

令和2年度  
熊本市南区地域包括ケアシステム推進  
会議資料



令和2年11月  
熊本市 南区福祉課

# 1. 新型コロナウイルス感染症に対応した介護予防に関する広報強化・きっかけづくりの状況

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、通いの場の活動が自粛するなど、地域の高齢者の活動量が低下していることから、自宅等における介護予防活動を推進するため、熊本市では様々な媒体を活用し、広報を行ってきた。

また、活動自粛期間が長期化し、地域からは「介護予防活動を行う際の一体感がほしい。」との声があったことから、認知度が高い「ラジオ体操」を一斉に行う屋外イベントを中央区で試験的に開催し、継続的な取組につなげるきっかけづくりとする。

## (1) コマーシャル放映（テレビ等）

### 【介護予防啓発 CM（第1弾）】

- ・民放4社にて放送。

放送期間：R2.5/29～6/21（24日間）

放送回数：計48回

内容：介護予防のために自宅でできる運動等を紹介



### 【介護予防啓発 CM（第2弾）】

- ・民放4社にて放送。

放送期間：R2.7/29～8/30、R2.10/1～12/31の毎週木曜日、

R3.1/4～3/29 の毎週月曜日

放送回数：計 118 回

内容：介護予防のために運動機能向上、栄養改善、口腔機能の維持向上の3つのテ

ーマそれぞれに CM を作成し放映

- ・COCOSA 屋外ビジョンにて放送。

放送期間：R2.9/19～12/19 放送回数：月 300 回

- ・各区役所モニターでの放映（10～3月）、熊本市公式 YouTube への掲載



## (2) テレビ

生活不活発病にならないための運動等を紹介。主な出演番組は以下のとおり。

- ・ R2.3/27 18:55-19:00 RKK「市政だよりテレビ版」
- ・ R2.3/28 11:35~11:45 TKU「くらしの窓」
- ・ R2.5/6 テレビ・TKU「かたらんね」 市っとるね？マナブくんのコーナー
- ・ R2.10/1~10/30 J:COM「クローズアップくまもと」 1日2回

## (3) ラジオ

- ・ 熊本シティエフエム「校区いきいきサロン」

放送期間：R2.3/13~4/24、R2.7/3~8/21 の毎週金曜日 13:00~13:30

内容：熊本地域リハビリテーション広域支援センター協力で自宅でもできる介護予防のポイントを紹介。

- ・ 熊本シティエフエム「声の市政だより」

R2.5/2 9:30~10分程度、「自宅でできる筋力アップ運動」を紹介。

- ・ 熊本シティエフエム「フレッシュ・フラッシュ熊本」

テーマ「高齢者の熱中症予防について」 R2.7~9月 月1回放送

テーマ「高齢者の冬場の感染予防について」 R2.10~12月 月1回放送

## (4) ホームページ

- ・ 自宅でも簡単にできる筋力アップ運動（高齢者向け）に関する情報ページを作成。  
介護予防のための運動・栄養・口腔に関する情報を紹介。

## (5) パンフレット

- ・R2.3/6～自宅でもできる筋力アップパンフレット作成・ホームページ公開。

パンフレットは、老人福祉センター、元気くらぶ、まちづくりセンター、老人クラブ連合会、シルバー人材センター等へ配布。



- ・「生活不活発病」を予防するために、自宅でできる運動・栄養・口腔面などのポイントを紹介した『な〜んなんと運動手帖』を作成。各区福祉課・ささえりあで配布。運動等を実施し「熊本城の塗り絵」を行うことで運動の継続を図り、30日間実施した手帖を区役所に持参すると、記念品をもらえる工夫を企画。



記念品として配布するマスクが入るケース

## (6) その他の広報

- ・ R2.3/26 熊本日日新聞 朝刊発行部数 約 27 万部、15 段広告
- ・ 市政だより 5 月号 特集ページ  
自宅のできる筋力アップ運動の掲載 (4 ページ目)
- ・ R2.3/27 くまにち すぱいす  
発行部数 約 30.3 万部 への折り込み B4 チラシ片面に筋力アップ運動を掲載。
- ・ R2.5/29 高齢者の住まいと生活を応援する情報誌「たより」  
発行部数：約 13,000 部、主な配布先：各区市町村役場、病院、地域包括支援センター、調剤薬局、特養、老健、居宅、問合せをいただいた方々 (無料配布)

## 2. 各高齢者支援センターささえりあにおける新型コロナウイルス感染症に対応した取組

高齢者に身近な相談窓口であるささえりあでは、新型コロナウイルス感染症の感染拡大の状況下において、高齢者の「感染拡大防止」のほか、将来の介護が必要となるリスクの軽減に向けた「介護予防活動」、高齢者やその家族、介護サービス事業所の感染者発生の際の高齢者の「生活支援」のための対応を実施。

### (1) 感染拡大防止

地域の高齢者が日常生活や通いの場への参加等で感染しないように助言や情報提供を実施。

#### 【主な取組】

- ・ 地域の通いの場の参加者や運営者、民生委員等に対する感染防止に向けたチラシの配布等による情報提供。
- ・ 再開した地域の通いの場の感染防止対策の状況確認と助言。
- ・ 国のマスクの配布。

