

## 地域包括ケアネットワーク No.18

## 真庭市における地域ケアネットワーク

真庭市医師会 作本修一

真庭市医師会では平成19年に認知症を切り口とした地域ケアネットワークの構築を他職種に呼びかけた。現在、認知症キャラバンメイトは324名、認知症サポーターは8,913名(人口の18.5%)となって各々の地域で活動している。特に3年前から取り組んできている「認知症予防教室」は参加者に認知症予防のためには糖尿病、高血圧症など生活習慣病を予防、改善することが重要であり、さらには生活習慣、たとえば閉じこもりをやめるとか、有酸素運動をすることで予防効果のあることなどを伝えてきた。予防教室の利用前後のチェックでは確かにその活動の成果は認められる。

また昨年度には岡大脳神経内科の協力で認知症予防に重点をおいた体操「げんき輝きエクササイズ」を作成し、現在普及啓発を行っている。このエクササイズは地元の「まにわいきいきテレビ」でも4月から毎日10時、14時、20時と3回放送されており自宅でも手軽にこのエクササイズを試みることが出来るようになった。

また同時に始めた誤嚥性肺炎予防を目的とした口腔ケアの活動も成果を上げてきている。この活動は真庭市の死亡原因の第2位が肺炎であることから、この改善のために歯科医師、理学療法士、栄養士など14職種が参加する「医師、多職種懇談会」で独自に「口腔ケアチェックシート」を作成し取り組んできた。さらに真庭市の特徴としては専門職だけでなく社会福祉協議会、愛育委員、家族会、行政等もこの活動に参加していることであろう。そしてこれらの活動を通じて各職種、各地域にキーパーソンとなられる方も育ってきている。今年度にはより地域に近い形で運動を進めることを目標として、各振興局単位に「地域ケア会議」が発足し、活動を始めてきている。

このような認知症予防、肺炎予防など様々な取り組みにより結果として医療費の減額も生まれてきている。しかしこれは住民が危機意識を持つことにより地域全体で病気を予防できる街づくり、皆が健康で住み続けることのできる地域づくりをしたいと考え「思いは一つ」を合言葉にして頑張ってきたためであろう。地域にはどうにかならないかという課題が、例えば必要な人員確保、ベッド数、病院、施設の内容充実など数え上げればきりが無いほど存在している。皆が頑張った結果、これらの課題に少しでも光が見えるならばこの活動がさらに広がることも期待できるであろう。しかし「役にたった」「喜んでもらった」などの自己満足だけで、頑張っても頑張っても厳しい未来しか見えてこなかったらこの運動の継続は極めて困難になると考えられる。

まさに真庭市が行っている活動は国の呼び掛けとは考え方も質も根本的に異なるものであると感じられる。地域包括ケア体制、多職種連携、情報共有などいかにも正当性があることだと声かけされても、衣の下に胴喝にも似た鎧が感じられるならば、現在色々な地域でなかなか組織の立ち上がりが進まないのも理解できると思う。私の勘違いでしょうか？