

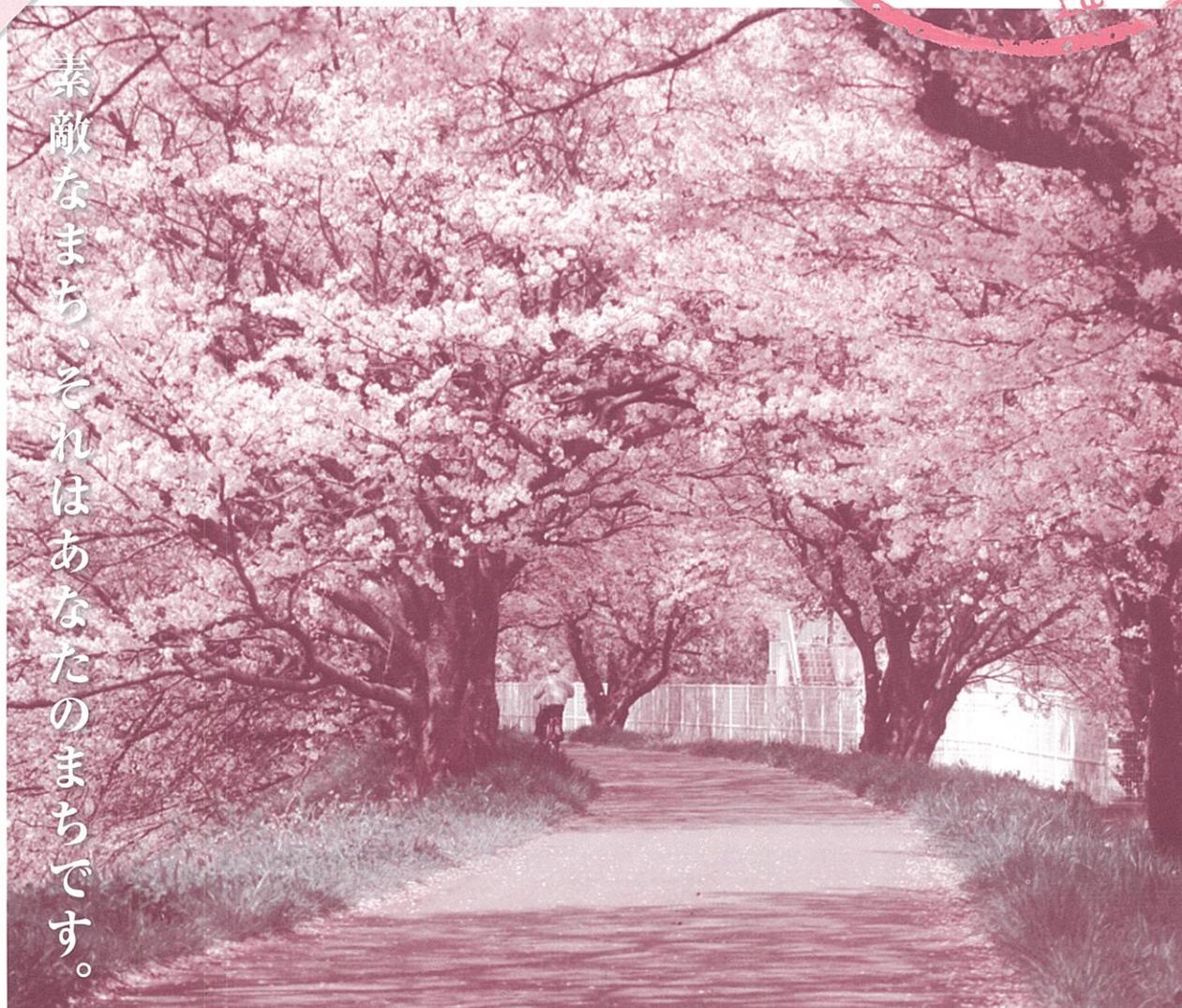
やまび

題字／坂本昭文



まちとむら 未来をひらく 広域連合 南部町 伯耆町 日吉津村

素敵なまち、それはあなたのまちです。



法勝寺川桜土手(南部町)

2000本を超える桜並木が続く、法勝寺川桜土手。

川沿いが一直線に桜色に染まる様は壮観で、この時期見に行きたい景色の1つです。

日が落ちた後も、満開の桜花は、ほんのりのあたたかな光とともに昼とは別の様子を楽しませてくれます。

- 平成23年度予算
- 認知症予防講演会を開催しました
- 「シリーズ地域包括支援センターだより」口腔機能を守っていつまでもいきいきと!

