

介護予防・日常生活支援総合事業

## 鶴岡市における多様なサービスの取り組みについて

平成30年3月15日 山形県鶴岡市長寿介護課

主査 加藤 早苗



## 鶴岡市のご紹介

合併により山里海が全て1つの市に

- ◆面積 1,311.53Km<sup>2</sup>  
(東北一、全国10位)  
標高2,000メートル級の  
山、平野、川、海と変化  
に富む地形が一つの市へ

市の特色ある事業

- ◆食文化創造推進都市事業
- ◆慶応義塾大学先端生命  
科学研究所を中心とした  
バイオサイエンスパーク



ミシュラン・グリーンガイド・ジャポン

羽黒山杉並木



表参道の樹齢350～500年の杉並木と2446段の石段

## 出羽三山

日本遺産～自然と信仰が息づく『生まれかわりの旅』



JAPAN HERITAGE



「現在の世を表す山」～羽黒山～

国宝 羽黒山 五重塔

ミシュラン・グリーンガイド  
・ジャポン ★★



「過去の世を表す山」～月山～



「未来の世を表す山」～湯殿山～



日本近代化の原風景に会うまち鶴岡  
**日本遺産～サムライゆかりのシルク**



**クラゲ展示ギネス世界一 加茂水族館**



**藤沢周平記念館**



# ユネスコ 食文化創造都市



## ユネスコ食文化創造都市ネットワーク

平成29年11月現在

**日本初のユネスコ食文化創造都市**  
**(世界で26都市の一つに認定)**  
 ※平成29年11月に8都市が追加認定

※ユネスコ創造都市ネットワークは世界で180都市



# 慶應義塾大学先端生命科学研究所発ベンチャー



鶴岡バイオサイエンスパーク  
雇用者数 約400人



Saliva Tech



## 鶴岡市の介護保険データ

### 背景データ

- ◆人口 128,552人
- ◆高齢者人口 42,741人
- ◆後期高齢者人口 23,240人
- ◆高齢化率 33.25%
- ◆後期高齢者割合 18.08%
  
- ◆要介護・要支援認定者数 8,680人
- ◆要介護認定率 19.9%
- ◆事業対象者 415人
  
- ◆地域包括支援センター 9箇所
- ◆第6期介護保険料 6,242円

(平成29年12月31日現在)



- ◆東北一広い面積
- ◆1市4町1村が合併した  
海、山、平野、城下町の多様な地域性

# 新しい総合事業への移行まで

- ◆ 平成27年4月から、第1層生活支援コーディネーターを配置
- ◆ 平成27年6月 第1層協議体を設置
- ◆ 介護サービス提供事業者や地域のニーズ、地域資源等の現状把握を行い、協議体で話し合い、総合事業への移行時期を平成29年4月と決め、サービスの検討を行った
- ◆ 住民が多様なサービスを選択できるよう、訪問型・通所型ともに全類型のサービスを定めることに決定
- ◆ 住民主体型サービスの実施に向け、平成28年度から「担い手養成研修」を実施(年2回)
- ◆ 平成29年4月1日 新しい総合事業開始

## 鶴岡市の介護予防・日常生活支援総合事業のサービスメニュー

### 1. 介護予防・生活支援サービス事業

#### ①訪問型サービス

メニュー	内容	備考
現行相当	従来のホームヘルプと同様	
訪問型サービスA (緩和した基準)	生活援助のみ	新たな担い手によるサービス提供が可能
訪問型サービスB (住民主体)	生活援助のみ	ボランティアや新たな担い手などによるサービス提供
訪問型サービスC (短期集中予防)	通所が困難な方へ、保健・医療の専門職による訪問指導	3~6か月の期間限定
訪問型サービスD (移動支援)	通所型サービスと一体的	

## ②通所型サービス

メニュー	内容	備考
現行相当	従来のデイサービスと同様 (1回5時間程度)	
通所型サービスA (緩和した基準)	運動器機能向上 (1回2時間程度)	新たな担い手によるサービス提供 (送迎があります)
通所型サービスB (住民主体)	運動器機能向上 (1回2時間程度)	ボランティアや新たな担い手などによるサービス提供
通所型サービスC (短期集中予防)	保健・医療の専門職による集中的な支援	3か月で12回程度 3～6か月の期間限定

