



「元気になる介護保険の使い方」

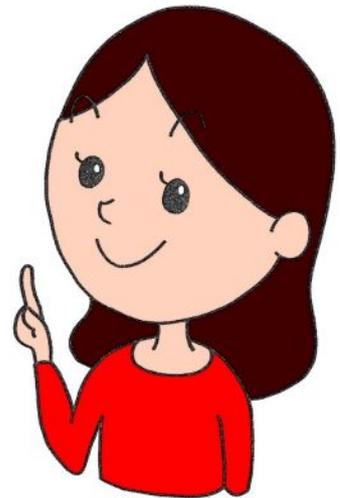
ねえねえ みや子さん
介護保険ってなあに？

いいところに興味を持ったね！
今から介護保険について簡単に
説明しましょう

基山太郎くん



上峰みや子さん



鳥栖地区広域市町村圏組合 介護保険課
鳥栖地区在宅リハビリテーション広域支援センター

【介護保険法】

(目的)

第1条：

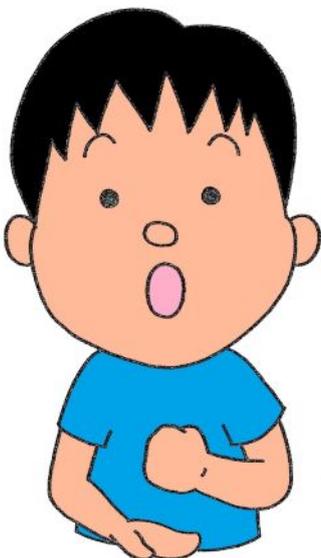
この法律は加齢に伴って生ずる心身の変化に起因する疾病等により要介護状態となり・・・介護・・・医療を要する者等について、これらの者が尊厳を保持し、その有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができるよう、必要な・・・サービスに係る給付を行うため、国民の共同連帯理念に基づき・・・国民の保健医療の向上及び福祉の増進を図ることを目的とする。

(国民の努力義務)

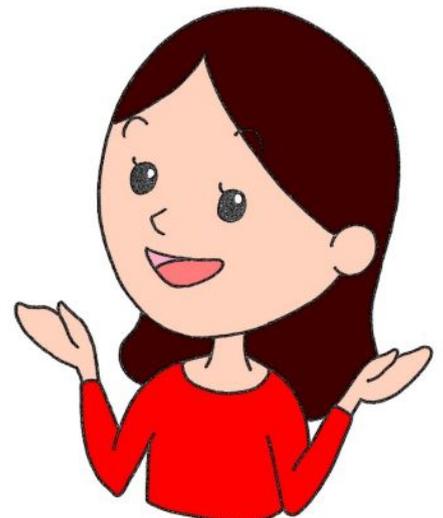
第4条：

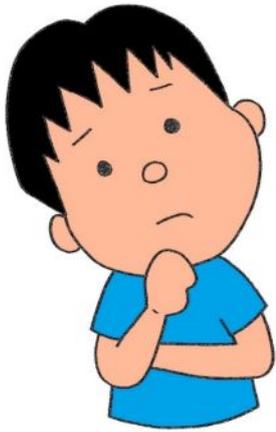
国民は、自ら要介護状態となることを予防するため、加齢に伴って生ずる心身の変化を自覚して常に健康の保持増進に努めるとともに、要介護状態となった場合においても、進んでリハビリテーションその他の適切な保健医療サービス及び福祉サービスを利用することにより、その有する能力の維持向上に努めるものとする。

へえ～
そうなんだね～



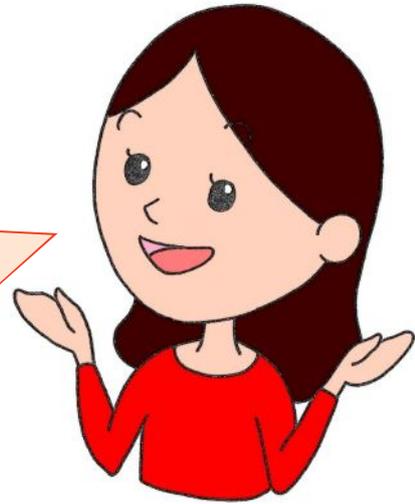
介護保険は、住民の自立した日常生活、つまり自分の力で健康に生き生きとした暮らしを支援するためにあるの
その中には、いろいろなサービスを受けるだけではなくて、自分自身が自立した生活を送るために努力することも必要なのよ





