

元気に住み慣れた地域で生活していくために

問合せ／長寿応援課 内線2423

高齢になっても住み慣れた地域で安心して暮らしていくために、住まい・医療・介護・予防・生活支援が切れ目なく提供される「地域包括ケアシステム」の構築のためのまちづくりが求められています。この取組の一環として、保健医療・福祉の専門職などの関係者による、要介護認定者などへの適切な支援を図るため、自立支援型地域ケア会議を行っています。志木市では、要介護認定者などの自立を目指し、多職種が協働して実施するチームケアによる自立支援を促進していきます。

介護サービスを上手に利用して自分らしく暮らしましょう

介護サービスの上手な利用とは？～志木花子さんの例～

志木花子(79歳、女性)さんは、自宅で転倒して足を骨折し、2か月ほど安静にしていました。その結果、骨折は完治しましたが、安静にしていたことにより筋力が衰えたため、一人で歩いて外出できず、買い物に行けなくなりました。



花子さんは、また一人で買い物に行けるように、介護ヘルパーから買物にいっしょに行く支援を受けました。

買物以外の自分でできること(食事の準備や掃除)はヘルパーに頼まずに自分で行い、機能訓練やリハビリを積極的にがんばりました。



その結果、再び長い距離を歩けるようになりました。以前のように一人で買物に行き、近くに住む孫にも会いに行っています。また、地域で行う、いろは百歳体操*にも参加し、以前よりも元気になって生活しています。

*いろは百歳体操とは、地域住民の皆さんによる自主グループが行っている体操で、現在16か所の通いの場が立ち上がっています。



💡 チョコッとがんばることが秘訣です!!

介護サービスは必要な分のみ利用し、自分の能力の維持、向上に努め、できることは自分でやることが、元気に住み慣れた自宅で生活を続けることにつながります。

自立した生活を長く続けられるよう後押しします

上の例では、元気になるために、自分でできることは自分でやろうと考えて行動した花子さんが、80歳となる1年後、またその先にも、自分らしい生活を続けていることが想像できます。

市では、自立した生活を長く続けられるように、「地域ケア会議」を通して市民の皆さんの「自分でやる」という気持ちを後押しします。

地域ケア会議とは？

介護サービスを利用する際にケアマネージャーが作成するケアプラン(どのようなサービスを利用するかの計画)を検討する場です。専門的知識を持つ医師、理学療法士、作業療法士、薬剤師、管理栄養士などが参加し、専門的な見地からプランにアドバイスをします。

地域ケア会議では、花子さんのようなケアプランを目指し、高齢者が自分らしく、自立した生活を送れるようになるためには、どのようなサービスが必要かを検討します。また、必要だけど不足しているサービスや対象者が抱える問題などを見つけることも目的の一つです。

さらに、こうした検討を積み上げていく中で見つかる地域の課題を改善することにより、安心して暮らせる地域づくりにつながっていきます。



◀ 地域ケア会議の様子