

## 市の人口と予算 (9月1日現在)

人口・世帯 ( )内は前月比/前年同月比	
合計	= 166,086人 (+ 3/+2,525)
世帯	= 66,090世帯 (+ 8/+ 469)
※H22年国勢調査の速報値をもとに再集計しました。なお、男女別は今年10月の確定値の公表までは集計できません。	
予算	
一般会計	= 423億 701万1千円
特別・企業会計	= 353億 7,859万8千円

# 「高齢者ふれあいの家」で 高齢者いきいき特集 いきいきと楽しい活動を!

日本では、長寿社会が進むにつれ高齢者の引きこもりや介護、ひとり暮らしの高齢者の増加などが大きな社会問題になっています。

今や、高齢期は人生のセカンドステージです。「人づきあいがわずらわしい」「外に出るのは面倒」などと言わず、地域で新たなライフスタイルを楽しんでみてはいかがでしょうか。

現在市内に7カ所開設されている「高齢者ふれあいの家」では、地域のおおむね65歳以上の方が自由に集まり、サークル活動や教養講座などに熱心に取り組んでいます。初めて参加する方も大歓迎! ぜひ一度足を運んでみてください。

☎高齢者生きがい推進課 ☎7150-6080

ご近所の皆さんも誘って、一緒に楽しい時間を過ごしましょう!



### ◆そのほかの「高齢者ふれあいの家」◆

#### 茶わやか広間

所在地: 江戸川台東2-19 電話: 7156-1164  
実施内容: ボランティアとの談話、書道、囲碁、健康体操、手芸など

#### 気晴らし喫茶室

所在地: 美田69-60 電話: 7154-1325  
実施内容: ボランティアとの談話、ミュージカルの練習、野菜の栽培

#### ふれあいの家「私の居場所」

所在地: 江戸川台東2-251-1 電話: 7154-8428  
実施内容: ふれあい麻雀、和紙のちぎり絵、大正琴、脳の健康教室など

#### 生活クラブ風の村介護ステーション 流山あいの手

所在地: 江戸川台西1-135 1F 電話: 7153-6674  
実施内容: ランチサロン(火曜日)、アフタヌーンティー(金曜日)

#### 雀の会

所在地: 東深井943-22 電話: 7154-8187  
実施内容: 健康麻雀教室

## なづの会

所在地: 野々下6-657-18 電話: 7138-6337  
実施内容: 食事会、フラワーアレンジメント、農作物の手入れ・収穫など

利用者の声 増子林作さん(野々下在住)

### ふれあいの家での活動で、心も体も健康になります。

ここでは週に一度以上は来る憩いの場所です。ひとり暮らしなので皆さんとのコミュニケーションが楽しいんです。パソコン教室、囲碁、カラオケなどプログラムはいろいろあり、だれでも興味のあるものを見つけられるはず。私は3B体操(※)には欠かさず参加しています。女性が多い? たしかに。でも最近は誘い合わせたり声をかけていただいたりして、男性参加者も増えています。一度でも来てみれば、人とのふれあいで元気になれる場所だと実感できますよ。

※3B体操…ボール、ベル、ベルターと呼ばれる道具を使いながら、音楽に合わせて集団で行う健康体操。



▲元気に3B体操を行う増子さん(前列中央)



主催者の声 (なづの会、いずれも野々下在住)

写真左から 松本勝利さん(副会長) 半田勝利さん(会長) 小泉尚子さん(会員)

### 顔見知り同士で仲よく年をとる、そんな町の拠点です。

もともとあった自治会館を利用して、昨年7月にスタートしました。特徴は、シニアクラブであるなづの会が活動の主体となっていること。非会員でも、隣接する市の人でも、参加歓迎です。クリスマス会や餅つき大会は大盛況で、お孫さんも来るなど三世代交流の場にもなっています。

## 松ヶ丘ふれあいの家「野馬土手」

所在地: 松ヶ丘2-330-111 (旧野崎医院) 電話: 7146-1525  
実施内容: 談話スペースの開放、各種サークル活動、高齢者と子どもの世代間交流など

