

新しい生活文化を発信する

アム

主な記事

2面～3面 1面続き(シルバーピア生活援助員・マンション管理士・立川市住宅改修アドバイザーの皆さんへインタビュー)／消費生活相談のあらまし
4面 立川・この人／男女平等参画基本条例を施行／市民企画活動事業

8/25 No.19

2007(平成19)年
年3回(8月・12月・2月)発行

発行／立川市女性総合センター
企画・編集／市民編集委員
(〒190-0012)立川市曙町2-36-2
☎042-528-6801 FAX042-528-6805
e-mail joseisougou-c@city.tachikawa.lg.jp

「終のすみか」あなたは どうする？

～人生後半の主体的な選択とは～

日本人の平均寿命
男性：79.00歳
女性：85.81歳
(平成18年)

立川市の
65歳以上の人口：18.33%
15歳未満の人口：13.16%
(平成19年7月1日)

最近話題になった映画『魂萌え！』(原作：桐野夏生)は、平凡な主婦だった59歳の主人公敏子が、夫の死をきっかけにさまざまな困難を乗り越え、一人の自立した女性に変ぼうしていく様子を描き、大きな反響を呼びました。ロケの一部が立川で行われたことをご存じの方も多いでしょう。アイム編集委員にとっても人生後半をどう生きていくかは身近で大きな課題です。

少子高齢化、女性の社会進出が進むなかで高齢期の生活も様変わりし、いまや家族に生活や介護を全面的に委ねることが難しい時代です。社会的介護サービスを取り入れつつ、できるだけ自立して、自分らしく生きていきたい。それには、何よりも安心できる「終のすみか」の選択が不可欠だと私た

ちは考えました。

ここ数年、立川市でも有料老人ホームやケアハウス、シルバーピアなど高齢者向けの住まいを見かけるようになりました。が、その中身は意外と知られていません。そこで、今号ではシルバーピアを取り上げ、そこでの暮らしぶりを生活援助員さんに伺ってみました。また、住み慣れた自宅を「終のすみか」とした場合にはどういう点に気をつけたらよいのか、マンション管理士と立川市住宅改修アドバイザーの方に取材しました。

最近はコレクティブハウスやグループリビングなど新しい暮らし方も生まれています。選択肢が増えたなかで自分の「終のすみか」をどうするか一緒に考えてみませんか？

あなたも
チャレンジ！

立川版 終のすみか探し チャート



スタート！

終のすみかを探す時に
あなたが重視するのは？

安心

ご予算は？

たっぴり

有料老人ホーム
(立川には6施設)

民間が提供する施設で、入居条件・金額は施設によってまちまち。立川の施設では入居一時金は70万～6,870万円。月額利用料は92,400円～238,000円。

まあまあ

ケアハウス
(立川には2施設)

地方公共団体や社会福祉法人が提供する個室タイプの老人ホーム。所得制限はないが、自宅での生活が困難な人が対象。所得が少ない場合には利用料の軽減あり。

そこそこ

シルバーピア
(立川には14カ所)

高齢者向けの都営住宅や市の借り上げ住宅。バリアフリーで生活援助員が配置され、安否の確認や緊急時の対応をする。家賃の軽減もある。都営なら都内に3年、市営なら市内に3年以上住んでいることが登録の条件。

高齢者向け
優良賃貸住宅

都知事の認定を受けた民間法人等が提供する賃貸住宅で、高齢者のみの世帯が条件。バリアフリー。所得が少ない場合には家賃の一部が補助される。

建て替え

築30～50年経つとマンションも大規模改修や建て替えが必要となる。マンション管理士のアドバイスを参考にすることができる。東京都からの助成制度も利用できる。

住宅改修
(リフォーム)

自分の体の状態に合わせて自由にデザインできるところが魅力。介護保険が20万円まで使える。65歳以上なら立川市の住宅改修アドバイザーに無料で相談に応じてもらえる場合も。

