

# 鍼灸師・柔道整復師による 介護予防デイサービス



①

NPO介護予防研究会理事長 佐藤 司

## 介護予防と運動器疾患

2006年4月に介護保険制度が大幅改正となりました。改正のひとつとして「予防重視システムの転換」が掲げられました。一般的に、予防給付の対象者は、状態の維持改善の可能性が高く、基本動作がほぼ自立している高齢者となります。このため、生活機能の維持向上の目標を明確にし、「運動指導をして身体機能を向上させる」などの目標指向型のサービスが提供されます。また、デイサービスに積極的に外出するということは、心身の両方の面から廃用症候群の予防に効果があり、そのような観点から、通所介護（デイサービス）、通所リハビリテーションの通所系サービスが介護予防サービスの中心となりました。介護予防サービスとしては、運動器の機能向上、口腔機能向上、低栄養予防などといった選択的なメニューが介護予防通所介護事業所（以下、介護予防デイサービス）などで導入されることになりました。

「介護予防」の考え方は2000年から施行された介護保険法に基づき、その介護保険法は「(法第4条)国民は、自ら要介護状態になることを予防するため(中略)常に健康の保持増進に努めるとともに、要介護状態となった場合においても(中略)適切な保健医療サービス及び福祉

サービスを利用することにより、その有する能力の維持向上に努める」と謳っています。2006年の改正は「介護予防」を理念として掲げるだけでなく、実際のサービスとして本格的に取り組むことになりました。その背景には、財源不足の問題が大きくあります。要支援や要介護1・2の軽度要介護者を中心に介護保険を利用する方が2倍近くに増えました(図1)。軽度要介護者はこのまま増え続けると保険者である自治体の財政を圧迫させるだけでなく、毎月の介護保険料を大幅に上げざるを得なくなります。また、利用者は急速に増えましたが、要介護状態が改善するケースが少ないこともあり、改めて、これまでの介護サービスの仕組みや内容を見直し、介護予防サービスを導入することで要介護状態に陥るのを水際でくい止めることが改正の狙いとされました。

介護予防サービスの対象者は軽度要介護者です。軽度要介護者の多くは「廃用症候群」または「生活不活発病」と呼ばれ、これが原因で要介護状態になっていきます。廃用症候群の高齢者は、外出を控える等の日常生活における活動の不足によって生活機能が低下していき、閉じこもりや各種臓器機能の低下、抑うつ等の精神症状を引き起こし、さらに他の症状を起こす悪循環が生まれることが指摘されています。