

誰もが尊重され自分らしく暮らせる地域へ

～地域共生社会を目指して～



目次

- 1 私たちの理念
- 2 認知症があっても自分らしく暮らせる地域へ
- 3 孤食から共食へ
- 4 縦割りや世代を超えた支え合いへ
- 5 いつまでも生きがいを持って
- 6 複雑化・複合化する課題への取り組み
- 7 誰も取り残されない地域の実現に向けて



1

私たちの理念

地域包括ケアシステムから地域共生社会へ



図：厚生労働省ポータルサイトより

地域包括ケアシステム
高齢者を地域で支える仕組み

進化

地域共生社会
地域で暮らす全ての人自分らしさを活かして参加し支え合うシステム

理念

「支える側」「支えられる側」という従来の関係を超えて、人と人、人と社会がつながり一人ひとりが生きがいや役割をもち、助け合いながら暮らしていける地域をともに創ってゆく社会



現実にはその理念から取り残されている人がたくさんいます

誰もが自分らしく暮らせる地域を目標に

スタッフ一丸となり計画的に事業に取り組みました





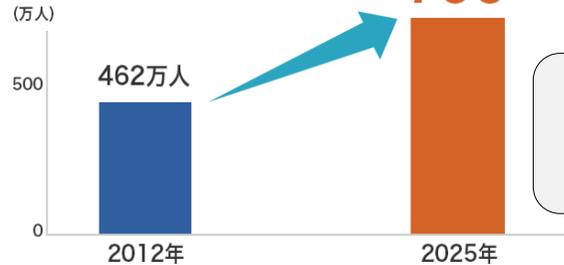
2

認知症があっても

自分らしく暮らせる地域へ

認知症700万人の時代と社会基盤のギャップ

認知症人口の推計



高齢者の約5人に1人が認知症の時代

しかし、暮らしにくい社会基盤

お金

- 金融機関の認知症高齢者に対する対応の厳格化
- ATM操作の困難や通帳や印鑑の紛失
- 成年後見制度の普及が進んでいない等



買い物

- 電子マネーなど決済の多様化、複雑化
- 通信販売の普及による契約トラブル
- 大型店舗化により地域の買い物場所がなくなる等



医療・介護

- 一人暮らし、高齢世帯の増加による在宅での病状管理の難しさや老老介護、認知介護の課題
- 医療、介護費用の自己負担の増加等



交通

- 車社会に依存した公共交通機関網の不足
- 認知症高齢者の交通事故
(死亡事故を起こした75歳以上ドライバーの半数が認知機能低下)



デジタル化・効率化が進む社会に取り残されない対策も必要

家族との関係



- ・ 同じ話ばかりでウンザリ
- ・ 腹が立って仕方がない
- ・ 叩いてしまうこともある

地域との関係



- ・ 認知症だから言ってもダメ
- ・ 施設に入れなくていいの？
- ・ 火事を出されたら困る



虐待受けている方の約7割は認知症の方

偏見や差別

社会との関係

- ・ 振り込め詐欺や悪質商法に狙われやすい
- ・ 契約や申請主義の不利を受けやすい



被害に遭いやすい反面、自覚に乏しく表面化しにくい



認知症の方は関係性の中でも多くの困難を抱えている

認知症バリアフリーの地域をめざして

東部全圏域で認知症サポーター養成&ステップアップ講座を2日間コースで開催



開催コンセプト

- 1) 地域の役職者(自治会長、民生委員、健康推進員)へ
参加を働きかけ**より良い地域づくりを一緒に考える**
- 2) 講座開催だけで終わらず、**出口(地域での実践)**に
つなげて活動の輪を広げてゆく
- 3) **認知症希望大使(認知症のご本人)**に語ってもらい、
認知症への**マイナスイメージを払拭**する

認知症希望大使とは、認知症の方が自らの言葉で語り、認知症になっても希望を持って前向きに暮らすことができる姿を発信することで、認知症の方や支援者の方々の希望につなげ、住み慣れた地域の中で自分らしく安心して暮らし続けられることを目的として創設された。

3会場にて東部全地区の方を対象に開催

大成地区のみなさん！

お互いさまの地域をめざして

～認知症サポーター&ステップアップ講座～

認知症700万人の時代がまもなく到来します。
認知症は自分自身や家族、友人など誰がかかる可能性のある脳の病気です。

認知症を理解して、認知症になっても安心して暮らせる
「お互いさま」の地域づくりを一緒に考えてみませんか？



日時

1日目:R4.7.16(土) 10:00～11:30

サポーター養成講座(病気の特徴や対応等)

