

国際ロータリー第2500地区第6分區

帯広東ロータリークラブ会報



ROTARY:
MAKING A
DIFFERENCE

2017-2018年度
帯広東ロータリークラブ

「**継続**」

会 長 石川 博機
幹 事 古川 直也
メディア委員長 高田 進

第1583回例会

平成29年9月19日(火) 於 ホテル日航ノースランド帯広

■創立: 1984年6月15日 ■認証: 1984年6月18日 ■例会: 毎週火曜日 12:30~13:30
■事務局: 帯広市西3条南9丁目 帯広経済センタービル4F Tel.0155-25-7347 ■会場: ホテル日航ノースランド帯広



2017-2018年度 国際ロータリーテーマ 【ロータリー:変化をもたらす】

2017-2018年度国際ロータリー会長
イアン H.S. ライズリー

ガバナーテーマ 【今こそ行動を!】 国際ロータリー第2500地区 ガバナー 成瀬 則之

月間テーマ 【基本的教育と識字率向上月間】 【ロータリーの友月間】

- ◎起 立 深澤佳世子 副SAA
- ◎友情の握手 深澤佳世子 副SAA
- ◎点 鐘 板倉利男 副会長
- ◎開会宣言 深澤佳世子 副SAA
- ◎国歌斉唱 深澤佳世子 副SAA
- ◎ロータリーソング 「我等の生業」
- ◎ゲスト紹介 板倉利男 副会長
北斗病院 老人保健施設 施設長補佐 自立支援部長
品田慶太 様
- ◎会 食

会長挨拶

板倉利男 副会長



こんにちは。昨日実は私、島根県の隠岐の島にいてまして、台風で飛行機が飛ばないかわからないところを飛んできて、帯広空港についてその足で、石川会長のところにお見舞いに行ってきた。元気にしております、今日手術

ということになっております。皆さんによるしくお伝え下さい、ということでしたのでお伝えを致します。

それで隠岐の島の島町というところに行ってきた。隠岐の島というのは隠岐の島という島があるかと思ったら、違っていくつかの島を総称して隠岐の島というらしいのです。この島町というのは、実にユニークで感心したのでそのことについて、チョット皆さんにお伝えしたいと思います。

フェリーで着きますと標語が書いてありまして、「ないものはない」面白いこと書いてるなと思って後から聞いてみますと、ここにはスーパーも無ければコンビニも無いと無い物づくしなんだけど、今の町長になった時に国からの補助だとかでなくて、自分達だけで島民で自立していかなければならないのでないか、ということで当選して給料も50%カットして、それを見習って町議も助役も皆カットして、それで1億何千万だかの年間の歳出をカットしている。

ここは何も無いので、ドンドン人口が減って来たわけですが今は違う。今は全国からここに見学に来ます。1つは学校なんです。ここには1校しかありません高校は、その高校に24人の島外からあちこちから入ってくる、これは試験があってももの凄く厳しいのかと思ったらそうではない、かといって不登校とか不良とかそういうのを集めるわけでもない。特別進学コースというのがあって、そこを卒業した人達がパンフレットを見せてもらえば、防衛大学あるいは大阪大学に入っている人もいる。

3年間親元をはなれて寮生活をするわけですから、自主独立の精神が培われる、それで大学に行って卒業して、また島に戻ってくるという人も沢山います。240人の人が帰ってきてくるということで、穏やかなところですから島のひとと話をしていても本当に穏やか、ある意味ぶっさらぼうというか観光客におもねるだとか迎合するとか、そんなことは全くない。それでいろいろ話をしてみると、非常に温かいし穏やかだし。島の主産業は漁業です。島根のお米あんなに美味しいとは思いませんでしたけどお米と。この漁業も町長が島で取れた物を松江の方に送るわけですが、それでは鮮度が落ちるということで、1つのシステムを商社と構築して、ほとんど鮮度が落ちないように格好にして送ることから、全国から注文がきている。このことで活性化しているのです。

