

日本の介護サービスの理念 (自立支援)

東京都健康長寿医療センター
循環器内科/高齢者健康増進センター

杉江正光

主たるテーマ

日本の介護サービス事業者は、高齢者が自分で食べ、排泄し、歩くことができるよう、有する機能の維持・向上を目指した支援(自立支援)を“高齢者を専門的にサポートする専門人材”によりサービス提供を行っている。

- 高齢化社会を迎えている先進国で、
 - ① なぜ尊厳を保持し、有する能力に応じて自立した日常を送ることができるようにする自立支援が大切なのか？
 - ② それによって何が得られるのか～健康寿命という概念を中心に～

- 特記

雇用することで身の回りの仕事を代行させることとは別

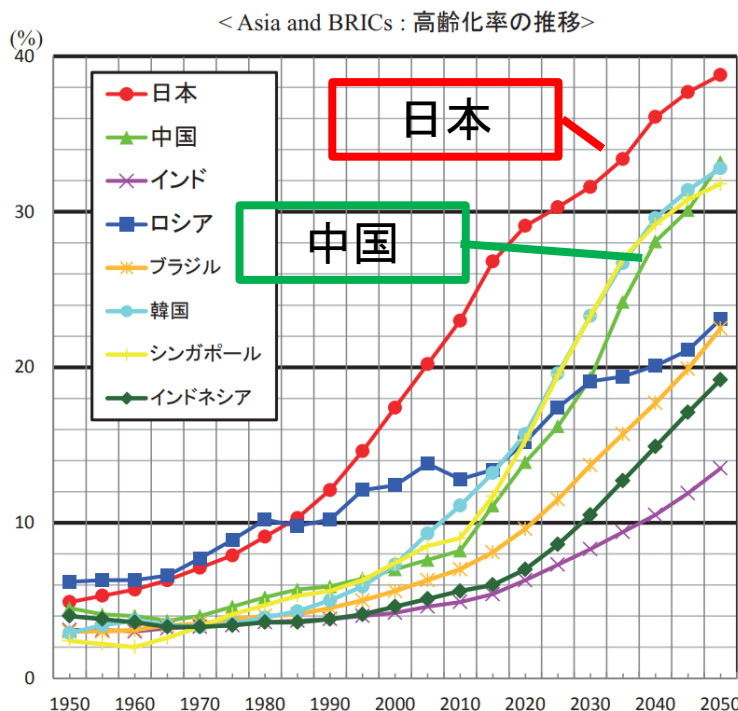
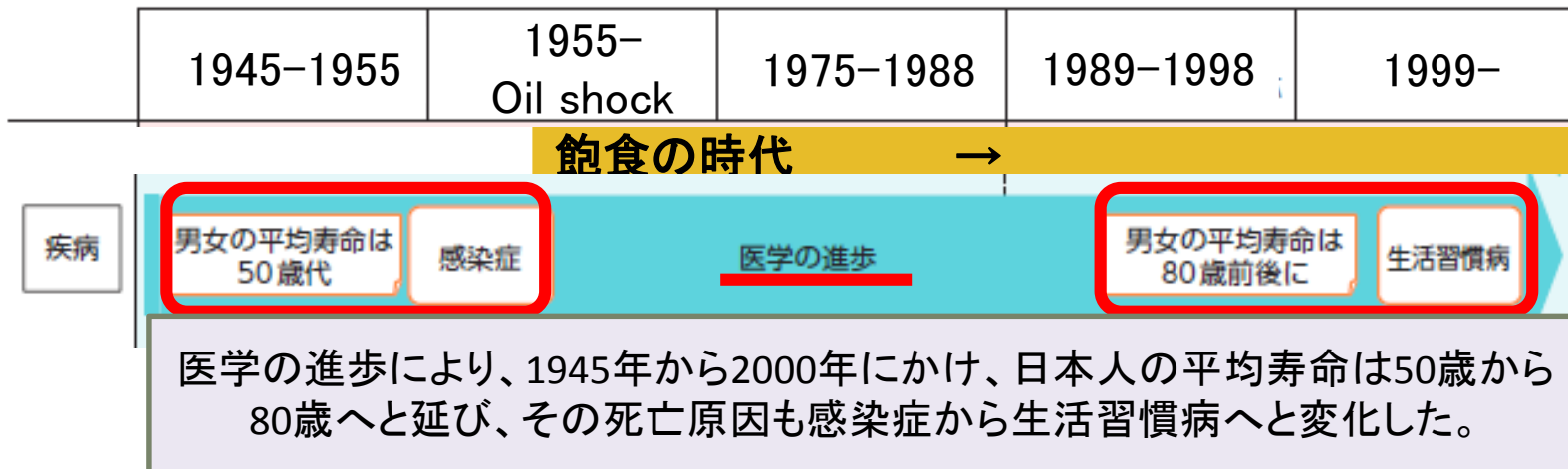
(自立支援介護 ≠ 生活支援介護)

