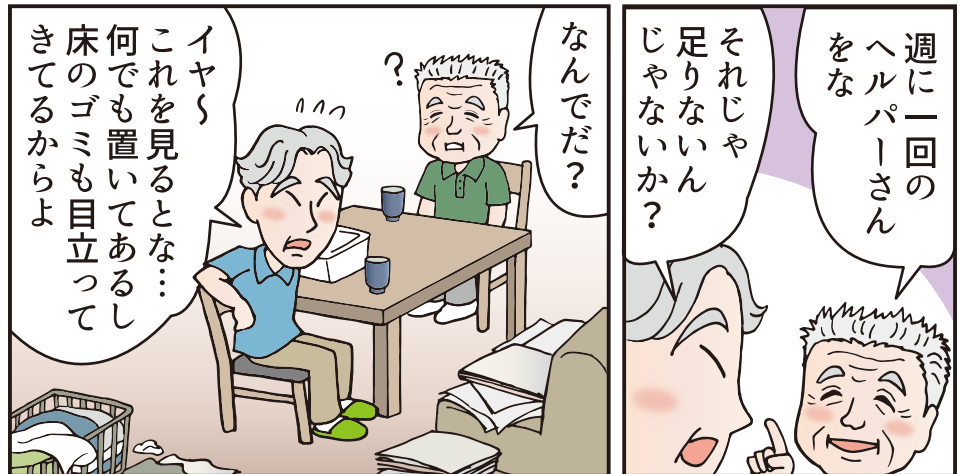
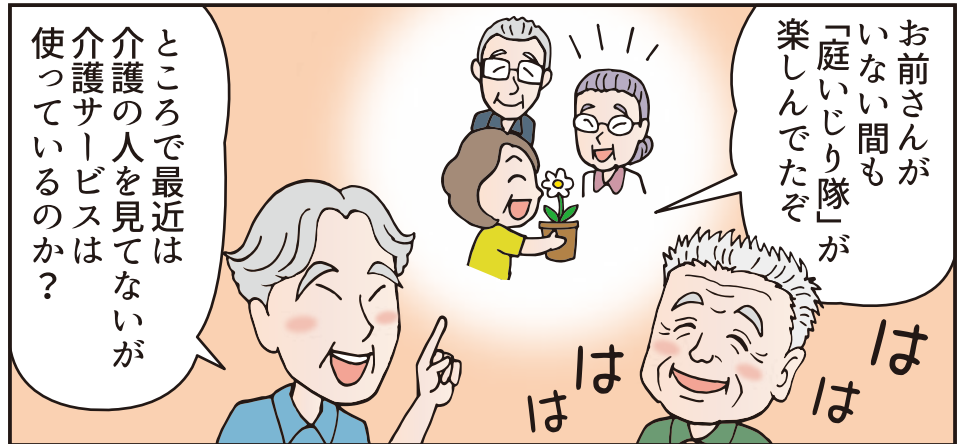
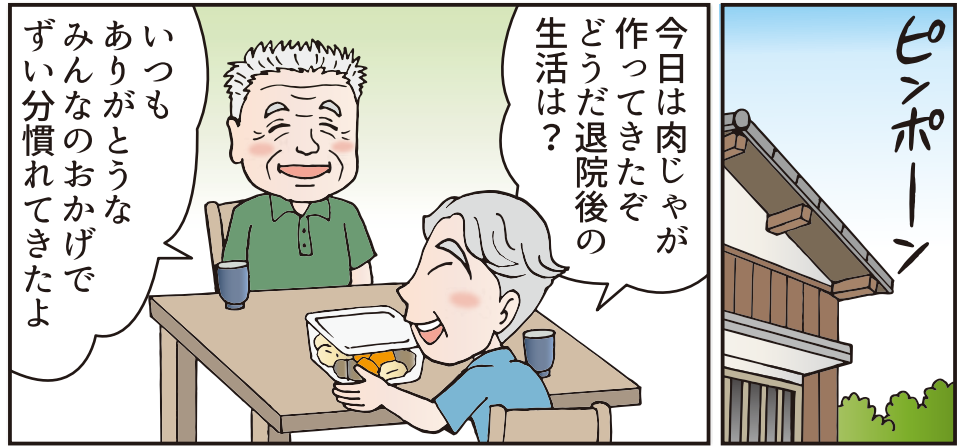




一人になると
面倒なもん
なんだよ

もっと
ヘルパーさんに
お願いすれば
いいんだよ

掃除や食事の
支度とかもさ！

それが
数日前な…



ヘルパーさんに
何をしてほしいと
思っていますか？

そうだな…
2日に

1回くらい
掃除をして
もらえると
助かるな

買い物と
料理と…

ネットで買った
重い物を台所まで
運んでほしいな

地域包括
支援センター
岩崎さん

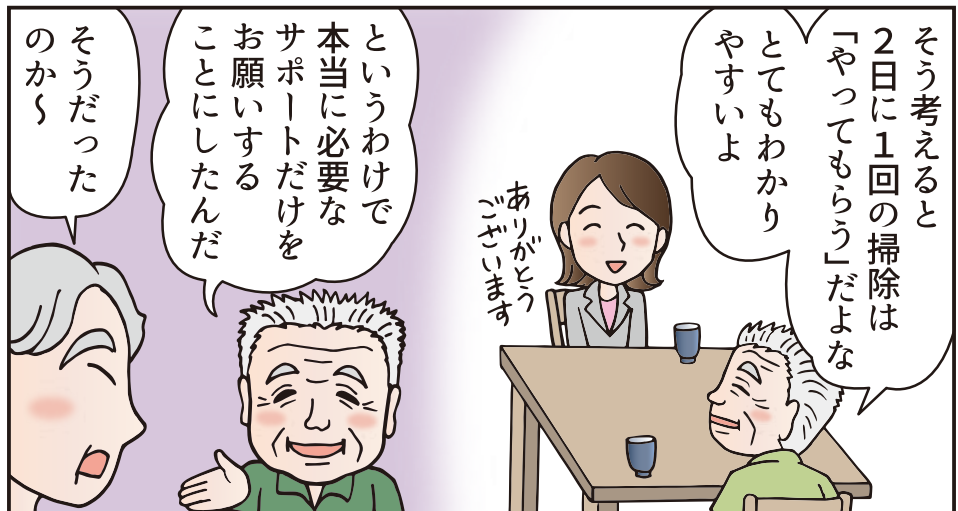
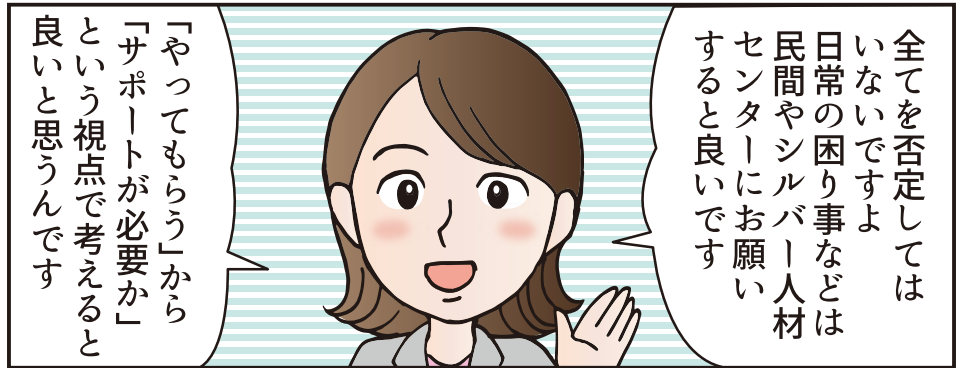
以前、介護保険の
考え方を話した
ことがありましたが
覚えてます？

