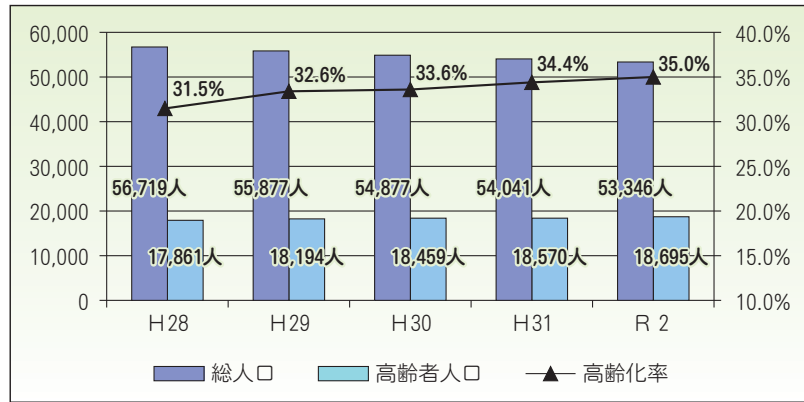


# 独りになっても大丈夫「ずっと五所川原で暮らそう」 ～高齢期からの“ごしょぐらし”～

## 1 五所川原市の状況 「3人に1人が高齢者」



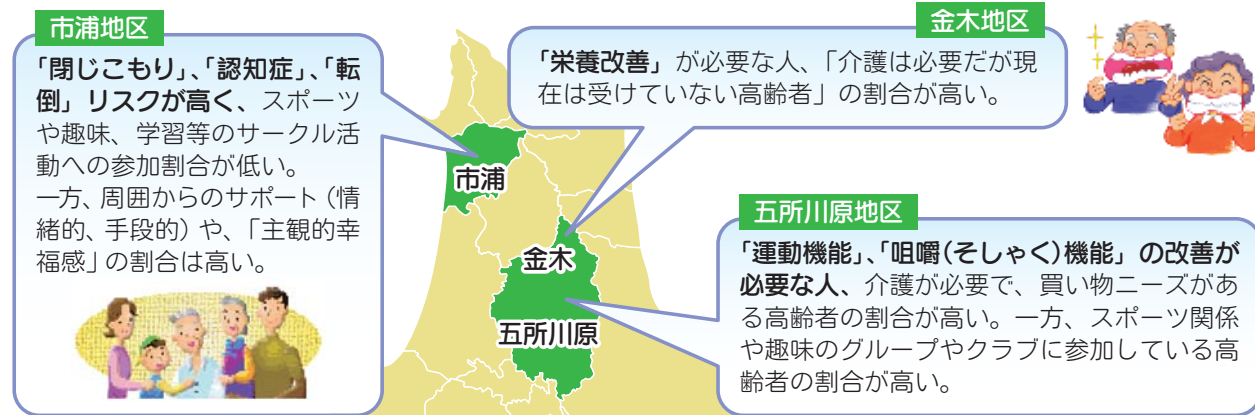
人口・高齢者人口の推移 グラフ (市全体)

- 高齢化率は令和2年で35%です。令和24年に高齢者人口がピークを迎えます。
- 市では、市民が「住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生最後まで続けることができる」よう、関係者が一緒になって取り組んでいます。

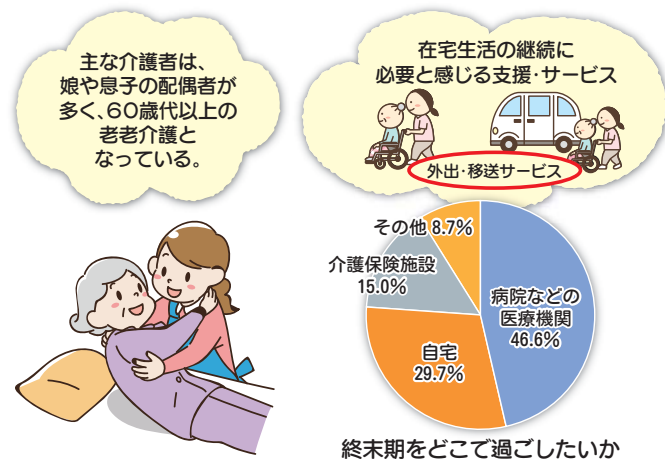


## 2 調査結果 1) 「介護予防・日常生活圏域ニーズ調査結果」からみた3地域の特徴

**【目的】** 日常生活圏域ごとに、地域の抱える課題の特定（地域診断）に資するため。 (令和元年12月実施)  
**【対象者】** 65歳以上の市民（要介護認定者を除く）の中から無作為抽出した3,000人。  
**【回答者数】** 1,993人（回収率66.4%）



