

老いに向かつて、健康、医療、介護を考える

人は誰でも年をとります。老いに向かい合うなかで、その人らしく健康的な生活を維持しながら、もしも病気になったときにどんな医療や介護を受けていくのか、考えておく必要があります。医療の現場から、これからのあるべき姿についてお話ししたいと思います。



岡井隆広

河北総合病院院長補佐
腎・リウマチ膠原病・血液センター長
腎臓内科主任部長
入退院・地域情報センター部長

おかい たかひろ
日本内科学会総合内科専門医・指導医／日本腎臓学会腎臓専門医・指導医／日本透析医学会透析専門医・指導医／日本リウマチ学会リウマチ専門医・指導医・評議員／日本リウマチ財団登録医／ICD制度協議会認定インフェクションコントロールローレクター／身体障害者福祉法第15条指定医（腎臓、肢体）／難病指定医

我が国の人口動態

2020年には1億2615万人であった我が国の人口は、2070年には8700万人に減少する一方で、高齢化が進行し、2020年には28.6%であった65歳以上の人口が、2070年には38.7%に増加すると予想されます。

ています。

その結果、医療・介護の需要がさらに増すと見込まれています（図1-2）。

地域包括ケアシステムとは？

今後到来する高齢化社会に向けて、国は、高齢者が重度な要介護状態、あるいは認知症になっても、住み慣れた

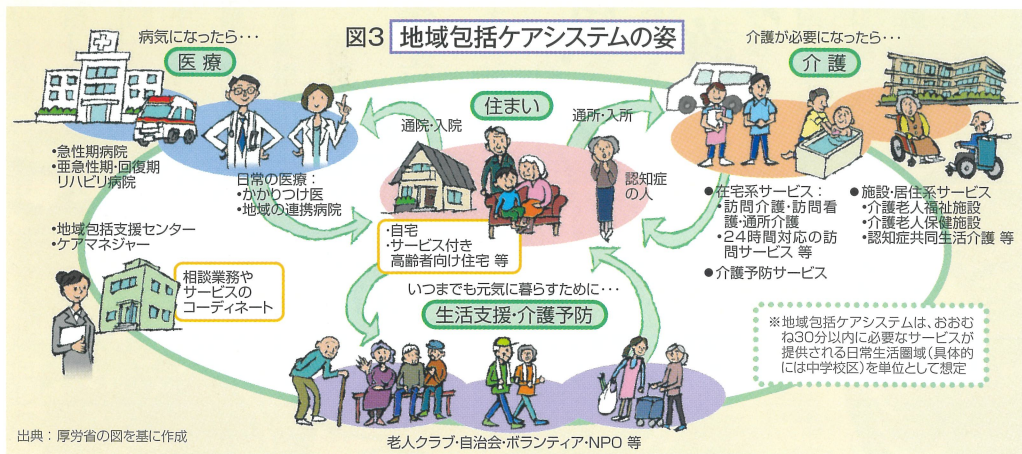
日常生活を送るための「介護予防・生活支援」（土）があることが基本となります。

「保健・福祉」（植物）が育ち、効果的な役割を果たすと考えられます。

当然ですが、植木鉢を支えるのは、本人・家族の選択と心構えです。本人の意思、あるいは家族との相談の結果、どのような人生を送りたいか、どのような医療、介護を受けたいか、反対に受けたくないのかの選択が、最も重要で尊重されます。

アドバンス・ケア・プランニングとは？

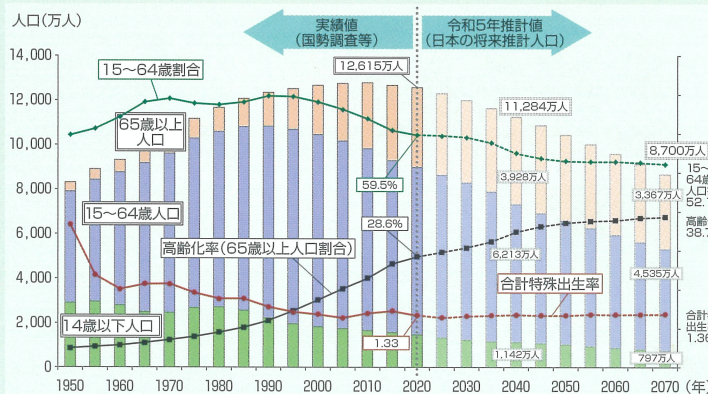
近年、「アドバンス・ケア・プランニング（Advance Care Planning）」という言葉をよく耳にします。わかりやすく言うと、「もしものときに備えて、将来受けたい人生の最期の医療、介護、あるいは亡くなる場所などについて、あらかじめ本人が医療者（主治医を含んだ医療チーム）や家族（あるいは信頼する人）と十分に話し合い、意思決



