フェニックスグループ広報誌

PHOENIX COMMUNICATION

フェニックスコミュニケーション

Vol. 21

2024 新春号

謹賀新年

デイサービスCom.Do DANKEの
ご利用者様とボランティア様
～干支の辰チャームと共に～
※詳細は10Pに掲載

物価高・人手不足時代とフェニックスのこれから

がん検診のススメ　～胃がん検診と内視鏡検査～

「生活の心得」高血圧と向き合う方法

「地域共生社会への思い 輝く」～3つの表彰で輝くフェニックスの未来～

近未来の地域共生社会のあり方を考える（続編）

理事長インタビュー
「物価高・人手不足時代とフェニックスのこれから」

フェニックス総合クリニック

（Q：聞き手　A:敏毅理事長）

Q 明けましておめでとうございます。

A 本年もよろしくお願いいたします！

Q 2023年は理事長にとってどんな年でしたか？

A 2023年度は「生産性を向上させ、物価高・人手不足から皆の生活を守り地域共生社会(#1)起動へ！」というスローガンでフェニックスは取り組んで来ました。

Q 2023年はメディア、国会でも物価高や賃上げ、人手不足の話が毎日話題に上がっていました。

A おっしゃるとおりです。日本社会の高齢化・少子化の流れはすぐには変わりませんし、国際情勢を考えると、物価高も当面続きそうですよね。

Q 人材の確保と生産性向上について、理事長はどのようにお考えですか？

A 医療や介護・福祉の分野では仕事の内容がヒトからヒトのサービスである割合が大変大きいです。したがって人手不足が患者さんやご利用者さんのサービスに直結してしまう傾向があります。

Q 医療機関や介護施設でも人手不足による倒産や経営の悪化が起こり患者さんやご利用者さんに影響が出ているというニュースを見たことがあります。フェニックスでは、人材確保、賃上げについてはどのような状況ですか？

A フェニックスでは、過去約15年の間、スタッフ数は約1.9倍に増加、一人あたり人件費は約20%アップすることができました。（2006年－2021年）

Q 日本で過去約30年間平均給与が上がってないという報道をよく耳にします。フェニックスでは状況が違いますね。

A これもひとえに地域の皆様のおかげと思っております。

Q スタッフさんの数も順調に増えているんですね！先日新聞報道で、フェニックスが高年齢者活躍企業コンテストで厚生労働大臣表彰を受けたとの記事を目にしました。
また若者の採用・育成・雇用管理の優良さを評価する「ユースエール」（厚生労働省・労働局）に認定されたんですよね？

（詳細は9ページにて掲載）

A 現場スタッフや関係者のご尽力でこのような評価を頂けました。その名に恥じないような取り組みを今後も続けてまいりたいと思います。

特定医療法人フェニックス
社会福祉法人フェニックス
理事長　長縄　敏毅
リハビリテーション科専門医
整形外科学会認定専門医
日本スポーツ協会公認スポーツドクター

Q 生産性の向上についてフェニックスはどのように取り組まれていますか？

A 2013年頃から、業務負担軽減を目的にそれまで手書きだった医療・介護記録を日本語が不得意な方でも対応できるよう音声入力もできる記録システムに変更しました。一つ一つ人の目や手で行っていた医療や介護の会計・請求もコンピューターによる自動化・省人化を行っております。最近は、新型コロナの影響もあってオンライン会議システムやチャット・メールでのスタッフ間情報共有もだいぶ定着しました。今後はAI（人工知能）技術を使った転倒予防・見守りシステムや画像読影・診断補助システムの導入なども検討してまいります。またロボット技術を応用した介護機器の導入を推進しております

Q 生産性が低い現場では給料が上がりにくく人手もあつまりにくいと言われていますよね。

A 働きやすい職場づくりをすることで、スタッフが集まり・定着しやすくなり、患者さま・ご利用者さまに喜んでいただけるサービスをご提供できるのではないかと思います。

Q 今後の課題はなんでしょうか？

A 何と言っても人手不足の深刻化です。要介護（要支援）認定者を支える現役世代の人数は2045年には2020年の半分程度になってしまうと言われています。（2020年　11.2人、2045年　5.9人）

Q そんなに人手不足が深刻化するんですね！

A そうなんです。私たちは、みんなの力を結集して20年先30年先も安心して生活できる社会で作らなければなりません。

Q その思いがスローガン「生産性を向上させ、物価高・人手不足から皆の生活を守り、地域共生社会(#1)起動へ！」に込められているんですね。

A 昨年に引き続き、今年もその思いを実践してまいりたいと思います。

Q 本日はありがとうございました。

A 本年もどうぞよろしくお願いします！

#1　地域共生社会：健常者と障がい者、子ども-若者-高齢者、性別、国籍の違いなどを乗り越え、一人一人が活躍でき、より一層結びついて一緒に生活していく社会

求人イベント

一緒に笑顔を作る仕事（こと）しませんか？

医療・福祉の現場と魅力を見てみませんか

フェニックスで働くイメージをもつ絶好のチャンスです。若い方、これから介護や医療の現場で働いてみたい方におすすめ。実際に目でみて感じて確かめてみて下さい。フェニックスは理事長をはじめ未来を見ながら働ける企業です。私たちと一緒に働いてみませんか？是非ご参加ください。ご連絡お待ちしております。

見学会
1月20日(土)　[1月13日(土)〆切]
2月17日(土)午前　[2月10日(土)〆切]
3月30日(土)　[3月23日(土)〆切]