主たるテーマ

- 高齢化社会を迎えている先進国で、
 - ① なぜ尊厳を保持し、有する能力に応じて自立した日常を送ることができるようにする**自立支援**が大切なのか？
 - ② それによって何が得られるのか
～健康寿命という概念を中心に～

医学の進歩に伴う平均寿命の変化

(平成23年版 厚生労働白書を参考に作成)



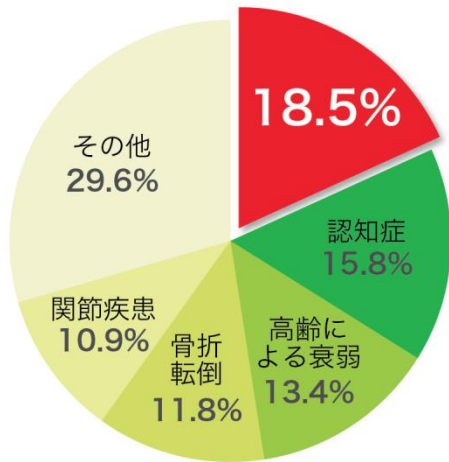
高齢者が全人口の

21%以上で超高齢社会

14-21%占めると高齢社会

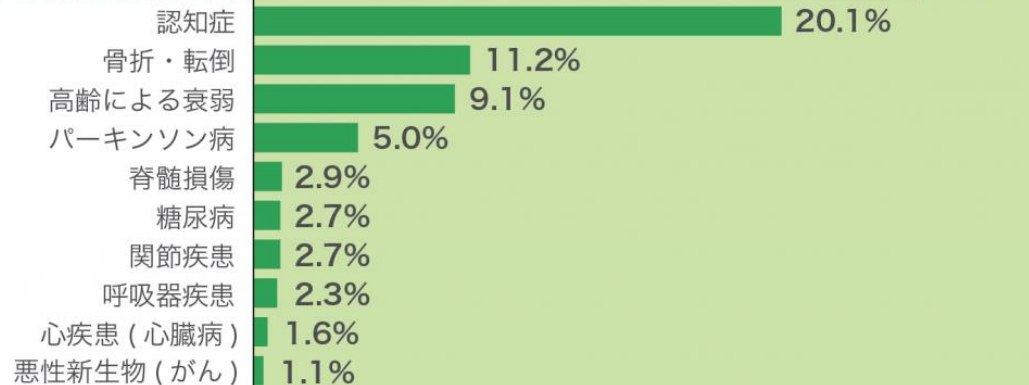
7-14%占めると高齢化社会

(出典)総務省「ICT超高齢社会構想会議報告書」



脳血管疾患 (脳卒中)

脳血管疾患 (脳卒中)