## 2. 一般介護予防事業

65歳以上の方が参加できる事業。身近な通いの場での運動継続支援や、老人クラブ・サロンのような団体からの要望に応じた介護予防講座の実施

# 住民主体型の訪問サービス

## ① 訪問型サービスB(住民主体による支援)

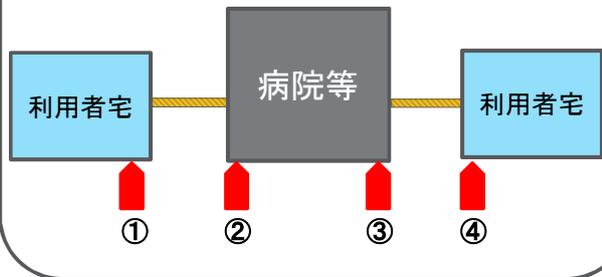
対象	基本チェックリスト該当者、要支援1・2の方
時間	1回20分～60分以内
上限	・要支援1 事業対象者 週1回程度 ・要支援2 認知能力の低下等で支援が必要な場合 週2回程度
内容	調理、掃除、洗濯、ベッドメイク、衣類の整理・衣服の補修、買い物、薬の受け取り等
その他	補助金交付要綱に基づき補助金の交付 補助金1回1,350円、利用者負担150円
実施団体	シルバー人材センター、自治会、担い手の団体

# 訪問型サービスD（移動支援）

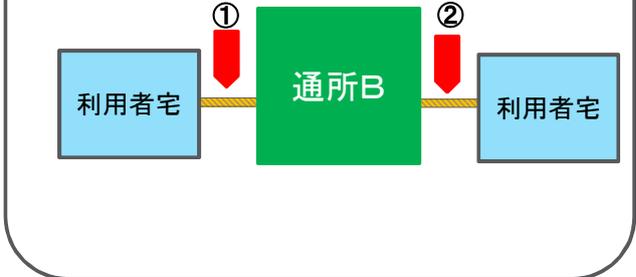
## 利用料

- (1) 利用者負担200円/回を目安に、時間、走行距離により事業者が定める  
(利用者からの対価を求めない)
- (2) 鶴岡市からの補助は無し

(ケース1) ①~④送迎前後の付添い支援



(ケース2) ①②の通所Bへの送迎



- ◆ 従業者は、運転可能な免許を所持し、鶴岡市の指定する研修を修了した者及び同等以上の資格取得者（証明書必要）
- ◆ 定期的に安全運転講習会等を受講
- ◆ 各種法令に基づく車両を有し、事故発生時に対応ができる任意保険に加入

## 通所型サービスBの補助要件決定の経過

★総合事業開始前のH27年度、既に住民主体で実施されていた通いの場

### 1. お茶のみサロンなどの地域の通いの場 **180ヶ所**

(社会福祉協議会から年額1万円の補助を受けている団体もあり)

内容	体操	会食	茶話会	認知症予防	趣味活動
団体数	61	4	107	5	10

### 2. いきいき百歳体操の自主開催グループ **7ヶ所**

(週1回の開催しているグループも多い)

すでに多くの通いの場がある中で、  
どのような団体に どのような補助  
を行えばいいのだろうか？

## 鶴岡市が出した結論 1 (一般介護予防事業)

- ◆すでにある「お茶のみサロン」(社協補助金も有)
- ◆すでにある「体操サークル」(補助なし・自主開催)
- ◆すでにある「いきいき百歳体操」自主開催団体



介護予防効果から「いきいき百歳体操」の実施団体を増やし、「歩いて通える通いの場」として介護予防の重点拠点にしたい!



通いの場を開催する団体の増をめざし、平成29年度モデル事業を実施し、検証を行う

## 鶴岡市が出した結論 2 (通所型サービスB)

- ◆すでにある「お茶のみサロン」(社協補助金も有)
- ◆すでにある「体操サークル」(補助なし・自主開催)
- ◆すでにある「いきいき百歳体操」実施団体



- ・サロンやサークルの今までの活動は壊さないようにしたい
- ・お茶のみだけではなく、介護予防運動を行う団体に補助すべき
- ・担い手となった高齢者の収入も産み、安定運営を支援したい
- ・保険給付で状態改善した方の受け皿にもなるよう、最終的には常設型の地域拠点にしたい



