

**その人らしい暮らしを
支えるために
私たちにできること**

桑名市北部東地域包括支援センター

担当地区：大和・深谷・長島

その人らしい暮らしを支えるために

～ 私たちができること ～

目標1

認知症になっても安心して暮らせるまちづくり

目標2

助け合いの仕組みづくりへの道

目標3

新たなつながりによる健康に対する意識の向上

1. 認知症になっても 安心して暮らせる まちづくり

1. 認知症になっても安心して暮らせるまちづくり ～ 大和地区 みんなで安心声かけ訓練 ～

経緯

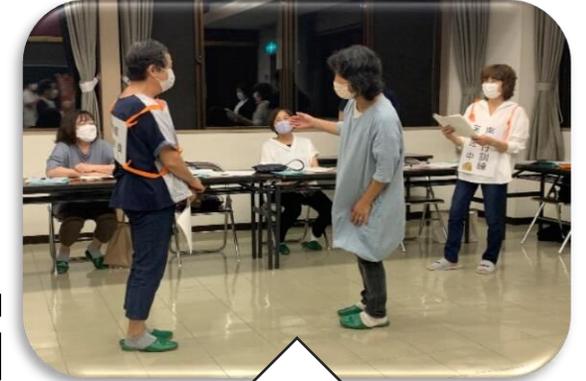
実際に徘徊する高齢者の通報が、住民から包括に複数回あり、見守り体制が必要であった
自治会長さんをはじめ、住民のモチベーションの高い地域、他地区の声かけ訓練見学、大和地区でもやろう！

取り組み

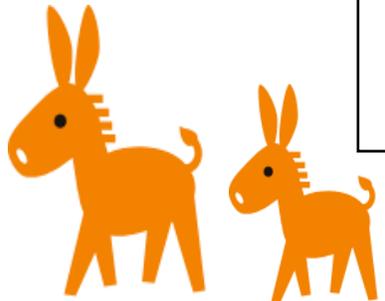
- ・まちづくり協議会で話し合いを重ね、準備を進めた
- ・包括からは他地区の経験など、ノウハウを提供した
- ・認知症に対する理解と啓発を行った

効果

「声かけ訓練」をきっかけに、民生児童委員、地区社協、警察、地域の介護事業所、生活支援コーディネーターなどと「つながり」が生まれ、**住民力・地域力・福祉力を活かしたまちづくり**へと発展していく予感



声かけ訓練の練習の様子



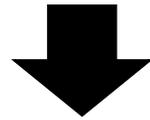
1. 認知症になっても安心して暮らせるまちづくり ～ 長島地区オレンジカフェ（認知症カフェ）からつながった プロジェクト・Sさん ～

経緯

喫茶店木金堂「オレンジカフェ」に認知症当事者や地域の方、来てくれているけれど…
ご本人がもっと「いきいき」できることはないだろうか？

取り組み

Sさんの「強み・いいところ」を考えてみよう！
元看護師のSさん：「入院している子どもたちに自分で作った紙芝居を読み聞かせしてたのよ」



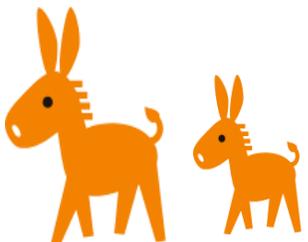
子育てサロンと連携し、子どもたちの前で紙芝居を披露！

認知症サポーターが横に付き添い、紙芝居を披露！



効果

- 認知症「当事者」も「サポーター」にとっても「生きがい、活躍の場所」につながった
- 包括としても、**本人の強みに着目**することの大切さに改めて気づいた
- 「今後の持続可能な活動にしていくには？」を考えるきっかけになった

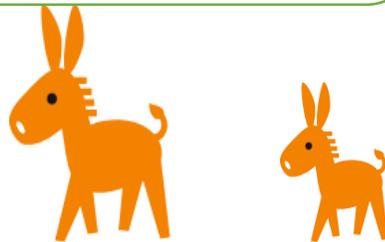


本人の強みを活かした支援



90代後半 ・ Aさん（女性）
数年前から始めたチラシの箱作り
毎年、段ボールいっぱい
のチラシの箱が包括に届きます

アルツハイマー
デーの図書館展示
でも配布しました。



2. 助け合いの 仕組みづくりへの道

2. 助け合いの仕組みづくりへの道

～ 深谷地区 ～

経緯

健康づくり・趣味・グループ活動に参加したい人 46%
→ その中で半数以上が参加できていない
ちょっとした困り事が多い（ゴミ出し・安否確認）



深谷まちづくり拠点施設
地域住民のちょっとした困り事
や相談がたくさん集まる場所

取り組み

【いきいき応援隊を目指そう！！】を開催
第1回 音楽療法 「歌を歌いながら認知症予防」
第2回 中北薬品 「健康のための食事・栄養」
第3回 ダスキン 「正しい靴の選び方等」
第4・5回包括等 「やさしいまちづくりのポイント」
講座を通して、食生活や健康について
考え直すきっかけづくり、地域住民同士の交流を提案



効果

- 地域住民同士の「つながり」がめばえた
- ボランティア活動に興味がある人の把握ができた
- 深谷まちづくり拠点施設との連携強化ができた

3. 新たなつながりによる 健康に対する意識の向上

3.新たなつながりによる 健康に対する意識の向上 ～ 「通いの場」 「まちの保健室」 「郵便局」 ～

経緯

R2年度ニーズ調査、閉じこもりリスク、ワースト1～4位を独占

- ①深谷 ②長島北部 ③伊曾島 ④長島中部

深谷地区で日常生活での不安・悩み・心配事は「健康」と答えた人が6割 ⇒ 地域の飲食店、介護事業所から協力を得られることになった



まちの保健室で看護師に相談

取り組み

「課題発見センサー」を増やす

- ・外出機会を増やすため「健康体操会」立ち上げを協働 ⇒ 「体力維持」「つながり」
- ・地域の飲食店を活用し専門職による「まちの保健室」を開催 ⇒ 病気や介護に関する相談会を実施
- ・長島郵便局、深谷郵便局 ⇒ 相談窓口を開催、連携の強化

効果

- ・介護事業所とマッチングしてできた「まちの保健室」が開催でき、身近に相談ができる場所が増えた
- ・健康課題や困りごと等に関する「課題発見センサー」が増えたことで、**包括と早期につながりやすくなった**

深谷まちづくり協議会だより 第3号
深谷地区 健康体操エブリデー

今年度、深谷まちづくり協議会では「福祉-健康部会」が立ち上がり、誰もがいきいき体操の楽しさの場が10月より深谷まちづくり拠点施設、深谷市民館、森栄市民館で新たにスタートしました。皆さん毎日どこで体操しませんか？気象にご参加ください。

日	深江神社	月	北部老人福祉センター
火	吉野緑地がら下	水	深谷市民館
水	深谷まちづくり拠点施設	金	深谷児童センター
金	森栄市民館		

目指せ元気な自分づくり！
健康寿命を延ばそう

深谷まちづくり協議会事務局
深谷まちづくり拠点施設内
〒0514-29-1027
2022年4月～12月1日迄

毎日どこかで体操会のチラシ

これから 私たちの長期目標

その人らしい暮らしを支えるために

～ これからの私たちの長期目標 ～

目標1

認知症や困りごとを早期発見する「センサー」の拡がり
～軽度認知症を早期発見～

目標2

「つながり」から「助け合い」への進化
～住民力が活きる、助け合いの仕組みづくり～

目標3

新たなつながりによる 健康に対する意識の向上

北部東包括は地域の皆様と力を合わせて その人らしい暮らしを支えてまいります

