

**E分科会**

**保健・医療・教育・司法分野等との  
連携と社会福祉士**

# 保健・福祉の連携による後期高齢者の 効果的な介護予防事業の実践

特定非営利活動法人（NPO）ゆうらいふ 山 田 登喜子  
共同研究者 NPO法人ゆうらいふ所属；訪問健康指導員（看護婦・ケアマネージャー） 小 野 美 喜 子  
同 齋 藤 計 子

## はじめに

後期高齢者人口の増加に伴う老人医療費・介護保険費の増加は社会保障制度の根幹を揺るがす問題にもなっている。平成12年度から実施される「ゴールドプラン21」の最大のテーマは、後期高齢者の介護予防・健康づくり・生きがい活動支援である。「元気で長生きしたい」と誰もが願っているが、そのための社会整備・社会サービスが充実していないために「長生きすることの生活不安」が増しているのが現状である。

そこで平成11年度当NPO法人で助成金を得て、社会福祉士・保健婦・看護婦・健康推進ヘルパーとの連携により在宅の後期高齢者の健康づくり・介護予防事業の実践を行う機会を得られたので、その成果を実践事例等を踏まえて検証し、下記項目にまとめた。今後、長寿があたりまえとなる社会においては、後期高齢者の健康づくり・介護予防事業の効果的実践は、保健・医療・福祉関係者が連携して取り組むべき課題であると認識している。

## 1. 在宅の後期高齢者（75歳以上）のおかれている現状と課題

- ①老化による身体的・精神的機能低下が起こる。
  - ・何らかの生活習慣病を持っている。
  - ・下肢の筋力が低下する。
  - ・骨折しやすい。
  - ・入退院をくり返す。
- ②社会活動の行動範囲が狭くなる。
  - ・配偶者・友人等の死への遭遇。
  - ・自信の喪失＝できていたことができなくなる  
生活力の低下
  - ・仕事のための社会参加がなくなる。
  - ・社会の役割（老人会・町内会等）もなくなっていく。
  - ・新たな趣味はつくりにくい。
- ③今後の生活の継続に対する不安の増大；後期高齢者の生活する社会整備も不備である。

「閉じこもり症候群」の発症

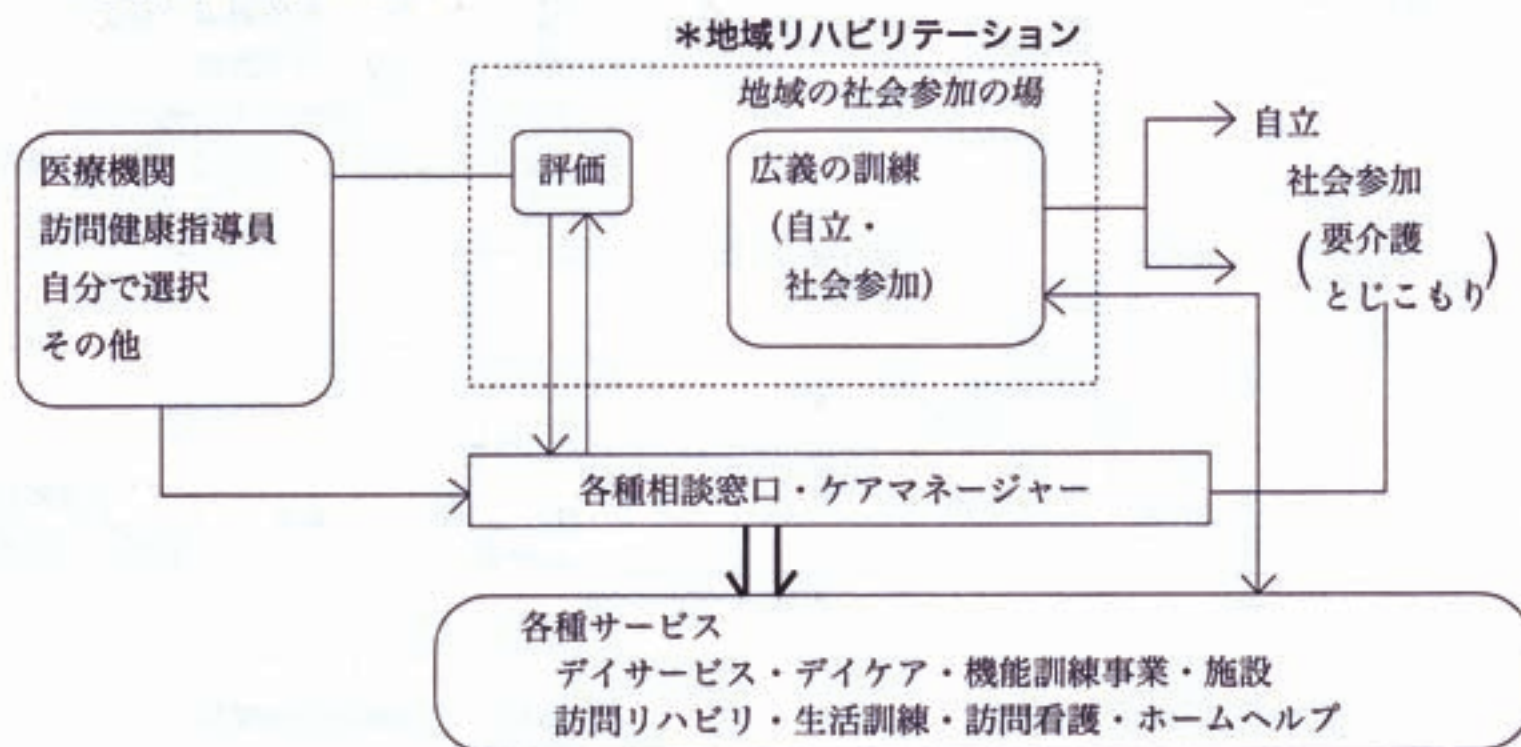
## 2. 高齢者の生活習慣病に対する訪問指導の実践

- ・パンフレットの活用
  - 1) 加齢に伴う身体状況の変化（老いるということ）
  - 2) 高齢者の薬の作用・副作用
  - 3) 歩くことの効用（歩く歩く）
  - 4) 生活習慣病（糖尿病・高血圧・高脂血症等）8種類のパンフレット作成  
12種類ほどのパンフレットの活用による訪問。