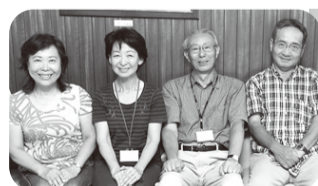
利用者の声 榎本富枝さん(松ヶ丘在住)

### 思いついたら野馬土手。小さな集まりに重宝しています。

今日は「麻雀サークルMSS」に新しく入った仲間と、麻雀のルールを学んでいます。MSSの普段の活動場所は、ここから歩いてすぐの松ヶ丘自治会館。ふれあいの家は、サークル活動の前後の打ち合わせや食事、またはこんなふうにならぬ人数での勉強や趣味の活動に利用することが多いです。飲み物もあってくつろげます。今日のメンバーは、子どもが同級生だったママ友。子育ての頃から住むわが町に、気楽に集まれるスポットができて喜んでます。



▲仲間と和気あいあいと勉強する榎本さん(右から2番目)



主催者の声 (松ヶ丘自治会、いずれも松ヶ丘在住)

写真左から 有吉勝子さん(副会長) 原久江さん(副会長) 桑原芳朗さん(会長) 安藤博二さん(副会長)

### 一人でも立ち寄れる、アットホームなサロンです。

かつて小児科医院だった建物をお借りして今年6月に開設しました。愛称は、近くにある江戸時代の軍馬の放牧地の名残り、「野馬土手」に由来します。静かで小さな空間である特徴を生かし、散歩や買い物のついでにちょっと立ち寄りしておしゃべりができる、サロンのような場所を目指しています。また来たくなる居心地のよさがこの魅力です。

### パブリックコメントを実施 市民参加条例に 皆さんのご意見を

市民などが市政へ参加することや、そのための手続き・ルールなどを保障するための(仮称)流山市民参加条例の策定に向け、皆さんからのご意見を募集します。対象: 市内在住・在勤・在学の方、または事業者など 募集期間: 9月11日~10月11日 閲覧場所: 市ホームページ、コミュニティ課、市役所情報公開コーナー、各公民館、各出張所、市民活動推進センター ※意見の提出方法等は問い合わせを  
☎コミュニティ課 ☎7150-6076



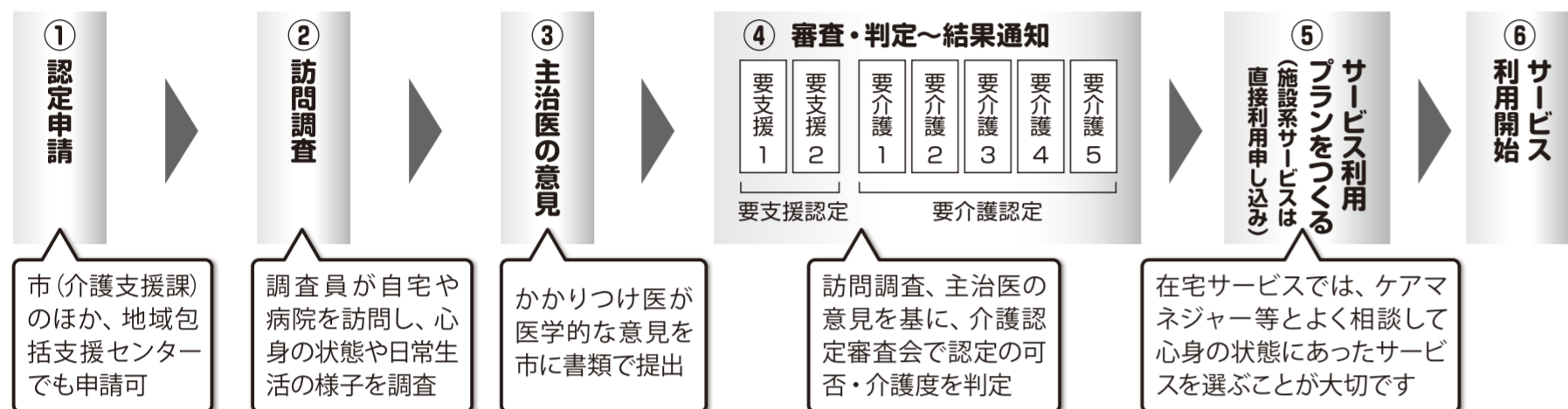
# さまざまな支援制度で皆さんをサポート 制度を利用して、いつまでも安心して健やかに過ごしましょう

