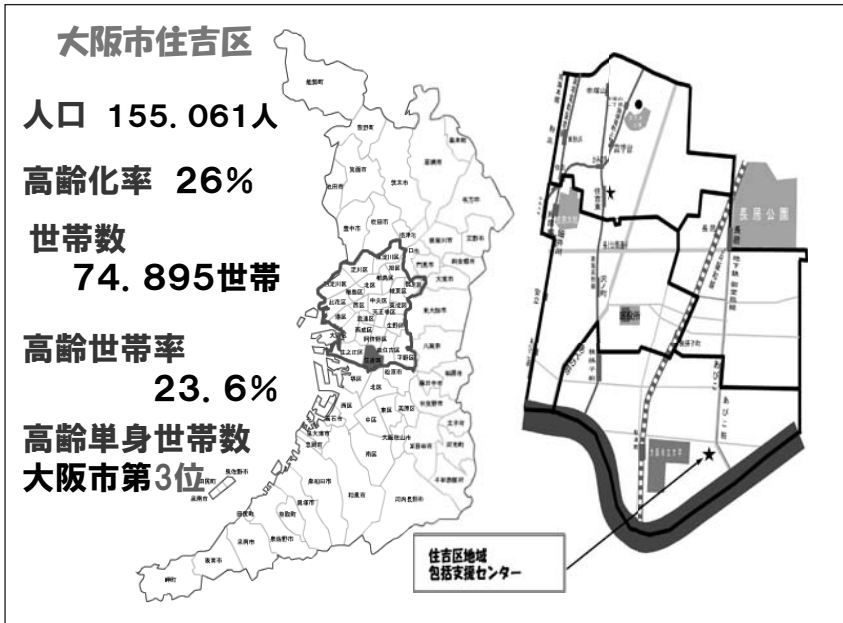


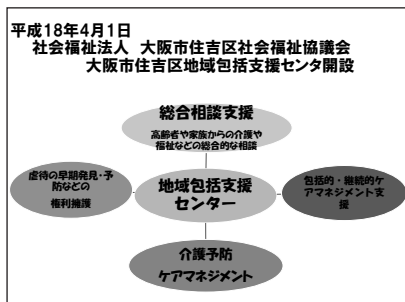
小林 裕子（大阪市住吉区社会福祉協議会・住吉区地域包括支援センター）

津止：今度は、私たち男性介護ネットの大きなテーマでもあります介護の分野です。介護する男性たちを支援している事例として、大阪の住吉の地域包括支援センター、ほっこりサロンという男性のサロンを開いているところです。そこの小林さんのほうから、知りたいことだと思えますけれども、最後の報告になりますけれども、お願いしたいと思います。



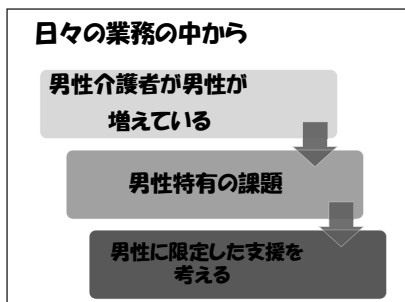
初めまして、住吉区地域包括支援センターの小林と申します。よろしくお願  
いいたします。大阪市住吉区なんですけれども、大阪府の中で青く囲んだとこ  
ろが大阪市なんですけれども、大阪市の一番南の端に住吉区がございます。住  
吉区の中の南の端に太い青い線があるんですけども、これは大和川です。大

和川を越えましたら、堺市になります。この一番端に、私たちの住吉区地域包括支援センターがございます。



住吉区は高齢化率が26%とかなり高い地域でありまして、その中でも高齢世帯の単身、一人暮らしの高齢者の方が大阪市内で第3位と、一人暮らしがかなり多い地区であります。そういう中で、私たちは地域包括支援センターとして仕事をしているんですけれども、地域包括支援センター