でも・・・
介護保険のサービスって色々あるよね！？
使い方がわからないよ

介護保険サービスは
介護保険の理念に基づいたサービスでないといけないの！
つまりは、**自立した生活を支援する**、もしくは**その人ができることが増えるようにする**サービスの使い方が望ましいわ
2つの例を出して紹介するね



お世話型の介護により弱ってしまった例



とす子さん

とす子さんは風邪をこじらせて肺炎になり、入院してしまいました。退院した後も、体力が落ちてしまい、家事や買い物など今までできていたことが難しくなっていました。そこで、ケアマネジャーに相談することにしました。

最近、困ったことが出てきていて・・・
介護保険ってあるじゃない？
ちょっと助けてもらえないかしら？

家事や買い物なんか疲れるし、おっくうだし・・・
お風呂も大変なのよ



ケアマネジャー

わかりました！とす子さんが**楽に過ごせるように**介護保険サービスを使ってサポートさせていただきます！

お世話型の介護により弱ってしまった例

数日後・・・

ヘルパーの利用開始



ヘルパーさんが
なんでもやってくれるから
助かっちゃうわ



スーパー
ヘルパー!

♪楽ちん

買い物だって
わたしがっ!



とす子さんは
座ってて
わたしが
やりますから



そして 半年後・・・

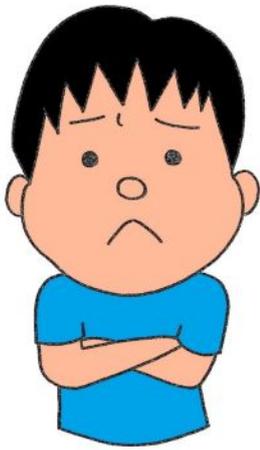
本人の役割は
なくなり
活動量は減少

体力の衰えは進み
歩くことがままなら
なくなり、ついには
ベッド上の生活に



こんなつもりじゃ
なかったのに!!



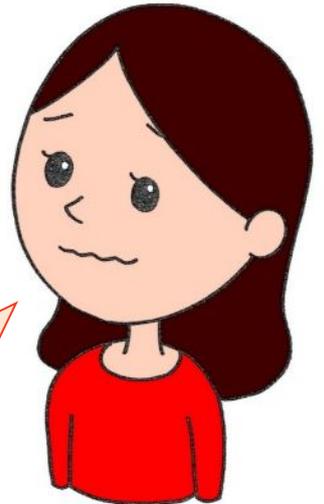


たしかに、いろいろやってもらえば、楽かもしれないけど・・・弱っていきそうだね・・・

そうなの！

なんでも手伝ってもらおうと楽になるかもしれないけど、それだけ動かなくなって**どんどん弱っていくから自分でできることが少なくなってしまうの！！**

**できることは自分でする
できないところを介護保険サービスを利用してサポートしてもらおう**という使い方が必要なの



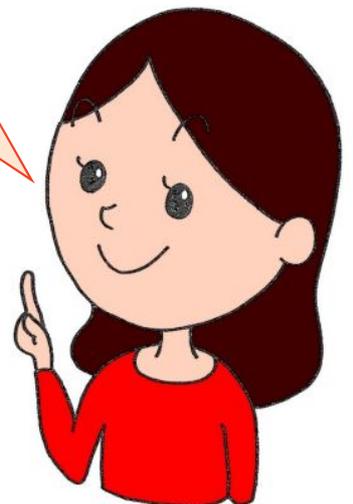
今度は違う例を紹介するわ
ポイントは**介護保険の使い方**よ
さっきのとす子さんとは違う結果になっているわ



違う結果？



教えて！
みや子さん！



理念に基づいての介護保険利用や、自助努力にて元気になった例



とす子さん

とす子さんは風邪をこじらせて肺炎になり、入院してしまいました。退院した後も、体力が落ちてしまい、家事や買い物など今までできていたことが難しくなっていました。そこで、ケアマネジャーに相談することにしました。