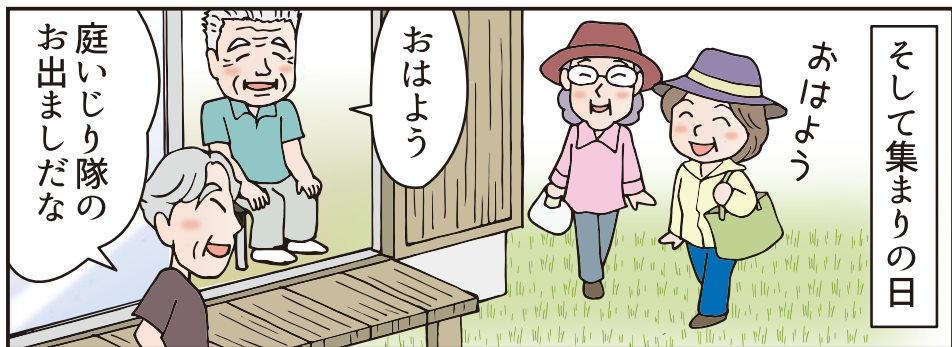
花子の時に
してくれたので
覚えてるよ

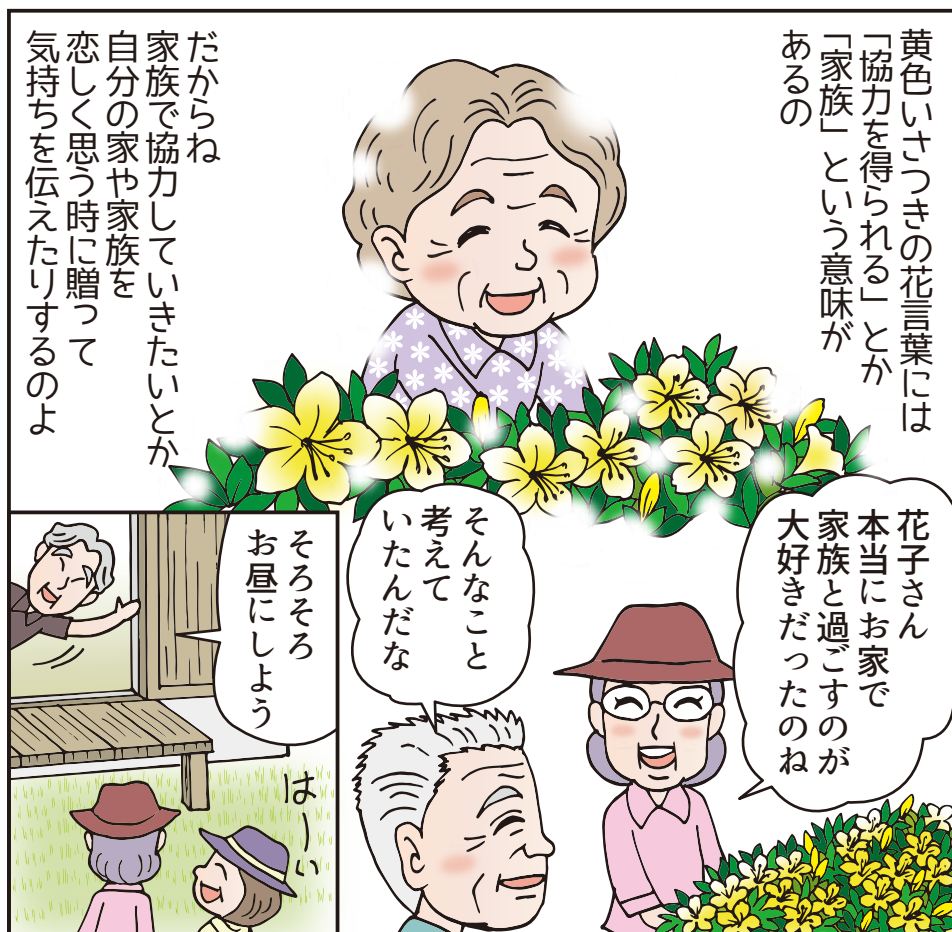
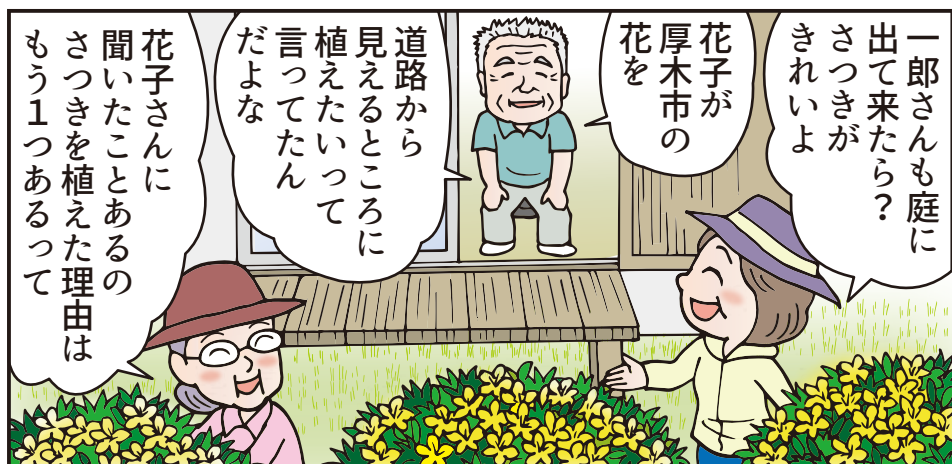
家族との
共有スペースの掃除や
家族が使うかもしれない
買い物はできないって

