



健康づくりは地域づくり

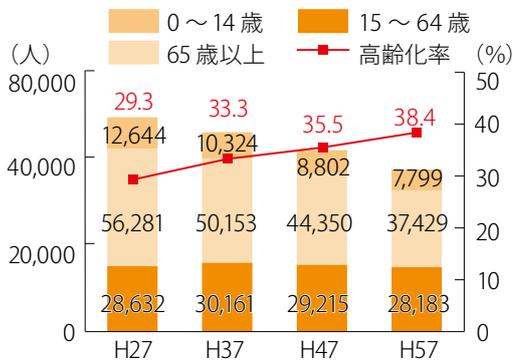
「誰も」が「誰か」を

支える力に

生活に欠かすことのできない「医療」と「介護」。高齢化による需要増大に伴い、地域と共につくる新たなカタチが求められています。誰もが健やかに幸せであるために、できることを考えてみませんか。

問 健康づくり課 ☎ 34-3282

問 包括ケア推進課 ☎ 34-3296



グラフ1 島田市の人口と高齢者率の推移
(島田市まち・ひと・しごと創生人口ビジョン)

全国的に人口減少と少子高齢化が急速に進んでおり、島田市も例外ではありません。平成29年8月末の高齢化率（65歳以上）は29・9%。高齢者人口はさらに増え続け、いわゆる「団塊世代」が75歳以上となる平成37年には33・3%、平成57年には38・4%まで上昇すると推計されています（グラフ1）。

高齢になると、心身機能の低下などにより病気にかかりやすくなり、多くの人が慢性的な疾患や複数の疾患を抱えています。そのため、病気

長寿社会の現状と課題

変化する医療・介護需要

全国的に人口減少と少子高齢化が急速に進んでおり、島田市も例外ではありません。平成29年8月末の高齢化率（65歳以上）は29・9%。高齢者人口はさらに増え続け、いわゆる「団塊世代」が75歳以上となる平成37年には33・3%、平成57年には38・4%まで上昇すると推計されています（グラフ1）。

と共存しながら、QOL（生活の質）の維持・向上を図る必要性が高まっています。

また、医療を必要とする重度の要介護認定者や認知症高齢者も増え、急性期の医療から在宅医療・介護までの一連のサービスが適切に提供されることが望まれます。そのためは、医療と介護の連携が、これまでに必要になってきます。

変化に合わせた社会保障へ

少子化により、社会の担い手となる15～64歳の生産年齢層人口は減り（グラフ1）、医療や介護の現場で働く専門職の不足が懸念されています。また、高齢者のひとり暮らしや高齢者世帯も増加し、医療や介護だけでなく、日常生活への支援も必要となってきます。

国では、こうした人口構成の変化に合わせて、社会保障制度の在り方を見直しています。これまでの介護保険制度などの「共助」中心から、「自助」「互助」を中心とする社会保障への転換が必要とされています。

では、島田市の医療と介護の体制はどうなっているのでしょうか。現状や課題と共に、将来に向けた取り組みを紹介します。

市民の生命を守る「救急医療」

地域医療に欠かせない、急な病気やけがから市民の生命を守る「救急医療」。しかし地域は、その維持に多くの課題を抱えています。

島田市の地域医療体制

市内には現在、1病院と65の診療所があり(表1)、比較的軽症な患者に対応する「一次医療」から、入院治療にも対応する「二次医療」までを行っています。

市民病院では、急性期・救急医療など地域医療の中心的な役割を担っています。しかしながら、慢性的な医師不足により産婦人科や小児科が診療制限がされるなど、厳しい状況に置かれています。これは、市内の診療所においても同様です。

表1 市内の医療機関数(力所)

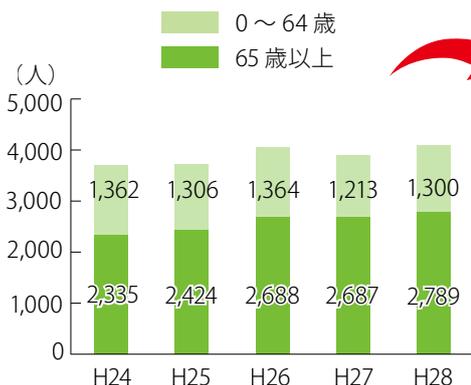
病院	1
診療所	65
歯科診療所	39

(厚生労働省「医療施設調査」)

