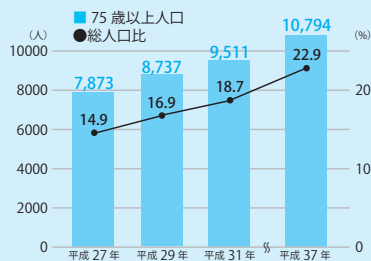


地域包括ケアシステムとは

10年後の平成37年（2025年）には、団塊の世代が75歳を迎え、医療や介護が必要な人、単身高齢者、認知症患者の急激な増加が予想されています。

このため、医療、介護、予防、生活支援、住まいといった各サービスを効果的に提供できるよう、各事業者、地域住民、行政などが連携し、切れ目のないサービスを提供するしくみ「地域包括ケアシステム」の構築が進められています。

【光市の高齢者（75歳以上）人口の推計】



資料：「光市高齢者保健福祉計画及び第6期介護保険事業計画」

光市では…

市では、地域包括ケアシステム構築に向けた第1期の取り組みとして、今年度から「医療介護連携システム」の本格運用を開始。光市医師会による協力のもと在宅医療の推進と介護との連携を強化し、高齢者の在宅生活の質の向上に取り組んでいます。

【医療介護連携システム】

- ▶ 光市医師会を中心とした在宅医療の推進
- ▶ 「医療介護情報連携シート」を活用した医療と介護の連携
- ▶ 地域包括支援センターのコーディネート機能強化



私たち「市民特派員」が取材しました

(左から)
田中 佳代 さん (浅江)
河村 淳子 さん (光井)
浦谷 利矢子 さん (光井)

今回は私たち市民特派員が、医療と介護の連携や在宅医療の取り組みなどを中心に、誰もが住み慣れた地域で自分らしく生活するためのしくみについて考えてみたいと思います。

人は誰しも年をとり、医療や介護を必要とするときがきます。そのとき、必要なサービスを受けられる場所が、病院や施設以外に、「自宅」という選択肢があったら、あなたはどちらを選択しますか。

そこでは、安心して医療や介護を受けられるよう、さまざまな専門職が連携し、高齢者をサポートする「地域包括ケアシステム（以下「地域包括ケア」）」の構築が進められています。

今後、高齢化が進むと医療や介護を必要とする人がますます増え、いまの体制では必要なサービスが十分提供できないと見込まれています。

そこで、安心して医療や介護を受けられるよう、さまざまな専門職が連携し、高齢者をサポートする「地域包括ケアシステム（以下「地域包括ケア」）」の構築が進められています。

□はじめに

特集
市民特派員レポート
地域包括ケアシステム構築の取り組み

住み慣れた我が家で 自分らしく生きる

暮らしを支える光市の地域包括ケアシステム

医療、介護といった専門的なサービスと「予防」、「生活支援」、「住まい」が相互に関係し、連携しながら、在宅での生活を支えます。その中で、地域包括支援センターは関係する多職種の連携を図り、各サービスをつなぐコーディネート役を担います。



医療 ～在宅医療の推進～

訪問診療、訪問看護、かかりつけ医、歯科診療所、調剤薬局、総合病院

在宅でも必要な医療サービスを受けられる体制づくりとともに、「かかりつけ医」の推奨や介護との連携などに取り組んでいます。

介護 ～ケアマネジメント～

訪問介護、訪問入浴介護、訪問看護・リハビリ、通所介護・リハビリ、その他在宅サービス



利用者に必要な介護サービスをつなぐケアマネジャーへの支援や、地域や多職種との連携などに取り組んでいます。

連携の輪



地域包括支援センター

医療と介護、必要なサービスをつなぐコーディネート役

平成27年度から「医療」と「介護」の連携についての取り組みを本格的に開始。引き続き、「予防」「生活支援」「住まい」など高齢者を支えるしくみづくりを進めています。

予防、生活支援、住まい

買い物や掃除、洗濯などの生活支援サービスや生活習慣病、認知症などの予防の取り組み

困りごと、お悩み、なんでもご相談ください

地域包括支援センター(あいぱーく光1階5番窓口)

こんなお悩み、ありませんか。

- ▶ かかりつけ医をもちたいけど、どこに相談したらいいの？
- ▶ 家族の介護で悩みがある…
- ▶ 家族、自分が認知症かもしれない。認知症を予防したい。
- ▶ 遠方に住んでいる高齢の両親が心配… など

■ 問合せ 地域包括支援センター

☎ 0833-74-3002



第一章

つなぐ

「住み慣れた地域で安心して暮らしたい」そんな思いを実現するためにあるのが地域包括支援センターです。

地域包括ケアにおける役割などについて、地域包括支援センターの職員にお話を伺いました。



□高齢者の困りごと まずは相談を

地域包括支援センター(以下「センター」)では、保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャーといった専門の職員が連携し、さまざまな支援や相談業務を行っています。「高齢者に関する困りごとはためらわずに、まずは相談を。」センターには年間1800件以上の相談が寄せ