2日目:R4.7.23(土) 10:00～12:00

ステップアップ講座(当事者や家族の声等)

場所

大成まちづくり拠点施設 2階大研修室
(旧公民館)

対象者

大成地区在住で両日共に参加可能な
自治会長・民生委員・健康推進員・住民の方
(どちらかのみ参加希望の方もご相談ください)

＜ご参加は事前予約制です・30名定員＞

桑名市東部地域包括支援センター 24-8080

(お気軽にお問合せください)

*新型コロナウイルスの感染状況により予定変更する場合があります

◇ 2日間コース

(1日目:認サポ講座 2日目:ステップアップ講座)

◇ 7月、8月、9月と各学区で連続開催

(7月大成地区 8月精義・修徳地区 9月立教・城東地区)

◇ 会場はまちづくり拠点施設を使用



大成まちづくり拠点施設



精義まちづくり拠点施設



はまぐりプラザ

おふたりの認知症希望大使と共に地域へ発信



林田 光市さん(65歳)

- ◇ 56歳の時に人間ドックで物忘れが気になることを相談。専門病院で検査を勧められ、若年性アルツハイマー型認知症と診断される。
- ◇ 「自分と同様に認知症と診断された人はいるのだろうか」と思い、さまざまな集まりに参加し活動の輪を広げている。

高見 武司さん(60歳)

- ◇ 56歳の時に若年性アルツハイマー型認知症と診断される。
- ◇ 山登りが趣味で、仲間との登山ではリーダーの役割も果たして、金華山へ登ったりしている。



ステップアップ講座×認知症希望大使

◇ステップアップ講座内容

① 1日目の振り返り

- ・病気の特徴やコミュニケーションの基本

② 当事者の声（希望大使）

- ・当事者の思い、診断時の気持ち
- ・地域の人へのメッセージ等

③ 家族の声

- ・家族の思い、診断時の家族の気持ち
- ・地域の人へのメッセージ

④ グループワーク

- ・地域で私たちに何ができるか



(7/16.23大成地区開催)
希望大使高見さん

(8/17.24精義・修徳地区開催)
希望大使林田さん



(9/17.24立教・城東地区開催)
希望大使高見さん





趣味の山登りを楽しんだり、
仕事をしたり、仲間と集ったり、
認知症になっても前向きに生活
している様子を、いきいきと語
っていただきました。



今はとても幸せ (林田さんの言葉)

みんなといっしょがうれしい (高見さんの言葉)

講座終了後の午後からは、オレンジカフェにも参加！

林田さんの奥様！



★ 2022 五大茶屋 オレンジカフェ予定表

オレンジカフェってなあに？
認知症の人やその家族、医療・介護の専門職、地域の人など誰もが気軽に参加できる「集いの場」です。活動内容は様々ですが、認知症の人やその家族同士が情報交換するだけでなく医療や介護の専門職に相談でき、地域の方々の交流の場となっています。

開催日時：毎月第4土曜日 14:00～15:30
飲み物代300円が必ずです

新型コロナウイルスの状況により中止する場合がございます



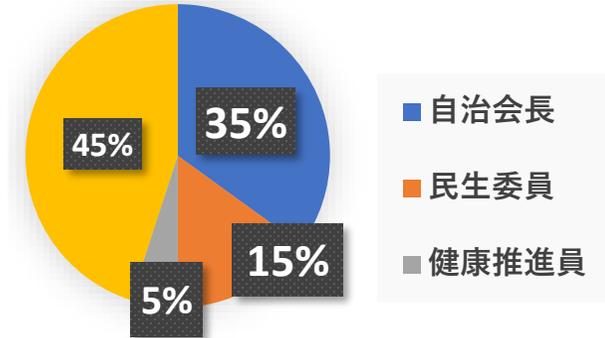
**認知症があってもなくても、
みんな仲間で楽しく！**

評価

1.参加者数（延べ）

対象地区	大成地区		精義・修徳地区		立教・城東地区		計
	認サポ	ステップアップ	認サポ	ステップアップ	認サポ	ステップアップ	
開催内容							
参加者数	20名	24名	22名	23名	24名	24名	137名
今後活動したいと回答した人		3名		10名		10名	23名

2.参加者属性



3.地域や個人でできることがあればご記入ください（抜粋）

- ・助けてと言える雰囲気のある地域づくりをしたい
- ・自治会単位で把握して出来れば、小学校単位でまとまり活動したい
- ・普通に接して声かけを心掛ける
- ・その人本来生きてきた知恵や好きなことを活動意欲につなげたい
- ・認知症サポーターを増やすように市民のみなさんに広報していきたい
- ・買い物、散歩等を一緒にしたい
- ・日常的に交流をもち変化に気づく
- ・自治会も含めた情報共有・・・etc

