

# 最新のトピックス：玉川医師会から

一般社団法人玉川医師会 在宅医療担当理事

医療法人社団創福会 ふくろうクリニック等々力・自由が丘

山口 潔



医療法人社団 創福会  
ふくろうクリニック等々力  
Fukuro Clinic TODOROKI

医療法人社団 創福会  
ふくろうクリニック自由が丘  
Fukuro Clinic JIYUGAOKA



日本老年医学会老年科専門医・指導医・代議員  
日本内科学会総合内科専門医・臨床研修指導医  
日本老年精神医学会専門医・指導医  
日本認知症学会専門医・指導医  
日本プライマリ・ケア連合学会認定医  
日本医師会認定健康スポーツ医  
東京大学医学部非常勤講師（老年病科）  
昭和大学客員教授

# 1. 認知症・在宅医療

- ◆世田谷区もの忘れ診断ネットワーク（研究会）
- ◆認知症サポート医・かかりつけ医連絡会
- ◆介護保険主治医研修会 東京在宅医療塾

## 新しいトピックス

- ◆認知症の診断後支援
- ◆Hospital at Home, Crisis Resolution Team

# 認知症の当事者や家族の不安 物忘れ外来におけるケアの課題

『診断名を告げられ、薬を処方されるだけだった』

『これからの変化や症状についての説明がなかった』

『サポート体制や具体的な対応の情報なかった』

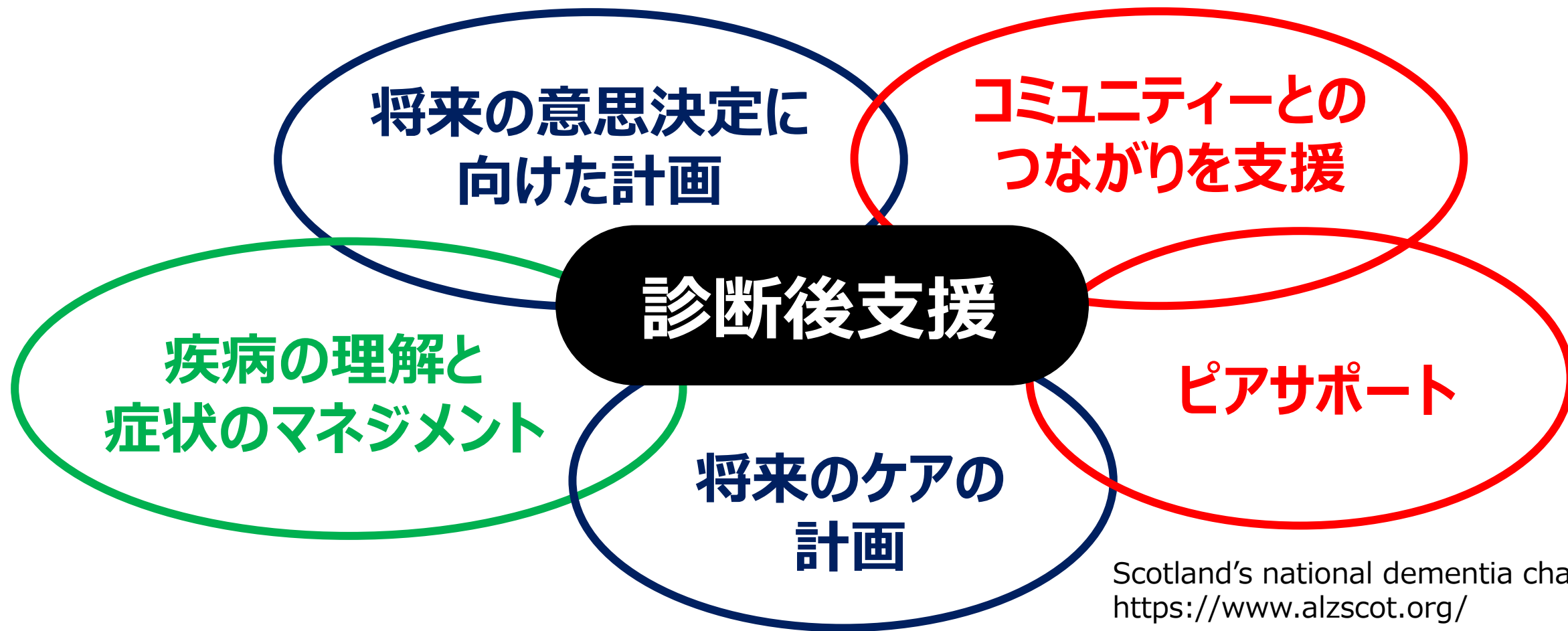
『何の支援も得られない空白の期間があった』



必要なのは

1. 本人と家族の受ける**心理的打撃**や**将来への不安の緩和**
2. 介護保険の紹介だけではなく、**非薬物療法**を提供

# 認知症の診断後支援



物忘れ外来に“**認知症パートナー**”：社会福祉士・介護支援専門員を配置・・・外来受診のついでに相談。要介護になったらそのまま、ケアマネージメントを担当・・・診断後支援の継続性を確保する。