通所型サービスB  
事業実施要綱と補助金交付要綱を決定

# 実施することにした3つの通いの場

## ① 通所型サービスB(住民主体による支援)

対象	基本チェックリスト該当者、要支援1・2の方を5名以上含む 10名以上の団体
開設	週3日以上
時間	1回2時間以上
内容	体操・運動を1時間以上 専門職の指導を月1回受ける
その他	補助金交付要綱に基づき補助金の交付 1開催6,400円、専門職指導8,000円
実施団体	町内会、自治会、NPO、医療生協サークル

## ② 一般介護予防事業(H29年度モデル事業)

対象	高齢者5名以上の団体 (基本チェックリスト該当者、要支援者の参加も可能)
開設	月2回以上
時間	1回2時間以上
内容	体操・運動を1時間以上、2ヶ月に1回専門職の指導
その他	補助金交付要綱に基づき補助金の交付 年額 25,000円(5人以上) 50,000円(10人以上)
実施団体数	29団体(内、いきいき百歳体操実施10団体)

③

# 元気もりもり地域出前型講座

対象	高齢者団体 (基本チェックリスト該当者、要支援者の参加も可能)
開設	週1回程度
時間	概ね1時間30分～2時間
内容	「いきいき百歳体操」を中心とした介護予防活動
その他	事業説明、開設時3回～4回程度の専門職等の指導での活動導入支援(補助金は無し)
実施団体数	33団体

## 通所型サービスBの実施団体の例

ちよさんの家(上郷地区)



郊外地 空き家を利用

東新斎町町内会



旧市内地 公民館を利用

## 訪問・通所サービスB＋高齢者の活動拠点



体操をして！

木野俣自治会  
(温海地区)

年金 プラス  
1日1,000円！



## 住民主体型サービスBを実施しての課題

1. 「住民主体型サービス」への理解が進まない
2. 思わぬ「マネジメントの壁」！
3. 担い手と事業所のマッチングが進まない



# ♪ 住民主体サービス事業所のご紹介 ♪



利用者向けチラシ

## ★ 住民主体型のサービスとは？

地域住民の方が実施主体となり、総合事業の対象者の方に対する生活支援や介護予防のサービスを提供します。

訪問型サービスでは、介護が必要とまではないものの、自宅での生活を行う上で掃除等の一部の家事への支援が必要な方への生活支援を行います。

通所型サービスは、自立した生活を続けていくための介護予防運動等を行いながら、できるだけ介護が必要とならないよう地域の方々と繋がりを持った色々な活動を行う「通いの場」です。

各事業所で従事する方は、鶴岡市等が開催する「担い手養成研修」の修了者です。

住民主体型サービスは、地域住民の方との繋がりを大切に支援を行い、これからの地域の支え合いのカギを握る発展的な団体です。

### お役にたちます！シルバーパワー！

#### シルバー人材センター

シルバー人材センターでは、60歳以上の元気で経験豊かな会員がお掃除などの家事援助サービスを行っております。シルバー世代ならではの同じ目線で、ご利用者様のお気持ちに添ったサービスを提供いたします。

また、シルバー人材センターには、様々なお仕事を経験されている方が多くいらっしゃいます。「こんなこと、手伝ってくれるところはないかしら？」とお困りではありませんか？そんな時は、ぜひシルバー人材センターへご相談ください。

### ちよさんの家はみんなのお茶の間

#### ちよさんの家

専門の講師による介護予防体操と、いきいき百歳体操は自分たちで行っています。

「ちよさんの家に来ると気が晴れる」「体が軽くなった」「みんなと話ができて楽しい」と自然と笑顔がこぼれます。ちよさんの家は暖かいお茶の間の雰囲気がいっぱいのたまり場です。



### 訪問型

#### 親切・丁寧に！

#### いやさ会



メンバー6人で、スタートしました「いやさ会」です。

主に掃除や買い物などの支援を行っており、利用者の方からは、「きれいにしてもらって、ありがとうございます」との声を毎回頂戴しています。

気軽に声をかけていただければありがたいです。よろしくお願い致します。

### 通所型

#### 継続こそ力なり!!

#### 東新斎町町内会

東新斎町町内会で行く「通所型サービスB」は、毎週月・水・金に開設し、皆で声を出して体操を行っています。

いくつになっても筋力はつけられる。一人では難しくても皆と一緒に続けられる。時には談話会や会食も行い、親睦を深め、支え合い、励まし合いながら続けて行こうと頑張っています。

人生、最期まで自分らしく自由に自立した暮らしをしたい、してほしい!! そのためこそ集い、筋トレしなくては!!

