

# 奈良のケア2008

## ～家族を支える医療・介護情報～

誌上  
対談

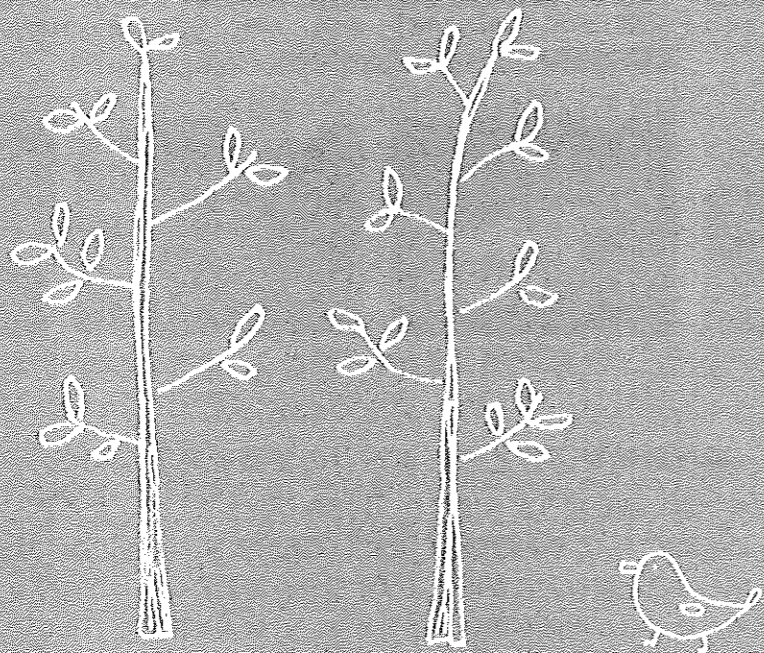
奈良県知事

荒井 正吾 × マリンバ奏者 松本 真理子

マリンバ奏者

### 地域にねざした

### ケアの文化と仕組みづくり



- これから世話を始めるあなたへ ～相談できる窓口・グループ～
- 病気のこと・障害のを知る ～医療機関～
- 制度を上手に利用しよう ～公的な制度～
- 自宅で世話をする ～在宅ケアを支えるサービス～
- やがてくる旅立ちに向けて ～終末期ケア～

巻頭特集

相談窓口

医療機関

公的な制度

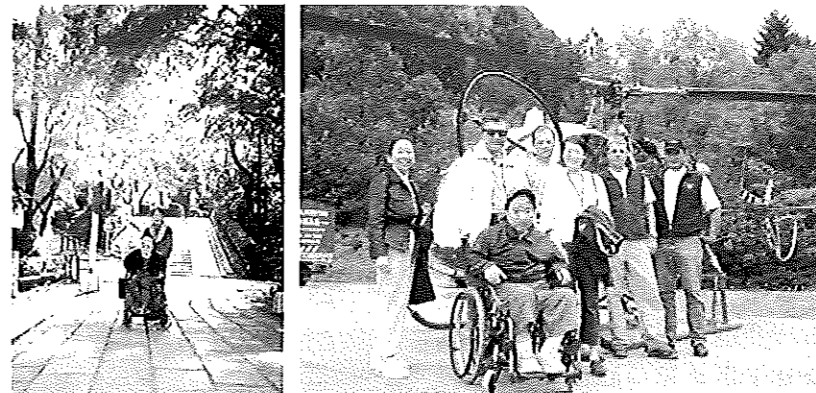
在宅ケア

終末期ケア

取材記事

人と人が支え合い、感動を共にする介護旅行  
NPO法人

## 日本トラベルヘルパー協会



取材協力: 篠塚恭一 (NPO法人日本トラベルヘルパー協会代表理事)

特定非営利活動法人 日本トラベルヘルパー協会事務局  
〒150-0043  
東京都渋谷区道玄坂1-19-13 トップヒル並木ビル10F  
TEL: 03-6415-6483 FAX: 03-6415-6488  
e-mail: tokyo@travelhelper.jp  
\*お申し込みやお問い合わせはお気軽にご連絡ください\*

「旅はリハビリ」といわれます。自然の中で新鮮な空気を吸うだけでもリフレッシュして、元気をもらうことができます。さらに、人との出会いや新たな発見、大切な思い出づくりなど、旅を通してその人のQOL(人生の質)が高まるきっかけになったり、生きる自信を培うこともあります。

NPO日本トラベルヘルパー協会では、旅を通してQOLを向上させていくことを目的に、介護や介助が必要な人の安全かつ快適な旅をサポートする「トラベルヘルパー」を養成しています。そして、「旅に行きたいけれど身体に不安がある」「介護が必要だから旅行なんて無理」という高齢者の方に、「トラベルヘルパー」が同行し、旅の夢をかなえる「介護旅行」を提案しています。これまでに、介護旅行を通して夢を実現させた高齢者は約3000名。1泊の温泉旅行をはじめ、国内の旅、湯治体験ツアー、さらに「初めての中国北京の旅」「夢のスイスアルプスの旅」「東部カナダナイアガラの旅」など海外旅行も少なくありません。

旅行の参加要件は、まず、本人が行きたいという意思を持っていること。そして家族が旅行を快諾していること。最後に主治医やケアマネージャーなどが旅行は

適切と判断していることです。これらの要件を満たし、最低限のコミュニケーションをとることができればご本人だけで参加が可能です。

介護旅行に慣れていない人や初めて体験する人たちは、まず日帰りや1泊の身近な場所への旅行にチャレンジし、自信がついたら、2泊、1週間、さらに海外旅行とステップアップしていく「旅のリハビリプログラム」も提案しています。

介護が必要な人が安心して旅行できることは、レスパイトケアとして家族が休息できるという効果もあります。さらに、実は私たち同行する者も、介護旅行で得られるものが大きいのです。

日々の生活の場での介護は、機械的であったり事務的であったり、マニュアル的であったり……忙しさのあまりに、そういう繰り返しのケアが行われているのが現状です。それは、現在の社会制度の中でやむをえないことですが、ケアを受ける側もケアをする側も満足できない気持ちが残ります。でも、介護旅行は一人のお客さまに寄り添ってつくっていくものですから、関わりの深さがあり、ケアする側から言えば、もう一歩踏み込んだ人間味のある温かいサービスが提供できるのです。

バリアフリーという言葉がありますが、結局、バリアを超えるのは「人」だと思います。そのために、これからもケアする人の人材育成とともに、人と人を結ぶ場を創り出し、支え合う新しいスタイルの旅を今後も提案していきたいと思っています。

在宅ケア