



# UMETOP!A

Vol.2  
令和3年  
11月25日発行  
うめとびあ通信

## プラザからのお知らせ

### 保健医療福祉総合プラザがワクチン接種会場に

保健医療福祉総合プラザでは、令和3年5月から新型コロナウイルスワクチンの集団接種会場として住民接種を実施しています。問診と接種の会場には最大の研修室C(会議室使用時の定員240人)を、それに次ぐ研修室A(会議室使用時の定員84人)を接種後の待機場所として使用しています。広々とした空間で落ち着いて接種を受けられます。館内や接種会場では、消毒液や受付のビニールシート、消毒済み筆記具の設置、マスク着用等の感染症対策を徹底していますので、安心してご来館下さい。ワクチン接種のお問い合わせは、下記のワクチンコールで受け付けています。ご来館の際は公共交通機関をご利用下さい。



- ★世田谷区新型コロナワクチンコール (予約、予約の取り直し、その他の問合せ) ☎0120-136-652
- ★世田谷区新型コロナワクチン予約キャンセル専用ダイヤル (予約の取消しのみ受付) ☎0120-513-260
- ※ともにフリーダイヤル。携帯電話からもご利用いただけます。

### 保健センターの健康度測定で生活習慣の改善をお手伝い

保健医療福祉総合プラザ2階の保健センターでは、18歳以上の世田谷区民を対象に「心とからだの健康づくり」のための「健康度測定」(有料)を行っています。一般的な健康診断の他、医学的検査や体力テスト、生活活動調査、食事、メンタルチェック等の結果をもとに、個々の健康や体力及びライフスタイルに応じたアドバイス等を組み込んだ生活習慣の改善を支援する指導を行う健診です。栄養・運動・休養・こころ・生活習慣の各面から、あなたにピッタリの個別アドバイスを、医師、看護師、保健師、管理栄養士、運動指導員、臨床検査技師等の専門スタッフがを行い、健康生活を強力にサポートします。健康で豊かな毎を送るためにご利用下さい。



- ★健康度測定(保健センター)のお問い合わせ ☎03-6265-7463 (平日/午前9時～午後5時) FAX 03-6265-7429
- http://www.setagayaku-hokencenter.or.jp

### 総合プラザでは様々なイベントを予定しています 今後のイベントスケジュール(令和3年度)

- ◎せたがや生涯現役カフェ(11/30)
- ◎写真展「金澤翔子の世界」(12/1～12/24)
- ◎ここからカフェ ～心と体の健康イベント～(12/7、1/21、2/28、3/18)
- ◎障害者施設販売会(12/14、1/11、1/25、2/8、2/22、3/8、3/22)
- ◎児童作品展(12/1～12/15) ◎絵本で楽しむ食育カフェ(12/21)
- ◎認知症カフェ&オレンジカフェ(12/9、2/10) ◎福祉用具展示会(1/25)
- ◎手話カフェ(12/14、1/11、2/8、3/8)
- ◎失語症サロン(12/15、1/19、2/16、3/16)
- ◎ろう高齢者サロン(毎月第1木曜日)
- ※今後の状況により、変更、中止または延期となる場合があります。

### 保健医療福祉総合プラザ 貸出施設のご案内

保健医療福祉総合プラザには貸出施設として、区民活動支援会議室、研修室、実習室の合計11室があります。現在貸出のご利用が可能な会議室は区民活動支援会議室2(2階、定員33人)、介護実習室(1階、定員42人)、調理実習室(1階、定員42人)の3室のみです。その他の部屋は、ワクチン集団接種会場の関係で(左の記事を参照)貸出を当面休止しています。貸出利用(有料)には、5人以上の団体登録が必要になります。(世田谷区の「けやきネット」ではご利用になれません。)ご利用にあたっては、マスクの着用や検温、アルコール消毒、利用者名簿の作成等の感染防止対策にご協力をお願いします。なお、コロナ感染症の状況により利用時間や人数、利用内容等を制限させていただく場合があります。詳しくは、保健医療福祉総合プラザのホームページをご覧ください。電話、ファクシミリにて、または1階の総合案内窓口までお問い合わせ下さい。

- ★保健医療福祉総合プラザへのお問い合わせ ☎03-6379-4301 (受付/午前8時30分～午後10時) FAX 03-6379-4305
- https://www.setagaya-sougouplaza.jp

