

1 7 5
隔 月 刊

2月

https://tokyo-magokoro.com/

あたたかい介護をお届けします まごころサービスだより

●発行 NPO法人東京山の手まごころサービス
●編集 広報 〒169-0075 新宿区 高田馬場1-32-7 信ビル 301
☎受付 3205-6813(留守電共)・3205-7900 FAX 3205-6766

地震や津波、飛行機事故等 かつてない悲惨な年明けです

代表 服部 万里子

令和6年能登半島地震

元日、石川県能登地方を中心に、最大震度7の大地震が発生しました。気象庁は2011年3月の東日本大震災以来になる大津波警報も発令しました。東京でも地震の揺れを感じた方が多いと思います。石川県によると、1月13日時点で、県内で220人の死亡が確認され、安否不明者は120人と発表されました。因みに、1月12日には輪島市で「災害関連死」の疑いで4人の死亡が確認されています。

心休まらない新年の幕開けとなり、一人暮らしの方が多く、まごころサービスのご利用者様につきましても、さぞかし不安なお正月を迎えられたのではないのでしょうか。さらには、5類に移行したコロナ感染も未だ収束す

ることなく、加えて、新たな変異ウイルスが世界的に増加している傾向にあります。まごころサービスでは、引き続き、感染状況の把握や取り組みに注力しています。

まごころサービスは困難に負けず

訪問介護を続けます

コロナ禍以降のヘルパー不足は深刻です。「募集しても応募がない」「ヘルパーの高齢化が進んでいる」という状況下、現場の労働負荷が急速に高まっています。まごころサービスでは、そうした中にあっても、ご利用者様のご要望にお応えするため、職員一同連携を図り、使命感を持って活動に励んでいます。本年もよろしくお願い致します。

2024年度のトリプル改定について

「医療・介護・障害福祉」の報酬が同時に改定されます。さらにいうと①診療報酬②障害福祉サービス等報酬③介護報酬の3つです。喫緊の課題は団塊の世代が後期高齢者になる202

5年問題で、介護のニーズが急速に増大することです。これに対して国はどのように対応し、施策に反映させるのか。もとより、ご利用者様の生活を支えるヘルパーの報酬アップは必須要件です。今後の動向に注目していきたいと思います。

※2024年度のトリプル改定のうち、介護報酬改定の詳細につきましては、中面左頁「令和6年度介護報酬改定トピックス」をご参照ください。



令和6年度介護報酬改定トピックス

6年に一度の「医療・介護・障害」の報酬同時改定が大詰めを迎えました。

そうした中、介護報酬改定においては、ヘルパーの人材不足が深刻な状況であることから、抜本的な処遇改善対策が求められてきました。

今回、早々に発表された介護報酬改定率は、介護 1.59%、障害 1.12%とプラス改定が示されたものの、1月22日付の社会保障審議会における決定内容は驚くべきもので、訪問介護の基本報酬単価は軒並み減額になっています。訪問介護が黒字であるという根拠についても、現場からは的外れだという声が多量で、騒然となっています。死活問題ともいえる、人手不足を増大させるような改定に対しては、業界が一丸となって声をあげていかななくてはなりません。

ヘルパーは、個別性、専門性の高いケアを求められる職種です。それにもかかわらず、一般的な職業と比較して7万円以上低いといわれています。そもそも基本報酬単価を上げてこそ本来の処遇改善であるわけですが、この根本的な問題は棚上げにされたままです。その上、膨大な数の加算ばかりが増え続けて、事務処理の煩雑さは限界に達しています。そうした現状を理解することなく、なぜ、ここにきて基本報酬単価を下げるのか、全く理解できません。

ヘルパー不足は本当に深刻な問題です。今後、さらに、少子高齢化が進めば、必要なサービスを選べない、必要になってもヘルパーが見つからない、という「介護難民」があふれる社会になることは必至です。厚労省の「職業安定業務統計」によると、2022年度は訪問介護職員の有効求人倍率は15.53倍と過去最高を記録しました。10年前は3.29倍だったので、もはや、危機的状況です。1人のヘルパー募集に対して15社からの引き合いがあるというこの過当競争を、本当に介護の危機と捉えているのか、はなはだ疑問です。

現在の介護報酬の仕組みの中では、加算を取得することでしか職員の処遇改善はできません。さらに、この取得条件をクリアするには高いハードルがあります。取得しなくてもできない小規模の事業所がたくさんあるはずで

今や国の施策はすべてに大型化、効率化を目指しており、サービスの多様性は隅に追いやられています。このままでは小規模事業所の存続を阻む流れが強化されるばかりです。どこでどのように暮らしたいのかという、自分の老後に関わる、最も重要な選択の自由が、急速に狭められているように思います。(副代表：西野 智子)



教えてご隠居さん

知らぬことあらば「ご隠居に聞け」とばかりに今日もまた
“熊さん”がやってきた。【血圧の急変動に注意】



熊さん『さっき、トラさんに会いましてね。なんでも、昨夜、浴槽から出た際に、ふらついて、もう少しで倒れるところだったそうです』

ご隠居『大ごとにならずに済んでよかった。寒い時期の入浴はヒートショック（血圧の急変動）や「浴室熱中症」等、思わぬ危険がたくさんひそんでいるからね。温かい部屋から寒い部屋へ移動することで、急激な温度変化が起きる。そうすると、血圧が上下に大きく変動して、身体にとっても負担がかかるというわけだ』

