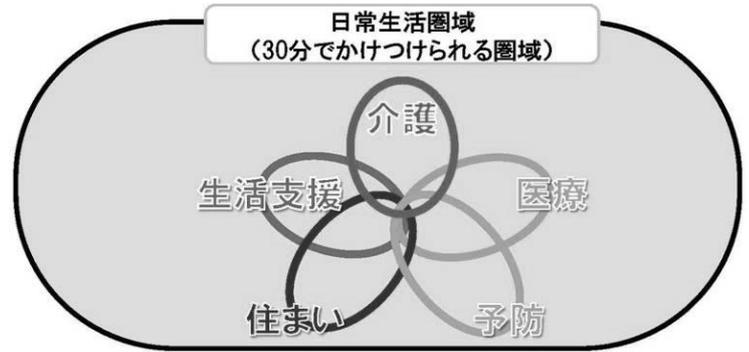


地域包括ケアシステム

「地域包括ケアシステム」とは、介護が必要になった状態でも、できる限り住み慣れた自宅や地域で人生の最期まで尊厳をもって自分らしい生活を送ることができるよう「介護・医療・住まい・生活支援・介護予防」の五つのサービスを一体的に受けられる支援体制のことです。

日本は、諸外国に例をみないスピードで高齢化が進行しています。65歳以上の人口は、現在3,000万人を超えており(国民の約4人に1人)2042年の約3,900万人でピークを迎え、その後も75歳以上の人口割合は増加し続けることが予想されています。このような状況の中、団塊の世代(約800万人)が75歳以上となる2025年以降は国民の医療や介護の需要がさらに増加することが見込まれています。その2025年を目途に、国及び地方公共団体においては「地域包括ケアシステム」の構築を実現することが求められています。(厚生労働省より)



《 地域包括ケアシステムにおける「5つの構成要素」 》



「介護」「医療」「予防」という専門的なサービスと、その前提としての「住まい」と「生活支援・福祉サービス」が相互に関係し、連携しながら在宅の生活を支えている。

(地域包括ケア研究会報告書より)

【すまいとすまい方】

生活の基盤として必要な住まいが整備され、本人の希望と経済力にかなった住まい方が確保されていることが地域包括ケアシステムの前提。高齢者のプライバシーと尊厳が十分に守られた住環境が必要。

【生活支援・福祉サービス】

心身の能力の低下、経済的理由、家族関係の変化などでも尊厳ある生活が継続できるよう生活支援を行う。生活支援には、食事の準備など、サービス化できる支援から、近隣住民の声かけや見守りなどのインフォーマルな支援まで幅広く、担い手も多様。生活困窮者などには、福祉サービスとしての提供も。

【介護・医療・予防】

個々人の抱える課題にあわせて「介護・リハビリテーション」「医療・看護」「保健・予防」が専門職によって提供される(有機的に連携し、一体的に提供)。ケアマネジメントに基づき、必要に応じて生活支援と一体的に提供。

【本人・家族の選択と心構え】

単身・高齢者のみ世帯が主流になる中で、在宅生活を選択することの意味を本人家族が理解し、そのための心構えを持つことが重要。



「舌の位置を確認してみよう」の巻

食事をしたり会話をしたりするときに、舌は重要な役割を果たします。では、ご自身の舌の「位置」はご存知ですか？

一度、ツバを飲み込んでください。そのときに…

◆舌で前歯を押している。

◆飲み込んだ後に、下の歯裏側に沿って舌を置いている。

このような位置に舌があると、歯並びに影響するといわれています。また高齢になると、食べづらくなったり話しづらくなったり、そして肺炎の原因になることもあります。

舌は上あごにあたっているのが理想的です。正しい位置に舌がくるために、舌をまわして体操したり、お口を閉じて「鼻呼吸」をしたりすることも訓練法のひとつです。そして、いつまでも健康なからだを目指したいですね！



お口と体の雑学クイズ

(1) イノシシの歯は何本？

A. 20本 B. 28本 C. 44本

(2) 糖尿病の人の唾液に多く含まれる成分は？

A. ラクトース B. マルチトール
C. フルクトース

(3) 昨年度の「全日本学校歯科保健優良校表彰」で最優秀賞を受賞した小学校がある都道府県は？

A. 神奈川県 B. 大阪府 C. 静岡県

*答えは4面 (インターネット他 引用)