

# 適切な介護保険 サービスの利用に向けて

令和元年度 高齢者支援課 介護予防係

# 適切な介護保険サービスの 利用に向けて

介護保険は、介護を必要とする高齢者や家族の負担を社会全体で支え、介護が必要になっても住み慣れた地域で、できるだけ自立した生活を送って頂くための制度です。

## 介護保険法の制度理念



### 自立支援と重症化防止

介護保険法 第一条、第二条二項

介護保険は、介護（支援）等を必要とする人が、その有する能力に応じ自立した生活を送ることができるよう、要介護（要支援）状態の軽減と悪化の防止の為に必要な支援を行うことを目的としています。

### 努力と義務

介護保険法 第四条

国民は、自ら要介護状態になることを予防するため健康の保持増進に努めること、要介護状態となった場合においても、その能力の維持向上に努めることが求められています。

## 知ってほしい4つのポイント



- ① 介護保険制度は、利用者自身も努力をすることによって少しでも健康になり、その人なりの自立した生活を目指します
- ② 宮古島市民は、①の考え方の元に介護保険サービスを自ら選択し、自己決定することができます
- ③ 自分自身でできることが増え、役割を持つことは、本人・家族にとっても必ず喜びになると考えます
- ④ 介護保険サービスは状態に応じ、必要な時に必要な分だけ利用するものです

