

いつまでも 明るい生活を送るために ～支え合いの地域づくり～

年齢を重ねるにつれて、「今まではできていたことが難しくなってきた」など、日常生活におけるちょっとした困り事を抱え、日常生活での手助けが必要とすることが多くなっていくものです。

ヘルパーやデイサービスなど、市内で受けることができる介護サービスもありますが、高齢化や人口減少が進む国内において、今後、求められるサービス全てを介護保険制度で支えることは難しいと言われています。

住み慣れた地域で、可能な限りいつまでも自分らしく暮らし続けるためには、『支え合いの地域』が求められています。

地域の支え合い

『2025年問題』という言葉が聞かれたことはありませんか。

全国的に高齢化と人口減少が進む中、戦後の第一次ベビーブームのときに生まれた、いわゆる『団塊の世代』が75歳に達する2025（令和7）年に表面化するであろう、医療や介護といった社会保障費の急増などの問題のことです。

高齢者の増加に合わせて、医療や介護の需要も高まってくるのが予想されますが、進展する高齢化により、医療や介護に従事する職員の不足も危惧されています。

そこで、市は、『地域包括ケアシステム』の構築を推進しています。

『地域包括ケアシステム』は、介護が必要な状態になっても、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される体制のことで、『自助』、『互助』、『共助』、『公助』という4つの『助』を連携させることが重要となります。

今後、高齢化が進み、『共助』、『公助』が必要ではないものの、日常生活のちょっとした困り事を抱える方が増えていく近い将来においては、市民の皆さんが主体的に行う『自助』、『互助』の重要性が増してきます。



地域包括ケアシステムに必要な4つの『助』

自助

自分自身で健康維持のために運動したり、検診を受けたりして、自発的に生活課題を解決するために行動する

互助

生活支援・見守り活動・ボランティアなどの地域住民が主体となって互いに助け合い、支え合う仕組み

共助

介護保険・医療・年金・社会保障制度などの被保険者の負担で成立している制度化された相互扶助

公助

自助、互助、共助では対応できない部分を補う行政サービス（生活保護や人権擁護などの制度）

自宅などで、可能な限り生活を続けるために、地域の皆さんと互いに助け合い、生活の中で生じるさまざまな課題を解決していく。また、介護が必要となる前から、介護予防に取り組み、健康で自立した生活を送れる期間を可能な限り長くしていくことなどによって、地域包括ケアシステムが、効果的に機能していくのです。