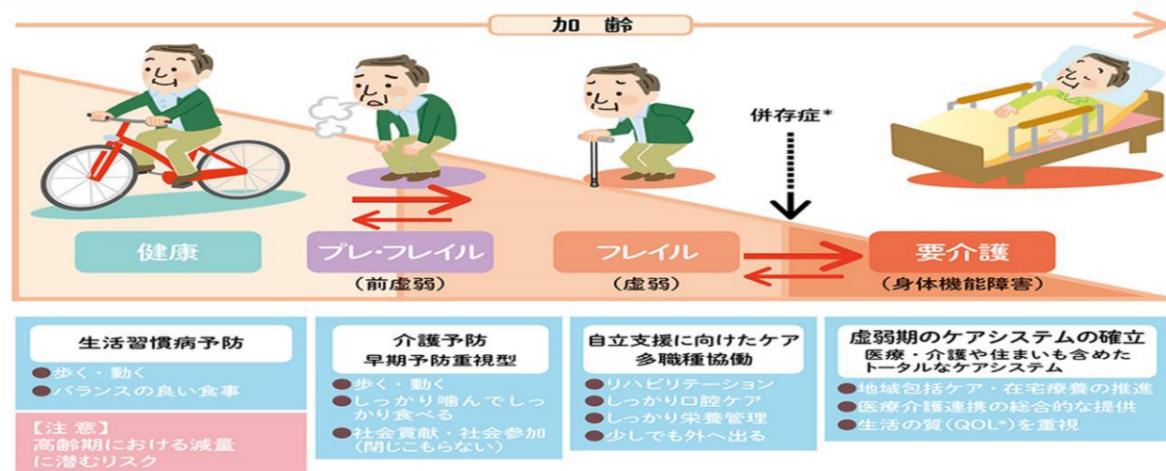


## 介護予防・フレイル予防

フレイルをご存じですか？

### <フレイルの位置づけと流れ>

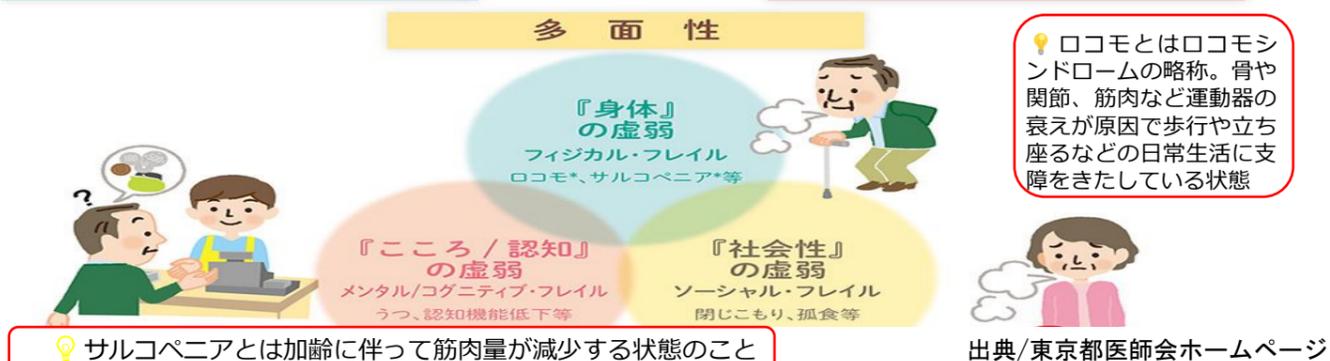


(東京大学 高齢社会総合研究機構・飯島勝矢：作図改編)

### <フレイルの3つの要素>

#### 健康と要介護の中間の時期

#### 可逆性



### ～認知症を学べる本2冊紹介～

#### マンガで学べる本



聖路加国際大学臨床教授  
遠藤俊英監修

#### ◎あすかサ責のお勧め

「認知症の人が見ている世界」がマンガでわかりやすく解説されており、実際の介護現場を頭に思い浮かべながら読み進めていくことができました。印象的だったのは認知症の人の不可解な言動にも意味があること、そして何より心に残ったのは安心してできる人が寄り添う「人薬(ひとぐすり)こそが認知症には最も効くのではないかということ」です。