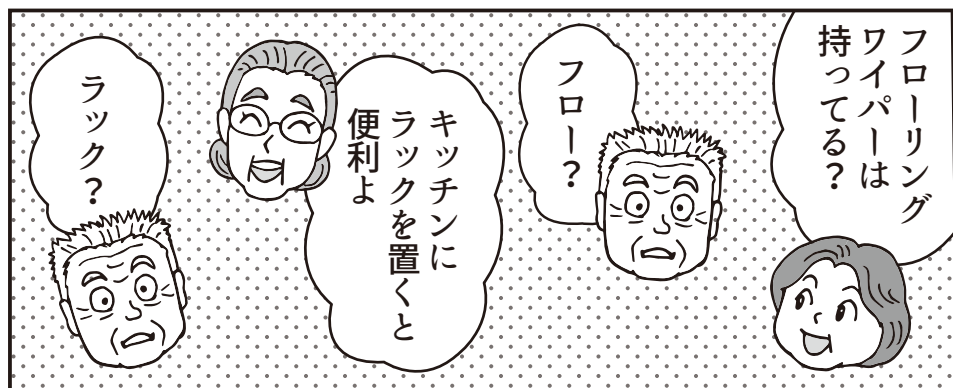
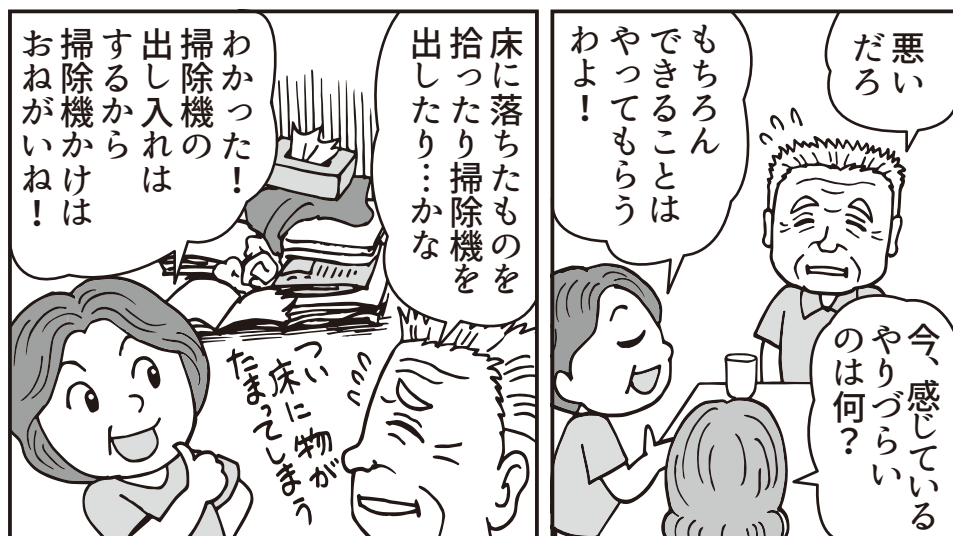
俺はもう
ひとり暮らし
なんだ

