

ゴミ屋敷の現状について

5/29(木) 第1回 圏域地域ケア会議(中部北・北部合同) 地域向け

ちゅうざんホールで開催、61 名の方が参加されテーマへの関心の高さを感じました。特殊清掃(株)ピージーエム沖縄リリーフ沖縄店の佐々木勝俊氏と(株)office 双葉の比嘉計氏に、実際の現場の現状と課題等を共有していただきました。沖縄市にも事例は多くあります。認知症だけでなく老若男女、誰でもゴミ屋敷になりうるそうです。近所からの孤立もゴミ屋敷になる可能性を上げる要因と感じています。どんな課題も繋がりが希薄になっていることから生じていることが多いと改めて実感しました。

グループワークの中での感想「現状を知るとてもいい機会になった。」「声掛けしてみようと思う。」等の声があり、ささやかな見守りに繋がります。一人だけで関わるよりもたくさんの人が関われば、負担も減りますし孤立死等最悪のケースは防げます。それぞれの立場で見守りや支援に活かしていくことで、住みよい街にしていけるのではと考えています。一人でも多くの方がささやかな繋がりを氣にとめてもらえたらと感じています。



5/23(金) 勉強会『ゴミ屋敷の現状について』 支援者向け

ゴミ屋敷とそれと複合した課題が増えてきているため、社協、包括、行政なども参加し、現状について話し合いをしました。粗大ゴミに関する相談は、社協にも多く寄せられ、職員やボランティアの方と一緒に対応しているが、衛生面などひどいものに関しては業者を紹介している。包括へも相談は寄せられますが、専門外なので業者を案内することになります。介護保険のヘルパーは大掃除は出来ず、健康被害や安全面からボランティアにも限界があります。ゴミの処分量は大量になると高額になりますが、安いからと依頼したら、オプションが上乗せされ高額になる業者もあるようです。リサイクル料や運搬料等が省いて見積もられているケースもあり、それが不法投棄された場合、業者ではなく最初の持ち主に二重請求されるケース等もあり、新たな社会課題を生んでいます。

また、ゴミ屋敷や孤立死等を懸念され独居高齢者のアパート等の賃貸住宅の貸し出しに難色を示される現状があります。一時多量制度などゴミ処理問題が解消できれば、貸す方も借りる方も安心出来、物件が見つかり安くなる可能性は高くなります。課題が大きく簡単に解決できることではありませんが、何をどのような手順で進めていけば解決に繋がり、住みよいまちに近づいていけるのか、これからも協議を続けていく必要性を感じています。



行政の方でも何かしら検討してもらう、地域ではゆるやかな見守りを等、それぞれの立場で知る、考える、伝える、ささやかでも何かしらアクションを起こすことが出来れば、解決に向かっていけるのではないかと感じています。

沖縄市介護予防出前講座

7月から開始です！！

令和7年度 沖縄市介護予防出前講座		
専門員が巡回センター・訪問介護ステーションへ出張し、介護予防に関する講話を実施します。		
●申し込み期間：令和7年6月22日～令和8年2月27日 ●実施期間：令和7年7月1日～令和8年2月15日		
運動	専門員	No. 1 自分でできる運動・体の調子を整えよう
認知	専門員	No. 2 体を動かして認知症を予防しよう
口	専門員	No. 3 食べ物を美味しく食べよう
耳	専門員	No. 4 しっかり聴いてコミュニケーションをしよう
足	専門員	No. 5 歩く姿勢を正して歩こう
心	専門員	No. 6 心の健康づくり
薬	専門員	No. 7 薬を正しく飲んでいるか？
健康	専門員	No. 8 生活習慣病を予防・改善する食事
暮らし	専門員	No. 9 元気で暮らすための方法

無料！

NEW

普段皆さんが集まっている通いの場で、出前講座を開催しませんか？
5 名以上で依頼出来ます！ご自身の心と体に関心を持ち、介護予防を目指しましょう！出前講座のみ、当日参加も OK なので、ご近所さんもお誘いあわせの上ご参加下さい。

問い合わせ：包括中部北 生活支援コーディネーター 渡邊

包括×障がい合同勉強会

去る 6/18(水)包括×障がい合同勉強会が福祉文化プラザで開催されました。包括・障がい以外にも、行政、社協、居宅支援事業所も参加し、それぞれの業務説明や、個々の自己紹介をし顔合わせを行いました。グループワークでは、困っていること、出来そうなことについて話し合いをし、グループ内だけでも、高齢者や障がいと複合したケースがいくつかあがり、分野ごとで分けて考えるのではなく情報共有をし連携していくことが必要だと意見がまとまりました。