られます。本人やその家族などから、介護や福祉サービスに関する相談など、高齢者が日常生活を送る上でさまざまな相談を受け付けます。介護疲れから起きる高齢者への虐待や振り込め詐欺事件など、早い段階で相談すれば防げるケースもあります。センターでは、「何か困ったことがあれば『地域包括支援センターがある』と思ってほしい。」と呼びかけています。

□専門職同士が 「顔の見える」関係に

センターには日々、多岐に渡る相談が寄せられますが、それらをセンターの職員のみで解決することはできません。あらゆる相談に迅速かつ正確に対応するためには、医療や介護といった関係機関との連携が不可欠です。

例えば、介護に関する相談に対しては、地域のケアマネジャーとの連携はもちろん、必要に応じて光市医師会に連絡、相談するなど、必要なサービスへとつなぎます。

しかし、電話や書類のやりとりだけでは、解決が難しいケースにうまく対応できない場合があります。

そこで、センターでは関係する専門職が出席する会議や研修会を定期的に開催するなどして、高齢者を支える者同士の「顔の見える」関係づくりに取り組み、必要なサービスへと「つなぐ」役割を強化しています。

□地域包括ケアを支える 主な取り組み

住み慣れた地域で安心して暮らせるまちを目指して、市ではさまざまな取り組みを行っています。

☎ 地域包括支援センター
0833-74-3002



地域ケア全体会議
行政や医療介護の関係者など多職種が集い、相互理解を深め、顔の見える関係づくりを行っています。



▶ 登録者に配布する見守りグッズ

ひかり見守りネット
地域のネットワークで高齢者を温かく見守ることで徘徊を防ぎ、徘徊が発生した際は、早期発見・保護に努める事業を行っています。(事前登録が必要)



医療介護情報連携シート
医療機関や介護事業所からセンターに提出されたシートを活用して、必要に応じて関係する多職種に働きかけをします。



認知症サポーター養成講座
認知症の人や家族を見守る支援者(サポーター)を養成する講座です。皆さんも認知症について正しく理解し、認知症サポーターになってみませんか。



もの忘れ相談
もの忘れや認知症について気になる高齢者やその家族に対し、タッチパネルなどを用いて、健康へのアドバイスなどを行います。(毎週水曜日・予約制)

光市介護支援専門員連絡協議会会長

たかしま はるき
高島 晴紀 さん

□今までの生活をあきらめず
過ごすためのお手伝い

ケアマネジャーは、介護保険などのサービスを組み合わせ、必要な人に必要なサービスを、必要な人に必要なサービスをつなぐ役割を担っています。利用者の生活に密着しているため、ケアマネジャーは地域包括ケアの中で、重要な役割を担っているのではないかと思います。

利用者が本来持っている力を尊重し、一人でできることと支援が必要なることを見極めます。

□顔が見える関係づくり

地域包括ケアの構築をすすめる上で、医療と介護の連携は不可欠です。サービスを利用する人は何らかの疾病をもっている人が多く、医療と介護がうまくつながっていないと、在宅での生活は成り立ちません。入院退院を繰り返さないうで済むように、病状の経

過を踏まえて介護サービス計画（ケアプラン）を考えます。

また、お互いの顔が見える関係づくりも大切です。地域ケア会議や懇談会などを通して、定期的に顔を合わせて職種間の垣根を低くする取り組みをしています。このため、光市では職種間の風通しもよく、顔の見えるネットワークが広がっています。

□結婚・出産は準備ができる
介護はいきなりやってくる

子育て中の皆さんもある日突然、親の介護に直面し、子育てと介護の時期が重なることがあります。慌ててしまっ人が多いですが、準備ができていれば恐れることはありません。

いざという時に慌てずにするように、普段から相談できるところを見つけておくことが大切です。その相談先が、地域包括支援センターやケアマネジャーであることを忘れずに覚えてほしいです。



支える

地域包括ケアの大きな柱の1つである「在宅医療」。市では、光市医師会などと協力して在宅医療の推進に取り組んでいます。

地域包括ケアにおける医療や介護の役割などについて、平岡博医師とケアマネジャーの高島晴紀さんにインタビューをしました。

□多職種と連携し
チームで支える

地域包括ケアシステムという少し難しく聞こえますが、自分の居心地のよさで生活を続けるためのしくみであると思います。

多くの人にとって、居心地のいいところは、住み慣れた地域や自宅なのではないでしょうか。医療や介護を必要としている人に、医師や看護師、ケアマネジャーなどが、チームを組んで自宅などにサービ