## 新たなリーフレットを 作成しました。

「今まで保険料払ってきたんだから自由にサービスを使う権利があるでしょ」

「使わなきゃ損」

「保険料を老後のためだと貯蓄して来たんだ」

...という住民の意識。

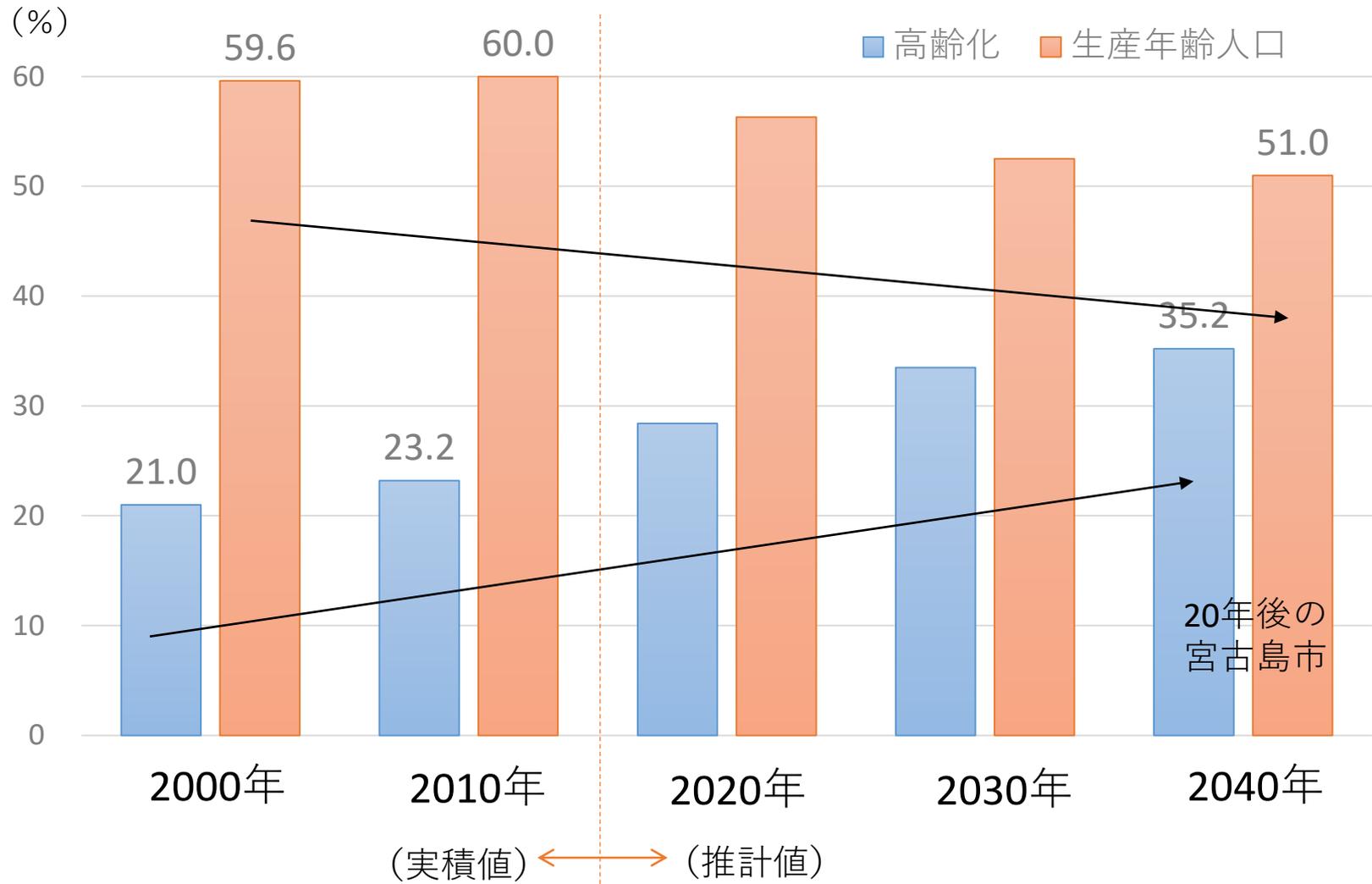
↓  
意識改革が必要

○介護保険申請時・利用時等の入り口のところで、しっかり介護理念を説明する必要がある。

○支援者も自立支援について意識の統合が必要である。

↓  
そこで、リーフレットを作りました

# 高齢化率と生産年齢人口割合の推移



○高齢化率の伸びから、今後介護が必要な高齢者は増えていくことが考えられる一方で、介護する側の人材が不足することが考えられます。

# 要介護認定率の状況

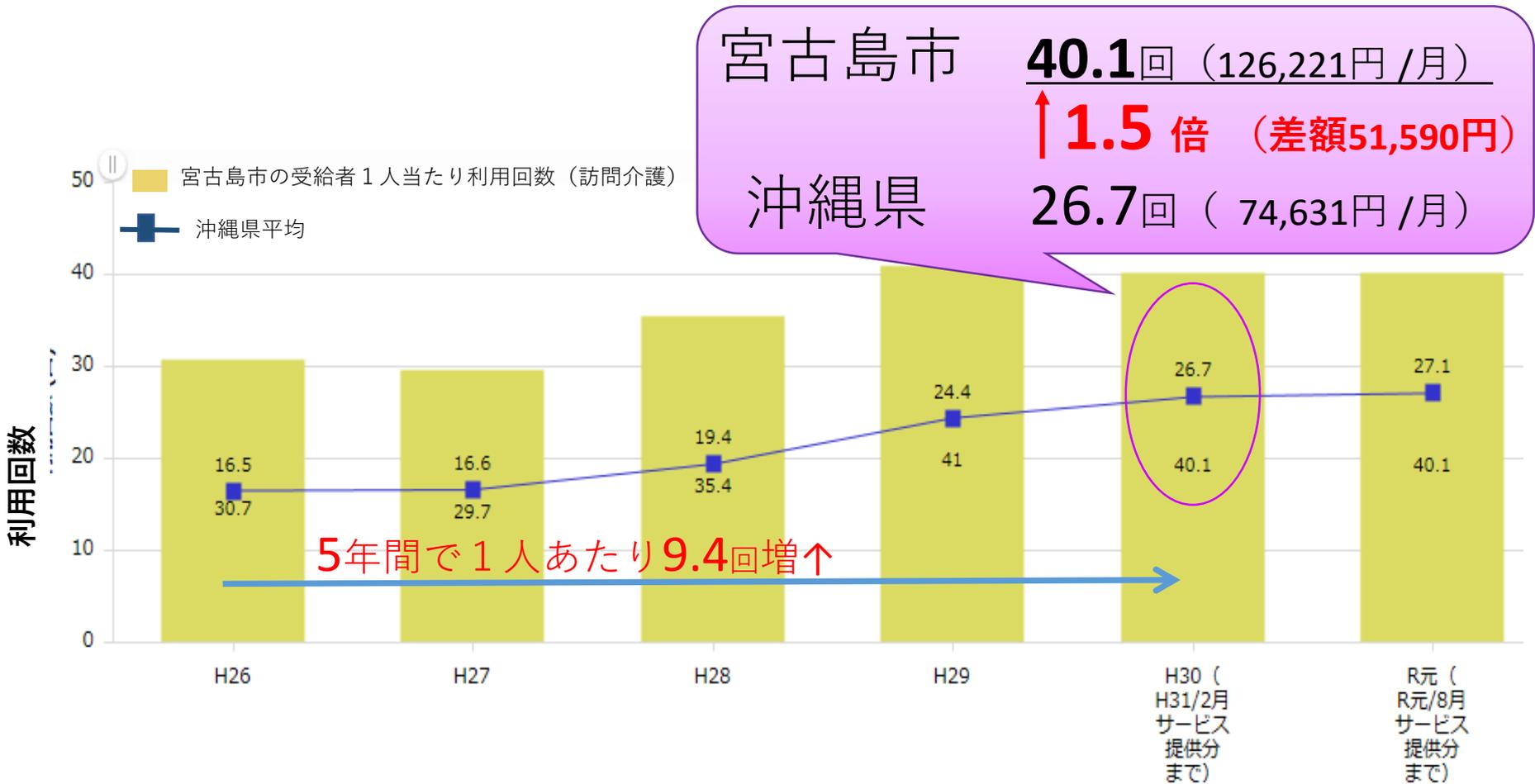
宮古島市の認定率（65歳以上の高齢者）国・県との比較



(参考) 厚生労働省「介護保険事業状況報告」年報、令和元年9月末時点

○重度要介護認定の割合が、国・県と比較しても高い状況にあります。