寝たきりの主な原因

厚生労働省「平成25年国民生活基礎調査の概況」を参考に作成

超高齢社会では日常生活を自ら行うことが出来ない**介護を要する**高齢者が増加する



寝たきり



身を整えることが出来ない



日常に必要な移動が出来ない



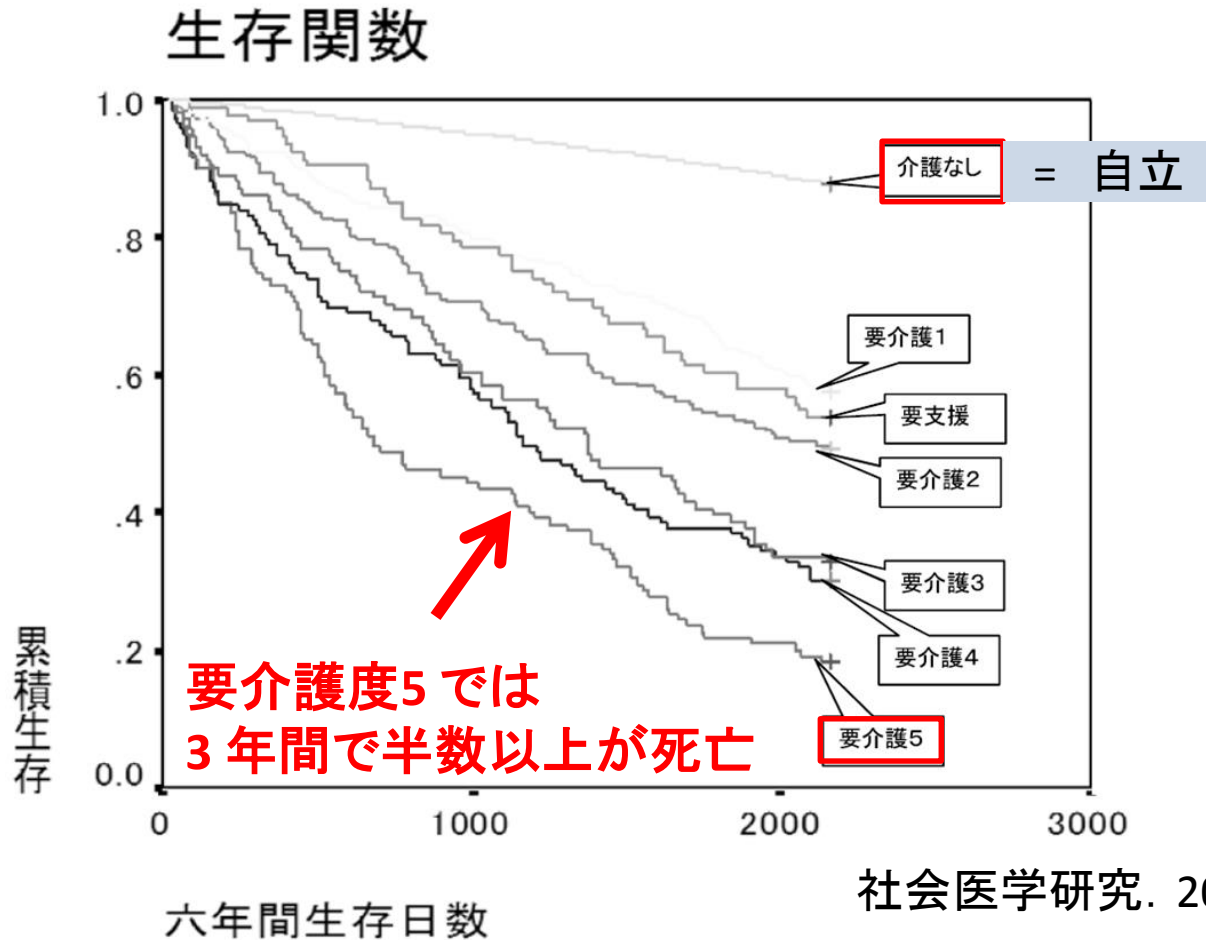
食事が出来ない



柔らかいもの以外、食べられない

食事や排泄などの基本的な生活動作も自ら行う事も出来ず、他人に依存せざるを得ない。つまり、日常生活機能を損なって長生きができてしまうことは、その高齢者自身の“人間としての尊厳”が失われてしまった状況と言える。

