

# 第7期高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画 策定委員会

「介護予防について」

平成29年11月24日(金)

15:30～

行田市役所305会議室

## 介護保険法の理念(条文より)

### 第1条

この法律は、加齢に伴って生ずる心身の変化に起因する疾病等により要介護状態となり、入浴、排せつ、食事等の介護、機能訓練並びに看護及び療養上の管理その他の医療を要する者等について、これらの者が **尊厳を保持し、その有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができるよう、必要な保健医療サービス及び福祉サービスに係る給付を行うため**、国民の共同連帯の理念に基づき介護保険制度を設け、その行う保険給付等に関して必要な事項を定め、もって国民の保健医療の向上及び福祉の増進を図ることを目的とする。

### 第2条 第2項

保険給付は、**要介護状態等の軽減又は悪化の防止に資するよう行われるとともに、医療との連携に**十分配慮して行われなければならない。

### 第2条 第3項

保険給付は、被保険者の心身の状況、その置かれている環境等に応じて、**被保険者の選択に基づき**、適切な保健医療サービス及び福祉サービスが、**多様な事業者又は施設から、総合的かつ効率的に**提供されるよう配慮して行われなければならない。

### 第2条 第4項

保険給付の内容及び水準は、被保険者が要介護状態となった場合においても、**可能な限り、その居宅において、その有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができるように配慮**されなければならない。

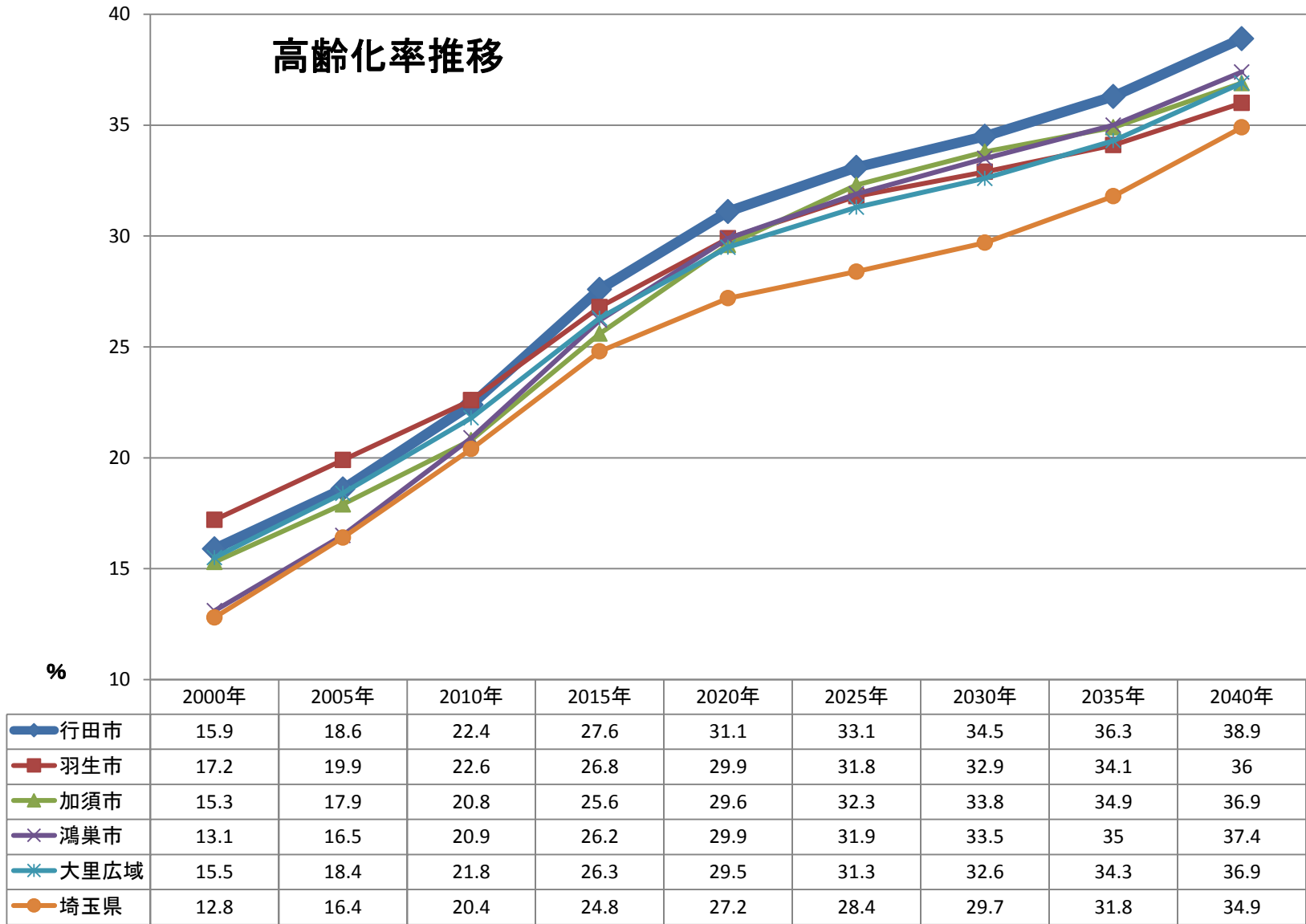
# 介護保険法の理念(条文より)

