

介護保険は、介護保障・介護予防・ 介護保険料のバランスが 整って健全運営となる！

●株式会社ピーベリー代表取締役

児玉美幸



ある介護事業所の玄関を入り「こんにちは」と挨拶をすると、認知症の利用者が「今日は本物か！」と声をかけてくださいます。月1回90分間、体操指導をしているからです。他の日は、その事業所の介護職員が交代で行っているのですが、「本物」をわかってくださっています。他のデイサービスの事業所で、帰宅までの時間を体操でもやってもらおうと提案したところ、「時間潰しか」と言われたとの報告を耳にしました。必要と思つての提案ではあつたのでしょうか、「子供騙し」では効きません。これからの要介護者からは、さらに多様な価値観による支援が求められるでしょうし、またそうしたサービスを提供していかねばならないと思います。

改めて、介護保険制度の 理念を問い直す

そもそも介護保険の理念は何だったのでしょうか？ 誤解を招くかもしれませんが、私は介護申請した人だけが守られる仕組みではないかと感じています。介護保険制度は財源不足が否めず、「介護保険料の値上げ」が諮られています。高齢者の多くが年金で生活している現状では、年金で生活可能な範囲の保険料で運営するのが筋ではないかと思えます。となれば、いかに介護費用を抑制するかも検討しなければなりません。そこで、必要な給付を削るのではなく、「予防なくして介護保険の健全

運営なし」の視点こそが求められると思うのです。

ところが、その効果を実感できている人が少ないのか、予防はなかなか浸透せず、介護保険給付費は増大するばかりです。保険者が本気で効果の出る予防対策を講じるまで、住民は高くなっていく保険料を黙って払い続けることになるのでしょうか？ また、介護現場では、介護保険の理念である自立支援につながるような、効果の出る取り組みが本場にされているのでしょうか？ 安全楽しいは当たり前です。挑戦する・積み重ねていく変化する……、そんな現場になるには、職員が自分の人生を楽しんだり、挑戦していなければ提案できるはずがありません。自分が何かを

積み重ね、変化を実感した経験がなければ誘導できるはずがありません。

高齢者が要支援になる原因は

高齢者が要介護に至る要因を見ると、「関節疾患、高齢による虚弱、転倒・骨折」の割合が約4割です。これらはどれも予防・改善が可能だと思います。私たちの地域では、最近、「テーマ別教室」で、膝痛軽度認知障害・尿失禁対策の事業依頼が増えています。気がついた保険者が取り組み始めたのです。

私は、健康運動指導士です。健康運動の指導に際してよく紹介するものに、「ルーの法則」があります。ドイツの生物学者ルーが提唱したもので、「ヒトの器官や機能は適度に使えば発達し、使わなければ退化・萎縮する」という法則です。高齢になるということは、細胞が老化していくことです。「ルーの法則」に習えば、高齢期に生き活きと暮らすには、高齢になればなるほど運動が必要ということになります。ですが現状は、関節痛、歩行の不安定・困難が原因で要介護状態となっている方々に正

しい情報提供をせず、「痛い」と訴えるから動かさないと、疲れると訴えるから安静にする」など、目先の要望に応える支援・介護が多いのではないのでしょうか？

たとえば、「歩行が困難になってきました」との報告が上がったとします。この課題に対し、介護保険の理念に基づいてアセスメントのうえ、プランを立てるとすれば、筋力が衰えているのか？ 足の裏にたこや魚の目があり痛むのか？ 足指が機能していないのか？ 脳に何らかの病気があるからなのか？ など、自分の持ち合わせている情報から複数の原因をイメージし、自立支援につながるプランを提案することになります。

廃用症候群・関節痛については、正しくケアしながら負荷をかけていくことで、筋力は向上し、関節可動域の改善や痛みの軽減、もしくは改善につながり、生活の質の改善が期待できるのです。もちろん、すべての人が改善するわけではありませんが、そのエビデンス・方法について勉強習得して、より多くの正しい情報を提供し、「自立支援」につなげていただきたいと思います。介護現場で働く皆さんも、生活と仕事の両輪で忙しい毎日でしょうが、時間とお金を費やして勉強すれば、仕事に就いている時間の充実感がさらに増します。働く人が

充実していれば、支援・介護が必要な方々は、質の高い支援・介護を受けることができるようになります。結果、介護負担の軽減につながるのです。

介護予防に重点を置いた取り組みを

高齢者自身が、要介護の要因となる生活習慣を是正し、身体的にも社会的にも自立期間を長らえる努力をするのももちろん、介護保険の仕組みの中で働く私たちは、自立支援につながるような働き方をしなければならぬと思います。なかでも最も重要な役割を担わなければならないのが、保険者と地域包括支援センター（以下、包括）でしょう。

保険料は年金で生活可能な金額である。質の高い介護保障・在宅支援となる介護予防と生きがい作りが充実している。この2点に対して、保険者・包括には真剣に取り組んでいただかないと、介護保険の継続が困難になるのではないかと懸念しています。介護の現場で働く皆さんは優しさにあふれていますが、本当の優しさとは何なのか、もう一度考えていただければ幸いです。

● 次回は、「社会福祉法人七野会特別養護老人ホーム原谷こぶしの里」の鈴木健嗣氏からの提言です。