オンライン見学会
1月31日(水)　[1月24日(水)〆切]
2月17日(土)午後　[2月10日(土)〆切]

介護助手体験会
3月6日(水)午前　[2月28日(水)〆切]

未経験・中高年大歓迎！

【お申し込み先】tel 058-379-3588
（フェニックスグループ 法人本部：寺本）

詳細・申し込みは
こちらから▶

がん検診のススメ
～胃がん検診と内視鏡検査～

フェニックス総合クリニック　副院長　**長縄康浩**
消化器病専門医 / 消化器内視鏡専門医 / 日本消化器学会 / 胃腸科専門医

胃がんは、日本におけるがん死亡数の第3位（2021年）を占める、日本人にとって身近ながんです。早期発見・早期治療が可能ながんであるため、定期的な検診を受けることが重要です。

― 胃がん検診の目的 ―

胃がん検診の目的は、胃がんの早期発見・早期治療による死亡率の減少です。胃がんは、早期の段階では自覚症状がほとんどないため、定期的な検診で早期発見・早期治療を行うことが重要です。

― 胃がん検診の方法 ―

胃がん検診の方法は、胃部X線・胃内視鏡の2つがあります。

●胃部X線検査

バリウムを飲んでから、胃の状態をX線で撮影する検査です。胃がんの早期発見に比較的有効な検査ですが、異常があった場合に内視鏡検査による精密検査が必要になる場合があり、また、バリウムの飲み方に慣れていないと苦痛を感じることがあります。

●胃内視鏡検査

細い管の先端にカメラが付いた内視鏡を口や鼻から挿入して、胃の内部を直接観察する検査です。胃がんの早期発見だけでなく、精密検査も兼ねられるため、現在最も推奨されている検査方法です。厚生労働省の対策型胃がん検診をはじめ、日本消化器がん検診学会・日本人間ドック学会のいづれの報告においても胃部X線検査に比べ内視鏡検査の方が優れた成績となっています。

胃がん検診以外でも検査は受けられます

胃がん検診以外でも個別に人間ドックや職場、ご加入の社会保険組合から補助が出る場合があります。また、胃の症状や病気がある場合は医療保険で検査が可能です。お気軽にスタッフにお問い合わせください。

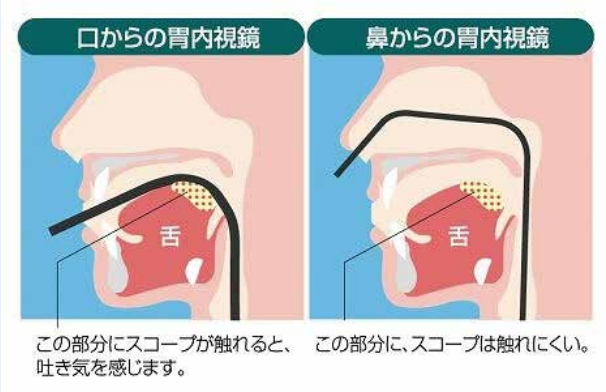
フェニックス総合クリニック 健診センター
☎058-322-2000(平日9時～17時)

詳細はこちら

－ 当院での内視鏡検査 －

当院では、経験豊富な消化器内視鏡専門医が検査を行っております。また、一般的な口からの内視鏡（経口内視鏡）の他に、**鼻から挿入する経鼻内視鏡**や**眠った状態で行う鎮静下の内視鏡検査**も施行しています。

● 経鼻内視鏡検査（鼻から挿入する細い胃カメラ）



当院では、通常の経口内視鏡（口から挿入するカメラ）はもちろん、経鼻内視鏡も施行しています。通常の経口内視鏡より喉の違和感が少なく、楽に検査を受けることが可能です。
※鼻の通りが悪い方は、施行できない場合もあります。

● 鎮静剤の使用

内視鏡施行中の苦痛軽減目的に、鎮静剤や鎮痛剤を使用することができます。鎮静剤を使用すると、ぼーっとした状態となり、力が抜けて内視鏡の苦痛が軽減します。使用後は、院内で十分に休憩してから、帰宅していただきます。当日の自動車運転は、非常に危険ですので、控えてください。

※鎮静剤を使用すると、呼吸が浅くなったり、場合によっては無呼吸となる方が見えますので、睡眠時無呼吸症候群や呼吸器疾患のある方は使用できないことがあります。また、アルコールをよく飲まれる方は、かえって興奮してしまう場合があります。

各務原市の胃がん検診のご案内

期限:2024年2月29日(木)

対象 市に住民登録がある50歳以上(年度末年齢)の方

胃部X線（バリウム）検査、または胃内視鏡検査を選択して受診できます。胃部X線検査は1年に1回、胃内視鏡検査は2年に1回。ただし、前年度に各務原市胃がん検診で胃内視鏡検査を受けた方は、どちらも受診できません。また、上記対象者でも受けられない場合もありますので、詳細は各務原市のホームページやポスターをご参照ください。

▲各務原市ホームページ

「生活の心得」

高血圧と向き合う方法

フェニックス総合クリニック
フェニックス在宅支援クリニック　副院長　**奥村　諭**
循環器内科専門医 / 不整脈専門医 / 総合内科専門医

　あけましておめでとうございます。
寒い日が続いておりますが、体調は崩されておりませんでしょうか。今回は前回の続きの血圧に対する治療についてお話します。血圧の治療の主体は、食事療法、運動療法となります。

