

KOCHI 2013 ROTARY 2014 CLUB SINCE 1937



2013-14年度国際RIテーマ

週報



Weekly report 第3149回 2013年 11月 12日 2013年 11月 19日発行

● 会長挨拶

皆さんこんにちは。今日は今年一番の寒さで、自転車で来るのに寒くて手袋が欲しいぐらいでした。1週間ぐらい前までは、店で冷房をかけていたのですが、今日は店の子が暖房をかけていいかと聞いてきました。暖房はちょっと早いんじゃないかと思いますが、それぐらい急に寒くなって、今日は12月の気温だそうです。高知は春と秋が全くないというか、冬が済むと長袖1枚で過ごすことがなくてすぐに半袖になり、半袖が済んだらすぐ上着が要るようになります。商売をする方にとったら冬は寒いに越したことはなくて、特に11月に寒くなるとプロパーの値段で重衣料、特にアパレル関係が売れるということで、値引きをしないで売れるこの時機が長い程利益につながります。最近では各社とも、特にアパレルファッション関係は12月の中ぐらいから固定客中心にDMを打ってセールをしたり、12月末からセールをする。以前は1月の2週ぐらいからバーゲンでしたが、今は1月の最初、初売りイコールバーゲンというのが大体普通になっています。百貨店、アパレルの専門店も全部が段々段々手前になって、どっかでみんなで頑張らなくてはいけないと儲ける時機がなくなってきて、小売り業は自分の首を締めているような、特にファッション関係はそんな気がします。そういうことかというと、今日のような寒い日が11月に多ければ多いほどありがたいかなと、極力大丸さんでプロパーの値



段で買っていただいたら太田さんも喜ぶのではないかと思いますのでよろしくお願いします。

この土日にはりまや橋商店街で第14回の高知商業のストリートフェスティバルが開かれました。ラオスに小学校を建設するため、商業の学生さんが20年前にスタートして、今年の夏に7校目の学校をつくったそうです。ストリートフェスティバルでは今までの活動内容など、高校生が来賓の方や商店街を往き来している人の前で堂々とプレゼンをしていました。私も行っていましたが、高校生が一生懸命1つのことに打ち込んでいる姿を見て感激しました。こういう活動には、商店街も当たり前ですがボランティア団体等も協力しながら、関ガバナーではありませんが、奉仕と親睦とちょっと寄附、汗は流せないけどお金で支援していくことも大事ではないかと感じました。高校生の姿を見て、我々も頑張らないといけないうるうるきてしまいました。

今月15日は龍馬の生まれた日、亡くなった日で、中央公園で龍馬生誕祭を行います。当クラブの安藤一臣会員が実行委員長で、龍馬によさこいを捧げようと、今年によさこいの賞を取ったチーム中心に30チームがアーケードの中と中央公園で踊ります。高知の観光資源である龍馬とよさこい、この2つが揃います。今年によさこいの見納めになりますので、お暇な方はぜひおいでください。

本日の卓話は南会員から「快適な老後を過ごすために」と題してお話を伺います。

高知クラブが心を1つにして支える関 裕司ガバナー

11月1日 高知西ロータリークラブ

■活動報告他

ガバナー公式訪問

- ・ 11月14日(木) 仁淀RC
- ・ 11月19日(火) 須崎RC
- ・ 11月20日(水) 中村・四万十RC
- ・ 11月21日(木) 宿毛RC
- ・ 11月25日(月) 高知北RC
- ・ 11月26日(火) 香長RC
- ・ 11月27日(水) 高知東RC
- ・ 11月28日(木) 高知南RC



■本日のプログラム [11月19日]

ゲストスピーチ

高知大学 教育学部
准教授 矢野 宏光 氏
「応用心理学の視点で
心と身体をつながりを考える」

会 長	広 末 幸 彦
副 会 長	西 山 彰 一
幹 事	前 田 道 雄
副 幹 事	吉 澤 文 治 郎
会報責任者	小 笠 原 晃 男

● **ロータリーソング** 「四つのテスト」

● **今週のピアノ曲** 「イエスタデイ」 ピアノ演奏：山内るり会員

● **来訪ロータリアン**

高知西 R C 山岡俊則氏



● **会員スピーチ**

快適な老後を過ごすために

南 範子 会員

皆さんも既にご両親の介護をしていらっしゃる方もあるかと思いますが、超高齢化社会に突入した現在、老々介護が問題になっています。昭和22年から24年生まれの第一次ベビーブームの団塊の世代の人たちが65歳に達し始め、2013年現在、総人口1億2753万のうち、65歳以上が占める割合は3186万人、全体の25%、4人に1人が高齢者です。また、80歳以上の割合は増加の一途で、若者1人が高齢者1人を支える肩車型にいくのは時間の問題です。このような将来を見据えて政府は安心して希望と誇りが持てる社会の実現を目指して、社会保障、税の一体化改革大綱の中で医療・介護については2025年までにどこに住んでいても、その人にとって適切な医療、介護サービスが受けられる社会を実現するとしています。2000年4月にスタートした介護保険法は私たちの生活に安定した老後を与えてくれるはずですが、まだ日が浅いために4年ごとの改定で毎回大きな見直しがあります。