# 受給者 1 人当たり利用回数（訪問介護）



(参考) 厚生労働省「介護保険事業状況報告」年報、令和元年 9 月末時点

○高齢者の介護サービス利用状況についてみたところ、特に訪問介護の利用が県内でも突出して高い状況です。

# 宮古島市の高齢者を取り巻く現状

団塊の世代が75歳以上を迎える2040年にかけて、認定率も上昇してくることが考えられます。

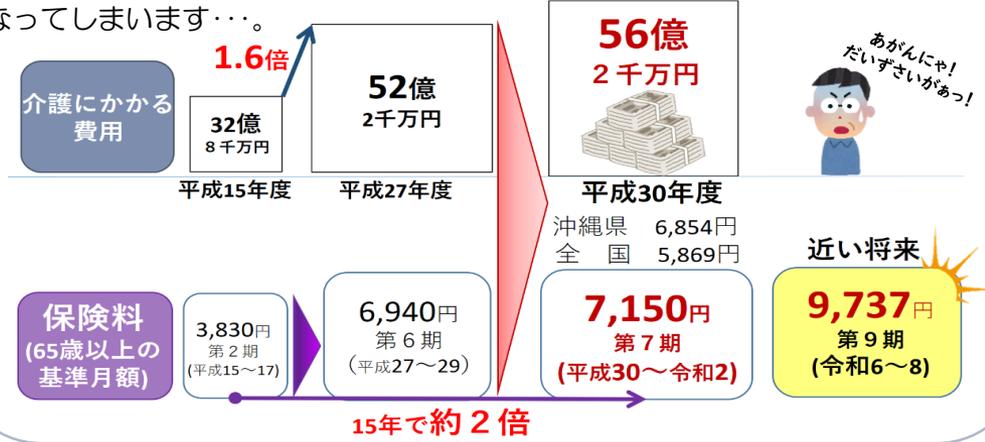
要介護認定率 (65歳以上)			
	全国	沖縄県	宮古島市
2019年	18.3%	17.8%	<b>20.3%</b>

宮古島市は介護を必要とする人が多いんです。

2019年3月末現在

## 介護保険は限られた財源です！

介護が必要な人が増えてしまうと、市民が払う介護保険料がどんどん高くなってしまいます…。

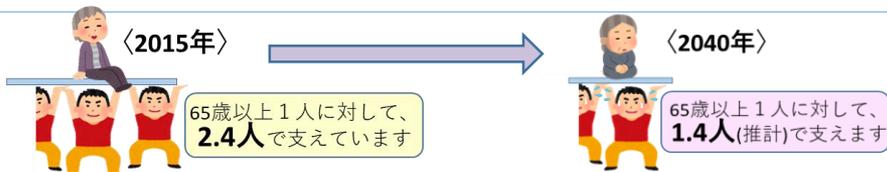
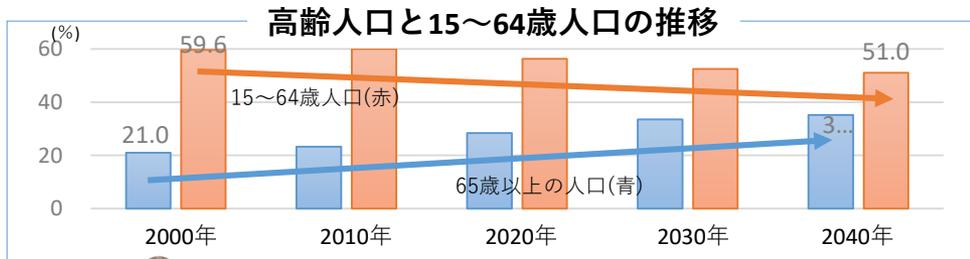


