

健康へのメッセージ

介護保険

平成12年4月から介護保険制度がスタートして6年が経過しました。3年ごとに見直しが行われ、今年も2回目の改定です。当初と比較して軽度者の大幅な増加・サービスが状態の改善につながらない等が課題となりました。そこで、新予防給付の導入や地域支援事業の創設を行い、予防重視型のシステムへの転換を図っています。当町も来年には「地域包括支援センター」が作られて、介護予防対策事業の中心になります。

介護保険では65才以上の高齢者及び40〜65才で特定疾患に罹患した方に介護認定を行っており、その結果により介護サービスや介護用品の提供が行われています。

最初に市町村の介護福祉担当課に申請します。申請時にかかりつけの主治医の名前を告げると、その医師に対して市町村は主治医意見書の作成

を依頼します。主治医のいない場合は適当な医師を推薦してくれます。

主治医意見書は現在かかっている疾患に対する現状と、今後起こりうる病態に対する意見が書かれています。認定を受ける場合には市町村から調査員が本人のところに出向き、身体の状態についていろいろ調べます。この調査書と主治医意見書を本にして各自治体の中に作られている介護認定委員会で要介護度の判定が行われます。

従来は、要支援、要介護1〜5までの6段階に判定されていましたが、今年4月よりは要支援と要介護1を更に細かく分けています。要支援1、2及び要介護1です。これは今までの要介護1から、その一部を要支援2と認定し「新予防給付」と称し、積極的に運動器の機能向上のために身体リハビリの実施や栄養改善などをを行い、要介護の重症への移行を遅らせようとするものです。

要介護度の決定によりケアマネージャーという専門家が、各人の状態に応じて様々な介護サービスのプランを

な介護サービスのプランを制作します。専門施設での日帰りのデイサービス、宿泊を伴うショートステイ、在宅での入浴サービスなどのプランが作製されます。各サービスには利用費用が決まられており、自己負担額は1割です。ただし、各介護度に応じて上限が設けてあり、超過する場合には全額自己負担となります。

制度は既に動いています。利用者の急増により保険給付の費用が不足するようになっていきます。対策は個々の給付費を減らすか、40才以上に義務のある介護保険料の増加及び各自治体の負担増によるしか解決策はありません。今年

の改定では介護保険の費用の抑制が大きな目的との声もあります。その結果として介護サービスの低下に対する懸念の声も挙がっています。高齢化の進む時代です。日常生活習慣の改善に努め、有病者は主治医の指示を守りましょう。

◆救急当番日
9日祝・月 午前8時30分〜午後5時15分

10月から皮膚科の診療が、火曜日の午後1時〜3時に変更となりました。

※問い合わせ
☎ 13335

手作りの料理を食卓に！

☆鮭のホイル焼き☆ 材料(4人前)

生鮭	4切(320g)
塩	小さじ1/2(2.5g)
こしょう	少々
しいたけ	4個(40g)
にんじん	40g
しめじ	40g
レモン	4枚(20g)
白ワイン	大さじ2(30ml)
バター	少々

エネルギー 148kcal



《作り方》

- しいたけは石づきをとり、にんじんは千切りにする。しめじは小房にほぐす。レモンは輪切りにする。
- アルミホイルにバターを塗り、鮭をおいて塩・こしょうし、上に野菜を飾りレモンをのせ、ワインをふりかける。汁がもれないように包む。
- オーブンかグリルで15分焼く。

この秋はぜひ鮭のホイル焼きを作ってみませんか。鮭と野菜をホイルに包むことで、鮭が柔らかくなり、子供から高齢者まで美味しく食べられます。

食生活改善推進員
市原あけみ（鳥喰下）