#### ◎正会員 仲江弘司氏お勧め



長谷川嘉哉著

認知症の進行具合を、春・夏・秋・冬の4段階に分けて、そのとき何が起るのか？どうすれば良いのか？を多数の患者さんのエピソードを交えて描いたエッセイ。

## 会報

# あすか



22号

2022年8月吉日

NPO (特定非営利活動) 法人 あすかユー・アイネット

〒301-0043 龍ヶ崎市松葉3丁目12番地2

事務所(龍ヶ崎) 電話: 0297-60-8281 F A X: 0297-60-8288

連絡所(牛久) 電話: 029-830-8307 F A X: 029-830-8308

(各事業直通)

・訪問介護事業、介護予防・日常生活支援総合事業(あすか)

・障害者福祉サービス事業(あすか)

電話(龍)0297-60-8282 (牛)029-874-0477

・相談支援事業(あすか)

電話(龍)0297-85-2339 (牛)029-874-0477

https://www.asuka-npo.or.jp (編集責任者: 中村 恵美子)

## 令和4年度総会報告

令和4年6月11日(土)に第19回通常総会が開催されました。前々年ともに2年連続で書面決議となりましたが、今年は感染対策をしながら開催することができましたのでご報告いたします。

出席者20名(内表決委任者10名)にて10:00から事務所1階で以下の議案を審議いたしました。

- 第1号議案 令和3年度事業報告の認証を求める件
- 第2号議案 令和3年度決算報告の認証を求める件
- 第3号議案 令和4年度事業計画の認証を求める件
- 第4号議案 令和4年度活動予算の認証を求める件
- 第5号議案 役員選任並びに認証を求める件
- その他 まちカフェ「らくてい」経過報告

理事の池田尚人が議長を務め、第1号議案から第4号議案まで副代表理事の伊藤きり子が説明し、全員意義なく承認されました。

第5号議案の役員の認証は、理事8名が再任で承認されました。

監事は新任の山端忠美が加わり2名になり承認されました。

まちカフェ「らくてい」の経過報告は、代表理事の中村恵美子より説明がありました。新型コロナウイルスの感染が拡大して3年が経ちましたが、まだ収束が見えません。計画の再開はもう少し様子を見て判断したいと思います。

以上の説明があり、12:00に閉会しました。

計報: 法人設立当初より、監事として法人の会計と活動を監査して下さった夏目理一氏が8月11日に96歳で逝去されました。心よりご冥福をお祈りいたします。

事務局より  
令和4年度の年会費の納入をお願いします。

あすかユーアイネットの  
令和3年度 決算報告

令和3年度の事業収入は50,618千円で、前年度より8%の減額、また収益は742千円で38%の減収となりました。

新型コロナウイルス感染予防のための補助金はほぼ無かった状況ではありましたが、マスクや手袋など現物での補助をいただき経費節減となりました。

事業別では、介護保険事業、介護予防・日常生活総合事業、特別支援教育支援事業は減収となりましたが、ふれあい活動、障がい福祉サービス事業、相談支援事業などは増収となり、全体としては若干の増収となっています。

新型コロナウイルスの収束が見えない状況の中、今後も感染予防対策をしっかりと行いながら事業を継続して行きたいと思っております。

資産の部		負債の部	
流動資産		流動負債	
現金	11	未払金	3,562
普通預金	5,369	未払い法人税等	72
郵便貯金	418	未払い消費税	392
郵便振替口座	336	預り金	279
未収金	7,294	短期借入金	1,370
前払費用	93	流動負債合計	5,675
仮払金	8	固定負債合計	0
流動資産合計	13,529	負債合計	5,675
固定資産		正味財産の部	
車両運搬具	1,080	正味財産期首残高	7,197
什器備品	517	当期正味財産増減額	742
減価償却累計	△1,512	正味財産合計	7,939
固定資産合計	85		
資産合計	13,614	負債及正味財産合計	13,614