- ・延べ137名参加
- ・参加者の約半数が地域の役職者

出口（地域での実践）につなげてゆく

今後、地域で活動したいと回答した23名の方向けに

「オレンジサポーター実践者研修（仮称）」を3月開催予定

2日間コース

日程	1日目	2日目（選択制実習）	
内容	講義 ・コミュニケーションの基本 ・ロールプレイ等	選択①オレンジカフェサポート ・認知症の方や家族の参加者とのコミュニケーション等	選択②グループホーム実習 ・入所者とのコミュニケーションや共同作業等



研修終了後はチームを編成



オレンジサポーター

地域で

- ・自治会での見守り活動
- ・災害時のサポート等

生活支援

- ・ゴミ出しなど小さなお手伝い
- ・お話仲間や傾聴等

協働

- ・オレンジカフェの企画
- ・認知症啓発イベントの開催等



できそうなことからやってみる！

つながる (オレンジカフェで居場所づくり・仲間づくり)



シャトークワナ オレンジカフェ

今年度は地域の専門職の方に来てもらい、ミニ講座を開催してもらいました



さあ！みんなで人生会議



高齢者の運転や交通事故



知っておきたい！お口の健康



栄養バランスの良い食事



感染対策で健康管理



自宅のできるリハビリ

その他も様々な専門職の方に来てもらい地域と専門職のつながりを深めました

まもる (特殊詐欺や消費者被害の防止啓発)



7/15 アピタ桑名店
桑名警察×生活安全協会×東部



11/17 通いの場 (夢かふえ)
夢かふえ×三重県消費者センター×東部



8/12 一号館桑名駅西店
自治会×桑名警察×生活安全協会×東部



12/1 宅老所門前の宿
宅老所×三重県消費者センター×東部

予防する (脳いきいき教室/認知症があってもなくても元気な脳を)

お医者さん&東部包括による 参加無料・申込不要

脳いきいき教室

- 以前より忘れっぽくなった
- 物の置き忘れが増えた
- 名前がなかなか出てこない

心当たりがある方は是非お越しください！

(内容)

- ・認知症の基礎知識 伊賀町診療所 山村剛史先生
- ・認知症の予防について 桑名市東部地域包括支援センター
- ・認知症かな？と思ったら・・・

日 程	場 所
6月24日(金) 13:30~14:30	はまぐりプラザ 3階大会議室
9月16日(金) 13:30~14:30	精義まちづくり拠点施設 大研修室
10月21日(金) 13:30~14:30	立教まちづくり拠点施設 大研修室