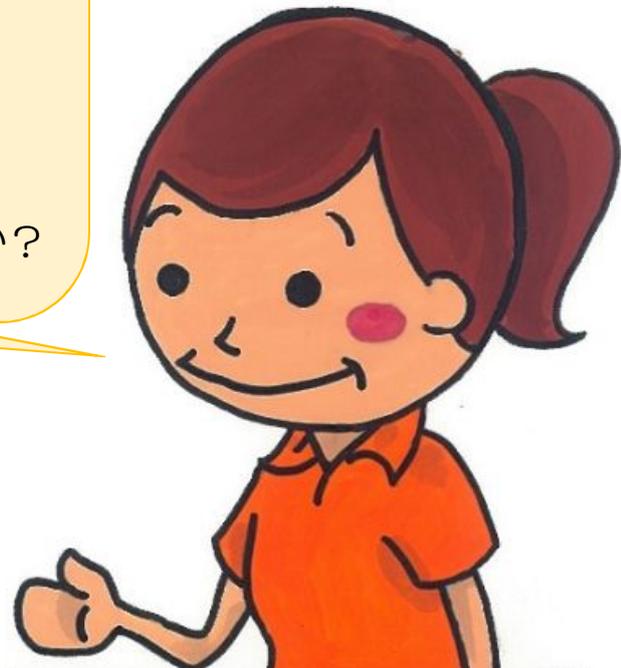
最近、困ったことが出てきていて・・・
介護保険ってあるじゃない？
ちょっと助けてもらえないかしら？

家事や買い物なんか疲れるし、
おっくうだし・・・
お風呂も大変なのよ

なるほど・・・
困ったこと、難しいことが出てきたんですね
ところで今

元気になったらやってみたいこと

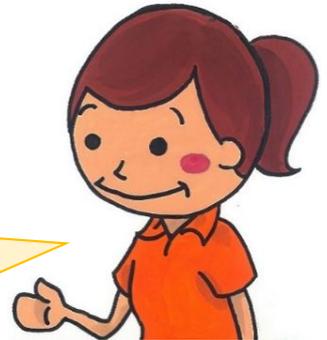
ってありますか？





そういえば、
最近は体力が落ちてきたせいで
好きだった旅行も孫と遊びに出かけるのも遠
のいているわねえ
元気なときは楽しんでいたけど・・・
今はとても

それでしたら、まず、
最近できにくくなったことを解決して元気な体を取り戻し、
「旅行に行くこと」
「お孫さんと遊びに出かけること」
を再びできるようになることを目標に頑張りませんか



ケアマネジャー



実は体が弱くなってきて諦めかけていたの！
身の周りのことも子ども達には迷惑かけたくないし、
やってみようかしら！！

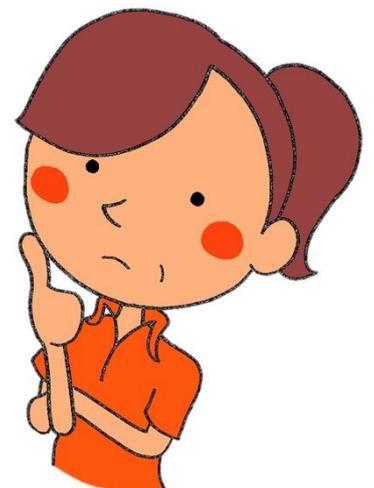
わかりました！その目標を
達成するために困っていることを
一緒に解決していきましょう！！



ケアプラン

(元気になるための計画)
を一緒に考えます

※本人の「やりたいこと」、
生活していく上で困っていることの
解決がとても重要！！



介護保険サービス利用スタート

訪問介護・訪問リハビリ



外出に向けての
階段の上り下りの練習



掃除機かけの練習



ヘルパーさんと
一緒に料理の練習



お風呂のまたぎの練習

ご自宅で必要な「身の周りのこと」や
「家事」、また「やってみたいこと」
に焦点をあてて一緒に練習していきます

デイサービス・デイケア



マシントレーニング



体操

お買い物や旅行など
外出には階段はつきもの！
足腰の力をつけて
疲れにくい・転ばない
体作りが大切ですよ

足腰強化の
自己訓練



運動を取り入
れて生活で必
要な体力作り
をしましょう



セラピスト
(作業療法士・
理学療法士等)

