

令和4年度 第1回熊本市中央区地域包括ケアシステム推進会議 議事録

開会（14：00～）

1，中央区長挨拶

2，委員紹介、職員紹介

3，会長・副会長選任

会長：黒木委員

副会長：野津原委員、高松委員を選任

4，議事

（1）事務局説明（14：15～）

「地域包括ケアシステムと推進体制」

「中央区の推進方針」及び

「地域包括ケアシステム推進に向けたこれまでの取り組み状況」

「今後取り組むべき課題と対策について」

（令和3年度書面会議回答書および自立支援型地域ケア会議からの政策提案）

（1-2）意見交換等（14：35～）

（黒木会長）

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に関連して、既に総合事業の短期集中予防事業で低栄養のリスクのある方に対して、栄養士が自宅を訪問して、栄養指導を実施していると伺っている。

今回ささえりあからの提案にあった、対象者の買物同行や栄養バランスに効果的な買い足し方などのアドバイスについては、現制度の中で可能か？

（高齢福祉課）

短期集中予防サービスには、運動・口腔・栄養と三つのプログラムがある。

栄養については、本市が委託しており、栄養士が家庭訪問をして栄養に関するアドバイス等を行っている。すでに買物に付き添って買物のアドバイス等もされている例もあるが、それが全ての対象者に対して行われている状況ではない。

今後は、委託事業者間で栄養指導の情報交換をしたり、一緒に研修を受けるような機会を設け、良い取組を取り入れ合っていけるようなことを考えていきたい。

（黒木会長）

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について課題として挙がっているが、養成講座はどのように実施しているのか？

( 高齢福祉課 )

当養成講座は、高齢福祉課で実施している。今年度は、このような提案を受け内容を変えた。これまで市全体で、介護予防サポーターは 300 人程度いるが、活動がなかなか出来ておらず、また、現状把握が出来ていなかった。

今までは、介護予防サポーターの活動としては、元気クラブ等に出向きその運営支援をすることで考えていたが、中央区のささえりあからの提案として、ごみ出しや通いの場の付添いのような生活支援も介護予防サポーターに活躍してもらえないかとの話があった。今年度はまずは、サポーターがどのような活動ならできるか、逆に地域のニーズとして、サポーターにやってもらったら助かること等のニーズを、アンケート調査で把握し、今後のサポーターの活動整理を行っていきたい。

そこが整理できると具体的な活動まで入った名簿が出来上がり、今後のマッチングにもつながるだろう。

最初の段階として、実態の把握に努めたいと考えている。

( 黒木会長 )

現状の把握をしっかりと行い、受ける側のニーズとそれをサポートする側のニーズ把握に努める対応を考えることに取り掛かっていただけると理解した。一方で、サポーターが地域で活動できるようマッチングすることも非常に重要だが、このマッチングについてはどのような現状か？

( 福祉課 )

定期的にフレイル予防の情報提供等をサポーターに行いながら、元気クラブ始めささえりあの活動支援を行っているところだが、十分に活動が出来ているとは言えない状況。

昨年度に、中央区で活動できると登録している 99 名の介護予防サポーターにアンケートを実施した。回答内容として、活動意欲がある方が 34 名、実際に地域で活動している方が 28 名だった。登録しているものの、実際の活動には結びついていないことが、ある程度把握が出来た。

コロナ禍で地域活動の場が少なくなったことや、どこでどのように活動できるのかがわからないとの戸惑いもあるような現状だった。

検証する中で、今年度は、企画段階から高齢福祉と協議をしているところである。

( 黒木会長 )

高齢者の生活の質の向上に向けた ICT 活用についても提案を受けている。ICT を活用した集いの場づくりは、介護予防や集いの場として大切な要素になってくると考えるが、高齢者がスマホ等の操作が分からなくて困ることもまだまだあると思う。中央区では、高齢者の

ICT の活用に向けて、くまもとデジタルサポートセンター（以下略：デジサポ）があるが、高齢者の利用の現状や声、反応はいかがか？

（総務企画課）

デジサポは、ICT を活用した暮らしやすいまちづくりの推進を目的に、地域の方々がスマホの使い方など、ICT に関する各種相談や講座事業を実行できるよう、中央区が民間事業者と共同で設置したものである。

昨年 10 月に開設し、昨年度は、176 人の方々が利用し、そのうち、60 歳以上の方々の割合は約 6 割だった。

相談内容は、携帯電話からスマホに買いかえたことで使い方がわからないとの相談や、スマホを使っているうちに、出てきたメッセージの意味がわからず先に進めないといった内容だった。

利用した感想としては、丁寧に教えてもらい感謝しているとか、これで安心してスマホが使うことができるようになった等があった。

（黒木会長）

この ICT の活用支援として、大学生ボランティアの発掘も行っているようだが、具体的にはどのようにアプローチをしているのか、また学生たちの活動の現状、今後の予定など紹介してほしい。

