

地域包括ケアとは「要介護状態になっても可能な限り住み慣れた地域や自宅で生活し続け、人生最後の時まで自分らしく生きたい」と望む人が、医療や介護など必要なサービスを受けながら、在宅で自立した生活を続けられるように地域ぐるみで支える、という考え方です。そして、これを実現するための「しくみ・体制」が地域包括ケア「システム」です。この「しくみ」を地域内でどのように構築していくかがこれから重要視されています。

☆現在の地域包括ケアシステムを育てるための4つの構成要素→基盤は「住まい」

{介護・医療サービスの必要性の前に日常生活を細やかなサービスで支える体制}

<4つの構成要素を植木鉢で表す図>



①本人の選択と本人・家族の選択と心構え

一生をどのように終えたいか、どんな生活を望むのか
家族はどのように支えていくか個人の生き方、価値観が
ベースとなる。

②すまいとすまい方

すまいがあるから生活が成り立つ、老後をどこで誰とど
のように暮らすのが重要

③介護予防 生活支援

日常生活（ご飯を食べる、トイレに行く、夜は眠る、外
出 趣味を楽しむ 生きがいを感じながらの生活）での
介護予防が住民主体により生活支援と一体的に提供さ
れる体制づくり

④医療・看護 介護・リハビリテーション 保健・福祉

☆介護・医療サービスの必要性の前に日常生活上で改善できる内容は？

- ①食事の支度が難しい⇨弁当、配食サービスの利用
- ②買い物が難しい⇨代行 宅配の手配
- ③経済的に困窮、食べるものが買えない⇨生活保護の申請、福祉で支援する、などの方法があります。

日常生活での困りごとを地域の細やかなサービスで支えていく、そして介護がどうしても必要になった時には専門職のサービスを利用するといった考え方が今後とても重要になるでしょう。

☆今後の課題（右図参照）：「共助」と「公助」だけでは高齢者を支えきれない時代がやってくる

1 1人1人の高齢者のニーズを介護保険や

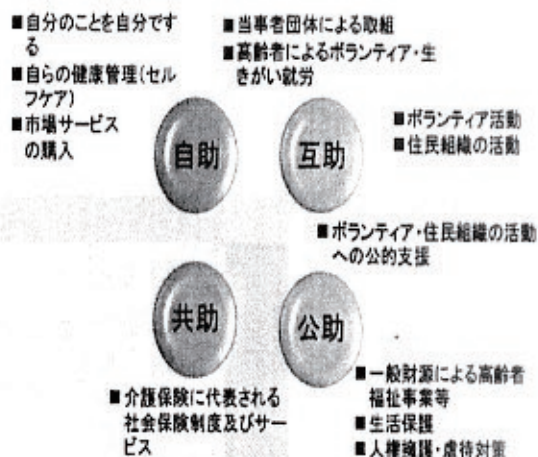
医療保険 福祉事業でもれなくカバーしきれない

2 自分でできることは自分でする「自助」がベースになる

3 お互いを支えあう「互助」の活用

国は医療保険、介護保険を抑制するためにその受け皿を市町村に任せてきています。「自助」「互助」をさらに充実させることで、高齢者が安心して在宅で生活できる地域をつくることを目指しています。

今後、私たちは自分のことは自分でという「自助」の心構えを持って予防に取り組んでいくことが大切です。



不明な点がありましたらスタッフにお声掛けください。