の役割として、高齢者の方の総合相談窓口、いろいろな役割を担っています。高齢者虐待、それから介護予防のこともそうですし、ケアマネージャーさんの後方支援であったり、いろいろな役割をさせていただいております。



その日々の業務の中で、平成18年に地域包括支援センターができたんですけれども、いろいろな関わりから男性の介護者が増えてきた。その中で、男性の方特有の課題が見えてきました。先ほど、伊藤先生、それから今井さんからも、男性特有の弱音を吐きづらさとか、それから支援

のタイミングが遅いと言うお話があったかと思いますが、SOSを出されたときには非常に重症化しているケースが多いということで、男性介護者の方がSOSを出しにくい、男性特有の井戸端会議がしにくい、情報不足というところから、男性に限定した支援を考えていかないといけないということで、平成22年に家族介護支援事業を行うということで、いろいろ介護者の方に聞いてみましたら、家事、特に調理に苦手感があるという話をされていることがありましたので、男性を対象にチャレンジクッキングという調理教室をいたしました

た。また、男性の介護者の方に実際に来ていただいて、男性の介護者の方の実体験をお話ししていただいて、男性介護者の現状を知り、男性介護者への支援について、私たち地域包括でも考えていきたいと思いますということで、住民の方を対象に家族介護教室をさせていただきました。そのときに来ていただいたのが、NPO 法人スマイルウェイ（兵庫県宝塚市）の西山さん、スマイルウェイの会員の方々に来ていただいて、お話をさせていただきました。

**平成22年度家族介護支援事業**

- ・チャレンジクッキング  
男性を対象に調理教室  
(平成22年10月 実施)
- ・男性の介護について  
男性介護者のお話を聞く  
(平成22年11月 実施)

来ていただいたんですけれども、家族介護教室がすごく好評で、もっとしてくれという声がかかなり多かったんです。チャレンジクッキングという調理教室は、介護予備軍の方が多く、今は介護を卒業されているか、まだ介護は始まっていないんですけれども、男性ばかりで集まって料理をしてみたいという人が集まりまして、サークルを結成いたしました。住吉鉄人倶楽部というサークルを結成いたしましたして、その後、クッキーを製作したりしてボランティア活動をされるサークルが始まりました。

**チャレンジクッキング**      **男性介護者の集い**

料理サークル結成  
(平成23年3月11日)  
介護予備軍の男性7名  
(平均年齢72歳)

第1回男性介護者の集い開催  
(平成23年1月27日)  
参加：10名

住吉鉄人倶楽部  
サークル名改名  
(平成23年9月)

以後毎月第4水曜日  
13:30~16:00  
住吉区民センターにて開催

ボランティア活動開始  
(平成23年12月)  
(クッキー製作し施設訪問)

**ほっこりサロン**  
名称を変更  
(平成23年7月27日)

**ほっこりサロン(参加状況)**

H23/1/27~H26/2/26

個別支援を行った数  
(電話も含む)      **8 人**

延べ人数 **344名**  
実人数 **43名**  
区内 **31名**  
区外 **12名**

参加者の年齢  
最低年齢 **32歳**  
最高年齢 **89歳**

被介護者の認知症の有無  
有 **30名**  
無 **11名**

もう一つ、男性介護者の集いで、宝塚の西山さんをはじめ男性介護者の方に来ていただいた後、このままで終わらせるのはもったいない、大阪に男性の介護者の集いがありなかったという現状がございまして、住吉地区で月に1回でもできたらいいかなということで、何をしよう

いうことではなくて、集いをやってみようということになりました。1回目が23年1月27日でした。そこから今年2月24日までに参加していただいたのが、延人数344名、実人数としては43名です。ほっこりサロンのほうでは、府内、府外、大阪市内に限らず、どこからでも来ていただけるということで、他の市町村からも参加されています。来られている方は、被介護者の方が認知症と診断を受けておられる方の、介護をされている方が非常に多いという現状です。参加していただいている方は、サロンでお菓子を食べて、お茶を飲みながら、いろいろな話をしていただくんですけども、その月のサロン終了後、私も包括にお電話で相談を頂いたり、それからケアマネージャーさんから、困ったことが起きているのでお手伝いしてほしいということで、個別支援を行った方が8名ほどいらっしゃいます。参加者は、男性介護者の最低年齢は32歳、今現在、最高年齢の方は89歳の方がおられます。