（まちづくりセンター）

令和 2 年度からの取組であり、熊本学園大学社会福祉学部 1 年生の皆さんを対象として、まちづくりセンターの職員が講師となり、まちづくりの必要性や実施の取組について講義した。

その後、コロナの影響で、交流の場を失っている地域の方との Zoom を活用した活動に向けて、学生の皆様に協力をお願いした。新型コロナウイルス感染症拡大の影響で、実施には至らなかったが、学生の皆さんは地域の方を対象に、Zoom の使い方講座の準備や、オンラインの交流会の実施を検討した。

また、現在、熊本大学や熊本学園大学の学生 35 名程度が、デジサポに登録をしており、学生ボランティアとして、高齢者の方を対象として、スマホの相談などに対応をしている。

（園田委員）

一点目は、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についてお尋ねしたい。この事業の対象者はどのように確認しているのか？

二点目は、大学生ボランティアとの話があったが、現在のところは、その学生たちはデジサ

ポだけに行って活動しているのか？

自分の校区では、民生委員がかなり高齢で、結局、高齢者が高齢者を見る形になっている。どちらかと言えば高齢者は若い方たちと交流したほうが元気が出るような気がする。そういう面で役に立ちたいと思う大学生ボランティアが、民生委員とペアで活動することも考えていただきたい。

（福祉課）

一点目の低栄養の方の対応については、チェックリストを使って低栄養のリスクのある高齢者を把握し総合事業につなげている。チェックリストでの把握はささえりあが主に行っており、どのような方が対象となり現状がどうなののかをささえりあから説明してほしい。

（ささえりあ水前寺）

低栄養の方は、チェックリストで把握したり、自立支援型地域ケア会議で出された事例の方で栄養面が心配な方に何かできればとの思いから、課題にあがったように思う。

また、国保年金課から、短期集中予防事業プログラム対象者リストがささえりあに届き、ささえりあから対象者に直接電話し利用につなげている。利用期間は3か月間である。

（ささえりあ子飼）

ささえりあでは、介護を受けたいという相談の際に、体力低下の原因となる筋力や栄養の問題もあるので、この事業を紹介するケースや、国保年金課からのリストを介して繋ぐこともある。

（黒木会長）

対象の確保としては、国保年金課から挙げたデータに対してとの方法と、ささえりあに相談された面談等を通してとの方法の二点があったかと思う。

二点目の大学生ボランティアについていかがか？

（まちづくりセンター）

大学生ボランティアは、デジサポにおけるスマホ相談等の支援のためのボランティアのみ。

（ささえりあ子飼）

役に立てればと積極的にボランティアに参加する学生方がいて、デジサポが募集したところに行く方もいれば、ささえりあの通いの場や地域の通いの場、地域支え型サービスの通いの場等のサポートとして、地域に入り活動している学生もいる。

(黒木会長)

学園大学では、学生に説明会への参加を促し、説明を聞いたところで自分ができることや関心があること等をマッチングして登録まで進んだ学生がいたのだと思う。ボランティアの登録までした大学生が、学園大学だけでなく県内の大学生にいたことを考えると、大学だけでなく高校生を含め地域活動に協力できるチャンネルを作っていたらいいかということも、考えてくれるのではないかな。

(園田委員)

低栄養については、対象者が限定的だと理解した。

デジサポについては、このチラシを町内の回覧版で回しているが、これを見たところで、果たしていく人があるのかというのは非常に疑問。恐らくスマホの機能が使えるようになれば、年配の方たちの活動範囲や情報もかなり広がると思う。

校区では、年配の方がスマホの使い方講座とかを開きたいとは思っているが、出張のサービスはあるのか？

(まちづくりセンター)

デジサポで準備している講座のメニューは、オンライン会議のツールとしての Zoom に関する出前講座のみであり、スマホに関する出前講座は、今後メニュー化の検討をしたい。

(黒木会長)

低栄養フレイルという点に関しては、栄養士や地域の食生活改善推進員いわゆる食改さんの活動との連携もかなり重要ではないかと思う。コロナ禍で厳しい側面はあることを前提としつつも、コロナ禍を踏まえた今後の活動や地域の方々の希望も伺っているならば、教えてほしい。

(紫垣委員)

食生活改善推進員は、熊本市 165 名で活動している。

その中で、年に 1 回、すこやか食生活改善講習会という大きなイベントがあり、毎年 1 回、各校区の皆様が集まり、一緒に調理実施をしながら、栄養の話をしたり、質問するイベント。2～3年前はコロナの影響で残念ながら叶うことが出来なかったが、去年は、10 校区実施し、今年は 19 校区全てで実施する予定。

