

5

主題

自立した生活を目指すために

副題

高齢者の困りごとを解消する取り組み

キーワード1 自立

キーワード2 共助

研究期間

7ヶ月

法人名

社会福祉法人 三育ライフ

事業所名

東久留米市中部地域包括支援センター

発表者 : 小森 夫佐江

アドバイザー: なし

共同研究者 : 柿木 加枝 中野成子

電話

042-470-8187

FAX

042-470-8188

今回発表の  
事業所や  
サービスの  
紹介

東久留米市の中部地区の地域包括支援センターで、65歳以上の高齢者の相談窓口として機能しています。介護保険制度等の制度上の支援の他、介護予防事業、地域との連携、権利擁護事業を行っています。

### 《1. 研究前の状況と課題》

高齢者の様々な日常生活の困りごとで、介護保険制度では対応できないことが多くある。そのような困りごとをなるべく解決できるような社会資源の把握や、構築が必要と感じた。

### 《2. 研究の目的ならびに仮説》

東久留米市で65歳以上の介護保険を利用していない高齢者を対象に、「元気度アンケート」を実施している。24年度のアンケートを集計したところ、中部地区のほとんどの高齢者が、健康状態に不安を抱え、日常生活に不便を抱えている人が多くいることが分かった。

高齢者は年齢や病気により、身体機能が低下するため、日常生活に支障が出ているのではないかと推測される。身体機能の向上で、自立した生活を送ることができると推測した。

### 《3. 具体的な取り組みの内容》

元気度アンケートに、日常の困りごとに影響する質問がある。

- ① 階段を手すりや壁を伝わらずに立ち上がっていますか。
- ② 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がってますか。
- ③ 15分続けて歩いていますか。
- ④ 転倒に対する不安は大きいですか。

の項目で、すべてマイナス回答で、中部地域で低い評価だったのが、前沢地区であった。

この前沢地区を研究の対象地区とし、住民の実態を把握し、日常生活の困りごとを解決できれば、モデル地区として、他の地区でも活用できると判断した。

毎年、地域包括支援センターで行っている業務で、ある地区を対象に、75歳以上の一人暮らし、夫婦世帯で介護保険を利用していない方を対象に、「あんしん調査」という実態調査を実施している。この安心調査の対象地区を26年度は前沢地区とし、「日常生活で困っていること」のアンケートを実施。困りごとと、地域に自分のスキルを還元できるかについて質問する。そのことで、地域住民が互いに困りごとを助け合うことができるかを把握できるようにした。

### 《4. 取り組みの結果》

ある程度自立した方が対象であったが、2割程度の高齢者は困りごとを抱えて生活をしていることが分かった。質問内容を大きく2種類に分類すると、体を使った作業と、人の関わりが必要なことにわけられるが、体を使った作業の困りごとが多かった。逆に人の関わりを持つようなことは地域に還元できるという回答が多かった。その結果、困りごとと特技などで、地域に還元できることをマッチングさせることは難しいことが分かった。

### 《5. 考察、まとめ》

高齢者の身体機能を高め、自分のことは自分でできる体力がつけば、体を使った作業の困りごとが減少する可能性が想定される。

### 《6. 倫理的配慮に関する事項》

アンケートを取る際には、プライバシーに配慮した活用をする旨を記載した。

また写真の使用は関係者に了解を得ている。

### 《7. 参考文献》

東久留米市

平成 25 年度二次予防事業対象者把握事業調査結果報告書

平成 26 年 3 月 東久留米市

### 《8. 提案と発信》

地域ケア会議を通じて、地域住民や、福祉関係者の協力を得て、地域に根付いた体操のサークル作りを行ってきた。

○体操サークルに参加し、運動機能を高める。

○サークルの仲間で交流することで、共助の意識を高める。

今後、元気度アンケートの結果や、サークル参加者の評価を行い、効果があるのかを検証したい。