

# 地域包括支援センターとしての 地域課題への取り組み

～住民主体の地域づくりを目指して～

1

平成30年1月25日  
桑名市南部地域包括支援センター

# 桑名市日常生活圏域ニーズ調査 『いきいき・くわな』報告書から

## 平成28年度報告（平成29年3月）

### 【地域包括ケアシステムの設問】

1、介護が必要になっても住み慣れた地域で暮らし続けられると感じるか？

	とても感じる・ まあまあ感じる（前年比）	あまり感じない・感 じない（前年比）
桑名市全体	60.7%（+4.3）	12.1%（+0.9）
南部	59.8%（+2.6）	12.4%（+2.3）

2、地域で暮らし続けられない理由  
（上記の設問で「あまり感じない、感じない」と答えた方だけの回答）

	家族・介護者への負担が大 きい（前年比）	漠然とした不安 （前年比）
桑名市全体	57.6%（+6.4）	39.7%（+2.5）
南部	55.5%（-1.5）	45.1%（+8.2）

南部エリアでは  
**漠然とした不安**が  
27年度36.9%  
↓  
28年度45.1%  
**+8.2%上昇**

# I 地域課題

- ①「介護が必要になっても住み慣れた地域で暮らし続けられると感じるか」という設問で「あまり感じない、感じない」と答えた方のみに「地域で暮らし続けられない理由」を尋ねたところ  
1位「家族・介護者への負担が大きい」  
2位「漠然とした不安」という結果だった。  
特に南部エリアでは、「**漠然とした不安**」がH27年度36.9%であったが、H28年度は45.1%（前年度比+8.2%）と上昇していた。
- ②「団塊の世代が75歳以上となる2025年（平成37年）以降は、国民の医療や介護の需要が、さらに増加することが見込まれている」（厚生労働省）
- ③平成29年9月末（桑名市）年齢別人口で見ると、65歳以上の高齢化率は桑名市全体（25.4%）、城南地区（23.7%）、日進地区（27.3%）、**益世地区（29.1%）**今後増加が予想される。
- ④高齢者の一人暮らし（独居）や高齢者のみの世帯が増えてきている。



- ①65歳以上の高齢者が増加していくこと、「漠然とした不安」を少しでも解消するために「地域支え合い体制づくり」が必要！
- ②地域包括ケアシステムについて地域住民さんにわかりやすく説明し、可能な限り住み慣れた地域で自分らしい暮らしができるよう自助・互助・共助・公助について説明する。

## 4つの「助（自助・互助・共助・公助）」

### ●自助（個人）

自分で自分を助けること。自分の力で住み慣れた地域で暮らすために、市場サービスを自ら購入したり、自らの健康に注意を払い介護予防活動に取り組んだり、健康維持のために健診を受けたり、病気の恐れがある際には受診を行うといった、**自発的に自身の生活課題を解決する力。**

### ●互助（近隣）

家族・友人・サークル活動仲間など、個人的な関係性を持つ人間同士が助け合い、それぞれが抱える生活課題をお互いが**解決しあう力。** 親しいお茶飲み仲間づくりや住民同士のちょっとした助け合い、自治会などの地縁組織活動、ボランティアグループによる生活支援など。