### NEW! 「ふれあいカフェうめとびあ」皆さんの声に応じて、季節の新メニューが登場!!

**日替わりハンバーグセット ¥700(税込)**  
(スープ、ライス、サラダ付)  
11月から販売中。  
日替わりでソースの種類が替わります。

**おでん ¥450(税込)**  
11月から販売中。  
全7種類の具材。

**チャイ(hot & ice) ¥200(税込)**  
10月から販売中。  
シナモンの効いた本格チャイティー。

Instagram はじめました! / FUREAICAFEUMETOPIA

交通アクセス うめとびあ  
【電車でお越しの方】  
◎小田急線「梅ヶ丘駅」北口 徒歩 5分  
◎小田急線「豪徳寺駅」 徒歩 8分  
◎東急世田谷線「山下駅」 徒歩 8分  
◎京王井の頭線「東松原駅」 徒歩 14分

【バスでお越しの方】  
◎小田急バス「松原」/「光明学校前」下車 徒歩 1分  
・梅01/梅ヶ丘駅～経堂駅～千歳船橋駅  
・梅02/梅ヶ丘駅～赤堤～経堂駅  
・渋54/渋谷駅～梅ヶ丘駅～経堂駅  
◎東急バス「梅ヶ丘駅」下車 徒歩 5分  
・等13/等々力操車所～世田谷区民会館～梅ヶ丘駅



東京リハビリテーションセンター世田谷の外観

## 東京リハビリテーションセンター世田谷 ～全国的に珍しい大規模複合施設～

東京リハビリテーションセンター世田谷(以下「東リハ」)は、保健医療福祉の拠点「うめとびあ」内に平成31年4月にオープンした、高齢者支援施設、障害者支援施設、回復期リハビリテーション病院が複合した民間施設です。高齢の方や障害のある方が安心して在宅で生活できる地域社会づくりをめざして、様々な支援に取り組んでいます。

東リハには介護老人保健施設や障害のある方への施設入所支援、児童発達支援等、多種多様な機能と事業所があります。各事業所の運営は、社会福祉法人南東北福祉事業団と一般財団法人脳神経疾患研究所という2つの法人が、それぞれの専門性を活かして行っています。全国でも珍しいという東リハの施設や事業について、障害者支援施設から障害統括施設長の鈴木正さんと自立訓練事業所所属の高橋真由美さんに聞きました。



鈴木さん、高橋さん

### 高齢の方や障害のある方へ様々なサービスを

一どのような施設なのでしょう。鈴木 高齢者施設と障害者施設と病院が1つの建物の中にある複合施設で、珍しい施設だと言えます。高齢者施設と障害者施設ともに入所サービスもあれば通所サービスもあり、こちらから出向く訪問サービスもあります。障害者施設は成人も児童もご利用できます。一運営方法はどうなっていますか。鈴木 国の制度では、社会福祉法人は病院を新設できないという決まりがあり、一方で障害者支援施設は社会福祉法人でなくては運営できないので、2つの法人がこの建物を運営しています。2つの法人が互いに連携しながら一体感をもって運営しているのが特徴です。このような大規模複合施設は全国的に見ても珍しいと思います。

### 各施設の概要

- 〈高齢者支援施設の主な事業〉
  - 介護老人保健施設(定員/100人) リハビリテーション等の医療サービスを提供し、在宅への復帰をめざす施設です。
  - 通所リハビリテーション(定員/長時間25人・短時間50人) 通所により日常生活の自立支援を目的としたリハビリテーションを専門スタッフがを行い、心身機能の維持回復を図ります。
  - 訪問介護(定員/1日30人) 介護員等が居宅を訪問し、食事、入浴、排泄等の介護や調理、洗濯、掃除等の家事の他、日常生活上の相談等も行います。
  - その他の主な事業 療養通所介護、訪問看護、訪問リハビリテーション、居宅介護支援等

- 〈障害者支援施設の主な事業〉
  - 施設入所支援(定員/60人) 様々な障害がある方に、日常生活上の支援を行い、将来的に

地域生活が継続できるように、生活能力が発揮できるような働きかけをします。●児童発達支援(定員/1日70人) 発達や発育に遅れのある未就学児を対象に、生活能力の促進や集団生活のコミュニケーション能力の向上、運動や遊び等を通じた支援を行います。●放課後等デイサービス(定員/1日30人) 発達や発育に遅れのある就学児を対象に、放課後に余暇や社会性向上をねらいとした様々な活動を提供します。●その他の主な事業 生活介護、自立訓練、短期入所、基幹相談支援センター、相談支援事業所、居宅介護等