# 認知症の診断後支援 in 玉川

あんしんすこやかセンターに丸投げしない



医療法人社団 財団法人  
ふくろうクリニック等々力  
Fukuro Clinic TODOROKI

医療法人社団 財団法人  
ふくろうクリニック自由が丘  
Fukuro Clinic JIYUGAOKA

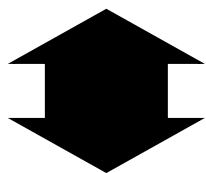
物忘れ外来：医師

+

療養生活継続支援（医療保険）

：認知症看護認定看護師・PSW

ケアラー外来：心理師（自費）



精神科医往診

精神科訪問看護（医療保険）：

②家族・介護者ケアを含む



①非薬物療法

1. 通院集団精神療法（医療保険）
2. 通所リハビリテーション（介護保険）
3. 訪問リハビリテーション（介護保険）

認知症カフェ 本人ミーティング

介護者の会・家族会

社会福祉協議会サロン・ミニデイ

暮らしの保健室

# Hospital at Home : 在宅入院

- ◆ 自宅で「入院治療」すること。急性期疾患患者が病院救急部に収容されて入院治療が必要と判断されたケースに対して、入院治療の代替として在宅医療を提供するシステム。
- ◆ イギリス、フランス、イタリア、ニュージーランド、オーストラリアなど、欧米を中心に実施されている。病院の医師・看護師を含む多職種からなる専門チームが、期間を定めて自宅を訪問し、入院治療と同様の治療とケアを提供する。  
→ 日本では機能強化型在宅療養支援診療所が提供している。
- ◆ これまでに、慢性心不全の急性増悪、慢性呼吸不全の増悪、大腿骨頸部骨折、深部静脈血栓症、皮膚・軟部組織感染症などで有用性が示されている。

# Crisis Resolution Team

## 危機解決チーム

- ◆ **イギリス**で地域精神保健システムの改革により誕生した、精神科疾患の危機を解決し自宅で治療するチーム。
- ◆ 急性期精神科病棟への入院される患者を評価し、入院よりも自宅での治療が好ましいと判断された際に**自宅で集中的な治療**を行う。
- ◆ また、病院からの早期退院を促進する役割も担う。
- ◆ 24時間対応し、地域で集中的な対応を行うことが特徴。