**(たくさんの人にほっこりサロンを知ってもらおう)**

- ・区内の男性介護者の実態調査
- ・10月下旬～区内82か所の  
住宅介護支援事業所に配布

男性介護者の皆さまへ

平成25年10月  
調査ご協力お願い  
男性介護者の集いほっこりサロン  
住居介護支援センター

近年、男性介護者が増えており、住居系地域包括支援センターでは従来より男性介護者のための交流の一環として「男性介護者の集いほっこりサロン」を開催しています。このほっこりサロンの方が充実した活動や介護を継続していただくために、アンケート調査を実施させていただきます。ご協力お願い申し上げます。

この調査にご協力していただいた方には、いかなる場合も不利益を及ぼすことはありません。ご協力いただいた皆様にはお礼状に感謝し、集いの開催を更に充実させることとなります。本調査は特別の割増に代わり、11月9日までに返送いただきますようお願いいたします。

【調査お問い合わせ先】 〒558-0021大阪府住吉区長寿1-8-47  
住居介護支援センター調査センター

TEL: 06-6692-8803 FAX: 06-6692-8813 担当: 神村・小林

1. 調査票の郵送先? ( ) 字  
2. 調査票が送られてくる地域? 字


1区 2区 3区 4区 5区 6区 7区 8区 9区 10区 11区 12区 13区 14区 15区 16区 17区 18区 19区 20区 21区 22区 23区 24区 25区 26区 27区 28区 29区 30区 31区 32区 33区 34区 35区 36区 37区 38区 39区 40区 41区 42区 43区 44区 45区 46区 47区 48区 49区 50区 51区 52区 53区 54区 55区 56区 57区 58区 59区 60区 61区 62区 63区 64区 65区 66区 67区 68区 69区 70区 71区 72区 73区 74区 75区 76区 77区 78区 79区 80区 81区 82区 83区 84区 85区 86区 87区 88区 89区 90区 91区 92区 93区 94区 95区 96区 97区 98区 99区 100区

ほっこりサロンは3周年だったんですけれども、去年の4月に兵庫県たつの市の男性介護者の集まりの1周年記念を見学させていただいたときに、すごいなと思ひまして「うちも3周年になるから、何かしたいね」という話をサロンのメンバーさんにいたしました。メンバーの方から

「もっとたくさんの人に、このサロンのことを知ってほしい」それから「研修というか講座をしてくれるのだったら、できるだけ生活に即したものをやってほしい」「せっかく3周年なのだから、せめて外の先生に来てほしい」「介護のために家を空けられないから、イベントをしても長い時間は行けない。介護のためにイベントを手伝うことができない」そういうお話がありました。たくさんの人に、ほっこりサロンのことを知ってもらいたいというのは、私たちもそんなんですけれども。ここでいろいろと話し合っ、どうしたらいいのかということだったんですけれども、私の上司から「アンケートをしたらどうか。アンケートとイベントのチラシをケアマネさんから渡してもらったら、確実に手元に届

くやないか」と言われました。区内の82カ所のケアマネ事業所さんにお伺いしまして、アンケートをお願いいたしました。これがアンケートの一部です。アンケートと、ほっこりサロンのチラシと3周年のイベントのチラシを付けてまして、返信用封筒を付けて渡していただきました。

男性介護者の集いほっこりサロン3周年記念イベント  
**できる男の生活講座**  
～住吉men's倶楽部～  
平成25年11月16日 10:00～15:30  
住吉区民センター図書館棟2階