### ●共助（保険）

制度化された相互扶助のこと。医療、年金、介護保険、社会保険制度など被保険者による相互負担で成り立つ。

### ●公助（行政）

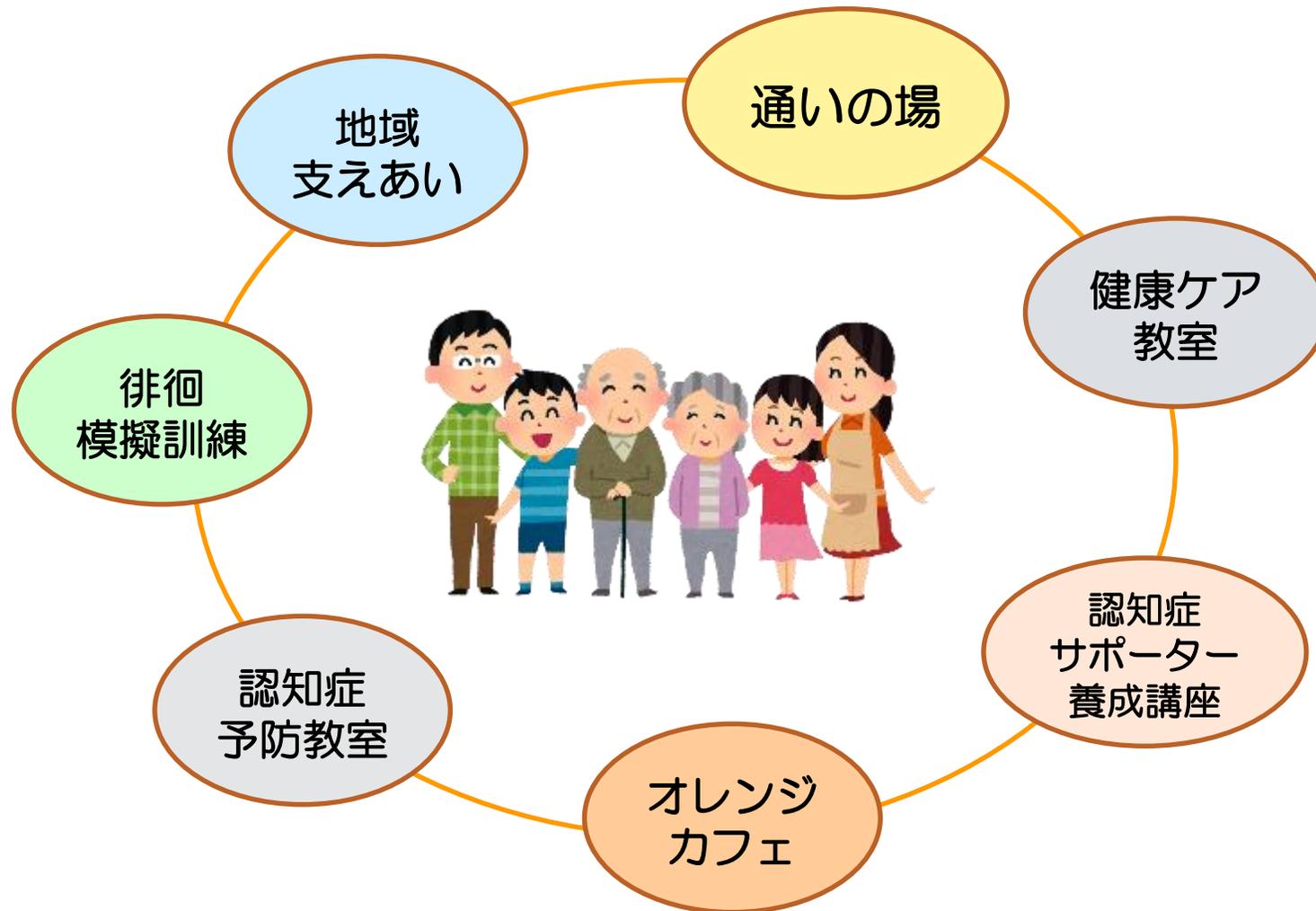
自助・互助・共助では対応できないこと（困窮等）に対して最終的に必要な生活保障を行う社会福祉制度のこと。