お問い合わせ: 桑名市東部地域包括支援センター
TEL: 0594-24-8080



6/24 はまぐりプラザ

開催メンバー
認知症初期集中支援チーム員
×
伊賀町診療所山村医師



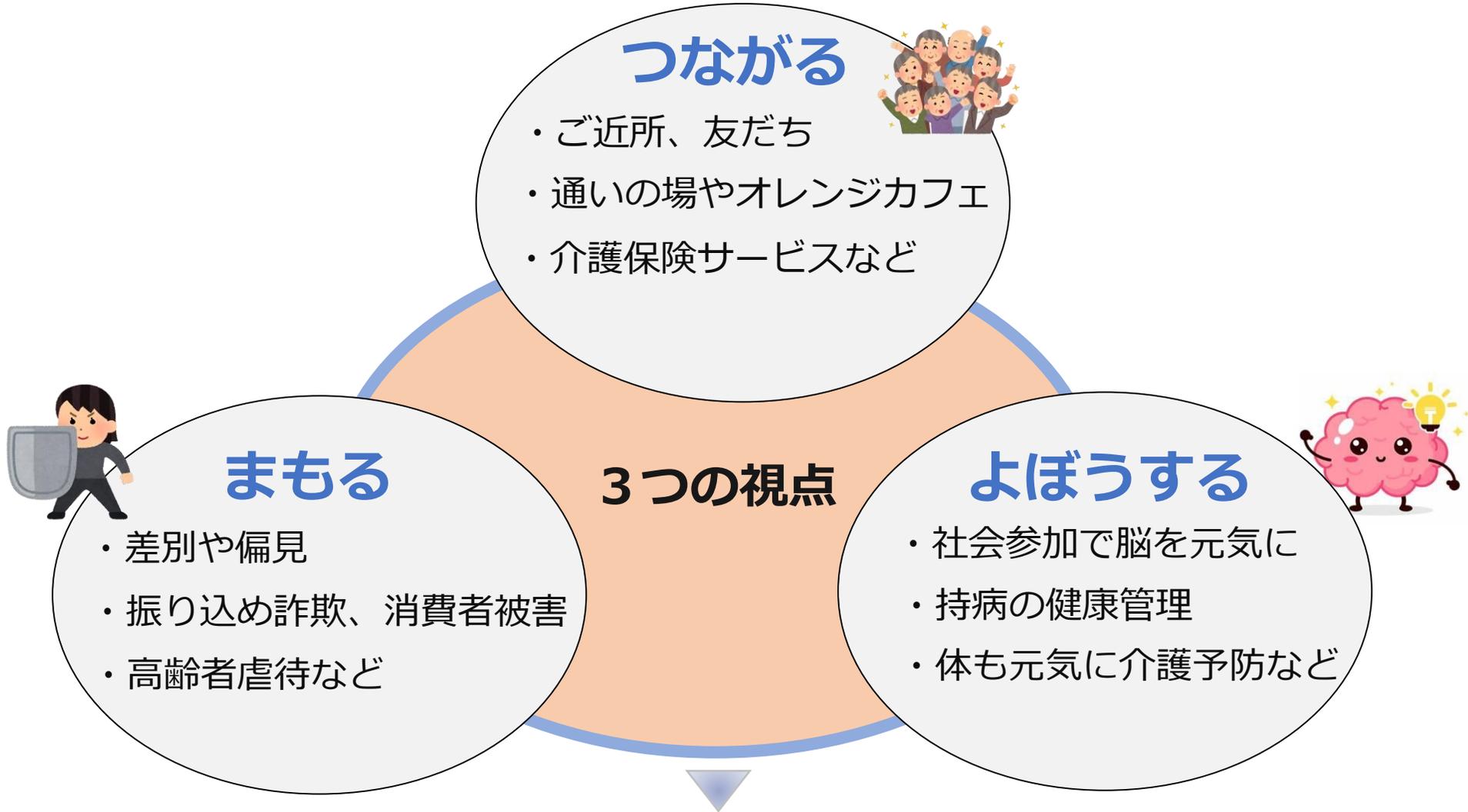
10/21 立教まちづくり拠点施設



9/16 精義まちづくり拠点施設

住民の認知症への関心は高く、計86名の方が参加

認知症があっても地域で自分らしく暮らすためには



東部包括はこの3つの視点を軸に活動を続けていきます

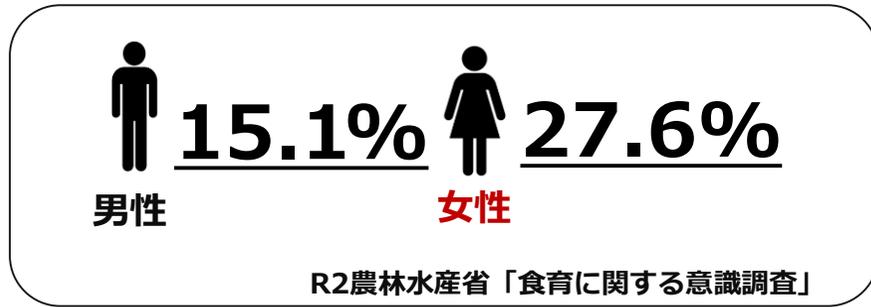


3

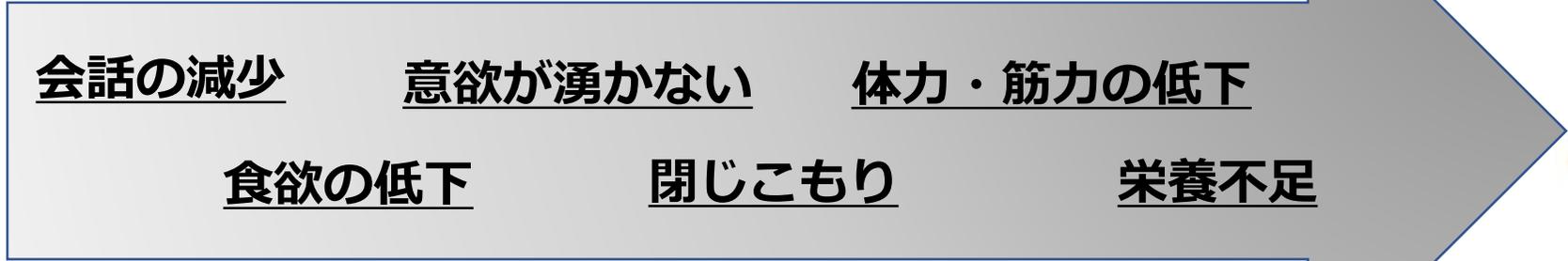
孤食から共食へ

ほぼ毎日一人で食事をしている人の割合(70歳以上)

