



# 高齢者の暮らしを考える

あとわずか8年で、最も人口ボリュームの厚い団塊の世代が全員75歳以上になる2025年を迎えます。この2025年問題で、大きな課題の一つが医療や介護です。

5人に1人が75歳以上となる超高齢社会に突入したとき、私たちはどんな地域でどんな生活をしたでしょうか。

今回は松阪市の医療や介護の専門家や関係者で構成された地域包括ケア推進会議で2025年問題に向けて三重県の医療介護連携アドバイザー 檀本真幸先生にご講演をいただいたのでお話を伺いました。



## 2025年問題について教えてください。

超高齢化社会を迎えると介護・医療サービスがますます必要となり、このままでは施設や病院が対応しきれなくなり地域の受け皿が不足してしまうと言われています。これが2025年問題の課題です。このまま少子高齢化が急速に進む日本はどうなってしまうのでしょうか。私はこの日本を支えるのは高齢者が鍵を握っていると思っています。

少子高齢化社会を課題とせず背景として受け止め、その上で自分たちが住んでいる地域がどんな風になったらいいか？と夢のある将来像を妄想してみてください。松阪市はこんな地域だから住みや

すいなどのイメージを医療・介護の専門家や行政の方、地域住民みんなで共有し合うことで、どんな取り組みが必要なのかの議論が始まっていくのです。

## イメージを共有し合うことが大事なのです。

本来、連携とは目的を明らかにして共有し、その実現のために色々な手段を考え互いの力を引き出し合う関係のことです。この目的と手段が反対になってしまっていることは多くあります。例えば病気を発症してしまつたときに、入院することが目的になってしまつていることがあります。入院はあくまでも手段です。本当の目的は、「慣れた家に戻つて生活をしたい」、「病気があつても仕事を続けたい」ということではないでしょうか。

この目的のためにはどんな医療が必要なのかを、患者を中心に病院だけではなく、開業医、ケアマネジャー、訪問看護師、薬局や施設などを含めたかかりつけネットワークで考え選択していくことが重要です。

現代は需要に合わせて医療や介護のサービスがとも進化しています。ただその反面、充実した医療や介護に依存してしまつている現状もあります。本当はどんな風に生活をしたのか、自分らしい生き方は何かを考えた上での医療・介護の提供に変わっていかなくてはならないのです。

## 高齢化が発展するなかで医療・介護を含め地域を変えていくにはどうすればいいのでしょうか。

私は、高齢者が活躍することで地域の役に立ち、周りの人から「ありがとう」と言われることによって自分の生きがいを持った高齢者が増え、地域活性化が進む、そんなイメージを妄想しています。

そのように高齢者が長生きしてよかつたと思えるような地域をつくるためには、行政による一方的なサービス提供ではなく高齢者が担い手となるなどの地域住民自身による自助や互助を引き出すことが求められてきます。限りある医療・介護を含めた地域資源の中でかかりつけネットワークを構築し、住民全員が自分らしい生き方ができる住民力、地域力を引き出すことがぬくもりのある地域づくりにつながっていきます。



三重県 医療介護連携アドバイザー  
四国医療産業研究所所長  
檀本 真幸先生