**基礎となるのは「自助」** 自分が主体となり尊厳を持ちながら生活を行うという心構えが最も大切！

**「自助」を支えるのは「互助」** 自分自身で行き詰ったときにはサポートが必要であり、時によっては、自身がサポートする側に回ることもできて、その役割を持ち続けられるような人と人同士が支えあう「互助」が必要。

通いの場や健康ケア教室など南部包括エリア内に  
どれくらいの資源があるだろうか？



	通いの場		健康ケア 教室	認知症サポーター養成講座	オレンジ カフェ	認知症 予防教室	徘徊模 擬訓練	地域 支えあい
益世	自治会(地区社協)単位	個人	<ul style="list-style-type: none"> <li>クオ健康クラブ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>7/20 日立金属研修センター(29名)</li> <li>11/10 シニア面白学級(11名)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>9/14 善西寺(34名)</li> </ul>	<b>住民主体で開催中</b>  (第1・3木) 日立金属研修センター  (第2・4土) 益世小学校体育館	<ul style="list-style-type: none"> <li>①6/23 声掛け訓練打ち合わせ</li> <li>②8/21 模擬訓練のルート決め</li> <li>③9/25 徘徊模擬訓練実施</li> <li>④11/13 徘徊模擬振り返り・フォローアップ研修</li> </ul>	益世支え“愛”の会(協議体) 毎月第1土曜日
	<ul style="list-style-type: none"> <li>宅老所 さんさん</li> <li>移動宅老所(立坂神社・玉三稲荷・走井山会館・西川成集会所・大福自治会館・きいろいおうちカフェ)</li> <li>益々元気体操の会</li> <li>おうちごはんの料理教室</li> <li>いっぽいっぽの会</li> <li>ラジオ体操の会</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>小野山防災茶話会</li> <li>霞公園ラジオ体操会</li> <li>善西寺子ども食堂</li> <li>きいろいおうち</li> </ul>						
日進	<ul style="list-style-type: none"> <li>宅老所 梅の郷</li> <li>みんなの体操 梅の会</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>サロン&amp;はる</li> <li>憩いの場 ともしび</li> <li>桑名いきいき体操の会</li> <li>四宝会</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>10/24 陽和中学校(142名)(東部と合同)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>11/17 サロン&amp;はる(17名)</li> </ul>			
城南	<ul style="list-style-type: none"> <li>宅老所 サロンそよかぜ</li> <li>小貝須浜ふれあいサロン</li> <li>太平町サロン</li> <li>リフレッシュ体操の会</li> <li>小貝須柳原いきいきcafé</li> <li>小貝須柳原いきいきREC</li> <li>安永ふれあいカフェ</li> <li>立田町サロン</li> <li>地藏元気クラブ(城東)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>かいすコーヒー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>リハビリデイ nagomi桑名店</li> <li>よなは健康倶楽部&amp;つながるカフェ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>4/20 小貝須柳原集会所(18名)</li> <li>11/12 ヨナハ老健1F707(36名)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>5/25 小貝須浜集会所(27名)</li> <li>7/13 かいすコーヒー(29名)</li> </ul>			6 【H29/12現在】