□切れ目のない在宅医療を
提供するために

光市医師会では、地域包括支援センターなどから、かかりつけ医を持たない高齢者の在宅医療の要望を受けた場合、家からの距離など地域性を考えて、患者と医師のマツ

チングを行っています。

また、一人の医師が24時間365日対応することは難しいため、かかりつけ医が診療できない時には、医師間で連携して対応します。一人の医師に負担が集中しないようにし、切れ目のない在宅医療を提供しています。

□家族で話し合う機会を
つくってみませんか

「元気なうちは、「まだ先のこと」と思いかもしませんか

「住み慣れた地域で生活を続けたい」という希望をできる限り叶えるため、介護や行政とチームを組んで、本人やご家族の思いに寄り添い、意思を尊重したサービスを提供したいと思っています。



光市医師会会長
ひらおか ひろし
平岡 博 医師

ケアマネジャー
(介護支援専門員)とは

介護保険において要支援・要介護と認定された人が在宅や施設で適切なサービスが受けられるように、介護サービス計画（ケアプラン）の作成や関係機関との連絡調整を行います。

在宅医療とは

通院が困難な人に対し、医師や看護師などが自宅または施設を訪問し提供する医療サービス。医療処置や薬の処方、リハビリテーションなどを受けることができます。

診察を終えて平岡医師、訪問看護師の梶原さん、市民特派員と談笑する末永喜一さん



第三章

寄り添う

大切な人と住み慣れた場所で過ごすことができる在宅医療。自宅で療養されている末永喜一さんとそのご家族に、お話を伺いました。

すえなが きいち
末永 喜一さん（95歳） 室積在住

□医師・訪問看護師が
来てくれる日が楽しみ

末永喜一さんは娘の京子さんと二人暮らしをしています。昨年12月、体調を崩した喜一さんに、かかりつけ医の平岡医師は月1回の訪問診療と週1回の訪問看護を提案しました。

この日は平岡医師と訪問看護師の梶原さんによる訪問診療日。喜一さんは自宅にいらながら診察や血圧測定、採血などを受けます。

「訪問診療をしてくれるようになって、心身ともに良くなった。皆さんが来てくれると元気になる。」と喜一さんが笑顔で話すと、家中が温かい気持ちに包まれました。

京子さんが作ってくれたごはんが楽しみという喜一さん。お吸い物や煮ものなど、栄養に気を配った料理が食卓に並びます。何度も口にされた、「家族がそばにいてくれるからがんばれる。」という言葉がとても印象的でした。



Interview

利用者とその家族の
思いに寄り添います
訪問看護ステーションつむぎ
訪問看護師 梶原 亜希子さん

訪問看護師は、主治医からの訪問看護指示書にもとづき各家庭を訪問して、健康状態のチェック、入浴補助や床ずれの対処など日常生活全般をサポート。医師やケアマネジャーなどと情報を共有し、在宅で安心して療養生活が送れるように支援しています。

大切にしているのは、利用者やその家族とのコミュニケーション。訪問時には、利用者だけでなく、ご家族の心身の状況にも気を配ります。介護の相談を受けることもあり、信頼されていると感じるとうれしく思います。これからも、医師やケアマネジャーなどと連携し、利用者やその家族の心の支えになりたいと思います。

□何ものにも代えがたい
安心感

医師や訪問看護師といった存在は、家族の安心感にもつながっているようです。「先生や看護師さんが本人の基本的な状態などを共有しているので話が早く、何かあれば協力して助けてくれます。家族だけだと答えが出ないときも、専門知識を持つプロの視線があると道が開けてきます。」と京子さん。



左から京子さん、喜一さん、市外在住で娘の魚重小夜子さん

取材を終えて



在宅医療や介護に対する印象として、家族への負担やもしもの時の対応が不安と感じている人も多いのではないのでしょうか。誰もが抱えるこの不安を解決してくれるのが、地域包括ケアのしくみであり、取材を通して出会った皆さんののだと感じました。

今回の取材を通して医療や介護が必要になったときの選択肢の一つとし

家族にとっても、医師や訪問看護師、ケアマネジャーの存在が心よりどころとなっています。各分野の専門スタッフ

ツフが連携し、チームで家族を支援してくれるという安心感が、在宅での療養には必要不可欠なのだ感じました。

て、在宅医療があることを改めて知りました。光市では、住み慣れた我が家で過ごしたいという希望に沿えるように、医療や介護による在宅サービスが充実しており、地域でサポートするしくみも次第に整ってきています。

医療や介護が必要になったとき、あなたはどこで、誰と生活したいですか。いざという時に慌てないですむよう、日頃から家族で話し合っておくことが大切だと感じました。

この市民特派員レポートが、医療や介護が必要になった時のことを考える機会になればと思います。