食生活改善講習会の中で、低栄養、フレイルや高血圧、もしくは糖尿病等の食に関して、また、熊本地震があった後は、災害食に関してなど、いろいろな講話を皆様にお伝えしている。

また、活発な校区でのすこやか改善講習会では、お年寄りが講師になって、みそづくりや豆

腐づくり、また男性の食生活改善委員が講師のときは、昔遊びとしてナイフの使い方とかも教えてもらいつつ竹とんぼをつくったり、野菜づくりに関して指導いただく校区もある。この中で、低栄養フレイルに関しては今1番私たちが心配しているところである。このすこやか講習会以外に、各校区の食生活改善推進員がまとまって、ウェルパルの調理室を利用して各校区の皆様と集合型の座学や調理実習を実施している。いろいろな病気に関連する栄養に関する講話を、地域の皆様に還元できるように、栄養士や保健師の指導を受けながら、努力している最中である。

(黒木会長)

今の話から、座学や調理の機会等を設けていくためには、場所の確保にコロナの影響が多分にあるようだ。マンパワー的には限界はあるかもしれないが、食生活改善推進員による、低栄養予防のための買い物同行支援についてはいかがか？

(紫垣委員)

やる気のある食生活改善推進員が多いので、お声がかかれば、すぐ腰が上がると思う。食生活改善推進員には民生委員も多いので、ささえりあを通じて各食生活改善推進員にお声かけがくれば、お役に立ちたいと思っている。

(本山委員)

介護予防サポーター養成講座の件でいろいろ思いがあり手を挙げた。300名近くの方がこの講座を受けていることは今日初めて知った。活動としては十分出来ていないとのことだが、例えばゴミ出しとかの生活支援は、私たちはすぐできると思った。私は、近所の高齢者に対しては、まず声かけを心がけていて、ごみ出しの日は特に気をつけている。足が悪くて大きな袋を持っていこうとしていたら、一緒にやりますと言う。せっかくこの介護予防サポーター養成講座をやっているのに、何をやったらいいかわからないっというのではいけないかなと思う。実践的に近所でできることというのは、サポーターとしてすぐにできること。もう少し町内の隣保回覧版等で回ってきたら、身近にみんなできることはあるのだと感じる。

(黒木会長)

介護予防サポーターの活動の場をどうするかという意見に引き寄せて考えても、300人近い方達にどういう活動の場を提供できるか、地域の方達にもどう周知するかという点があるだろうが、いかがか？

(福祉課)

養成講座後に、具体的にどこに活動の場があるのかの周知が、行政に不足していることも事実だろう。そこを踏まえて、今年度の介護予防サポーター養成講座に関しては、何ができるのか、もしくは、何をやってほしいのかという地域ニーズ、また、ささえりあの日頃の活動の中からの意見も得て、現在登録している介護予防サポーターにアンケート調査を実施し、実践活動につなげられるよう企画したい。

今年度の養成講座がまだ始まっておらず、アンケート内容も今、確認をし詰めているところ。恐らくアンケート調査実施ができるのが10月以降になる。

現在登録している方々のスキルアップ研修も考えているので、本日の意見も踏まえ行政からのアプローチは力を入れたい。

(本山委員)

地域包括ケアシステムとは、との説明資料に、「高齢者が・・・」とある。

2025年からは高齢社会になるということで高齢者が主語になっているのだと思うが、要介護状態になるのは高齢者だけではない。そこがいつも私の中では引っかかる。

若年認知症の方も最近本当に増えており、高齢者と限定されることにいろいろ思いがあるということで、お伝えだけしたい。

(黒木会長)

制度の整備設計、根拠となる法律の部分でどうしてもこの高齢者を基本にしている枠組みの中で、まずは地域包括ケアシステムを構築されてきたかと思う。

指摘のとおり、認知症に関連しても、より若い若年性認知症と言われる方たちの困難も最近大変クローズアップされていることを勘案すると、制度やサービスが明らかに不足しているという側面もあろうかと思う。

中央区においては、今後、地域共生社会の実現という枠組みを視野に入れたいということで、委員の大変貴重な意見として拝聴する。

(2) 情報提供：国保年金課から資料5の説明(15:13~)

「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施について

～熊本県後期高齢者医療費分析等から見える健康課題～」

(2-1) 意見交換等(15:28~)

(黒木会長)

後期高齢者健診の部分でも貧血等の有無、やせや肥満などのBMIに関連した項目等が介護

予防にも非常に関係があるということで、この健診の重要性ということに改めてなるうかと思うが、これについてはいかがか？

(野津原副会長)

栄養状態が悪いと言われた方については、本人に対しては栄養状態があまりよくないと話はあるだろうが、支援をされる方にそのデータを渡すことは難しい。

また、データが悪くても、実は1年後しか来ない方もたくさんいるため、改善のためにどうい道筋があるのか、どういう支援が受けられるか、そういったこと具体的に教えてないと、改善は難しいように思う。