定しておくこと」です。それによって、最期まで本人の意向が最大限に尊重された医療、介護を受けることができます。

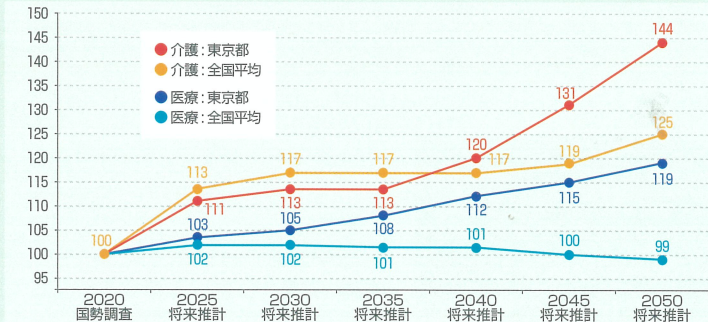
実際、終末期になると、約70%の方

図1 日本の人口の推移



出典：2020年までの人口は総務省「国勢調査」、合計特殊出生率は厚生労働省「人口動態統計」、2025年以降は国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口（令和5年推計）」（出生中位（死亡中位）推計）

図2 医療介護需要予測指数



出典：日本医師会JMAP

地で自分らしい暮らしを最後まで続けられるよう、住まい、医療、介護、予防、生活支援を一体的に提供するシステムの構築を推進しています。このシステムが「地域包括ケアシステム」と呼ばれ、各自治体（都、区、市、町、村）が中心となって、地域の自主性や主体性に基づき、地域の特性に応じて構築することが必要とされています。

病気の予防から医療、介護まで完結し、ましようというシステムです（図3）。地域包括ケアシステムは、住まい、医療、介護、予防、生活支援の5本の柱で構成されており、これらの連携は図4のような植木鉢に喩えられています。まずは高齢者のプライバシーと尊厳が十分に保障された「住まい」（植木鉢）があり、その住まいにおいて安定した

は自分で意思決定ができない状態となります。アドバンス・ケア・プランニングが事前になされていない場合、家族が代理で治療方針を決めざるを得なくなり、決断を迫られる家族にとっては精神的負担が大きくなります。当然ながら、家族が本人の希望に沿わない医療を選択してしまうこともあり得るため、本人の意向が尊重されない結果となってしまう。

地域における河北医療財団の役割

河北医療財団は、1928年の創立以来、地域医療を担う、そして地域の期待に応えることを最大の使命として

きました。当財団では、救急医療、専門的治療を中心とした急性期から、回復期、維持期、療養、介護、健康管理までの施設を有しています。さらに地域医療支援病院として、地域の医療機関（診療所、病院）、高齢者施設、薬局、訪問看護ステーション、地域包括支援センター（ケアマネジャー）とも連携を取りながら、地域の方が安心して暮らせるような地域包括ケアシステムの構築に取り組んでいます。

*

図4 地域包括ケアシステムの捉え方



出典：三菱UFJリサーチ&コンサルティング（地域包括ケア研究会）地域包括ケアシステムと地域マネジメント（地域包括ケアシステム構築に向けた制度及びサービスのあり方に関する研究事業）、平成27年度厚生労働省老人保健健康増進等事業、2016年

どのように生きて、どのように自分の人生を閉じるのか、自分で決められてこそ個人の尊厳が守られます。医療、介護の全てを医療者に委ねるのではなく、自分の健康は自分の責任として、正しい知識を持って病気の予防に取り組ましましょう。定期的に健診を受けるなどして病気を早期に発見し、治療を受ける場合は、積極的に医療者と相談しながら協働で意思決定しましょう。そうしながら、最期までのように自分らしく生きていくかを考えていただければと思います。