



高齢者の暮らしを考える

昨年の11月号で、今後の高齢者の生活と介護保険について考える意見交換会についてご紹介しました。意見交換会で出された声や色々な立場の方からの意見を踏まえて、平成30年度から3年間を計画期間とする「第8次高齢者保健福祉計画及び第7期介護保険事業計画」が策定されました。

今回はこの松阪市高齢者保健福祉計画等策定委員会に参加されました3名の方に市民の立場から、お話を伺いました。

インタビュー

「高齢者の生活と介護保険について 市民としての声」



お話を伺った市民の方々
(左から)山口 直美さん 長崎 直子さん 田中 安子さん

今回、策定委員会に参加され、いかがでしたか？

■ 山口さん

参加してみて、とても勉強になりました。介護というと、自身や家族が元気なときはあまり関心もなくて関係のない話かと思われがちです。

でもいざ必要になった時には介護保険の仕組みや制度を知っているのか知らないのでは大きな差が出ると思います。

松阪市も高齢者が増えているの

でもっと多くの人が介護保険を身近に感じてもらい、介護保険のしくみについて知る機会に触れてほしいなと思います。

■ 長崎さん

家庭で介護をしていると不安なこともあり、精神的・肉体的な負担を抱えてしまい、介護者までも倒れてしまった話も聞きます。でも介護保険のしくみについて理解しておけば、介護認定を受け、デイサービスやショートステイなどの介護サービスを利用し、介護者の負担を軽減することもできます。

介護が必要になってからではなく、気持ちにゆとりがある段階で情報収集を行い、上手にサービスを利用して介護と付き合っていければいいと思います。

高齢化が進む松阪市では、何が必要だと思えますか？

■ 田中さん

制度についてきちんと知っておくこと、そして自分自身が介護予防について取り組むことが必要だと思います。

市内ではたくさんのお宅老所や介護予防教室などが開催されています。

まだ介護が必要ではない元気なうちからこういった会に参加するなど、自分で出来る健康づくり・介護予防を行うことで住み慣れた地域で生活し続けることができると思っています。

若い世代の方が減少するなか、家族の在り方や地域での暮らし方が変化してきています。

こども達や働き盛りの方など、どの年代の人にも介護についての関心を持ってもらい地域のつながりを強くしていくことが必要ではないでしょうか。

地域包括

支援センターによる お達者訪問について

75歳を過ぎると要介護認定の必要な方が増えてきます。また独居で支援の必要な方も増えていきます。

そこで、そういった方々への健康増進のお役に立てるよう、75歳の方(要介護認定等の方を除く)を対象に地域の地域包括支援センターの職員が家庭訪問をしています。ご理解ご協力よろしくお願いたします。