## 第四条 (国民の努力義務)

国民は、自ら要介護状態となることを予防するため、加齢に伴って生ずる心身の変化を自覚して常に健康の保持増進に努めるとともに、要介護状態となった場合においても、進んでリハビリテーションその他の適切な保健医療サービス及び福祉サービスを利用することにより、その有する能力の維持向上に努めるものとする。

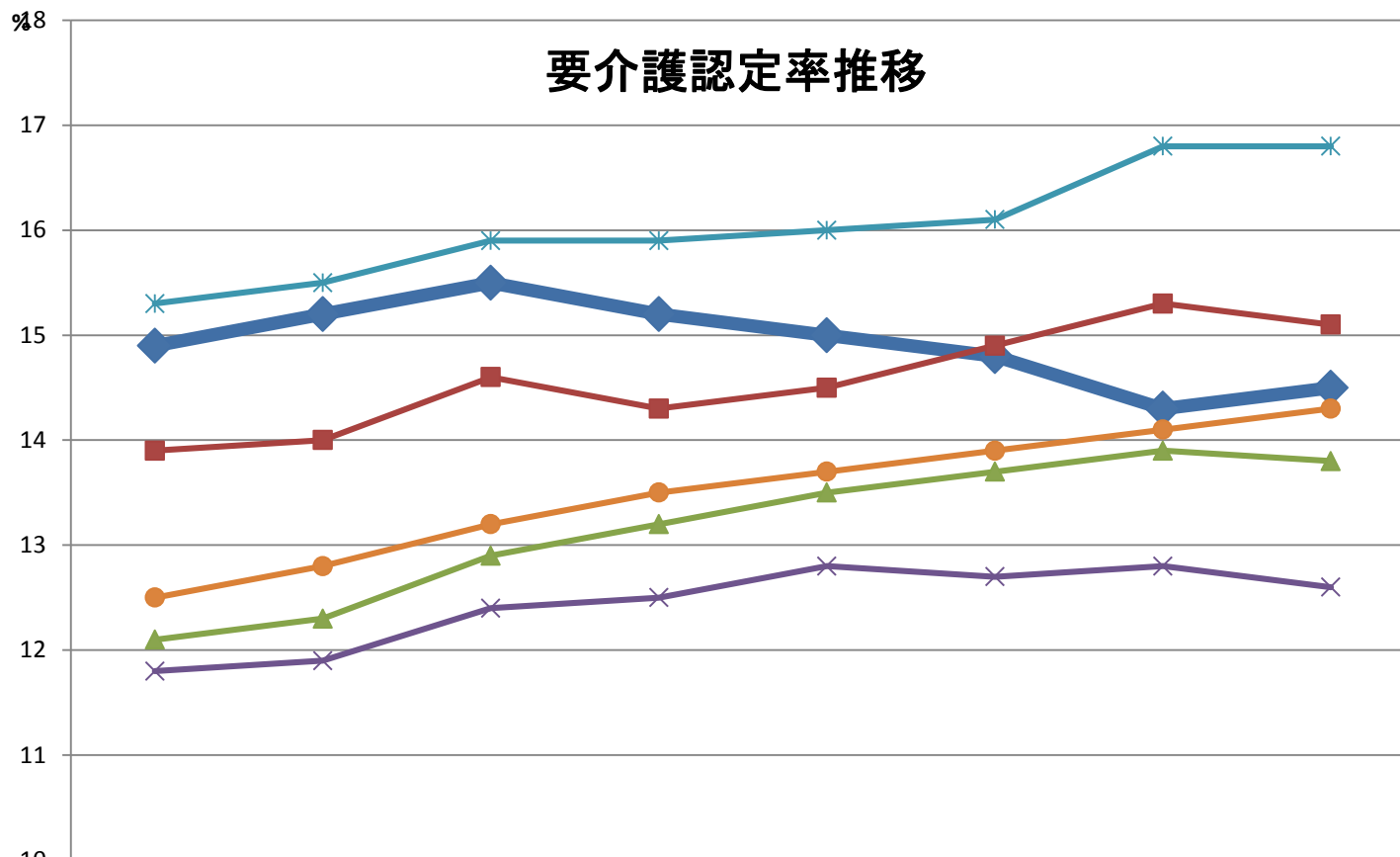
2 国民は、共同連帯の理念に基づき、介護保険事業に要する費用を公平に負担するものとする。