### (2) 介護予防活動

高齢者の活動量の低下に伴う介護が必要となるリスクの軽減に向けた対応の実施。

#### 【主な取組】

- ・ 介護予防に関するチラシや広報誌の配布、体操 DVD 配布、アプリの情報提供。
- ・ 高齢者や民生委員対象のアンケート調査。
- ・ ラジオ体操の町内放送。

- ・ リモート体操教室開催支援
- ・ フレイル予防カレンダーの作成（作成中。）

### **（３）生活支援**

高齢者自身や家族、介護サービス事業者が感染や感染疑いにより高齢者の生活に影響がでた場合の個別の支援や対応を実施。

#### **【主な取組】**

- ・ 地域の介護支援専門員からの相談対応。
- ・ 介護サービスを受けている事業所での感染者発生に際し、自宅でもできる運動メニューの提案。
- ・ 代替の介護サービスの利用調整。

### 3. 南区における今年度の取組

今年度4月に策定した南区地域包括ケア推進方針・アクションプランの遂行が新型コロナウイルス感染症の影響により、当初の計画どおり行えていないが、推進方針の取組1「介護予防」、取組2「医療介護連携」、取組3「認知症支援」について、コロナ禍でも行える活動を実施。

#### (1) 介護予防分野における実務者会議

令和2年9月17日（木）に、介護予防分野における実務者会議をオンライン会議として開催。今回初めて熊本地域リハビリテーション広域支援センター連絡会と合同で開催。

##### 【参加者】

高齢者サロンや「くまもと元気くらぶ」等通いの場への技術支援や助言を行っている地域リハビリテーション広域支援センター、地域密着リハビリテーションセンターの専門職（理学療法士、作業療法士等）、各高齢者支援センターささえりあセンター職員等35名が参加。

##### 【会議内容】

- ・ 福祉課より南区地域包括ケアシステム推進方針、アクションプランの説明。
- ・ コロナ禍における介護予防活動の現状について各高齢者支援センターささえりあから報告。
- ・ 地域リハビリテーション広域支援センター、地域密着リハビリテーションセンター等に所属の専門職（理学療法士、作業療法士等）と意見交換。
- ・ 高齢者の筋力低下等が進んでいる現状を踏まえ、SNS等を活用した介護予防啓発の継続と環境上 SNS での情報を取得できない高齢者に対しての具体的な支援策を検討していくことを参加者と共有。

## (2) 医療介護連携分野における実務者会議

令和2年11月10日(火)に実務者会議を開催。

### 【参加者】

急性期病院、回復期病院、在宅医療クリニック、訪問看護ステーション、介護施設、居宅介護支援事業所、薬局、終末期緩和ケア等各関係者、各高齢者支援センターささえりあ職員の27名が参加。

### 【会議内容】

- ・ 南区として初めての医療介護分野における実務者会議開催のため、開催の趣旨をしくまもと病院名誉院長、林茂先生より説明。
- ・ 福祉課より南区推進方針、H29年度市が提示した医療介護に関する課題、高齢者支援センターささえりあから挙げた現状と課題について報告。
- ・ 取組2「医療と介護のシステムの区民への啓発」について意見交換。
- ・ 専門職ではない区民の方に対し、「何を伝えるか?」、「どこまで伝えるか?」、「どのようにして伝えるか?」を念頭に置いた「区民に分かりやすい啓発」を目指し、医療、介護、在宅医療・介護の各専門グループで情報収集や検討を重ね、啓発ツールの作成に努めることを共有。次回2月頃会議開催予定。

## (3) 認知症支援への取組

認知症に関する正しい知識の普及を目指し、令和2年10月22日(木)、29日(木)に南区役所職員向け認知症サポーター養成講座を開催。12名の職員が参加。

### 【受講者の感想】

- ・ 今まで認知症は発症すると諦めるしかない症状だと認識していたが、今回の講義を受講して、周囲の意識や配慮次第では発症した本人や周囲の人々を含めた環境を改善できることを学べ、自分の周囲で認知症の人がいたときに、今まで以上の配慮や声かけなどを心がけようと思った。

- ・ 認知症の症状や原因等を今回学んだことで、相手の意思や思いを受け止めて尊重してかかわることが大事と改めて分かった。
- ・ 認知症の方に寄り添い、相手の頭の中の考えに入っていくことが大切ということが分かり、今後認知症の方と接するときのヒントを得ることができた。
- ・ 認知症という病気について全然分からなかったが、どういう症状なのか、またその対応について知れて良かった。対応の仕方を知っていると、いざという時に慌てずにちゃんとした対応ができると思う。
- ・ 認知症の方に安心してもらえる声かけをしたいと思った。また、認知症の方を介護する家族の話もよく聞いて、相談事を本音で話してもらえるような対応をしていきたいと思った。
- ・ いつも「助けられたら」と思っていたが、受講前と受講後では実際の支援方法についての認識が変われたと思う。
- ・ 今まで認知症かなと思う方はいたが、声をかけることができなかった。今後は困っている様子だったら、声をかけるなど行動にうつせていけたらいいなと思った。
- ・ 寄り添った対応をしていきたいと思った。



10/29(木) 南区役所職員  
認知症サポーター養成講座の様子



認知症サポーターキャラバン