救急車の適正な利用を

地域医療を考える上で、生命にかかわる救急医療は欠かすことができません。昨年度の市民病院への救急車搬送件数は4089件(グラフ2)。その入院率は47%で、緊急重症度が低い救急車の利用があると考えられます。また、高齢者の占める割合は増加傾向にあります。これは、病院へ行く交通手段が確保できず、タクシー代わりに救急車を要請していることが要因の一つとして挙げられます。

救急車の安易な利用は、本来に緊急を要する重症患者や急変患者への対応を困難にするだけでなく、医療従事者を疲弊させ、医療現場への負担を増大させます。医療は、限りある資源です。救急医療をはじめ地域医療を維持していくためには、行政や医療機関はもちろん、市民の皆さんの理解と協力が不可欠です。



グラフ2 島田市民病院への救急車搬送数

救急車が**1回**出動すると、約**10万円**の経費!

高齢者による不適正利用は3年間(平成24～26年度)で1,115件(372件/年)

つまり…

年間**3,720万円**もの経費がかかっています!

- 自己都合による搬送 → 2,610万円
- 要介護が起因する搬送 → 1,110万円

医療資源の利用は地域で考えるとき

救急車の出動には、一回で約10万円がかかります。安易に救急車を呼ぶのではなく、地域での助け合いで解決することもできます。医療資源をどう使うかは、地域で考えていかなければならない問題です。

全 国的に問題になっているのは救急車の安易な利用、特に「高齢者による救急車の不適正利用」です。市民病院でも、平成24年から3年間統計をとったところ、高齢者の不適正利用は1115件もありました。高 齢者本人や家族が緊急重症度が乏しいことを理解しながら呼ぶ「自己都合」と、日頃から寝たきりで運ぶ車や人がいなくて呼んでしまう「要介護」に分けると、自己都合は760件。その多くが明らかに軽症です。その結果、後から来る重症患者に対応できない事もあります。



市立島田市民病院 救急科 部長
まつおか りょうた
松岡 良太 医師

将来の地域医療のために

市では、市全体で医療課題を解決し、将来につながる地域医療体制を作っていくため、今年3月「地域医療基本条例」を施行しました。条例では、市民・医療機関・行政の役割を示しています。地域医療への理解を深めると共に、適切な受診に努めましょう。

市民の役割

- ◎ かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬局を持ちましょう。
 - ◎ 安易な夜間や休日の受診を控えましょう。
 - ◎ 突発的なけがや病気の際の対応についての知識を身に付けましょう。
 - ◎ 検診や健康診査を積極的に受けて、日頃から健康管理に取り組みましょう。
 - ◎ 自らの最終段階における医療について考え、自分の意思を家族などに伝えておきましょう。
- ※市では「もしものとき」の医療やケアについて、生前の意思表示「リビング・ウィル」の周知に努めています。

地域医療基本条例

市では、今年3月に「地域医療基本条例」を施行しました。市民・医療機関・行政がそれぞれの役割を果たしつつ、相互に連携・協働しながら、島田市の「地域医療」体制を支えていきましょう。



医療機関の役割

- ◎ 患者さんに対して適切な診療情報を提供し、信頼関係を築きましょう。
- ◎ 医療機関相互の機能の分担および業務の連携を図り、地域医療体制を充実させましょう。
- ◎ 医療従事者の確保および育成に努めると共に、良好な労働環境を保持しましょう。
- ◎ 市が行う予防医療としての検診や健康診査にも積極的に協力し、市民の健康増進に努めましょう。

行政の役割

- ◎ 地域の実情に即した救急医療体制の整備に努めます。
- ◎ 医療従事者確保や育成をすすめるため、医療機関と協力し必要な対策を講じます。
- ◎ 医療、保健、福祉に関する機関等と連携し、地域医療体制の整備に努めます。