増え続ける一人暮らし高齢者

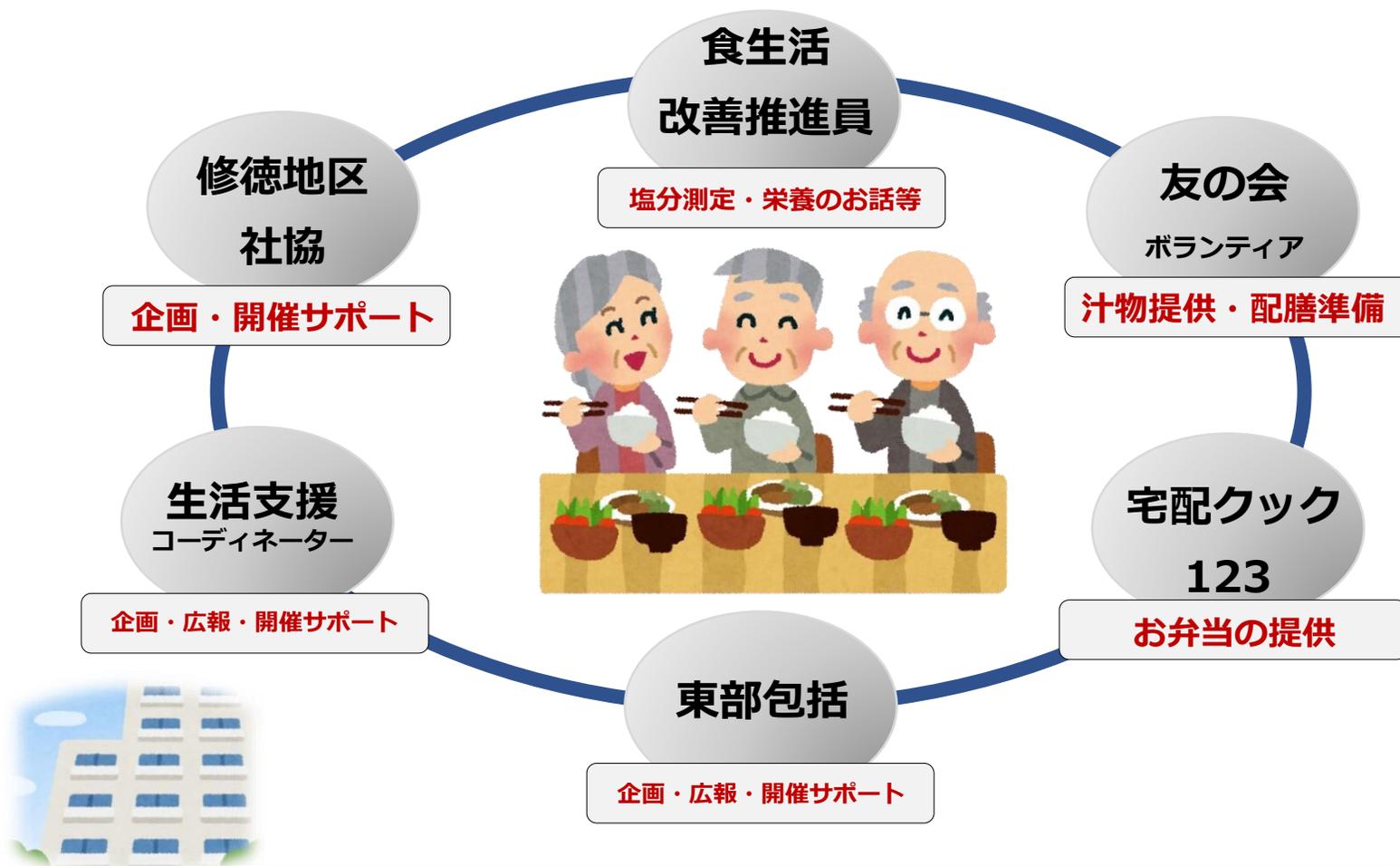


高齢者の孤食が心身にもたらす影響



フレイルへ一直線。コロナ禍で孤食の流れは加速している

地域の関係者と力をあわせて 食事会「食事からの仲間づくり・健康づくり」開催へ



集合住宅が多く地域との関係が築きにくい修徳地区で開催

10/5・10/20開催の様子in修徳まちづくり拠点施設



事前打ち合わせ



自宅の味噌汁の塩分チェック



栄養についてのお話



お弁当と吸い物(10/5分)