二世帯住宅

思い切って建て直してしまうのも選択肢の一つ。安心・場所・人の全てを含んでいると言える。

グループリビング、
コレクティブハウス

気の合った仲間同士が生活の一部を共有することによって、支えあって暮らしていく住まい方。共同の台所や食事室を備えている。

住む場所

そう遠くない
ところで探したい

マンション

今の家に
住み続けたい

一戸建て

一緒に
住む人

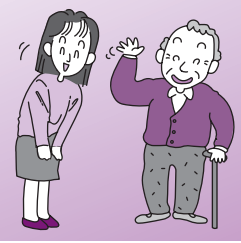
子どもと一緒に
住みたい

気のあった友人と
暮らしたい



生活援助員が見守る

シルバーピア



立川市が住宅に困っている高齢の市民にあつせんしている「シルバーピア」(高齢者集合住宅)は市内に14カ所。収入に応じて家賃が設定され、入居者の円滑な日常生活を手助けする生活援助員(LSA)をスタッフ・サポート・アドバイザー(ライフ・サポート・アドバイザー)が常駐している安心感から、人気が高い住宅です。実際はどんな住まいなのか。生活援助員のみなさんにお話を伺ってみました。

出席者＝生活援助員・Aさん・Bさん・Cさん・Dさん

緊急通報システム表示盤

さりげない大きな安心サポートで

―シルバーピアには誰でも入れるのですか？

A 現在、シルバーピアは市営の借り上げ住宅5カ所と都営が8カ所、市内の福祉施設が運営する1カ所があり、全部で14カ所、288戸が提供されています。シルバーピアに入るには入居資格があります。市営なら市内に3年以上、都営なら都内に3年以上住んでいる、65歳以上で今住居に困っている、所得が定められた基準以内である、一応自立して生活できる、これらの条件をすべて満たしている場合、入居の申し込みができます。

―老後の生活には十分な広さだと思います。キッチン、バス、トイレのほか、高齢者に配慮してバリアフリーで設計されており、手すりなどの設備も完備しています。しかし、何といてもシルバーピアの一番の特徴は、生活援助員(LSA)が常駐し、何かあったときの「緊急通報システム」が完備していることですね。

B 今もこへ来る前に、入居者の方から相談事を持ちかけられたのですが、私たち生活援助員(以下略して援助員)が、常に身近にいて、入居者の方の安否を確認したり、こんな風に日常の相談を受けたら、世間話を交わしたり、また何かあった時には、昼夜を問わず、対応したりしているという感じです。

以前は「仮の住まい」という認識だったマンションへの永住意識が年々高まっています。国土交通省が平成15年度に行った「マンション総合調査」によれば住み替え派と永住派の割合が逆転し、マンション永住派が多くなりました。しかも年齢が上がるほどその割合が高く、最近ではマンションの手軽さを好んで高齢期に移り住むケースも多くなりました。

しかしマンションを終のすみかとするにはいくつかの条件が必要です。まずエレベーターがあるか、入り口や敷居などの段差に問題はないか、階段や廊下の幅が車椅子になっても使えるかなど構造上の条件や耐震性、防犯の確かさ、また駅や商店街が近いなどの利便性も必要です。軽視されがちですが、マンション内にコミュニティが形成されているか否かは、住心地に大きく影響してきます。それと、積立金が将来の修繕や建て替えを視野に入れた充分な額であるかどうかも見極めのポイントです。

現在、マンションが開始した1968年頃の建物の老朽化が順次表面化してきています。2010年には、築30年以上のマンションが全国で100

手入れしながら長く使うマンション

マンション管理士・石川元夫さんに聞く

また平成18年に「住生活基本法」が制定され、国の住宅政策の基本も「作って壊す」から「いものを作って、手入れしながら長く使う」に転換されました。長期の修繕計画を居住者の合意を図りながらきちんと実行していくか、管理組合の役割がますます大きくなっています。

●マンション管理士

分譲マンションの管理に関する相談等の援助を行う専門家として平成13年に国家資格として創設された。

A 基本的には自立して生活されています。日ごろのちょっとした変化などを見逃さないように心がけています。―緊急時の対応というのはどういったことを？
B それは主に緊急通報システム