※詳しくは、市ホームページまたは健康づくり課で配布しているチラシをご覧ください。

☞ <https://www.city.shimada.shizuoka.jp/ryyo/tiikiiryo.html>

医療環境を守るため 市民にできることを

地域医療を支援する会では、誰もが安心して暮らせる医療体制づくりのために「病気を治してくれることに感謝の気持ちを持つ」と

など、市民の皆さんに向けて6つのお願いをしています。「地域医療基本条例」は、そんな私たちの思いから、住民・行政・医療関係者が三位一体となり策定されたものです。

持続可能な医療体制のためには、それぞれの立場でそれぞれの役割を果たし、連携しながら地域全体で支えていかなければなりません。少ない医療資源は地域の財産であるとの認識を持ち、大切に守っていくという意識を持っていただければと願っています。

今後は、医療だけでなく、医療と介護を一体化して考える必要があります。市民として、地域として、私たちに何ができるかが今後の課題です。



地域医療を支援する会
代表
神代 醇一 さん

つなぐ「地域包括ケアシステム」

誰もが、住み慣れた場所で安心して暮らし続けるための「地域包括ケアシステム」。この実現のためには、地域住民が互いに助け合い、支え合う地域づくりが必要とされています。

**住み慣れた地域で
いつまでも自分らしく**

多くの人のとって、いくつになっても健康で、住み慣れた地域で生きがいを持って自分らしく生活を続けることは、共通の願いです。それは、たとえ医療や介護が必要な状態になっても、同じことです。

しかしながら、少子高齢化が進むにつれて、高齢者を取り巻く環境は大きく変化しています。高齢者のひとり暮らし世帯などが増加し、医療や介護サービスはもちろん、日常的な生活への支援や見守りなど、必要とされるサービス・支援は多岐にわたります。そのため、公的サービスだけで全てを支えるのではなく、住民主体などの支援体制が必要となつてきます。

**地域で支え合う
「地域包括ケアシステム」**

市では、これら今後の課題を解決するために、団塊世代が75歳になる平成37年をめぐりに、医療・介護・予防・住まい・生活支援が包括的に確保される体制「地域包括ケアシステム」の構築を推進しています。

この仕組みづくりは、「住まい」を起点として、行政・専門職、そして市民の皆さんとの協働により実現できるものです。そのため、地域住民が「自助」「互助」の心を育み、自らが暮らしやすいまちにしていけることが求められます。健康づくりへの取り組みや、生活支援サービス（ゴミ出しや草取りなどのちょっとした日常生活への支援）の構築などが挙げられます。

**地域の特性を生かした
市民と協働のまちづくり**

制度や専門職に頼るだけではなく、地域全体で助け合い支え合う「互助」の仕組みは、高齢者だけでなく、子どもや子育て世代にも安心な地域づくりにつながっていきます。

同じ市内であっても、中心市街地や中山間部など地域によって医療・介護資源や人口構成などが異なり、抱えている課題もさまざまです。地域包括ケアシステムは、そうした地域の実情に合わせてつくる、安心のネットワークです。そのため、そこに生活する人たちが地域の現状や課題を把握し解決策を考える、住民の視点が不可欠です。



人とまちを

相談しやすい「かかりつけ医」を持って

当会に所属する診療所は、現在 42 カ所（旧島田市内）。そのほとんどの医師が往診を行い、関わった患者を最期まで看取っています。在宅療養支援診療所は、内科 6 カ所・小児科 1 カ所あり、病院退院後の在宅医療には、訪問看護ステーションと連携して、24 時間の対応にあたっています。

皆さんいろいろな病気を抱えているため、どの診療科の医師に相談すればいいのか悩んでしまうことがあるかと思います。患者さんが一番相談しやすい医師が「かかりつけ医」

です。専門外であれば、医師を紹介し、次へつなげていきます。



島田市医師会 会長
藤本 嘉彦 医師



多様な医療・介護ニーズに応えるために

市内の医療機関では、必要な人に必要な医療を提供し介護へとつなげるよう、相互に連携し、さまざまな取り組みを行っています。患者がニーズに見合った医療サービスを受けるためには、地域医療に関する正しい理解と医療機関の適切な利用が重要です。これは、医療従事者の負担の軽減にもつながります。