介護保険利用者本人はもちろん、利用者の家族も同席している場合には、

←「近い将来、あなた(家族を始めとする支援者)が払う保険料はこれだけ高くなってしまいうんですよ…」

## まさかよ!? 介護する人がいなくなる…

高齢者は増えていく一方で、支える世代は減っていきます。介護が必要になっても、介護が受けられない時が訪れてしまうかもしれません。



←「これから介護が必要になっても、介護が受けられない時が来てしまいますよ。」

と伝え、共に介護保険の適正な使い方について考えてもらって下さい。

自分のため みんなのために 大事に使おう介護保険

# 今後の宮古島市の介護保険をとりまく状況

## 高齢者数

11,394人

12,871人

高齢化率(23.6%)

沖縄県 19.7%  
全国 26.6%

13,828人

高齢化率(25.7%)

## 介護にかかる費用

1.6倍

32億  
8千万円

平成15年度

52億  
2千万円

平成27年度

56億  
2千万円



平成30年度

沖縄県 6,854円  
全国 5,869円

近い将来

## 保険料 (65歳以上の 基準月額)

3,830円  
第2期  
(平成15~17)

6,940円  
第6期  
(平成27~29)

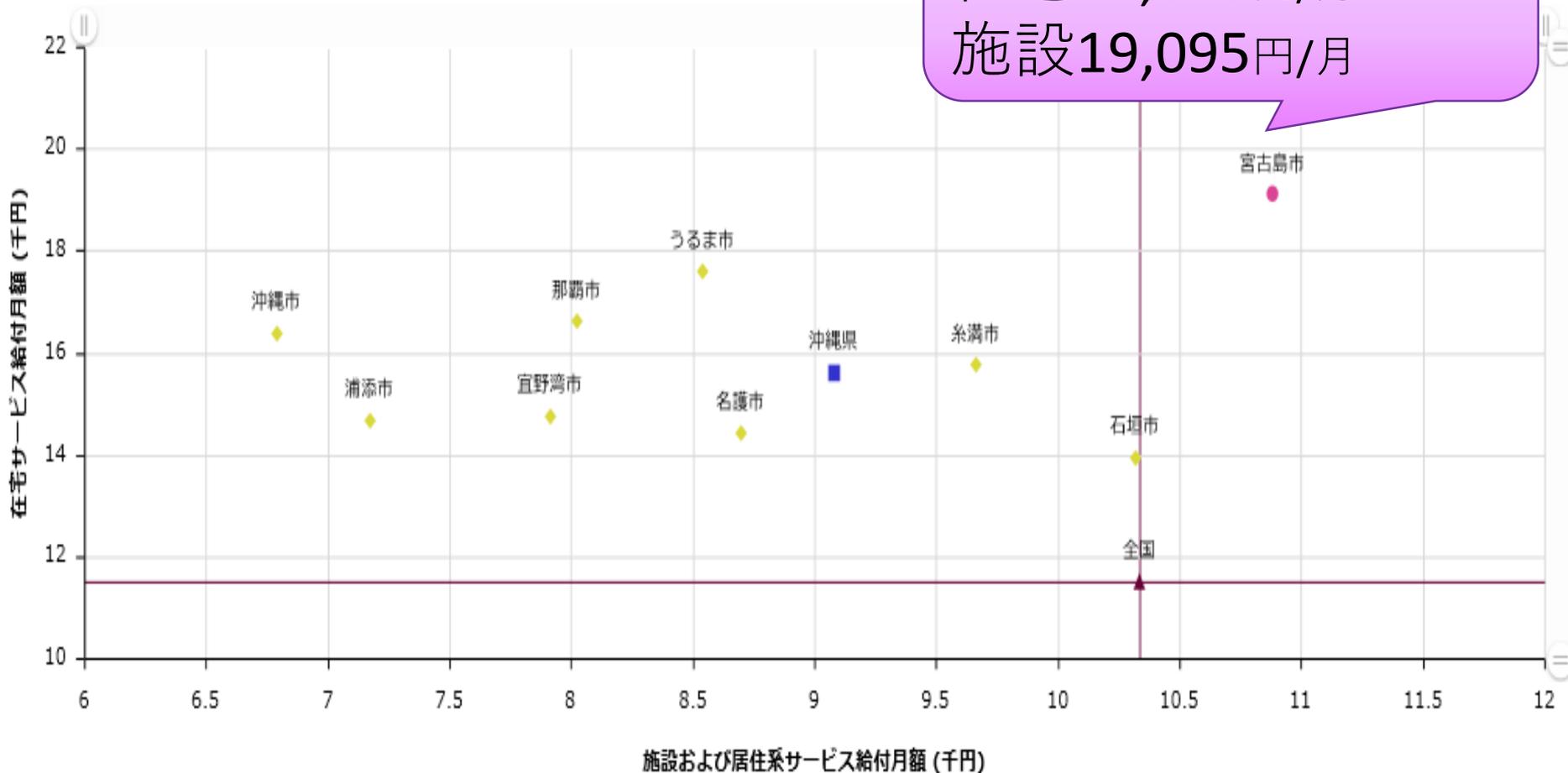
7,150円  
第7期  
(平成30~令和2)

