



特定非営利活動法人
ニッポン・アクティブライフ・クラブ
事務局:大阪市中央区常盤町2-1-8親和ビル4階 〒540-0028
電話06-6941-5448(代表) FAX06-6941-5130

ホームページ <http://nalc.jp> 毎月1回 10日発行
Eメール編集室...kaiho@nalc.jp

介護保険次期見直しの論点をめぐって 市民オンブズマンと共催でセミナー

大阪大学大学院堤修三教授

高畑敬一ナルク会長が意見表明

3月5日(土)、大阪北区PLP会館で介護保険市民オンブズマン機構大阪とNPO法人ナルクが共催で、「介護保険次期見直しの論点をめぐって」と題するシンポジウムを開催した。予定されている「介護保険の改正」の問題点を、ナルク高畑敬一会長と堤修三大阪大学大学院教授を講師に、オンネット岡本祐三代表理事をコメンテーターに迎え、240人の聴衆が熱心に受講した。

来年度に予定されている介護保険法の次期改正は「在宅生活を続けるための24時間巡回訪問」の導入や、「制度維持のための財源確保」が柱になる見通しだ。大きな制度改革は介護予防で給付抑制を目指した2006年以降である。背景には団塊世代の高齢化で、要介護者の急増が見込まれ、このままでは制度の維持ができないという危機感がある。介護保険制度が始まった2000年に149万人だった利用者は、昨年12月には399万人に達した。また昨年厚労省の審議会で「認知症になっても、独り暮らしになっても自宅で安心して暮らせる制度にすべきだ」という意見が出され、それをきっかけに「24時間巡回訪問」が検討されるようになった。

こうした現状を受け、厚労省は「在宅サービスの充実」「高齢者住宅の供給」「認知症支援」「家族介護者支援」「給付と負担のバランス」などを検討対象としている。これらの命題に対して二人の講師はその見解を述べ、問題点を明らかにした。

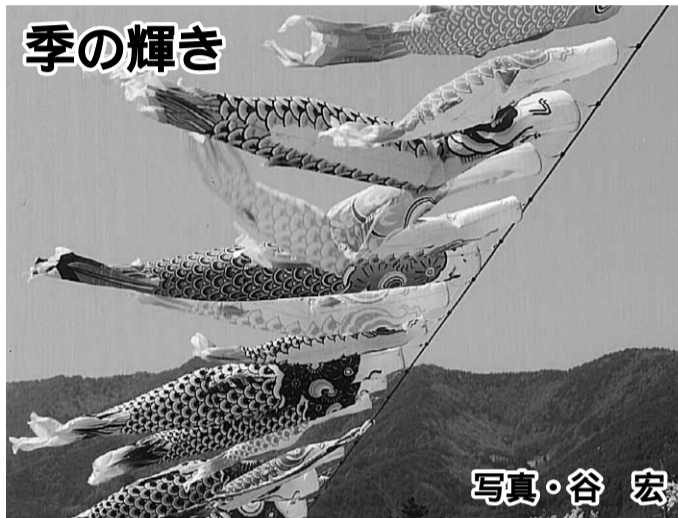
高畑敬一ナルク会長
地域包括支援センターの役割は?



今回の改正は「人の最後は自宅で迎えたい」という人が

増えている現状から「在宅サービスの充実」が一つの柱になっている。これに必要なのは「365日、24時間地域包括ケア」の体制が整わなくてはならない。地域包括ケアシステムには次の5つの実強化

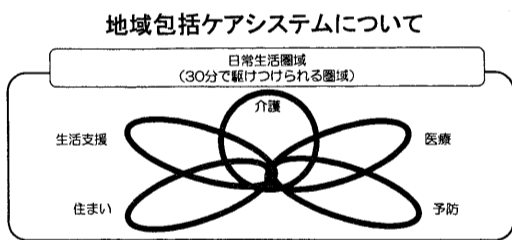
- ① 医療との連携強化
- ② 介護サービスの充実
- ③ 予防の推進
- ④ 生活支援サービス
- ⑤ 高齢者住宅の整備



季の輝き

写真・谷 宏

高齢者住宅を国交省とも連携して整備することが必要。これらの施策を実施していくなかでは、地域包括支援センターが24時間介護の基地になる必要がある。ケアプランの作成はセンターの業務からはずすなどして、センターは相談業務に専念する、さらにインフォーマルサービス提供団体を増やし、それらのネットワーク化を図り、サービスのコーディネート機能を果たす役割を受け持つべきであろう。