科目	備考	金額 (千円)	
1. 収入			
受取会費		96	96
ふれあい活動		636	
特別支援教育支援	市受託事業	7,985	
介護保険訪問介護	あすか	16,335	
移動支援事業	あすか	804	
障がい福祉サービス事業	あすか	18,417	
相談支援・障がい児相談	あすか	2,771	
介護予防・日常生活支援総合事業	あすか	2,013	48,961
ボランティア受入評価益	ボランティア	1,500	
受取補助金		10	
受取寄付金・雑収入		51	1,561
収入合計			50,618
2. 支出(管理費含む)			
給料手当・雑給		39,781	
法定福利・福利厚生費		3,216	42,997
ボランティア評価費用	ボランティア	1,500	
会議・研修費・新聞図書		56	
通信運搬費・印刷製本費		1,506	
広告宣伝費・支払手数料		925	
事務用品費・消耗品費		183	
燃料費・車両費他		526	
水道光熱・支払い地代他		797	
保険料・諸会費その他		685	
租税公課(消費税他)		402	6,580
法人税・住民税・事業税		72	72
管理費		227	227
支出合計			49,876
収支差額(次期活動費)			742

◎各年度の年間活動時間と収入

15年度	323時間	479千円
16年度	4,907時間	8,145千円
17年度	15,050時間	29,675千円
18年度	20,670時間	38,680千円
19年度	22,930時間	41,457千円
20年度	23,160時間	40,853千円
21年度	19,590時間	37,831千円
22年度	20,060時間	37,393千円
23年度	34,700時間	50,450千円
24年度	40,500時間	69,384千円
25年度	40,700時間	72,717千円
26年度	44,987時間	70,598千円
27年度	50,760時間	77,522千円
28年度	51,690時間	83,641千円
29年度	39,500時間	73,520千円
30年度	35,334時間	57,642千円
R1年度	29,372時間	54,000千円
R2年度	28,615時間	54,905千円
R3年度	26,845時間	50,618千円

あすかユーアイネットの有償ボランティア

あすかユーアイネットでは日常生活の支援をしています。

◎介助、留守番、買物、食事作り、清掃、洗濯、院内介助、ペットのお世話、草むしり窓ふき、子育てサポートなど

◎3種類の活動があり次の内容で行っています。



公的な支援を受けていない方向け、またケアマネジャーが介在しない会員相互の助け合い



公的な支援を受けていてケアマネジャーなどが介在し、ヘルパーなど有資格者のサービスが適正と思われる方へのサービス



公的な支援を受けていてケアマネジャーなどが介在し、龍ヶ崎市独自の研修を修了者の提供が適正と思われる方へのサービス



周りの人に助けられて

正会員 仲江弘司 様

家内は8年前に突発性難聴になり筑波大学病院にて手術、3年後大腸がんにかかり柏がんセンターにて入院、ストーマの生活から元に戻す手術を行っています。

コロナ禍の影響で外出はほとんどできませんでした。昨年8月頃からいらいらの嫌悪感に陥っているように見えました。クリニックで相談いたしまして専門医の診察をして頂きましたところ軽い認知症であると判断され、昨年末に市役所より要介護1に認定されました。

あすかユーアイネットの宇井さんにどうしたらいいのか相談しましたところ、中村代表さんからケアマネジャーを紹介いただきデイケアに入るよう勧めていただきました。最初は乗り気ではありませんでしたが、それまで渋っていたのに、紹介頂いたケアマネジャーに優しく声を掛けて頂いたお陰で意外なほどすんなり「じゃ行ってみます」と言ってくれたので、2月から体験も兼ね週1回お世話になることになりました。長期にわたる欲求不満や物忘れは日常茶飯事です、これまで通り家事や身の回りのことはこなしますし、難しい本や新聞も読むようになりました。脳リハビリ、ストレッチ、ゲーム等、帰ってくると楽しそうに話すようになりました。

自分から6月より週2回行ってみたくと話すので、やる気、元気、本気になってきたのかなと思うこの頃です。

認知症は「老化一環」というように、同じことの繰り返し、物忘れ、特に薬を飲んだか飲んでいないのか飲むこと自体忘れる、冷蔵庫の在庫管理ができない、料理を作りたくない、自制が効かなくなりわがままになります、日頃の生活の中でアルバム整理や散歩など時間のある時は付き合い、孫たちの成長を見守りながら、老々介護を笑顔で楽しんで行きたいと思うこの頃です。

今回のことで介護に従事なされている方々は皆さん心優しく誠意のある方ばかりです。家内が笑顔でデイケアに行くようになって食事、リハビリ、レクリエーションを心から楽しめるようになったことに心から感謝致します。