今後取り組むべき課題と対策について

～令和3年度中央区地域包括ケアシステム推進会議（書面開催）

意見のまとめ～

（基本目標・取組方針ごとの課題と具体的な取り組み案）

基本目標1 老いに負けない健康づくりと介護予防に取り組もう！

（1）「校区単位の健康まちづくり」の推進

- ・健康づくりは全世代において必要な課題であり、お互いさまで支え合える関係づくりにつながる元気な高齢者や元気に活動できる人材をふやすためには、若い世代からの取り組みが必要。
- ・健康づくりのボランティア活動が活性化され、地域づくりにつながるような支援が必要。
- ・特定健診や歯科検診が介護予防に果たす役割は大きい。

<具体的な取り組み>

- ・後期高齢者歯科健診はオーラルフレイルのスクリーニングと予防活動には重要。しかし健診を受けるためには、事前に受診券の発行の手続きが必要でありハードルが高い。毎年、保険証の更新時期に、多くの高齢者に受診券を同封し、受診勧奨を進めてほしい。（熊本市歯科医師会）
- ・8020健康づくりの会の推進員の年齢が高くなっている。大学ボランティア等若い世代に啓発する活動。
(8020健康づくりの会)
- ・2層コーディネーターを中心に、8020推進員、食生活改善推進員、介護保険、介護予防サポーターをコーディネートする。
(ささえりあ中央)

（2）多様な介護予防活動の拠点をつくる

- ・健康寿命を延ばすため、介護予防の意識の定着と介護予防の場の構築が必要。
- ・予防活動の担い手の固定化により、負担が増大している。
- ・全世代が気軽に集える場の増加が求められる。

<具体的な取り組み>

- ・モデル事例の紹介やモデル校区（希望される校区）での取り組み実施、多世代型通いの場への上乘せ補助。
(ささえりあ子飼)
- ・身近な地域で年齢を問わず、誰でも気軽に集える場を増やすことによる障がいのある方の社会参加。
(障がい者相談支援センター)

基本目標2 これまでの経験から役に立てることはまだある。生きがいを見つけて外へ出よう！

(1) シニア世代の一人ひとりが地域の支え手として活躍できる機会を拡げる

- ・高齢者の知識や経験を活かした社会参加の場、就労の場の構築が必要。

<具体的な取り組み>

- ・“地域の支え手”と言われるとハードルが高い。支え手とは何かを明確化する事が必要。
(介護支援専門員協会)
- ・高齢者が社会貢献できる場、例えば、高齢者が講師となって活躍できる講習会等の開催
(食生活改善推進協議会・白川校区自治協)

(2) 介護が必要になっても自分らしい生き方が継続できる地域をつくる

<具体的な取り組み>

- ・介護になったらおしまい、迷惑になるといったような高齢者の意識を変えるために介護になっても活動が継続できる、明日は我が身という意識を持ってもらえるよう、熊本市が広報を行う。
また、専門職団体等が企画した講演会を定期的に行う。(ささえりあ中央)
- ・高齢者がこれまで培ってきた知識や経験、特性を生かした活動の場を提供するための調査を行い、地域ごとの人材バンクが作れたら活動の場の提供とマッチングに繋がる。
(ささえりあ本荘)

基本目標3 当事者の気持ちに添えるよう多職種で力を合わせよう！

(1) 当事者(要介護者・家族)の日々の暮らしに寄り添える医療・介護サービスを行う

- ・地域住民に専門職の取り組みを知ってもらう機会を設け、身近な支え合いネットワークを構築する必要がある。

<具体的な取り組み>

- ・地域も交えた多職種・多業種合同の研修会の実施
区において、定期的に多職種・多業種合同の研修会を開催し、取り組み事例・活動等の報告・共有する場を設ける。(ささえりあ子飼)
- ・フレイルの前段階として確認できるオーラルフレイルの徴候やその予防策などを様々な段階で発信したい。住民への発信については課題があり、医療・介護専門職と住民の連携が必要。
(歯科医師会)