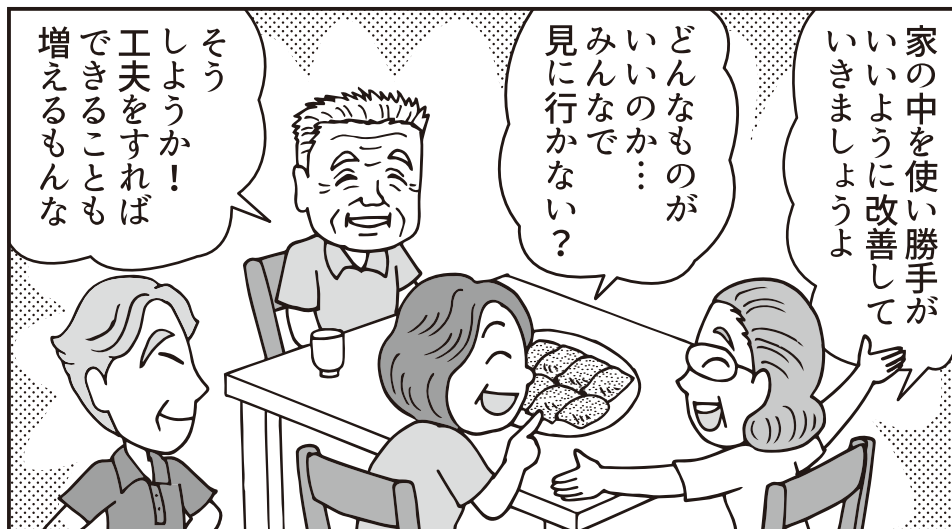
問題ないん
だろ？











それはいいな！
人生の最期をどうしたいか
どう生きていくのが幸せか
俺ももう一度考えてみたい

一緒にお願い
できるかな？

もちろんだよ

人生会議の出前講座を真剣に聞き

一郎さんは

「じぶんノート」心づもりの記録」
を書いてみることにしました

じぶんノートは
記入することで
心づもりの記録が
できるものです

また
その心づもりを
周りの方と
お話しして頂く
ことが大事です

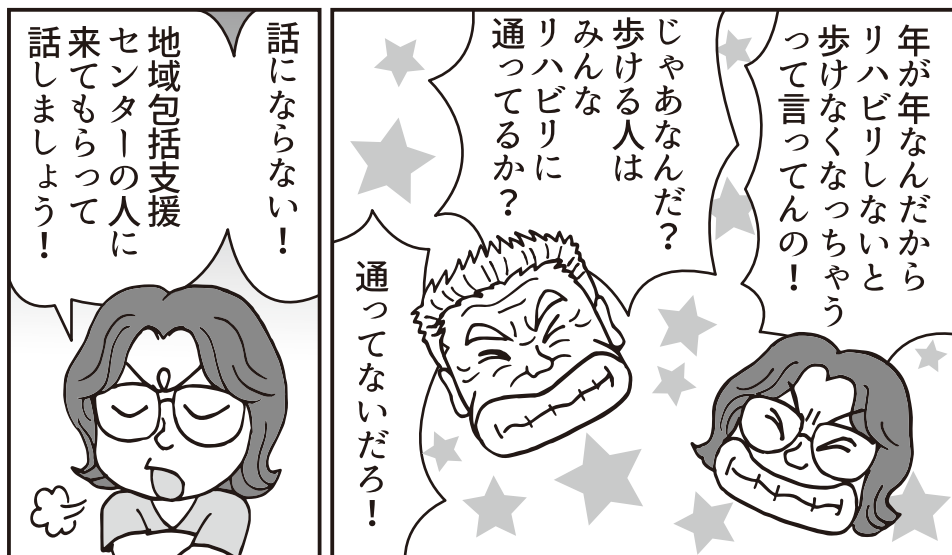
ぜひ話すきっかけに
してくださいね

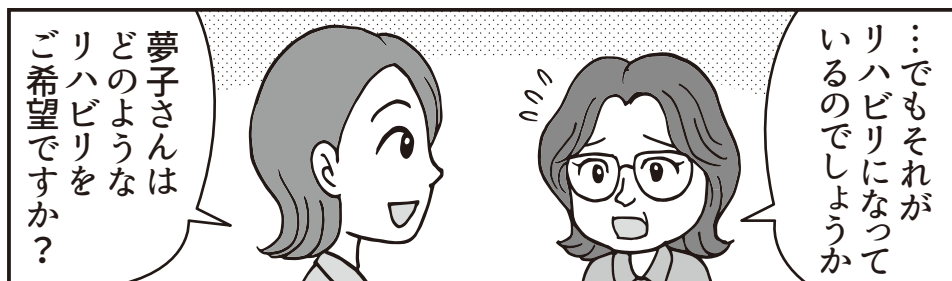
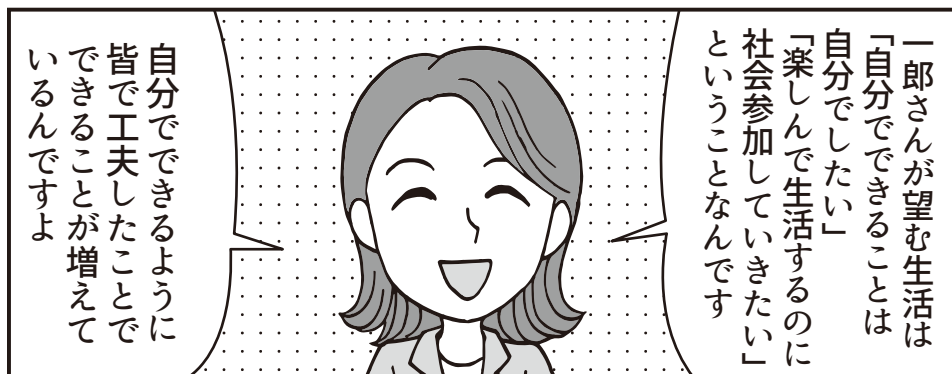
書きたい時に
書けるところを
…でいいんだな