社会資源 (地域の資源) の活用



シルバー人材センター



健康体操



通いの場



わたしたちのまちには
みなさんが活躍
できる場所やサービ
スがあります

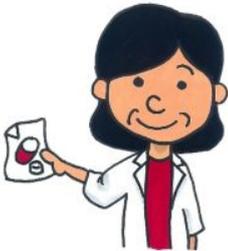
ぜひご相談
ご利用下さい

行政

専門的知識を 自ら学ぶ



歯科衛生士



薬剤師



栄養士

薬局に立ち寄った際
にお薬の効果や飲み
合わせなどの助言を
受けたり



歯科を受診した際に口腔についての
指導を受けたり



食生活や栄養バランスに
ついて説明を受けたり



病院などの各施設
が開催している教
室に参加し、自分
自身のために自ら
知識をつけるよう
に努力することも
大切です。



不明な点に関しては、
お住まいの市町や介護
保険課や地域包括支援
センターにご相談くだ
さい

そして 半年後・・・



お友達と旅行に
また行けるようになって

家事がおっくう
ではなくなって



元気になって

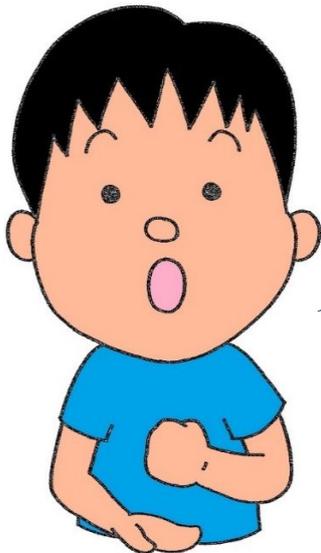


やりたいことを
楽しみながら
住みなれた場所で
元気に生活
できるよう
になりました

あっぱれ
おばあちゃん



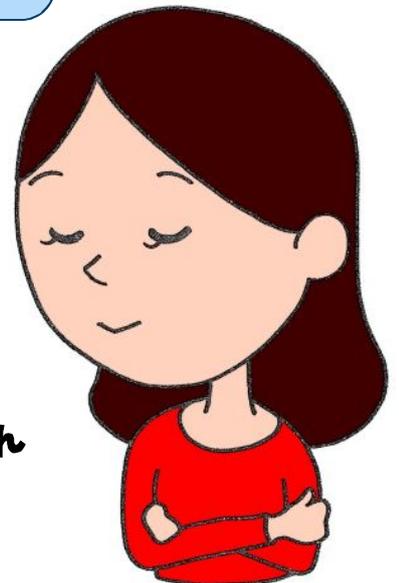
おいしくご飯が
食べられる
ようになって



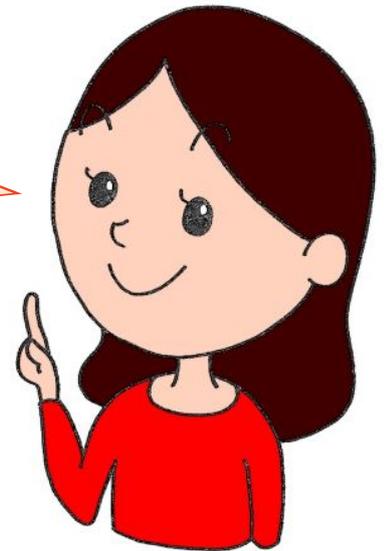
自分がやりたいことをできるように
するためのお手伝いをするのが
介護保険サービスなんだね！！

そのとおりよ！！
太郎くん

うんうん



それと、平成29年度からは、
より地域の実情に沿ったサービスを展開する
「介護予防・日常生活支援総合事業」
というものが始まるの



それってどんな事業なの？

介護予防・日常生活支援総合事業(通称:総合事業)が始まります

要介護認定で非該当(基本チェックリストで該当する方のみ)または
要支援1・2と判定された人や、生活機能が低下(※)していて介護が
必要となるおそれのある人は、市町村が行う介護予防・日常生活支援総合
事業を利用できます。また自立した生活を送れる人も介護予防に関する
講習会などに参加できます。

(※) 生活機能の低下とは？



膝が痛くて歩き
にくくなった



転びやすくなった



外に出るのが
おっくうになった など

総合事業にはこんなサービスがあります



【通所型サービス】

レクリエーションや体操等の活動、体力づくり、住民主体の通いの場など



【訪問型サービス】

身体介護や生活支援、移動支援など



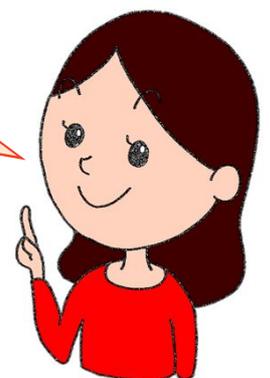
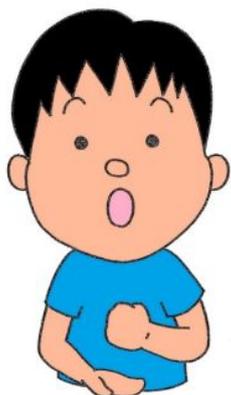
【生活支援サービス】