9,737円  
第9期  
(令和6~8)

15年で約2倍

# 1人あたりの保険給付月額 (65歳以上)

一人あたりに換算すると、  
在宅**10,885**円/月  
施設**19,095**円/月



(参考) 厚生労働省「介護保険事業状況報告」年報、令和元年時点

## 自立支援の実践例～Sさんの場合～

一人暮らしのSさんは、自宅で転倒し足を骨折。病院で手術を受けました。手術は成功しリハビリを受けて1か月で歩けるようになりましたが、一人で外出することが難しくなりました。



そこで介護保険サービスを利用することにしました…

### ①自立に近づいた例



少しずつ家事を続けながら、転倒の不安がある買い物だけは、ヘルパーさんから同行の支援を受け、無理しない範囲で外出しました。



その結果、長い距離を歩けるようになり、また一人で買い物に行けるようになりました。

### ②自立が遠ざかった例



ヘルパーさんに買い物や自宅での食事の支援など困りごとを何でもお願いすることにしました。



外出の機会が減ったり、活動の範囲が狭まり、全身の機能が衰えて状態が悪化しました。



あなたはどちらの暮らし方を選びますか？



同じ介護保険サービスによる支援であっても、実践例のように支援方法によって支援後の利用者の状態に大きな差が生じます。

骨折後の要介護認定者の多くは回復する可能性が高いと言われています。また軽度認定者（要支援1～要介護1）の場合、栄養不足や嚥む・飲み込む力の低下活動量が減ることによる筋力の低下などが原因で要介護状態となっています。