今回、島田市の医療を支える市内各団体の代表に、医療機関の利用や健康管理についてのアドバイスを聞きました。

健康相談など気軽に薬局活用を！

当会では、自治会などに出向き「お達者講座」を実施しています。この講座を通じて、地域の皆さまに薬局の在り方・機能を理解していただき、地域における医療のファーストアクセスの場になることができると考えています。

皆さまがお使いのお薬手帳には、医師・介護関係者へ情報をフィードバックする役割もあり、医療・介護現場における多（他）職種連携の重要なツールでもあります。お薬手帳の使い方などを含め、

健康や生活の中で気になることがありましたら、「かかりつけ薬局」へお気軽にご相談ください。



島田薬剤師会 会長
松永 敏広 薬剤師

口腔機能をチェックしましょう

毎年 6 月に開催している「歯と口の市民フェスティバル」では、今年度から「オーラルフレイルチェック」を始めました。これは、滑舌の衰え・食べこぼしなどの症状に対して、舌や顎の関節、筋肉などの働きを調べ、歯の数を保つだけでなく機能低下を防ごうというものです。

口の中の病は、虫歯と歯周病だけではなく、他の病とも関連性があり、時には命に関わることもあります。特に介護が必要になってくると、口腔ケアは後回しになりがちです。

正しいブラッシングに加え、年 2 回は定期検診を受け、歯を大事にしましょう。



島田歯科医師会 会長
川端 泰三 歯科医師

「病院完結型」から「地域完結型」の医療へ

現在の医療には、かつての「病院完結型」から、病院を含む地域全体で医療を提供する「地域完結型」への転換が求められています。患者が住み慣れた地域で最期まで生活するため、地域全体で「活し・支える医療」です。この実現には、医療だけでなく医療と介護の連携、さらには住まいや自立した生活への支援までが切れ目なくつながる必要があります。

在宅医療には、高齢者にとって、住み慣れた場所での時間を過ごし、自分の意思を最大限尊重してもらえ、メリツトがあります。一方で、自宅での療養生活には、家族の介護不安・負担があり、家族を支えるためには医師や看護師、ケアマネジャーなど多職種連携による支援が重要になってきます。

医療と介護の連携を強化する土壌づくり

島田市医師会では市と連携し、患者にとって「安心して療養できる環境づくり」、また医療・介護従事者には

「連携を強化する環境づくり」のため、4月から「在宅医療・介護連携相談支援窓口」を設置。医療と介護に携わる人へのサポートと多職種連携を推進する相談員を配置しました。窓口では、情報提供のほか、主治医不在時のバックアップ体制づくり、訪問看護ステーションや高齢者あんしんセンター（地域包括支援センター）の職員からの相談などを受け付け、患者への支援につなげています。

【在宅医療・介護連携相談支援窓口】

とき／毎週月・火・木曜日
午前9時～正午、午後1時～4時

ところ／保健福祉センター「はなみずき」（2階）包括ケア推進課内
相談方法／電話・ファクスまたは直接窓口へ



介護従事者の相談に対応する相談員

地域と「つながる」・「つなげる」

いつまでも「健やかに幸せ」であるためには、個々の取り組みだけでなく、地域のネットワークが不可欠です。市内でも、専門機関や地域による取り組みが始まっています。

市内唯一の病院としての役割を

県の「地域医療構想」が策定され、全国の2次医療圏の中で、どういう機能の病床を置き、病床数をどうするか、将来に向けて調整していく段階にきています。構想では、地域内で医療が完結することを目指しており、そのために在宅医療の充実が大きな課題となっています。

