



人の世に熱あれ 人間に光りあれ!!

発行人 牧坂秀敏・小宮 豊

人権相談員便り [結び]

あなたの人権は保障されていますか？ 一人で悩まずにお気軽にご相談ください。

介護報酬削減がもたらす弊害、問われる自治体。だれもが健康に暮らせるために、今日からできることは!?

介護の現場が 変わる



◆報酬減で、介護事業所が半減

急に秋が深まって、さわやかというより肌寒く感じる季節になりました。肌寒くなるのは、そればかりではありません。要支援の高齢者を取り巻く状況も然りです。

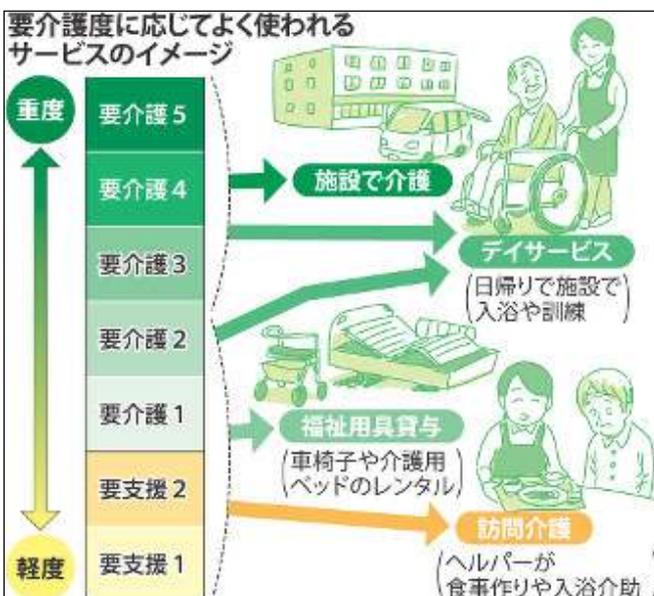
軽度（要支援1、2）の介護保険利用者に対する訪問介護（掃除や調理などの生活援助）とデイサービスは、全国一律の基準でしたが、2017年の4月までに、各自治体が実施主体となる方式に移行します。昨年度からはじまった、住民同士の助け合いをすすめる「介護予防・日常生活支援総合事業」（総合事業と略す）といわれるものです。介護事業所に支払われる報酬を削減し、無資格者の介護も容認するというものです。（下図は毎日新聞より引用）。

その結果、どういう事態が起きているかと言えば、参入する事業所が減っているのです。毎日新聞の調べによると、低報酬型の基準を決めた自治体157に聞いたところ、平均して報酬は2割減に設定。手を挙げた介護事業所は、従来規模と比較すると、訪問介護で50%弱、デイサービスでわずか30%弱です。

低報酬の新サービスへの事業所の主な参入状況(%)

	訪問介護	デイサービス
山形市	42.4	28.8
足立区	27.2	17.8
小田原市	7.7	2.7
北名古屋市	33.3	12.5
羽曳野市	2.4	10.5
高松市	18.3	9.6
山口市	32.6	26.9
大牟田市	22.2	9.4

（毎日新聞調べ）



◆利用は低迷、低賃金で担い手不足

毎日新聞によると、小田原市は低報酬サービスに参入する事業所数は、訪問介護3、デイサービス2。利用者はわずかで、市によると訪問介護1人、デイサービスはゼロ。要支援1、2の人が2000人以上はおり、介護ニーズはあるなかで、ごく少数という低迷ぶり。大分県日田市は「利用者のことを考えると、あえて無資格者の雇用を促す気はない」という。

研修した無資格者が実際に働くかと言えば、それも心もとない。有資格ヘルパーの時給が130

0円程度に対して、無資格者は1000円弱。交通費等は自己負担となると、最低賃金時間額に限りなく近くなります。「こんな賃金だと、コンビニで働いた方がまし」という声が出て当たり前です。