何がしたいかということ、我々企業ももうだめだと思いがちですけど、何か考えればどうにか活路が見いだせるのであり、社長1人が考えたってアウトです。しかし経営幹部皆と力を合わせれば何かが起きる。そういうことを感じて来ましたのでお伝えします。

会務報告

古川直也 幹事

◎RI第2500地区大会(網走)開催のご案内

日 時: 平成29年10月6日(金)~10月7日(土)
場 所: 網走市民会館

《大会2日目(7土)》

登録受付 8:30～ 網走市民会館
本会議(午前の部) 9:00～12:00 網走市民会館
本会議(午後の部) 13:00～17:30 網走市民会館
大会記念大懇親会 18:00～19:30 網走セントラルホテル

◎10月28日(土曜日)音更ロータリークラブの25周年イベントがございます。15時記念式典で17時懇親会となっております。

委員会報告 会員増強・ロータリー情報委員会 齊藤蓮輝 委員長

来月10月3日第1例会でございますが、その時で会員増強ロータリー情報委員会のプログラム担当でございます。その日はクラブフォーラムということで、自由討論ということで行いたいと思いますが、その参考資料として皆さんに1つご協力得たいということで、後程ファックスいたしますが、極めてシンプル単純な質問でございますので、どうぞご協力お願いいたします。

例えば今のロータリーは好きですか、東ロータリーは好きですかとか、そういったある意味は何だたわいのないことといわれるかもしれませんが、どうぞ1つご協力の程お願いいたします。

ご意見などございましたら、余白ののけて頂ければこれまた助かります。よろしくお願いいたします。



ニコニコ献金 親睦活動委員会 大池梨華 委員

- 板倉副会長 台風の中、島根より無事帰ってきました。
- 古川幹事 大雪山の紅葉がはじまりました。日曜日は数年ぶりに赤岳に行ってきました。真っ赤かでした。体がぎつかったです。
- 高田会員 本日のプログラムはメディア委員会の担当です。宜しくお願いします。
- 益子会員 台風も過ぎ去り、被害も少なくほっとしています。自然の力の前にはなんと無力な事でしょう。ニコニコします。
- 加藤(武)会員 9月17日岳風会道東釧路大会に出場、連吟で準優勝でした。ニコニコします。



出席報告 出席・プログラム委員会 上野敏郎 委員長

9月5日 1581回例会
会員数37名 計算に用いる会員数32名
本クラブ出席者26名 メークアップ出席者2名
出席率87.5%

9月12日 1582回例会
会員数37名 計算に用いる会員数32名
本クラブ出席者24名 メークアップ出席者3名
出席率84.3%

本日の本クラブ出席者26名です。

プログラム

メディア委員会委員会

【ゲスト卓話】

テーマ：【北斗福祉村構想について】

北斗病院 老人保健施設 施設長補佐 自立支援部長

品田慶太 様

品田です。こんにちは。

本日は帯広東ロータリークラブの皆さまと調整をして頂いた高田様、お招きいただきまして誠にありがとうございます。

本来私の上司にあたるものが報告する予定だったのですが、諸事情により代役というカタチで私の方でお話をさせていただきます。

なかなか時間がなかったので、お聞き苦しいお話になるかもしれませんが、精一杯使いたいと思いますのどうぞよろしくお願いいたします。

北斗福祉村構想と言うことでお話をさせていただきます。社会医療法人北斗で今年の4月に完成しました、介護老人施設かけはしの施設の補佐自立支援部長をしている品田と申しますよろしくお願いたします。

本日のお話の内容ですが、まず本題であります北斗福祉村構想の概要についてお話をさせていただきます。その後福祉村構想の要であります自立支援ケアということについて、こちらの方が本職なのですがお話をさせていただきます。

介護老人保健施設かけはし、サービス付き高齢者向け住宅あやとり、十勝リハビリテーションセンター、北斗病院・北斗クリニックがあります。いろいろコミュニティスペースを作ろうと思っております。ここの一体に北斗福祉村と位置づけてお話の方をさせていただきますと思います。