### 〈回復期リハビリテーション病院〉

介護老人保健施設等の利用者を対象に、集中的なリハビリテーションプログラムの提供により入院生活をサポートし、医療チームにより包括的医療を提供するなどして、在宅復帰、職業復帰をサポートします。リハビリテーションロボット等の先端テクノロジーも導入しています。



### 様々な資格を持つスタッフが利用者をサポート

一この施設ではどのような人が働いていますか。鈴木 障害者支援施設には、約140人の職員が働いています。その多くが社会福祉士、保育士、看護師等の国家資格を持つ専門職のスタッフです。高齢者支援施設のほうは、約130人の職員が働いていて、こちらも様々な資格を持つ専門職のスタッフが多くいます。一スタッフはどのように配置されているのでしょうか。鈴木 障害者支援施設のうち自立訓練事業所を例にお話すると、理学療法士2人、作業療法士2人、言語聴覚士2人が常勤しています。それ以外の多くの事業所はこの3職種を含めて1～3人程度の配置です。そちらと比べて自立訓練事業所は配置人員が多く、利用者への細やかな対応が可能です。一専門職のスタッフが多いのは心強いですね。鈴木 自立訓練事業所には他にも公認心理士の資格を持つサービス管理責任者や、視覚障害者歩行訓練士、社会福祉士、精神保健福祉士、看護師をそれぞれ1人ずつ配置しています。これだけの豊富な専門職スタッフによるサポートを実施している施設はあまりないと思います。(2面に続く)

アドバイザーを交えた頻繁な事例検討会

— 自立訓練事業所についてもう少しお聞きします。どのような事業を行っていますか

**高橋** 自立訓練では18歳から65歳までの方に、機能訓練と生活訓練を提供しています。また、事例検討会として、経験のあるリハビリテーション専門医と公認心理士(臨床心理士)の先生を招いて、週1回勉強会を行っています。

— 事例検討会ではどんなことを話し合うのですか。

**高橋** 毎回、事例報告者がテーマを決めて現場での課題を共有し、専門家のアドバイスも得ながら意見交換をします。基本的に全スタッフが出席し、生活面の目標設定の他、利用者の就労や復職をどうサポートしていくか、単なる訓練内容だけではなく、社会資源をどう活用したらいいかなど、1時間に渡ってあらゆる検討をします。

— 大変そうですが、どんなメリットがあるのですか。

**高橋** 事例検討会は令和元年10月頃から始めましたので、丸2年になりますが、これらの取り組みはスタッフの力量アップに繋がりが、日々の仕事に役立っていると思います。

**鈴木** 事例検討会に同席するリハビリの専門医は、長く世田谷区内で開業されており、区内の社会資源をよくご存じなので、例えば烏山地域にはこんな自助グループがあったよ、などの有益な情報を下さいます。

今後は総合プラザとの合同相談会も

— 今後、地域に向けて何か新しい取り組みはありますか。

**鈴木** コロナ禍で延期になっていますが、隣の保健医療福祉総合プラザの各施設(保健センター、福祉人材育成・研修センター、認知症在宅生活サポートセンター等)とは相談会を毎月やっていたという話をしています。

— どのような相談を行うのですか。

**鈴木** 高齢分野では親御さんの介護相談ですとか、障害分野では「こういった障害があるんだけどどんな支援が受けられるか」といった相談ですね。コロナが落ち着いたらぜひ進めていきたいと思っています。

東リハには貸出施設の地域交流スペースもあり、様々な地域交流事業等も今後計画しているそうですが、新型コロナウイルス対策のため当面は施設利用や面会等を制限し、イベント等も自粛しています。コロナの状況を見守りながら、さらに地域に貢献できる施設として取り組んでいきたいとのことでした。

★東京リハビリテーションセンター世田谷へのお問い合わせ  
〒156-0043 東京都世田谷区松原6-37-1  
☎03-6379-0427 (受付/午前9時～午後5時)  
FAX 03-6379-0428  
http://www.tokyo-rehabili.jp



プラザ NEWS

NEWS 1 保健センター

「20年長期継続団体ポスター掲示展」開催

地域で20年以上活動を継続している体操グループの活動内容や活動状況等をポスターで紹介する「20年長期継続団体ポスター掲示展」が、令和3年6月21日から7月31日まで保健医療福祉総合プラザ1階「ふれあいカフェうめとびあ」特設コーナーで開催されました。(主催 保健センター)



保健センターでは、昭和57年から、「活動グループ」の支援を始めました。開始当初は3団体でしたが、現在は200団体が活動しています。そのうちの43団体が継続20年以上で、最長の団体は継続39年になります。