## 2. フレイル対策/孤独・孤立対策

### 新しいトピックス

◆フレイル検診

◆玉川医師会ロコモ・フレイル委員会

ロコモ・フレイル診断ネットワーク

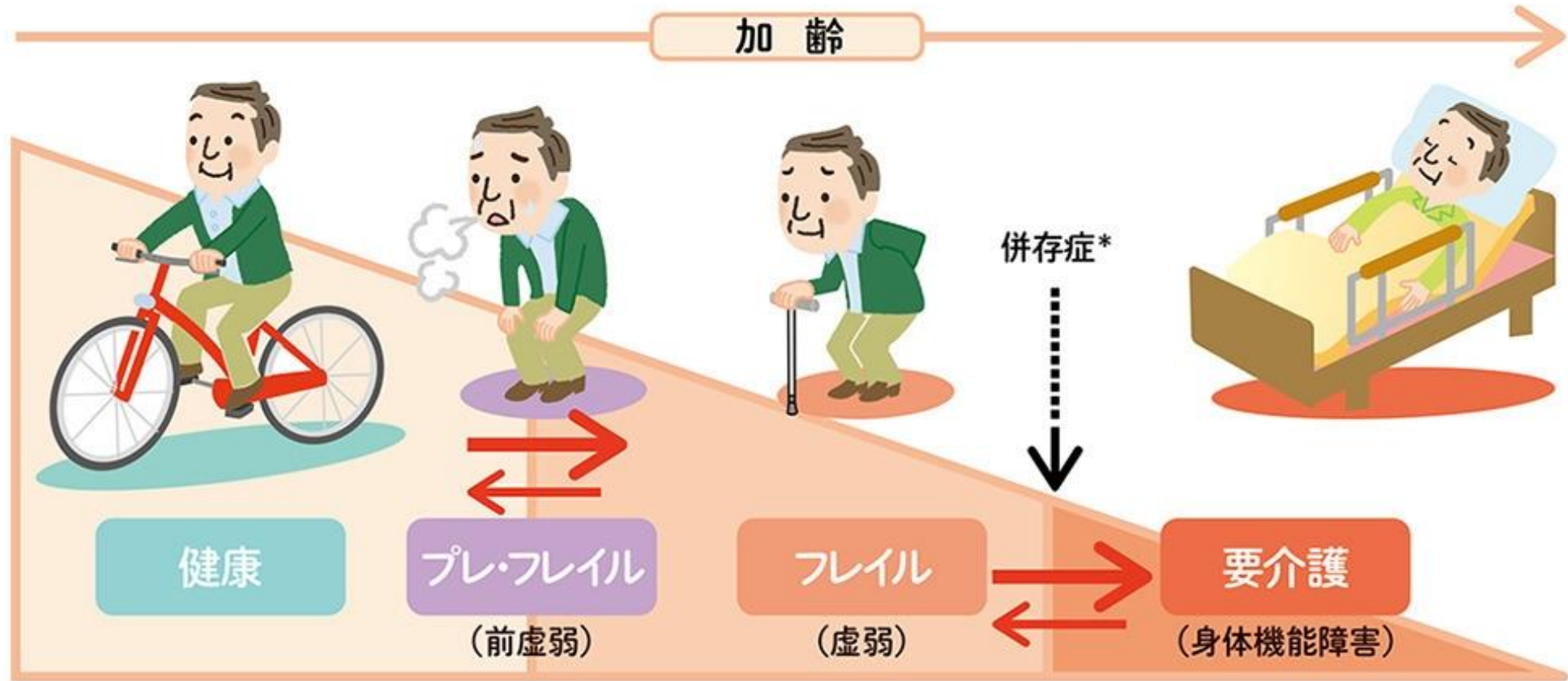
◆社会的処方

医師会発の孤立・孤独対策



# フレイル＝要介護状態の前段階

2014年5月に日本老年医学会が提唱



大切なことは、“フレイル”の段階で介入すれば、要介護状態を予防することができるかもしれないということ。

要介護状態の危険因子：①やせ・体重減少 ②疲れやすい ③筋力低下 ④歩行速度低下 ⑤身体活動量低下

# フレイル健診が始まるはず・・・

2020年4月開始の後期高齢者（75歳以上）の健診（フレイル健診）の質問票

類型名	No	質問文	回答
健康状態	1	あなたの現在の健康状態はいかがですか	①よい ②まあよい ③ふつう ④あまりよくない ⑤よくない
心の健康状態	2	毎日の生活に満足していますか	①満足 ②やや満足 ③やや不満 ④不満
食習慣	3	1日3食きちんと食べていますか	①はい ②いいえ
口腔機能	4	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか ※さきいか、たくあんなど	①はい ②いいえ
	5	お茶や汁物等でむせることがありますか	①はい ②いいえ
体重変化	6	6カ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	①はい ②いいえ
運動・転倒	7	以前に比べて歩く速度が遅くなって来たと思いますか	①はい ②いいえ
	8	この1年間に転んだことがありますか	①はい ②いいえ
	9	ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか	①はい ②いいえ
認知機能	10	周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがある と言われていますか	①はい ②いいえ
	11	今日が何月何日かわからない時がありますか	①はい ②いいえ
喫煙	12	あなたはたばこを吸いますか	①吸っている ②吸っていない ③やめた
社会参加	13	週に1回以上は外出していますか	①はい ②いいえ
	14	ふだんから家族や友人と付き合いがありますか	①はい ②いいえ
ソーシャルサポート	15	体調が悪いときに、身近に相談できる人がいますか	①はい ②いいえ

(出典：「後期高齢者の質問票の解説と留意事項」厚生労働省 2019.7.30 より作表)