中心を十勝福祉村として半径2km以内に、高校が4つ保育所が6つ中学校が1つ比較的学校が多い地域となっております。西側には緑もありまして、これから帯広市の方としてもこの地域の方を開発に興味を持っているとお話していただきましたので、ここが北斗福祉村として人が集まるコミュニティを作りたいと考えております。

鎌田理事長の考えなのですが、福祉村の骨格としては北斗は病院からスタートしていますので医療を大事にしています。医療と介護をしっかり統合させるということ、後はリハビリですねどうしても介護となりますとリハビリが重要になってきますのでリハビリ、今度は看取りです新しいコミュニティということで、リハビリセンター・サ高住・老健・コミュニティということでこの4つを合わせて福祉村構想になっています。

患者様が病院を退院されて、退院したけどまだ普通の生活に困難なことがあると老健の方を使って頂いたり、お家に帰っても生活するのが難しいのであればあやとり。サービス付き高齢者向け住宅というのは住宅です、住まいですどちらかというとお住まいと考えて結構かと思えます。福祉村ですけど病院から老健を使って頂いてそこからお家に帰ると、お家に帰った方が時々調子が悪くなったらまた老健を使って頂く、病院に行きますと在宅で



帰った方が通って来て頂いて、老健に帰って頂いたり、ろらん・ステップという訪問看護です、北斗で持っている在宅サービスです、こういったものを使って生活して頂く。つまり国の方で進めています、時々入所もしくは入院そしてほぼ在宅というところが、この地域中で完結させようと考えております。

地域包括ケアシステムといわれていますけど、結局のところ厚生労働省の方からいろいろ定義はされていますが、それぞれの地域でいいものを作って下さいというカタチになっています。ですので向こうで作った物をこちらで当てはめるのではなく、帯広市特に北斗のある稲田町を地域の特性合わせたものを作りなさいということです。端的にいうと誰もが住み慣れた家で地域で安心して暮らし続けることが出来るしくみ。もう少しわかりやすくいうと病院や手術で出来るだけ生活をさせない。理由としては病院や多くの施設が生活の場ではないということです。ですので病院や施設で無く地域に於いて、住まいを提供したり医療を提供したり介護を提供したり予防したり生活支援と、こういったサービスを一体的に提供できるようなものを作りなさい。それぞれの地域に合わせてねということです。

どうして在宅にいなきゃならないのかと、病院や手術はだめなのかといえますと、一例ですけど肺炎等で入院したときの入院費、入院したときの入院費とお家にいて在宅医療受けたときの医療費がどれだけ違うかといえますと、病院ですと13~14万、在宅ですと約4万2千円と3分の1程度です。医療費がかなり膨らんで来ております、これから高齢者が増えてきますので、国としては病院や病床ではなく在宅医療でなるべく過ごして頂く、そういったシステムをそれぞれの地域で作ることです。

そのためには医療のお世話にならないように、予防が必要になっていきます。1次予防というのはまだ元気な方が悪くならないようにするための予防。2次予防というのはなってしまった人達がなるべく重度化しないということです。3次予防も重度化したものを良くする。これが自立支援になります。ですので北斗の中の福祉村、病院と老健後は在宅系のサービス訪問看護とか訪問介護、そういったサービスを一体化したものを提供することで、出来るだけ在宅支援をお家にいる入院する前までの在宅時間を延伸すること、ただお家にいるだけではなくて出来るだけ健康でいて頂きたい。健康寿命の延伸を北斗福祉村の地域の中で実現させていきたいと考えています。

北斗が提案する地域包括ケアシステムのモデルがあります。これを今構築している最中であります。福祉村の構想の中で要になっていくものが自立支援ケアです。自立支援ケアというのはどういうものかとお話したいのですが、まずそれをする前に我々の中で自分達に問いかけました。よく見る光景ですけど、おむつの中に排泄させられる毎日を望みますかと、またベッドに寝かせきりで天井しか見れないような毎日を望みますかと、また流動食などで食べる楽しみを忘れたものを望みますかということで、そういったものは自分達であれば望まないと思います。こういった状態が続くと人の尊厳というのが短期間で崩壊すると思います。こういったことを提供