## Ⅱ 地域課題への取り組み

- ①地域包括ケアシステムについての周知・啓発
- ②益世地区の取り組みの紹介
- ③通いの場への支援
- ④認知症について普及・啓発

## Ⅱ-① 地域包括ケアシステムについての周知・啓発

病気になったら…

医療



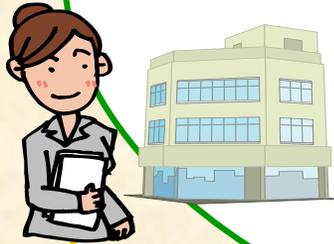
病院:  
急性期、回復期、慢性期



通院・入院

日常の医療:  
・かかりつけ医、有床診療所  
・地域の連携病院  
・歯科医療、薬局

・地域包括支援センター  
・ケアマネジャー



相談業務やサービスの  
コーディネートを行います。

### 地域包括ケアシステムの姿

住まい



・自宅  
・サービス付き高齢者向け住宅等

いつまでも元気に暮らすために…  
生活支援・介護予防



介護が必要になったら…

介護



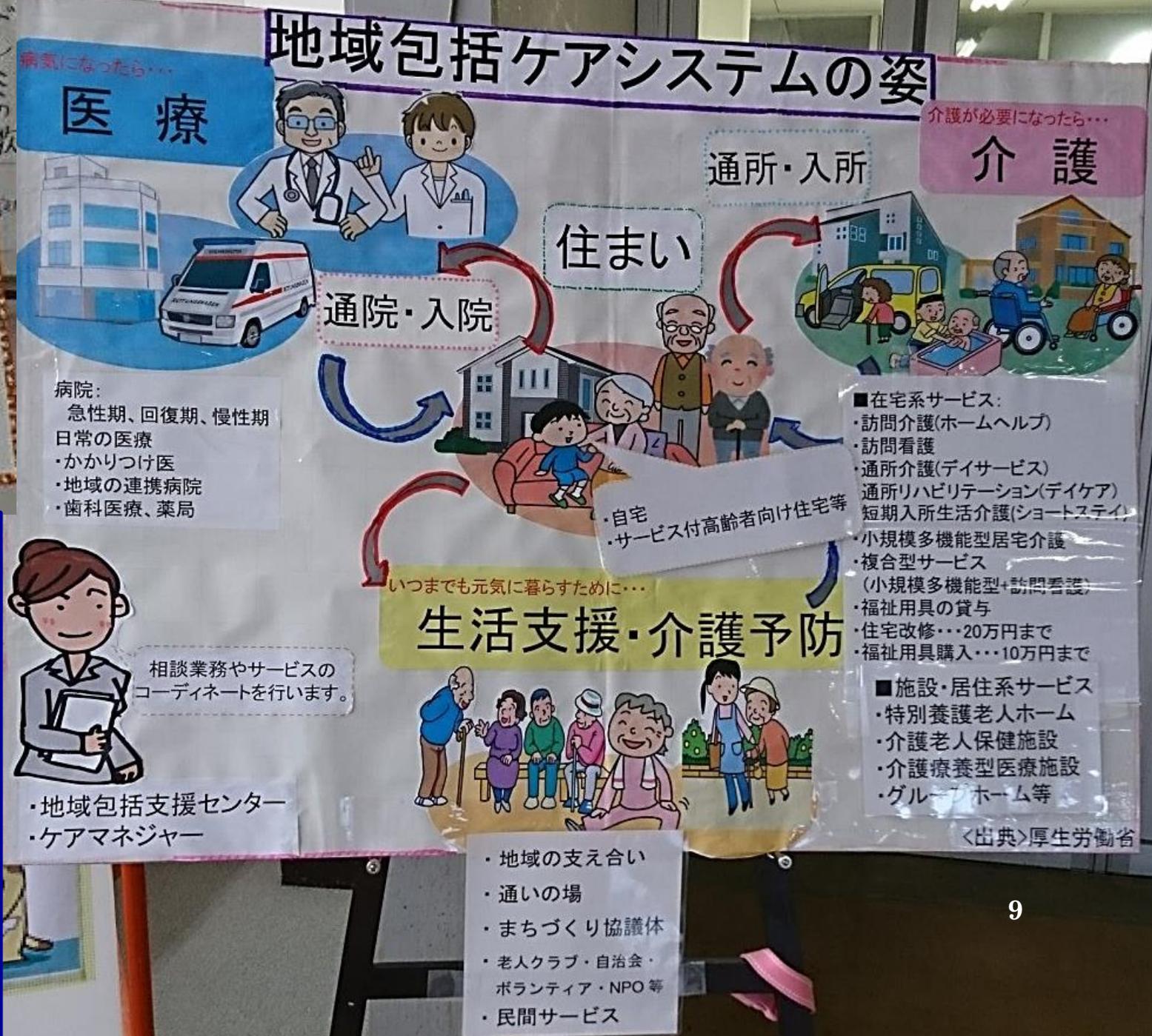
※ 地域包括ケアシステムは、  
おおむね30分以内に必要なサー  
ビスが提供される日常生活圏域(具  
体的には中学校区)を単位として想  
定

# 地域包括ケアシステムとは

「全員参加型」で  
 「2025年問題」を乗り越えるための  
 地域支え合い体制づくり

※平成37年(2025年)には「団塊の世代」が75歳以上に到達。

# 地域包括ケアシステムの姿



## 「地域包括ケアシステムとは」

医療や介護が必要な状態になっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、**住まい・医療・介護・予防・生活支援**が一体的に提供される仕組みや体制づくりを「地域包括ケアシステム」といいます。地域の方々社会福祉協議会（生活支援コーディネーターの森さん）桑名市と共に南部包括も取り組んでいます。