みんなでお食事(10/5)

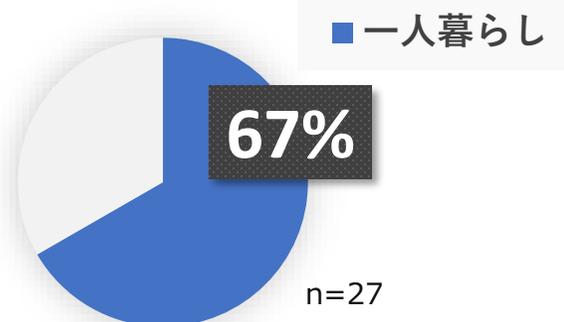


みんなでお食事(10/20)

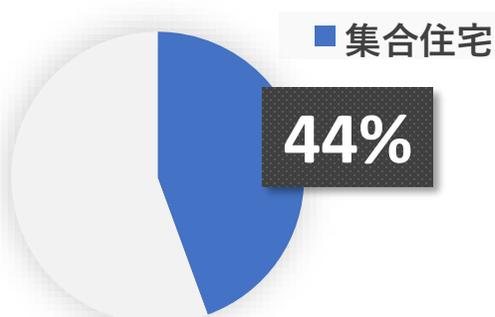
各テーブル席ごとにアクリル板を設置し感染対策も忘れず！

参加者分析・アンケート結果・関係者の声から

参加者世帯構成



参加者住居



参加者の感想

- ・多くの友人に出会えた
- ・人数的にも丁度よく楽しかった
- ・いろいろな話が聞けた
- ・91歳で自立した女性と会えた
- ・美味しい食事ができた、等々

協働した関係機関の声

- ・コロナ禍で活動が出来ておらずとても良い機会になった（食生活改善推進員）
- ・来年度以降も継続できたらと思う（修徳地区社協）



- ・ 好評であったため関係者と話し合い3月にも開催予定

来年度は地区社協を中心に住民が定期的集える場として開催検討



4

縦割りや世代を超えた支え合いへ

分野を超えての協働

縦割りで交わらない制度や組織

支える側・支えられる側の一方通行の関係



障がい福祉サービス事業所

事業所に通っている利用者さんが地域貢献できる場がある
といいな・・・



東部包括

ゴミ出しや電球交換など小さな
お手伝いを希望している高
齢者が多い・・・



お互いのニーズをマッチング

障がい者・高齢者の分野を超えた地域貢献、地域づくりへ

高齢者と障がい者のつながり・支え合いへ



82歳 女性 独居
足が弱り、ゴミ出しが難しくなってきた。誰かに手伝って欲しい



89歳 男性 独居
転倒して足を痛めた。足が痛くてゴミ出しに行けない



79歳 女性 独居
難病の為、重たい物が持てない。でも冬場の寒さには、灯油ストーブを使いたい



障がい事業所の所長さんと高齢者宅で支援内容を打ち合わせ



活動の様子

ゴミ出しの様子



坂道のゴミ出しは大変



朝夕は灯油ストーブ



評価

高齢者の声

- できない事をしてもらえとても助かった
- 毎日のことなので助かります
- 嫁いだ娘に頼むのは気が引けていた

障がい者の声

- 喜んでくれた姿を見てうれしい
- いつも人と接しない作業なのでよかった
- やさしく声をかけてもらえてうれしかった

展望

来年度、更なる協働を進めるために話し合いました



東部

- ・一人暮らしの方が増えているので、買い物や掃除に困っている高齢者も多い
- ・草むしりや窓ふきなど介護保険では出来ない声も多い

障がい事業所

- ・来年度からはもっと本格的に活動したい
- ・どれくらいの料金なら負担してもらえるだろうか

分野や世代を超えて
支え・支えられ・支え合う
つながりをひろげていきます





5

いつまでも生きがいを持って

その人の持つ「強み」が人生を輝かせる

強みを見つける4つの視点

性 格

まじめ
社交的
やさしい
