

地域包括ケアシステム

事例集 VOL. 2



地域包括ケアシステムって何？

「地域包括ケアシステム」は、今までに取り組んできた地域づくりや、地域福祉活動を継続していくもので、決して新たな取り組みをすることだけではありません。



以前は、病気になってもかかりつけ医に往診に来てもらい、自宅で親を看取り、冠婚葬祭や困りごとは隣近所で助け合うという仕組みがありました。これを今の時代にそのまま当てはめることは難しいですが、

- ① 医療と介護の専門職が連携した在宅サービスを提供すること
- ② 向こう三軒両隣のような地域の支え合い（生活支援）の仕組みをつくること

が地域包括ケアシステムです。

この仕組みづくりを、松本市が以前から地域づくりを進めてきた35地区で実現を目指すものです。

地域ケア会議とは

地域包括ケアシステムを実現するための一つの手段として「地域ケア会議」があります。

地域ケア会議は

- ① 個々の課題を検討する「個別地域ケア会議」
 - ② 地区の課題を検討する「地域ケア会議」
 - ③ 全市的な課題を検討する「地域包括ケア協議会」
- があります。



医療と介護の専門職と住民の皆さんが、顔の見える関係を作り、困りごと等の情報を共有し、役割分担をしながら、困りごとの解決にむけた検討を行う場が「地域ケア会議」です。



事例 1

いつもの支援は身近な場所で！ ～「いいじゃん。センター長、これでいくじゃん」～

1 中央地区地域福祉計画を実行する！地域づくりセンター長の「思い」

中央地区の地域課題は平成17年に作った「中央地区地域福祉計画」に既に出されていました。その中には、高齢者のひとり暮らしが多く、身近な支援が必要な事も明記されていました。これを具体的に実行に移すにはどうしたらよいか？それにはしっかりと窓口、事務局が必要です。その時に考えた事務局の名称が「中央地区互助会」でした。これが後に「中央地区福祉互助会」になっていきます。

2 町会長・民生児童委員・福祉ひろばと行政と

地域づくりセンター長が、四賀地区の「支え合い事業」を参考に、高齢者の身近な生活支援を目指す「中央地区互助会」の立ち上げについて、町会長会、民生児童委員定例会と福祉ひろば事業企画委員会に相談をしました。みなさんが「いいじゃん。センター長、これでいくじゃん」と言ってくれて、地区として、この会の設立に向けて動き出しました。

3 広募！町会福祉推進員 決まる。

中央地区互助会の事務局を誰に担ってもらうか、地区内の全戸配布チラシで募集をしました。9人の方から応募があり、全員面談の結果、町会福祉推進員として現在も役目を担ってくれている小笠原さんに決めました。高齢者の生活を支える協力員を募集し、サポーター研修を行いました。また、支援を必要とする方に個別にお話を伺いました。

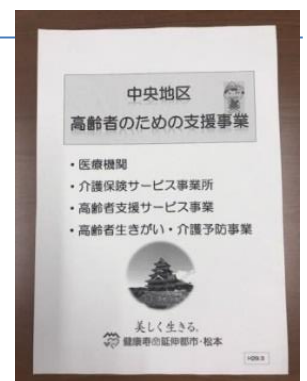
4 「ちょっとしたこと」を支援する。



現在は「中央地域福祉互助会」として、草取り、雪かき、ゴミ出しなど38人の利用会員と30人の協力会員が支援を行っています。中央地区ではまず自分の存在を気にかけてくれる「安心」の確保、日常的な家事や「ちょっとした身の回りの支援」、「交流」、「外出」と「非日常的な家事（大掃除や家電製品の買い替えなど）」を意識して少しずつ深化していければいいなあ、と考えています。平成30年4月から社会福祉協議会の支援を受け、新たに買い物・外出支援が始まります！

5 「地域ケア」が追っかける！

高齢の方が、地域で生活していく中で、病気になったり、介護が必要になった場合、バトンをスムーズに**専門職**へつないでいくために、地域の方、専門職、行政等が顔の見える関係を築き、地域の中でお互いに支えあっていくことが必要となります。地域づくりセンターと地域で作った「中央地区福祉互助会」と専門職がしっかりとつながって行く事を目的として「**地域ケア会議**」が行われ、中央地区版、医療・介護・予防・高齢者支援サービスがひと目でわかる**冊子**が出来上がりました。