介護保険費用は年々増加し、制度が始まった平成12年度には総費用が3・6兆円だったものが、10年後の昨年度には7・9兆円に達する見込みである。一方保険料は月額5千円が壁と言われている。軽度の要介護者のケアは介護保険の対象から外してもい



財政的に維持するには

財政当局は給付の国庫負担は、できるだけ抑えるべきという考えである。給付の改善、介護報酬引き上げなどの歳出増は財源を見つけて実施する、つまりペイアズユーゴーの原則に従うべし、という考えである。しかし介護職員の待遇改善問題をはじめ、お金がある問題が山積している。その解決策として被保険者の範囲を40歳以上から30歳以上に引き下げるといった処置はやるべきであろう。

この代わり要支援者として埋まらなければ介護給付費準備基金(埋蔵金)の取り崩しも図らなければならない。高額所得者の自己負担の引き上げが論議されているが、給付は所得とは無関係に平等に行うのが原則であるから、これに不合理である。低所得者への優遇策は増税を伴うなど政治的大問題を伴う。その

「要介護認定制度を廃止し、ケアマネによるサービス利用の個別決定」という声の一部が、対象者を客観的かつ公平に選定するのは、現状では無理であろう。

以上が3氏の見解であるが、いずれにせよ次期の見直しは問題が山積している。

次に「地域包括ケアシステム」の問題である。難しい名前を付けているが「日常生活圏域内において、医療・介護・予防・住まい・生活支援サービスが切れ目なく提供されるシステム」ということである。重度の要介護者、単身者などが施設ではなく、在宅生活を維持することができるといふことが素晴らしいプランだが、これで施設志向がなくなるというのには絵に描いた餅であろう。

制度の方法論の研究が、学問的になされてこなかったことである。どうしたら一番良いサービスが提供できるかという問題が学問の世界からも湧いてこなかった。ケアマネジメ

以上が3氏の見解であるが、いずれにせよ次期の見直しは問題が山積している。

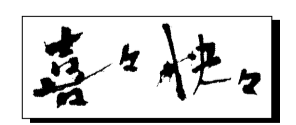
以上が3氏の見解であるが、いずれにせよ次期の見直しは問題が山積している。

岡本祐三オンネット代表理事
制度の抜本的改革は不可能?

介護保険という制度は、色々言われてきたが、この10年の歩みの中で国民の間でも支持を得られてきたと思う。

この抜本的改革には大増税を伴うなど政治的大問題を伴う。その

ナルクの会員はみんなが優しい心の持ち主ばかり。東日本大震災が起きて未曾有の被害状況が伝えられるにつれて会員の安否を気に電話が本部に殺到した。本部は休日返上で東北・関東・北海道の各拠点と連絡をとり、被害の状況を問い合わせたが宮城拠点以外は家族を含めて死者がいなかったことが分かった。その宮城も4月には、ようやく全員無事、ただし流出2件の情報が入り安堵した。阪神大震災の際には被災会員宅へ救援カンパ金を持参、激励喜ばれた。この他に街頭募金で頂いた義援金は日赤にお渡しした。今回も続々と温かい心の結晶が集まっている。一番早かったのがナルクUSA。「復興チャリティーバザー等工夫してカンパを継続する」とのメールも届けられた。あ