要介護状況にある高齢者は死亡しやすい



要介護度は、生存予測の高い指標

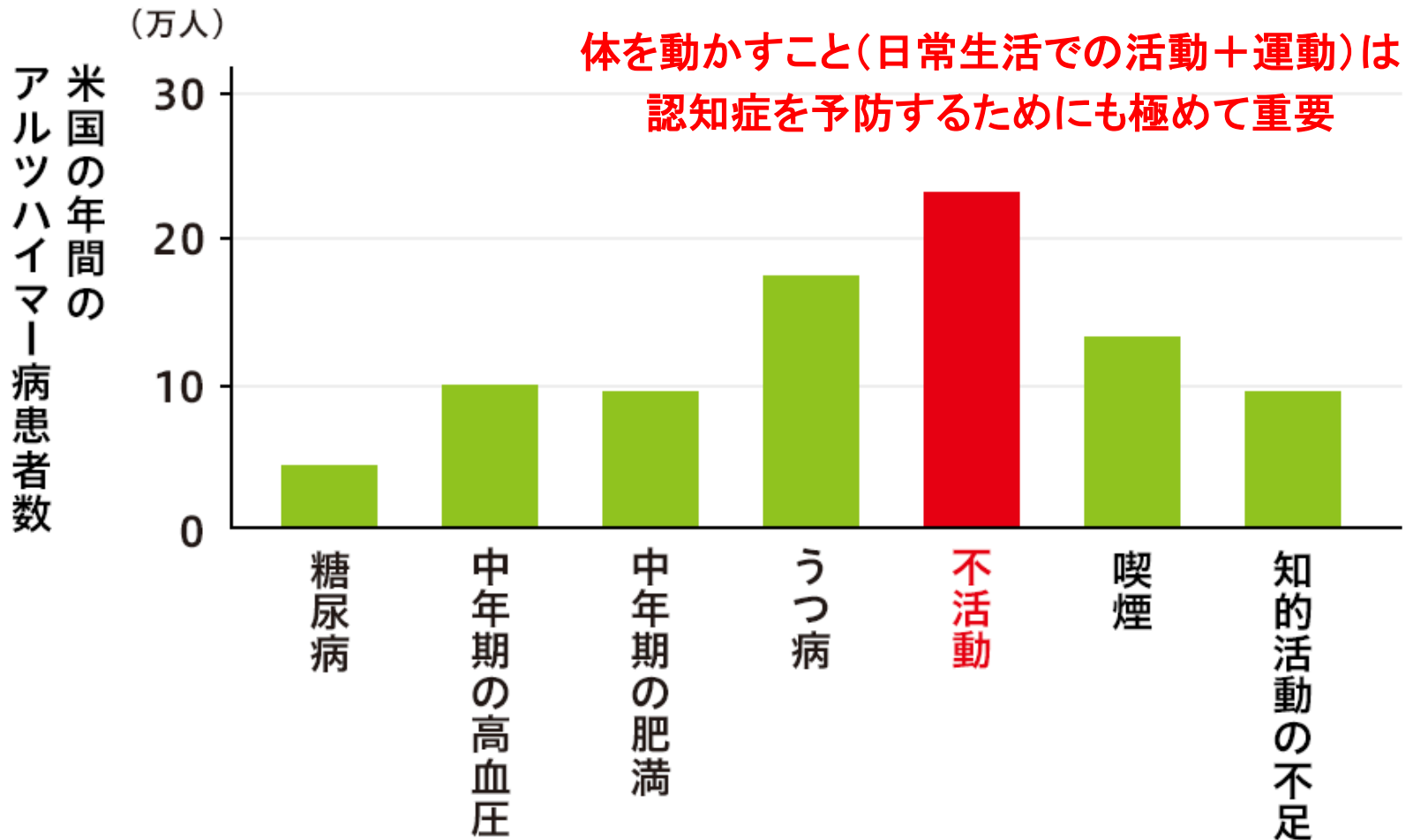
予後延長のために →→→ 要介護度の改善と要支援群の身体機能低下予防

=まさに「自立支援」

自立支援とは

- ① 高齢者一人一人が住み慣れた地域で、その能力に応じて自立した日常生活を営むことができるように支援すること
- ② 利用者の意欲を引き出し、潜在能力、利用者の強み、できそうなことなどを見出し、それを最大限発揮できるような支援を行うこと
- ③ 利用者の要介護状態等の軽減または悪化の防止に役立つような支援を行うこと

