潤 うるおい
No. 19
2005年 新春号
1月1日発行

(財)潤和リハビリテーション振興財団
潤和会記念病院
病院長　呉屋　朝和
〒880-2112　宮崎市大字小松1119番地
TEL0985-47-5555　FAX0985-47-8558
http://www.junwakai.com

わが国の高齢者医療政策の変遷

副院長(内科)　木　田　　修

いささか堅苦しいタイトルをつけてしまいましたが、20世紀後半から21世紀に向けての、わが国の高齢者の医療政策がどのように変わってきたかを、できるだけ分かりやすく述べたいと思います。

昭和41年に「老人福祉法」が制定され、特別養護老人ホームへの入居や、在宅へのホームヘルパー派遣事業などが開始されました。介護を必要とする高齢者への支援は、この法律の名前の通り、福祉政策として始まったのです。

平成元年には、「高齢者保健福祉推進10ヵ年戦略（この戦略による整備計画をゴールドプランと言います）」が制定されました。一般に、高齢者や障害者を示す色は、シルバーシートやシルバー産業などの言葉で表現されるように、銀色（シルバー）です。本来ならば、シルバープランと呼ぶべきものでしょうが、当時の厚生省のお役人はユーモアのセンスがあったのか、それともオリンピックにかぶれていたのか分かりませんが、銀より金の方が良いと考えてゴールドプランと名付けたのでしょう。ちなみに、国の少子化対策は「エンゼルプラン（天使の計画）」と命名されており、その成果はともかくとして、名前はとても良い響きです。

－閑話休題。－

このゴールドプランでは、特別養護老人ホームや老人保健施設の設置数や、ホームヘルパーの人員数などの目標値を定めて、高齢者政策のいわゆる基盤整備を進めるものでした。しかし、高齢者の増加が非常に早いため、基盤整備の拡充の必要に迫られて、10年を待たずに、平成６年には当初の目標値をさらに上乗せした「新ゴールドプラン」に修正されました。また、高齢者保健福祉推進10ヵ年戦略には、「寝たきりゼロ作戦」というキャッチフレーズも付いていました。ゴールドプランによって基盤整備を進めると同時に、リハビリ医療や介護技術の向上を図り、寝たきりをなくそうという戦略でした。これらの政策の集大成として、平成12年（ちょうど2000年になります）に介護保険制度がスタートしたのです。

21世紀に突入し、わが国の高齢化はますます進んで参りました。新ゴールドプランに変わる新しい整備目標が必要です。すでにゴールド（金色）という言葉を使ってしまったので、次の計画では何色にするのかなと、厚生省の政策発表を個人的に楽しみに待っておりました。ところが、発表された計画の名前は、21世紀なので「ゴールドプラン21」だそうです。何と安直でセンスのない名前なのか！　こんな名前で果たして十分な成果が得られるのだろうかと、いぶかしく感じるのは私だけでしょうか。今回は、10ヵ年もとは欲張らずに最初から5ヵ年戦略ですが、同じようにキャッチフレーズが付いております。それは「ヤングオールド作戦」という名前で、これにはかろうじて及第点をやれそうです。20世紀最後の10年間は寝たきりをなくそうという作戦でしたが、21世紀はそれを1歩進めて、若々しい元気な高齢者を支援しようという作戦です。寝たきりにならないように、健康増進や早期のリハビリに努め、いつまでも元気で暮らせるようにしようという作戦です。最近、何でもない段差につまづくことがあります。ヤングオールド作戦は、私自身に必要になってきたのかなと感じる今日この頃です。

豊かに暮らす

「花の会」の皆さん

セラピスト室言語療法士
木　村　祐　二

脳卒中などの後遺症で言語障害になることがあります。いわゆる失語症（言葉が話せない、スムーズに言えない、話を聞いてもよく分からない、読み書きが上手く出来ない等）や構音障害（声が出にくい、発音が不明瞭で通じにくい等）というものが主なのですが、とにかく日常生活上なかなかコミュニケーションがとれずご本人はもちろん、ご家族や周囲の人々にとってもたいへん気苦労が多いものです。また、リハビリ施設で言語訓練を長期間続けても、やはり障害が残ってしまうことも多いようです。

人と人とのコミュニケーションに欠かせない『言葉』に障害を持つということは、家庭生活や社会生活から疎外されてしまうことにもなりかねません。障害を負ってしまうと、いくら人から励まされても、自分独りではそう簡単には暮らしぶり（生き方）は変えられないことと思います。

リハビリテーションの中に「QOL（Quality of life)」という言葉がありますが、これは『意味のある生活・価値のある生活』ということで、障害が残っても「人生を豊かに暮らす」ことを目標にするというものです。障害を持って生きる人々が、よりよく暮らすために大切なのはご本人の意思はもちろんですが、周囲の環境や理解・協力、また支え会う人（家族や同じ障害を持った仲間、協力者）がいるかも、とても重要になります。しかし実際に『豊かに暮らす』にはどうしたら良いかは、なかなか難しい問題だと思います。