# 高齢化率推移



(出典) 2000年～2010年まで：総務省「国勢調査」  
 2015年以降：国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口（平成25（2013）年3月推計）」

# 要介護認定率推移



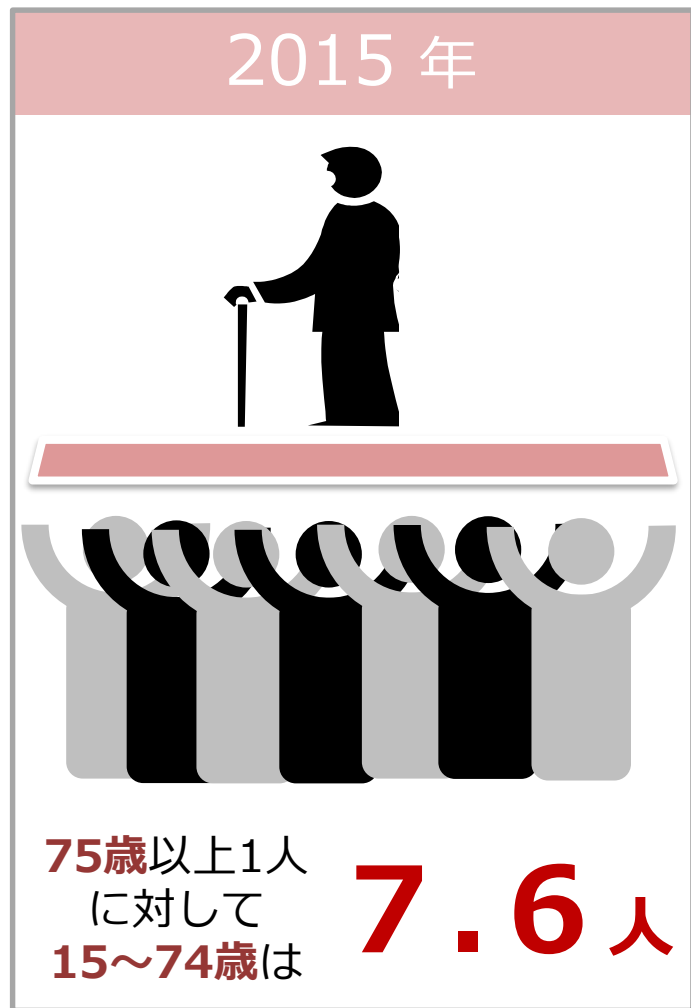
	平成21年 3月末	平成22年 3月末	平成23年 3月末	平成24年 3月末	平成25年 3月末	平成26年 3月末	平成27年 3月末	平成28年 3月末時点
◆ 行田市	14.9	15.2	15.5	15.2	15	14.8	14.3	14.5
■ 羽生市	13.9	14	14.6	14.3	14.5	14.9	15.3	15.1
▲ 加須市	12.1	12.3	12.9	13.2	13.5	13.7	13.9	13.8
× 鴻巣市	11.8	11.9	12.4	12.5	12.8	12.7	12.8	12.6
✧ 大里広域	15.3	15.5	15.9	15.9	16	16.1	16.8	16.8
● 埼玉県	12.5	12.8	13.2	13.5	13.7	13.9	14.1	14.3

