

かいごよぼう 介護予防で元気を財産に

平成12年から始まった介護保険制度。平成18年4月に介護予防に重点を置く大きな改正がありました。高齢社会の中で、寝たきりや認知症などの方が増えています。介護が必要になることを予防（介護予防）するために今から何ができるのか、介護保険制度の概要を見ながら考えてみましょう。



介護保険制度とは？

豊平区でも高齢化は進んでいます。平成十九年三月末で六十五歳以上の方は三万七千九百三十四人と全人口の18・3%（全市18・1%）、介護認定者は六千七百八十八人を数えます。この介護認定者のうち軽度な要支援の割合は約四分の一を占めています。全国的にも同様の傾向にあるため、軽度な要支援認定者、介護認定を受ける恐れがある高齢者を対象とした介護予防に重点を置く施策へと転換されています。

現行制度のポイント

軽度（要支援）の方々向けに介護予防サービスを提供

要支援・要介護状態にならないように、地域支援事業（介護予防事業など）を実施

住み慣れた地域で暮らせるように、地域密着型サービスを提供

制度の全体像

対象者	高齢者（65歳以上）			
	要支援・要介護認定がない方		要支援・要介護認定された方	
	低	介護必要度	高	
	一般高齢者	特定高齢者 ←1	要支援1～2	要介護1～5
サービス内容	<ul style="list-style-type: none"> 介護予防教室（閉じこもり予防、転倒予防、認知症予防） 総合相談 	<ul style="list-style-type: none"> 運動能力向上トレーニング教室 栄養改善教室 口腔機能向上教室 家庭訪問 	<ul style="list-style-type: none"> ホームヘルプサービス（必要な家事援助など） デイサービス（運動機能向上、栄養改善など） ショートステイ 福祉用具貸与（歩行器など） 	<ul style="list-style-type: none"> ホームヘルプサービス（食事、入浴、排せつなど） デイサービス（日常動作訓練など） ショートステイ 福祉用具貸与（歩行器など）
窓口	介護予防センター ←2	地域包括支援センター ←3		居宅介護支援事業所

キーワード1 特定高齢者

要支援・要介護認定がない方で、介護が必要となる恐れが高い方。「生活機能チェックリスト」、すこやか健診での判定により決定。それ以外の元気な方を一般高齢者という。

キーワード2 介護予防センター

介護が必要でない元気な方を対象に、総合的な相談に応じるほか、転倒や認知症などの予防教室を開催。町内会などによる福祉活動を支援。

キーワード3 地域包括支援センター

介護が必要または必要となる恐れが高い方を対象に、総合的な相談に応じるほか、介護予防サービス計画を作成し、適切なケアを支援。地域のネットワーク構築を支援。

名称	住所	電話番号	担当地区
豊平区第1地域包括支援センター	美園12-7	841-4165	下記の5地区
介護予防センター南平岸	西岡4-13	584-1325	南平岸
介護予防センター中の島	中の島1-8	813-3311	平岸、中の島
介護予防センター美園	美園12-7	817-1294	豊平、美園
豊平区第2地域包括支援センター	西岡4-4	836-6110	下記の4地区
介護予防センター月寒	月寒西2-5	857-6110	月寒
介護予防センター西岡	西岡5-12	581-3000	西岡
介護予防センター東月寒・福住	月寒東2-18	852-8815	東月寒、福住