ポスターに写った各団体のメンバーの皆さんの笑顔や楽しそうな運動の様子は活気に満ちており、これからも笑顔の輪を地域に広げていてもらいたいですね。

「活動グループ」についてのお問い合わせは、保健医療福祉総合プラザ2階保健センター窓口にて受け付けています。お越しをお待ちしています。

★活動グループ(保健センター)のお問い合わせ  
☎03-6265-7513 (平日/午前9時～午後5時) FAX03-6265-7429  
http://www.setagayaku-hokencenter.or.jp

NEWS 2 福祉人材育成・研修センター

「KAiGO PRiDE in Setagaya」写真展開催

介護の仕事に携わる人たちの写真展「KAiGO PRiDE in Setagaya」が、令和3年9月6日から10月5日まで保健医療福祉総合プラザ1階「ふれあいカフェうめとびあ」特設コーナーで開催されました。(主催 福祉人材育成・研修センター)

介護の仕事は、一人ひとりの人生に寄り添い、専門知識と技術を必要とし、尊厳を支える大変重要なものです。相手を思いやる、優しく、クリエイティブな介護の仕事に取り組んでいる方々への感謝の気持ちを込めた写真が展示され、来館者は1つ1つに込められたメッセージを受け止めるようにそれぞれの写真に見入っていました。



総合プラザの施設機能 **ココがすごい!**

保健医療福祉総合プラザは、災害や地球環境に配慮した最新機能を備えた施設です。

Earthquake resistant structures



(上) 地下駐車場の柱のグレーのカバーの中に免震ゴムが設置されています。



(下) 震災等の災害時には医療救護活動関係者の本部として活用できる広いスペースを備えています。

地震の多い昨今、倒壊しない安全な建物であることは重要です。保健医療福祉総合プラザは、免震装置として約70基の免震ゴムが設置された支柱を地下駐車場にバランスよく配置し、それで建物を支える構造となっており、地震に対して建物全体の安全性を高めています。世田谷区立の施設では初めて取り入れられた技術です。

地震による振動を抑える減衰機能や、建物を元の位置に戻す復元機能もあります。

Special Interview  
特別インタビュー「うめとびあへようこそ」第2回

行政のサポートも充実 人生100年時代、認知症も怖くない

～認知症の本人とその家族を描いた映画『折り梅』、松井久子監督が今想うこと～

保健医療福祉総合プラザ1階にある世田谷区認知症在宅生活サポートセンター(以下「認サポ」)は、認知症の方やその家族が住み慣れた地域で安心して暮らせるように支援している拠点です。区内28か所のあんしんすこやかセンター(地域包括支援センター)等の様々な関係機関の後方支援をはじめ、認知症に関する講演会やイベントの開催の他、介護する家族の支援、認知症の方の居場所や活躍の場づくり等を行っています。



映画監督・プロデューサー **松井 久子**さん  
早稲田大学文学部演劇科を卒業後、ライター、マネージメント、TV番組制作等を経て、認知症と夫婦愛を描いた『ユキエ』で映画監督デビュー。著書に「ターニングポイント『折り梅』100万人をつむいだ出合い」「疼くひと」など。

**対談者** 永野 富美子さん(世田谷区認知症在宅生活サポートセンター管理者)  
**インタビューア** 村上 信夫さん(元NHKエグゼクティブアナウンサー)

「認知症」は、誰もがなり得るものです。

世田谷区は「世田谷区認知症とともに生きる希望条例」を令和2年10月に施行し、2つの基本理念を掲げました。その1つは、本人が自分らしく生きる希望を持ち、その意思と権利が尊重され、自らの力を発揮しながら、安心して暮らし続けることができる地域を作ることです。

認知症の本人とその家族を描いた映画『折り梅』は、平成14年(2002年)の公開から今もなお、認知症の現実について考えるきっかけを多くの人に与えている作品です。

監督の松井久子さんに、認知症や認サポの取り組みについて今想うことなどを聞きました。

**村上** 総合プラザの印象は?

**松井** 以前から世田谷区は行政がすばらしいと思っていたのですが、施設の充実度がさすがだなと。駅から近いし、広々としていますね。

『折り梅』公開から20年 認知症を取り巻く現状は

**永野** 松井監督の映画『折り梅』を改めて観ましたが、全然古くないですね。

**松井** でもう20年前ですからね。いまだに多くの方が見て下さっていますね。

**村上** 20年経った認知症の現場はどうですか?

**永野** 20年前とは思えない、「これ、今のことでしょ」と思いました。今でこそ、認知症になってもこうやって活動できますよというサポート環境はよくなっていますが、認知症になった本人がきつい言葉を言って、家族がすごく戸惑うというのは、今もすぐそばでたくさん起こっていることですから。

