

# 令和3年度第1回北区地域包括ケアシステム推進会議 書面開催意見集約

## 議事1 北区地域包括ケアシステム推進方針（案）について

### 委員の方々からの意見・提案

- SNSの活用を地域で指導したり、安否確認ができるシステムができることを希望します。
- 地区でサロンを周遊する車をシェア出来るといいと思います。
- 地域住民による見守りは人手不足になっているので、介護や福祉医療の在宅サービス事業者にも協力を呼び掛けてはいかがでしょうか。
- 感染症対策のためにオンラインの環境づくりは大事だが、並行して場づくりとしての小さい活動はぜひ進めてほしい。
- 関東を中心に全国で「救急QR 高齢者の徘徊・子供の見守り・緊急用キーホルダー」等の利用で認知症高齢者や子供の見守りに取り組んでいる自治体が増えています。認知症高齢者や子供が身につけているQRコードのキーホルダーを地域で対応した方がスマホで読み取ると、自動でご家族等に現在いる場所を知らせ、発見者にその方の連絡先などの情報が表示される仕組みです。検討してみてもどうか。
- 国が目指すSociety5.0の社会に、高齢者がある程度ICTに対する対応能力を持つことは重要になってきています。高齢者のコロナワクチン予約を小学生が支援した自治体もありました。例えば、キッズサポーター養成の際、オンライン授業等で培った技術を題材に簡単な認知機能評価につながるゲーム等を高齢者と一緒を実施する等の取組みをしてはいかがでしょうか。
- 警察、消防等の機関との連携も必要。料金がかかっても命を守りたいという人へは、インフォーマルサービス（警備会社等）の紹介をしてもよいと思います。
- 各配達会社（郵便・ガス・電気会社など）様々な機関を巻き込み、高齢者等地域住民の見守り等の協力要請をしてはいかがでしょうか。
- 喫緊の課題である見守り、声かけ、認知症と思われる人への対応について、現状と課題が明らかになっているにもかかわらず取り組めていない。まずは集まれる環境整備に力を入れたいと思う。
- ”場づくり””人づくり”などととても良い取り組みだと思う。

## 区で実施できること

●事業所（配達業者、福祉・医療事業所等）にも協力を呼びかけ、支援を必要とする高齢者等の見守りの仕組みづくりを検討する。

## 議事2 令和2年11月開催の北区地域包括ケアシステム推進会議（書面）の意見について

### 委員の方々からの意見・提案

●この会議も書面からWEB会議（ハイブリットも可）へ変更してもいいと思います。

●食改活動では調理実習を通じて世代に応じた食育を行っているが、現在は実習ができていない。区民の皆様に健康づくりの支援者として協力したい。

●これまでやってきたことの効果を検証し（報告だけでなく）、活動を継続したり方法を変えたりすることも必要な時期かもしれない。小グループのミーティング開催は賛成。

●コロナを2類から5類に格下げして、かかりつけの病院で治療できるようにしてほしい。コロナ問題は、いつになったら終息するのか目途がたたないのはその為だと考える。

●広報誌「こんにちは、民生児童委員です」を発行。健康に関するものや市・ささえりあ提供の資料を併用し、特に独居世帯・高齢者世帯でちょっと気になる方々にポストイングした。体調不良で入院・亡くなった・不安だというTELも数件あり、孤独・さみしい状況も見えてきた。

### 議事3 フレイル予防 日めくりカレンダーの取組みについて

#### 委員の方々からの意見・提案

- 新しい情報の更新等が必要なく、毎日本日の日付を確認しながら気軽に伝えるため、良い取り組みだと思った。
- 自宅で一人で運動が出来て良い。
- わかりやすくとても良いと思った。R2年度は授業でもオンラインで学生が大学にくることが少なかったが、今度は学生たちが集まる場所、とおるところに置いてはどうか。親子で一緒に「孫ともできる」みたいな写真はどうか。
- 民生委員・児童委員の方々に Zoom でのレクチャーするアイデアは非常に有効だと思う。
- 取り組みとしては良いことだが、皆さんに意見を聞いてみると、隣の人と一緒にやっていたが続かなかった。一人でやろうとしても続かなかった等の意見あり。やはり、ある程度何人か集まって会話をしながらでないとは続かないのではなか。
- 家でカレンダーを利用して、少しでも健康に意識をもって生活に役立てることができて良かったと思う。1年間通しての利用がどのようにできているか等、高齢者の感想なども聴いていきたいと思う。
- 字が小さいと読む気になれない。日めくりでなくても、週単位とかの目標が有るのか。月の目標。人それぞれレベルが違うので大変。月の満ち欠けも載せると興味が出るかも知れない。
- 良い取り組みだと思います。1か月実施後、その後もどれくらい1日に戻って継続して頂いてるかの効果の検証と継続のための工夫が必要と考えます。
- 大好評だった。小さな組織や限られた人員でやれることには限界があり、まさに「できるしこ」。出来れば行政等（ささえりあ等）の積極的な支援（財政面等）をお願いし、きめ細やかなわかりやすいものを作成し、その取り組みが「ず〜っと住みたい、わがまち北区」につながっていくと思う。