しないときや逆に水の出っぱなしなどの時、鳴るようになっていきます。

C 緊急時のインターフォンは、具合が悪くて動けない時、そのまま声を出せば私たちが対応しているのです。

高齢化に応じたソフト面の整備 理想の「終のすみか」への課題も

―なかなか苦勞が多いお仕事ですが、援助員をしていて良かったと思う時は？

B やはり、入居者の方やご家族からお礼を言われるとうれしいですね。

A 以前、夜間でしたが救急車を呼んで素早く対応したこと、その方の症状が軽くて済み、後から家族の方に感謝

もしやすい。

―トイレのドアは、中で倒れた時のことも考え、外開きか引き戸がよい。便器は座面が高めの方が立ち上がりやすい。

●台所はダイニングキッチンとして、暖かく明るい南側へ。階段は、照明を明るくし、段の縁にすべり止めや目印テープを付けて、転倒防止を図る。

●床はすべりにくい床材に。すべりにくいワックスを使い、床には物を置かない工夫を。

●その部屋で使うものは、その部屋に収納。洋服、布団以外は奥行き45センチで十分。

●二世帯住宅など、同居者がいる場合、生活時間のずれによる音に配慮する。

●室内エレベーター設置は理

想的だが、メンテナンス費用が必要になることも忘れずに。

●マンションのリフォームは、管理組合の了解が必要。

●アドバイザー事業と住宅改修費の助成

アドバイザーには一級建築士のほか理学療法士、作業療法士の方もいる。申請者の自宅を訪問し、家の構造や体の状態などを見て、専門的な視点から助言してくれる。

また、住宅改修をする場合、40歳以上で要介護認定を受けている方は介護保険から、非該当で65歳以上の方は立川市高齢者住宅改修給付事業から改修費の助成を受けることができます。

利用限度額は共に20万円まで。1割が本人負担となる。

消費生活相談のあらまし

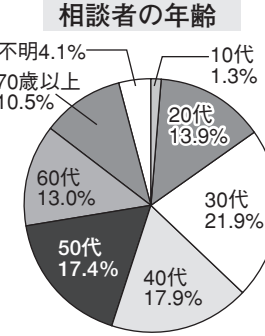
一人で悩まず、まず電話!

(無料) 042-528-6810



平成18年度、立川市消費生活センターで受けた相談件数は2千82件。平均して、一日あたり12・4件の相談が寄せられたことになりました。

相談者の年齢構成を見ると



(円グラフ参照)、経済活動の盛んな、30代から60代の相談が57%を占めています。不当請求の鎮静化と共に、10代、20代からの相談が減少する一方で、60代以上の高齢者からの相談の割合は年々増えてきています。

相談の内容を見ると(表参照)、減少したとはいっても、17・7パーセントを占める不当請求相談を含む「運輸・通信」関連相談を筆頭に、増加傾向が見られる多重債務などの「融資サービス」相談、賃貸アパートの敷金トラブルな

相談の多かった商品やサービス		
分類	件数	主な内容
1 運輸・通信	433	電話やオンライン(インターネット)情報サービスなど
2 融資サービス	260	サラ金・ローンによる自己破産、多重債務など
3 レンタル・リース・賃借	148	賃貸アパートの敷金返還トラブルなど
4 相談その他	85	生活全般にかかわる各種問合せ
5 工事・建築・加工	81	リフォーム工事など
6 役務その他	76	結婚相談など、サービス全般にかかわる相談
7 教室・講座	75	資格商法二次被害、英会話・着付け教室などのトラブル

など、解決事例を集めた「消費生活相談の事例集」の発行を、9月に予定しています。

ど「レンタル・リース・賃貸」相談が上位3位にあります。処理結果を見ると、他機関の紹介や情報提供(自主解決)などを含め、相談の96パーセントを解決することができました。そのうちの約1割は、相談員が直接業主との間にあっせんに入ることによって解約できたものです。

立川市住宅改修アドバイザー・河西祐子さんに聞く

リフォームは人生の再設計



河西祐子(かさい ゆうこ)さん 一級建築士。立川市に5人いるアドバイザーの一人。義母の介護経験を活かした主婦の目のアドバイザーが共感を得ている。

自分の都合に合わせてデザインできるのがリフォームの大きな魅力です。立川市には、65歳以上の高齢者を対象にした無料の住宅改修アドバイザー事業があります。アドバイザーは相談者の自宅を訪問して、身体状況や希望に応じ、改修内容を考えますが、その際感じるのは、部屋のリフォームは人生の再設計でもあるということです。