(高松副会長)

物事を知っている人と、まだ理解していない人のギャップはどうしても存在するため、その理解度を上げないと、同じ土俵で話が出来ないと思った。

国保年金課の資料3ページの下の方で健康フレイル要介護の下の方に小さな字で、東京大学高齢社会総合研究機構、飯島勝矢さん作成とある。

フレイルという言葉は、この飯島先生を中心に考えられた言葉。

保険機構が破綻するので介護状態にたくないという国の方針があり、介護になる前の状態を虚弱と表現し、それをフレイルという言葉にした。

飯島先生がおっしゃるには、ある年齢までは太ってる人は駄目だが、ある年齢を超えると太ってる人のほうが寿命が長いという、世界的な結論がある。

低栄養という言葉だけだと食べてない人のような表現になるが、高齢者になると、食事が細くなり油っぽいものを食べたくなくなる。すると、たんぱく質は不足し筋力の低下が起こる。筋力の低下が起きることによって、運動機能の低下が起きる。そうすると、いろいろな栄養とのバランスもまた悪くなる。こういう状態が、虚弱状態になり介護になる。

介護状態にたくないなので、このフレイル状態で何とかしようということで、いろいろな介護予防事業があるが、飯島先生の話では、フレイルの一つ前に、プレフレイルというのがあるという。プレフレイルというのは、体の筋肉低下よりも口の筋肉低下が先に起こるそうで、例えば、物を飲み込みにくいか、滑舌が悪くなる、口が渴く等の口の変化が見られてきたら、気をつけてくださいとの一つの指標だそう。

自立支援型地域ケア会議では、このフレイル状態にある方が会議に挙がってくるが、家族が支援している形で独居の方も多。通所サービス等の何らかの介護サービスを受けているが、話す機会が特に今減ってる。減ることは避けたく、その辺は自治会さんを中心にいろいろな地域の活動にお任せしたいと思うが、こういうフレイルの話を実あるごとに皆さんと話し、同じ理解をしながら会議を進めていきたいと思っている。

(黒木会長)

昨年度ささえりあ水前寺で、この一体化事業モデル圏域として実施した高齢者サロンでのフレイル予防の取組について教えてほしい。

(ささえりあ水前寺)

まずは、いきいき 100 歳体操サロンにお声かけし、1 回目は体力測定、その次にフレイル予防の講話と測定結果を渡した後の個別的指導を行った。

まずは自分の体の現状がわかったこと、実際にサロンで体操することがフレイル予防になっているとの実感が得られた様子。今年度も、3 校区それぞれに実施する。

(黒木会長)

先ほど、紫垣委員からの話があったように、ささえりあには様々な形で本人からの相談が寄せられているかと思う。その相談の中に、健康や食事や歯科に関わる事で、本人自身として自覚がないものも当然含まれていると思うので、今年度も引き続き他の包括にも一体的推進については取り組みを進めてほしい。

また、地域においては、8020 推進委員の活動も欠かせないだろう。このあたりについてはいかがか？

(巻委員)

フレイルや低栄養の話が出ているが、これにつながる第 1 条件はよくかむこと、歯が丈夫なこと、それから、歯の治療をすることなど、たくさんある。物を食べることから始まるので、口の中を健康にしておかないといけない。

今は、口の中の健康講話や歯磨き、フッ化物洗口をする小学校も徐々に増えている。

高齢者の方たちには、いきいき 100 歳体操や高齢者サロン、老人会に推進員が行き、お口の体操や唾液腺マッサージ、舌の体操等を行っている。いきいき 100 歳体操の参加者は大体、元気な方が来るので、それ以外の方たちのためにも、老人会のときは必ずお口の体操をして、口の中が健康でいられるような取組をみんなでやっている。

(才藤委員)

骨折の話では、貧血や腎機能や体格が骨折につながっていくとのいい勉強になったが、ケアマネージャーが活動しながら実感しているのは、認知症による危険認知の低下によって転倒、骨折している方が多いような気がする。

それから、今回の会議は、介護予防・フレイルの話から入っているので予防的な話が多いが、地域包括ケアシステムの構築については、要介護状態になった方が住み慣れた地域で、とな

っているので、「介護状態になった方も生活していけるような地域の対策」という視点も、もう少し会議の中で触れていければいいと思った。

( 3 ) 今後の中央区での具体的・重点的取り組みについて ( 15 : 45 ~ )  
事務局より資料 6 の説明

( 黒木会長 )

本日の、今後の重点的取り組みの中から、今後展開する実際の活動を報告していただくなどして、共有し拡充していくよう検討できればと思う。

保健・医療・介護予防・福祉、さらには孤立の問題やまちづくりの問題が相互に関連していることを理解しつつ、中央区の方針としては、地域共生社会の実現を視野にこの会議を進めていきたい。

閉会