震災救援カンパ続々と

ナルクUSAからも会員の真心が

会報で「東日本大震災」の救援カンパをお願ひしましたと、第1陣として、物資も届けたい、被災者の真心が續々と寄せられています。

「会報4月号」に掲載された会長のメッセージを活用する機会も数多くあります。

しかし、この度の震災の影響はしばらく続くと考えられます。締め切りは設定しましたが、引き続きカンパ活動を継続することです。

例を基準に対応したいと考えています。

大阪・淡路大震災の時は、会長以下役員が訪問して、被災者会員に対して、全壊は10万円、半壊は5万円、一部損壊は1万円を届けました。

今後ともよろしくご協力をお願い致します。



ボランティアの喜びの記

ナルクとわたくしの出会い



私の出会いは、今から6年前、入院中の母の介護をしていた時、Mさんと出会ったのがきっかけでした。

Mさんは体力がなく、自らの体を支えることさえ困難で、ご家族は遠くに住み、見舞いにも来られず、とてもお気の毒でした。

ちょうどその頃、テレビでナルクの遠距離介護を知り、すぐさま放送局に問い合わせました。

早速Mさんと二人で入会をしました。Mさんが得意の短歌を私に教えてくださり、私はそのお礼として身の回りのお世話をする形で助け合いが始まりました。

体調が徐々に悪化し、短歌の勉強がままならなくなっていました。そこから私の奉仕活動が本格化していきまし

ナルクのコーディネートの下、Mさんのお世話をし、母の介護もできたことはとても幸せで、私にとってはナルク三昧の毎日でした。

活動管理システム導入研修会活発

3月の会報で案内した活動管理システムの導入研修会を4会場（札幌・東京・大阪・広島）で7日間にわたり実施した。



各会場とも早くこのシステムをマスターしようとする熱心な受講者で溢れた。

研修を受けた会員はその後も拠点で日々トレーニングに励むなど、熱心な研修が続いている。

本システムは、パソコンに不慣れな人でも使いやすいように多くの入力項目を選択できるようにしている。

理事会&第16回定時総会予告

第46回理事会 日時：5月16日(月) 13時30分 場所：本部3F 第16回定時総会&全国代表者会議 日時：5月26日(木) 13時30分 場所：大阪中央区産業創造館



児童擁護施設での梅干作り

Mさんのご家族が帰省された折には、お墓の掃除を手伝うなどご縁を大切に過ごしてきました。

そんな中で母の他界という悲しい出来事がありました。その時ナルクの皆様に励まされ、再びナルクの活動に参加

し、心静かな毎日を送ることができました。つくづくナルクに入ってよかった、と思います。

色々なことに興味をもち、参加することで前向きになりながら、我ながら少しは成長できたかと思っています。

肩ほぐし

毎日のボランティア活動お疲れ様です。活動や勉強で肩のこりに悩むあなたへ、ちょっとした軽い話題をお届けします。

昭和は遠くならにけり 昭和元年(1926年)は寅年(ひのえとら)で、12月26日から6日間だけの短い年でした。

昭和5年(1930年)は庚午(かのえとら)年で、世界経済恐慌が日本を襲い、失業者355万人が浮浪者になりました。



その2週間後にマッカーサーが占領軍司令官が来日し、以後7年にわたり日本は連合国軍の占領下に置かれました。

昭和10年(1935年)は乙亥(きのと)年で、第一回芥川賞に石川達三「蒼氓(そうぼう)」が選ばれた。

昭和15年(1940年)庚辰(かの)の年の平均寿命は、男46歳、女49歳でした。

実り多きベトナム

カンボジア研修旅行

関西国際空港からOK、ヘルメットは55名、成田空港から無し、信号もほとんど無視、バスから見るとハラハラドキドキの研修旅行一行が、2月21日(月)午前10時30分、日本を飛び立った。

所要時間約5時間、時差は2時間、無事14時過ぎハノイ空港に到着した。

早速3台のバスに分乗し、ホテルに向かう。

ハノイの第1印象は、ホコリとバイク。バイクは4人までは

となつている。通貨はドンで1000円は22,000ドン。

ハロン湾の絶景、舟外れに大きな洞窟、さすが世界遺産と言われただけはあるハノイには、ただ驚嘆するばかり。

心の中は何か哀しく、淋しい。色とりどりのヘルメットをかぶり、サングラス



ハノイ・ハロン湾の絶景

カンボジア

に大きなマスク、オートバイにまたがった姿は、まさしく月光仮面！通勤時間と重なれば、その群れは大洪水となつて街中を疾走していた。とりわけ排気ガス除けのマスクは私たち旅行者にとっても必需品で、それがなければ喉を痛める。苦しく辛いベトナム戦争を乗り越えた。先進国の発



アンコールワット

アンコールワット(南大門、バクイオン寺、象のテラス等)は「大きな街」の名の通り、一辺3kmの城壁に囲まれた大型の城塞群からなっている。

内部には中央にバイヨン寺院、北には王宮や美しいテラス等があり、素晴らしい遺跡群に目を張った。

カンボジアから空路ベトナムのホーチミンに移つての最終日は、午前組・午後組の2班に分かれ、ホーチミン市の郊外にある福祉施設を見学。

この施設はキリスト教会がチャリティで経営している「老人ホーム」であり、身寄りもなく収入とてない62名の老人が終の住まいとして身を寄せ合つて暮らしているもの。

国民健康保険制度はもとより、介護保険制度などまだまだ考えられないベトナムにあつては、このような施設は一部の篤志家(企業、団体)の援助に頼るしかない。日本の制度、設備と比べれば、決して満足とはいえない施設のなかで、明るく我々を迎えてくれ