# 【ケース1：桑名梅子さん（仮称）の場合】

①独居の梅子さんが転倒し、救急車で病院に搬送。左大腿骨頸部骨折で入院。



②手術をして、急性期病棟から回復期リハビリ病棟に転院しリハビリを開始。介護保険の申請をしました。



③退院が決まり、介護保険のサービスを受けることになりました。



④「くらしいきいき教室」やホームヘルパーなどを利用して、元気になりました。



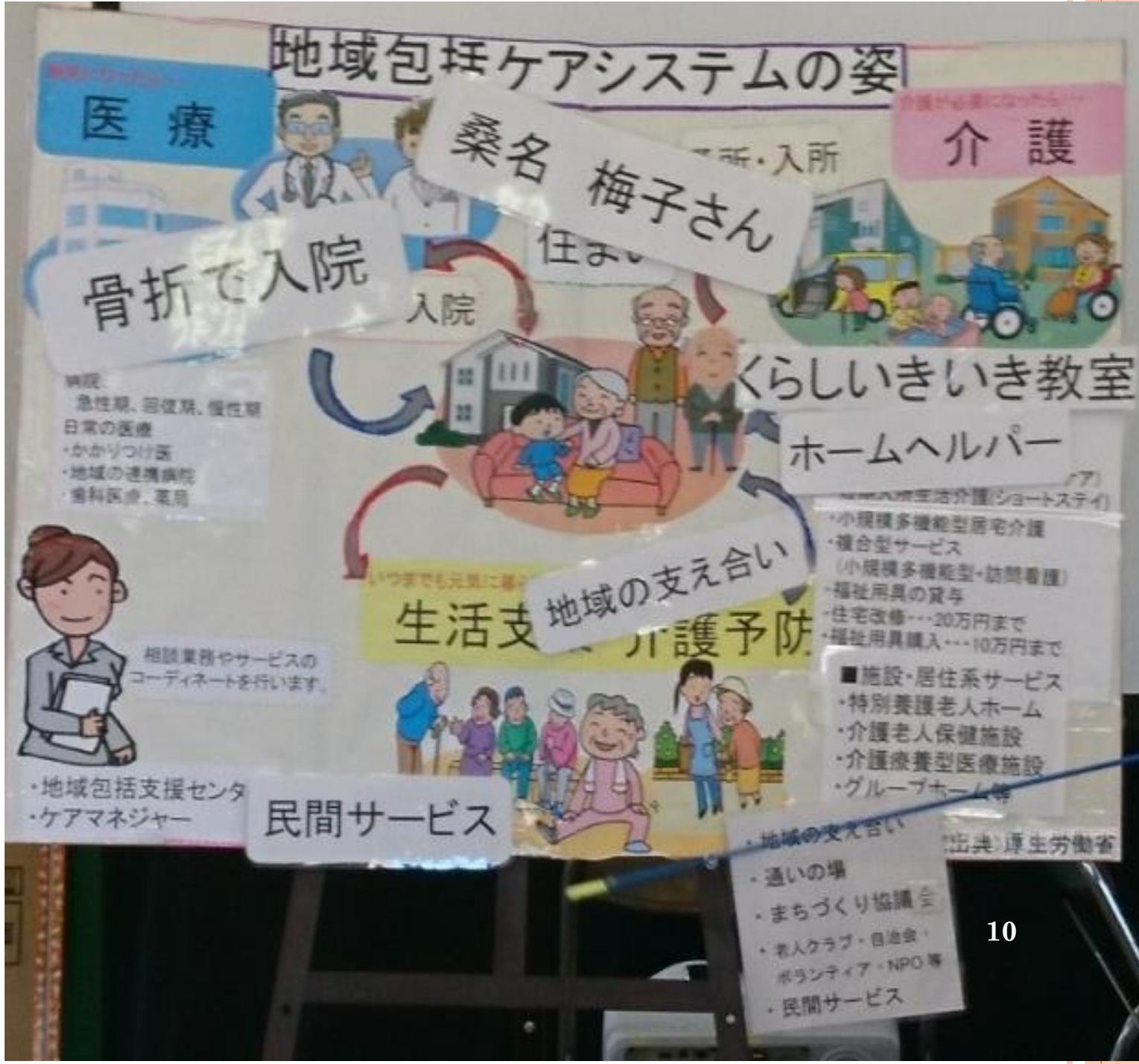
⑤介護保険を卒業し、地域の「通いの場」にデビュー。



⑥寝込まないように近所の人と通いの場に出かけたりしています。



⑦民間サービスの利用や地域の方の手助けで一人暮らしを継続中。



日進ふれあいの集い  
(10/26)