事例 2 「みんな困っている」って一体何？ ～「地域の困り事調査」をやってみよう～

1 ひとり暮らし高齢者、高齢者のみの世帯が多い、そして更に・・・

「町会戸数の減少」「町会未加入者」も多い。つまり、「町会運営が十分にできない」「町内の連携がとりにくい」ということにつながる・・・そんな課題が **地域ケア会議** で出ました。

課題を抱えつつも「困っていることを、そのままにしない地域にしたいが、そもそも、高齢者が何に困っているのか分からない」「困っていることがわからなければ、声もかけられない」という意見が出ました。



2 町会ごとの「困りごと調査」をやってみないか。

地域づくりセンター、地域包括支援センター が連携し、12町会の町会長、民生児童委員に高齢者の困り事について、**聞き取り調査** を行いました。その結果、雪かきや買い物等に困っているという声が多いことが分かりました。

3 困り事が見えてきた！さあ「どうしようか」を地域ケア会議で話し合おう。

困り事は、地域で助け合うことが望ましいが、町会未加入者や高齢者ひとり暮らしが増加しているなど、連携が難しくなっている城東地区。では「そこからさらに1歩踏み出すには、どうしたらよいか」を **地域ケア会議** で話し合いました。その結果、支える人を増やすために、**社会福祉協議会主催**で**ボランティア講座**をやってみよう、という事になりました。

4 やっぱり「人づくり」。地区でボランティア講座をやらう。



平成29年8月からボランティア講座を5回シリーズで行いました。内容は「ボランティアの基礎講座」「認知症を知る」など。また、最終回には地域ケア会議として「城東地区ではこんな事をしたい！」「町会でこんなことができる！」をテーマに**グループワーク**を行いました。

具体的な取り組みについては、今後も講座を開催して、勉強をしていく予定です。

事例 3 みんなでつくるパイナップルカフェ！！

～世代を超えて集まろう！～

1 人間関係が希薄になりつつある今

神林地区は、昔は横のつながりや、人が集まる機会が多い地区でした。田植えや稲刈り、お祭りなど、隣近所の協力や会食の機会もありましたが、現在はほとんどなくなり、町会ごとのサロンも全町会で休止状態となっています。また、福祉ひろばの利用者の顔ぶれも同じ方が目立ち、ひろばまでが遠く、来られない人のための「集まり・つながりの場」が必要な状態でした。

2 「元気で長生きする」には、なにより「〇〇がり」が大切！

地区での勉強会 で 信州大学の井上教授 から、また、地域ケア会議 では、あかはね内科・神経内科医院の唐木医師 から、健康維持のためには、人と人との支えあいや、生きがいづくりが大切であるということを知り、地域の「つながり」が重要であることを再確認しました。



3 「ちっちゃい子からお年寄りまで、もう一度、集まったらどうかねえ？」

「せめて福祉ひろばから離れた町会で何か出来ないだろうか？」という声が地域の方から上がり、具体的には、民生児童委員さんから「皆が集まりやすいお寺で 認知症カフェ を開いたらどうか」という案が出ました。更に、このカフェでは「認知症の方だけではなく、世代を超えて交流できる場 にしていこう」といことになりました。

民生児童委員さんがお寺に話をしたところ、快く了承していただきました。また、地域の団体が協賛者になってくれました。地域づくりセンター、地域包括支援センター、福祉ひろば、公民館等も協力し、支援を行いました。

4 子育てや介護、なんでも話そう！ パイナップルカフェ

現在、ほぼ2か月に1回、午前中に開催しています。その時々でテーマを変え、話しを聞いたり、みんなで焼き芋をしたりと、その内容は、参加されている皆さんが楽しんでもらえるよう工夫をこらしています。



今後は、現在中心となっている町会だけではなく、他の町会でも開催を検討しています。

現在は無料で開催していますが、企画、運営に関わる経済的な問題と、地域協力者の拡大などが、今後の課題となっています。

本郷地区発！

事例 4 地域の縁側「にこにこサロン」

～ボランティア養成講座の受講生が立ち上げた集いの場～



1 ボランティア部会、日赤奉仕団が解散してしまった！ピンチからのスタート

平成27年度の地域ケア会議で、当時、社会福祉協議会四賀地区センターの山岸課長から、四賀地区の支え合い事業の取組みについて講演があり、活発な活動に大きな刺激を受けましたが、同時に「社会福祉協議会のボランティア部会と日赤奉仕団が解散してしまう」という課題も出ました。



