

9 今後高齢化に伴い増加する疾病等対策

(1) 現 状

- 令和5年3月に公表された国立社会保障・人口問題研究所による年齢3区分で推計した人口割合では、64歳以下は今後も減少し、2040年には75歳以上の人口は現在の1.4倍となり、今後も高齢化がますます進行すると推計されています。
- このような中、高齢者がその有する能力に応じた自立した生活を送るために、自立支援・重度化防止に向けた取組を進めることが重要です。
- 北海道の高齢者の肥満割合は、65歳以上男性で32.5%、同女性で24.3%、また、高齢者1日の歩数は、65歳以上男性で5,795歩、同女性で4,890歩となっています。
- 口の中の細菌が増加し、それらが気管から肺に侵入（誤嚥）することで、誤嚥性肺炎の危険が高まります。特に、認知症を有する方をはじめ要介護高齢者は複数の病気をもっていることが多く、栄養状態も良くないことから、誤嚥性肺炎などの感染症は重篤化しやすい状態にあります。

(2) 課 題

(介護予防)

- 高齢者の増加に伴い、高齢者特有の疾病等であるロコモティブシンドローム、フレイル、肺炎、大腿骨頸部骨折、誤嚥性肺炎等への対策が重要です。
- 要介護状態や要介護状態となることの予防又は軽減もしくは悪化の防止の推進に当たっては、機能回復訓練等だけではなく、生活機能全体を向上させ、活動的で生きがいを持てる地域づくり等を進めることが重要です。
- 介護予防を進めるに当たっては、高齢者の心身の状態が自立、フレイル、要介護、またその状態が可変であるというように、連続的に捉えて支援するという考え方に立つて行う必要があります。
- 運動、口腔、栄養、社会参加などの観点から、高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施を推進し、身近な場所で健康づくりに参加でき、また、フレイル状態を把握した上で、適切な医療サービス等につなげることによって、介護予防・重度化防止や疾病予防・重症化予防の促進を図ることが重要です。
- 保健・医療・福祉・介護が連携し、適切なリハビリテーションサービスを提供するため、地域におけるリハビリテーション支援体制の整備を推進する必要があります。

(高齢者の健康づくり)

- 高齢期のやせや低栄養は、要介護や死亡のリスクとなるため、適正体重の維持や低栄養の回避が重要です。
- 高齢期に見られる骨や関節など運動器の障害により自立度が低下し、介護が必要となる危険性が高い状態（ロコモティブシンドローム）の予防に向けた知識の普及が必要です。

(歯科保健医療)

- 口腔内状態の不良は、誤嚥性肺炎のリスクとなります。誤嚥性肺炎は、認知症を有する方を始め高齢者の死亡原因にもなることから、その発症を予防することが重要です。
- オーラルフレイル*1は、フレイルの入り口であると考えられています。早期にオーラルフレイルに気づき、口腔機能の向上に取り組むことが重要です。

(3) 施策の方向と主な施策

(介護予防)

- 市町村が実施する介護予防事業に対して保健所に設置している「市町村支援チーム」により、技術的な助言、支援を行うとともに、保健師、栄養士、歯科衛生士、理学療法士、作業療法士等の専門職の派遣を行うなどして、効果的な介護予防事業が推進されるよう支援します。
- 地域包括支援センターの介護予防ケアマネジメント業務や関係機関との連携構築などの機能

*1 老化に伴う様々な口腔の状態（歯数・口腔衛生・口腔機能など）の変化に、口腔の健康への関心の低下や心身の予備能力低下も重なり、口腔の脆弱性が増加し、食べる機能障がいへ陥り、さらにはフレイルに影響を与え、心身の機能低下にまでつながる一連の現象及び過程。

強化を図るため、センター職員等を対象とした研修会を北海道として開催します。

- 高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施に係る意見交換会では、市町村の取組状況を確認し、適宜取組推進のための啓発や他市町村等との連携体制の構築などを行います。
- 地域の関係機関等と連携し、機能訓練を必要とする高齢者などに対して適切なリハビリテーションサービスが提供されるよう支援します。

(高齢者の健康づくり)

- 高齢期の適切な体重管理やロコモティブシンドロームの予防に向け、適切な食事や運動について、普及啓発を行います。
- 介護保険施設等で適切な栄養管理が実施されるよう指導や研修会を行います。また、在宅配食事業者に対し、在宅栄養管理に関するガイドラインの普及啓発を行います。

(歯科保健医療)

- 高齢期の歯科保健医療対策として、高齢者の口腔機能の維持・向上の推進を図るとともに、オーラルフレイル等の口腔機能に関する知識の普及啓発、食支援や口腔機能訓練等に関する取組を推進します。