

元気な高齢者を 目指して

介護保険制度の
現状とこれから

介護の現場を ご存じですか

皆さん、左ページのグラフ1
給付費総額の推移をご覧ください。このグラフからわかるように
介護保険制度の開始以来、
給付費総額は年々増加し、平
成17年度をピークにここ数年は、
約40億円の経費がかかっています。

市内の65歳以上の高齢者は
約17,200人で、高齢者の約
12%（約2,200人）の人が介
護保険サービスを利用されてい
ます。

この費用は誰がどのように
負担しているのでしょうか。現
状は、国25%、県12.5%、市12.5%、
40歳～64歳の人の保険料31%、
65歳以上の人の保険料19%の
負担で賄われています。現在、
65歳以上の人が負担する介護
保険料は月額4,500円（標
準基準額）となっています。なお、
今年はこの保険料の見直しの
年にあたり、平成21年4月から
新しい基準額になることになっ
ています。

ところで皆さんは介護の現
場をご存じでしょうか？在宅で
寝たきりの高齢者を介護して

いる家族の苦勞がどれほどの
ものか想像できるでしょうか？
介護は、言葉では言い表せない
肉体的、精神的苦勞がいつ終
わりともなく続くものです。
皆さんの支払われている介護
保険料は、介護で苦勞されてい
る人を支える貴重な財源と
なっています。

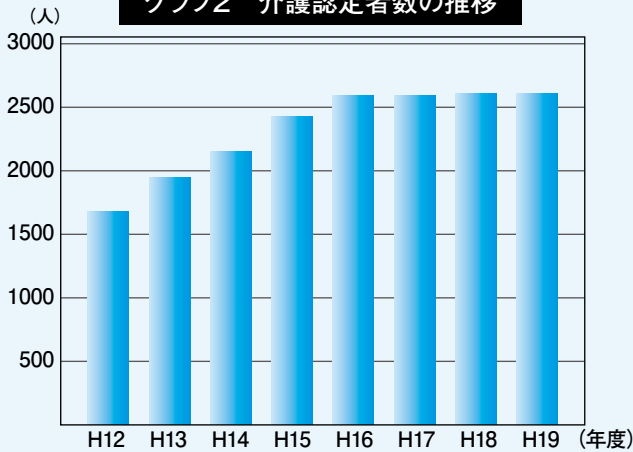


増え続ける認定者と 認知症高齢者

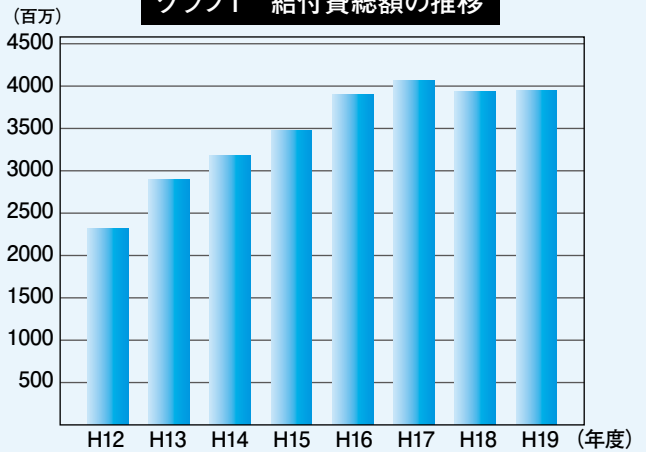
また、最近では高齢者の増加
に比例して、認知症の高齢者も
増え、介護が必要になっている
人が年々増加の一途にあります。
誰もが介護が必要になる可能
性があるのです。左ページのグラ
フ2は、介護認定者の推移を表
しており、現在、約2,700人
が認定を受け、その内の約8割
が介護保険を利用しています。

■問い合わせ 長寿介護課 ☎07301

グラフ2 介護認定者数の推移



グラフ1 給付費総額の推移



自分でできる介護予防

平成27年には、いわゆる団塊だんかいの世代が高齢者となり、高齢化が二層進展します。高齢者の生活機能の低下を未然に防止し、維持向上させるために若い時から介護予防を推進することが重要となっています。