2 このままでは、みんなが集える場所がない！「何とかしなければ。」



次年度の地域ケア会議では「地域で考える（支える）包括ケアシステムとは」というテーマで信州大学の井上教授の講演を聴き町会での福祉の取組みの発表とも合わせ、じっくり地域の助け合いについて考えました。

その中で「町会により高齢化に差がある」「近くに集まる場所がない」といった課題が出され、参加者からは「この状況を何とかしなければ」「高齢者などが気軽に集える場所をつくらなければ」という声があがりました。この時点での高齢者の方の集う場所は、本郷地区に2カ所（2町会）のみでした。

3 「自分たちには一体何ができるのだろうか？」を考えるボランティア育成講座

平成28年度社会福祉協議会主催でボランティア育成のための「本郷地区支え合い講座」を開催することになり、その中でボランティア先進地区、御代田町へ視察に行きました。地域の方が中心となって開催しているサロンを見学し、その後「自分たちには、今何ができるのか」をテーマにグループワークをしました。

講座終了後、受講生を中心に地域で「支え合い活動」を続けていこうとの声が大きくなり、一度消滅した、本郷地区ボランティア協議会を新たに立ち上げ、通称「ささえあいの会」が平成29年3月に発足しました。

4 地域の縁側「にこにこサロン」の開設

「ささえあいの会」の仲間が、高齢者も認知症の方も、誰もが集える居場所をつくろうとの思いから「にこにこ会」を結成し、毎月第1・第2水曜日の2回、午前10時から午後3時まで地域の縁側「にこにこサロン」を開設しました。そのうち第2水曜日の午前中を、認知症の方や家族のためのオレンジカフェとして開いています。



また、他の町会でもサロンが次々と立ち上がり、現在6町会で開催しています。

本郷地区は公民館が少なく、集まる場所も限られていますが、地区外の方も含め、より多くの方から誰でも気軽に来ていただける居場所として、今後も広がっていけば良いなあと感じています。

事例 5

個別地域ケア会議

～「認知症を考える」から 地区の学習につながった事例～

1 詐欺にあっているかもしれない高齢者を「地域」が守る。

親族とも疎遠で、認知症があり、判断能力の低下や金銭管理が困難となっていたご夫婦がいました。ケアマネジャーや民生児童委員から、どうも詐欺にあったり、不動産を安い金額で売買してしまったりする事があるらしいと、地域包括支援センターに相談がありました。

このご夫婦をどのように支援していくか、**個別地域ケア会議** で話し合いを行うことになりました。

2 「助けて」と言えない人をどう助けるか？

会議の結果、このご夫婦には、**成年後見制度** の活用につなげることができました。現在は親族の協力も得られ、引き続き地域にも見守られながら在宅生活を続けています。

また「認知症を支えるには、認知症を知らなくてはいけない」という意見が地域の方から出され、**研修会**を企画しました。人権啓発も絡め、**医師と地域包括支援センター** の職員が講師を務めました。

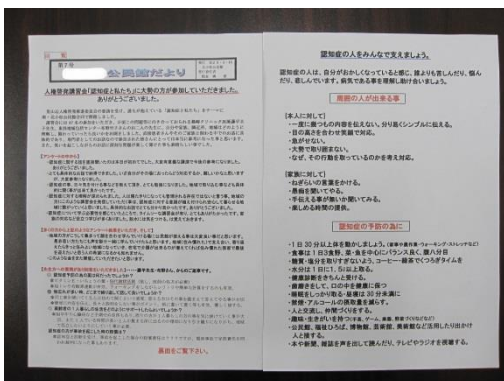


参加者からは「認知症の様々な症状や薬のこと、認知症の人の気持ちを知ることができた」「認知症の人に寄り添い、その人に合った対応をしたい」などの感想が寄せられました。

3 個別地域ケア会議から出た「地区の現状と課題」へ向かって。

このご夫婦の住む地区は、アパートも多く、町会未加入世帯があり、住んでいるかどうか分からない人がいます。町会行事の参加者も同じ顔ぶれのため、地域では参加されない方を誘う声掛けを行っています。

また、認知症であることを周囲に隠している家庭もあり、こういった「困りごとを抱えた方」が気軽に集いの場に顔を出し、周囲に助けてもらえるような環境づくりが必要です。そこで、認知症を理解する研修会にとどまらず、**町内公民館報に「認知症Q&A」**を掲載し、町会住民に周知しました。





地域ケア会議 地域つなぎ人 紹介!