スキンケア講座	お肌の手入れの基礎を学ぶ。
栄養講座	バランスの取れた献立を考える
おどろじ講座	簡単・楽しい 掃除・整理収納
お洗濯講座	洗濯の基礎を学ぶ

これは、伊藤先生の『「できない男」から「できる男へ』のパクリではないのですけれども「できる男の生活講座」ということで、1日、講座のイベントをいたしました。これは、生活に即した講座をしてほしいということだったので、スキンケア講座、お肌の手入れの基礎を学びます。栄

養講座、バランスの取れた献立を考えます。お掃除講座、簡単、楽しい整理の仕方。お洗濯講座、お洗濯の基礎を学ぶ。ということで、この4つの講座をすべて男性の講師の方をお願いいたしました。参加は、各講座30人から40の方が参加していただいています。この写真は、講座の様子なんですけれども、当日は男性介護者の方だけではなくて、府内の男性、当日、いきなりおじさんが入ってきたりということもあったのですが「こんなやってるなんて、知らなかった」ということで、と午前中と午後で講座が分かれていたんですけれども「今から昼ご飯を食べに帰るけど、また昼から来るから」という人たちも含めて、講座自体は48名くらい参加していただきました。

**被介護者を家に一人残していけないので  
参加できない**

- ・介護者支援のためのボラン  
ティアを養成する  
いきいきライフサポーター  
養成講座開催

- ・ケアルームを開設



介護者の方を一人で家に残しておけない、デイサービスがその日ではないとか、いろいろな理由で参加できない方の声がありまして、介護者支援のためのボランティアを養成しようということになりました。実際にはいろいろなイベントがあるんですけども、被介護者の方と一緒に

連れてこれられない、それで参加できないという声は以前からたくさんありましたので、住吉の地域包括支援センターと老人福祉センターと共同で、1日ライフサポーターという養成講座をしまして、ボランティアさんの養成をいたしました。これを見ていただいたら、スタッフとボランティアさんがいるところでベッドなども置きまして、どなたが来ても、1日、そこで過ごしていただいて、介護者の方に安心して講座を受けていただいたり、いろいろなイベントに参加していただけるようにということで、ケアルームを開設いたしました。

**介護のためにイベントを手伝うのは難しい**

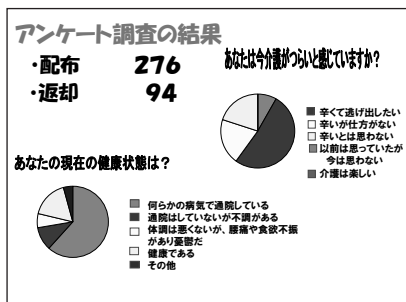
- ・住吉鉄人倶楽部  
(チャレンジクッキング)  
によるボランティア



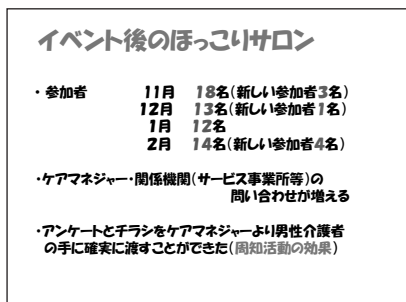
介護のためにイベントを手伝うのは難しいという、実際に介護で日々、疲れておられますので、できたら来て楽しんでいってほしいというのが私たちもありましたので、できる範囲でお手伝いをしていただけましたということで、今日も来られているんですけども、介護タクシーを立ち

上げられた介護者の方がいらっしゃるのですが、その方に、どうしても車の送迎がいる方をおうちまで送り届けていただきました。先ほど言いました、住吉鉄人倶楽部という調理サークル、この方たちもこれまで活動を、認知症サポーター養成や施設にクッキーの差し入れなど、いろいろなボランティア活動をされています。この方たちに来ていただきまして、1日、コーヒーとクッキーの接待をしていただきました。この写真はテラスに交流の場をつくりまして、住

