

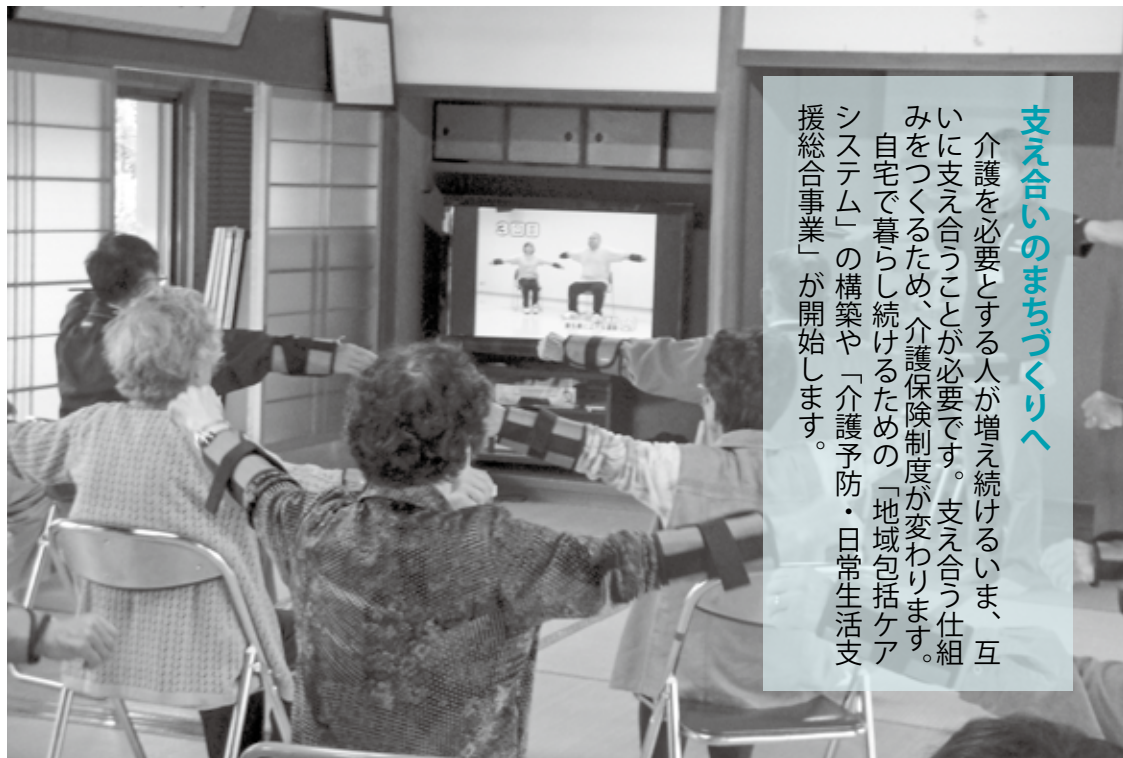
介護保険制度が改正されます

住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けるために

【介護保険課（春日庁舎内）】 ☎ 74・0368

支え合いのまちづくりへ

介護を必要とする人が増え続けるいま、互いに支え合うことが必要です。支え合う仕組みをつくるため、介護保険制度が変わります。自宅で暮らし続けるための「地域包括ケアシステム」の構築や「介護予防・日常生活支援総合事業」が開始します。



新たな「担い手」と「システム」が支える自分らしい暮らし

「年齢を重ねても、住み慣れた地域で自分らしく暮らしたい」

これは、多くの高齢者の願いです。国が実施した、一人暮らし高齢者に関する意識調査（平成26年度）では、「どこで介護を受けたいですか」との問いに、日常生活に軽度の介護が必要になった場合、約67%が自宅で介護を受けたいと望んでいます。歩行に支障があり、介護が必要になっても、27%が自宅で介護を受けることを望んでいます。