仲間、歓迎します。

町内の方に限らず、ご近所の方お誘い合わせてお出でください。



# 短期集中予防サービスについて

利用者向け

## 鶴岡市介護予防・日常生活支援総合事業

### 「短期集中予防サービス」のご案内



「足腰が弱くなって転びやすくなった…退院したばかりで筋力が落ちた…」など体力に不安のある方、医療・保健の専門職からの指導を集中的に利用することで、いきいきと自立した生活を目指して運動器機能向上、生活機能向上にとりくみませんか？

利用できる方	事業対象者(基本チェックリストで該当になった方)または要支援1・2と認定された方のうち、地域包括支援センター(またはケアマネジャー)から、利用がふさわしいと認められた方(医師から運動を含む日常生活を制限されている方はご利用になれません)
手続き	お住まいの地域担当の地域包括支援センターにご相談いただき、心身・生活状況を確認させていただいた上でケアプランに基づいて利用開始となります。
内容	医療・保健の専門職から、運動器機能向上のための運動や、自立した生活が送れるように効果的な日常生活動作などの指導が受けられます。 * 訪問型サービスC...自宅に訪問してもらいサービスを受けます。1回40分。週3回を上限とし3か月間実施します(最大6か月まで利用可能です) * 通所型サービスC...実施事業所に通ってサービスを受けます1回2時間程度。3か月で12回程度を1クールとし2クールまで利用可能です
自己負担額	* 訪問型サービスC...1回あたり400円 * 通所型サービスC...1回あたり410円(送迎なし)・450円(送迎あり)

# 通所型サービスCを利用した改善事例

## 【事例概要】

- \* 85歳・女性・高齢者世帯（弟と2人暮らし）
- \* 事業対象者（「基本チェックリスト」運動機能4/5・外出1/2）
- \* 経過 平成29年4月、通っていたプールで体操をしている時に転倒、右大腿骨骨折で総合病院に入院、手術。リハビリを経て転院し7月に自宅へ軽快退院。帰宅後、歩行が困難なところ両下肢の痛みで歩行が困難するが、腰が曲がって歩行姿勢が悪く

以前のようにプールに通ったり趣味のパッチワークサークルに通いたい！  
自宅の家事で今よりできることを増やしたい！

\* 本人が地域包括支援センターへ相談

- \* 3か月間、週1回のサービス利用で、下肢の痛みは消失。杖なしで歩行できるようになった。プールへも週2回通えるようになり、家事全般も行えるようになった。
- \* 本人の目標が達成されたため、短期集中予防サービスは終了となった。

## 一般介護予防事業 「いきいき百歳体操」実施地域

平成  
27年度  
(7か所)

大塚町・西新斎町・湯野浜・中京田  
大山(粹々男塾)・三瀬・朝陽町

平成  
28年度  
(18か所)

金山・由良・下山添・西片屋・櫛引  
・小波渡・中山・楯川原・菱津・下小中  
・日吉町南部・平田・広瀬・松尾・町屋  
・羽黒第四地区・泉・油戸

平成  
29年度  
(22か所)

新形町・砂田町・中柳原・松並町・大部町  
・楳・大山南町・切添町・道形町・文下  
・第四学区・黒瀬・湯野沢・第一学区  
・茅原団地・木七町・千原(藤島)・三和  
・松原町(羽黒)・下川代・菅野代  
・由良(男塾)

# いきいき百歳体操 実施の様子

## 大塚町

「老人車いらなくなったわ！」



## 西新斎町

ボランティアに看護師さんも



## 湯野浜地区

大正琴サークルが  
地区全体の取り組みへと発展

運動後は公衆浴場で汗  
を流して・・・ロコミ  
で参加者も増加！



## 中京田



不足の物品は地域の  
助けを借りて・・・  
開催準備に大奮闘

## 三瀬

社会福祉協  
議会の施設  
の一室を借  
りています。  
設備が整っ  
ているので、  
安心



大山地区 「粋々男塾」と命名し、  
粋にかっこよく男だけで始めました！

運動量が物足りない人は、イスに座ら  
ずキープしています。



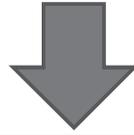
## 朝鳴町

お茶のみサロンでおしゃべりや輪投げをして  
いましたが、「いきいき百歳体操」を始め  
ました！男性の参加も多いです。



## 鶴岡市の地域課題

身近なところに、高齢者が気軽に運動継続できる「通いの場」が少ない



- \*元気な時→サークル、エアロビ、運動教室、水泳、トレーニングルーム、ヨガ、踊りなど好きな時に好きなところへ通う「体を動かす場」がある。
- \*もしも遠くまで通えなくなった時→お茶のみサロン、老人クラブなど、近くで集まる機会はあるけれども、**積極的に定期的に「運動(体操)」を続ける場は、まだまだ必要！**