誰もが望む最後まで元気でコロリと死にたい。つまりピンピンコロリの確率は約1%です。ほとんどの人が医療、介護、何らかのお世話になります。その時、どんな選択をするのか、きっかけはどのタイミングで考えるのでしょうか。自分で分かる例として、食事が作れなくなった。書類などを読んでも理解できないことが多くなった。視力・聴力が落ちて人の話が分かりにくい。人と会話しても通じないと思うことが増えた。足腰が弱くなって病院などに行くのも大変。テレビのリモコン、携帯電話、電子レンジのボタンなど使い辛い。お金の管理や銀行のATMの取り扱いが難しい。トイレに行く回数が増えて夜間が怖い。転倒することが多く、大きな事故になりそう。いずれにしても、このような状態が進むとプロの力を借りなければなりません。

介護保険の認定方法は、本人か家族、または代理の者が市町村の窓口で申請します。その後、市区町村から委託

された調査員が訪問して本人と家族へ聞き取りを行い、コンピューターによる一次判定、主治医の意見書をもとにした医師や専門家による合議制で二次判定をして7段階に分類されます。認定が下りるまでには約1カ月かかります。その結果でどのようなサービスを受けたいか選択していきませんが、要支援1、2はこれまで地域包括支援センターが担当していました。しかし、次の改定で介護保険から外され、自治体独自のサービスに移行します。約150万人が対象で、膨らむ介護抑制を狙った切り捨ての感が否めません。介護度1から5は居宅介護支援事業所のケアマネージャーに、使える点数の中でどのようなサービスが受けられるかプランを作成してもらいます。

すみ分けの選択は大きく分けて2つ。自宅で過ごしたいか、施設を利用したいかです。できる限り自宅で過ごしたい場合は、訪問を受ける、施設に通う、環境を整える、短期間施設を利用するなどのサービスを受けながら住む方法があります。訪問を受けるサービスには訪問介護（身の回りの世話や掃除、洗濯、買い物など生活面の援助を受ける）、訪問入浴（自宅に器械や浴槽を持ちこみ入浴の世話を受ける）、訪問リハビリ（理学療法士や作業療法士が自宅を訪問、医師の指示のもとにリハビリを行う）、訪問看護（看護師や保健師が医師の指示のもとに療養所の世話や医療処置を行う）があり、施設に通うサービスにはデイサービス、デイケアがあります。環境を整えるとは、衰えた機能を手助けするための車椅子を借りたり、電動ベッド等の福祉用具をレンタルして段差解消、手すりの取り付けなどの住宅改修などで住みやすい環境を整えることです。短期間介護施設を利用して、家族の介護疲れを解消する方法としては短期入所生活介護と短期入所療養介護の2つがあります。いずれもショートステイと呼ばれて生活支援や機能訓練のサービスを受けることができます。

以上、4つの方法をご紹介しましたが、いずれにしても自宅で介護をする場合、子どもが成長して自立していくのは違って重度化していくわけですから、あんまり頑張り過ぎると共倒れになったり、虐待につながったりといったことになりかねません。介護する家族が病気や転勤で継続が困難になった場合。認知症が進んで徘徊や暴力、被害妄想など近所や家族に迷惑をかけ、家族の負担が増えた場



合。失禁、歩行困難など身体機能が著しく低下した場合。いずれにしても限界を感じた時は施設などの公的機関を利用することをお勧めします。

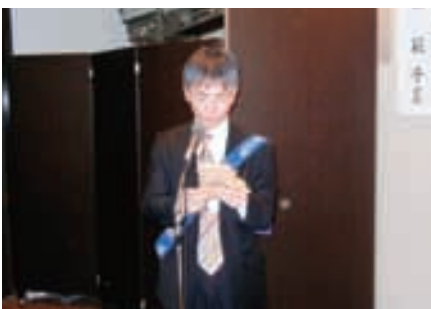
参考までに医療機関が提供する施設には老人保険施設、介護療養型医療施設の2つがあり、前者は病状が安定した後、在宅復帰を目的にリハビリを中心にケアする施設で原則3カ月までしかいることができません。後者は医療処置を受けながら長期療養が必要な高齢者で介護認定を受けている方が入る施設ですが2018年3月に廃止が決まっています。

公的機関の施設は、従来からあるものの中で、まず有料老人ホームは利用券方式がほとんどです。介護付きも含めて入居一時金を必要とする場合が多いです。ケアハウスは身の回りのことは自分でできることが条件ですが、家族の協力がかなり必要なことがあります。重度化すると住み続けることは困難です。グループホームは認知症の方が対象で自宅に近い生活を送る施設ですが、重度化すると退居するケースが多いようです。特養は本人や家族の所得によって負担金が決まるために、施設の中では一番安いと言われています。しかし待機者も多く、今まで問題になってきました。今後は入居条件を厳しくして自己負担も増やしていく方向です。最後に、平成23年から1本化されたサービス付き高齢者住宅はあくまでも在宅へという考え方のもとにつくられたもので、家族の代わりにプロがお世話