「じぶんノート」とは、もしもの時に
じぶんの想いを信頼する人に伝える
手助けとなるノートです。
自分自身の備忘録としても
活用できます。







機能が低下しないために
毎日通えるところが
希望ですが、せめて
週3〜4日くらいは…

病院で
するような
リハビリを
ですか？

夢子
それはでき
ないんだよ

えっなんで？
病院から
見放され
ちゃったの？

いえいえ、一郎さんが
利用できるリハビリは
介護保険になるんです
医療と介護では
目的が違うんです

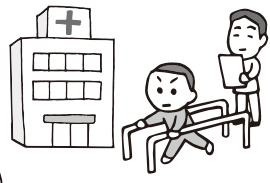
介護保険の リハビリ

日常生活全般の
機能維持



医療保険の リハビリ

治療・訓練による
特化した機能回復

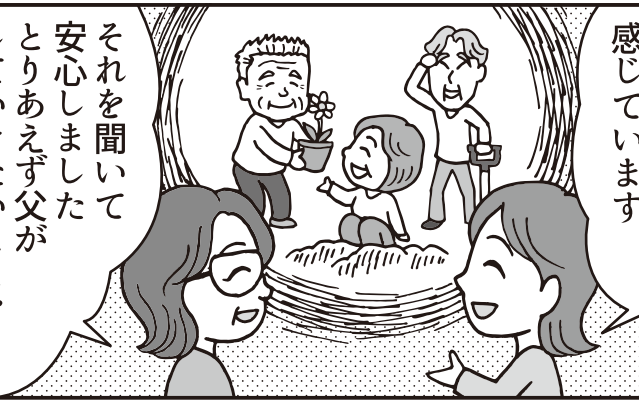


原則として
医療保険と介護保険の併用は不可
介護保険の適用が優先

私が思ってたのは
医療保険の
リハビリだったのね

今、一郎さんは
自分でできることも
増えていきますし
介護予防を考えると
十分だと
感じています

それを聞いて
安心しました
とりあえず父が
していききたいことを
見守りたいと思います



心配するな時々
シルバーさんも
来てくれるからよ

シルバー人材
センターの方は
専門職じゃ
ないよね？
大丈夫なの？

一郎さんは現在要支援2です
地域包括支援センターで
ケアプランを立て
「介護予防・生活支援サービス事業」の
訪問型サービスAを利用しています

この事業は介護の専門職で
ない人もサービスの提供者に
なれるんです



人生100年時代と
言いますもんね
得意なことを
活かしていけるのは
いいことです

訪問型サービスA

訪問介護員が日常生活の
援助を行うサービス

調理

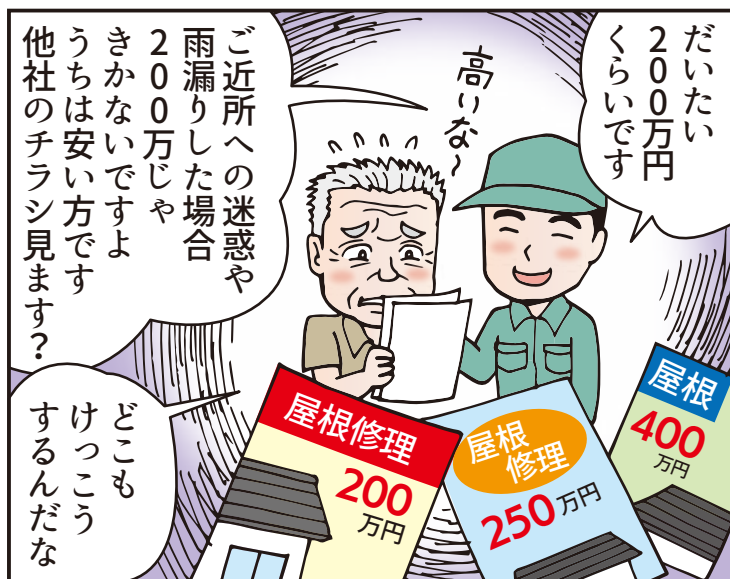
掃除

ゴミ出し

買い物等

また何かあれば
ご連絡ください

わかりました
ありがとうございます
ございます



今日契約いただいたら
特別値引きします
絶対他の人には
言わないで
くださいね

半額の
100万円に
します！

ほんとですか？
じゃーやった方が
いいな！

内緒だぞ！
200万を
100万にして
くれるんだ

おーい一郎さん
そんなに急いで
どこ行くんだ？

なんの
修理だ？

修理代のお金を
おろしにな
業者を待たせてる
から詳しいことは
あとだ！

屋根だよ
けっこう
安くして
くれたんだ
いくらだ？

俺との仲で
それはない
だろー

人に言っちゃ
いけないって
言われてる
んだ！

今日すぐに契約
できたら、の
値段なんだ！

やっぱりおかしいよ
うちの屋根の修理
そんなにしなかったし
信用できるのか？

親身になって
くれてな
大丈夫だよ

じゃあ駐在さんに声かけて
一郎さんちに行くよ
信用できるんなら
問題ないだろ

わかった

次郎さんと駐在さんの
姿が見えると
業者は契約もせずに
立ち去りました

おいおい
やっぱり
信用ならな
かったなあ

最近この近辺で
リフォーム詐欺が
多くなっているん
ですよ
お金を渡す前で
よかったです

でも実際
壊れてたしな

壊して写真撮って
というのが詐欺の
手口の一つです

それは
直さない
となり

ガクッ

そっか...

まさか…俺が
こんなことに
なるなんて…

ありえない！
そんなに俺は
衰えてしまった
のか…

一郎さんは心のどこかで
だまされそうになったことが
引っかかっていましたか
「男男うまくなる会」で
役割があることが
弱ってる気持ち
忘れさせてくれる
時間になりました

今日は
ちよっとした
工夫で…

今日は男男うまく
なる会の定例会

それにしても
今日は暑いな

一郎さん
迎えに来たぞー

あれ、いつもすぐ
出てくるのにな

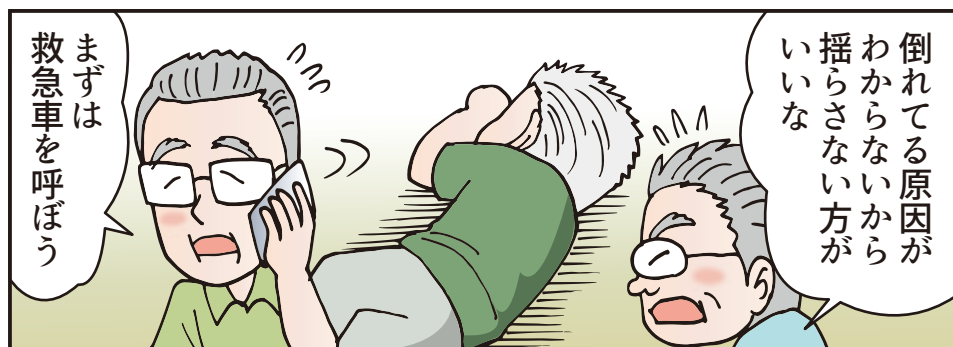
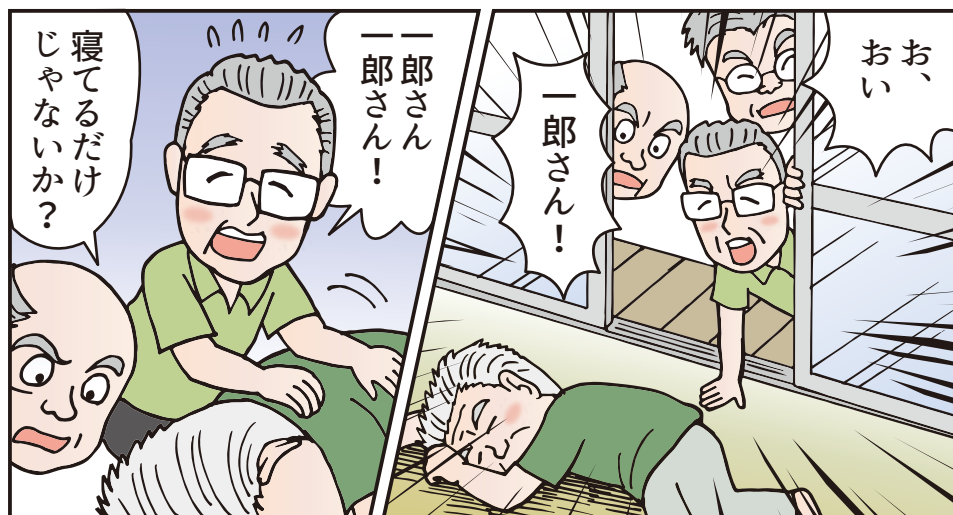
忘れて出掛け
ちゃったかな