吉鉄人倶楽部の方にコーヒーとお茶とクッキーを出していただいて、皆さん、ここでくつろいでいただきました。研修を受けられる方、ここでくつろいで交流される方、いろいろな方が1日楽しんでいただけるようなイベントをさせていただきました。それと、津止先生に来てほしいという思いがかないまして、津止先生に、11月に「男性が介護するということ」ということで講演に来ていただきました。



先ほど言いましたアンケートですけれども、一部しか紹介をさせていただけないんですけれども、82カ所の介護支援事業所に配布させていただいた数が276で、そのうち返ってきましたのが94です。一部、紹介させていただきます。「あなたの現在の健康状態は？」という質問ですが「何らかの病気で通院している」「通院はしていないけれども、不調がある」という方が、おおよそ4分の3くらいです。「今、実際に介護をつらいと感じていますか？」「つらくて逃げ出したい」「つらいが仕方がない」というふうに思っておられる方もおおよそ4分の3いらっしゃいました。このアンケートの結果につきましては、もう少し分析させていただきして、ケアマネジャーさんとご協力させていただきながら、今後の支援を考えていきたいと思っております。



イベントをするまでのほっこりサロンの参加者は大体6～7名ぐらいが平均参加者だったんです。10月、11月にイベントをいたしまして、11月のほっこりサロンの参加者が一気に18名に増えました。この日は、ちょっとびっくりいたしました。実際に休まれておられた方とか、数カ

月に一遍来られている方とか、長くお休みしている方もいらっしゃるんですけども、アンケートとかイベントをした後に、思い出して参加くださった方と、それから新しく来てくださった方が増えました。それまで10人を超えることは少なかったのですが、イベントをしてから先月まで、ほぼ10人以上の参加者の方がいらっしゃいます。その後、ケアマネジャーさんからの問い合わせも増えました。ケアマネジャーさんを通してアンケートとチラシを配布していただいたということで、ケアマネジャーさんにも知っていただく周知ができたのではないかなと思います。ケアマネジャーさんから、ほっこりサロンのご案内をしていただけるようになったことが、すごく大きいかなと思います。

#### **今後の課題**

**\*サービスを利用していない男性介護者への周知**

**\*ほっこりサロンの運営**

**\*男性介護者に支援の必要性について地域への周知**

今後の課題なんですけれども、今回のアンケート調査はサービスを使っておられる方、要するにケアマネジャーさんと関係のある方に対してのアンケートなんですけれども、地域の中にはたくさんのサービスを使っておられない男性介護者が潜在的にいらっしゃると思います。その

方たちに、どういうふうに周知をしていったらいいのだろうかというのが1つの課題です。それから、ほっこりサロンの参加者の人数が増えてきましたので、時間とか場の設定や運営についても考えていかなければならないです。それから、もう一つ、これはもうちょっと頑張らないといけませんけれども、男性介護者に支援が必要であることを地域の方に知っていただきたいです。地域の方から見守りなどの支援を頂きたいということで、周知活動を続けていかないといけないと思っております。そして、ほっこりサロンは、地域包括支援センターが始めて3年たったんですけれども、始めた当初からほっこり庵の西山さんをはじめ、たくさんの方にご支援を頂きました。特に、この男性介護者ネットに来させていただいて、皆さんのご意見をしつこいぐらいにいろいろ聞きまして、運営に関していろいろと教えていただきました。本当に感謝しております。これからも地域包括支援センターの職員が一丸となって、男性介護者のみ



ならず、すべての介護者の方に寄り添っていけるように頑張っていきたいと思  
います。これからも、よろしく願いいたします。ご清聴、ありがとうございました。  
ました。

津止：ありがとうございました。広がりがあるな活動につながっていったとい  
う、私たちのお手本にしたいようなご報告がありました。今日、ご参加の介護  
者の会や集いを主催される方々にも、随分参考になるお話があったのではない  
かと思います。