さて、前置きはこのくらいにしてここでご紹介したいグループがあります。宮崎県失語症友の会『花の会』といって、脳卒中後遺症で失語症になった人とその家族の会です。言葉が不自由で身体の麻痺がある人もいます。現在は会員約20数名で、月に一度の定例会（レクレーションや家族の交流・情報交換など）およびバスでの外出や野外活動（花見、梨がり、食事や宴会、美術鑑賞等）などを楽しんでいます。（結構遠出もします）
個人では出来なくても「皆でやればなんとやら・・」で、たとえ言葉が不自由でも、身体に麻痺が残っていてもいろいろと楽しめることは多いものですし、また友の会の活動をきっかけに個々で外出する機会が増えたり、旅行に行ったりする方もいます。それに家族同士の心の交流、支えあいも生まれます。何より記念写真に写った皆さんの「笑顔」はいつもたいへん印象的です。

最後になりましたが、たとえ身体や言葉に障害が残っても（障害を経験した本人や家族にしかその苦しみはわからないとは思いますが)、誰もが『豊かに暮らす』を目標に生きていけるようになることを、願ってやみません。

検査の紹介

～貧血検査～

ここでは、貧血の中で一番多い、鉄欠乏性貧血の検査について紹介します。
鉄欠乏性貧血は、ヘモグロビン(血色素)の構成要素である鉄が不足するために、ヘモグロビンが減少してしまう貧血です。
血液検査で測定する主な項目を以下に表しました。

検査項目

赤血球数（ＲＢＣ）

赤血球は､肺で受け取った酸素を体中に運び、そこで不要になった二酸化炭素を運び出す働きをしている。骨髄で作られ、寿命は約120日。

ヘモグロビン量（Ｈｂ）

赤血球に含まれている色素で、ヘムという鉄とグロビンという蛋白質が結びついたもの。
このヘムの鉄分が酸素の運搬を担っている。

ヘマトクリット（Ｈｔ）

血液中に占める赤血球の容積の割合を表すもので、赤血球の数が減ったり、一つ一つの赤血球の大きさが小さくなったりすると減少する。

ＭＣＶ（平均赤血球容積）

赤血球1個の平均の大きさを表したもの。鉄欠乏性貧血では低くなる。

ＭＣＨ（平均赤血球血色素量）

赤血球１個に含まれるヘモグロビンの量を表したもの。鉄欠乏性貧血の場合、ヘモグロビンや赤血球数の低下よりも先にＭＣＨが低下する傾向にある。

ＭＣＨＣ（平均赤血球血色素量濃度）

赤血球に含まれるヘモグロビンを百分率で表したもの。

血清鉄（Ｆｅ）

体内に含まれる鉄のおよそ３分の２が赤血球のヘモグロビンに含まれ、残りの大部分は貯蔵鉄としてフェリチンなどの形で蓄えられている。血清鉄とは、貯蔵鉄から赤血球合成の為に体内を運ばれていく途中の鉄の事。

総鉄結合能（ＴＩＢＣ）

血清中の鉄は、トランスフェリンという蛋白質と結合していて、このトランスフェリンが全部でどれくらいの鉄と結びつくことができるかを表したものが、ＴＩＢＣである。鉄欠乏性貧血の場合は、ＴＩＢＣ増加が認められる。

＜臨床検査室＞

みなさんこんにちは！

新しく来られた２人の先生の紹介をいたします。

岩　村　威　志（いわむら　たけし）

【年　　齢】１９５３年生　　【担　当　科】外科・消化器科
【出身大学】鹿児島大学　【趣味・特技】園芸，社交ダンス，ゴルフ
【自己ＰＲ】今までに学んだ消化器外科学，腫瘍外科学の知識と技術を生かし、自分の肉親に提供して欲しい医療を実践していきたいと考えています。

杉　本　晶　子（すぎもと　あきこ）

【担　当　科】内科
【出 身 大 学】宮崎大学
【趣味・特技】歌
【自 己 Ｐ Ｒ】特に無し

あとがき　目からうろこ（発想の転換）

昔の事を思い出して見て下さい。自転車に乗る練習をするのに、体中に擦り傷や打ち身を作った経験は誰しもあるのではないでしょうか？　また、最近ではご自分の子供や孫の練習に付き合って同じような思いをした方もいるのではないでしょうか。自転車に乗れるようになる為には少しぐらい痛い思いをしなくてはだめだと思っている方が大半だと思います。私自身も遠い昔にその様にして練習しましたし、長女の時もそうでした。

ところが息子が練習を始めた時、インターネットでふと目にした「1日で自転車に乗れる方法」というのが、これまでの既成概念を打ち砕いてしまいました。なんと今まで散々苦労していたのが嘘のように1時間もせずに乗れるようになってしまったのです。

それは簡単に書くと次のような内容でした。①両足が地面につく高さにサドルをあわせ、両方のペダルをはずしてしまう。②両足で交互に地面をけって直進する練習をする。③次に目標を回って戻ってくる。それができたら8の字を描いて行ったり来たりする。④足を浮かしている時間が長くなってスムーズに出来るようになったらペダルをつけてこがせてみる。たったそれだけの事なのですが、しっかり乗りこなしていました。狐にばかされたようなかんじというのはこんな事をいうのでしょうか。

今考えると、自転車に乗る上で一番大切な事はいかにバランスを保てるかということです。しかし、誰しも速くこげば早く乗れるようになると信じてペダルをこぐことに一生懸命になりすぎ、バランスをとることを忘れて練習しています。「発想を変えて練習を進める」このエピソードから物事を違う視点で眺めてみたり、違った取り組みをして行くことの大切をあらためて学んだような気がしました。我々の日々の生活や仕事に関しても、もし漫然としている事があれば、発想を変えて、違った角度から見直して見ることも必要かもしれません。