



# さくら診報

平成30年7月1日発行 第174号

## 2025年問題・・・



皆さんは「2025年問題」というワードを耳にされた事がありますか？

「2025年問題」とは、団塊の世代の方々が2025年頃までに後期高齢者（75歳以上）に達する事により、介護・医療費などの急増が懸念されている問題です。

この2025年問題、計算上では3人に1人が65歳以上、5人に1人が75歳以上、という、かつて私たちが経験した事がない高齢社会を迎える事になります。そこで、直接的には大きな問題となる事は医療・介護の分野です。

「高齢患者が病院に殺到し、医師不足から必要な医療が提供できないのではないか」「病院のベッドの取り合いが始まるのではないかな」等といった不安な思いをお持ちの方もいらっしゃるかと思います。すでにメディアで報道されている通り孤独死、介護疲れ、介護難民等といった悲惨な現実直面されている高齢者やご家族も増えていることも事実です。これから、ますます多くの方々がこうした深刻な問題を実際に体験せざる得なくなるでしょう。

そんな中、今年介護保険の改定が行なわれました。介護保険の利用サービスの種類（デイサービス、デイケア、ヘルパー、訪問看護、福祉用具、ショートステイ等々・・・）によっては、4月に料金の変動がありました。大きな料金改定としては、8月より、65歳以上で特に所得が高い方の自己負担の割合が3割の方もいます。介護保険サービスも人によって利用料金の差が大きくなってこられており、8月よりその差がさらに大きくなります。生活される上で介護保険サービスではまかないきれない事柄の方も多いですが、練馬区では高齢者福祉サービスもごぞいます。出張調髪、寝具クリーニング、布団乾燥、紙おむつ支給、配食サービス等々・・・（しかし、これらにも資格要件があります。）

私どもの事業所では・・・

介護保険サービスや保険外のサービス等、常に新しい情報を収集し、ケアに取り入れながら、2025年に向け、今後とも、ご利用者の立場に立つ事、ご家族の思いを大切にする事を常に心がけご利用者、ご家族に信頼されるような事業所を目指し、職員一同、業務に励んでまいります。

なお、居宅介護支援事業所は現在、4名体制となっております。事業所はミレニアム桜台新棟の1階にごぞいます。お近くにお越しの際には遊びにいらして下さい。

今後とも、宜しくお願い致します。

—桜台居宅介護支援事業所— 介護支援専門員 浜田 紗加

## 俳句のすすめ

俳句を詠むと脳の「指令塔」と呼ばれる前頭前野が刺激され、強く活性化することが松山市における研究でわかりました。認知症の予防や改善に効果があると言われる四則計算などの「脳トレーニング」より、脳の血流量が増したということです。

俳句が計算よりも強く前頭前野を活性化させるのは、数字よりも複雑な言語を扱って頭を使うからではないかと言われています。

また「カタルシス効果」といって、心の奥の思いを表現することで心が浄化されます。

ミレニアム桜台の俳句会もうじき2年目を迎えます。

90歳を過ぎてから始められた方もいらっしゃいます。

季語や、五七五にこだわらず心の思いを自由に表現して頂いています。

ミレニアムで初めて俳句を詠んだご利用者様の作品をご紹介します。



老いてなお母の教えが道しるべ 82才 女性

九十歳今でも強く道を踏み 91歳 女性

公園を歩いてみたいあの人と 93才 男性

興味のある方はミレニアム桜台1階の俳句コーナーにぜひお立ち寄りください。

介護支援専門員 飯塚かおり

## 阿部クリニック平成30年7月外来予定表

日	曜日	午前		午後		日	曜日	午前		午後	
1	日					16	月				
2	月	中村		中村		17	火	小島	高橋	中村	
3	火	小島	高橋	中村		18	水	中村	森岡	中村	
4	水	中村	森岡	中村		19	木	神崎	望月	飯島	
5	木	神崎	望月	飯島		20	金	中村	森岡	中村	
6	金	中村	森岡	中村		21	土	飯島	石神		
7	土	飯島	石神			22	日				
8	日					23	月	中村		中村	
9	月	中村		中村		24	火	小島	高橋	中村	高橋
10	火	小島		中村	高橋	25	水	中村	森岡	飯島	
11	水	中村	森岡	中村		26	木	中村	望月	飯島	
12	木	中村	望月	飯島		27	金	中村	森岡	中村	
13	金	中村	森岡	中村		28	土	中村	須藤		
14	土	中村	石神			29	日				
15	日					30	月	中村		中村	
						31	火	小島	高橋	中村	

\* 整形外科(水)(金)午前中

\* 漢方外来(火)午前又は午後

\* 皮膚科(木)午前

\* 胃内視鏡検査・超音波検査(土)午前

担当医は、学会等の都合により、代診・休診の場合がございます。

発行:医療法人財団 秀行会

練馬区桜台2-1-13

広報委員会