◆老人保健事業と介護保険事業の連携

◆長寿健診の問診票の部分がフレイルをチェックする項目に変更される予定。

# フレイル サルコペニア 治療の**四**本柱

**医療連携**  
なぜフレイルになったか？  
原因に応じた介入

フレイル検診

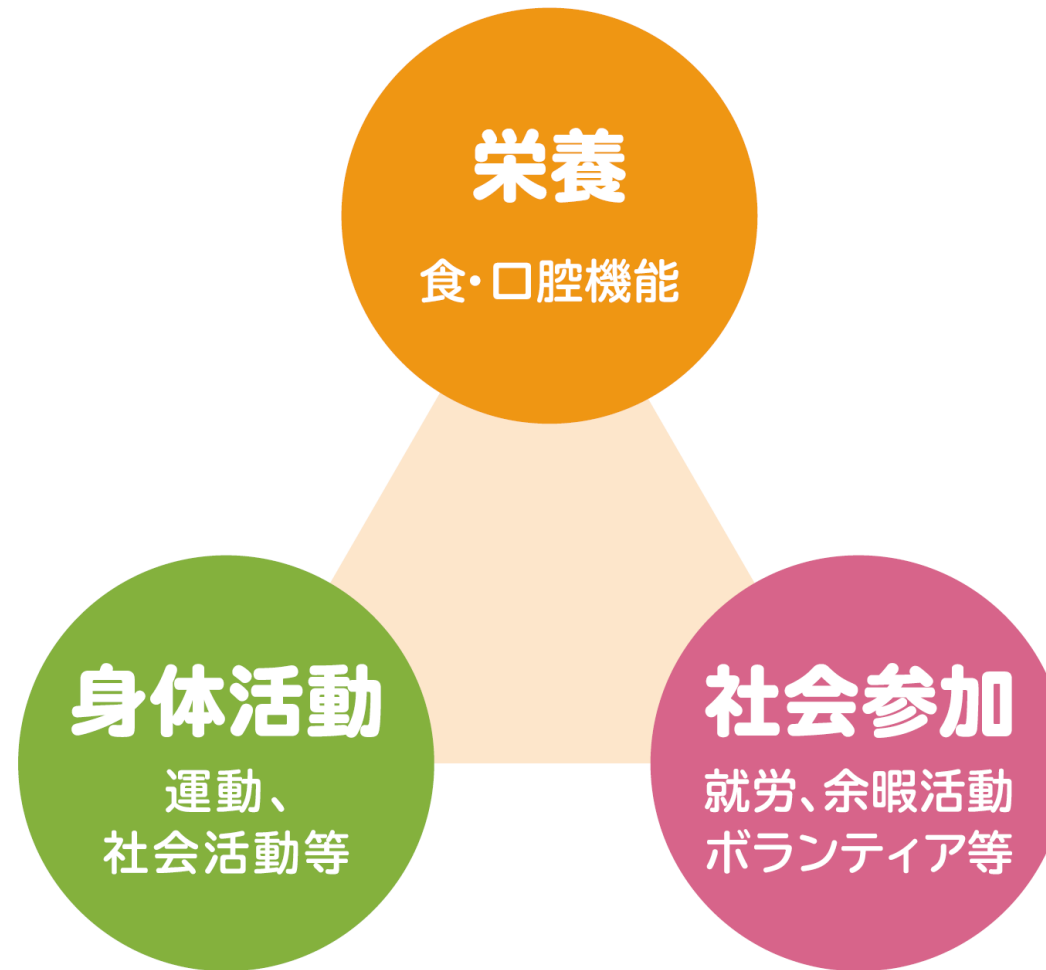


老年科：フレイル外来・リハ



各専門診療科

- ① 食事(たんぱく質、そしてバランス)
- ② 歯科口腔の定期的な管理



- ① たっぷり歩こう
- ② ちょっと頑張って筋トレ

- ① お友達と一緒にご飯を
- ② 前向きに社会参加を

# ロコモ・フレイル診断ネットワーク構想

## 玉川医師会ロコモ・フレイル委員会

### フレイル検診

✓異常なし → 世田谷区介護予防日常生活総合支援事業

✓異常あり → **フレイルの原因の精査：医師会医療機関**

疲れやすい・・・内科・精神科

体重減少・・・消化器内科

歩行速度低下・・・整形外科・脳神経内科

口腔機能低下・・・歯科

# 社会的孤立と認知症

◆世界の81万人を対象としたシステマティックレビュー・メタ解析

→**生涯独身** (RR=1.4 ,95%CI=1.1-1.9) と

**死別** (RR=1.2, 95%CI=1.0-1.4) は認知症のリスク

Sommerlad A, et al. J Neurol Neurosurg Psychiatry 2018

◆わが国の1万4千人の高齢者を平均10年観察：社会的活動の評価スケール

**婚姻関係・家族サポート・友人がいる・社会活動への参加・有給の仕事**の5項目

を用いて、認知症との関係を調査.

