

## これからの介護予防における理学療法士の果たすべき役割

### 1 予防理学療法における老年学的アプローチ

桜美林大学大学院 老年学研究科 渡辺修一郎

団塊の世代がすべて75歳以上となり、医療や介護ニーズの急増と介護力不足の深刻化が危惧される2025年問題の予防は老年学の喫緊の課題となっている。老年学とは、諸分野の統合により、加齢変化、高齢社会の問題および解決方策などを学際的に研究する学問である。

高齢者の予防理学療法では、まず、生じうる問題を網羅的に予測する必要がある。また、問題の把握、要因分析、対策の樹立と実施、評価においては、対象者や家族を含む多職種との協働が必要となるため、とくに老年学的アプローチが重要となる。

高齢者の予防理学療法の重要な課題である介護予防に目を向けると、とくに医学、心理、栄養、教育、まちづくりなどの分野との協働の余地が大きい。医学面では、機能低下原因の病態と合併症の把握と理解が重要である。心理面では、対象の欲求の把握と実現に向けた各職種との協働が理学療法の意欲を高める。栄養は理学療法の効果をもよほすが高めるが、しばしば配慮が見逃される。理学療法へ

の主体的参加をはかり、セルフケア能力を向上させるための教育的視点も欠かせないものである。

今日、健康づくりの重要な柱として「健康支援環境」の整備が求められている。しかし、現状をみると、回復期リハビリテーションを経た高齢者が自宅生活に戻った後、交通環境や居宅環境、福祉用具の未整備などにより活動や参加が阻害され要介護状態になることは少なくない。演者らは国土交通省の研究会において、超高齢社会に対応したまちづくりのあり方を検討し、その成果として「健康・医療・福祉のまちづくりの推進ガイドライン」を策定した。健康・医療・福祉のまちづくりにとくに重要な取組みとして、住民のセルフケア能力向上のための教育・支援、コミュニティ活動の活性化、参加の促進、徒歩圏域への生活拠点の集中的配置(コンパクトシティ化)、街歩きを促す歩行空間の形成、公共交通の利用環境を高めることを提唱している。

## これからの介護予防における理学療法士の果たすべき役割

### 2 地域包括ケアシステムの構築に向けて～これからの介護予防～

厚生労働省老健局老人保健課 村井 千賀

団塊の世代が75歳以上となる2025年に向けて、重度な要介護状態となっても、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、医療・介護・予防・住まい・生活支援が一体的に提供される地域包括ケアシステムの構築の実現を目指す必要があります。今後、認知症高齢者の増加が見込まれることから、認知症高齢者の地域での生活を支えるためにも、地域包括ケアシステムの構築が重要になります。地域の特性は、高齢化の進展状況をとっても、人口が横ばいで75歳以上人口が急増する大都市部もあれば、75歳以上人口の増加は穏やかで人口は減少する市町村部もあります。地域包括ケアシステムは、地域の実情を把握している保険者である市町村や都道府県が、地域の自主性や主体性に基づき、地域の特性に応じて作り上げていくことが必要です。

特に、高齢者が自分らしく地域で暮らし続けるためには、地域や家庭の中で何らかの役割を担いながら生活することが大切であ

り、たとえ要介護状態になっても誰かのために役立ちたいという高齢者の思いを実現することが「介護予防」において重要な視点です。地域には、元気な方、虚弱な方、認知症の方、要介護状態の方など様々な高齢者が住んでおり、それぞれの果たせる役割を大きくすることが、「介護予防の推進」と「生活支援の充実」につながります。地域の特性を活かしながら、高齢者を年齢や心身の状況等によって分け隔てることなく、誰でも一緒に参加することのできる住民主体の介護予防活動を地域に展開することにより、住民同士の支え合いの体制を構築することが可能になります。

このような「地域づくり」を推進するためには、保健の知識・経験を有する専門職の関与が必要であり、新しい介護予防・日常生活支援総合事業を活用し、専門職による地域に根ざした活動をより一層推進できるように、保健を担う専門職・関係機関がそれぞれの役割を果たすことが重要です。