高血圧治療の基本

＜減塩について＞

塩分を摂りすぎると、血液中のナトリウム濃度が高くなり、これにより体内水分量も増えるため、血圧が上昇します。高血圧、慢性腎臓病の重症化予防のため、減塩がとても重要です。ちなみに、**日本では成人一日あたりの塩分平均摂取量は、男性で11.0g、女性で9.3g。塩分6g**というのは、**ラーメン・うどんの1杯分・牛丼1人前の塩分量とほぼ同じ**です。

目標塩分 1日6g未満

＜肥満について＞

太り過ぎは血圧を上げ、心臓にも負担をかけ、全身の動脈硬化を進めたりします。肥満判定基準で男女共に、**BMI=25以上は肥満**といえます。

肥満指数：BMI ＝ （体重 ÷ 身長 [m]^2 ）

＜運動について＞

軽い運動（散歩・自分のペースでのジョギング・ラジオ体操・自転車）は、血液の流れを良くし全身に良いだけでなく、肥満防止につながり気分転換にもってこいです。30分以上を目指しましょう。急激な運動は血圧の急な上昇することもあり、避けましょう。

＜飲酒について＞

適度な飲酒は問題ありません。適度とは1日の飲酒量で、男性ではアルコールとして**1日20～30ml**まで（日本酒なら1合＝180cc、ビール中瓶1本）女性はその**半分**までが適量です。

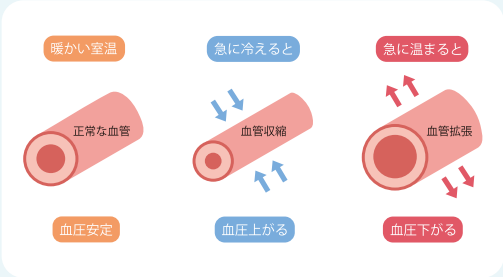
＜禁煙について＞

喫煙により血管が収縮し、一時的に血圧が上がるばかりでなく、血液の流れを悪くし、血液が凝固しやすくなり、**動脈硬化の原因**となります。

喫煙による 虚血性心疾患(狭心症や心筋梗塞)は、2～3倍 突然死は、5～10倍

寒暖差に潜む危険 ヒートショックに注意

血圧は気温の変化に敏感で、寒い場所へ移動すると体温を保つために筋肉が震え、血管が縮小し、血圧が上がります。暖かい場所へ移動すると体温調節のため血管が拡張し、血圧が下がります。**特に寒暖の差が激しい場面での血圧変動に注意が必要です。**血圧変動により心臓や血管に負担をかけ心臓や血管の疾患（脳卒中や心筋梗塞や大動脈解離など）を発症することを**「ヒートショック」**と呼ばれています。



危険時期

11月から2月、特に入浴時や外出時

気温の変化は血圧に大きな影響を与え、特に**10℃以上の寒暖の差がある場合はヒートショックのリスクが高まります。**冬期間や急激な温度変化がある場面(入浴時)では血圧の変動に注意し、心臓や血管の健康を守る必要があります。

入浴時の3つの予防ポイント

① **脱衣所と浴室を温める**　(熱めのシャワーで浴室を温める/浴槽の蓋を外しておく 等)
② **お風呂の温度は低めに**　(お風呂の温度は41℃/湯船に浸かる時間は10分以内を目安 等)
③ **お風呂からでるときはゆっくりと**　(急に立ち上がると、めまいや失神の危険有り)

薬じゃない高血圧治療
スマート降圧療法

『スマート降圧療法』は、スマートフォンを使ってお医者さんと一緒に生活習慣の改善に取り組む新しい治療法です。

－こんなお悩みありませんか？－

- 具体的にどう取り組んでいいのか、わからない
- お薬を飲み続けることに抵抗がある
- 運動をしようとしたけど、挫折してしまった

スマートフォンで毎日の生活習慣を改善し通院時には医師のアドバイスを受けられます。当院でも積極的に取り組んでいます。

◀ 3分でわかる患者アプリの概要動画はこちら

※ダウンロードするだけではご利用できません。ご利用の際は当院までご相談下さい。

☎058-322-2000(フェニックス総合クリニック)

「地域共生社会への思い 輝く」
～3つの表彰で輝く フェニックスの未来～

厚労大臣 奨励賞　ユース エール 認定　厚労大臣 表彰 優秀賞

フェニックスでは職員の待遇改善、有給休暇の年間取得日数が認定基準を上回っていることや60歳の定年を迎えた後も70歳までは希望者全員を再雇用する等の取り組みが認められて以下の素晴らしい賞をいただくことができました。

定着率の良さが自慢ですが、おかげでみんないい歳になってきました。

介護職員の働きやすい環境づくり
内閣総理大臣表彰・厚生労働大臣表彰

8月 ●厚生労働大臣表彰 奨励賞 ～介護職員の働きやすい職場環境づくり 内閣総理大臣表彰・厚生労働大臣表彰～

この賞は職員の待遇改善、人材育成及び介護現場の生産性向上への取り組みが優れた事業所が表彰されるもので、フェニックスでは子育て支援に加えライセンス取得に向けての支援事業も行い様々な方面で働きやすい職場環境を作っている点で評価されました。

表彰状
奨励賞
老人保健施設ハートかみ野殿
貴殿は介護職員の働きやすい職場環境づくりの実現に資する取組に尽力されました
この取組は他の模範となるものであり
その功績は極めて顕著であります
よってこれを表彰します
令和五年八月二十四日
厚生労働大臣 加藤勝信