各地域で行われている「地域ケア会議」は、皆さんの住んでいる地区の課題を出し合う「場」です。今回は、その地域ケア会議に参加されたお二人にインタビューしました。



浅間温泉第2町会
ボランティアグループ
「ゆ～の会」
矢島 真知子 さん

その当時、民生児童委員でしたので、その立場で本郷地区の地域ケア会議に参加いたしました。

会議の中で、本郷地区の「ボランティア協議会」が休止してしまうことが課題として出ました。また、福祉ひろばの「本郷地区の福祉を考える集い」があり、そのグループワークの中で「地区で身近なお茶のみの場があったらいいな」という意見がありました。

その後、地区のボランティア育成講座で「四賀地区の支え合い事業」などを学び、日ごろの民生児童委員の活動などを通して感じていたことを形にするヒントをもらいました。

現在営業をしていない油屋旅館の女将さんのご好意により、旅館をお借りして、月1回「お茶のみサロン」を開催しています。

地域ケア会議で、地区の身近な問題点を話し合い、地区の視点に立ったボランティア育成講座を受け、常会の方達とつながっていくことが、普段からの「やってみようかな」という思いを育てていく良い機会になりました。

平成28年に田川地区の地域ケア会議に参加しました。

町会連合会、民生児童委員、介護保険の事業所、薬剤師、行政職員など40名ほどが参加していて、多くの方が日々、高齢者福祉事業に尽力し、支えているのだということに改めて驚き、感心しました。

そして、同時に職種は違えど、同じような問題に異なる視点から取り組み、苦労を共にしている方々が沢山いることに、とても励まされました。

当クリニックでも、普段から、公民館やひろば活動に参加するように声をかけています。地域ケア会議にて、田川地区で行われている「いきいきサロン」の報告を受け、それらの活動が「介護予防」に効果的であったという事の確認が出来ました。

病気を予防・治療するには、医療側の一方面からでは限界があり、高齢者を取り巻く環境や福祉問題を安定させるような環境づくりが必要です。

それらを家族や福祉関連のスタッフに協力してもらおうと症状が改善してくる事を、時々経験しています。

地域ケア会議の事例発表では、各分野の方々と一緒にグループワークをして、個々の事例も諦めずに、きちんとバトンを渡すことが必要だと感じました。

地域ケア会議は、普段、地域医療に携わる医師にとって、大きなメリットがあると感じ、積極的に出席をしたほうが良いと思いました。



折井クリニック（白板）院長
折井 幸司 医師

お問い合わせは 各地域包括支援センター へどうぞ!

センター名	担当地区	住所・電話番号・FAX
中央 地域包括支援センター	第1、第2、 東部、中央、白板	丸の内3-7 (松本市役所本庁舎北別棟) 電話34-3237 FAX34-3026
北部 地域包括支援センター	岡田、本郷、四賀	岡田下岡田39-2 電話87-0231 FAX87-0232
東部 地域包括支援センター	第3、入山辺 里山辺	里山辺910-1 (うつくしの里内) 電話36-3703 FAX36-3704
中央北 地域包括支援センター	城北、城東、安原	元町3-7-1 (ふくふくらしいす内) 電話34-8511 FAX34-8512
中央南 地域包括支援センター	庄内、中山	筑摩2-31-1-1 電話55-3320 FAX25-2211
中央西 地域包括支援センター	田川、鎌田	巾上9-23 電話38-3310 FAX32-3060
南東部 地域包括支援センター	寿、寿台 内田、松原	寿中2-20-1 (真寿園内) 電話85-7351 FAX85-7353
南部 地域包括支援センター	松南、芳川	双葉4-16 (総合社会福祉センター内) 電話27-5138 FAX27-5139
南西部 地域包括支援センター	笹賀、神林、今井	今井4820-1 (やまびこの里内) 電話50-7858 FAX50-7859
河西部 地域包括支援センター	島内、島立	島内4970-1 (島内公民館内) 電話48-6361 FAX48-6362
河西部西 地域包括支援センター	新村、和田、梓川	和田4693-1 電話47-0294 FAX47-1294
西部 地域包括支援センター	安曇、奈川、波田	波田6908-1 (波田保健福祉センター内) 電話87-1572 FAX87-1573

※訪問等により地域包括支援センターに職員が不在の場合があります。恐れ入りますが来所される際は、
予めお電話にてご確認ください。(土・日・祝日及び12月29日~1月3日を除く。)

〈発行〉松本市 高齢福祉課 介護予防担当 電話 34-3237 FAX 34-3026