配食、見守り、自立した生活をするための支援など

総合事業は市町村が独自で作っていくサービスだから、地域の住民の皆さんの声がより反映されるの

そうなんだねー
自分たちが意見するためにも今後は介護保険について自分たちがちゃんと理解しておかないといけないってことだね！

そう、
介護保険は皆で作っていくものなのよ



まとめ

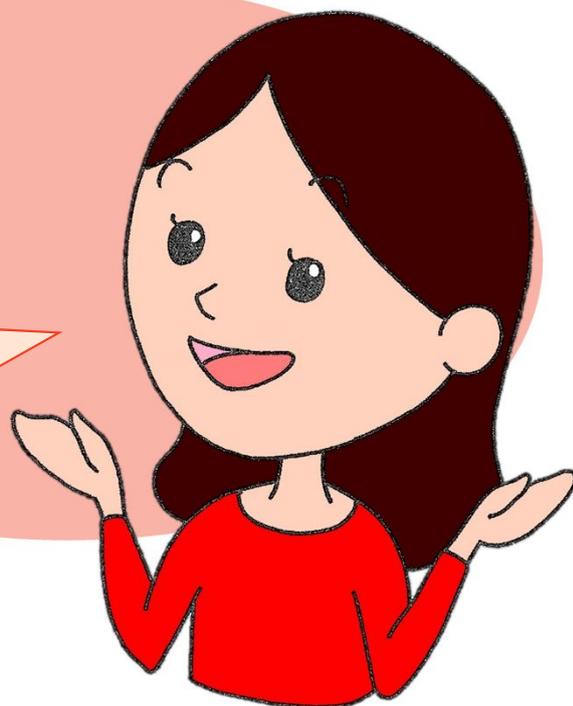
- ・介護保険は自分らしい生活を長く続けていく（自立支援）ために利用する制度です。上手に使って馴染みの地域（人）の中でいきいきと生活しましょう。
- ・介護保険はお世話型サービスではなく、自立支援型のサービスを利用することで元気になる（やりたいことができるようになる）ためのサービスです。
- ・平成29年度（平成29年4月）から利用者のニーズ（地域の実情）に沿った介護予防・日常生活支援総合事業が始まります。
- ・介護に関することで困ったことがあれば高齢者福祉に関する総合相談支援窓口である地域包括支援センターへ相談してください。

介護保険や地域の資源を上手く活用して心と身体を健康に維持していき、地域社会の一員として役割を持つことで、地域で安心して暮らせるようになりましょう！



これからもっともっと介護保険や高齢者福祉に関することを知りたいけど、どこに相談すればいいの？

地域には高齢者福祉に関する総合相談窓口として地域包括支援センターが設置されてるからうまく活用してね



鳥栖地区広域市町村圏域内 高齢者福祉担当部署 地域包括支援センター 一覧

鳥栖市

社会福祉課 高齢者福祉係
☎0942-85-3554

鳥栖地区地域包括支援センター
(鳥栖市鳥栖地区、鳥栖北地区)

☎0942-81-3113

田代基里地区地域包括支援センター
(鳥栖市田代地区、基里地区)

☎0942-82-2041

若葉弥生が丘地区地域包括支援センター
(鳥栖市若葉地区、弥生が丘地区)

☎0942-85-8721

鳥栖西地区地域包括支援センター
(鳥栖市麓地区、旭地区)

☎0942-82-2188

基山町

健康福祉課 福祉係
☎0942-92-7964

基山地区地域包括支援センター
(基山町)

☎0942-81-7039

みやき町

みやき町地域包括支援センター
☎0942-89-3371

みやき町地域包括支援センター
(みやき町)

☎0942-89-3371

上峰町

健康福祉課 福祉介護係
☎0952-52-7413

上峰地区地域包括支援センター
(上峰町)

☎0952-52-5250

【鳥栖地区広域市町村圏組合】

介護保険課 地域支援係
☎0942-81-3111