◆介護難民、重度化が危惧

従来並みの報酬のサービスも経過措置として残ってはいますが、国が支出抑制の方針を明確にしているため、実施主体の自治体が維持できなくなるのではないかと指摘されています。

そもそも、介護保険制度のスタートから、生活支援サービスは低く評価されてきましたが、今日に至っては、料理や掃除は「住民主体」(厚生労働省)でもできるという理屈が大手を振っています。身体機能の低下、心身の病気などを抱えて、自宅で暮らす高齢者の生活支援はまさに、自立支援の最たるものであり、経験と専門性が求められるにもかかわらず、「だれでもできる」という介護の現場を知らない官僚や有識者によって制度が変えられてきました。

軽度の人を重度化しないように、介護予防を積極的に行わなければならない状態にもかかわらず、その受け皿がなくなれば、必要なサービスを利用できず、結果として軽度者の重度化と介護費用の増大をもたらすことが危惧されます。

厚労省は、介護保険給付費が年々増え続けており、財務省の求めで、要支援1, 2に続いて、要介護1, 2の人に対して、ヘルパーが自宅で掃除や調理などをする訪問介護の生活支援サービスについても、同様に介護保険から外し、市区町村の事業に移すことを検討してきました。

しかし、10月12日、厚労省は生活援助サービスについて引き続き介護保険で利用できるようにする案を、社会保障審議会の部会に示しました。現在、要支援1, 2を対象とする訪問介護と通所介護を市区町村に移行中のため、「自治体の負担に配慮し」、先送りすることにしたというわけです。

◆「健康寿命」を伸ばそう

このような時代のなかで、最も必要なことは、だれもが要介護の状態にならないで、いつまでも、健康でいきいきと暮らせるように健康寿命を伸ば

すことです。「健康寿命」とは、寝たきりや介護が必要のない、いわゆる健康な期間をいいます。

健康寿命を伸ばすために、私たち一人一人ができることは何かといえば、①生活習慣病の発症予防・重度化予防、②生活習慣の改善などです。

とくに、生活習慣の改善では、まず食生活の改善が挙げられます。

健康的な食生活 5つのポイント (成人の場合)

食生活を改善するポイントは、次の5つです。

- ① 野菜は1日350g以上食べる
(1食あたり120gを目安に)
 - ② 塩分は1日8g以下に抑える
 - ③ 果物は1日100gを目安に食べる
 - ④ 脂肪のとりすぎに注意する
 - ⑤ 食べすぎない
- 朝食をしっかり食べて、夕食は控えめに。
 - 香辛料やだしを効かせたり、にんにくやしょうがなどの香味野菜を活用すれば、薄味でもおいしく食べられます。
 - 揚げ物よりも、「蒸す・煮る・茹でる」で脂肪分をカット!
 - よく噛んでゆっくり食べれば、食べすぎを防止することができます。(「東京都健康推進プラン2」より)

また、健康寿命を縮めてしまう大きな原因が「転倒・骨折」です。とくに、転んで足の付け根を骨折してしまうと歩行能力が低下し、寝たきりか介助が必要になります。転倒の原因は筋力低下。筋力が低下すると、つまずきやすくなったり、バランス能力が低下したり、骨が弱くなったりします。筋力を付ける運動が不可欠です。

東京都健康長寿医療センター研究所が群馬県中之条町と協力し、日常どのような運動をしている人たちが健康なのか、15年間追跡調査をした結果、1日『8000歩・中程度運動20分』が病気にならない歩き方です。「中程度」とは、ちよつと小走りや早歩きなど、身体に少し負荷がかかる程度の運動です。身体に違和感を覚えたときは、「1日7000歩・中程度運動15分」、75歳からは「1日5000歩・中程度運動7.5分」を目標に。中程度の運動には、階段の上り下り、スクワット、かかとの上げ下げ、お風呂掃除、床掃除などもあります。エネルギー消費が安静にしている状態の3~4倍以上であれば動きの種類は問わない。1日そのトータルが20分であればOK。