#### 区で実施できる事

- 体操に取り組んでいる動画等を SNS にアップし、自宅にいてもネット上で繋がれる環境を作る。

#### 議事4 令和2年度のコロナ禍における介護予防の取組みについて

##### 委員の方々からの意見・提案

- 急な生活様式の変更が必要となった中で、それにあった活動をされており、感銘を受けた。
- 本当に頑張られていると感心している。特にコロナ禍で民生委員さんたちは活動しにくかったのではないか。「学びの教室」等、集まることも不安などはなかったのか？対策して開催されていることがすごいと思う。顔を合わせることの大切さを痛感している。
- 清水・高平地区の活動は素晴らしい。
- 民生児童委員に対する学びの場や、健康学びの場の教室など、素晴らしい取り組みだと思う。
- 企業でも週1回～2回1時間ずつ…運動の時間を設けて、社員の健康作りに時間を設けるようにすると良いのではないのでしょうか。
- 地域の中では校区に1つのコミセン、町内に憩いの家があるものの、人が集まる場所は圧倒的に少なく感じる。町内によっては老人憩いの家、集会所さえないところもある。私共の校区には「夢もやい館」があり、まさに介護予防プランがたくさん用意され活発な活動がなされている。こういう施設をもっと身近なところに建設してもらえれば人が集まれる。環境設備が準備されればと考える。
- ささえりあの活動がわかった。健康教室やフレイル予防等について”栄養面”でサポートできたらと思う。必要な時は栄養士会へご連絡頂ければと思う。

## 議事 5 感染予防対策マニュアルの取組みについて

### 委員の方々からの意見・提案

- アルコール消毒液は厚生労働省で 70～95%が望ましいとなっている。
- レベル別の方法がややわかりにくい気がした。(空ランが多くて) レベル別にしなくても良いような・・・感染予防対策の具体的な方法は事業所だけでなくみんなが知っていても良いのかと思った。
- 免疫を高める効果のある食べ物や飲み物についても紹介してほしい。日光浴とか散歩の必要性は感じて、これから寒くなると足が遠のきそう。散歩するのも歴史の学べるコースなど、公園や場所のくふうがあればいい。神社とかお寺とか歴史・人物・記念碑などの紹介…
- 行政・団体・関係機関といわれる専門職の動きと地域の中で担当職員もおらずボランティアで動く人達の連携は非常に難しいと思う。コロナ禍の中でいわれた新しい生活様式、新しい働き方は今後私たち日常生活のあり方に非常に役立っていくと考える。2030 年を目標としている(持続可能な開発目標) 方向性は同じ。2025 年問題と 30 年を比べ高齢者問題は今こそもっとスピードをあげて対応しなければならないはずである。校区内にある資源(自治会・防犯・交通等々)を活用し、行政・まちづくりセンター等のもっと積極的なかわりを期待する。
- 感染対策の指標でリスクレベルごとに記載されておりわかりやすいと思う。次亜塩素酸ナトリウム液の作り方や接触時間 1 分で効果がある商品、10 分で効果がある商品と写真入りでとてもわかりやすいと思う。

その他：新型コロナウイルス感染症に対応して、ご自身またはご所属の団体で既に取り組まれていることや今後協力できる取組・提案がございましたらご記入ください。

#### 委員の方々からの意見

- 来所者に対する検温や手指消毒の声掛け、同居家族を含め体調や県外をまたぐ移動感染が疑われる人との接触の有無についての確認（蔓延防止措置中は記入有）パーティションの使用。蔓延防止時は訪問を控え電話対応。訪問時はフェイスシールドの使用。来所持は出来るだけ15分以内にと伝える。職員の毎日の検温。
- 第6波?の前に、在宅療養者へ訪問する必要がある場合のPPEの手順を指導している。本来は病院での治療が優先されるが、事情により在宅療養を行う場合は主治医と共に訪問看護も対応できるようにしたいと考えている。
- 講演会・研修会など企画していたが、中止やオンラインになってしまった。そうなると地域の高齢者の方からは「興味はあるがオンラインは難しい」という意見も。学生たちが感染源になっていけないということもあり、ボランティアも自粛していた。新しい取り組みを模索中。
- 昨年は生活不活発病、フレイルの予防に対して熊本県、KKTと協力してコロナ禍でも自宅でもできるフレイル予防のDVDを作成。これまでもオンラインでの体操指導なども各自治体に協力してきたので、閉じこもり等による運動機能、認知機能低下に予防に対する協力は様々できるかと思う。
- ワクチンを済まされた高齢者に集まって頂き、軽い体操やゲームを短い時間でも良いので実施し、極力、閉じこもり対策を行いたい。
- コロナに罹ったら、保健所経由はそろそろ終えて、近くの病院で対応してほしい。
- 感染防止の留意点や取り組み例などを冊子としてまとめた『新しい生活様式の中でのふれあい、いきいきサロン活動について』を作成。
- 健康寿命と言っても、健康を損ない（糖尿病、高血圧、前立腺他）ながら毎日を生きている。幸せと思うこと自体が長生きの秘訣であり、幸せの期間を如何に長く伸ばしてやるか、そのためのアンケート（自治協議会、校区民児協、保健子ども課による麻生田校区住民140人を対象）を依頼中。