

「第37回大田区生活展」で骨密度測定!!

10月31日と11月1日の2日間、大田区消費者生活センターで、『第37回大田区生活展』が行われました。2009年のテーマは「未来〜くらしに希望を〜」。

会場では食品や福祉のお店などの販売コーナーや国際交流子どもファッションショー、絵本のお話会、消費者タイズなど楽しい企画がたくさんあり、来場された方々で賑わっていました。また、消費者団体・協賛団体による環境や食品、健康など日頃の研究成果のパネル展示も行われました。城南保健生協では今年はじめ大田生協連絡



会の1団体として生活展に参加し、骨密度測定を実施。2日間で140人の方が測定に訪れました。

この骨密度測定に先立って9月30日に大田生協連絡会の主催で骨粗しょう症についての学習会を行いました。講師には大田病院整形外科の西園千史先生をお招きし、「骨粗しょう症とは何か?」「骨粗しょう症をよくなる生活習慣や運動について」などを学びました。参加者は61人。30代から80代までの幅広い年齢層で、骨粗しょう症と診断された方やひざが痛いという方、腰痛をお持ちの方、小さなお子さまのいる方などさまざまでした。



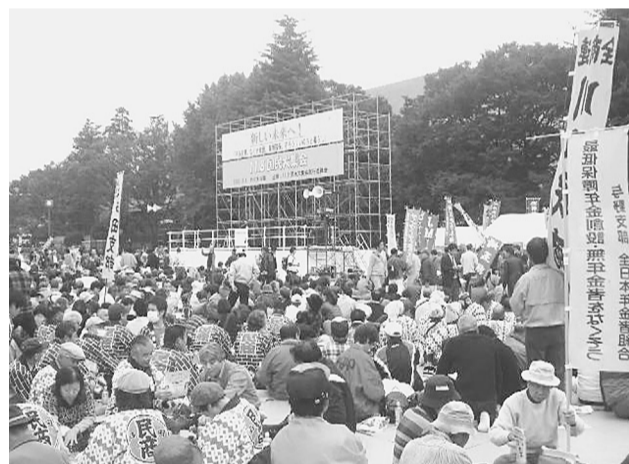
生活展で骨密度測定

改善した方がいい生活習慣として、禁煙、アルコールをとりすぎない、ミネラルをとる、1日10分日光(紫外線)を浴びるなどがありました。なかでも紫外線対策をしすぎるのは骨にとってよくないとのことでした。また効果的な食事法に加え、運動として「ダイナミックフラミンゴ療法」を教わりました。これは、腰に手を当てて1分間片足を10センチくらいあげるだけの

運動です。その際骨盤がまがらないように注意します。途中で足をついてもいいのでこれを1分間続けると、歩行59分の骨刺激になるのだそうです。

生活展にはこの学習会に参加された方もたくさん骨密度の測定にきていました。骨密度は20歳前後でピークに達し、50歳前後から急速に低下していきま

11・8国民大集会に3万5千人!



全国から代表が訴えました

11月8日(日)、代々木公園で「11・8国民大集会」が行われました。「新しい未来(あす)へ!」と不況打開、なくせ貧困、雇用確保、守ろう! いのちと暮らしをスローガンに3万5千人が集まり、城南3法人からも約40人が参加しました。

反貧困ネットワーク代表の宇都宮健児弁護士による連帯あいさつ後、全国からの代表者がそれぞれの切実な状況を訴えました。曇り空の中、全国から集まった人たちはその訴えに耳をかたむけ、「新しい未来へ」に向けて一丸となつてすすんでいくことを確認しました。

集会閉会後は渋谷の街へ出てデモ行進を行い、雇用確保や安心できる社会保障制度などを訴えました。

きんかどが by 7plus



介護について学ぶ参加者

お年寄りが安心して暮らせる介護の現状をつくる必要があると問題提起しました。

スマイルはすぬまのケアマネジャーの辻さんからは、ひとつのケースのサービス提供にいたるまでには、何度も家族や医療機関と電話や面談をくり返さなければならず、ケアプラン報酬は初回面談時からではなくサービス開始から支払われること、国の基準では一

人へのケアマネが35人まで受け持てることになっているが、実際は30人が限度であると問題提起がありました。

さわやかサポート大森東の内さんからは、包括支援センターは介護に関する地域の総合相談窓口なのでさまざまな相談が寄せられ、認知症、老老介護や単身の息子による介護の相談、経済的に困窮して1割負担が大変という相談が増えておりそのような中で介護者である家族からの虐待の問題も増えている。介護保険制度の改定で、要支援と認定された人のケアプランは地域包括支援センターで行うことになったことで、現場ではそうした相談と要支援者への対応で人手不足である。さらに要支援の「月額定額制」の問題点についても提起されました。

行政サイドからは、大田保健協の会長でもある大田区職員労働組合の小佐野さんから、具体的な数字にもとづき65歳以上の全認定者の内何らかのサービスを利用している人は82%で、残りの12%の人が介護サービスの対象であるにも係わらず、何の

大田社保協主催の介護フォーラム

城南保健生協も参加している大田区社会福祉推進協議会(大田社保協)主催の介護フォーラムが11月7日に大田区産業プラザで行われました。

はじめにコーディネーターの城南福祉医療協会の土居さんから介護保険制度の変遷についての話がありました。

近所のお年寄りのお世話をしている大森北の小関さんから姑さんの介護の経験や近所にある無届けの老人施設の劣悪な現状についての話があり、地域でお年寄りが安心して暮らせる介護の現状をつくる必要があると問題提起しました。

スマイルはすぬまのケアマネジャーの辻さんからは、ひとつのケースのサービス提供にいたるまでには、何度も家族や医療機関と電話や面談をくり返さなければならず、ケアプラン報酬は初回面談時からではなくサービス開始から支払われること、国の基準では一



強風の中で健康チェック

当日は、かなりの強風。それでも47人の方が健康チェックに来られました。剣持師長(うのき診)、関所長(うのき訪問看護)の健康相談も行い、専門家の視点からの確にアドバイスをおくっていました。

また、郵送で簡単にできる大腸がんのキットも2人の方が購入していました。

会場からは「自分が介護が必要になったら、どういう流れで認定されるのか?」「区外の無届けの介護施設にどれくらい依存しているか?」「生活保護でも入れる質の良いグループホームをもっと増やすべきなのは?」「地域の中で高齢者が安心して暮らせる世の中をつくらなければ」などの意見が活発にだされました。

最後に土居さんから、①在宅で一人でも暮らしている環境の整備、②長時間のケアを可能とする制度など、家族支援の視点を導入、③限度額の撤廃と自己負担の減額を実現してこそ真の介護の社会化が実現すること、また地域包括支援センターを文字通り地域の介護相談の拠点として活用すること、介護の仕事にかかわる人びとが生きいきとやりがいをもってとくめる制度にしていくことを求めていきたいと思います。