

平成18年4月から 介護保険制度が新しくなります ~その1~

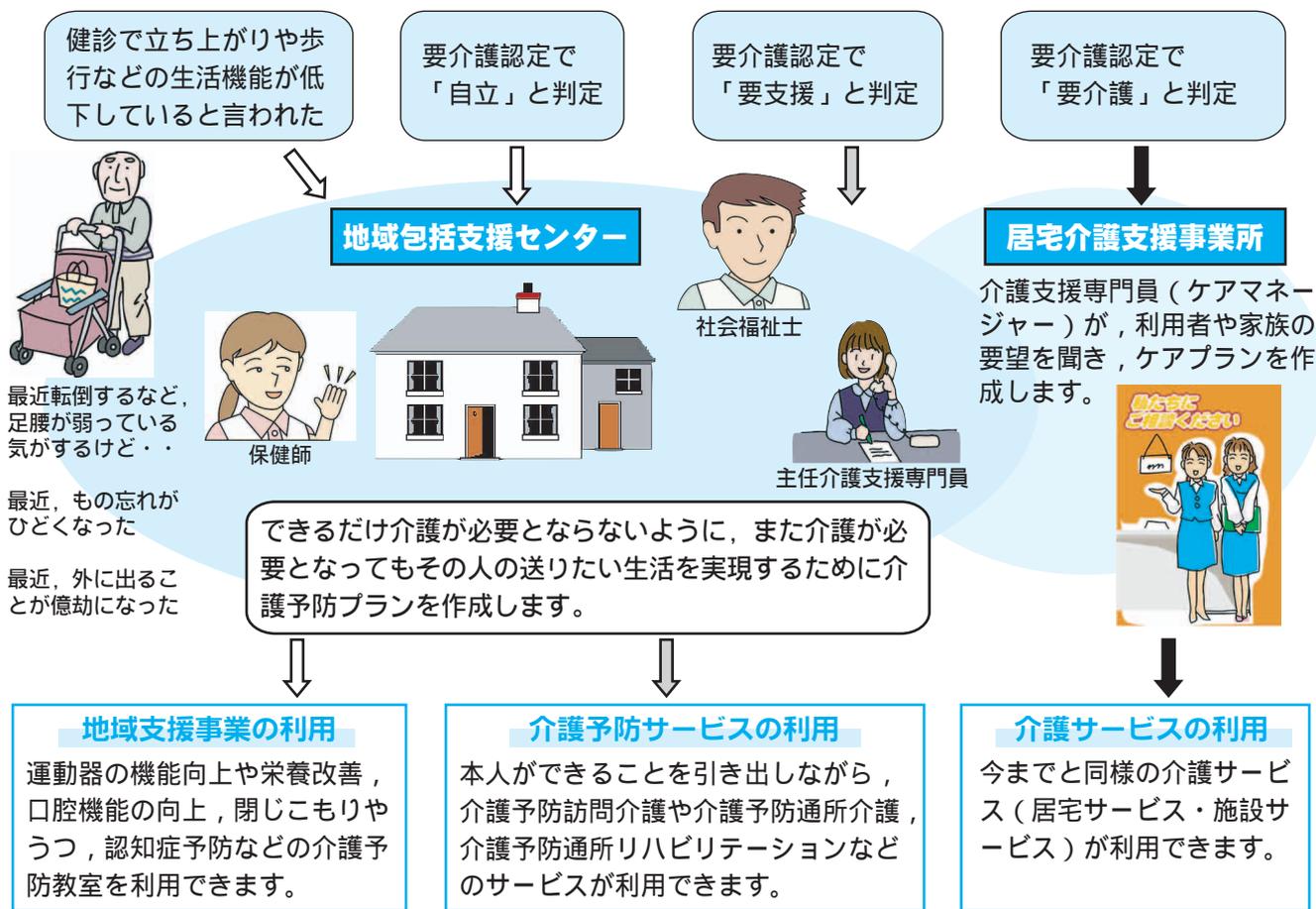
介護を「予防」するサービスや事業がはじまります

平成12年に介護保険制度が始まってから、認定を受けている人は要支援や要介護1を中心に年々増加しています。これらの軽度（要支援、要介護1）の方は、外出する機会が少なかったり、部屋の中でも横になっていることが多いなど、生活が不活発である方が多いようです。

今回の介護保険制度の改正では、介護度が軽度の人、または認定は受けてはいないけど日々の生活に不自由が生じている人を対象に、できるだけ自立した生活を送れるように、新しく「地域支援事業」や「介護予防サービス」が新設されました。

また、介護など高齢者が地域で生活する上でのさまざまな相談に応じ、介護予防プランを利用者と一緒に作るために「地域包括支援センター」が設置されます。

【平成18年4月からの新しいサービス利用の流れ】



【生活不活発病ってなに？】

使わない機能は衰えてしまいます。「年だから」、「病気だから」と思って出歩くことが少なくなったり、家に居ても活動することが少ないと、筋肉の力が落ちたり、関節が硬くなったりします。また、骨がもろくなったり、心臓や肺の動きも弱り、周囲への関心や知的活動が低下したりします。

このように、生活が不活発なことが原因で全身機能が低下するのが生活不活発病です。

歩行や食事、入浴、トイレなど身の回りの動作に不自由が出てきて、そのことで更に家事や人との交流が狭まり、やがて介護が必要となります。

毎日の生活を活動的にし、自立した生活を送るよう心がけましょう。