2017.10.26 13:41

城南区域福祉のつどい  
(11/8)



2017.11.08-13:37

益世ふれあいまちづくり2017  
(10/29)



日本キリスト教団  
(10/25)



2017.10.25 11:39

益世 徘徊声かけ訓練 振り返り  
(11/13)



江場 楽友会  
(1/30 説明予定)

それぞれの地域で  
「地域包括ケアシステム」につ  
いて説明しました。  
陽和地区会・陽光地区会（民生  
委員さんの会議）でも説明しま  
した。

# 南部包括だより

2018.1月発行 (NO.23号)

新年あけましておめでとうございます。  
 桑名市南部地域包括支援センターは、今年も地域の高齢者の皆様が住み慣れた地域で、自分らしく、元気に暮らしていけるよう支援させていただきます。  
 今年もよろしくお願ひいたします。センター長 佐藤美佐子

## 地域包括ケアシステムとは？

「地域包括ケアシステム」とは・・・  
 医療や介護が必要な状態になっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される仕組みや体制づくりを「地域包括ケアシステム」といいます。今、地域の力や、社会福祉協議会、桑名市と共に南部包括も頑張って取り組んでいます。



## <地域の取組み>

### 日進

それぞれの地域で「地域包括ケアシステム」について説明しました。詳細声かけ訓練の様子も見てもらいました。

日進ふれあいまつり (10/20)

### 城南

城南区域福祉のついで (11/10)

### 益世

認知症さんが安心声かけ訓練の様子

「益世主元会」の会から生まれました。

1/23(金) 実施を交えた研修会

1/21(月) 声かけ訓練のコース決め

1/25(月) 訓練当日

11/13(月) 様子通り研修会

「いっしょに歩の会」毎月 第1・4曜日 (午後13:30～15:00) 自立生活訓練センターにて

55名参加の研修会 毎朝6:30～(雨天中止)

「益世主元会」の会から生まれました。

みれあひまつりづくり 2017.10.29!

高齢者 認知体験

認知症工場の開設

### 高齢になっても安心して暮らせるまちづくり

☆認知症サポーター養成講座を開催

龍和中学校 (10/24)

四十八名 20周年祭 (11/12)

今年はいずれでも参加しました。

☆オレンジカフェを開催

オレンジカフェは認知症の方や、その家族、専門職や地域の方々など、どなたでも気軽に集えるカフェです。参加者同士がしゃべりしたり、ほっとするひとときを一緒に過ごし、認知症への理解を深めました。

城南 - 日進訓練の場 5/25(木)	城南 - DS1号コーヒー 7/13(木)	益世 - 西西寺 9/14 (木)	日進 - サロウカビル 11/17 (金)
---------------------	-----------------------	-------------------	-----------------------

<編集後記>  
 毎日の生活の中で、不安なこと、困ったことはありませんか？ 高齢者に関する困りごとは、どなたでも何でも南部包括にご相談下さい。

桑名市南部地域包括支援センター  
 桑名市江島776-5 (ヨナハ総合病院前)  
 TEL:25-1011 FAX:25-1155

## 南部包括便り NO23・新春号

日進：284枚  
 益世：450枚  
 城南：325枚  
 東野・地蔵：54枚  
 民生委員：43枚  
 宅老所：18枚  
 公民館等：40枚  
 ケアマネ 事業所：26枚

