

## <介護予防>

平成18年（2006年）4月の介護保険法改正において、高齢者が介護保険で定める要介護状態となることを防ぐことを目的とした「介護予防」のアプローチが、国の制度として導入されました。これは「介護」が必要な状態とならぬ様、「予防」策を早期に講じることによって、日々の生活に必要な健康・身体機能を維持していくことを目的としています。

これらは現在、地域包括支援センターなどが主体となってさまざまな「介護予防プログラム」を行っています。地域包括支援センターは、前述の介護保険法改正時に発足した新組織で、市区町村ごと（人口2～3万人に一ヶ所が目安）の設置が義務づけられています。ちなみに当院がある名古屋市天白区を例とすると、いきいき支援センターとして原（東部、分室の2箇所）と大坪（西部）に計3箇所あります。ここでは専門職員として社会福祉士・保健師・主任ケアマネジャーが配置され、専門性を生かして相互連携しながら相談に乗ってもらえます。ただ厚生労働省によると、介護予防事業（地域支援事業）を利用する65歳以上の高齢者は、全体の0.5%程度（2009年度）にとどまっています。これはまだ地域包括支援センターの存在が浸透していないのと、高齢者の世代で人に頼るのが苦痛と感じる方が多い事も原因の一つと考えられます。高齢になって新しい事を始めるのは何かと抵抗があるかもしれませんが、人と接する機会が減り、外もしない様になってしまっは要介護状態になる可能性が高くなります。高齢者が楽しんで継続して行える何かのヒントがあるかもしれません。高齢者ご本人に限らず、ご家族の方も一度どんな所か足を運んでみてはいかがでしょうか？