ベトナムは気候的に北部・中部・南部の3地区に分かれ、北部のハノイは四季があり、11~2月は冬季、5~8月は夏期、南部のホーチミン市は5~10月乾期、11~4月は雨期。

ベトナムは気候的に北部・中部・南部の3地区に分かれ、北部のハノイは四季があり、11~2月は冬季、5~8月は夏期、南部のホーチミン市は5~10月乾期、11~4月は雨期。

ベトナムは気候的に北部・中部・南部の3地区に分かれ、北部のハノイは四季があり、11~2月は冬季、5~8月は夏期、南部のホーチミン市は5~10月乾期、11~4月は雨期。

拠点リレー訪問 74

土岐拠点愛称ととき川訪問記

「ナルク土岐」は平成20年5月、岐阜県土岐市に発足し、設立後3年、会員数74名の新進拠点です。発足1年で会員が30名程度の時、ナルク15周年記念エゴ・ふれあいウォークの支援を引き受けて頂き大変な負担をかけた。水野代表にお礼を申し上げると、「全員一致で頑張ったことが会員の一体感と底力に繋がっている」と嬉しいお言葉。

土岐市は人口約6万2千人、土岐川と周辺の丘陵地の自然に恵まれ、美濃焼の原産地としても知られていますが、核融合研究の世界的センター、世界的ブランドが買える広大な「土岐プレミアムアウトレット」もある魅力ある地域です。

水野代表、筒井副代表、古山運営委員他の皆さんにお聞きしました。



ナルク土岐役員の方々

1、社会奉仕活動に力一杯
土岐市の町づくりの一環で最大の夏のイベント、織部まつりの市民盆踊り大会では代表が実行委員長をつとめ、歌い手総合練習や本番受付、冷茶接待等の運営奉仕を引き受けて大いに評価されています。踊りを通じた市民との交流の大切な場です。

2、会員同士の助け合い
医療機関・買物への送迎・付き添い・家事援助・草取り・墓地清掃などに20名が活動しています。

3、地域との連携
行政、地域包括支援センターとは緊密な関係となり、ナルクへの入会紹介(行政では対応できない方)、研修会の講師派遣、情報交換で密接に連携しています。

4、専門部(同好会)
はウォーククラブ、カラオケクラブ35名で熱心に取り組んでいます。

5、「ナルク土岐」はこの3年間、体力作りと基礎体制作り、地域に認知して貰うことに力を入れてきました。今後の方針は次の通り明確です。

・目標100人！会員がそれぞれ知人・友人・親族に勧誘・その他の方法を駆使して。

・事務所の新設！会員の連絡・交流のために欲しい。サロンを公開して経費を作り出すことも含めて検討中。

・県内のナルク拠点との連携を強化し、東濃地域に新拠点を作る夢を持って励む。

「ナルク土岐」の今後の発展を確信します。

記・野村文夫



織部まつりでの冷茶接待

1、社会奉仕活動に力一杯
土岐市の町づくりの一環で最大の夏のイベント、織部まつりの市民盆踊り大会では代表が実行委員長をつとめ、歌い手総合練習や本番受付、冷茶接待等の運営奉仕を引き受けて大いに評価されています。踊りを通じた市民との交流の大切な場です。

2、会員同士の助け合い
医療機関・買物への送迎・付き添い・家事援助・草取り・墓地清掃などに20名が活動しています。

3、地域との連携
行政、地域包括支援センターとは緊密な関係となり、ナルクへの入会紹介(行政では対応できない方)、研修会の講師派遣、情報交換で密接に連携しています。

4、専門部(同好会)
はウォーククラブ、カラオケクラブ35名で熱心に取り組んでいます。

5、「ナルク土岐」はこの3年間、体力作りと基礎体制作り、地域に認知して貰うことに力を入れてきました。今後の方針は次の通り明確です。

・目標100人！会員がそれぞれ知人・友人・親族に勧誘・その他の方法を駆使して。

・事務所の新設！会員の連絡・交流のために欲しい。サロンを公開して経費を作り出すことも含めて検討中。

・県内のナルク拠点との連携を強化し、東濃地域に新拠点を作る夢を持って励む。

「ナルク土岐」の今後の発展を確信します。

記・野村文夫

た入居者の皆様と歌を歌い合い、ささやかなお土産とチャリティ募金をお渡ししました。

26日の夕食は全員で最後の食事、その後はいろいろな出し物で楽しい一時を過ごし、関空組と成田組それぞれの人たちと別れを惜しみながら帰途についた。事故や体調を崩す人もなく、全員7日間の楽しい旅を終えた。(記：八百坂康子、早野矢須男、奥田政子)