する集合住宅だと思っていただけたらいいと思います。バリアフリー、安否確認生活支援サービスなどが必須条件として義務づけられています。生活支援サービスとは生活相談、安否確認、緊急時通報、来訪者対応、電話交換、ゴミ出しなどがあり、別途費用を払えば掃除、洗濯、食事などのサービスが受けられます。介護保険を使ってデイサービス、訪問リハビリ、訪問看護を受けることもできます。高齢者住宅は地域地域でベースが決まっており、突出して高くはできないので、基本的には年金13万円の中で住むことができるものです。また不動産賃貸契約と一緒に、敷金2カ月で出る時にきれいにして出ることになります。

どの種類の施設を選ぶにしても最後まで住み続けることができなければ意味がありません。医療だけでも介護だけでも成り立ちません。両輪が連携して支え合ってこそ安心して快適な老後の生活が提供できるものと信じています。

最後に手前味噌になりますが、私どもでは現在ある介護施設に加えて来年3月に竣工するサービス付き高齢者住宅は医療・介護が一体化されていること。町の中心部にあるという立地条件。これは家族が通いやすい、買い物に便利、公共施設や公的機関が身近にあるという環境につながって、これまでもご家族から大変喜ばれてきました。自慢できる大きな条件の1つだと自負しています。今後の参考にしていただければ幸いです。



	総数	出席	欠席	欠席率	出席率
31月5日	45	45	10	22	78
10月22日	45	39	3	7	93



◇ 例 会 変 更 ◇

高知西RC	11月22日	夜間例会(三)	高知ロイヤルRC	11月26日→21日	夜間例会(旭)
高知ロイヤルRC	12月17日	夜間例会(旭)	高知東RC	12月18日	夜間例会(阪)
高知中央RC	12月19日	夜間例会(城)	高知西RC	12月20日	夜間例会(三)
高知RC	12月24日	夜間例会(三)	高知東RC	12月25日	ロータリー休日(阪)
高知南RC	12月26日	夜間例会(阪)	高知中央RC	12月26日	ロータリー休日(城)
高知西RC	12月27日	ロータリー休日(三)	高知北RC	12月30日	ロータリー休日(三)
高知RC	12月31日	ロータリー休日(三)	高知ロイヤルRC	12月31日	ロータリー休日(旭)

※サインメーキャップのできるホテル (三)…三翠園 (城)…城西館 (阪)…ザクラウンパレス新阪急高知 (旭)…ホテル日航高知旭ロイヤル

 **ニコニコ箱**

- 広末 幸彦 結婚記念日のお祝いのお礼。先週うっかりしていました。関ガバナリーには12月24日の忘年夜間の慰労会の日に出張予定だったそうでしたが変更していただきすみませんでした。会員の皆様の全員の出席をよろしく願いいたします。
- 田中 康晶 高知西RCの山岡様、ようこそお越しくございました。南会員、貴重な卓話ありがとうございました。
- 鎮西正一郎 33会で優勝しました。素晴らしいパートナーのお陰で楽しい1日でした。尾木さん、安光さん、藤田さんありがとうございました。
- 杉本美美子 先週、結婚記念日を祝っていただきありがとうございました。早いもので45年になりました。これからは介護仲間として仲良く過ごしていきたいと思ひます。
- 西岡進一郎 先週は結婚記念日を祝っていただきありがとうございました。実は11月13日ということをつっかり忘れていました。今日は南さんの卓話を聞いて、快適な老後を過ごしたいと思ひますが、その前にボケそうです。ニコニコします。
- 杉浦 俊彦 去る11月10日、日本銀行高知支店は開設70周年を迎えることができました。戦時下の物資調達難の時期にもかかわらず地域の皆様の熱心なご要望、ご支援のもとで支店を開設したとの記録が残っております。これからも100年、200年と皆様とご一緒し、地域にいくらかでもお役に立てていけたらと存じます。引き続きよろしく願いいたします。

◇ 出 席 率 ◇

	総数	出席	欠席	メークアップ	出席率
11月12日	(-10)86	51	18	7	76.32
10月29日	(-9)86	55	3	19	96.10

● 累計額 [11月12日現在]

ニコニコ箱	422,500円	ロータリー <small>さんさん</small> 燦々基金	48,862円	ポリオ募金	163,800円
-------	----------	--------------------------------	---------	-------	----------

■ 次週のプログラム [11月26日]

会員スピーチ
竹村 修己 会員
「大物お笑いタレントが、突然会社に乱入」

創 立 昭和12年10月
例 会 日 火曜日 12:30~13:30
例 会 場 三翠園ホテル TEL(822)0131
事 務 局 高知市本町3丁目2-15 高知新聞放送会館1階
TEL(824)8660 FAX(824)2529
HPアドレス <http://www.221.ne.jp/kochirc/>