9月 ●厚生労働大臣認定 ユースエール認定企業

ユースエール認定は、若者に優しい職場環境を持つ企業に与えられます。この認定を受けるには、新卒者の離職率20%以下、月平均残業時間20時間以下、有給休暇取得率平均70%以上、男性の育児休暇取得者1人以上または女性の育児休暇取得率75%以上が必要です。フェニックスはこれらの基準を満たして認定されました。

基準適合事業主認定通知書
特定医療法人フェニックス
理事長 長嶋 祐毅 殿

10月 ●厚生労働大臣表彰 優秀賞 ～高年齢者活躍企業コンテスト～

高年齢者活躍企業コンテストは、高年齢者が能力を活かして働ける職場づくりを推進することを目的とし、創意工夫を行った企業が表彰されます。フェニックスは、60歳定年後の再雇用を実施しており、さらに体調に配慮した業務分担などを通じて、70歳以上の職員を全体の15%に増やし、これらの取り組みが評価されました。

賞状
優秀賞
社会福祉法人 フェニックス 殿
厚生労働者及び独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構共催による「高年齢者活躍企業コンテスト」に応募された貴社の職場改善の取組は審査の結果高齢者のための快適な職場づくり及び雇用開発についてきわめて優秀であり他の範となるものと認められたのでこれを賞します
令和五年十月六日
厚生労働大臣 武見敬三

今後は外国人雇用、障がい者雇用、介護を必要とする家族の支えている人など多様な人材が補完し合い、チームとして活躍出来る企業を目指し、これからも地域共生社会の実現を目指し、誰もが働きやすい職場づくりに取り組んでいきます。

地域包括支援センター かかみ野

認知症キッズサポーター養成講座 in 鵜沼第二小学校

2023年10月27日

鵜沼第二小学校の４年生児童を対象に認知症キッズサポーター養成講座を開催いたしました。

認知症への正しい理解と、誰もが住み慣れた地域で暮らせる地域づくりを目的に、小学生にも分かりやすい内容で講座を企画しました。

『おばあちゃんの財布がなくなった！？』という題目で、認知症のおばあちゃんとその家族の家庭でのやりとりを寸劇で見てもらい、「自分だったらどう声をかける?」という内容でグループワークを行いました。

▲授業の様子（みんな真剣に聞いています。）

▲グループワークの様子

グループワークで出た意見

- 怒らないで優しく声をかけてあげる
- 一緒に財布を探してあげる
- 一旦、一緒にお茶でも飲んで落ち着いてもらう

上記のような優しくて思いやりのある意見がたくさん出ました。祖父母と同居している児童は多くないですが、普段から登下校時にお世話になっている地域の見守り隊の皆さんや、ご近所さんに元気に挨拶をすることが大事ですよと締めくくりました。

各方面で大活躍!!

GOZAREファーム野菜

広報担当 / 大泉 光

▲収穫風景

▲収穫した芋

10月GOZAREファームにてサツマイモをはじめ、大根や里芋などの様々な野菜が収穫されました。収穫されたサツマイモは、11月23日にGOZAREプロジェクトと岐阜県立岐阜各務野高等学校とで開催されたマルシェ「みんなのまちの文化祭」で学生とフェニックスが共に考えたスイーツ「でこぼこマフィン」として販売され、大変好評でした。

▲マルシェ販売風景

▲でこぼこマフィン

現在収穫された野菜はCaféGA楽へ提供され「焼き芋のブリュレ」として新メニューとなるなど、様々なところで活用されています。また無人販売機を設置し、地域の方の手にとってもらいやすい形で展開していく予定です。見かけた際は是非ご賞味ください。

▲焼き芋のブリュレ
500円（税込）

■新発売■
温かい焼き芋と冷たいアイスの不思議なコラボレーション！

『Café GA楽（がらく）』
お問い合わせ
☎058-379-1818

フェニックス ボランティア活躍中!!

広報担当 / 守田 笙馬

12月12日(火) コロナ禍が明け、地域交流広場DANKEにて、ボランティアの方々と利用者が一緒になって、辰の手作りチャームを制作するワークショップが開催されました。

▲サポートするボランティアの方

当日は、ボランティアの方々が、一人ひとりの利用者と丁寧にコミュニケーションを取りながら細かな作業をサポートしました。

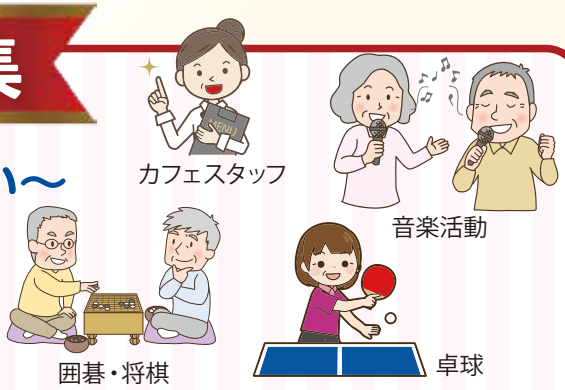
接着剤を塗る手が震えたり、細かいパーツを捉えるのに苦労する場面もありましたが、その都度、優しく手を添え、励ましの言葉をかけていました。参加者の一人は「自分だけの特別なチャームができて嬉しい」と、こだわりを持って制作したチャームを誇らしげに見せてくれました。今後さらに躍進するボランティア活動に注目です。