ぬーじ通信

※「ぬーじ」とは沖縄方言で虹の意味！

沖縄市地域包括支援センター中部北
《美里・東・宮里・吉原・城前・越来》



2025/7/1

発行：社会福祉法人 沖縄にじの会
沖縄市地域包括支援センター中部北

住所：沖縄市美里1-28-11 3階
電話：098-987-8025

編集：田高智美 渡邊リサ
：伊禮学
編集長：又吉姫子

歯にまつわる話 Vol.27

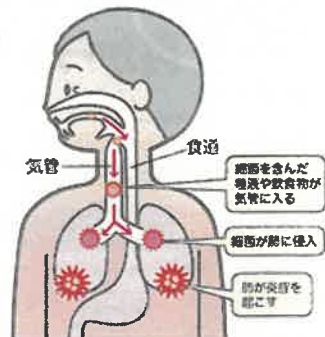
今回のテーマは【誤嚥性肺炎のメカニズム】についてです。

始めに、誤嚥性肺炎とは・・・？

食べ物や唾液、胃液、お口の中の細菌などが誤って気管に入り、肺が炎症を起こすことです。

誤嚥性肺炎の原因とは・・・？

- ① 嚥下障害➤飲み込みの機能低下、脳卒中などの病気によって嚥下障害を引き起こす事があります。
- ② 咳反射の働きの低下➤高齢者や病気が原因で咳反射が上手くできなくなると、睡眠中の呼吸でも誤嚥性肺炎になる可能性が高くなります。
- ③ 口腔内の不衛生➤口腔内の細菌が繁殖。
- ④ 抵抗力の低下➤抵抗力が落ちると日和見感染しやすくなります。



誤嚥性肺炎の症状

- ・発熱 37.5℃以上
- ・咳が7日以上続く
- ・粘り気のある痰、黄色や緑色の痰が出る
- ・動悸がする、脈が速い
- ・悪寒がする

重要!

高齢期では、熱が出ない場合や微熱程度、咳や痰などの症状があまり見られない場合もあります。元気がなかったり、ボーっとするといった様子にも注意が必要です。

【介護予防等把握担当/歯科衛生士：田高智美】



吉原 ゆんたく会☆

去る 6/29(日)吉原で「ゆんたく会」が開催され、子供から高齢者まで年齢層も幅広く 25 名の方が参加されました。ジュースとスープ等が振舞われましたが、スープは防災用のストックをアレンジして美味しく仕上げ、野菜天ぷらは近所さんからのお裾分けの野菜で作ったそうです。皆さん、美味しいご飯を食べながらゆんたくして和やかなひと時を過ごしていて、自治会へ初めて来た一人暮らしの男性も参加していました。元気うちから介護予防、世代間交流、まずは参加してもらって、顔見知りになって繋がって欲しい、一人暮らしの人は、こちらに出てきて持ち帰るのではなくここで食べて皆と過ごして欲しいと比嘉自治会長が話していました。出来れば毎週開催したい、誰でも参加 OK だそうです◎



Instagram



認知症とレクリエーション

にじかE(毎月第3水曜日 14時～15時)、にじかE越来公民館店(毎月第4水曜日 14時～15時)にて、お茶をしながらのゆんたく会、軽体操、そして、さまざまなレクリエーションを行っています。

レクリエーションは、身体のみならず脳に刺激を与え、認知症の予防や症状の進行抑止に繋がる働きがあります。

- ①脳の活性化 ②心身機能の維持・向上 ③人間関係の構築のきっかけとなる



脳の活性化や認知症の症状(BPSD)の改善が期待され、日常生活の質(QOL)の向上が目指されます。また、体力作りだけでなく、認知症の方が楽しめる要素も重要となってきます。レクリエーションでは、日常では使わない体の動かし方や頭の働かせ方を通じて、脳の未使用部分を刺激し、脳が活性化され認知症予防のアプローチに繋がります。すでに認知症の方でも、症状の進行を緩やかにする効果が期待できます。

体操や脳トレ、手先を使ったゲームなど五感を刺激し、思考力や認知力を維持・向上させることができます。

心身機能の維持・向上として運動不足を防ぎ、心身機能の維持・向上を図ることを目的として、体操や簡単なスポーツ、ゲームなどを通じて、適度に体を動かす機会を提供します。これにより、筋力や運動能力の向上だけでなく、血行促進や生活リズムの整備、快眠や食欲増進などの効果も期待できます。また、認知症の方の日常生活動作(ADL)の向上にもつながり、前向きな気持ちを引き出すことができます。

特に、チームワークが求められる活動では、他の参加者や職員と協力して目標を達成する場面が増えます。それによって、認知症の方が孤立を避け、自信を持って交流できる環境が整います。また、地域社会や新しいグループとの関わりを持つことで、失われがちな人間関係を再構築する手助けとなります。

認知症ケアに役立つレクリエーションとは、人とのコミュニケーションを増やし、孤立を防ぐ効果があります。会話や共同作業を通じて、他の参加者や職員と自然に交流する場を提供します。こうした活動を行うことで、認知症の進行を緩やかにし、精神的な安定を支えることができます。

社会的な繋がりは、認知機能や精神的な健康に良い影響を与え

るとされています。そのため、孤独感を減らし、人と自然に関わる場を作ることがレクリエーションの目的の一つです。また、顔を覚えづらかったり、会話がスムーズでなかったりする状況でも、楽しく参加できる工夫を取り入れることが大切です。こうしたアプローチで、認知症ケアで安心して交流できる場を提供しています。



【認知症地域支援推進員/作業療法士：伊禮 学】