聴</p> <p>介護経験のあるスタッフが介護の悩み、いまのお気持ちを伺います。</p>	<p>相談</p> <p>介護の困りごとについて、介護経験者、看護士のスタッフが常時対応します。また、専門職が対応する専門相談もあります(詳しくは裏面へ)。</p>
<p>家族介護者のつどい</p> <p>家族だけで集まって、介護のお話をする場です。毎月第2火曜日と第3土曜日の2回開催しています。</p>	<p>認知症・歌声カフェ</p> <p>毎週日曜日は、認知症大歓迎の認知症カフェの日。一緒に、コーヒーやお食事を楽しんでください。また、第1~第4日曜は歌声カフェとして、懐かしい唱歌・童謡や昭和歌謡をボランティアさんの伴奏にのせてみんなで歌います。</p>	<p>情報収集</p> <p>カフェの一角にある情報コーナーには、施設やサービスなどをはじめ、各種チラシ、パンフレットを置いています。</p>
<p>リラクゼーション企画</p> <p>ハンドマッサージや整骨で日頃の疲れも癒されます。自分のケアを忘れがちな介護者も、ほっと一息…。</p>	<p>アクセス</p>	

※毎月の相談日はてとりんハウスの予定表やホームページからご確認ください。 <http://totorin.jimdo.com>

この広報紙は独立行政法人福祉医療機構(WAM)平成27年度社会福祉振興助成により作成しています。



- ・ミニコミ紙風のレイアウトで読みやすく
- ・事例と写真を交え、センターの利用方法が具体的にわかる
- ・直近の事業案内を入れて足を運びきっかけに

←表面
↓裏面

11月開催 参加者募集中!

高齢者・介護者のための生活援助員養成講座

期日	内容
11月10日(日) 13:30~16:30	認知症高齢者の生活支援(認知症高齢者の生活支援について)
11月17日(日) 13:30~16:30	高齢者の生活支援(高齢者の生活支援について)
11月24日(日) 13:30~16:30	高齢者の生活支援(高齢者の生活支援について)
12月1日(日) 13:30~16:30	高齢者の生活支援(高齢者の生活支援について)
12月8日(日) 13:30~16:30	高齢者の生活支援(高齢者の生活支援について)
12月15日(日) 13:30~16:30	高齢者の生活支援(高齢者の生活支援について)
12月22日(日) 13:30~16:30	高齢者の生活支援(高齢者の生活支援について)
12月29日(日) 13:30~16:30	高齢者の生活支援(高齢者の生活支援について)

専門相談

介護に関する悩みを専門職が対応します。

お問い合わせ先: 0568-84-4611

平成28年3月発行

発行者 NPO法人てとりん 代表理事 岩月万季代

〒486-0851 愛知県春日井市篠木町2-1281-1
ポプラハウス2C

TEL&FAX 0568-41-8844

MAIL tetorin2010@yahoo.co.jp

URL <http://tetorin.jimdo.com/>

この事業報告書は、独立行政法人福祉医療機構「平成27年度社会福祉振興助成事業」
によって作成しました。

視察のご案内

本事業及び家族介護者支援センターてとりんハウスの関連する事業についての視察を受け付けています。ご希望の方は下記申請用紙をコピーし記入のうえ、お申し込みください。

ふりがな	
視察団体名	
ご連絡先等	ご担当者様氏名：
	〒 都道 府県
	TEL：
	FAX：
	Mail：
視察人数	名
視察希望日時	第1希望 平成 年 月 日 () _____時～_____時
	第2希望 平成 年 月 日 () _____時～_____時
	第3希望 平成 年 月 日 () _____時～_____時
貴団体の活動内容	
視察の目的	※できるだけ具体的にご記入ください
	※質問事項があればご記入ください
交通手段	お車 () 台 ・ 公共交通機関
視察料金	お一人様あたり 1,500円 (税込) 資料つき ※食事予定のある場合は、あらかじめご予約下さい。 【モーニング 名分・ ランチ 名分】 ※モーニング時間帯7：30～11：00、ランチ時間帯11：30～14：00

送付先：FAX 0568-41-8844 MAIL tetorin2010@yahoo.co.jp 問合せTEL：0568-41-8844
〒486-0851 愛知県春日井市篠木町2-1281-1 ポプラハウス1F NPO法人てとりん