高齢者が可能な限り、自宅で継続して日常生活を営むことができよう、地域において必要なサービスを提供する体制を整備することが必要になっています。合わせて常日頃から自分の体に気を配り、介護予防を実践していくことも重要になります。介護予防教室や趣味などを生かした各種講座に参加し、自分にあつた介護予防を見つけてみませんか。

どうなる介護保険料

介護保険料はどうやって決められるのでしょうか。介護保険料は3年ごとに見直されますが、その時の基礎となるのが介護保険給付費です。今後3年間(平成21年度～23年度)で必要な給付費の見込みを立て、その額の19%を65歳以上の被保険者で負担することになります。

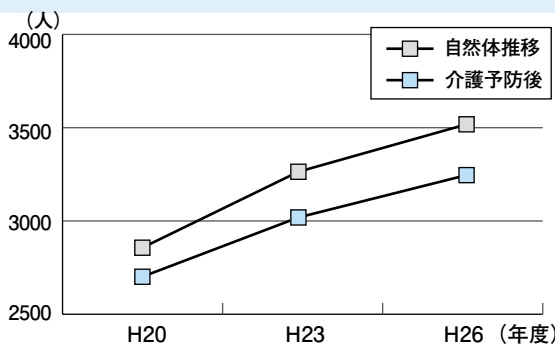
「給付費見込額×19%」を3年間の65歳以上の人数で割ったものが基準的な介護保険料となります。

平成21年度以降の保険料は、外部の有識者などの意見を聞きながら今年度中に決定します。

認定者数の推計

(第3期介護保険事業計画より) ※H20は補正後

このグラフは、市内の高齢者が介護予防をした場合としない場合で介護認定者数がどのように推移するかを表したグラフです。単純に計算すると平成23年度で226人、26年度で247人の差が出る見込みです。1人あたり月10万円の費用がかかると仮定すると、年間約2億7千万円～約3億円の費用を節約することが可能となります。



私と介護保険

(67歳女性・母98歳)

私の母にターミナルケア(*)が必要になったのは、ちょうど1か月前になります。介護施設で5年ほど生活をしていましたが、体調が悪くなり、病状の報告を受けました。家族で相談した結果、本人の希望もあつたことから在宅介護を選びました。

現実には母を自宅で介護することになり、介護の大変さが身にしみてわかりました。特にお風呂は家族で長期ケアできるものではありません。いくら母がやせて軽くなったとはいえ、全体重を支えお風呂に入れる作業は重労働でした。さつそく介護保険のサービスを受け、助けてもらいました。その他にも使い勝手のよいベッドを貸していただきとても助かっています。

在宅介護を行うことにしたものの、毎日が気がかりで気が休まる時がありません。精神的に最後まで看取れるか不安な時があります。世の中には何年間も在宅で介護をしている人も多くおられますが、その大変さは計り知れないと思います。

介護保険制度は、本人が利用するばかりでなく、家族が利用するときにもとてもありがたいものです。制度の助けがなければ、とても在宅での生活は長続きしないし、ケアもできないと思われるからです。

私の後ろ姿から子どもたちに何を伝えられるかわかりませんが、家族みんなで生活できる幸せを大切に、母もきつと幸せを感じてくれているという思いで頑張っています。

※ターミナルケア：終末期医療支援



介護保険料を安くするためには

ではどうすると介護保険料は安くなるのでしょうか。簡単に考えると給付費が減ることと安くなります。しかし、簡単に給付費を減らすことができるでしょうか。ご存じのように介護保険のサービスを必要としている人は、ますます増えようとしています。ではどうすればいいのでしょうか。答えは簡単です。元気なうちから介護予防に気を配ってもらうだけでいいのです。すぐに結果は出ません



※老年人口指数＝65歳以上人口／15～64歳人口

元気な高齢者を目指して

が、例えば、団塊の世代の人が65歳になり、その人たちがその後、介護認定者になるとならないとでは保険料にかなりの影響が出るのです。自分のために体に気を配り、先々の保険料も安くなるのですから、ぜひ皆さんも介護予防を実践してください。みんなが頑張ると効果は上がり、介護保険料を減らすことができますのです。