不活動が認知症発症の主な原因 ！



Barnes DE, Yaffe K. The projected effect of risk factor reduction on Alzheimer's disease prevalence. *Lancet Neurol.* 2011;10(9):819-28. 8

誰もが健康で長生きしたい



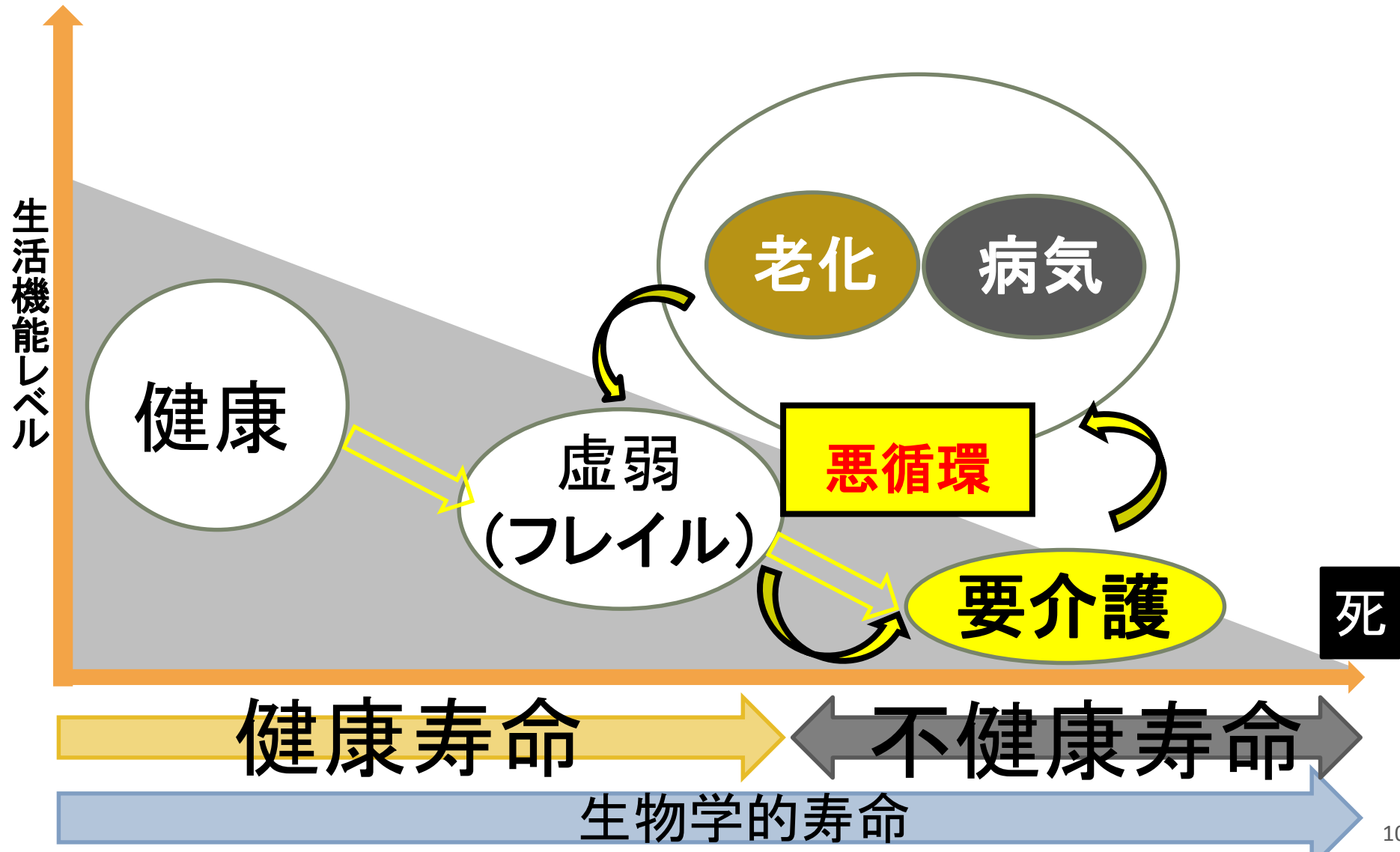
病気に悩まされ、社会とのかかわりも途絶し、好きなことができずに死んでいく。
(仮に平均寿命まで生きられたとしても、質の低い人生)