昨日電話した時は
覚えてたぞ

庭に
回るか

いつ誰が
来ても

いいように
鍵はかかって
いないだろう



一郎さんは熱中症から
脱水症状を起こしていました
点滴を行い、失われた水分や
電解質を補給しました

熱中症
だったのか…

エアコンは使って
いましたか？

どうも好きに
なれないんですよ
自然な風なら
平気なんだけど

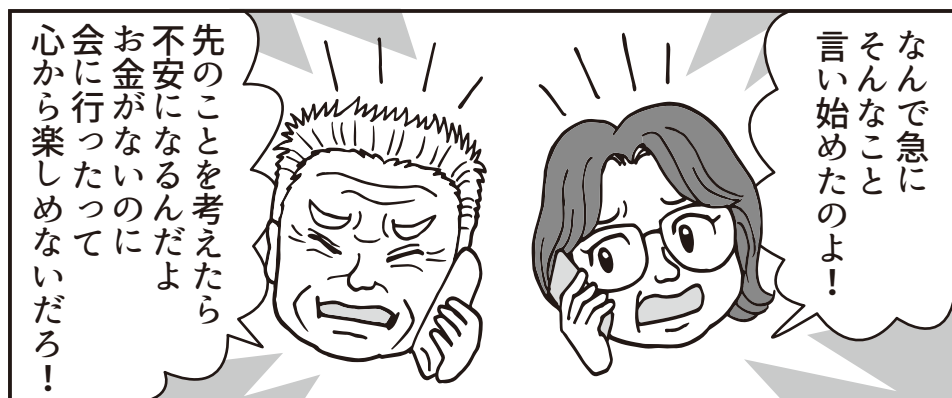
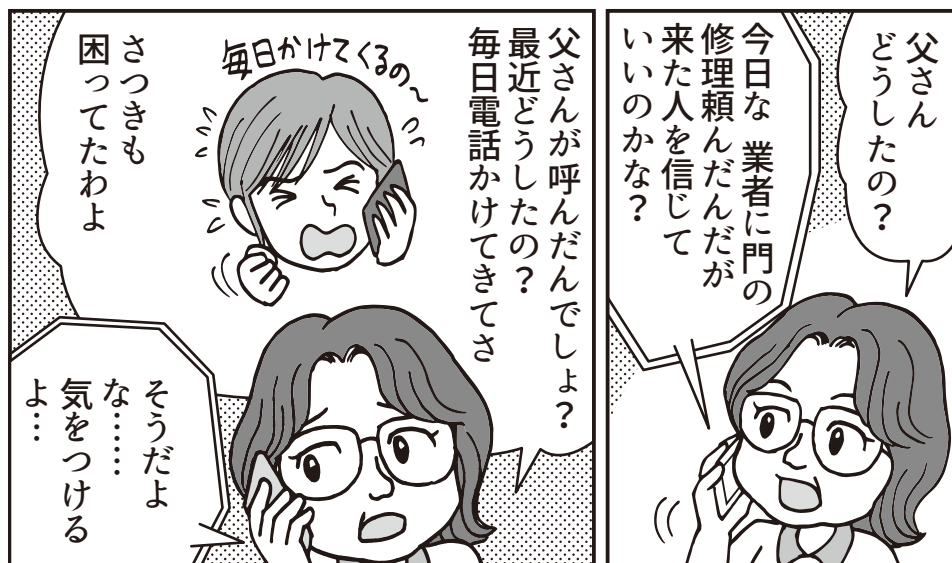
昨日はよく
眠れましたか？