▲制作風景

▲完成した手作りチャーム

ボランティアさん募集

～地域の皆様の力をお貸し下さい～



■お問い合わせ

☎058-370-7777（サンバレーかかみ野）

フェニックスグループ アクティビティ担当：田中

認知症対応型デイサービス すずらん

介護職員 / 長屋 裕眼

巨大ちぎり絵 黄金に輝く辰！

デイサービスすずらんでは、ご利用者様が一丸となり大きな今年の干支「辰」の貼り絵を制作しました。

折り紙を一つひとつ手でちぎって貼り付けてゆくことで、手先の訓練になるだけでなく脳の活性化にもつながります。巨大なちぎり絵が完成したときは大きな達成感がありました。

▲巨大な辰のちぎり絵と集合写真

老人保健施設　サンバレーかかみ野

広報担当 / 守田 笙馬

心も弾む飾り付け

サンバレーかかみ野のフロアや壁にクリスマスの飾り付けを行いました。飾りは、ご利用者様が制作したものです。飾りの制作は気持ちもワクワクしますが、手指の細かい作業や配色決めなどの手指や脳のリハビリにも繋がります。

ご利用者様から「こだわりをもって制作ができた。次回はお正月の色々な飾り付け制作が楽しみ。」などの喜びの声がありました。

▲壁面に飾り付けられたサンタとツリー

フェニックスデイケアセンターA

介護職員 / 廣瀬 鮎美

人生最高の写真展 ～時を超えて～

デイケアセンターAでは、『人生最高の写真展』を開催致しました。ご利用者様の「私、昔は痩せていたのよね…」この一言から始まったイベントです。人生で一番輝いていた時の写真を本人様・家族様協力のもと、25名+職員の写真を飾り展示致しました。また写真を見ながらお抹茶も頂き昔話に花を咲かせました。涙を流される方もおり、大変感動するイベントになりました。

◀実際に展示された様子

▲各々の輝いていた時と共に集合写真

グループホームひだまり

介護職員 / 塩塚 友樹・山中 朋晃

いざ参拝 成田山へ！

少しずつ訪れる寒さを感じ、紅葉を見て季節感を味わっていただくために成田山への外出を企画しました。当日は、風が強く寒さを感じられている方が多数いらっしゃいましたが、昔を思い出したり、高いところから見える犬山の景色を眺めたりと皆様楽しまれていました。

▲成田山にて集合写真

▲参拝時の様子

ひだまりでは、外出やお菓子作りなど、月に1回行事を企画しています。職員や利用者様が共に楽しめるきっかけをつくれるようにしています。

次回（来年）は、春の犬山への外出をしたいと考えています。寒さも落ち着き、少しずつ暖かく感じる中での桜を眺めたいと思っています。

第2回 NPO地域共生を支える医療・介護・市民全国ネットワーク
全国の集い in 名古屋 2023　実践交流会

実践活動報告・表彰

2023年9月17日（日）・18日(月祝)の2日間に渡って開催され多職種で支える在宅ケアを実践している内容で当法人より5名が発表・表彰されました。

2024年の共生社会を支える！～その主役は機能強化型在宅療養支援診療所～

コンプライアンス管理室　左高 裕隆

フォローアップ賞 受賞

当法人を含む市内の二つの機能強化型在宅療養支援診療所チームは年間1万2千件の訪問診療を実施しています。介護サービスとの連携は必須で、デイケア、デイサービス・介護予防プログラムなどを提供し地域医療連携も推進してきました。現在看取り数は市内の約1/3を占め今後も増加しつづけると推定されています。

個人のALP（Advance Life Planning）を地域共生社会につなげる

地域包括支援センターフェニックス･かかみ野　鈴木 英予

フォローアップ賞 受賞

高齢者だけでなく全世代を対象に、どう生きるかを考えるALP(Advance Life Planning)が重要であると考え、現在各務原市はALPを主体とする人生会議の普及と啓発を目指し活動を継続しています。

多様性を包摂した持続可能な地域共生社会を目指して

～GOZARE プロジェクト～

特定医療法人･社会福祉法人フェニックス医師　長縄 康浩

GOZARE プロジェクトは持続可能な地域共生社会を目指しています。イベントやワークショップを通じて人の交流の場（ソフト）を育てながら、皆様が自然と交わる空間的な場(ハード)の建設を計画しています。それらの場づくりのプロセスやストーリーを初期段階から地域の方々と共有することで、自然の杜が育つようにそれぞれの個性が光る多様な人の杜(コミュニティ)へ広がっていくように願っています。

2024年に向け、コロナ感染で学び、法人内で取り組んだこと

～Phoenix流 BCP Project in 各務原～

特定医療法人フェニックス　山口 恭代

あらゆる企業や組織にとって災害などの緊急事態に際し、損害を最小限に抑え、事業の継続や早期復旧を図ることは非常に重要です。そのためには事前に事業継続のためのBCP（事業継続計画）を策定しておく必要があります。コロナ流行の感染拡大の経験からBCPの大切さを理解した職員教育が最も大切だと痛感しました。

新たな介護予防事業への挑戦 ～近未来のうねりをアイディアで乗り切る～

セーフティマネージメント室　吉国 親吾

戦後の個性豊かな団塊世代が後期高齢者になり、これまで以上に利用者様の尊厳を守るサービスの提供と、地域との融合（地域の方と通所介護の方が交わる新しい介護予防）がさらに求められています。従ってこれまで実施してきた介護予防事業サービスのさらなるブラッシュアップが必要となります。そこで当法人の新たな取り組みをどのように実施していくかを報告します。

