

あなたはどんなことに取り組めますか



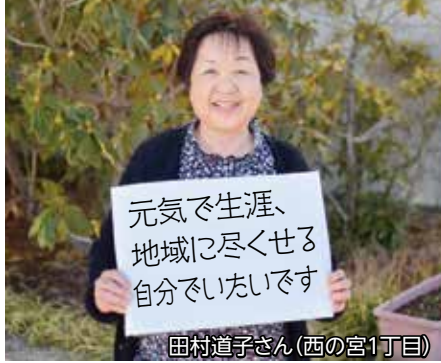
上野紀子さん(西の宮2丁目)



長岡伸さん(田野町)

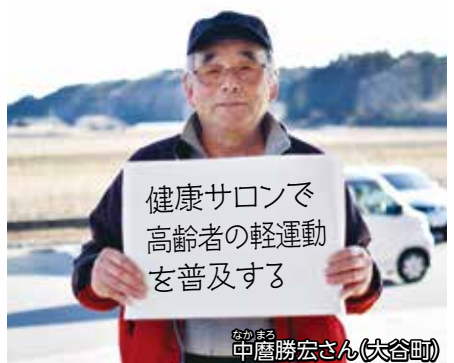


三條安子さん(岡下町)



田村道子さん(西の宮1丁目)

\\みんなでつくる\\ 地域包括 ケアシステム



中麿勝宏さん(大谷町)



小林輝さん(西の宮1丁目)



高橋春子さん(田野町)



菊地重栄さん(田野町)

写真協力：城山地区コミュニティ協議会健康・福祉部会の皆さん

人口減少、少子・高齢化が進む中、本市では、高齢者の皆さんが住み慣れた地域で、安心して暮らし続けることができるよう「地域包括ケアシステム」を構築していきます。宇都宮を将来に渡って魅力あるまちにしていくなめには、市民の皆さんの力が 必要です。

ますます 高齢化は進みます

これから先、高齢者人口は増加し、2025年には、75歳以上の人は2015年の1.5倍に増加することが見込まれています。

また、高齢者の6割以上は、在宅で最期を迎えることを希望していますが、実際に在宅で最期を迎えられる人は2割しかないのが現状です。

さらに、高齢者の6人に1人はひとり暮らし。今後とも増加することが見込まれています。

人口が減少する時代に、今まで以上に、将来を見据えた具体的な取り組みが重要になってきます。

地域包括ケアシステムが 未来の宇都宮を支えます

そんな中、本市では「地域包括ケアシステム」の構築を進めています。

地域包括ケアシステムとは、「医療」「介護」「介護予防」「住まい」「生活支援」、さらに本市独自に「医療・介護連携」「認知症対策」を加えた7分野を包括的に確保・提供できる仕組みです(左上の図)。

こんな未来を 目指していきます

地域包括ケアシステムを構築し、本市が目指す未来の姿は次の通りです。

▽在宅での看取りも含めた医療・介護の専門的な支援

Q そもそも地域包括ケアシステムって、何?

質問

\\ザックリ言うと\\

A 答え

「医療」「介護」「生活支援」などの分野が連携して、包括的に高齢者の暮らしを支える仕組みです。

この仕組みの構築には行政だけでなく、皆さん一人ひとりの協力が欠かせません。



高齢福祉課 主任主事 山口 健太

医療

医療・介護
連携

介護

生活支援

地域包括
ケアシステム

認知症
対策

介護予防

住まい

一人ひとりが取り組めることって何だろう



壮年期～高齢期(元気高齢者)

▽公共交通などを利用しながら、積極的な外出や友人との交流、趣味活動など、生きがいのある活動的な生活を心掛ける。
▽健康づくりや介護予防の知識を身に付け、地域の介護予防活動などに積極的に参加する。
▽地域の困りごとを「我が事」と捉え、経験や得意分野を生かしながら、地域のさまざまな支え合い活動の「担い手」となる。

高齢期(介護が必要)

▽入院から在宅医療・介護サービスまでさまざまな支援を受け、希望に沿った在宅生活を送る。
▽延命治療に関する意思を表すリビング・ウィルカードをつくり、家族などと共有する。
▽認知症の相談窓口や交流の場、専門職による支援、地域での支え合いなどの資源・サービスを把握し、活用する。

もっと詳しく

ネットワーク型コンパクトシティ(NCC)との連携



NCCとは、本市が目指すまちの姿。中心部や身近な地域拠点に都市機能を集約して利便性や魅力を高め、さらに、公共交通を充実させることで、誰もが移動しやすく暮らしやすいまちに変えていきます。

地域包括ケアシステムの構築に当たっても、身近で通いやすい地域に、さまざまな相談を受け付ける地域包括支援センターをはじめ、「介護予防」「生活支援」「医療」「介護」など、必要となるサービスや資源の確保を進めます。

これらの取り組みにより、自分の住み慣れた地域で安心して暮らすことができる体制を目指します。

また、高齢者がますます増加し、若い世代が減少し

皆さん一人ひとりの
取り組みが大切です

体制の構築。
▽市民一人ひとりが健康で長生きすること(健康寿命の延伸)。
▽地域の支え合い活動の維持・充実。
▽公共交通の再編など移動しやすい便利な生活環境の整備(左の図)。
▽地域共生社会の実現に向けた包括的な支援体制づくり。

ていく中では、高齢者自身も含めた市民の皆さん一人ひとりの取り組みも欠かせません。
元気なうちは、健康で生きがいのある生活を送り、さらには、地域の担い手として、力を発揮することが期待されます。また、介護が必要となる時に備え、自分が受けたい支援やサービスについて、家族などと話し合い、理解を深めるとともに、介護が必要になった際には、これらを活用しながら自分らしい自立した生活を送ることが大切です。

◎この特集についての問い合わせは、高齢福祉課 ☎(632)5328へ。