

令和8年1月28日(水)

地域包括ケア推進セミナー

# 千曲市の規範的統合に向けて

千曲市 健康福祉部 高齢福祉課  
地域包括支援センター相談支援係 北島 卓弥



# 千曲市の紹介



千曲市キャラクター「あん姫」

◆人口 58,650人(令和7年4月1日現在)

第1号被保険者数 65歳から74歳 7,744人  
75歳以上 11,607人

◆高齢化率 32.3%(後期高齢化率 19.7%)

◆地域包括支援センター 日常生活圏域5圏域

直営1ヶ所:千曲市高齢福祉課内

委託2ヶ所:千曲市社会福祉協議会

◆特徴 平成15年に旧更埴市と戸倉町、上山田町が合併

戸倉上山田温泉や姫捨の夜景・棚田、あんずが名産



# 地域包括ケア推進伴走支援を受けるきっかけ

千曲市は、このままどうなっていくの？？

2025年を迎えて地域包括ケアシステムの深化・推進を掲げているけれど…

課内で同じ方向を向いていなさそう…

地域包括ケアシステム  
って包括の仕事と  
思われているような

事業も前年度踏襲と  
なっている…

「私たちは、  
このままでいいの？？」

ゴールの姿

・課内で共通認識をもつ。一つのチームに!!

・「高齢になっても住みやすい地域」づくりを担っているという意識がもてている



各事業の評価って  
どうやってやるの？

何となく  
不安とあせり

# 実装アウトカムシート 開始前の課の状況

対象事業:地域包括ケア推進(に向けた課内の規範的統合)

評価の視点	内容	開始前 (令和7年4月)	評価スケール	
			A	B
受容性	<ul style="list-style-type: none"><li>・関係者は事業を理解しているか</li><li>・関係者の事業に対する受入れ状況はどうか</li><li>・やろうとしていることは行政・社協が肯定的にとらえているか</li></ul>	計画や地域包括ケア自体は知っていても、職員それぞれが <b>自身の業務に結びつけて考えていなかったため、各係の事業が連動していない。</b> 縦割りになっている。	2	2
適切性	<ul style="list-style-type: none"><li>・事業内容や目的は現場のニーズに合っているか</li><li>・事業はこの現場に必要か</li></ul>	連携の必要性は感じていたが、 <b>係ごとに完結</b> していて、何をしてよいかわからないと感じていた。	3	2
【評価スケール】				
A 意識しているか		B 取組んでいるか		
1 全く意識していない		1 全く取組んでいない		
2 あまり意識していない		2 あまり取組んでいない		
3 どちらともいえない		3 どちらともいえない		
4 意識している		4 取組んでいる		
5 とても意識している		5 積極的に取組んでいる		

# 1回、2回と課内伴走支援の研修会を 受けましたが、、、

伴走支援を受ければ自然と課内がまとまる……  
県の人何かしてもらえる……  
そんな気持ちが…

研修2回目も終わってきたけど、  
何か変わってきた!?  
このままでいいの!?



## 3回目の伴走研修の事前打ち合わせにて



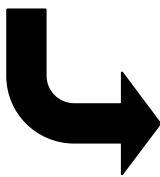
- ・地域包括ケアシステムについて知って、動いてもらうには、  
伴走支援を受けるだけではなく、こちらから働きかけることが大切
- ・研修を受ける前までの準備で伴走支援の成功が決まるから、  
課内への働きかけは戦略を立てて考えることが必要

ピアソポーター（上田市）

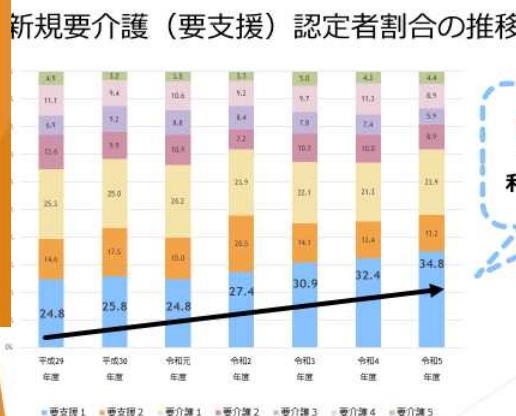
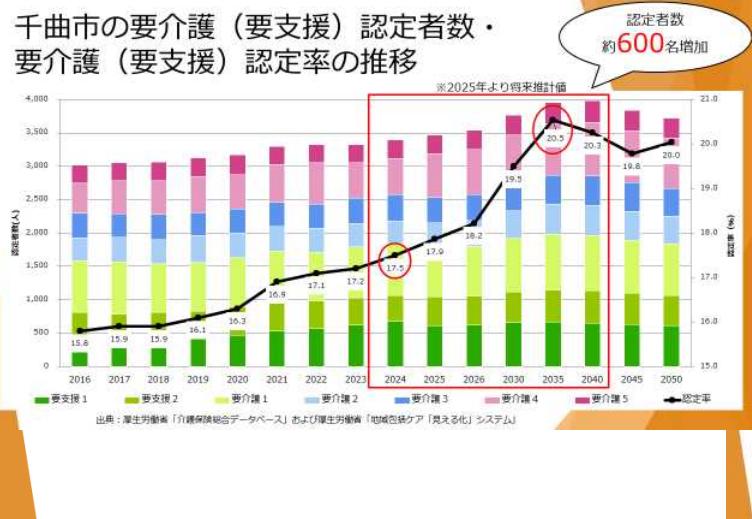
「忙しいは通用しない」  
はっきりと言われた言葉に目が覚めた