熊さん『自分は大丈夫だろうと、つい油断してしまって、なかなか対策のほうが・・・』

ご隠居『まず、各部屋の温度差をなくすこと。脱衣所や浴室の室温が低くならないように、暖めておくこと。家族が多ければ、続けて入るようにするのもいい』

熊さん『この時期は、身体が冷えているから、湯船に入る前にかけ湯をするのもいいですね』

ご隠居『かけ湯は、みぞおちから下に。肩にかけるとしばらくして冷えて、浴槽に入った際、無意識に肩まで浸

ってしまい、心臓に負担をかけることになるから』

熊さん『ちなみに、浴室熱中症というのは何ですか』
ご隠居『入浴で身体があたたまること、血管が広がり、血圧が低下して起きる体調不良のこと。のぼせなんかそう。予防としては、入浴前後の水分補給だ。気づかないうちに起こる脱水症状ほど怖いものはない』

熊さん『トラさんも、それだったかも』

ご隠居『冬場はどうしても、よく温まろうと思うから、知らないうちに長湯をしてしまう。しかも、風呂上りの1杯が美味いなんていって、酒を飲む人がいる。ところが、ビールは利尿作用が強く、1リットルのビールを飲むことで、1.1リットルの水を失うと言われている。つまり、水分補給どころか身体の水分がぬけてしまう。つまり、お酒は水分補給にはならないということを肝に銘じて欲しい』

熊さん『入浴中の事故は冬場に多いということなので、十分に気をつけます。おつかあを見守るのも、傍にいる、自分の役目なんで』

感染症を予防しましょう・副代表：西野智子

寒い冬は空気が乾燥してカラカラです。感染症（病原体が身体に侵入して症状が出る病気のこと）が拡大しやすい時期なので、その1つの要因となる室内環境を見直してみましよう。

《感染症が流行する原因とは》

気温が16度以下、湿度が40%以下になると、空気が乾燥してウイルスが増大します。風邪をこじらせて肺炎になる確率も加齢とともに多くなります。因みに、寒いと室内は閉め切りがちになります。高騰する電気代も気になりますが、換気回数が減少すると、ウイルスが充満しやすくなりますので、窓を細く開ける等、空気の通り道を作っておくことが大切です。

また、日中の気温が低くなると身体が冷えて体温が下がり、血流や内臓の働きが鈍くなって代謝が落ちてきます。いわゆる「巡り」が滞り、免疫が落ちて、感染症にかかりやすくなってしまいます。そんな時には、身体を温めることをお勧めします。冬の入浴はシャワーだけで済ませず、浴槽に浸かって身体芯まで温めましょう。体温が上がると免疫力も高まります。

感染症の予防には加湿が大切です。加湿器はこまめに水を取り換えて、清潔に使用しましょう。温度計に湿度計がついているものがあると便利です。乾燥する冬の湿度は40%~50%が理想で、その際の室温は約18~25度が目安です。加湿器がない場合には、洗濯物を部屋に干す、カーテンに霧を吹きかける、お湯を沸かして湯気を立てる、バケツに水を入れて置く等、湿度を上げる方法は色々あります。水分摂取やうがいも効果的です。

《お知らせ》

こめこめ倶楽部について

新型コロナウイルス感染症の影響に伴い、新宿区の地域活動支援事業「まごころこめこめ倶楽部」の開催を見送っております。ご理解のほど宜しくお願いいたします。

営業時間外

緊急時のご連絡について

平日時間外及び休日のご連絡は左記の番号から留守番電話に転送されます。「お名前とメッセージ」を録音して下さい。休日の場合は時間がかかることがありますのでご了承ください。なお、キャンセルのご連絡は営業時間内にお願いたします。

● 東京山の手まごころサービス
電話03 (3205) 6813代表

● 事務局の営業時間(平日) 月曜日～金曜日 10時～18時まで

● 事務局の休業日(サービスは通常通り提供しております) 土・日・祝日ほか、年末年始、夏季休業期間については、前もってお知らせいたします。



訪問介護員大募集中!

ヘルパーさんが不足しています。お知り合い、お友達、ご親戚の中に協力会員として登録可能な方がいらっしゃいましたら、経験や資格の有無に関わらず、ご紹介いただければ幸いです。また、家事の得意な方も歓迎いたします。なお、心ばかりではございますが、謝礼を用意しております。
(事務局)

活動実績報告・活動時間 (令和5年11月～令和5年12月)

	令和5年 11月	令和5年 12月	令和5年4月～ 12月の合計	令和5年4月～ 12月の平均
移動支援	232.0	195.0	1848.0	205.3
介護保険	520.7	479.8	4623.5	513.7
回復・リフレッシュ	62.0	60.0	477.3	53.0
自費・マイプラン	103.0	107.5	795.0	88.3
重度訪問介護	127.0	122.5	950.5	105.6
居宅介護	635.4	650.0	5863.8	651.5
同行援護	363.0	369.0	3036.0	337.3
日常生活支援総合事業	215.8	200.0	1635.0	181.7
合計	2258.9	2183.8	19229.1	

編集後記

令和6年1月1日、石川県能登地方を中心に地震(最大震度7)が発生しました。地面が波打つ映像は見たことがない恐ろしいものでした。地中で蠢いていた想像を絶するエネルギーは、一瞬のうちに全ての日常を粉砕してしまいました。そして、発生からかなりの時間が経過した今も、支援が行き届いているとはいえない状況です。地形上の問題もインフラの復旧を困難にしているといわれ、伴う物流も遅々として進んでいません。そうした中であって、一筋の希望は、官民の垣根を越えて、支援の輪が広がっていることです。被災された方々の安全と、1日でも早く平穏な生活に戻られますことを心より祈念いたします。もとより、私たちも、それぞれが今、できることを実行したいと思っております。

西野(智)