するのでは無く、要介護者のこういった尊厳を回復・維持するためにはどんなケアが必要か、今までやっていることだとどうもこの3つ、おむつあてて、寝かせきりで、今はリハビリのほうは浸透してきましたけど、まだこういった日常はあります。この3つを何とかケアで変えたいと思います。ちなみに1番のメインはおむつなんですけど、要介護の状態でおむつの場合、おむつを充てられるとトイレに行く機会がメッキリ減ります。おむつをしてトイレに行く機会が減りますと歩くことが少なくなりますので運動機能が低下します。少し突っ込んだ話ですけど、寝たままでもおむつの中に排泄するためには便が軟らかくなくていなければ出ない、出ないと下剤を入れられてしまいます。下剤を入れられると消化器官が薬で刺激されるので機能が低下していきます。胃腸が弱いと食欲が減退して栄養状態が悪化する。おむつを着けられることでそもそもトイレに行かないので、尿意や便意がだんだん失われていきます。やはりおむつを着けられるのは恥ずかしいです。恥ずかしいのですが、やっぱり着けられてしまうと、どうしても身をゆだねなければならない、ということで実際私も経験していますが、あっという間に認知低下して来た時と前々違う状態になってしまいます。こういったことでおむつを外していきたいと考えています。

北斗福祉村における在宅支援の方法論ですけど自立支援ケアです。中身としては、この4つがこの後にもできますけどとても大事です。水分摂取、栄養、自然排便(下剤に頼らない)、運動(特に歩行)これに着目して体調を整えて活動性を上げることが、体力を回復して意欲や活力を取り戻す基本となるようなケアです。目的がおむつがいらなくなるような状態にまで改善していただくこと、たぶん改善という言葉にピンと来た方もいるかと思いますが、どちらかという介護というのはですね、いままで悪くなるもしくは維持する、病院と比べますと治療して良くするというイメージが余りないんじゃないかなと思います。

昨年の安倍総理の「第2回未来投資会議」の中でこのようにいってました。これまでの介護は、目の前の高齢者ができないことをお世話することが中心でありまして、その結果、現場の労働環境も大変厳しいものがありました。これからは、高齢者が自分でできるようになることを助ける「自立支援」軸足を置きます。本人が望む限り、介護が要らない状態までの回復をできる限り目指していきます。そして、効果のある自立支援の取組が報酬上評価される仕組みを確立させます。

これはどういうことかといえますと、今までですと同じサービスをしてても要介護1の方と要介護5の方ですと、要介護5の方の方が報酬を頂けるという介護報酬体型で、同じことやっていても1の方より5のほうが儲けになるので、極端かもしれませんが、介護保険に従事している事業者が、介護で良くなってもらっては困るのですよね。これは変な話5の方が一杯いた方がある意味割合が多くなる、軽くなると逆に儲けが少なくなる。ではなくて安倍総理の方は逆で良くした方が、例えば要介護5の人が3になったり4の方が1になったり、改善したとき

によりインセンティブ報酬上の評価をします。というふうに軸足を切り替えることをこの時におっしゃっていました。それがいわゆる自立支援といわれることであります。

自立というのはどういうことかといいますと、自立は体のこと精神・社会いろいろあります。障がい者に関しては精神的な自立や社会的なものが重要になってきますけど、高齢者は圧倒的に身体的な自立です。とにかく1度社会性であったり精神的なものは成熟しています先輩達ですので、当然年を取って弱っていくのは体ですので、とにかく体ですね身体的な自立が鍵になりますので、ここに特化したケアを提供することが大事。たぶんこれは薬とかではなくケア、生活の中で変えていかなければならないと考えています。

実際に生活を考えるときに、個々のちょっとすいません専門用語でもうしわけないのですが、食事・排泄・静養などいろいろありますけど、全ての動作のほとんどは移動です。そもそも自分の身体をベッドから起こしたり、食卓までいったり移動歩行ができなければ話になりません。移動歩行という能力を支えているのは、実は先程4ついいました、水分・食事・排泄・活動なのです。この4つを徹底的にケアしていきます。