規範的統合は、待っていても始まらない  
自分たちがやるしかない

# そこで 課内や多くの人に 千曲市の現状とこれからについて まず伝えよう！！



千曲市のデータを  
収集・分析してみる



## 認定結果の変化

4年度  
要支援



4年度  
要介護



サービスを利用してても、生活や活動状況が変わらず、  
改善している高齢者が少ない！！

etc.

# そして、包括としての考えをまとめました

## 千曲市のこれから

軽度の新規認定者が増加し、介護人材の確保が厳しくなります

**生きがいや役割、目指す姿を育む** 元気でいるための取り組みの充実が必要です



### 心も体も元気でいるために

- ・自ら要介護状態となることを予防するため、自分の健康は自分自身で維持していく意識  
「どんな状況でも“自分でできる”を持ち続け、いつまでも地域で自分らしく暮らす」意識を広げていきます



### 力を取り戻し、住み慣れた地域で自分らしく生活するために

- ・フレイル状態になり、自信や意欲が低下した方には  
「短期集中的な活動を行い生活機能の回復」を目指す機会の導入を検討します



### 様々な地域資源との連携

- ・本人が望む、役割を果たしている姿や、生きがいを感じる活動を、地域住民や  
生活支援コーディネーター、サロンリーダー、民間事業者などと一緒に考えます

千曲市総合計画

生きがいを持って地域  
で住み続けられるまち

たがいに支え合い、安  
心して暮らせるまち



# 4回目伴走研修

地域ケア会議参加者への規範的統合研修

課内や関係機関に

「千曲市の現状とこれから」 を伝える機会を設ける

研修 「介護予防のための地域ケア会議  
～健康寿命を伸ばし、自立した暮らしを  
千曲市で実現するために～」

グループワーク 「自立」とは何か？

参加者82名

専門職のみなさんと



参加者の声

厳しい現実  
だと感じた

自分ごととして  
考えなければ

何とかして  
いかないと

千曲市の目指す「自立」を示せれば  
軸がブレないので

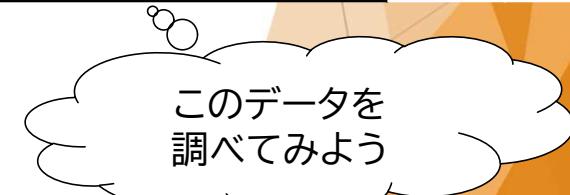
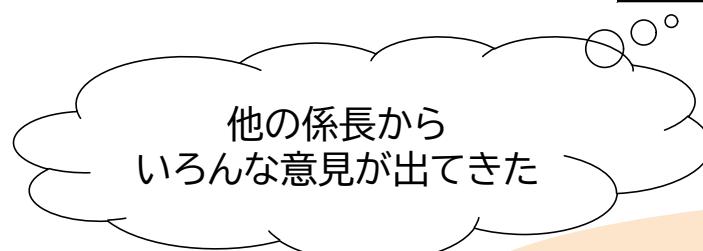
「自立支援」の捉え方や方向性が個々で違う

次の方向性…?

# 実装アウトカムシート 現在の状況

対象事業:地域包括ケア推進(に向けた課内の規範的統合)

評価の視点	開始前 (令和7年4月)	評価スケール		現在 (令和8年1月)	評価スケール	
		A	B		A	B
受容性	計画や地域包括ケア自体は知っているが、自身の業務に結びつけて考えていなかったため、各係の事業が運動していない。縦割りになっている。	2	2	全員とは言えないが、現状と課題から <b>何とかしなければ、という意識</b> に変わりつつある。  市としての地域づくりを考えて、 <b>事業所や市民に伝えていくことも必要だと感じている。</b>	4	4
適切性	連携の必要性は感じていたが、係ごとに完結していて、何をしてよいかわからないと感じていた。	3	2	各係で連携することの必要性を感じ、 <b>係を超えてのコミュニケーションが盛ん</b> になった。	4	4



少しずつ、主体的に

伴走支援を受けて

## 課内・係内の話し合いが増加

ざっくばらんに  
言い合える

### 令和8年度に向けて

担当者それぞれが地域包括ケア体制整備のために、  
事業を評価・ブラッシュアップできるようになる

データを分析し、根拠を持って事業を進めていく

千曲市の目指す方向性を課を超えてみんなで考えていく

出来ることが必ずある！！  
出来ることから始める！！



ご清聴  
ありがとうございました

