

「いつまでも地域で暮らし続ける」 を支える

群馬大学大学院 保健学研究科 山口 晴保

今年は「地域包括ケアつーのはなんなんだい？」がこのページのテーマなので、高崎市の認定 NPO 法人じゃんけんぽんが主催した「地域包括ケアのまちづくりフォーラム」を聴いてきました。

介護保険サービスで在宅生活を支える

65 歳以上が毎月支払う介護保険料は、市町村で金額が異なります。本年 4 月に改定され（3 年ごと）、最高は上野村の 7,000 円、最低は草津町の 3,800 円と大きな開きができ、年額だと 4 万円近い差です。値上がりが大きかったのは神流町で、4,017 円から 65%も値上がりして 6,625 円になりました。ちなみに前橋市は 958 円値上がりして月額 5,783 円です。今後も 85 歳以上人口の増加に伴い、介護保険料も上がり続けます。この値上がりを少しでも抑えるには、高齢者が自分で自分の健康を守る「自助」努力と、ご近所の支え合い「互助」-地域包括ケア-が大切です。

まずは在宅生活を支える介護保険サービス（要介護認定を受けた人が使う）の紹介です。夕張市で 365 日 24 時間の定期巡回・随時対応型訪問介護看護を提供している「支える訪問介護ステーション夕張」代表の須藤義氏は、スタッフ 6 名の体制で、別組織の訪問看護ステーションと連携して、朝昼夕 1 日 3 回の定期訪問介護（食事用意、服薬チェック、おむつ交換など）に加えて、体調不良などに必要に応じて随時訪問することで、本来なら施設入所が必要な状況（例えば夫婦揃って認知症の認知介護）でも在宅生活を支えています。そして、素晴らしいのは、このサービスが人口 1 万人以下の夕張市（高齢化率 47%）でも、赤字にならずに展開できることを示したことです。



利用者のニーズや状態変化に迅速に対応できる流動性が、このサービスの良いところだといいます。利用料が定額制のため、サービス量が変わしても月額料金が変わらないのです。須藤氏は、エイジング・イン・プレイス（死ぬまでそこでハッピーに暮らす）を支えたいと熱く語りました。

じゃんけんぽん観音寺は、高崎市で、365 日 24 時間対応できる「看護小規模多機能型居宅介護」を運営しています。上記のような定期的な訪問や随時に対応した訪問介護、看護に加えて、日中滞在（通い）や泊まりもできる万全のサービスです。しかもスタッフに看護師が加わっているため、胃瘻（PEG）や酸素吸入のケースでも対応でき、看取りも安心です。こんなサービスが近くにあったらいいなという地域密着型のサービスです。

ふれあいの居場所 近隣大家族

次は互助です。じゃんけんぽんが、高崎市棟高町で運営している「近隣大家族」は、上記のような介護保険サービス（共助）ではなく、誰でも自由に集まれる高齢者の居場所です。「ここに来れば元気になれる ここには居場所がある そして役割がある」がモットーです。たくさん的高齢者が編み物や囲碁などのサークル活動をしたり、バザーに協力したり（図）、さらにラフターヨガ教室や認知症カフェ（毎週月曜日に認知症の人や家族、一般人、ボランティアなどが集う）もあります。ボランティアが、介護が必要な高齢者へ弁当を届けるサービスの配達兼様子見係や調理係などとなり、自分の役割・生き甲斐を発見しています（自助・互助）。弁当を届けた先で「ありがとう、また来て下さいね」と感謝され、人の役に立つことで「輝く高齢者」になります。

住み慣れた地域の中で、元気高齢者が虚弱高齢者を支えることで共に笑顔になる地域づくりを、住民が率先して取り組む「住民主導の地域包括ケア」のモデルが示されました。



▲手作り品バザーの様子

やまぐち はるやす
山口 晴保



群馬大学大学院保健学研究科・教授

1976 年に群馬大学医学部を卒業後、群馬大学大学院博士課程修了（医学博士）。専門はアルツハイマー病の神経病理学やリハビリテーション医学（日本リハビリテーション医学会専門医）。アルツハイマー病の病態解明を目指して、脳βアミロイド沈着機序をテーマに 28 年にわたって研究を続けてきた。また、認知症の進行を防ぐ脳活性化リハビリテーションにも取り組んでいる。これらの研究成果を集大成し、2005 年に『認知症の正しい理解と包括的医療・ケアのポイント〜快一徹！ 脳活性化リハビリテーションで進行を防ごう〜』（協同医書出版社）を出版した。一方、群馬県地域リハビリテーション協議会委員長として群馬県の地域リハビリテーション連携システム作りに力を注ぎ、2006 年から「介護予防サポーター」の育成を進めてきた。また、ぐんま認知症アカデミーの代表幹事として、群馬県内の認知症ケア研究の向上に尽力している。日本認知症学会副理事長、日本老年精神医学会評議員、日本認知症ケア学会評議員、第 27 回日本認知症学会学術集会（2008.10、前橋）会長。