2040年、多様性と格差の時代に向けて

近未来の地域共生社会のあり方を考える（続編）

特定医療法人フェニックス　社会福祉法人フェニックス　会長 長縄 伸幸

団塊ジュニアが高齢者となる2040年は、「平均的な高齢者像では語れない、多様性と格差のある、少子高齢・多死社会」が始まるといわれています。世界で経験のないこの難題を、日本はどの様に乗り越えようとしているのか、世界が、特に文化・歴史や風習に親近感を持つ東アジア諸国は、熱いまなざしで我々の成果を期待しています。前編では、自然界における生死をかけた競生から共生・共生進化を、およびその成り立ちには、「種の多様性があることが不可欠」である。生きるヒントは、自然の仕組みの中にあり、ヒトにも自然にも、必要とされないものは何一つない。「人から受けた恩は返したいと思うのが人情であり、空気や水や木などの自然から借りたものは、きれいにして返す必要がある」ことを学びました。

本編では、2040年、多様性と格差の時代に向けて、近未来の地域共生社会のあり方を考えてみたいと思います。

多様化する高齢化像と家族の関わり方

戦争犠牲者である意識が強く、老後は子供が何とかしてくれると思い、老後の備えをしてこなかった戦前生まれの高齢者から、戦争の悲劇を直接体験することなく、自らの老後のあり方を考え準備し、体力も5歳ほど若い団塊世代が、今後の高齢者の主役です。個性豊かで、年齢では、はかり知れない、趣味も多彩なバイタリティある高齢者や、逆に慢性疾患などで引きこもりがちで元気のない等高齢者も極めて多様な時代です。家族介護も期待できず、家族との住まい方も夫婦と子供・孫の大家族から一人住まい(高齢者独居)と多彩です。「夫婦2人と子供2人」という標準世帯の考え方はもう死語になっています。

この難題に向け、今後我々は、どの様に日本のあるべき姿を考えれば良いのでしょうか。

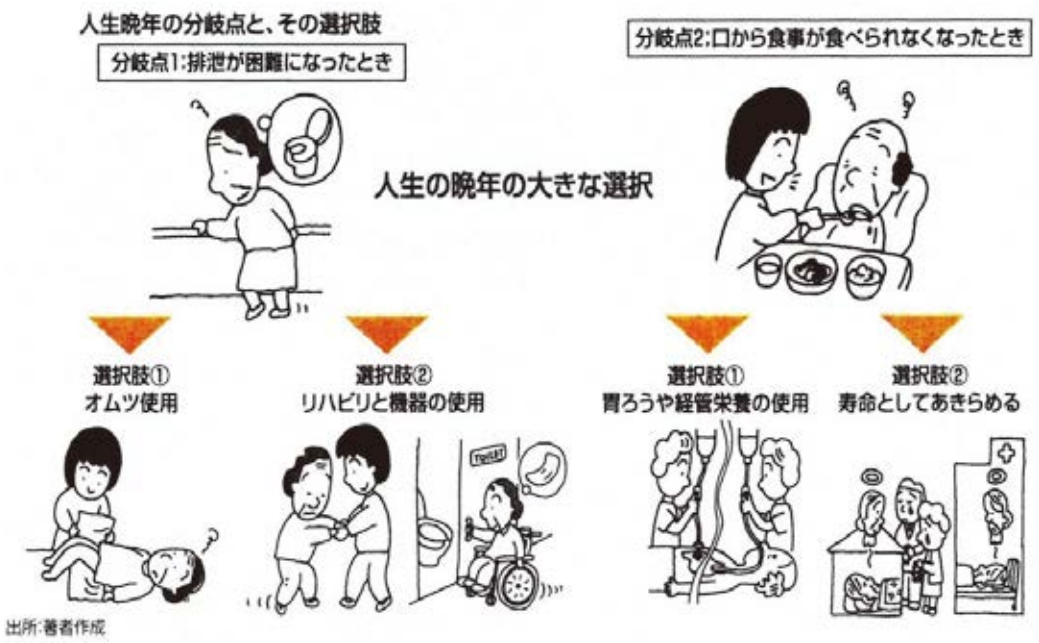
従来の看取り方が成り立たない社会へ

看取りや看取られ方も変わらなければならないでしょう。すでに、日本でも、寝たきりや寝かせきりは北欧の如く成り立たない社会を迎えています。人生の晩年には、大きな 2つの分岐点があります。

①自分でトイレへ行けなくなった時、オムツして介護されるのか?

②自分で食べられなくなった時、胃瘻や鼻からの栄養チューブによる強制的栄養管理を望むのか?