**松井** この先、家族がショックを受けることも、忘れていく不安を抱える本人が本当は一番辛いということも、そう簡単には変わらないと思います。でも、ケアをする家族や周囲の「あるがままでいいよ」という想いが伝わったら、本人の不安感はなくなると思う。

**永野** おっしゃるとおりです。認知症ケアの基本は、本人の不安を取り除き、本人がハッピーな気持ちで生活できることですから。

地域・行政のサポートを受けて無理のない介護を

**永野** 今、どうしたら認知症を取り巻く問題を打破し、みんながハッピーに生きられるのでしょうか。

**松井** 家族が無理をして面倒を見ているとしたら、その辛さが本人に伝わってしまう。だから責任感で頑張り過ぎず、上手に地域のサポートを頼り、活用したらいいのではないかしら。認サポのような施設が家族に無理させないよう、うまくリードしてあげられたらいいですね。

— 認サポには、認知症初期集中支援チームの「訪問サービスによる在宅支援のサポート」、家族向け講座や家族会の運営支援による「家族支援のサポート」、認知症に関する「普及啓発・情報発信」、地域ケア会議への参加等による在宅支援の「技術支援・連携強化」、認知症に関する研修やボランティアの養成・活動支援を行う「人材育成」の5つの機能があります。また、認知症ケアの経験がある保健師、看護師、作業療法士、認知症専門医、精神保健福祉士等、様々な職種のスタッフが支援に携わっています。

**永野** 認サポでは、認知症の方を介護する家族が集まる「家族会」に伺ったり、お宅に訪問したり、家族に接する機会もよくあります。介護する方も、自分の人生を大事にするために手放すところは手放してもいいですよと伝えしています。

**松井** 私は最期まで「おひとり様で」と思っていますけれど、そういう方もいる?

**永野** 認知症で一人暮らしの方もいます。そういう方にはまず、ご自身が好きなことができる環境を作ることですね。例えば、80歳を過ぎたある男性はカラオケがお好きで19曲の十八番があって、ご自宅の点数が出るカラオケで毎日歌って高得点もお出しになります。でも、お食事の仕度やちょっとした掃除はできないのですね。その部分はヘルパーさんにお願いして、お金の管理は近くに住んでいる娘さんがされています。

**村上** できることはやってもらって、できないことを地域包括でサポートしていくということですね。

**永野** はい。

**松井** 行政に支援を頼むのは、最初は敷居が高い気がするのだけれど、地域のあんしんすこやかセンター(地域包括支援センター)や認サポに、いかに気軽に尋ねてもらえるかですね。私は母が長いこと祖母の在宅介護をするのを見てきましたが、大変だったので、地域のサポートが充実している今は本当にいい時代になったと思います。

人生100年時代、認知症も怖くない

— 区の条例の基本理念のもう1つは、「認知症とともにより良く生きていくことができる地域共生社会の実現」です。認サポはその理念の実現に向けて、これからも様々な支援に取り組んでいこうとしています。最後に、松井さんなりの認知症との付き合い方これからについても聞いてみました。

**村上** 映画『ユキエ』や『折り梅』で「認知症・老い」をテーマにしてきた松井監督ですが、今年の2月には小説を書かれたね。

**松井** 子育てが終わって、親の介護も終えて、本当の意味の自由を手に入れるのが70歳からじゃないのかなって。歳をとることに希望が持てるようなものと思って書きました。人間、生まれて成長して、最期はまた赤ちゃんのように戻って死んでいく。そう考えると認知症は自然なことなのかも。だから私自身は認知症になることをそんなに恐れていないです。認知症になっ

たらなっただでなんとかなる。何でも受け入れられるような自分でいたいと思っています。



▲対談動画はうめとびあHPで配信中

▶映画『折り梅』(2002年)原作である小管も子との「忘れても、しあわせ」(日本評論社刊)にほれ込んだ松井監督が、プロデューサー・脚本も手がけ制作。100万人以上に鑑賞されているロングヒット作品。

★世田谷区認知症在宅生活サポートセンターへのお問い合わせ  
☎03-6379-4315 (受付/平日 午前8時30分～午後5時)  
FAX 03-6379-4316 https://setagaya-ninsapo.jp