圏介護支援課 ☎7150-6531

## もし、介護や支援が必要になったら

病気やけがなどにより、介護や支援が必要なときは、要介護(要支援)認定を受けて、介護保険サービスを利用しましょう。心身の状態に合わせ介護保険サービスを上手に利用して、生活機能の維持・向上を図り、自分らしくいきいきとした毎日を過ごすよう目指しましょう。

**要介護認定の流れ** \*申請から認定結果通知まで約30日かかりますが、申請後サービスを先行して利用することもできます。



## 主な介護保険サービス

### 在宅で受けられるサービス(利用対象=要介護者、要支援者)

\*要支援者は、要介護状態への進行を防止することを目指した介護予防サービスを利用

- ▶ 訪問介護: ホームヘルパーが訪問し、入浴・排泄・着替えや調理・洗濯などを行う
- ▶ 訪問看護: 看護師が訪問し、病状の観察や療養上の支援などを行う
- ▶ 通所介護/通所リハビリ: 日帰り施設や老人保健施設などで、機能訓練や食事・入浴などの日帰りサービスを受ける
- ▶ ショートステイ: 短期間施設に入所して、食事・入浴などの支援を受けるほか、機能訓練も行う など



### 施設に入所して受けられるサービス(利用対象=要介護者のみ)

- ▶ 介護老人福祉施設: 常時介護が必要で在宅生活が困難な方が入所し、日常生活上の支援を中心としたサービスを受ける
- ▶ 介護老人保健施設: 在宅への復帰を目的として機能訓練や日常生活上の支援を受ける など



▲在宅療養をサポートする訪問看護

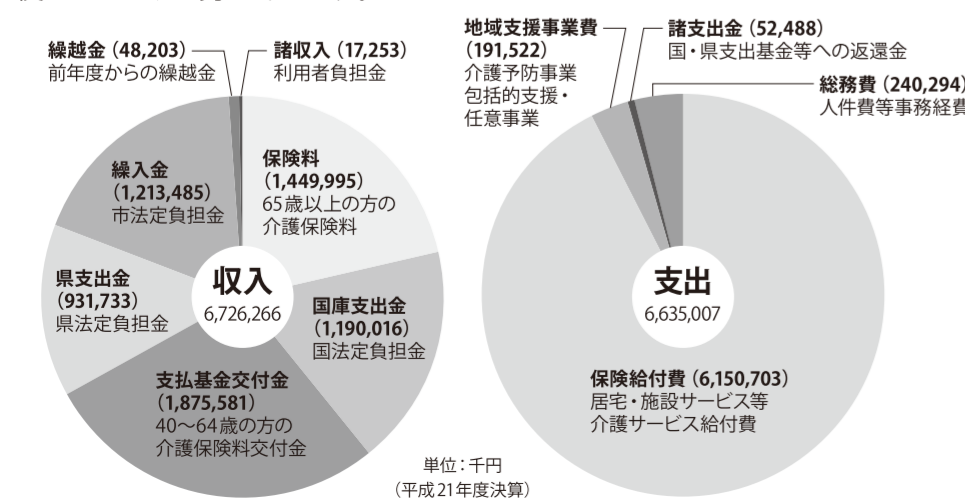
### 地域密着型サービス(利用対象はサービスによって異なる)

- ▶ グループホーム: 認知症を抱える方がスタッフの支援を受けながら共同で生活(利用対象=要支援2以上)
- ▶ 小規模多機能型居宅介護: 一つの拠点で訪問、通所、宿泊のサービスを組み合わせて提供する など(利用対象=要介護者、要支援者)