→評価スケールが最も高い群では、最も低い群と比べて46%認知症の発症が

少なかった.

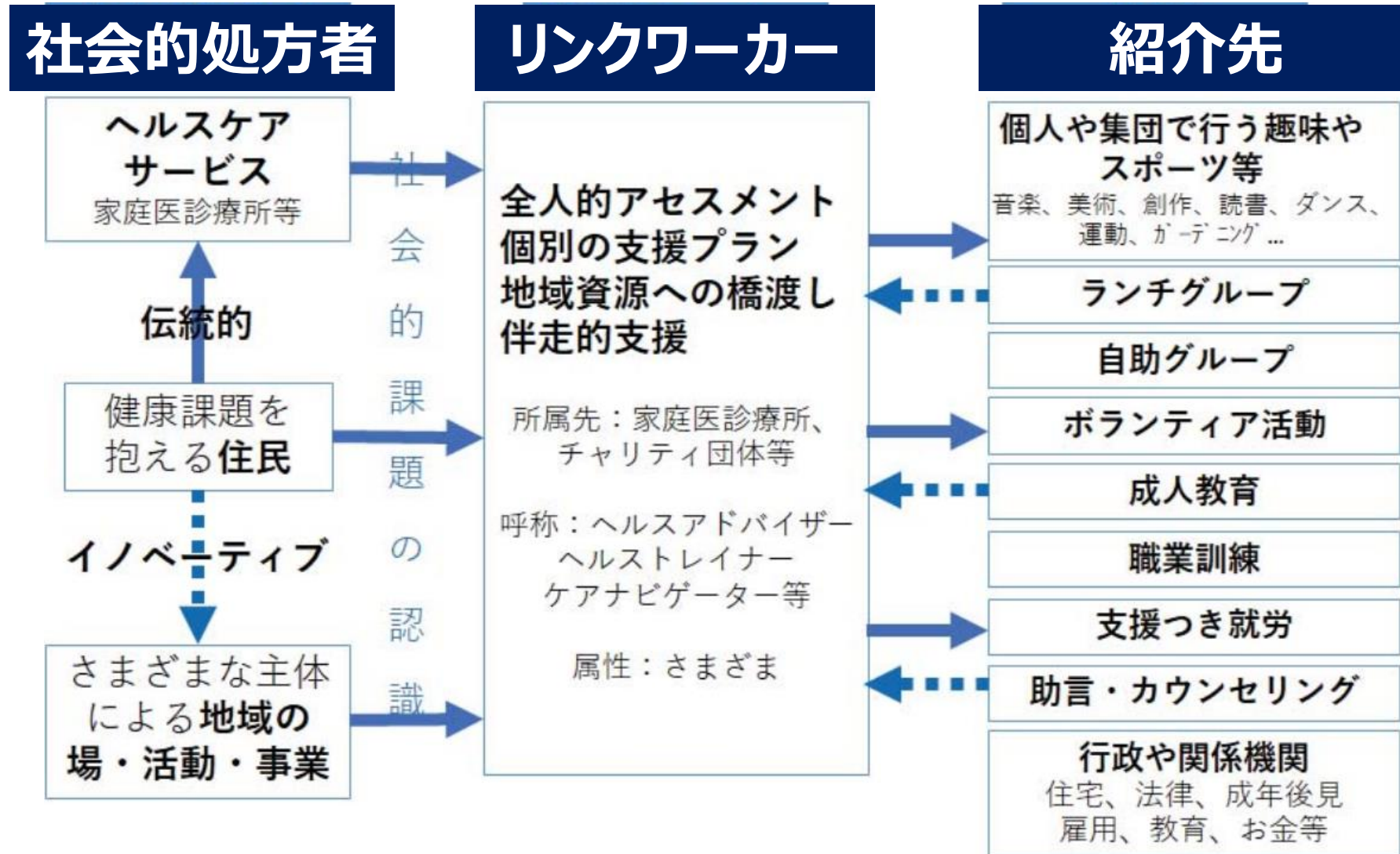
Saito T,et al. J Epidemiol Community Health. 2018

# 認知症の危険因子

危険因子	リスク比
うつ	1.9
聴力障害	1.9
外傷性脳損傷	1.8
高血圧	1.6
肥満	1.6
糖尿病	1.5

危険因子	リスク比
喫煙	1.6
社会的孤立	1.6
低教育歴	1.6
身体不活発	1.4
アルコール過剰	1.2
大気汚染	1.1

# 社会的処方（Social Prescribing）の仕組み



Healthy London Partnership.2017.Social prescribing : Steps towards implementing self-care –a focus on social prescribing を堀田聡個子氏が改変. 社会的処方白書. 一般社団法人オレンジクロス.