我慢強い



特技・才能

絵が上手
歌が得意
記憶力がいい
物知り



興味・関心

読書が好き
孫と会いたい
旅行に行きたい
料理が好き



環 境

可愛いペットがいる
近所の人が親切
持ち家がある
親友がいる



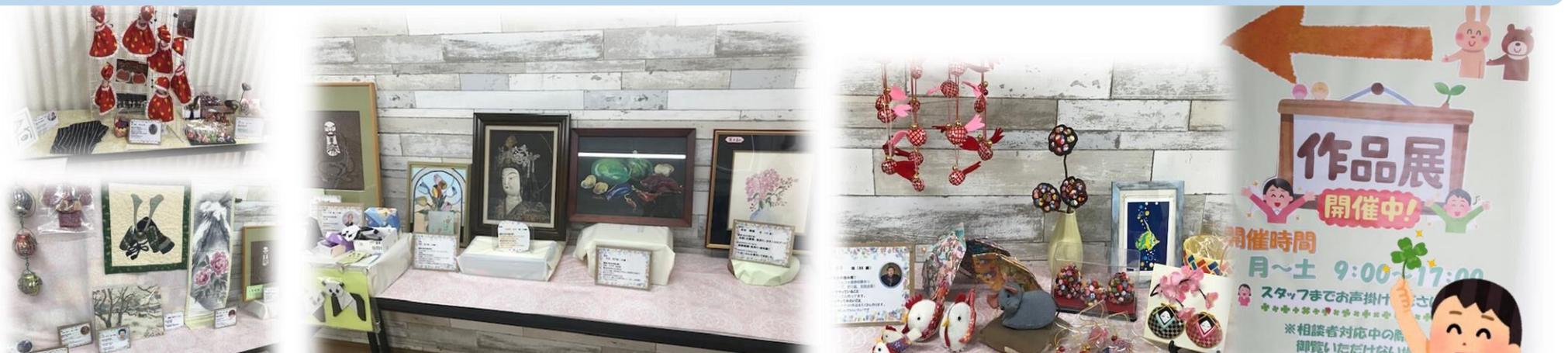
豊かな人生経験・積み重ねた知識・培われた技能



私たちは高齢者のもつ「特技・才能」に着目しました

趣味や特技は個性☆自分らしさ

地域の高齢者の特技を活かした作品展を東部の相談室で開催することにしました。



いくつになっても趣味や特技があることはステキですね☆



出品者やその家族、お友達など多くの方に来場頂きました！

感謝

こんな効果も

作品を欲しい方もいて、それが制作者の意欲の向上とやりがいに繋がりました☆

素敵ですね！
嬉しいです
(^^*)お礼を伝
えておいて



ご本人にお伝え
したところ...



また作ったか
ら、欲しい人
がいたら差し
上げて下さい！



他の人に見てもらって励みになります。
作品の入れ替えも出来るので、次の出展に向けて、素
材を探したりする楽しみが出来ました。
他の出展者の作品も見て、昔やっていた編み物をもう
一度してみようと思いました。



作品展=自分らしさ×人との交流=生活意欲  来年度も開催予定！

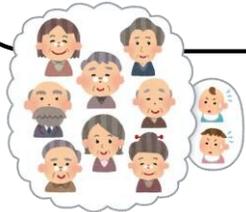


6 複雑化・複合化する課題への取り組み

変化する環境が生み出す生活課題

社会の変化

- ・ 少子高齢化と人口減少
- ・ 核家族化、単身世帯の増加
- ・ 晩婚化、非婚化
- ・ 地域コミュニティの衰退



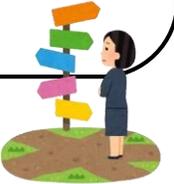
経済の変化

- ・ 経済成熟とグローバル化
- ・ 雇用形態の多様化
- ・ 経済格差の拡大
- ・ 社会保障の縮小



生活様式の変化

- ・ 価値観の多様化に伴う暮らし方、生き方のひろがり
- ・ 家族主義から個人主義



+

更にコロナ禍の影響を大きく受ける



老老介護

生活困窮

ひきこもり

フレイル

8050

ダブルケア

ヤングケアラー

認認介護

孤立死



さまざまな困難や生き辛さを抱えながら暮らす人が増えている

今年度関わった複合課題の一部(支援継続中)

80代夫婦

- ・ 独身の息子が要介護の両親を介護している
- ・ 息子には小学生の子がいる
- ・ 小学生の子は不登校で家業を手伝っている
- ・ 家計は苦しく介護サービスを受けるのは拒否的

ダブルケア
ヤングケアラー
経済困窮 不登校

90代女性

- ・ 60代息子と二人暮らし
- ・ 息子は半身麻痺があり動けず90代の母親が息子を介護
- ・ お金に余裕がなく息子は保険証もなく病院に行けない
- ・ 息子は自暴自棄で不摂生し母親に暴言を吐く