## 平成24年度は介護保険料・介護保険制度の改定年度です

介護保険料は、介護保険事業を支える貴重な財源です。主に要介護者・要支援者がサービスを利用した場合の保険給付の支払いなどに使われます。

支出の90%を超える介護給付費は、高齢化に伴う認定者数の増加を背景に年々増える傾向にあります。介護支援課では、「介護給付費のお知らせ」送付やケアプラン点検などの給付適正化事業を通して、支援を必要とするところに効果的に使われるように努めています。



### —今後の介護保険料—

介護保険料は第1号被保険者数、3年間の介護給付費の見込み、介護報酬などにより算出します。第5期介護保険事業計画(平成24年度～平成26年度)の介護保険料については、介護給付費の増加により、上昇することが予測されています。今後、第5期介護保険事業計画の策定を進める中で、第1号被保険者の所得に応じた介護保険料段階の設定を行います。

### 第5期介護保険事業計画策定のための地区懇談会を開催

サービスの重点化や効率化を図り、将来にわたって持続可能なものとなるよう介護保険制度が見直されていきます。市では、同制度の改定に合わせて同事業計画の策定を進めており、市民の皆さんや事業者からの声を反映するため、地区懇談会を開催します。皆さん、ふるってご参加ください。

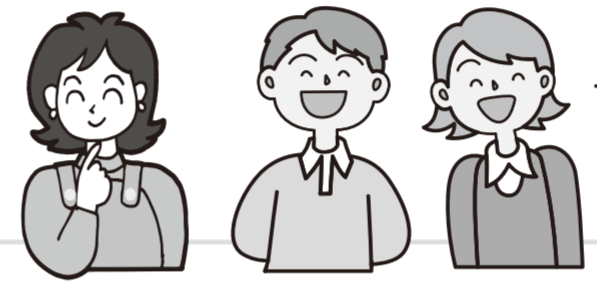
日時	会場
11月5日(土)	午前10時～正午 初石公民館2階ホール
	午後2時～4時 北部公民館2階大会議室
11月12日(土)	午前10時～正午 南流山センター2階大ホール
	午後2時～4時 東部公民館2階講義室

ひとりで抱え込まず、状態に応じて気軽に相談を

## 皆さんの暮らしを支える、地域包括支援センター

### 地域包括支援センター

地域包括支援センターは、地域で暮らす高齢者の方を、介護、福祉、健康、医療など、さまざまな面から総合的に支えるための施設で、現在市内に4カ所あります。主任ケアマネジャー、社会福祉士、保健師・看護師といった専門家がタッグを組み、皆さんの介護に関するお悩みを解決。当事者だけでなく、家族や近隣の方の利用も可能ですので、お気軽に何でも相談してください。



主任ケアマネジャー 社会福祉士 保健師・看護師

どんな相談にも対応します。私たちにお任せください。

### 自立した生活の支援

- 介護予防支援サービスに関する相談受け付け
- 介護予防に関する情報の提供など

### 権利の擁護

- 成年後見制度(※)の紹介
- 高齢者虐待の防止
- 消費者被害の防止など

### ケアマネジャーの支援と指導

### 関連機関とのネットワーク作り

- より暮らしやすい地域にするため、さまざまな機関との連携を高めるなど

※成年後見制度とは 本人の希望または家庭裁判所によって選ばれた成年後見人等が、認知症や知的障害、精神障害などで判断能力が不十分な方の権利や財産を守る制度。

### 「東部地域認知症と共に暮らす街づくりの会」

流山市医師会理事・向小金クリニック院長 大津直之医師



日々、クリニックで認知症を抱える方の診察や往診を行っている、そのご家族から本人の介護の悩みや将来への不安を訴える方がとて多くいらっしゃいます。

そのような中で、一昨年より、市からの依頼に基づき、流山市医師会では「認知症について正しく理解する、早期発見、早期対応」をテーマとした講演会を開催しており、私も講師の一人として市民の皆さんと一緒に認知症について考える機会を持つことができました。