●段差をなくす。特に2・3センチの段差はつまづきの原因に。
●寝室と食堂、トイレ、風呂を結ぶ「動線」を短く。
●手すりの取り付けは、階段以外は必要になった時でよい。

●浴室は、介助スペースのために洗い場が広い方がよい。ユニットバスは、シンブルでカーブの少ない形状のものが介助

●トイレのドアは、中で倒れた時のことも考え、外開きか引き戸がよい。便器は座面が高めの方が立ち上がりやすい。

●台所はダイニングキッチンとして、暖かく明るい南側へ。階段は、照明を明るくし、段の縁にすべり止めや目印テープを付けて、転倒防止を図る。

●床はすべりにくい床材に。すべりにくいワックスを使い、床には物を置かない工夫を。

●その部屋で使うものは、その部屋に収納。洋服、布団以外は奥行き45センチで十分。

もっと知りたい!もっと聞きたい!

- シルバーピアと高齢者の住宅改修のアドバイスは 立川市高齢福祉課 ☎042(523)2111 内線392
- 分譲マンションの管理と運営については (財)マンション管理センター ☎03(3222)1516 <http://www.mankan.or.jp>
- 高齢者の賃貸住宅への入居支援については (財)高齢者住宅財団 ☎0120(602)708 <http://www.koujuuzai.or.jp>
- グループリビング、コレクティブハウスについては NPO法人『共生のすまい全国ネット』 ☎03(3253)8038
- 老人ホームについてのお問い合わせは 立川市高齢福祉課 ☎042(523)2111 内線398

もしばしばあります。

―ありがとうございました。

ちに伝わります。入居者の様子を的確に把握できます。

D 援助員は基本的には、各戸に入ることはできないので、こういったシステムで緊急時に対応しているのです。

D 一応勤務時間は平日の午前9時から午後4時までと決まっているのですが、公私の区別がつけにくく、いつも気が抜けないうつらいかな。

C 介護度が進んでも、本人の希望があれば、ここには最期まで住み続けることができますが、たとえば入院されるまでとか、一時的な介護は援助員が担わざるをえないこと

―援助員のマニュアルはありますが、それ以上のことに

今後は入居者の高齢化がますます進んでいくわけで、援助員だけでは対応が難しいことも出てくるでしょう。

A まず援助員の存在を知らない方が多いのではないのでしょうか。私たちの仕事を、警察、消防、介護事業所など、関係する団体などの方に知ってもらいたいです。

―ありがとうございました。

立川この人

「国際ジュニア製菓技術者コンクール」で優勝
挑戦し続ける若きパティシエ



東 久美子(あずま くみこ)さん

立川市にある国際製菓専門学校を2003年に卒業し、その後同校で実習助手として後輩の指導にあたる。

●優勝された「国際ジュニア製菓技術者コンクール」は

どんな大会ですか？

若手の製菓技術者たちが技術を競う2年に一度の国際大会です。私が出場したのは昨年2月に開かれたドイツのシュツットガルト大会です。

大会には開催国ドイツをはじめ、イタリア、スイス、オランダなどお菓子作りの伝統を持つヨーロッパの国々から9

カ国の代表14人と日本の代表2人の16人が出場し、2日間16時間で競いました。

出場資格が25才未満で、次の大会は年齢的に難しいと思います、思い切って、まず国内予選に挑戦しました。

●どんな作品を作られたのですか？

作品の課題は、ピエスモンテ(装飾菓子)、アントルメ(大型菓子)、アイスクリーム、お

●作業中の態度というところ？

優勝は味が決め手

国自慢の菓子、フィギュア(マジパン細工)、チョコレート(6種目で、与えられたテーマは「夏」でした。ピエスモンテは波や水しぶきに赤いハイビスカスを配したアメ細工にし、アントルメはココナッツやパッションフルーツ、マンゴー

を使ったケーキ。アイスクリームはゆずを使い、お国自慢の菓子は和菓子の練り切りにしてみました。フィギュアは動物と女の子をマジパンで作る(写真下部分)、オレンジやバナナなどを使ってチョコレート菓子を作りました。