いつまでも親しんだ社会の中で長寿を元気に過ごせる。
(人生を楽しむ質の高い人生: Quality of Life)

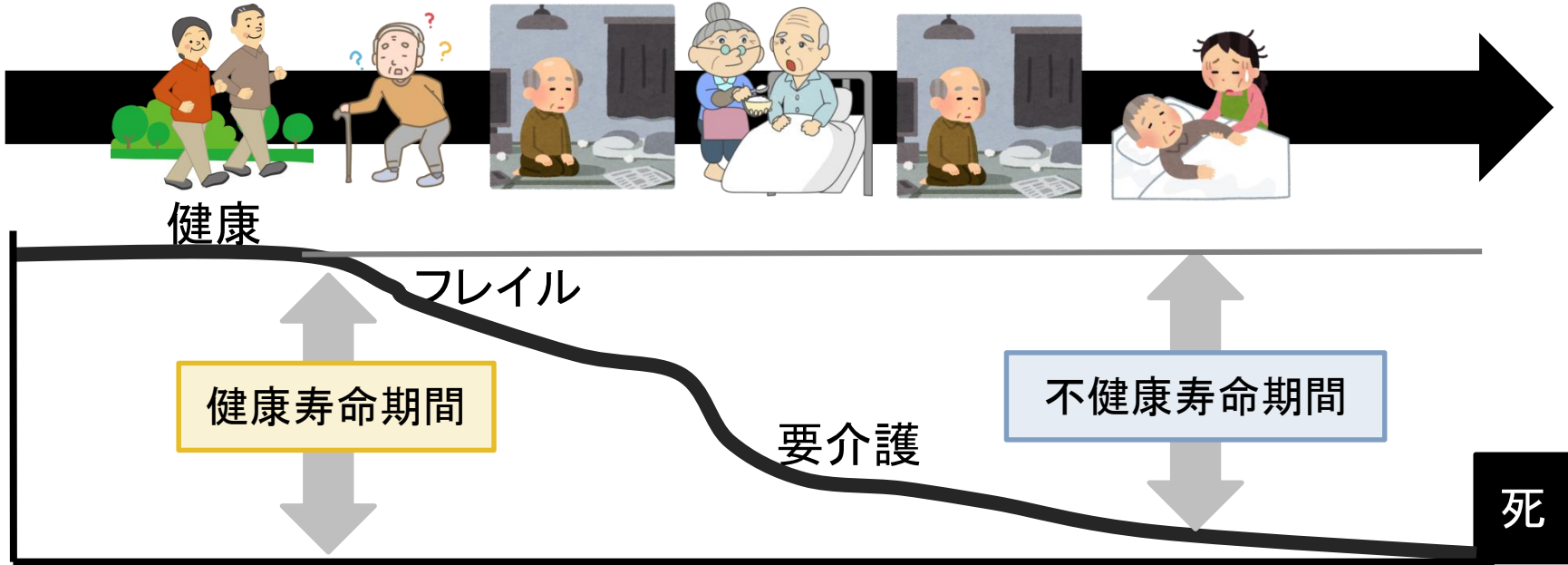
長寿社会において、単に平均寿命を伸ばすよりは、
その平均寿命の多くの期間をどれ程、健康的に過ごせるか(健康寿命)
が重要と指摘されている。

