

栗東のことを知ろう！

今回は医療介護についての情報です！

さあ一腕試し。次の問いについて3つより正解と思う1つを選びます。こたえは、続きにあります。

質問①…介護保険法の第4条に書かれている国民の努力および義務は何？

- 1、介護保険を利用して、できるだけ家族に介護の負担がかからないようにする。
- 2、介護保険を利用するために、介護保険料を納める。
- 3、介護保険を利用して、自分のことは自分で行うたり決めたりし続けること、またできるだけようにする。

質問②…湖南圏域（草津市、守山市、栗東市、野洲市）の今後20年間の人口は、どうなる？ヒント→滋賀県の2015年の高齢化率は、24.2%。湖南圏域は、20.3%

- 1、増加
- 2、横ばい
- 3、減少

質問③…介護保険サービスを利用するには、要介護認定を受ける必要がありますが、平成28年度の栗東市の新規申請者（平成28年度中に新たに申請された人）は約何人？ヒント→栗東市の65歳以上人口は、約1万2千人

- 1、200人
- 2、300人
- 3、400人



質問④…栗東市の平成28年から平成37（2025）年での在宅医療（訪問診療）が必要な人（推計）はどれくらいになる？ヒント→平成28年から平成37年の栗東市の65歳以上人口の伸び率は、1.12倍

- 1、1.1倍
- 2、1.2倍
- 3、1.5倍

質問⑤…平成28年度栗東市介護保険特別会計決算での支出金額はいくら？ヒント→栗東市会計支出金額は、343億4300万円

- 1、21億5000万円
- 2、31億5000万円
- 3、41億5000万円

こたえ

質問①→3 「有する能力の維持向上に努める」と自立（律）について書かれています。

質問②→1 全国でも人口増加が続く珍しい地域です。高齢者数も急激に増加します。

質問③→3 平成24年より、高齢者数は増加していますが、横ばい状態です。

質問④→3 「急性期」「回復期」「慢性期」として病院の機能が整理され、療養で入院することから在宅医療へと転換します。在宅で療養できるための人材養成が急がれます。

質問⑤→2

あなたは、何問正解でしたか？質問について考えてみて、何を感じましたか？「自分事」として考えることが、今、必要です！

市では、あなたやあなたの周りの人たちが安心して暮らすことができるよう様々な取り組みをしています。

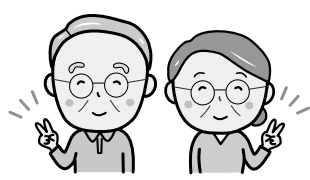
例えば、質問1の自立支援のために、どのような状況でもみなさまがなるべく自分で決めて自分らしく暮らしていけるよう様々な専門職がサポートします。専門職は、研修会などへ参加して能力向上に励んだり、個別会議などでは、各専門職の視点から協議し、多角的な支援に努めたりしています。

質問2関連では、他県や他市同様特に65歳以上人口が増えることから、その利点を活かす取り組み例として、栗東100歳大学やいきいき活動ポイント事業を実施しています。シニアの能力を發揮することで若い世代の暮らしも盛り立てていくことをめざします。

質問3の介護を受ける状態となることへの予防として「いきいき百歳体操」の普及啓発、質問4の介護を受ける状態となった時に再び自立（律）する高齢者となるサポートができるよう、介護人材の発掘育成として「介護従事者養成講座」などを行っています。

その結果として持続可能な介護保険制度となるよう努めます。

もちろん主役はみなさま。一人ひとりの心がけとあなたの行動が重要です。さあ、実行！



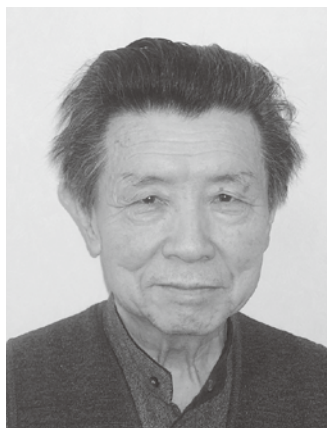
見つけた!! 隣のキラリさん



このコーナーは目標や生きがいを持って健康づくりをしておられる皆様を紹介しています。

木下 昭一さん (安養寺在住・76歳)

『多少不自由でも自分の力で生きたい』



*今回ご紹介する木下さんは、脳梗塞を発症されましたが、現在も目標に向かって頑張っておられます。会社経営を若い世代に任せ、安堵された矢先のことだったようです。

・病気を発症された時のお気持ちは?

左半身が麻痺し「10年前に脳梗塞を発症した時とはちがう。いつになったら退院できるんだろう、早く戻りたい・・・」と不安でいっぱいでした。しかし「完全に、もとの体には戻らないが、リハビリを一生懸命やったら、絶対によくする」と強い信念を持って頑張り、4ヵ月後に退院する事ができました。元々、何をやるにも積極的に取り組む性格が、よかったのだと思います。

・退院してからのがんばりは?

週に2回リハビリ施設に通い、自宅でも運動を続けています。

カラオケも週に1回は、妻と行きます。発症直後は、うまく話すこともできなかったので、「歌えているんだろうか?」と心配していましたが、友人から「だんだん上手くなっている」と言ってもらい「これもリハビリ、何でも歌ってみよう」と思いました。

・今後の目標とそのためには?

退院時より身体は動くようになり、できるだけ自宅でじっとしている時間を少なくしています。屋外にも歩行器で出かけています。まずは1人で歩いて近くのコンビニにまで行けるようになりたいです。

そして1年後には、自分で車を運転して旅行に行き、好きな写真もたくさん撮ってみたいと思います。これからの人生、今、できることを楽しみ、暮らしていける事に、感謝していきたいです。

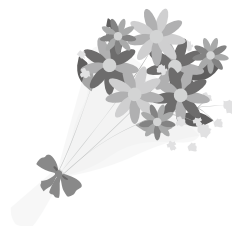
リハビリ施設職員さんより

運動される時は黙々と頑張られています。施設内の他の利用者さんに、ご自身から声をかけられ、コミュニケーション力も抜群で、いつも前向き。周りを楽しませてくれる木下さんです。

編集者より

お話されている間もずっと「何にでも頑張るぞ!」と意気込みが感じられました。

この秋には金婚式のお祝いで、琵琶湖のミシガンに奥様と2人で乗船されました。船の中も歩行器とエレベーターで移動され、「楽しかった」と話されました。何にでも、どんな時も、チャレンジ精神が強い木下さんの笑顔は、目標を持ってこそその強さで最高だと思います。



栗東市長寿福祉課 (地域包括支援センター) 地域支援係

TEL: 077-551-0198 FAX: 077-551-0548