当院は、慢性的な医師不足など厳しい状況にありますが、市内唯一の急性期病院として、緊急性のある疾患や重症度の高い疾患を治療し、在宅に戻す役割を担っています。退院がスムーズにいくよう、患者本人の自立を促していきます。



市立島田市民病院

はっとりりゅういち
服部 隆一 事業管理者

医療と介護の調整役

医療と介護に取り組みやすい環境づくりのため、主に医療・介護関係者からの相談を受け、相互の理解を深めることで連携へとつなげていきます。

入院すると誰しも病状が変わり、今までの医師が対応できるとは限らず、病院も家族も誰が主治医を引き受けてくれるのか不安を抱えます。介護が必要な場合は、ケアマネジャーも含めた連絡・調整も必要になってきます。それぞれが抱えている「なんとかしたい」課題を少しでも解消できるよう、医療と介護の真ん中に立ち、うまく循環していくよう働きかけていきます。



在宅医療・介護連携相談支援窓口

にしもとまさこ
西本 正子 相談員



①



②

①地域の人と楽しく会話する清水さん ②赤ちゃんとのふれあいは人を笑顔にしてくれる



【島田オレンジカフェ】

とき／第2または第3 土曜日
午後2時30分～4時30分
ところ／中央町15-11
みどりや健康ステーション
☎みどりや薬局 ☎34-5577

市内初の認知症カフェ／

みんなが笑顔になれる場所に



島田オレンジカフェ
清水 雅之 薬剤師

毎月1回のペースで「島田オレンジカフェ」を開店しています。認知症の方やそのご家族向けに、毎回テーマを変え、歌や楽器を楽しむ音楽セラピーや紙芝居、クワイミング講座などを行っています。最近では、元氣な地域の皆さんも来てくれますね。

「忍」 認知症に限らず、疾患や生活に不安を抱えている人はたくさんいると思います。ここでは、私たち薬剤師のほか、医師や介護関係者、高齢者あんしんセンターの職員などの専門職も自由に参加し、楽しくおしゃべりしながら悩みの相談にのり、必要なケアにつなげていきます。運営には、地域の皆さんにも手助けしていただいています。認知症予防のためにも、元氣なうちから立ち寄っていただきたいです。

連携

地域の健幸ネットワーク

医療と介護の両立を支援する取り組みの一つに「認知症カフェ」があります。今年4月、市内初の「島田オレンジカフェ」がオープン。薬剤師を中心に、医療や介護の専門職が参加者の相談相手となっています。

くつろいで心配事を相談できるカフェは、認知症家族の精神的・身体的な負担軽減に一役買っています。また、ひとり暮らしや家に閉じこもりがちな高齢者の社会参加を促し、介護予防・認知症予防にもつなげています。

「助け合い」「支え合える」まちへ

これからの島田市で重要なのは、高齢者をはじめとする市民一人一人の意識改革と取り組みです。それは、働き方や地域との関わり方、病院へのかかり方、そして最期の迎え方などさまざまです。

個々の課題を地域の課題として捉え、「誰も」が「誰か」の支える力となれるような地域づくりが、高齢者だけでなく、地域全体のQOL（生活の質）を向上させることにつながっていくのではないのでしょうか。互いに助け合い・支え合える住み良いまちを、一緒につくっていきましょう。



■みんなでつなごう！福祉の輪 2017「ふれあい広場」

とき／10月8日(日)
午前9時30分～午後0時45分
ところ／プラザおおるりホール・展示フロアなど
内容／ステージ発表、福祉体験、模擬店など
申し込み／不要。直接会場へお越しください。
☎島田市社会福祉協議会
35・6244

■みんながつながる支え合う地域づくりをはじめよう！

▼「地域に貢献したい」「仲間をつくりたい」と思っている人は、ぜひご参加ください。
とき／10月8日(日)
午後1時30分～4時30分
ところ／プラザおおるりホール・展示フロアなど
内容／八名信夫氏（俳優）講演会、市内活動団体の紹介・活動発表など
対象／概ね60歳以上の人
申し込み／市役所や保健福祉センター等に配架しているチラシの申込書に記入の上、直接または電話で包括ケア推進課へ