審査員は作業中の姿勢やデザイン、試食した作品の味などを総合して評価しますが、私は試食していただいたアントルメの味と作業中の態度が評価されたようです。



●パティシエになりたいと思った動機と今後の目標は？

小さい頃からお菓子を作って、家族や身近な人に食べてもらっていました。その時喜んでくれたことが、この道を選んだ原点だと思います。

イルということに緊張していたのに、逆に多くの方に見ていただくのが楽しくなり、気持ちよく作業を進めることができました。そのあたりが評価されたのだと思います。

優勝できたのはとてもうれしいことですが、応援してくれた学校の人たちや会場で楽しそうに見てくれた人たちなど、多くの人に支えられての優勝だと感じました。

今年度の情報紙「アム」(No.19・No.21)は、次の編集委員の皆さんの企画編集でお届けします。

岡本進・庄司幸恵・鈴木洋子・関山まどか・高橋よしの・玉井公子・成田綴ナタリア・山田奈都子

〔助言者〕 原和美

(五十音順・敬称略)

平成19年度アム編集委員

今年6月の市議会の議決を経て、6月25日、男女平等参画基本条例が施行されました。この条例は、男女が社会のあらゆる分野の活動に対等な立場で共に参画し、責任を担う「男女平等参画」の基本理念に基づき、市と市民、事業者が取り組むべき責務や施策の

男女平等参画基本条例ができました

市・市民・事業者の責務明らかに

基本的な事項などを定めています。

条例の全文は、立川市ホームページ(<http://www.city.tachikawa.tokyo.jp/>)でもご覧になれます。なお、「男女平等参画」を表現したイラストを募集しています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。締め切りは8月31日です。

次号(12月25日発行)は：

男女平等参画基本条例施行記念号です。「ダンジョビヨウドウサンカクって…?」「具体的には何をやるの?」など、様々な疑問にお答えします。ご期待ください。

アムインフォメーション

お問い合わせは、女性総合センター
☎042-528-6801へ。

立川フリーマーケット村 出店者を募集します！

衣類や生活雑貨のリサイクルにお役立てください。立川市消費者団体連絡会と共催。

11月4日(日)の午前10時～午後2時、競輪場(曙町3-32-5)で。雨天決行(屋根あり)。出店の募集は約90店舗。出店料は、1店舗1500円。地元野菜の販売や、お弁当コーナーもあります。くわしくは、9月10日号の広報たちかわで。

市民企画活動事業

男女共生係では、毎年4月に市民団体による事業企画を募集しています。平成19年度は、下記の11団体の企画を採用し、協働して事業を実施します。事業の実施日時など、くわしくは、広報たちかわやチラシをご覧ください。

団体名	内容(実施予定日)
何 知 会	忘れるなかれ…戦後の日本を切り拓いてきた女性たち(9/16・10/21・11/18、広報8/25号参照)
コープとうきょう・立川コープ会	ベトナム～風と食と女性(9/25、広報8/25号参照)
エンパワーズ	多様な私を上手に伝えよう(9/30・10/7、広報8/25号参照)
スウィング21	うつは心のかぜってホント?パートⅡ(10/6・12/8)
グループ ゆ う き	確認できてますか?私の年金・夫の年金(10/10・10/17)
ライブラリー	女性のためのライフカウニングセミナー(10/14・11/25)
グループ「いーな」	男女共生社会実現に向けての学習(11/4)
チ ー ム い ま 好 き	女性の感性 書く、まとめる、本にする(11/26・12/17・1/28)
ココカラ	海外から見た日本(立川)～男女平等・子育て環境(11/27)
立川読む会	清少納言の美意識がもたらしたもの(2/9)
ほのぼの会	レクチャーコンサート(未定)

アム・キャリアアップ ・スクール受講生募集

実習やディスカッション、ミニ講義を通して自分を見つめなおし、自分らしい生き方、働き方を模索します。

- 日 時 10月3日～10月31日の毎週水曜日 午前10時～正午(全5回)
 - 会 場 女性総合センター5階学習室
 - 内 容 ①自分史に挑戦②わたしの中の宝探し③内外の障壁を乗り越える④わたしらしく生きよう⑤わたしらしく働こう
- 講師は山本由紀子さん(人材開発コンサルタント)。定員は30人(申込順)。保育あり(1歳～学齢前。10人程度)。
- 申し込み 8月27日から、男女共生係 ☎042-528-6801へ。