男男うまくなる
会のことを考え
てたら嬉しくて
なかなか寝付け
なかったんです

この暑い中
外で作業などは
しましたか？

午前中なら少し
涼しいかと思い
玄関や庭を
掃除しました







それでも娘たちに
電話をかける日々が
続いています

電話の回数は
減ったけどいつも
同じ話で長いし

そんなに心配なら
施設に入れば
いいのに

施設なんて
考えてない
と思うよ

仕事中に電話が来て
支障が出るの！
聞く時間取れない
しさ

父さんいろいろ
不安なんだよ
もう少し様子を
みようよ

主人も私も仕事が
忙しいから何も
手伝えないからね！
あてにしないでね！

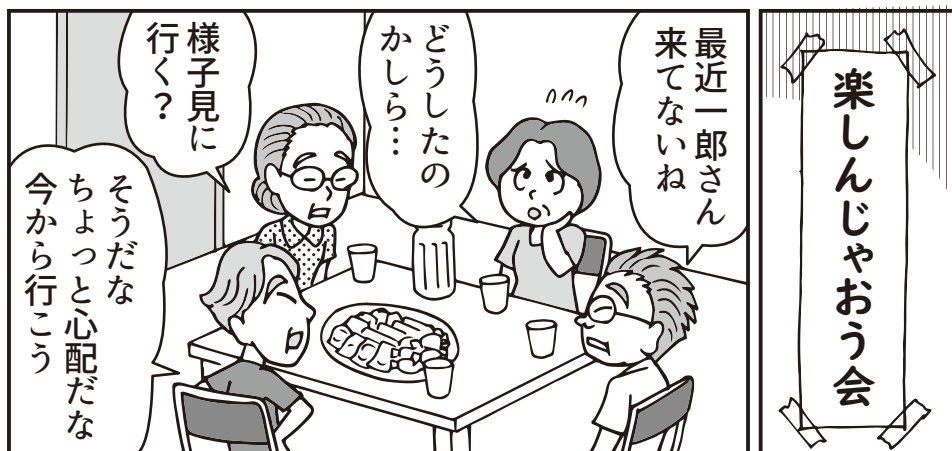
私だって同じよ
母さんの時に介護を
手伝ったんだから
今度はさつきの番よ

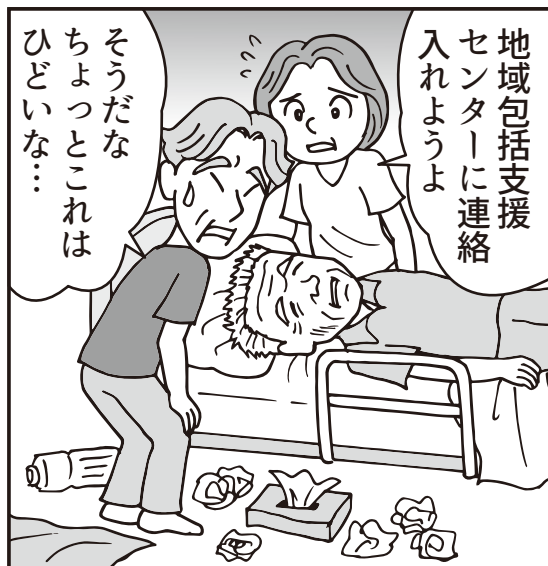
この問題は
すぐに解決できる
ことじゃないし
その時に考える！

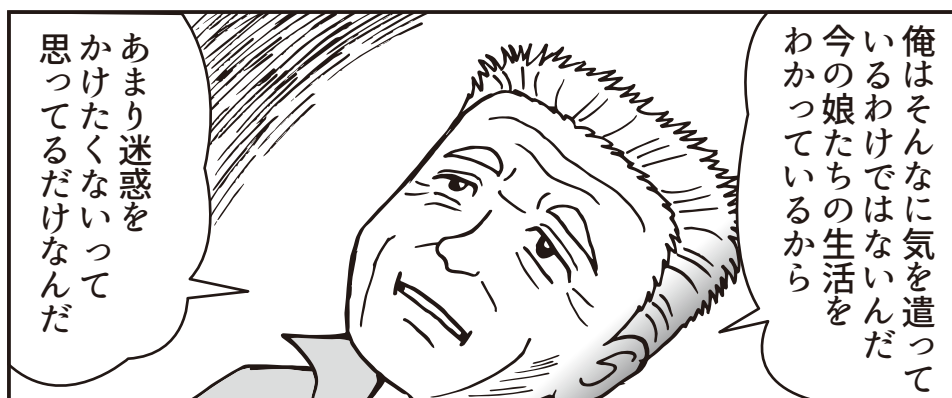
ある程度は
覚悟もして
おいてね

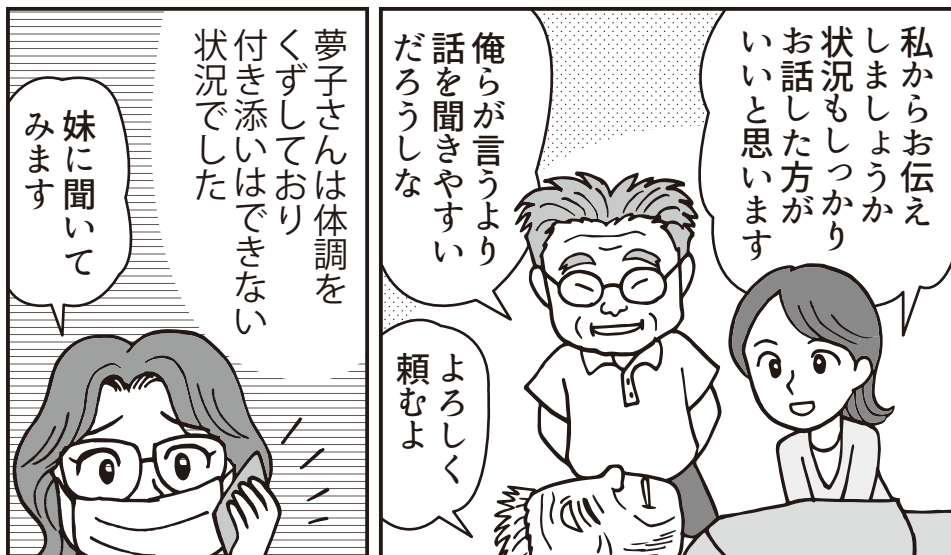
その時に
考える！

さつき
らしい



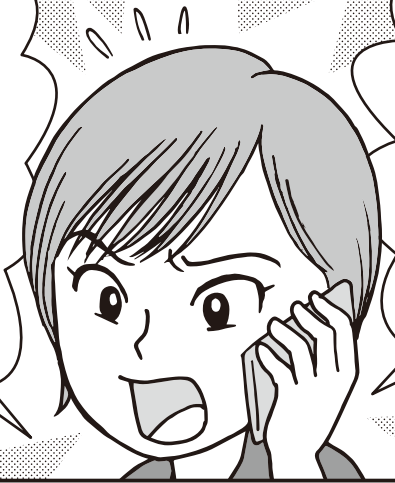






家族にはそれぞれの生活があるの！
介護休暇制度はあるけど
休みは取りづらいよ

子どもだって
保育園に預けなければ
仕事できないのと一緒に
介護だって施設に
預けなければ仕事は
続けられないって！



父さんは恵まれてると思うよ
近所で助け合いをしている
ところってなかなかない
と思うから感謝してるわ

でもね私たちが
家庭と仕事を持って
介護はできないって！



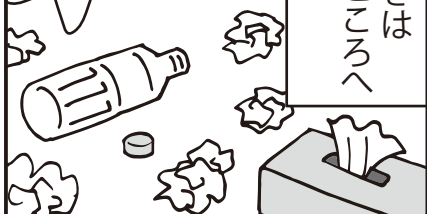
明日はなんとか休める
ようにするから！

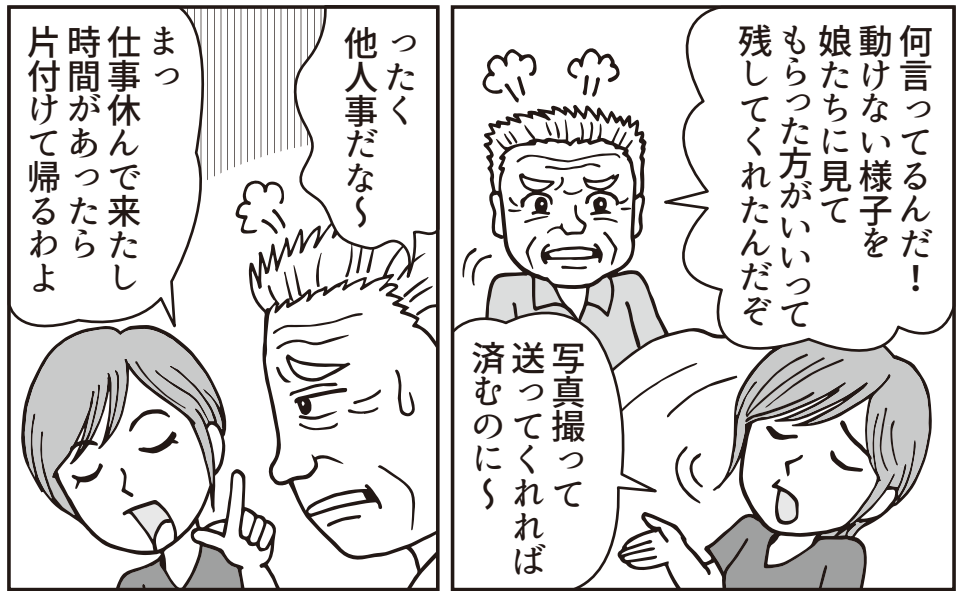
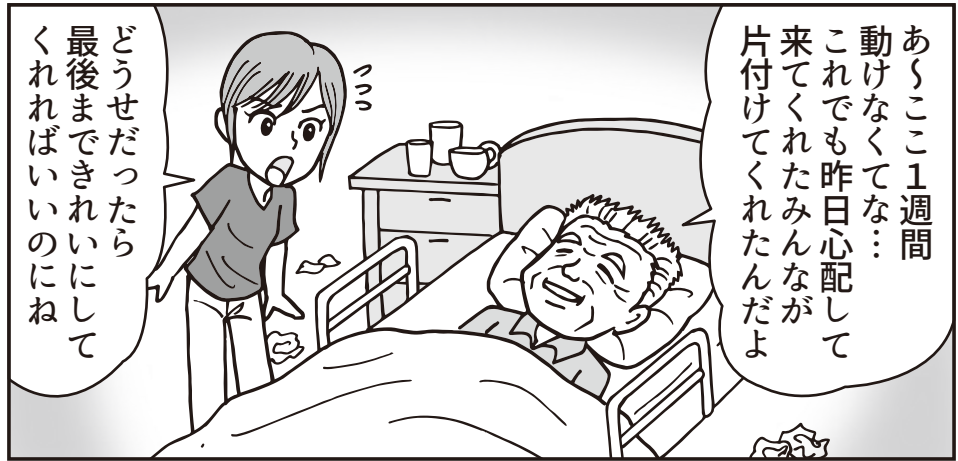
ありがとう
これからについては
またちゃんと話そうね