平成23年度予算

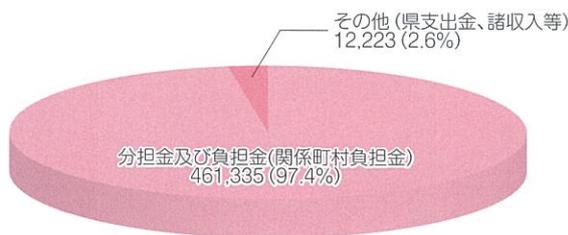
平成23年度の一般会計、介護保険事業特別会計予算について、南部箕蚊屋広域連合議会2月定例会で可決されました。

一般会計 総額 473,558千円 前年度対比 30,442千円の減額

歳入では、介護保険事務処理システムの変更業務が完了したため分担金及び負担金が30,540千円(6.2%)減少し、県支出金については、権限委譲事務に係る交付金が増額したため152千円(20.7%)の増加となりました。

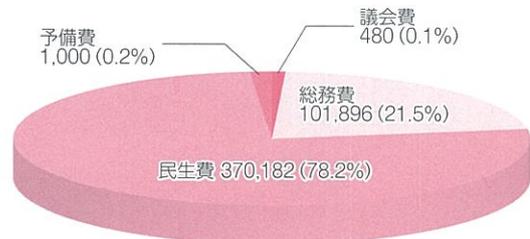
歳出では、総務費が38,784千円(27.6%)減少しましたが、介護給付費の増加により民生費が8,179千円(2.3%)の増加となっています。

■歳入 (単位:千円)



歳入の主なものは、構成町村からの負担金461,335千円です。

■歳出 (単位:千円)



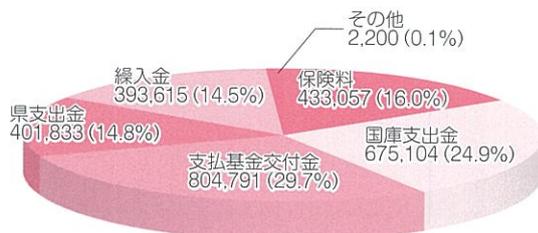
歳出の主なものは、介護保険事業特別会計への民生費繰出金358,132千円です。

介護保険事業特別会計 総総額 2,710,600千円 前年度対比 67,493千円の増額

歳入では、保険料が13,522千円(3.2%)増加したほか介護給付費の増加により、国・県支出金、支払基金交付金及び繰入金も増加しています。繰越金については、22年度の保険料収入の余剰が減ったため9,210千円(82.0%)の減少となりました。

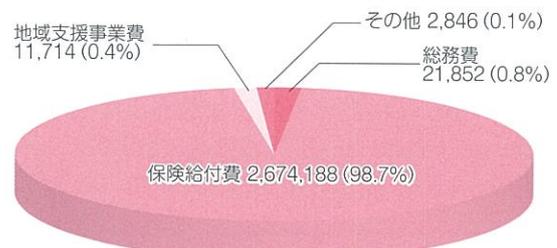
歳出では、介護給付費の増加により保険給付費が79,916千円(3.1%)の増加となりましたが、22年度の保険料収入の余剰が減ったため基金積立金が11,201千円(98.7%)の減少となりました。

■歳入 (単位:千円)



歳入の主なものは、保険料433,057千円、国庫支出金、675,104千円、支払基金交付金804,791千円、県支出金401,833千円です。

■歳出 (単位:千円)



歳出の主なものは、保険給付費の介護サービス等諸費2,368,731千円、介護予防サービス等諸費125,335千円、高額介護サービス費等49,037千円、特定入所者介護サービス費127,609千円、地域支援事業費11,714千円です。