具体的なケアを説明します。

水分です。

水分は1日1,500cc以上これをかけはし・老健の方にも飲んで頂いています。

食事です。

食事は1日1,500カロリー以上取って頂いています。

排泄です。

これは人によって違いもありますけど、下剤を使わないで2～3日に1回の排便。

歩行(活動)です。

これはなかなか難しいですけどこれは1日2キロ。この4つをきっちりやっていると非常に身体が健康的になっていきます。特にこの中でも水分これが余りにもたやすく手に入るので、軽視しがちなのですが水分が別格です。これをするかないかで、それ以外の3つが変わる位に水分が重要になってきます。身体の中の水分量ですけど成人だとだいたい60%、年を取るごとにドンドン少なくなっていきまして50%位に、体重50キロの方だと大体総水分量は25リットルで、そのうち細胞の中にあるもの細胞の外にあるものといいますと中が15リットル外が10リットルとなっております。

血液はサラサラしているので想像つくかと思えますけど90%位が水分です。筋肉は大事です、柔軟性という言葉で75%～80%。脂肪は10%～30%です。骨は予想つくかと思えますけど10%位です。次は脳です人間の中で1番大事な脳、これはどれ位含まれているかということ80%～85%ということで、人間の脳は水分がないと働かないような仕組みになっております。いろんなサプリメントとかいろんな栄養を取ったとしても、水がない限りはどうしようもないのです。ちなみに木綿豆腐は86.8%ですので水分に満たされているということです。逆にいいますと水分を失ってしまうと、影響を受けてしまうのが脳

です。そのことによって正常の判断が出来なくなったりします。脳の水とかはどういうふうに伝わるかといいますと、口から飲んで1分以内には脳の方には来ます、身体にとって1番優先的な大事な器官である脳に届くようになっております。ちなみに1度飲んだ水分はどの位かけて身体から出ますかということ、およそ1カ月といわれております。ですので身体の水分が入れ替わるのには1カ月かかるといわれております。

先程いいました水の出納ですけど、1日に体格とか生活とかで違いますけど出る水と入る水というのは、出る水は大体オシッコで1,500ml汗とかで700～1,000ml便が200～300ml、合計2400～2800ml出てると思われれます。入ってくる水はどうかといいますと、食事にも入っています、燃焼水という細胞の中で自家生産される水です。差し引き食べ物とは別で飲み水として、飲まなければいけないのは尿にあたる1,500mlです。これを飲まないで行くとドンドン脱水になっていくのです。ですので先程いいました、水分1,500mlという理由はここにあります。

ちなみに水分の欠乏に関してですけど、体重に比べて1～2%減少するとどういことが起きるかということですけど意識障害が起こってしまいます。2～3%だと発熱・循環機能低下→早朝の脳梗塞などいろいろの症状が起こってきます。水分が欠乏しますと頭の中で脳が状況判断出来なくなってしまうと、そうなる認知症のような症状が現れてきますですので、何か変だなど思っても実は認知症でなくてただの脱水だということがあります。

動 画 上 映

北斗福祉村における在宅支援のイメージとしては介護老人保健施設・あやとり・病院というのがあります。病院は病気を治すところですけど、生活を立て直すところは介護の得意分野ですので、かけはしあやとりなど在宅支援の方でそういったことをやっていきたいと思えます。そういったことの共通したキーワードは技術支援ですので、水分の提供そういった排泄や運動そういったものを中心に行って、皆さまの生活を支援していきたいと考えております。

サービス付高齢者住宅あやとり、老人保健施設かけはしですけど、随時見学の方は受け付けておりますので、是非お気軽にお問い合わせ頂きたいと思えます。

非常に駆け足の説明になってしましまして申し訳ありませんでしたが、これでお話のほうは終わりたいと思えます。ご清聴ありがとうございました。

◎閉会宣言

深澤佳世子 副SAA

◎点 鐘

板倉利男 副会長

次回プログラム予定

青少年奉仕・ロータクト委員会

9月26日(火)「ライラ報告会」

ライラセミナー参加者3名により

セミナー研修報告