Sさんのように骨折や全身の機能の衰えが原因で介護認定を受けた方の自立支援には、①の例のような方法が非常に有効です。

今後、自立支援・介護予防を推進していく上で欠かせない視点であると言えます。

元気になったら通いの場へ！

宮古島市には介護保険以外にもこんな通いの場があります

サロン

生き生き教室

百歳体操

グランドゴルフ

老人クラブ

長寿大学

趣味サークル

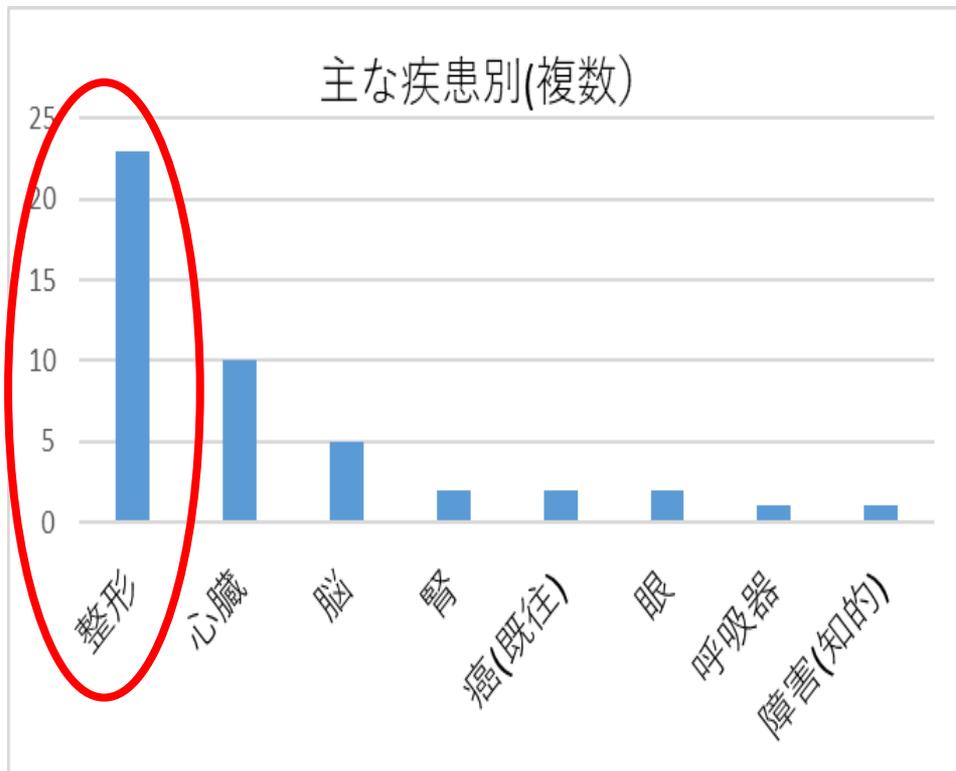


転倒・骨折を経験した後に、どのような介護保険サービスの使い方をしたかを、パターン①と②で示しました。**利用者へ問いかけてみてください。**

骨折後の要介護認定者の多くは、回復する可能性が高いという評価があります。さらに、軽度認定者の場合、生活不活発による廃用症候群が原因で要介護認定を受けています。（→スライド9参考）

介護保険の理念のもと、できない所を支援していく、というサービスの適正利用が要介護状態を回避する打開策になるということを知って欲しいと思っています。

# 要介護から要支援となった事例 (疾患別)



(参考) 宮古島市高齢者支援課 令和元年度地域ケア会議事例分析より

○骨折後の要介護認定者の多くは、回復する可能性が高いという評価が得られます。

**重症化予防**とは、病気になってしまった人、体の動きが衰え始めてしまった人に対し、関係機関が連携して、適切なリハビリや治療の方針を共有することで、「寝たきり」などの重症化を防ぐことです。

### 維持例

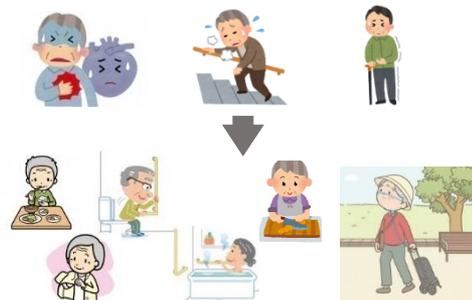
がんや難病などの疾患で思うように動くことができなかつた方が、看護師、リハビリ、ヘルパー、福祉用具等を活用することで…



家族と過ごす時間が増えたり、本人の趣味の再開につなげることができます

### 改善例

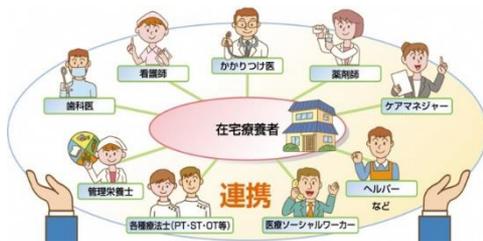
心疾患や呼吸器疾患、脳血管疾患の後遺症により障害が残存した方が、通所介護・リハビリ、福祉機器などのサービスを利用することで…



身辺動作が自立したり、一人で外出ができるようになる場合があります。

病気や障害を抱える方が、以前のように生活したいと希望した時に「そんな事無理ですから寝て下さい」と本人の役割や活動を制限してしまうと、運動機能も認知機能もあつという間に衰え、必要な介護のレベルも、金銭的な負担も急速に増大してしまいます。

本人が望む生活をあきらめるのではなく、家族や友人の協力を得ながら適切な支援やサービスを利用することで、その人らしい自立した生活を支援します。重症化予防とは、そのような取り組みです。



持病を抱えていても、がんや難病などの疾患で思うように動けない方も、

**本人が望む生活をあきらめるのではなく、  
家族・友人の協力を得ながら  
適切な支援やサービスを利用することで、  
その人らしい生活を支えるもの  
です。**



## 重症化予防

ぜひ、本人の想いを傾聴し、その人らしい生活を支えるために必要な支援とは何かを、家族や支援者が皆で考えて欲しいです。

高齢者の支援 についての お問い合わせ は	宮古島市高齢者支援課 73-1979 (介護予防係) 地域包括支援センターひらら 75-0656 地域包括支援センターみやこ 79-0811
--------------------------------	--