## 調査結果 2) 「在宅介護実態調査結果」からみた地域の状況 (令和2年7月実施)

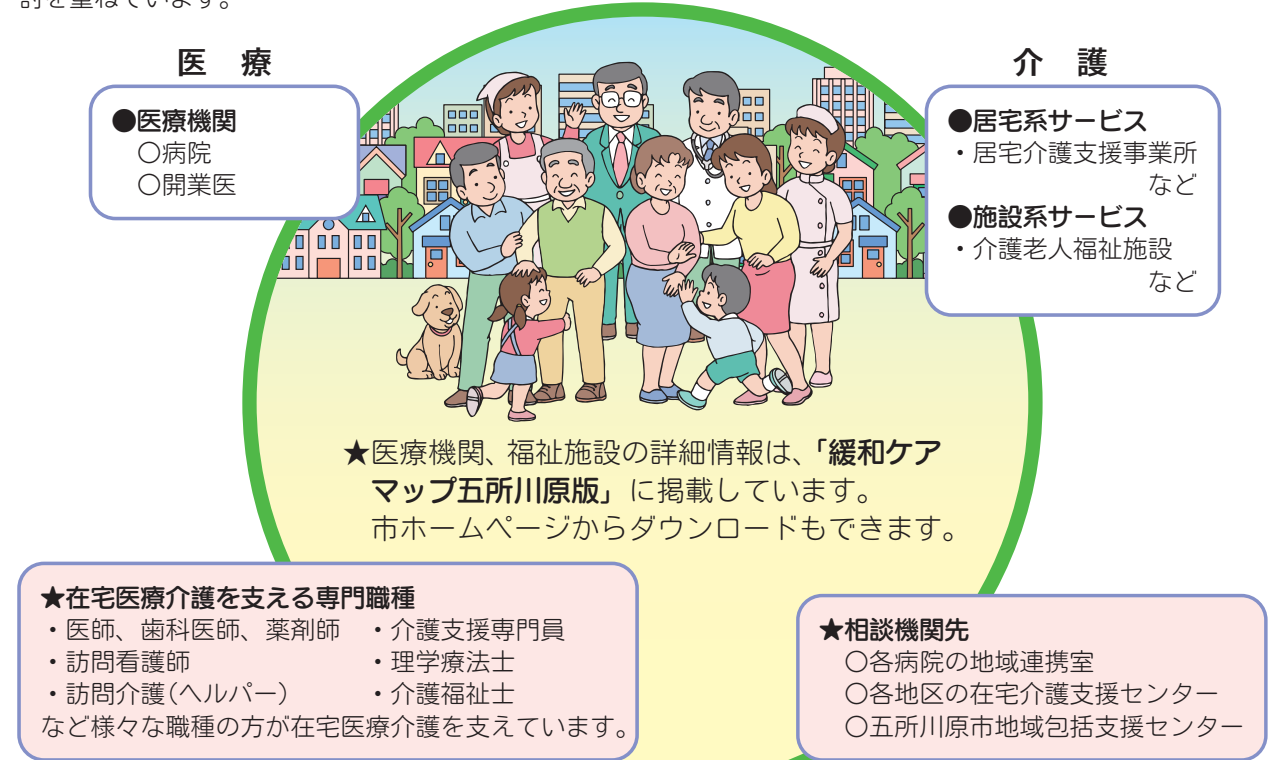


**【目的】** 「高齢者等の適切な在宅生活の継続」と「家族等介護者の就労継続」の実現に向けた介護サービスの在り方を検討するため。  
**【対象者】** 在宅要介護認定更新者（要介護1～5）の中から無作為抽出した400人。  
**【回答者数】** 266人（回収率66.5%）

○在宅療養を継続する上で介護者が不安に感じることは「認知症状への対応」、「日中の排せつ」、「外出の付き添い、送迎等」、「夜間の排せつ」でした。

## 3 在宅で医療や介護が必要となった時の五所川原市の支援体制

地域のニーズや課題に対し、市内の関係機関（職種間）が一緒に研修会を実施し、課題解決に繋がるよう検討を重ねています。



★医療機関、福祉施設の詳細情報は、「緩和ケアマップ五所川原版」に掲載しています。市ホームページからダウンロードもできます。

## 【参考】ACP (Advance Care Planning : アドバンス・ケア・プランニング)

厚生労働省では、2018年、アドバンス・ケア・プランニング（ACP）の愛称として「人生会議」という名称を提唱しました。ACPについて知っておくことも老後の備えです。

- ★地域包括支援センターでは、保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員が常駐し、介護全般にかかわる総合相談を行っています。
- ★「介護予防・日常生活圏域ニーズ調査結果」、「在宅介護実態調査結果」は、市のホームページでご覧いただけます。
- ★「在宅医療介護を支える専門職種紹介リーフレット」や「緩和ケアマップ五所川原版」の冊子も差し上げています。

問い合わせ先  
 地域包括支援センター  
 内線2461



人生の終わりまで、あなたは、どのように、過ごしたいですか？  
 もしものときのために「人生会議」

～あなたが望む、人生の最終段階の医療・ケアについて話し合ってみませんか～  
 11月30日(水)まで、受付中。は人生会議の日

話し合いの進めかた(例)

- あなたが大切にしていることは何ですか？
- あなたが信頼できる人は誰ですか？
- 信頼できる人や医療・ケアチームと話し合いましたか？
- 話し合いの結果を大切な人たちに伝えて共有しましたか？

誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やケガをする可能性があります。命の危険が迫った状態になると、約70%の方が、医療やケアなどを自分で決めたり望みを人に伝えたりすることができなくなると言われています。あなたが望む医療やケアを受けるために大切にしていることや望んでいること、どこでどのような医療やケアを望むかを自分自身で前もって考え、周囲の信頼する人たちと話し合い、共有することが重要です。

もしものときのために、あなたが望む医療やケアについて、前もって考え、繰り返し話し合い、共有する取組を「人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）」と呼びます。あなたの心身の状態に応じて、かかりつけ医等からあなたや家族等へ適切な情報の提供と説明がなされることが重要です。

詳しくは、厚生労働省のホームページをご覧ください。  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_02783.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_02783.html)