花屋で菖蒲を買ってきて、そのまま細かく刻んで、ひとつかみを布袋に入れ、袋を洗面器などにいれ、熱湯をそいで10分位置き、精油分を抽出します。袋と抽出液をお風呂に入れれば菖蒲湯になります。気分を少し束ねて浴槽に入れてもよいでしょう。これこそ天然のアロマセラピー効果が期待できます。

生涯学習センター ニューズ

①馬街道をゆく 灘五郷を行く 5月20日(日)藤岡 06-6876-1832

②J&Bコーラス 拠点の総会出演OK 075-712-4012 広部

③千翠(詩吟) 拠点の総会出演OK 090-4292-7171 青木

④劇団ナルク 劇団員募集中 090-5970-2279 茶谷

以上

今年も「となみチュリップフェア」のPRのために、富山県からチュリップ娘が本部を訪れた。

四季の湯

5月11日 菖蒲湯

子どもの日(5月5日)は「端午の節句」と言いますが、また菖蒲(しょうぶ)の節句とも言われています。

ちよつどその頃花を咲かせる菖蒲の葉は、強い香気があり、この香りが不浄を払い邪気を遠ざけると言われています。

また昔から菖蒲は「勝負・尚武」に通じることから、男の子の出生を祝つて端午の節句には菖蒲湯に親子で入つていたそうです。

菖蒲に含まれる精油成分(芳香成分)は血行を促進し、鎮痛・腰痛・神経痛などを和らげる働きがあるそうです。

「作り方」



団体賛助会員

(5口以上・敬称略)

あいおいニッセイ同和損害保険・大阪ガス労働組合・亀岡病院・関西電力・関西電力労働組合・近畿労働金庫・公益社・サンヨー電機労働組合・CGCグループ・全電通近畿社会福祉事業団・全東レ労働組合連合会・象印マホービン・ダイハツ労働組合・東北電力・東北電力労働組合・東北発電工業・日新製鋼労働組合・パナソニック・パナソニックグループ労働組合連合会・パナソニック電工労働組合・丸十服装・妙見閣寺・ユアテックユニオン・U・Iゼンセン同盟・信和ゴルフメンテナンス・労働者福祉中央協議会・四国電力生活協同組合・日通旅行

読者の広場

俳句

「京都・ことの会」
限りなく悔いおおき我
鳥雲に

川柳

「千歳」
正直者パンダに好かれ
苦笑い

随想

恋猫の
一途が我に似て哀れ
森 幸子

待ち遠しい
太極拳教室
上田・千曲 山崎規正

記者レポート

「銚子」

「ひとり暮らし
高齢者見守り支
援事業」を受託
銚子拠点で

2人1組で安否確認の
見守り支援を実施して
います。利用者の皆様
からは、なかなかの好
評です。

集まって「どっこい」
というグループを作
り、老人ホームの慰問
などを行っていたが、
このほど全員がナルク
に加入、吹田拠点で奉
仕活動などを開始し
た。

「交野」
程一彦(ていかずひこ)
さんの養生訓
NHKの「今日の料
理」などでお馴染みの
程一彦さんは、交野
の酒蔵に集うグルー
プで知り合いました。昨
年秋に洛陽を旅した
折、「養生訓」の原稿
をお願いしたところ、
即刻その場で書いてく
るにもなる。(豊島隆)

「吹田」
三味線グループがナル
クUSAを訪問
市内の三味線好きが

今、無縁社会に喘ぐ
日本で、この奉仕活動
が地縁社会をつくる小
さな灯になればと願っ
ています。(藤本正雄)



「ひとり暮らし
高齢者見守り支
援事業」を受託
銚子拠点で

NHKの「今日の料
理」などでお馴染みの
程一彦さんは、交野
の酒蔵に集うグルー
プで知り合いました。昨
年秋に洛陽を旅した
折、「養生訓」の原稿
をお願いしたところ、
即刻その場で書いてく
るにもなる。(豊島隆)

大阪・北摂シニア向け分譲マンション
ユニエス南千里丘
先着順受付中
1LDK+N 50.04㎡ 2,727万円
2LDK+N 62.01㎡ 3,449万円
2LDK+N 80.04㎡ 4,678万円

ユニエス南千里丘
駅前徒歩2分に誕生。
「光明神々温泉(人工温泉)使用の大浴場や、入居者専用の
レストラン(有料)など、館内に多彩な共用施設をご用意。
実物見学会開催中 予約受付中
下記お電話で、ご予約ください。