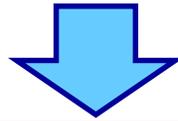
---

合計 1240枚

\*自治会長さんに依頼し班回覧していただきました。

## Ⅱ-② 益世地区の取り組みの紹介

# いつまでも住み続けられる地域づくり作戦会議



作戦会議から生まれた**住民主体**の会

## 益世支え“愛”の会（協議体）発足 H29/3月第1回～

日時：毎月第1土曜日 13：30～15：00

場所：益世公民館 3階大研修室

内容：A「安心・見守り」・・・ふれあいカード（緊急時連絡カード）  
B「お手伝い・お助け」・・・高齢者サポート活動  
C「ふれあい・交流」・・・行きたくなる通いの場づくり

益世支え“愛”の会とは・・・

- 「主体的に参加し、支え合い、助け合うことで自分たちが住んでいる益世地区を少しでも安心して楽しく住み続けられる地域にしたい」という思い
- 「地域やご近所のできる支え合い活動」について考えます

桑名市社会福祉協議会地域福祉課 森氏発行「益世支え“愛”の会だより 第2号より」

「お手伝い・お助け」グループ  
H29/12/9（土）草取り  
少しずつ活動が始まっています。

益世支え“愛”から生まれた  
通いの場



いっぽいっぽの会  
毎月 第1木曜日  
13：30～15：00



玉三稻荷ラジオ体操  
毎朝6：30～（雨天中止）



## Ⅱ-③ 通いの場への支援

「通いの場」を立ち上げている方々からこのやり方でいいのかな？と相談→①他の通いの場の活動内容を紹介②情報交換をする機会③運営していく中での苦勞を話す機会が必要⇒それぞれの通いの場の運営が円滑に進む



南部包括支援センター圏域『通いの場』交流会  
日時：平成29年7月21日（金）13：30～15：30  
目的：各地域で実践されているアイデアや工夫を参加者同士で共有し、通いの場同士のつながりを作ることを目的としている。



生活支援コーディネーターの森さんを中心に南部圏域連絡会で「通いの場交流会」の打ち合わせをする

南部圏域連絡会は月1回開催  
参加者：社協・介護高齢課・健康推進課・地域医療課・南部包括

### 【当日の参加者】

- ・12ヶ所通いの場 18名
- ・社協、南部包括、介護高齢課、健康推進課、地域医療課 12名

参加者人数：30名

「これが私の通いの場」のスライドを見て説明を聞きながら、「うちでも今度やってみようかな」など参考になったという声が聞けました。

### 交流会当日の様子



# Ⅱ-④ 認知症についての普及・啓発 part1

## 認知症サポーター養成講座



4/20 小貝須柳原集会所



10/24 陽和中



11/12 ヨナハ老健



11/10 シニア面白学級



## オレンジカフェ



5/25 小貝須浜集会所



7/13 かいすコーヒー

## RUN伴

RUN伴に参加して  
うちの応援グッズ  
で声援を送りました。



小規模多機能居宅介護 皆月のみなさんに作っていただきました。



↑  
宅老所 さんさん  
参加者の方の作品



9/14 善西寺



11/17 サロン&はる

## Ⅱ-④ 認知症についての普及・啓発 part2

### 徘徊模擬訓練



11/13(月)  
10:00~12:00

第3回フォローアップ研修

《徘徊模擬訓練ふりかえり研修》

- ①認知症についての理解
- ②地域包括ケアシステムについて
- ③徘徊声かけ訓練のDVD上映  
アンケート結果・今後の予定

6/23(金) 10:00~12:00

第2回フォローアップ研修

《事前研修》

- ①認知症の方への対応について
- ②声かけ訓練の練習

8/21(月)

10:00~12:00

《事前打ち合わせ》

声かけ訓練のコース決め

9/25(月)

15:00~16:00

《訓練当日》



住民主体での徘徊模擬訓練  
地域住民さん21人を中心に開催



当日、徘徊声かけ訓練に参加できなかった人にも  
様子が見られるように当日のDVDを流しました。

認知症  
ともに暮らそう  
まがひくろ



- コース1: 益生駅→馬道交番→旧街道
- コース2: 立花公園→桑陽台郵便局→桑高周辺
- コース3: 益世小学校→デイマスカット→新地内
- コース4: 三ツ矢橋→市役所→光風中→立坂神社