単位：%

(出典：厚生労働省 地域包括ケア見える化システムよりデータ作成)

# 高齢者の健康長寿（介護予防）が社会保障維持のミソ！

## 人口構造の激変 ～行田市の場合～



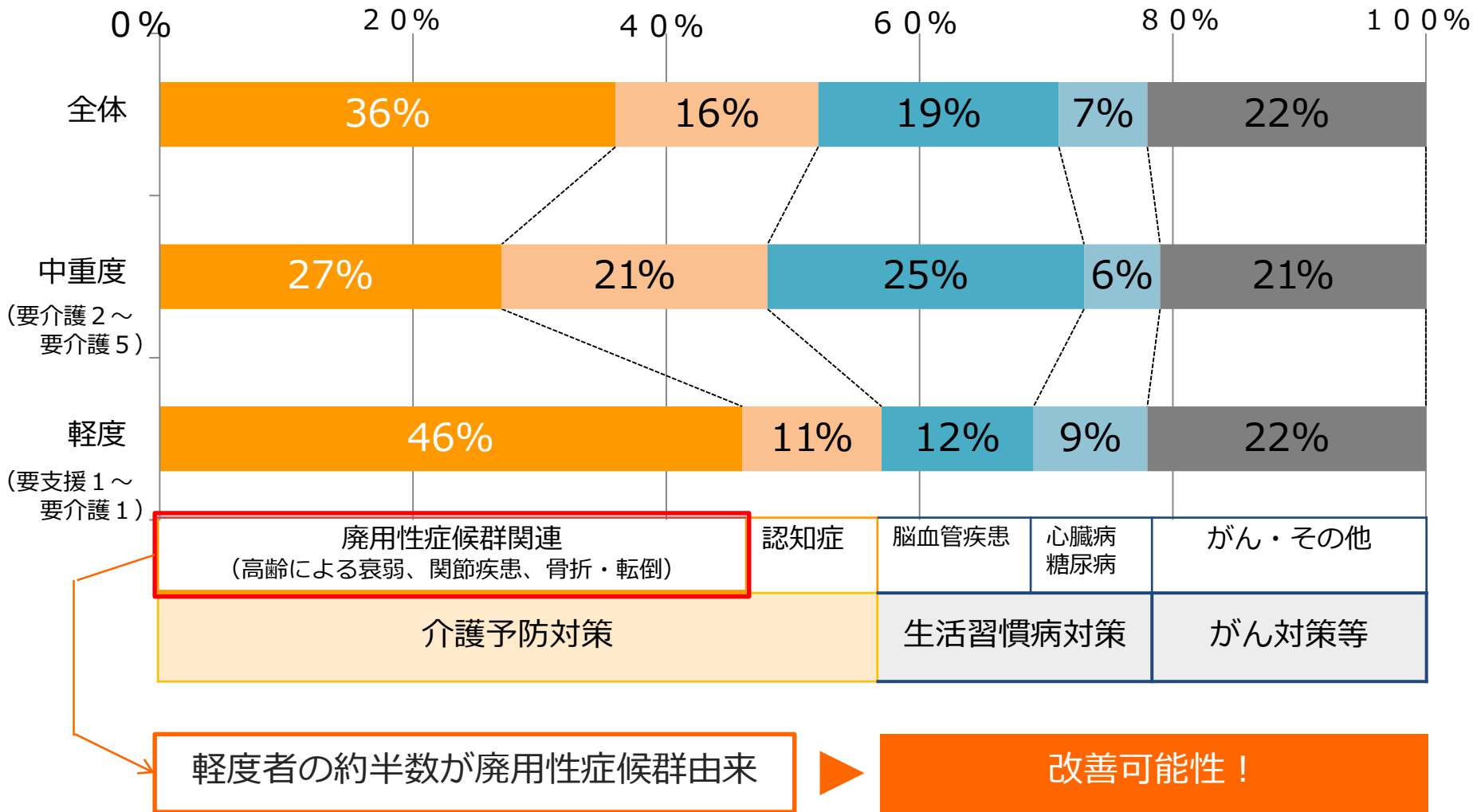
データ：国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口」（平成25年3月推計）