日本は世界一の長寿国となり、高齢化が急速に進んだ結果、高齢者が高齢者を介護する時代になりました。

日本の老年人口指数(※)は、約30%、3人強で1人を支えています。22年後には2人で1人を支える時代が到来しようとしています。備えあれば憂いなしです。今、元気な人は今後10年、20年先の自分を想像して、生きがいのある生活を続けてください。

認知症高齢者の介護ケア

大村市在宅介護支援センター 慈恵荘
介護支援専門員 黒江直樹氏

最近では認知症高齢者に関する相談が多く寄せられます。特別養護老人ホームに入所されている高齢者も8割近くが認知症を有する人です。介護保険法制度が開始されるまでは重度の認知症の人を受け入れる施設はあまりありませんでしたが、現在ではグループホームなど認知症専門の施設もでき、介護サービスも充実しています。

ケアマネジャーとして自宅で生活されている認知症高齢者を支えることは容易ではありません。認知症の人は記憶障害がある人が多く、悪質な訪問販売による金銭トラブルなど片ときも目を離せない状況になります。特にひとり暮らしの場合は公的な介護サービスだけでは限界があります。火の不始末や被害妄想による近所とのトラブルなど、地域の皆さんの相当な協力がなければ在宅生活は不可能です。

また、家族と同居されていても認知症が進行していくと介護ストレスが増し、共倒れや高齢者虐待へと発展していく例も少なくはありません。

認知症の対応で肝心なのは初期の段階だと言われています。記憶が断片的に欠落していくことで同じ話を何度もしたり、食事をとつていないと訴えることに腹を立て怒ったり、蔑んだりすることでストレスとなりさまざまな周辺症状を引き起こします。「優しく」「否定せず」が認知症高齢者への対応の原則ですが、24時間365日その状況が続くと、介護者にとってはかなりの精神的負担となります。

家族だけで無理をせず早期に専門家に相談することで、本人をはじめ、家族の負担を少しでも軽減することができると思います。また、大村市には「認知症の人と家族の会」があります。そのような場に出られることも良いのではないのでしょうか。

利用してみましよう

大村市高齢者活動支援施設(ふれあい館)

※登録が必要です。直接ふれあい館へお申し込みください

- ・伊勢町ふれあい館…西本町493番地 ☎⑤1020
 - ・中地区ふれあい館…松並1丁目1275番地 ☎④1659
- カラオケ、パソコン教室、囲碁・将棋、卓球などが楽しめます。
月曜日～金曜日(午前9時～午後5時) 利用料1日100円



伊勢町ふれあい館

シルバーパワーアップ事業

シーハットおおむらのトレーニングルームと屋内プールが1回100円で利用できます。事前登録が必要です。

問い合わせ／長寿介護課 ☎②7301



中地区ふれあい館

高齢者リフレッシュ事業

市が指定する温泉施設が1回200円で週3回まで利用できます。

利用時間:午前10時～午後6時
(土・日・祝日・年末年始は利用できません)
事前登録が必要です。

問い合わせ／長寿介護課 ☎②7301



シルバーパワーアップ事業

介護予防教室

出前教室を行います。10人以上の市内の団体・グループでお申し込みください。

問い合わせ／長寿介護課 ☎②7301

熟年大学校事業

市コミセンで各種専門講座を開催しています。

問い合わせ／市コミセン ☎④3161

高齢者保健福祉計画公聴会を開催します

市では、今後の高齢者支援のあり方を方向づけるべく、平成21年度から23年度に向けた具体的な「新大村市高齢者保健福祉計画(第4期介護保険事業計画)」を策定中です。

計画の策定にあたり市民の皆さんのご意見をお聞きするため、地区公聴会を開催します。ぜひご参加ください。

とき	ところ	とき	ところ
9月3日(水)	三浦住民センター	9月 9日(火)	竹松住民センター
4日(木)	萱瀬住民センター	10日(水)	松原住民センター
5日(金)	鈴田住民センター	11日(木)	福重住民センター
8日(月)	中地区公民館	12日(金)	市コミセン

時間:午後1時30分～3時30分