こうした診療や活動を通じ、私なりに感じるのは、認知症に対して日本の社会がどう対応したらよいか準備を十分に整えてこなかったのではないかとということです。

そこで私は、認知症を抱える方を孤立させるのではなく、ありのまま社会に受け入れ、共に暮らしていくという心構えをしなければならないのではないかと結論に至りました。

なぜなら、認知症を抱える方は、今後増え続け、病院や施設の場合だけで対応することが困難になっていくことが予測されるからです。では、どのように接すれば共に生きていくことができるのでしょうか。まず言えることは、正しく認知症を理解することから始まるということです。その上で、認知症の介護を経験した方の声を聴きながら、共に暮らしていくヒントを探していくよう努力すべきと考えます。

こうした想いが形となって、私のクリニックがある地域では「東部地域認知症と共に暮らす街づくりの会」が発足しました。日曜日を中心に、地域の皆さんと認知症について気軽に語り合う場を設け、認知症の方やその家族を支える輪を広げていきたいと思っています。

### 東部地域包括支援センターからみなさんへ

相談担当  
多田美緒さん  
東部地域包括支援センター長・看護師



高齢者と家族のための一番身近な相談窓口です。

東部地域包括支援センターは、看護師1名、社会福祉士1名、主任ケアマネジャー1名、ケアマネジャー2名の5人のスタッフで、東部中・八木中学校区の皆さんをサポートしています。特別養護老人ホーム内にある当センターは、来所より電話の相談が多い傾向にありますが、スタッフが訪問することもできます。「どこに相談したらいいかわからない」という時こそ、まずお電話ください。また、介護予防、介護保険制度、老後の生き方・暮らし方(成年後見制



度)、暮らしの安心(消費者被害防止)などのテーマによる「出前講座」や、認知症の方を家庭・地域・社会で支えるさまざまな取り組みも積極的に進めています。

### ◆ 地域包括支援センター一覧

施設名	中学校区	所在地	電話番号 FAX番号
北部地域包括支援センター	北部 東深井	江戸川台東2-19	7155-5366
		(旧)江戸川台出張所	7154-3207
中部地域包括支援センター	常盤松 西初石	下花輪409	7150-2953
		東葛病院内	7158-8419
東部地域包括支援センター	東部 八木	野々下2-488-5	7148-5665
		特別養護老人ホームあざみ苑内	7141-3280
南部地域包括支援センター	南部 南流山	平和台2-1-2	7159-9981
		流山市ケアセンター2階	7178-8555

### 認知症の方をサポート

認知症を抱える方の数が年々増加しています。今年4月に行った要介護認定者アンケートでも、介護が必要になった理由として、高齢による衰弱(23.4%)に次いで2番目に多かったのが認知症(22.6%)です。

市では、市医師会の協力を得て、認知症対策の検討や、認知症についても学べる介護予防教室を開催します。また、認知症サポーターの養成や介護者の会(コスモスの会)の開催など支援の輪を広げています。

※今後の開催日程については、広報紙などでお知らせします。

### ※認知症とは

さまざまな原因で脳の機能が低下することにより、記憶障害などの障害が起こり、生活をする上で支障が出ている状態をいいます。



▲認知症教室の様子



# 研修旅行やレクリエーション活動に敬老バス「さつき号」のご利用を!

市では、趣味やレクリエーション活動などを目的とした一泊二日までの外出に、大型バス「さつき号」を貸し出しています。対象となるのは、市内在住でおおむね60歳以上の方が30人以上集まった団体です。サークル団体などの研修旅行にもぴったり! ぜひ利用してください。

## 申込方法

利用を予定している月の3カ月前の月初め(土・日曜、祝日の場合は翌営業日)に抽選会を行います。抽選に当たった団体の方は、利用予定月から2カ月前の月末までに、使用許可申請書を提出してください。