三菱UFJリサーチ&コンサルティング株式会社「新しい総合事業の移行戦略 一地域づくりに向けたロードマップ」セミナー（平成27年11月）改変

# 要介護度別 介護が必要になった原因

要介護状態にならないための予防は可能！

(H25 国民生活基礎調査資料 改変)



## 介護予防の理念

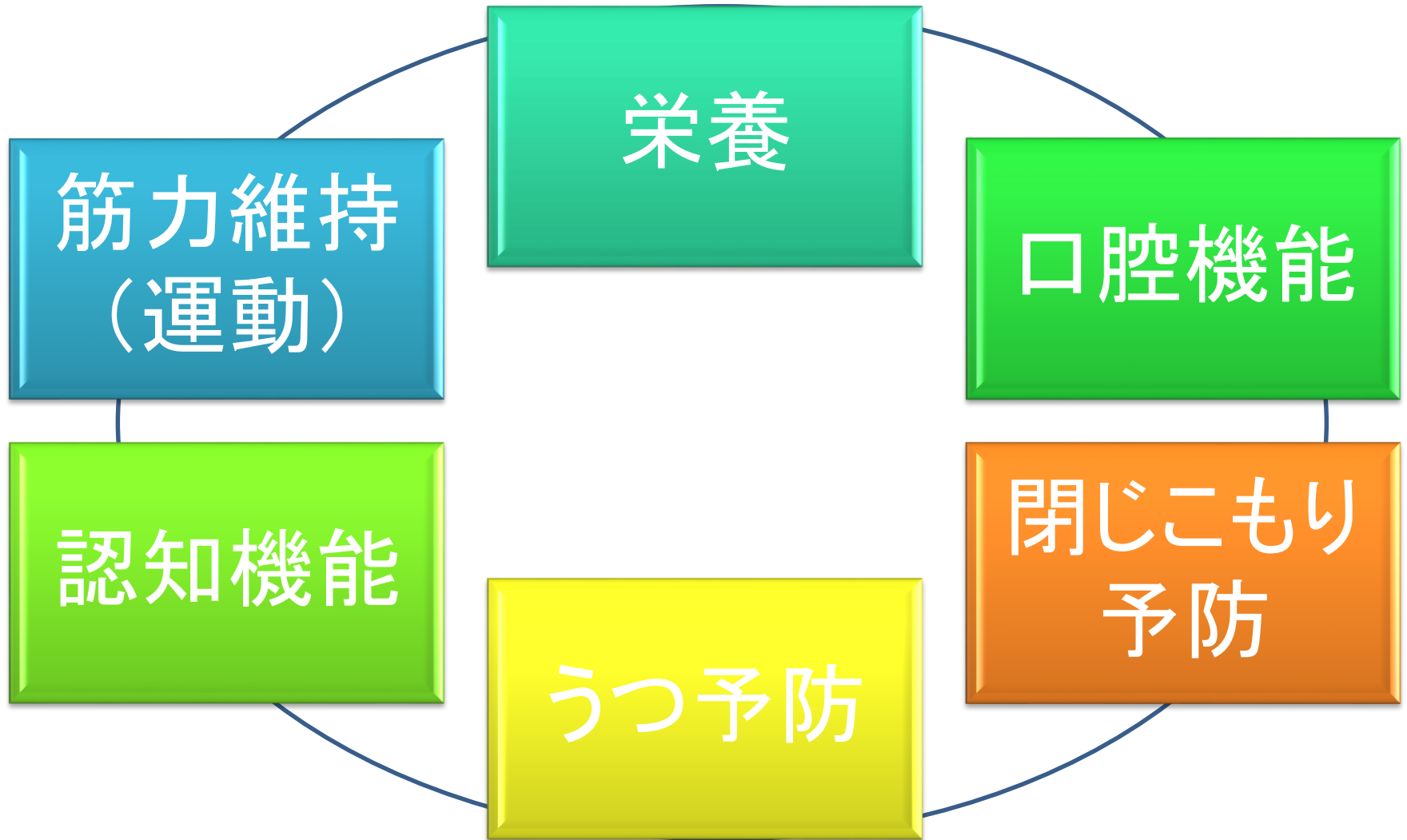
介護予防は、高齢者が要介護状態等となることの予防や要介護状態等の軽減・悪化の防止を目的として行うものである。特に、生活機能の低下した高齢者に対しては、リハビリテーションの理念を踏まえて、「心身機能」「活動」「参加」のそれぞれの要素にバランスよく働きかけることが重要であり、単に高齢者の運動機能や栄養状態といった心身機能の改善だけを目指すものではなく、日常生活の活動を高め、家庭や社会への参加を促し、それによって一人一人の生きがいや自己実現のための取組を支援して、生活の質の向上を目指すものである。