2017 09 25 17:13

# Ⅱ-④ 認知症についての普及・啓発 part3



10/26  
「日進ふれあいの集い」

- ① 益世地区での徘徊模擬訓練の様子を説明する。
- ② “徘徊声かけ訓練”の実演（公民館の館長さんに声かけ役をしてもらいました）

11/8  
「城南区域福祉の集い」

- ① 益世地区での徘徊模擬訓練の様子を説明する。
- ② “徘徊声かけ訓練”の実演（支援相談員さんに徘徊役、民生委員さんに声かけ役をしてもらいました）



“益世ふれあいまちづくり”でも徘徊模擬訓練の様子をパネル展示



# Ⅲ 結果・効果

## 地域包括ケアシステムについて

- ① 「地域包括ケアシステムについて」の説明を地域住民さんにすることで、「梅子さんのように、一人暮らしでも、その時に合わせたサービスを使うことで生活が続けることができるんだね。できるだけ寝込まないように、元気であるために自分でやれることはやらないと・・・」という声を聞くことができた。
- ② 「自助・互助が大事ということがわかった！できることは手伝う」という人もいて効果はあった。

## 徘徊模擬訓練について

- ③ 「徘徊模擬訓練（声かけ訓練）」では、ふりかえりの時に「認知症の勉強をしてから実践したのがよかった。フォローアップ研修を計画的にしてもらって、継続的に徘徊模擬訓練をした方がいいと思うという意見が多かった。
- ④ 先生も含め小学生・中学生からも模擬訓練に参加してもらえると、子供の親へも認知症についての理解が広まると思う。（土・日の開催、時間帯や場所を変えると参加する年代、地域などの特色が出るのではないだろうかという意見）
- ⑤ 認知症サポーター養成講座を受けた人には、徘徊模擬訓練やボランティアへの参加をお願いするといいと思う。協力的な人が多い。
- ⑥ 桑名市全体で「徘徊模擬訓練の日」を作り、一斉にやるといいと思うという意見もあった。



- 地域包括ケアシステムについての説明で少しは地域住民の自助・互助についての意識も高まったのではないか。
- 益世 支え“愛”の会の活動を通し、住民さんの思いやパワーを感じた。（住民主体）
- 「通いの場」の見える化・創出や実在する通いの場をより良く継続していくために、地区社協・自治会・生活支援コーディネーター・健康推進課・地域医療課・介護高齢課と連携をとることができた。
- オレンジカフェや通いの場、地域住民さんの困りごとに関しては民生委員さんと連携・協力することができた。

## Ⅳ 今後の方針

1. 「益世支え“愛”の会（協議体）」を参考にしながら、生活支援コーディネーターを中心に他の地区にも協議体ができるように、支援していく。
2. 地域の特性を生かしながら、今後も関わりを持っていく。
3. 「認知症サポーター養成講座」を来年度は、小学校にも広げ、「認知症の人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域の良い環境で、自分らしく暮らし続けることができる」ように、認知症についての理解と高齢者にやさしい地域づくりを目指していきたい。
4. 認知症への理解を深めるための普及・啓発  
（認知症サポーター養成講座を受講した人のためのフォローアップ研修の充実、ボランティアとしての登録をすすめていく）
5. 地域の高齢者の相談、権利擁護、地域の支援体制づくり、介護予防の必要な援助。  
（近くの通いの場の利用を勧める）

11/10 シニア面白学級では、「認知症サポーター養成講座」に加えて、生活支援コーディネーターの森さんに「地域で支える・地域を支える ボランティア活動」について説明してもらい自助・互助についての理解を深めました。



ご清聴ありがとうございました。  
これからも包括全職員で協力し、  
関係機関と連携しながら  
高齢者にやさしい地域づくりを  
目指していきたいと思います。

南部包括職員一同

相談無料

介護保険

お風呂に  
入れない

1人で  
抱え込んで  
いませんか？

物忘れ！

心配事

♡高齢者のみなさんの相談窓口です♡

担当地区：日進・益世・城南・城東（地蔵・東野）

桑名市南部地域包括支援センター

☎ 25-1011



《南部包括エリアで配布しているポケットティッシュの図柄》