北欧の如く、①はリハビリ強化によるトイレ誘導、②は限りなく経口摂取（北欧では食事介助は拷問)等、今後介護力が極めて限られる時代を迎えるにあたり、今からどうすべきか、どうしてほしいのかを考え、伝えておいてほしい。



We the 15
東京パラリンピック、多彩な障がい者像

東京パラリンピックでは、片隅にさりげなく掲げられていた標語ですが、“我々障がい者は、世界の15%を占めている”という強烈なアピールです。されど、その活躍は、その生き様は、障がいをはるかに超えたもので、障害とは、障がい者とは！どのような人々を言うのか改めて考えさせられました。

団塊の世代である私は、昨年75才の後期高齢者の仲間入りをしましたが、日本の人口の約15%は後期高齢者です。私も、いずれ加齢とともに身体的・認知的機能が低下すれば, 障がい者の仲間入り？認知機能が加齢と共に低下し、家族など周囲の援助が必要になれば認知症という病名が付き、知的障がい者になってしまう。認知症患者の多くは、自分の病状をよく理解しており、「私たちを抜きに、私たちのことを勝手に決めないで」と訴えています。認知症患者であるクリスティーンは、徐々に病状が悪化する不安に対して、認知機能が一皮一皮むける様に衰えるに従い、本来の自分、真の自己が見えてくる、「私は、私になっていく」と悟りを開いています。認知症の方には、認知機能の低下に合わせた中期的サポートが必要で、終末期に近づけば、感情と感情との心の交流で理解し合えます。まるで、母親と乳児の如くに。

最近若い世代にみられる、過度のゲーム依存状態である「ゲーム障害」も一種の脳や精神的障害、病気と考えられています。また、子供の不登校や高校中退を経た閉じこもり・貧因者はいわゆる、社会生活自立障がい者であり、それに至る原因は、幼少期の子育てや生活環境と関連しており、早期からの家族（特に、子育て経験のある、おじいちゃん・おばあちゃん）や友人との関わり・援助、さらに教育者などの支援がリスク軽減に大いに役立つと実証されています。(若者の資因を拡大する5つのリスク：日下部元雄著）

日下部元雄 著/晃洋書房

私に感動と勇気を与え続けてくれている(重度の障害がある)人たち

●自分でできないことは、食事を作ることとお風呂の管理

図1（先天性骨形成不全症）
※レントゲン写真は本人のものではありません。

図2（日常生活の風景）

脳梗塞を発症した母親の在宅支援を行った時、紹介されたのが、幼少期からほとんど立って歩くこともできず、通学できないまま寝たきりで暮らしている兄と妹でした。現在兄は71才、妹は67才の高齢者で、両側の上下肢は多発骨折を繰り返す先天性骨形成不全症（図1）で、骨の多発骨折・高度の変形・骨形成不全で、日常生活は畳の上での万年床で仲良く寝たきり生活（図2）を送っています。移動は、兄は上を向いて頭頸部と体幹部を使い、妹は腹這いで主に体幹部を利用し、自由に移動しています。食事も着替えはもちろん、排泄や入浴も自力で行っており、両親(今は弟夫婦）にほとんど介助されることなく、毎日自由に暮らし続ける高齢者です。特に兄は、テレビゲームに夢中で、やや睡眠不足になりがちです。

妹は自力でスマートフォンを使い、好きなショッピングをしています。文字も大変綺麗で、すべて独学で学び、何ら劣等感もありません。ほぼ寝たきりでも、自分たちの創意工夫で自由な生活を勝ち取り、何ら悲壮感も不満も感じさせない当事者はもちろん、そばでじっと忍耐強く自立を促してきた両親、そして、両親の姿を見て育ち、現在は同居して2人を見守り続ける次男夫婦、私は4人

から多くのことを学びながら、見守り続けるのがやっとです。

●私が私であることに変わりはない

ALS患者の会全国代表の恩田さんとの出会いは、岐阜県老人保健大会のご講演をお願いした時でその講演での発言にはとても感銘と勇気をいただきました。岐阜FCの運営代表として、好成績を収められた直後に、難病であるALSを発症され、代表を辞退し闘病生活されていました。初めて恩田さんにお会いしたのは、ALS患者の会の会長就任直後のご講演の時でした。

ALSは難病であるが、運動神経の障害で、「動けない」「食べられない」「話せない」「呼吸ができない」だけで、この4つをクリアすれば私が私である事に変わりはない。家族に対しては、夫であり父親である。何時も通り会社の社長としての役割を果たして家族や社会に尽くしたいと思う。

さらに、同じ人間である。幸せを感じる瞬間はある。障がい者は社会に守られるだけの存在ではない。守る側に立つこともある、支えられた分、支えたいと思うのが人間の性(さが)であると！

この様に障害にも障がい者にも多様性があり、その価値観も人により千差万別です。

2040年、地域共生社会に向け、どうする日本！

日本はこれからどんどん高齢化し、働き手である若い世代は激減し、未婚・死別・離婚などの理由で中高年の一人暮らしが増えていく。こうした社会では、みんな何かが欠けている。足は動くが眼が悪い、眼は見えるが認知症である。健康であるがお金はない、お金はあるが家族がいない、など体も心も健全で経済的にも基盤がしっかりしている、などの人は少ない。そこでは、欠けている何かを誰かに埋めてもらわないと、十分に生きてはいけない。

また、高齢なっても、自分の特徴を特化して、現役以上に能力を発揮している人も少なくない。積み重ねた経験からくる能力は貴重な財産であり、韓国や日本の高齢者の就労率は高く、また、現役時代よりも際立って幸福感を覚えている。さらに、世間からは、戦後日本の復活のヒーローとして期待され、後輩からはヒール（悪役）と煙たがれて来た団塊世代ですが、今まさに後期高齢者の仲間入りをしようとしています。しかし、いまだにギラギラと目を輝かせ、今までの高齢者像にはないヒール（悪役）な高齢者です。そんな私達に向かって、最近、団塊ジュニアーは「そのまま現役世代に迷惑かけることなく、勝手に最後まで元気でいて、ピンピンコロリ（PPK）を実現してほしい)と、団塊世代へのエールに変わってきました。