健康から不健康に至る概念 (老年医学的視点)



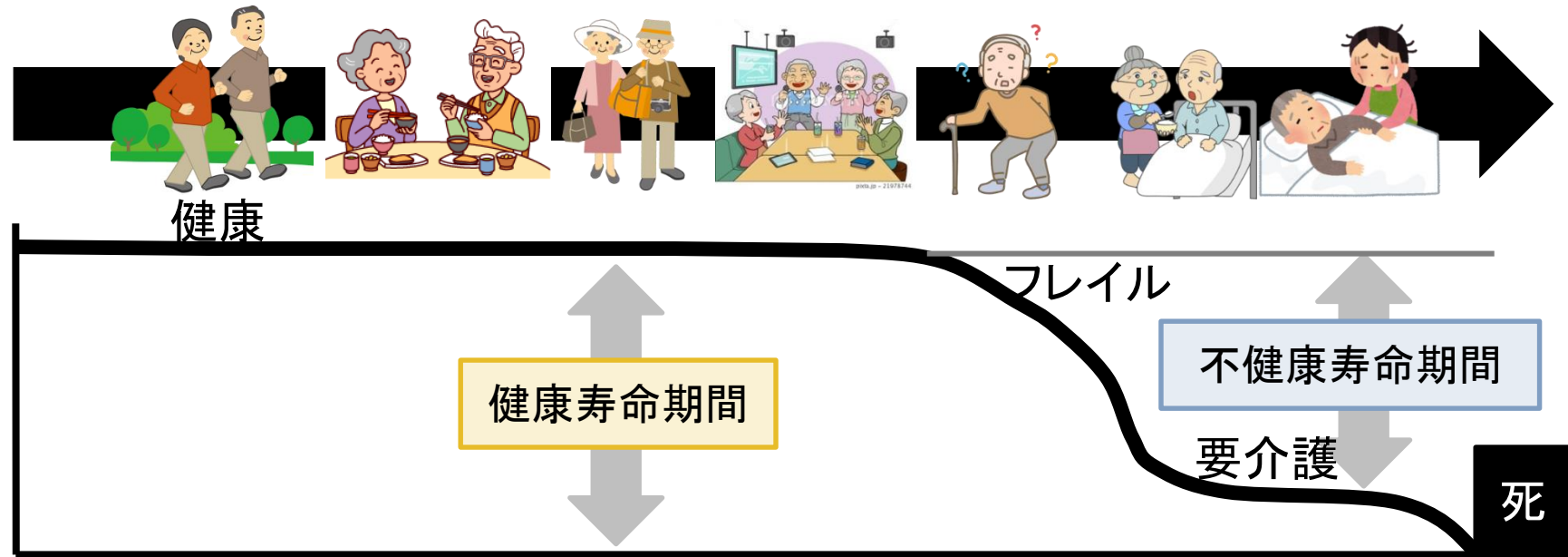
A

生活機能

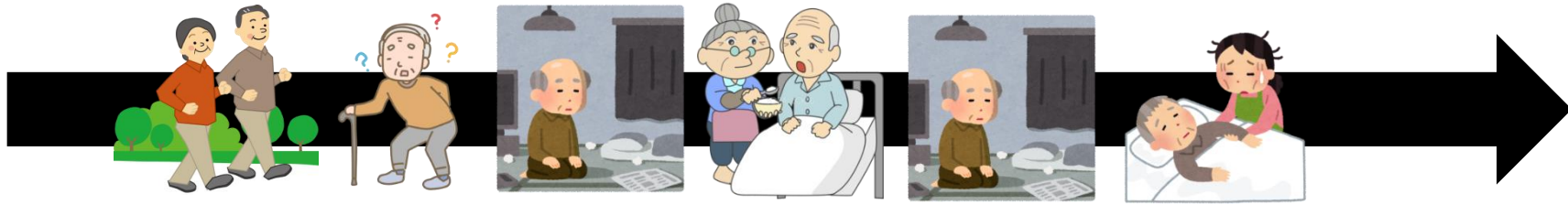


B

生活機能



A



科学的介護の導入



自立した生活の獲得により人として尊厳ある生活を取り戻す



健康

フレイル

健康寿命期間

不健康寿命期間の短縮 = 健康寿命の延伸

要介護

死

生活機能

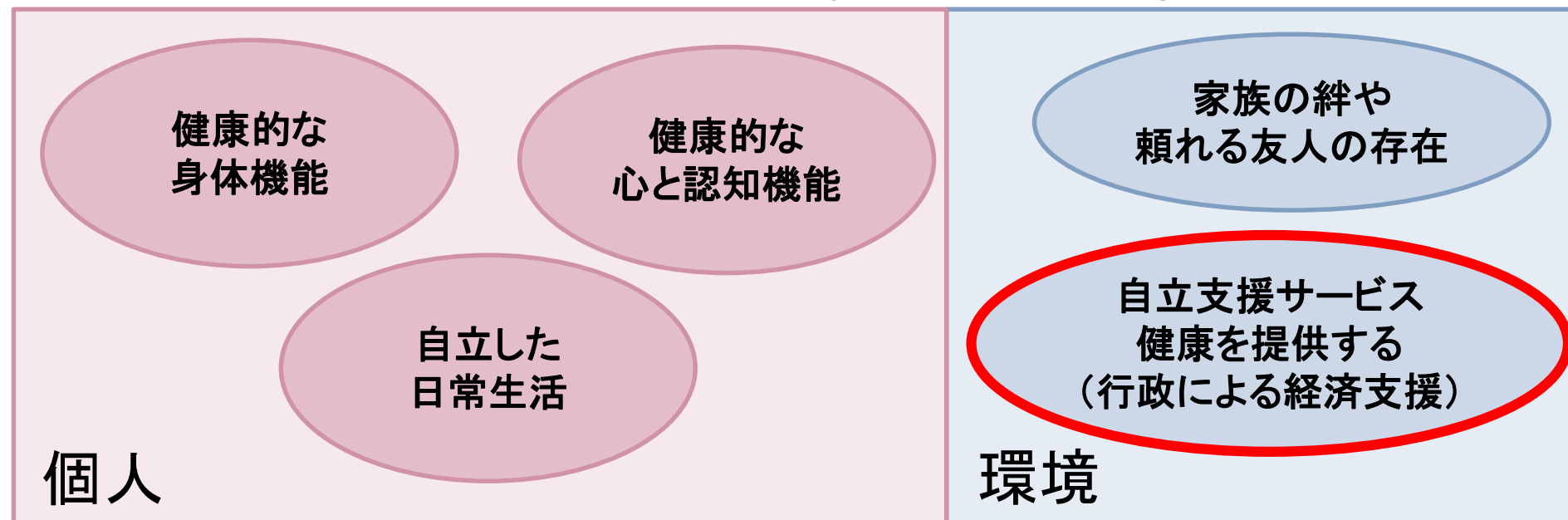
高齢社会において、高齢者の**自立支援**を促し機能維持・回復の取り組みを行なう事は、高齢者自身の生活の質の向上、健康寿命の延伸、尊厳の回復に繋がる“**基本的かつ、重要な取り組み**”。

高齢者だけでなく、家族や社会に与える影響も大きい

高齢者の健康における評価指標：WHO

The uses of epidemiology in the study of the elderly. Report of a WHO Scientific Group on the Epidemiology of Aging. *WHO Tech Rep Ser 706: 1-84, 1984*

Assessment of wellbeing



高齢者が自立できるような社会環境の整備が重要 ！

主たるテーマ

- 高齢化社会を迎えている先進国で、
 - ① なぜ尊厳を保持し、有する能力に応じて自立した日常を送ることができるようにする自立支援が大切なのか？
 - ② **自立支援**によって何が得られるのか
～**健康寿命**という概念を中心に～

