

特集

地域包括ケアシステムの構築

専門職だけでは解決しない！
カギは、「地域づくり」

高齢社会を迎え、「暮らしを支える医療と介護」、この両方が揃わなければ、最期まで住み慣れた場所で、自分らしく暮らし続けることが難しい時代です。「にしのわ」は、医療職や介護職が、良好な連携関係を築き市民の暮らしを支えられるよう、「連携の課題」の解決に向けてお手伝いいたします。

在宅療養連携支援センター「にしのわ」センター長

古澤 香織

地域と協働する「フレイル予防」「食支援」の取り組み

でである簡単運動講座」、栄養士による「口ハレーニ食材を使った栄養講座」、薬剤師による「お薬講座」、歯科衛生士による「口腔機能改善講座」等です。

「西東京市在宅療養連携支援センターにしのわ」は、在宅医療・介護連携推進事業の1つである、「在宅療養・介護連携に関する相談支援」の取り組みとして、専門職からの相談を受けています。

西東京市における、「にしのわ」の役割（図1）は、①在宅療養者に関する専門職からの相談を共に解決することで、②相談からみえる医療介護連携の課題を抽出すること、③

携の課題を抽出することと、
医療や介護の専門職の連携を
サポートすることです。

役割②から、特に課題と感
じていることは、「本人の意
向が確認できていない」、「本
人の意向や状態に応じた受け
皿が少ない」などが挙げられ
ますが、「医療・介護サービ
スだけでは解決しない問題が
ある」ことも専門職の相談か
らみえる大きな課題と捉えて
います。

「どんな状態になつても、住
み慣れた場所で、できるだけ



図1 西東京市在宅療養連携支援センター「にしのわ」の役割



図2 西東京市版
「フレイル予防」の取り組み

「長い住み続けることができる体制をつくる」、「これを「地域包括ケアシステムの構築」と呼びます。

本人とその住まいを中心
に、医療や介護、介護予防・
生活支援の取り組み等が、一
体的に提供できる体制を目指
していますが、その目標を達
成するためには、課題に挙げ
たように、単純に医療や介護
サービスの資源が増えるだけ
では実現できません。地域の全
わせること、また地域住民を
含めたインフォーマルなサー
ビスを活用すること、そして
介護予防の取り組みで、健康
な状態をなるべく維持するこ
となども必要です。

西東京市の「地域づくり」の大大きな取り組みの一つに「フレイル予防事業」(図2)があります。「地域づくり」と言葉で表現するのは簡単ですが、道のりは険しく、完成形もありません。しかし、少しずつ進んでいます。今回は、西東京市で取り組み始めた専門職・地域住民も含めた「地域づくり」について紹介します。

試行錯誤の末、現在では、自主団体含め市内10カ所で

実施・運営に携わり、市民への啓発活動を行うことで、「エアシニアの活躍の場づくり」にもなっており、今では、「「フレイルサポーター」は、110人を超えて、60代～80代までの元気シニアが、生き生きと活躍しています。

フレイル予防には、「運動栄養・社会参加」が重要とされていますが、その理解のために、さまざまな専門職がそれぞれの専門分野でフレイル予防のミニ講座を行っています。

柔道整復師による、「家庭

ケアマネジャー・介護職は、「栄養」について、とても重要なものであり、必要量を摂取させたいと理解しているものの、どこに問題点があり、どのように介入すべきかわからないという課題がありました。

そこで、食環境全体を本人の状態や生活等の多角的視点で評価することができ、『食支援チェックシート』を作成し、ケアマネジャーに記入してもらうことから始めました。

チェックシートに記入して

東京市の「地域づくり」の取り組みの1つに「フレイル予防事業」(図2)があります。「フレイル予防」といは葉は、今でこそ一般的に及していますが、西東京市は2017年12月に、都内初めて東京大学と協定を結び、「フレイル予防」に乗り出しました。

試行錯誤の末、現在では、市団体含め市内10カ所で、初めて東京大学と協定を結び、「フレイル予防」に乗り出しました。

また、元気シニアが、「フレイルサポーター」となり、専門職のフレイルトレーナーと共に、フレイルチェックの実施・運営に携わり、市民へ定期的にフレイルチェックを実施するまでとなっていきます。「フレイルチェック」を定期的に受けることで、市民自らが、予防の意識を高め自分事化から行動変容に導く効果が期待されます。

「地域づくり」の取り組みの1つではないかと思います。次に、モデル事業として取り組みを始めた「食支援体制の構築」(図3)です。フレイル予防にもあるように、高齢者の介護予防・重度化防止を考える上で、「栄養」はとても重要な位置を占めています。身近に接している専門職、特に生活の支援をしている、ケアマネジャー・介護職は、

そこで、食環境全体を本
人の状態や生活等の多角的
視点で評価することができ
る、「食支援チェックシート」
を作成し、ケアマネジャー
に記入してもらうことから
始めました。