基本目標4 いざという時もみんなで支えあえるよう、日頃から声をかけ合う近所づきあいをしよう！

(1) 老いも若きも、元気な人も、支援が必要な人も、共につながって支え合う地域をつくる

- ・高齢者の孤立化が進むなか、身近な圏域（校区、町内、隣保）の地域力を強化する必要がある。地域住民と多職種が連携し、地域で支え合う仕組みづくりが必要。

<具体的な取り組み>

- ・出水南校区では、福祉サポーターという人達がおり高齢者の一人住まいの人に定期的に声をかけている。他の地域でも普及すると良いと思う。（出水南健康づくり）
- ・日ごろから、民生委員・児童委員を中心とした地域の見守りにより、緊急対応ができた事例があった。（壺川校区自治協）
- ・隣保班などの小さい単位から何か始められたら良い。（認知症との人と家族の会）

（２） 認知症高齢者を正しく理解し対応できる地域をつくる

- ・認知症高齢者を正しく理解するため、認知症サポーターを活用し、小中高の生徒や企業等、若い世代を対象とした啓発活動の実施。
- ・認知症高齢者を見守り、保護するための SOS ネットワークの充実が必要。

<具体的な取り組み>

- ・小・中・高の若い世代に対する認知症の啓発を進めてほしい。（ささえりあ水前寺）
- ・認知症の正しい知識を得るための学習会の開催
学習の回数をできるだけ多くし、わかりやすい話し手の、わかりやすい実践例を交えた話。（認知症の人と家族の会）
- ・企業向けに認知症サポーター養成講座を実施する。
「認知症サポート企業」（仮称）として認定し、区の認知症対策に協力いただけるのではないか。（ささえりあ子飼）

（３） 災害に負けない「おたがいさま」で支え合う地域をつくる

- ・災害が多発する中、これまでの災害の経験を振り返り、災害訓練等を通じた防災意識を向上することが大事。
- ・隣保班を活用した災害時の互助の仕組みづくり。
- ・要援護者名簿の活用方法の検討が必要。絵にかいた餅で終わらせないために。

（４） 声をかけ合う近所付き合いの輪を広げる

- ・地域とのつながりが希薄化し、地域活動がやりづらい状況がある。日頃から声をかけ合う関係づくりが重要。

<具体的な取り組み>

- ・全世代で集える場とは、どんな場なのかイメージができない。
具体例を示すことで、取り組みができる。（認知症の人と家族の会）

地域課題解決に向けた取組提案

～地域ケア会議から 地域包括支援センター中央ブロック包括連絡会より～

(1) ささえりあ本荘・水前寺ブロックからの提案

要介護状態に陥る原因となる「低栄養」解決のためのシステムづくり

- ・熊本県栄養士会への協力や委託による、既存の集いの場への派遣と栄養指導の実施。
- ・管理栄養士等による高齢者への買い物同行と、弁当や総菜等の品定め指導。
- ・食生活改善推進員による配食サービス。
- ・短期集中予防サービス（栄養プログラム）修了者の通いの場でのフォロー整備。
- ・高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施を図れるよう、医療機関、ささえりあ、行政、地域等と情報の共有と連携。

(2) ささえりあ白川・帯山ブロックからの提案

介護予防サポーター養成講座内容の充実と、講座終了後のマッチングシステムの整備

- ・講座内容については、実際の地域の実情や課題、孤独孤立問題、現状の介護予防・日常生活総合事業などの高齢者を取り巻く実態も織り交ぜる。
- ・包括圏域会場での養成講座実施による受講生の更なる確保と、身近な通いの場への参加者の拡充。
- ・サポーターと活動の場のマッチングシステムの構築とアフターフォロー。
- ・人材確保を目的とした、熊本健康アプリ・コンビニ・公共施設等によるポイントやサービスの仕組みづくり。

(3) ささえりあ中央・子飼ブロックからの提案

高齢者の生活の質の向上に向けた ICT の活用

- ・操作方法や日常への活用方法などを気軽に相談できる場や、体験学習する講座の実施などの環境整備と、ICT を用いた地域での異年齢交流。
- ・高齢者も ICT を活用しやすいような機器の貸出や場の整備。
- ・ICT を活用した健康づくりの場の創設。