### 申し込みから利用当日までの流れ 【1月20日に利用する場合】

【利用月3カ月前の月初め】10月3日(1日が土曜のため翌月曜)…抽選会の開催

抽選に当たった団体を対象に仮予約の受け付け  
※抽選日以降でも空き日については随時受け付けています。

【利用月2カ月前の月末】11月30日…申請書の提出締め切り

【利用日の2週間前】1月6日…燃料費納入の締め切り

利用当日

**利用料** 無料。ただし、燃料費及び高速代、並びに駐車料金などは利用者の方の負担となります。

☎高齢者生きがい推進課 ☎7150-6080



## 教えて! 「さつき号」の 魅力

「次回もぜひ利用したい」。利用者からはそんな声が多く寄せられています。その理由として、自分たちで旅行のプランを決められる、指定した集合場所まで迎えにきてくれる、といった融通がきく面を挙げる方もいれば、バスの乗り心地や車内の清潔さを挙げる方もいます。皆さん、サークルなどのお友だちと、旅先で大いに親睦を深めることができたようです。

## 皆さんのいきいきとした生活を応援します

### ▶介護ヘルパー養成講座受講費の一部助成

高齢者の社会への参加を促し、働く意欲のある方の就労を支援することが目的です。都道府県が実施または都道府県が指定したホームヘルパー2級の資格を取得した場合、養成講座の受講費の一部を助成します。

対象: 次のいずれの条件にも該当する方

- ・満59歳以上でホームヘルパー2級の資格を取得し本市に居住している方
- ・取得してから1年以内の方
- ・ホームヘルパーとして就労している方およびホームヘルパーとして就労することに同意する方
- ・市税を完納している方

### ▶敬老祝金

対象年齢誕生月の前月に案内を通知し、誕生月中にご指定の口座に支給します。

対象: 該当年齢に達する誕生月の1日を基準日とし、市内に5カ月以上居住している満88歳、満99歳、100歳以上の方

### ▶高齢者外出支援サービス

自宅の玄関から利用施設(病院・診療所、介護保険施設など)の入り口までの移動、乗降の介助などを行います。片道を1回として計算し、月4回まで利用可能です。

対象: おおむね65歳以上の市民税非課税世帯に属する方で、老衰、心身の障害等の理由により、単独で公共交通機関の利用が困難なひとり暮らしの方、または高齢者のみの世帯等の方

費用: 1回230円

### ▶ひとり暮らし高齢者招待

ひとり暮らしをする高齢者の方を老人福祉センターに招待し、相互交流をはかります。

対象: 65歳以上の方

費用: 無料

### ▶高齢者等市内移動支援バス事業

市内で運行している病院送迎バスに乗車することができます。

対象: 65歳以上で、ひとりでバスに乗降できる方

費用: 無料、指定のパスカードを市役所で交付します

### ●老人福祉センター

高齢者の趣味と娯楽を楽しむ憩いの場として、市内在住の60歳以上の方であれば無料でご利用いただけます。施設には大浴場や大中広間、囲碁や将棋を楽しめる和室があります。また、センター主催で、陶芸や盆栽、手芸、民謡、水墨画などの講座を行っています。

場所: 東深井 896-1

電話: ☎7152-2373



▲老人福祉センターの和室

詳しくはお問い合わせください。

☎高齢者生きがい推進課 ☎7150-6080

## 井崎市長からの メッセージ



いくつになっても  
住み続けたい流山を目指して

流山市長 井崎 義治

厚生労働省の調査では、平成22年の日本人の平均寿命は、男性が79・64歳で5年連続過去最高を更新し、女性は86・39歳で長寿世界一です。

流山市では、高齢者の皆さんが日々、いきいきと生活していただけるよう、今号で紹介している高齢者ふれあいの家の支援や、老朽化した老人福祉センターの建て替えなど、高齢者コミュニティの場の整備に努めています。さらには、お出掛けの際の足として、グリーンバスの運行をはじめ、高齢者等市内移動支援バス事業や高齢者外出支援サービス(上記で紹介)などを行っています。また、ケガや病気などで要介護の状態になってしまった場合でも、訪問による介護や看護、入浴の補助などきめ細かなサービスに努めています。特に、流山市では地域包括支援センターや介護支援専門員連絡会によるサービスの質の向上を目指した研修活動が活発に展開されています。今後は、現状を踏まえて、さらに進んだ支援体制を築いてまいります。いつまでも、いくつになっても安心して住み続けられる流山を目指します。