## いきいき百歳体操実施地域の状況

10  
ヶ所

### モデル事業（補助金）実施あり

- 有料講師（専門職等）を頼むことができた
  - 公民館などの冷暖房費に活用できた
- ⇒意欲的な地域（団体）が多い

37  
ヶ所

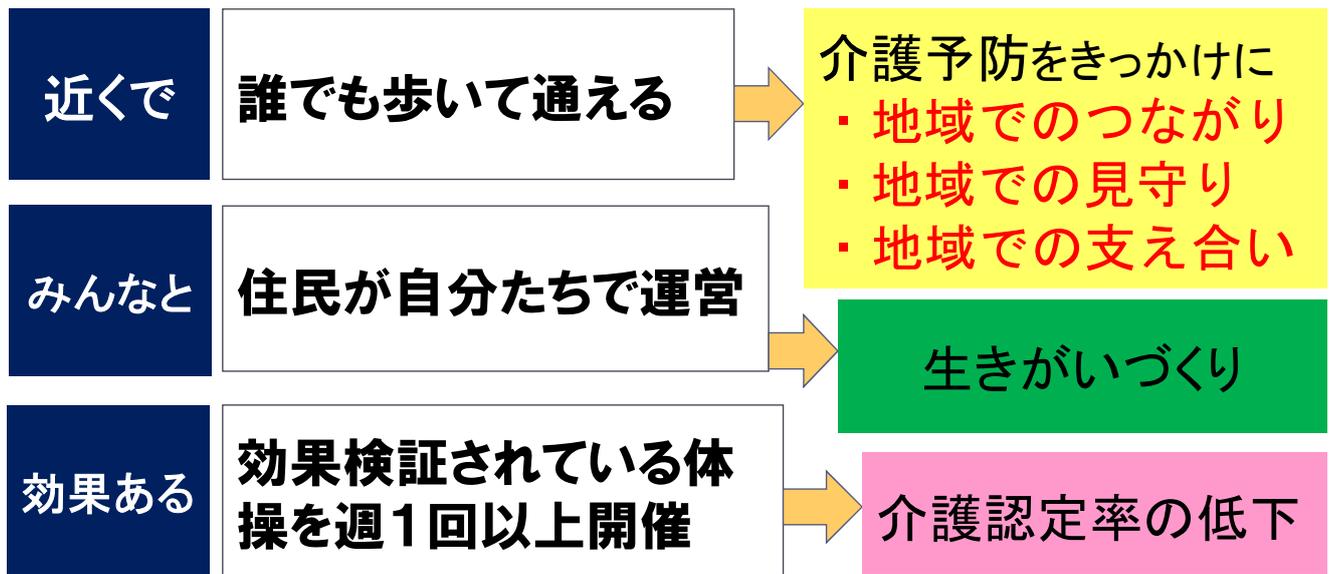
### モデル事業（補助金）実施なし

- お金にしばられず自分達で自由に活動したい
  - 講師は年1~2回（市や包括など無償講師）で十分
  - 必要時参加費を集めて活動しているので、補助金不要
  - 補助金をもらおうと処理が大変…
- ⇒独自で工夫して意欲的に活動できているところから、停滞気味なところまで様々…

補助金利用の有無に関わらず、全ての地域の住民が「行くのが楽しみ！」な場所として続いてほしい。  
結果、介護予防・生きがいづくりの拠点として、つながってほしい。



# これからますます求められる 住民主体の介護予防の推進



主役は市民（住民）！  
行政は関係各課・団体と連携して  
後方支援！

## 平成30年度からの総合事業

- ◆一般介護予防事業「通いの場」をさらに拡大
- ◆短期集中予防サービスを活用し、自立支援を強化
- ◆住民主体型サービスBの拡大（補助要件の変更）
- ◆第2層生活支援コーディネーター・協議体を設置し生活課題解決に向けた取り組みを強化

ぜひ、鶴岡にお出てください



ご清聴ありがとうございました



山形県鶴岡市長寿介護課



UNESCO  
CREATIVE CITY OF  
GASTRONOMY  
**TSURUOKA**