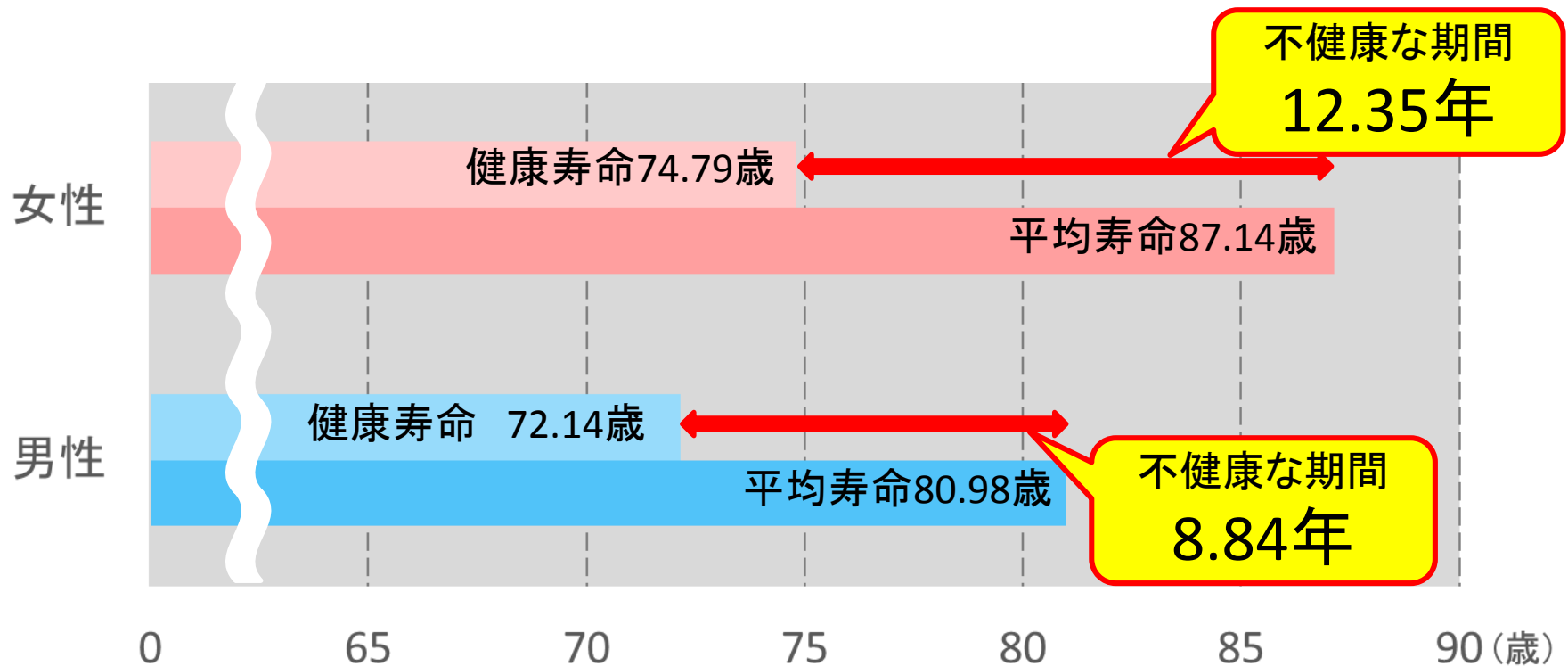
WHOは1984年に、「従来用いられている死亡率や罹患率は高齢者の健康指標として既に有用ではなく、むしろ生活機能こそが最も有用である」と報告。

➡ 高齢社会において、平均寿命といった“量”よりも、「如何に生活機能を保って長寿を全うできるか」という“質”が重要視され**健康寿命**という用語が用いられるようになった。

健康寿命の指標

- 1 主指標 「日常生活に制限のない期間」
- 2 副指標 「自分が健康であると自覚している期間」

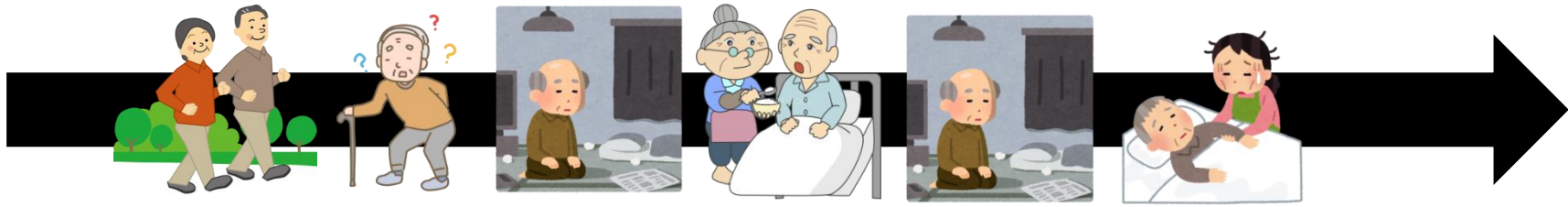
日本人の2016年における 「平均寿命」と「健康寿命」の関係



厚生労働省第11回健康日本21(第二次)推進専門委員会資料を参考に作成

**不健康寿命の期間を如何に短くするかが
高齢化社会の課題**

A



私たちのグループではより早期の段階で、
フレイルを発見し、健康寿命を伸ばす取
組みを行っている。



高齢社会を迎えた日本では、
生活機能が自立している段階のフレイル高齢者を早期に発見し、
生活機能が低下しない取り組みを行う事が求められ始めた。

まとめ

- ① 雇用することで身の回りの仕事を代行させることは別
(自立支援介護 ≠ 生活支援介護)
- ② 高齢社会では高齢者の自立を支援する**社会基盤構築**が重要。
- ③ 日本の介護サービス事業者は、高齢者の**自立支援**を“専門的にサポートする専門人材”によりサービス提供を行っている。
- ④ 高齢者の**自立**は、高齢者自身の生活の質の向上、健康寿命の延伸、尊厳の回復に繋がるだけでなく、家族にも社会にも有益。
- ⑤ 高齢社会対策として虚弱(フレイル)の段階から要介護に至らないような**早期からのフレイル対策**が近年重要とされている。