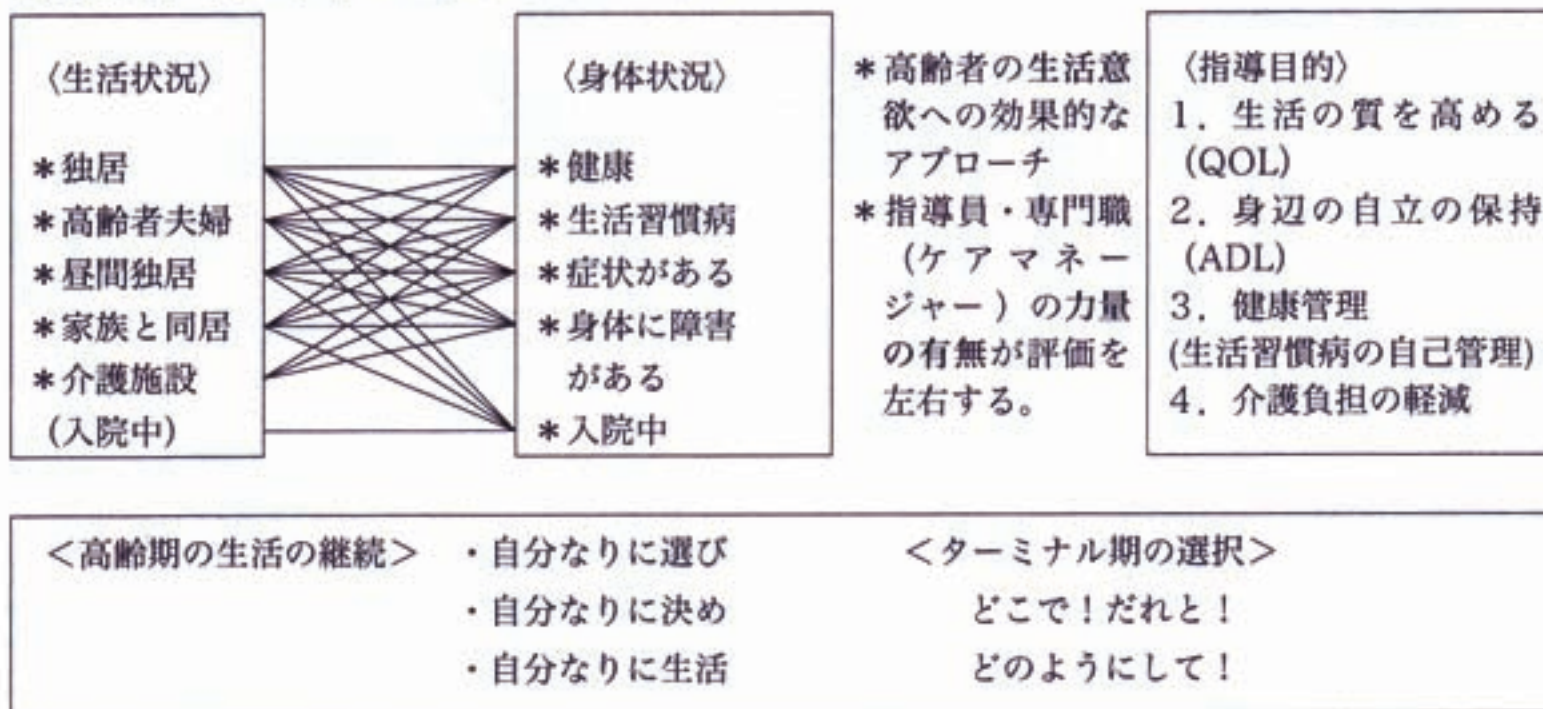
### 3. 高齢者の「閉じこもり症候群」に対するアプローチ

- ・高齢者の暮らす地域の社会資源の活用
- ・地域の保健婦・老人福祉サービスとの連携
- ・右脳（楽しみ事）リハビリの活用
- ・地域の社会資源の活用



### 4. 実践に対する評価・今後の課題

1) 高齢者の生活の質（QOL）を高め、日常生活動作（ADL）の拡大を計るためのアプローチ  
 <高齢期のライフスタイルにあったアプローチ>



2) 高齢者の健康意識を高め健康な生活に対するセルフコントロール能力を高める。

- ①老人健診・健康手帳の活用
- ②適正な医療受診；医者に上手にかかる
- ③薬の作用を良く知って服用する；上手に処方箋薬局の薬剤師を活用する
- ④後期高齢期を迎えても進んで外出する；家の中に籠もらない

3) 高齢期の生活自立の確立

「人は必ず死ぬ」；死までのライフプランニングを語り合える専門職になる  
 その人らしい死に方！生き方！の受容ができる専門職

4) ターミナル期の支援

専門職として本人・家族との信頼関係を深めることにより、予測される不安に応えられる専門知識・能力を身に付けていく



参考 ゴールドプラン21の施策の概要図

