

## ケアマネジメントへの高齢者の積極的な参画に関する調査研究事業報告

株式会社日本能率協会総合研究所

### (目的)

ほとんどの高齢者が慢性症状を持っている中で、高齢者自らが自身の健康管理において主体的な役割を担うよう要請していくための方策として、セルフケアの支援方法や支援内容を明確にすることを目的として実施した。

### (概要)

主な実施フローは以下の通り。

1. 専門家・識者による「委員会」の設置、開催・・・研究を実施する上で、有識者等で構成される「委員会」を設置する。委員会では、セルフケアの実施のための方法等及び、これに関するヒアリング調査等の方法について検討を行うとともに、調査結果を踏まえ、セルフケアを基盤としたマネジメントの在り方について検討・討議を行った。

2. 「セルフケア」に関する先進事例研究

「セルフケア」及び「セルフマネジメント」の近年の動向に関する海外文献を収集し、翻訳・整理を行い、「第1章 高齢者におけるセルフケア・セルフマネジメントとは」及び「第4章 イギリスにおけるセルフケア振興の取り組み」としてとりまとめを行った。

3. 「セルフケアを基盤としたケアマネジメント」に関する調査

① 自治体における介護予防のための自主グループ活動に関する実態調査・・・国内で実施されている介護予防事業等から派生した自主グループ活動の実態について定量的に把握するとともに、自主グループ活動を継続的な取り組みとするための課題の把握を行った。

② 自主グループ活動の実施に関する調査・・・先進事例の中から、自主グループ活動の効果について聞き取り調査及びアンケート調査を実施し、成功要因・失敗要因及びその効果について具体的に把握し、セルフケアを基盤とした日本のマネジメントシステム構築に向けた必要な要素、手法、内容や適用範囲等について把握を行った。

4. 報告書の作成・配布・・・調査結果について、報告書としてとりまとめを行った。

なお、報告書をホームページにアップすると共に、3-①で協力いただいた自治体で、調査結果を希望した自治体に対し、電子メールにて案内を行うこととしている。

### (評価と課題)

海外の先進事例として、イギリスの調査結果からは、日本の現在の規範意識の改革の難しさを克服するための方策の必要性が提言された。日本においては、高齢者本人が要介護状態とならないために予防する努力や、要介護状態となってもその有する能力の維持向上に努めるための支援の在り方の検討は、これまで十分に行われてこなかった。しかしながら、全国の自治体の調査によって、わずかではあるがセルフケア支援も実施され、興味深いプログラムも存在しており、セルフケアの普及に向けた可能性があることが示された。

### (今後に向けて)

『生活に留意し健康を保ち、病気や怪我が治るように努める』というセルフケアを推進できるかについて、明確な回答を持っている者はほとんどいないといえる。しかし、日本では、古くから「養生」という言葉で、その考え方・方法が示されてきた。この「養生」の考え方には、食事や生活習慣だけでなく、医師との関わり方や薬の用法も含まれていた。住民が「養生」に努めるためには、自己効力感を高める、すなわち、自分で治していく過程に対する動機をもち、必要な知識を持った上で、自らの行動を変え、成果を実感できる機会の増加が必要である。従来の介護予防事業で求められていた受動的な姿勢ではなく、能動的に学び、多様な病気や障害を持つ人たちが情報やスキルを共有し、健康管理や必要な支援やサービスの選択ができるようになる道筋が、理論的に説明されることが求められる。