9060
セルフネグレクト
経済困窮

70代男性

- ・ 一人暮らしで親族絶縁状態
- ・ 自宅がゴミ屋敷で荒廃して住めずホームレス状態
- ・ 衣服汚れ失禁状態で町中を歩き何度も警察に通報される
- ・ 人への不信感強く支援拒否
- ・ 経済困窮

ホームレス
セルフネグレクト
経済困窮 孤立

困難を多く抱えている人ほど自ら相談に来ることは少ない

アウトリーチ(訪問実態把握)による積極的関わりを実施

築年数の古い集合住宅への戸別訪問

- ・ 訪問対象：築40年以上経過している計14の集合住宅を抽出し訪問
- ・ 訪問方法：職員2人1組で訪問し聴き取りを実施
高齢者がいる世帯では生活状況を伺い包括のことを知っていただく
- ・ 結果：留守宅も多かったが、身寄りのない方、難病のある方、大家族で苦しい生活をされている方等とつながることができた



福祉支援室と協働しニーズ調査をもとに訪問

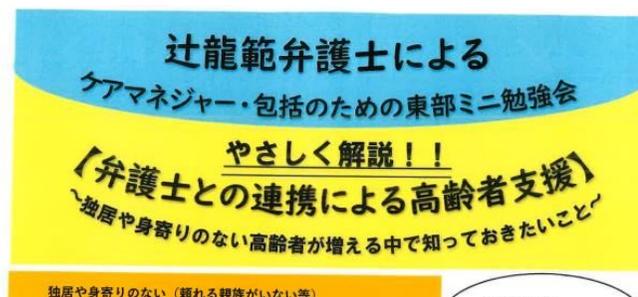
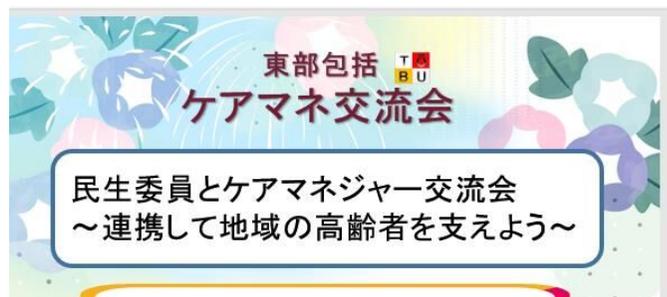
- ・ 訪問対象：桑名市ニーズ調査の中で「子どもの就労やひきこもりで不安や悩みがある」と回答した28世帯を抽出し訪問
- ・ 訪問方法：職員2人1組（福祉支援室と東部の各1名）で訪問し聴き取りを実施
- ・ 結果：高齢者は元気な方が多かったが、実際に子どものひきこもりに悩む世帯が多く、まずはつながることが出来たのが収穫



自ら相談できない方とつながる手段としてアウトリーチは有効

民生委員とケアマネジャーの交流会(7/15)

身寄りのない方への支援(11/15)



独居や高齢世帯が増える中で、民生委員との連携は重要！

弁護士に来てもらい、身寄りない方の支援制度や注意点について学ぶ

さまざまな機関との連携が困難を抱えている方の支援を進める肝！



7

誰も取り残されない

地域の実現に向けて

3つの視点からの取り組み

声なき声に
届く相談体制



- ◆ 支援を必要とする方の早期発見のために、ニーズ調査等を活用し積極的なアウトリーチを実施
- ◆ 東部圏域見守りネットワークの協力機関を増やす
(現在120ヶ所 R5年1月現在)

孤立しない
つながりづくり



- ◆ 高齢者が身近に行けるところへの通いの場等の地域の様々なニーズに適した居場所づくり
- ◆ 民生委員や自治会、地域の専門職や企業、団体等様々な分野との地域包括支援ネットワークの構築

生きがい
持てる地域づくり



- ◆ 高齢者の豊かな知識や能力が発揮できるように、子どもや障がいなど世代や分野を超えた地域のニーズとのマッチングをおこない、誰もが役割を持って活躍できる地域づくりを促進する

憲法第13条(個人の尊重、幸福追求権)

すべて国民は、個人として尊重される。生命、自由及び幸福追求に対する国民の権利については、公共の福祉に反しない限り、立法その他の国政上の上で、最大の尊重を必要とする。



誰もが幸せになる権利があります

地域に取り残される人がないように、みんなの力をあわせて取り組もう!

ご清聴ありがとうございました