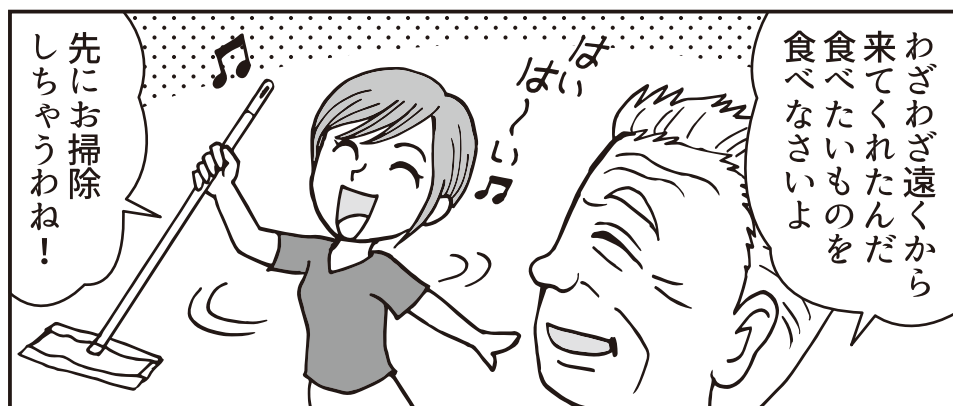


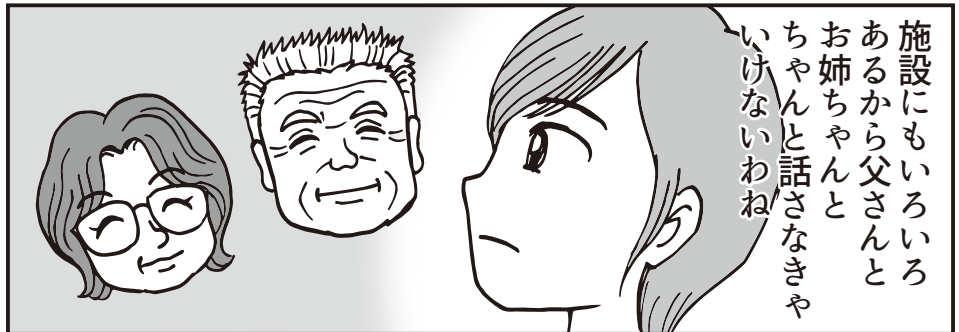
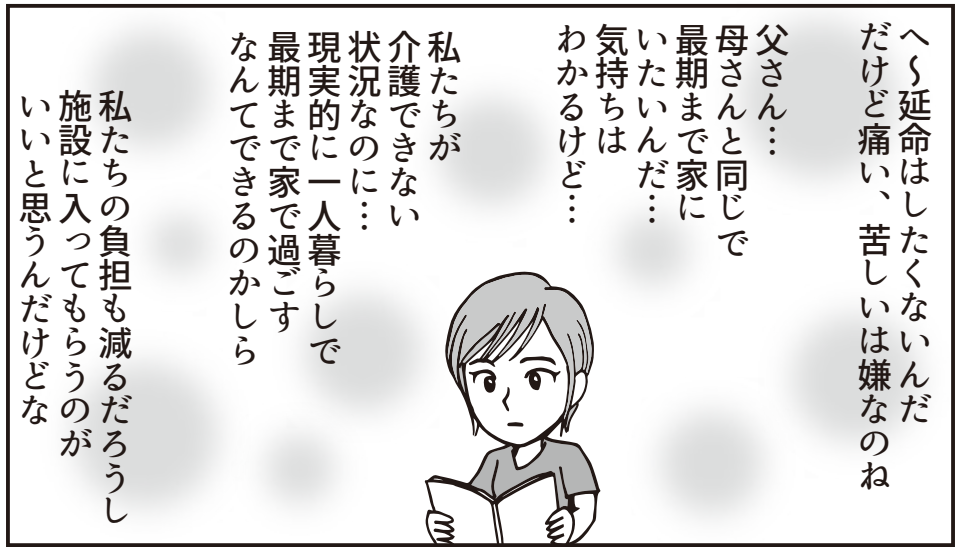
次の日さつきは
一郎さんのところへ
行きました

父さん
何これ





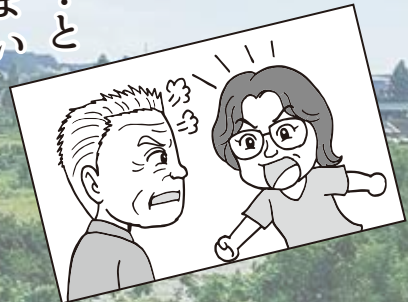
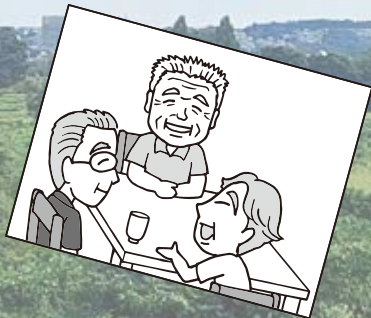




今回のお話は、みなさんどう感じましたか？
高齢者になっても心配事は尽きません。

熱中症に詐欺：介護保険サービスの考え方：
始めはみなさん「僕には」「私には」関係ないこと…と
認識していることが多く、直面した時に慌ててしまい
対応に追われ判断を誤りがちです。

一郎さんは自分の思いがはつきりしていたので
仲間も助けやすかったのだと思います。
そこには一郎さんの「自分らしく過ごすこと」とは
どういうことか見えていたのかもしれない。



自分らしく生きるとは、どういうことだと思えますか？
毎朝 自分で淹れたコーヒーを飲むこと

孫と遊びに行くこと 友人と旅行に行くこと：
一郎さんは「自分でできることは自分でしたい」
ということでした。

日常のちょっとしたこと

実はそれが自分らしいことなのかもしれません。

一郎さんや仲間たちの行動は、高齢化が進むこれからの厚木市で
安心して生き抜く一つの打開策になるのではないでしようか。

また、自分らしく生きるためにどんなことが必要なのか
誰と、どこで、どんなふうに生きたいのか
それらを考えるきっかけになれば幸いです。





やっぱり家がいい

第6巻 一難去ってまた一難 編

令和6年3月 第1刷発行

企画・制作 厚木市地域包括ケア(研修・啓発・広報)連絡会

作画 株式会社P栄文舎

発行 厚木市 福祉部(地域包括ケア推進課)

〒243-8511 厚木市中町 3-17-17

☎ 046 (225) 2047

本冊子の無断複製・転載・デジタル化などは著作権法上での例外を除き禁じられています。