## これからの介護予防の考え方

機能回復訓練など的高齢者本人へのアプローチだけではなく、生活環境の調整や、地域の中に生きがい・役割を持って生活できるような居場所と出番づくりなど、高齢者本人を取り巻く環境へのアプローチも含めた、バランスのとれたアプローチが重要である。このような効果的なアプローチを実践するため、地域においてリハビリテーション専門職等を活かした自立支援に資する取組を推進し、要介護状態になっても、生きがい・役割を持って生活できる地域の実現を目指す。



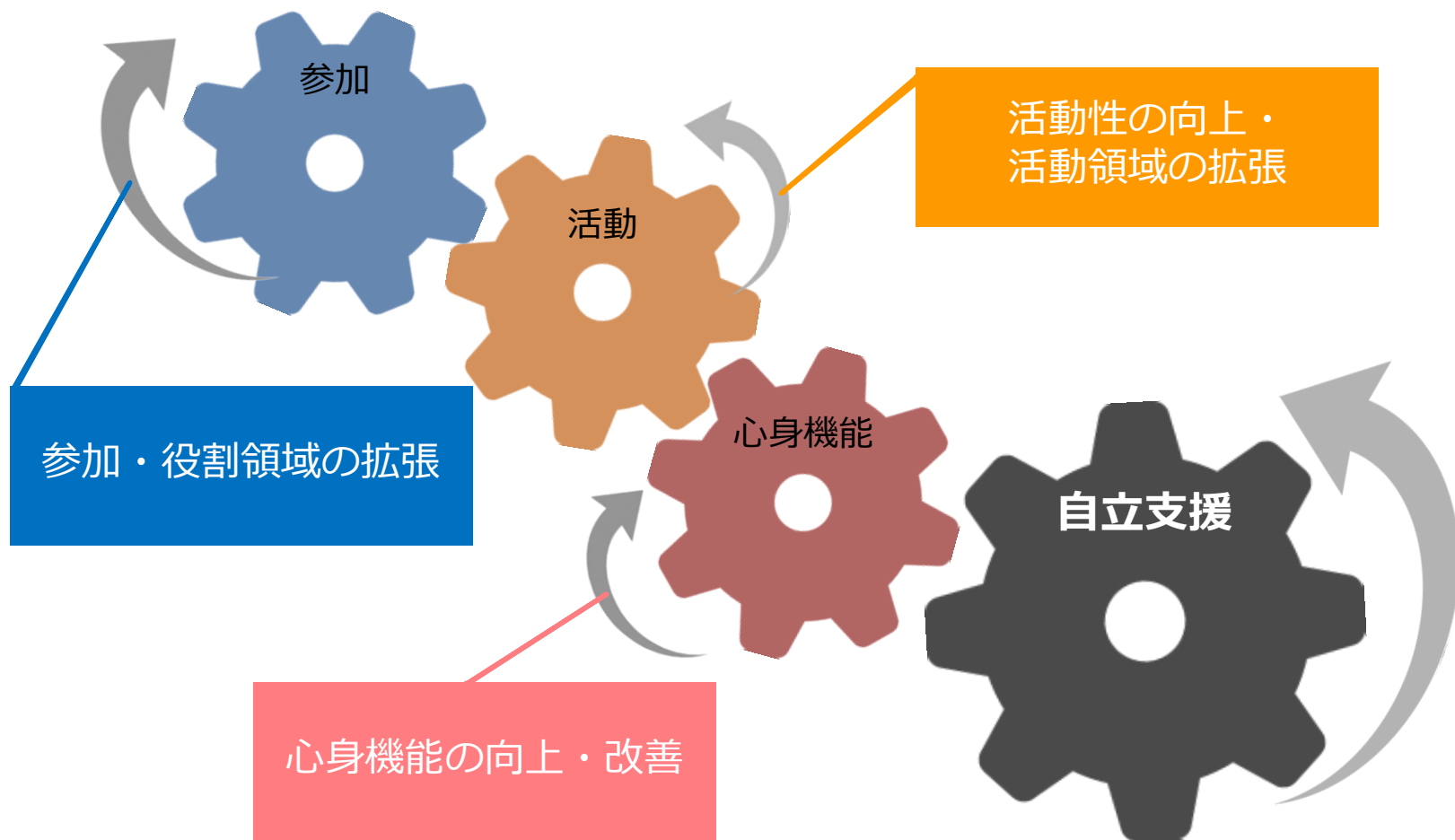
# 介護予防の要素



# 長期的介護予防（人生の最期まで）

## 介護予防のメリット

QOLの向上



# 介護予防のコツ

## 高齢期の生き方、過ごし方のビジョン

どのように生活していきたいか、何がしたいか。やりたいこと、希望や夢を考える。  
人生の最期をどのように迎えたいか。

## 初期段階の介護予防

### 社会参加

- 現役時代の能力を活かした活動
- 興味関心がある活動
- 新たにチャレンジする活動

- ・一般就労、起業
- ・趣味活動
- ・健康づくり活動、地域活動
- ・介護、福祉以外のボランティア活動 等

### 健康づくりとチェック

1に運動、2に食事、しっかり禁煙、最後に薬

年1回の健康診査(特定健診、後期高齢健診、人間ドック)、がん検診(胃・肺・大腸・前立腺・乳・子宮頸部)、歯周疾患検診・歯科検診

# 二次的予防（第二段階の介護予防）

## 機能維持、機能回復のための介護予防

### 機能回復の過程：

持っている、または回復できる能力を呼び起こし、生活の質を向上させる。

### 介護予防（機能回復）の実践例～Nさん（78歳、女性）の場合～



自宅で転倒し  
1か月間安静



ヘルパーによる買い  
物動向の支援を受け、  
無理のない範囲で歩  
いて外出



長い距離を歩けるよ  
うになり、また1人  
で買い物に行けるま  
で状態が改善



ヘルパーに買い物な  
ど困りごとを何でも  
お願い



外出機会が減るなど  