# 人がつながる“まちづくり”へ

## おやまち暮らしの保健室

東急大井町線尾山台駅  
「ハッピーロード」 タタタハウス

## まちづくり×医療

(一社) おやまちプロジェクト  
東京都市大学都市生活学部坂倉研  
尾山台商栄会商店街振興組合  
尾山台小学校・中学校PTA

 東京都市大学  
TOKYO CITY UNIVERSITY



おやまち  
プロジェクト



医療法人社団 財団法人  
ふくろうクリニック等々か  
Fukuro Clinic TODOROKI  
医療法人社団 財団法人  
ふくろうクリニック自由が丘  
Fukuro Clinic JIYUGAOKA

1. 地域の身近な相談窓口：リンクワーカーのオフィス
2. 地域住民が集う・つながる場：コミュニティ・カフェ



# ニューロフィットネス：早期からの認知症予防



医療法人社団 創福会  
ふくろうクリニック等々力  
Fukuro Clinic TODOROKI

医療法人社団 創福会  
ふくろうクリニック自由が丘  
Fukuro Clinic JIYUGAOKA



Sport in Life

# 介護予防から生涯スポーツへ



“いつでも どこでも いつまでも”  
～進めます！スポーツをもっと身近に～



メンタルヘルスは??



文部科学省

MINISTRY OF EDUCATION,  
CULTURE, SPORTS,  
SCIENCE AND TECHNOLOGY-JAPAN

# 3. かかりつけ医機能

## 新しいトピックス

### ◆かかりつけ医機能の議論

→コロナによる医療崩壊の反省：

病院に入院できない時は、在宅で診断・治療する。

→政策としては見送られた。

# 診療所が担う役割 = 生活期医療の提供

<b>【病院】</b> 急性期医療 回復期医療	
入院	外来



1. 高度急性期
2. 急性期
3. 回復期リハビリテーション
4. 地域包括ケア
5. 緩和ケア

<b>【診療所】</b> 生活期医療		
外来	オンライン	在宅



医療法人社団 新福会  
ふくろうクリニック等々力  
Fukuro Clinic TODOROKI  
医療法人社団 新福会  
ふくろうクリニック自由が丘  
Fukuro Clinic JIYUGAOKA

1. プライマリ・ケア/家庭医療学
2. 予防医療/スポーツ医学
3. リハビリテーション
4. 健康医療心理学
5. ソーシャルワーク/ケアマネージメント
6. 緩和ケア/在宅ホスピスケア
7. 在宅医療/介護施設医療

# かかりつけ医機能とは

## 受診の場面からみた、保健医療のニーズ

<医療にかかっていない者>  
(持病がない者)

<継続的に医療にかかっている者>  
(持病のある者)

発症前

発症・  
急性期

回復期

慢性期

急変時・  
看取り

【①予防に関するもの】  
・健診  
・予防接種  
・健康相談、  
生活指導

【②初診対応に関するもの】  
・初診  
・トリアージ  
・専門医療機  
関への紹介

【③逆紹介の受入に関するもの】  
・専門医療  
機関から逆  
紹介の受入

【④質の高い継続診療の提供に関するもの】

・慢性期における健康管理  
・多様な医療ニーズへの対応（在宅医療、  
遠隔医療等）  
・患者の受診情報の一元管理による個別  
治療計画の策定  
・合併症等に対する他医療機関への紹介

【⑤高齢者医療に特有のもの】  
・在宅患者の急  
変時対応  
・看取り  
・地域包括ケア  
との連携

【⑥地域との関わりに関するもの】

・医療機関の機能に関するわかり  
やすい情報提供  
・地域の公衆衛生の向上

紹介

逆紹介

紹介

逆紹介

紹介

逆紹介

救急外来・専門外来・入院

合併症に対する  
専門外来（入院）

緊急入院

1. 外来医療の提供
2. 在宅医療の提供
3. 休日・夜間の対応
4. 入退院時の支援
5. 介護サービス等との連携