どの様な世代でも、完全無欠な人はいなく、障がい者（多様性のある個人）として、いつも人は悩み生き続けています。地域における、共通の価値観や理念を確認し、その多様性を認め合い、互いに快い距離感を保ちつつ、共生進化したいものです。

※2023年（令和5年）1月5日（木曜日）　日本経済新聞より引用

第35回 全国介護老人保健施設大会
令和6年11月14日(木)・15日(金)
会場 長良川国際会議場 他
大会会長 長縄 伸幸 公益社団法人全国老人保健施設協会　岐阜県支部長
岐阜
再び、地域が動く ～多様性を包摂する老健のさらなる共進（共鳴・共生進化）を～

PHOENIX

この街の元気をつくりたい。トータルケアでしあわせを応援します。

■クリニック
フェニックス総合クリニック(19床)　TEL (058) 322-2000
フェニックス在宅支援クリニック(19床)　TEL (058) 322-2100

■介護老人保健施設
老人保健施設サンバレーかかみ野　TEL (058) 370-7777
介護老人保健施設リハトピア・フェニックス　TEL (058) 322-2220
介護老人保健施設ハートピア・フェニックス　TEL (058) 322-2221

■地域密着型 特別養護老人ホーム
メゾンペイネ……TEL (058) 370-5225
DANKE(暖家)……TEL (058) 370-0070

■ケアハウス
だんらん　……TEL (058) 379-3377

■グループホーム
私の部屋　……TEL (058) 370-1200
ひだまり……TEL (058) 370-8885
サニーテラス……TEL (058) 370-9915

■デイケア(通所リハビリ)
デイケアセンターA&S　……TEL (058) 322-2222
デイケアセンターきらら ……TEL (058) 370-8875

■デイサービス(通所介護)
Com.Do(介護予防デイサービス)……TEL (058) 379-2022
Com.Do2(介護予防デイサービス)……TEL (058) 370-2800
Com.Do 33(さんさん)(デイサービス)……TEL (058) 379-3773
Com.Do那加(リハビリデイサービス)…TEL (058) 322-5757
Com.Do パークサイドテラス　……TEL (058) 372-3535
(介護予防デイサービス)
Com.Do DANKE ……TEL (058) 385-1155
(介護予防デイサービス)
すずらん(認知症対応型デイサービス)　…TEL (058) 385-3033

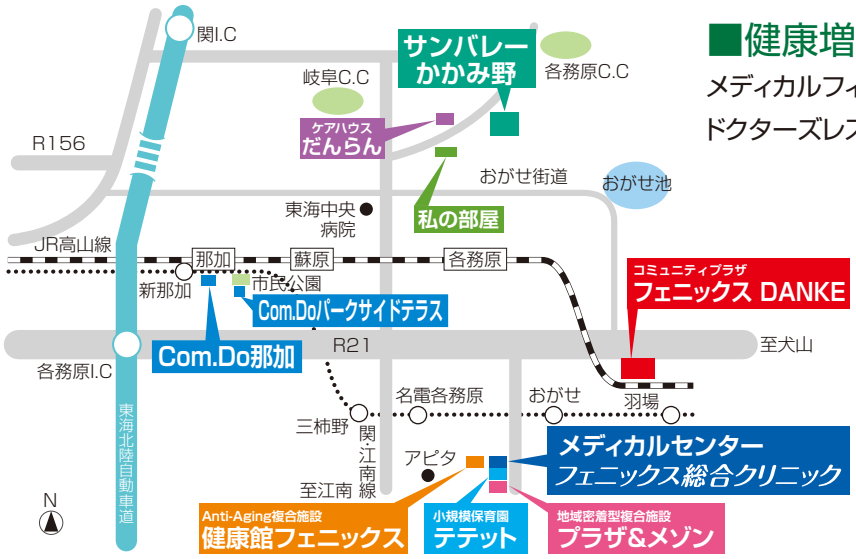
■小規模多機能型サービス
らぽら・ぽら　……TEL (058) 370-2800

■障がいサービス
VIVAローゼ ……TEL (058) 370-9700
(就労移行支援事業・就労継続支援B型事業所)
障がい者グループホーム　ソーレ …TEL080-3254-6287

■相談サービス
フェニックス地域連携室 ……TEL (058) 372-2530
(フェニックス総合クリニック内)
フェニックス在宅相談センター　……TEL (058) 385-2244
地域包括支援センターフェニックス・かかみ野　TEL (058) 384-8844

■保育サービス
小規模保育園テテット ……TEL (058) 372-2780
事業所内託児所 それいゆ ……TEL (058) 379-3588

■健康増進
メディカルフィットネスQ10　……TEL (058) 379-3388
ドクターズレストランカフェGA楽(ガラク) …TEL (058) 379-1818



交通のご案内

フェニックス総合クリニック
名鉄各務原線 おがせ駅 又は名電各務原駅より徒歩10分
JR高山線 各務原駅よりタクシーで5分
ふれあいバス「フェニックス総合クリニック前」下車

サンバレーかかみ野
東海北陸自動車道 関インターより車で10分
名鉄各務原線 三柿野駅よりバスで15分
JR高山線 蘇原駅よりタクシーで7分

特定医療法人 フェニックス
岐阜県各務原市鵜沼各務原町6丁目50番

社会福祉法人 フェニックス
岐阜県各務原市須衛町1丁目132番

フェニックスグループ　検索　http://phoenix-g.jp

PHOENIX COMMUNICATION Vol. 21 2024 新春号 フェニックスグループ広報誌