「認知症予防講演会」を開催しました

「認知症予防講演会」を3月6日、南部町役場天万庁舎で開催し、約120名の方に参加いただきました。

最初に、講師の大井博司教授〔広島国際大学保健医療学部〕から、「認知症が引きおこす問題行動は周囲の人の本人への関わり方が大切。高齢者と上手に関わることが本人だけでなく自分たちの認知症予防につながる」といった医療とはまた違った視点から認知症予防についてお話ししていただきました。



後半は、南部箕蚊屋広域連合内で認知症についてそれぞれの分野で取り組んでいる4名の方に活動報告をしていただきました。

「小規模多機能ホームよろず承り処ひえづの里、木地梨江さん」から、共生ホームとして子どもと高齢者がともに過ごす施設の活動、「伯耆町障がい老人をささえる家族の会、大森紀子さん」から家族の立場と本人を含め家族を支える立場の活動、「西伯病院認知症疾患医療センター、吉川敦さん」からは医療と介護の連携、「南部町健康福祉課認知症連携担当者、頼田佑子さん」からは、住民への働きかけなど、それぞれの立場からの認知症への取り組みについて聞きました。



その後、大井先生をコーディネータに、パネルディスカッションを行い、「施設」「家族」「医療」「行政」が支えるだけでは、認知症のかたを支えていくことは難しく、地域のみなさんの「認知症への理解」「見守り」「家族への支え」などが必要で、認知症になっても安心して暮らせるよう地域でもっと関心を持ってほしい、とまとめられました。

参加者からは「認知症への正しい理解を広めていく必要があること、それを自分自身も担える

ことが必要だと思った」「地域の中でどうつながって仲良くやっていくのか、大切な問題だがむずかしい問題だ。地域がいかに大切かよくわかった」といった声が聞かれました。



口腔機能を守って いつまでもいきいきと!



しっかり噛めて、食事が美味しくいただけるのはとても楽しいことです。お口の元気は、身体の健康、老化防止、生きがいに深く関わっています。

口腔ケアは、歯の病気や口臭を防いだり、お口の機能を維持・改善したり、飲み込む力をアップし、誤嚥による肺炎を防ぐためのケアです。

嚥下機能をチェック

こんな症状がありませんか？

- 食事中にむせることが多くなった。
- 水を飲むと咳き込んだりむせたりする。
- 錠剤が飲みにくくなった。
- だ液を飲み込みにくい。
- のどの奥に食べたものが残っている感じがする。

※1つでも当てはまる項目がある場合は、飲み込む力が弱っている可能性があります。

誤嚥性肺炎に注意しましょう

誤嚥性肺炎とは？

口の中で増えた細菌が、だ液等とともに肺に吸い込まれて起こる肺炎のことです。

高齢者の方にとって、肺炎は死亡につながりかねない病気です。その原因の1つとして誤嚥性肺炎があります。誤嚥性肺炎を防ぐためには、歯みがきなどで口腔内を清潔に保つ、洗口剤で口内を殺菌する、歯周病を防ぐことなどが大切です。

実践!口腔ケア

- 毎食後きちんと歯をみがきましょう。
- 歯間ブラシ・デンタルフロスを活用しましょう。
- 入れ歯を正しく使用しましょう。

入れ歯の手入れポイント

- 食後・就寝前の洗浄 1日1回は就寝前に専用歯ブラシでみがきましょう。
- 就寝時にははずしましょう。

- 歯科医を決めて定期的に検査を受けると口腔の健康管理がしやすくなります。
- 口腔体操をはじめましょう。

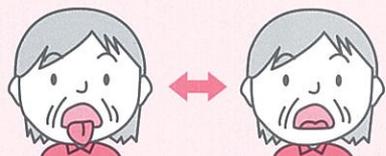
体操により、お口の機能が高まったり、だ液がよくでるようになったり、舌がなめらかに動いて飲み込みやすくなります。お顔の表現もいきいきしてきます。

口腔体操

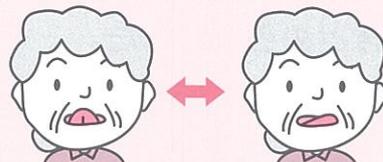
口を閉じたまま、ほおをふくらませたり、すぼめたりしましょう。



口を大きく開けて、舌を出したりひっこめたりしましょう。



舌を出して上下、左右に動かしてみよう。



口を閉じ、口の中で舌を上下左右に動かしてみよう。(唇やほおを舌で押し出すように)