活動範囲が狭まり、  
状態がさらに悪化

# 介護保険事業で実施している介護予防事業

## 【一般介護予防事業】

運動・栄養・口腔ケア・認知機能の要素を盛り込んだ介護予防教室。

はつらつ教室、楽しく長生き講座、長親(ながちか)体操、フィットネスクラブ利用助成、エンジョイ! やすらぎ事業……



## 【介護予防・日常生活支援総合事業】

市が中心となって、地域の実情に応じて、住民等の多様な主体が参画し、多様なサービスを充実することで、地域の支え合い体制づくりを推進し、要支援者等に対する効果的かつ効率的な支援等を可能とすることを目指すもの。

訪問型サービス(介護予防訪問介護相当)

通所型サービス(介護予防通所介護相当、基準緩和型、短期集中型)

# 地域ケア推進会議（自立支援型地域ケア会議）

高齢者本人の自己実現に資する介護予防活動や生活支援等サービスを提供し、高齢者の生活の質の向上を目指すために、多職種の助言を得ながら、自立支援・介護予防の観点から実施するケアマネジメント会議

## 【会議の目的】

個別課題の解決、地域包括支援ネットワークの構築、地域課題の発見、地域づくりの資源開発、政策の形成、地域包括支援センターや介護支援専門員等の介護関係職のスキルアップ

## 【会議参加者】

保険者（市）、専門職アドバイザー（歯科医師、理学療法士、作業療法士、薬剤師、管理栄養士）、地域包括支援センター、居宅介護支援事業所、介護サービス事業所



# 地域包括ケアシステムの構築について

- 団塊の世代が75歳以上となる2025年に行田市の後期高齢者の人数はおよそ14,176人、その内介護が必要な高齢者は4,109人と見込まれている。推計では行田市では総人口が減少するが、高齢者人口は増加する見込みである。
- 医療、介護の制度を維持していくためにも、要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、**医療・介護・予防・住まい・生活支援が一体的に提供される地域包括ケアシステムの構築を実現する必要がある。**

## 自助・互助・共助・公助

### 地域包括ケアシステムの姿