高齢化が進み、介護が必要な人が増加しています。住み慣れた地域で暮らし続けるには、生活を支える新たな「担い手」と「システム」が必要です。

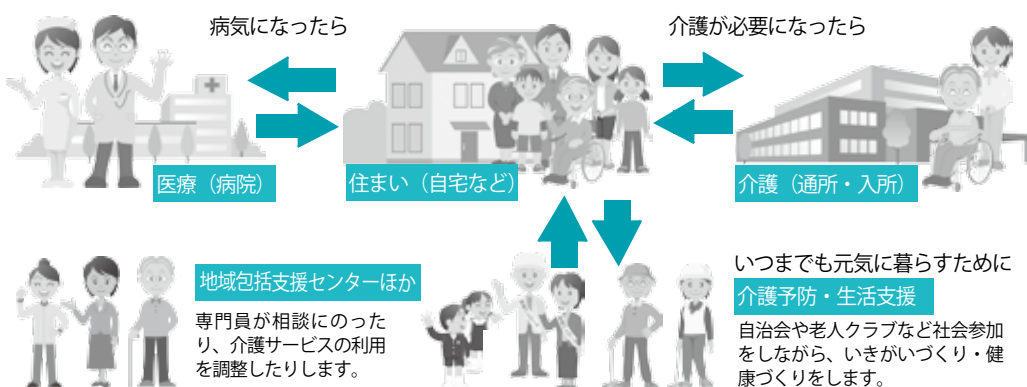
地域包括ケアシステムの構築

住み慣れた地域で暮らし続けるためには、日常生活を支える援助と必要ときに治療や介護が受けられる環境が必要です。

そこで、住まいを中心に「医療・介護・予防・生活支援」が連携して、一体的にサービスを提供する「地域包括ケアシステム」を構築します。

このシステムは、配食サービスなどの日常を支える生活支援を地域やボランティアなど新たな「担い手」の力で充実させ、だれもが自宅に住み続けられる地域をめざすためのものです。

また、いつまでも元気に暮らせるよう、生きがいづくり・健康づくりを応援するシステムです。



地域でつくる支え合いの仕組みづくり

平成29年度から、「介護予防・日常生活支援総合事業」がはじまり、要支援1・2の方のサービスが変わります。

この事業は、地域で支え合う仕組みをつくり、住民主体で生活支援や介護予防を行う取り組みです。この事業を後押しするため、平成28年度から社会福祉協議会に3名の地域支え合い推進員を配置します。各小学校区を単位に、地域に合った仕組みづくりを手伝います。



地域支えあい推進員に任命された庄司滉祐さん、山本奈津希さん、山内敬太さん（写真左から順）

さらに、実際に高齢者の日常生活を支える生活支援サポーターを養成します。

■地域支えあい推進員の役割とは

- ① 日常生活で支援してほしいことなど、生活に関する要望を集める
- ② 生活を援助する担い手（生活支援サポーター）を集め、育成する
- ③ 地域の人と話したり、活動したりする場をつくる
- ④ 地域で高齢者を支える仕組みづくりを推進する

■生活支援サポーターの役割とは

日常生活を支えるボランティアで、家事の手伝いや外出時の支援をします。

高齢者の生活に関する困りごとを地域や生活支援サポーターが助けます。高齢者本人もサポーターになり、支える側として参加することができます。

新たな取り組みを開始 『いきいき百歳体操』

いつまでも元気に暮らし続けるためには、介護を必要としない身体づくりと交流の場が大切です。

市では、「いきいき百歳体操」という筋力アップ体操を広める活動をしています。この体操は、簡単な器具を使い行うもので、効果的に筋力アップできます。

現在、市内13カ所で週1回を目安に、専門のボランティアのサポートを受けながら元気な身体づくりをしています。



慣れれば自分たちだけで体操に挑戦

参加者からは「毎週みんなに会えて、体操するのが楽しい」という声が聞かれます。

介護を必要とする人が増え続けると、介護制度だけではなく、地域で互いに支え合う仕組みづくりが重要です。

住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けるために、一人ひとりが「担い手」としてできることに取り組んでいきましょう。