

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



◆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



- 2 -

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??

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

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

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">・関係者は事業を理解しているか・関係者の事業に対する受入れ状況はどうか・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	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 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。縦割りになっている。	2	2
適切性	<ul style="list-style-type: none">・事業内容や目的は現場のニーズに合っているか・事業はこの現場に必要なか	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

【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・・・
県の人に何かしてもらえる・・・
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



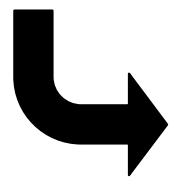
ピアサポーター（上田市）

- ・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

「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！！

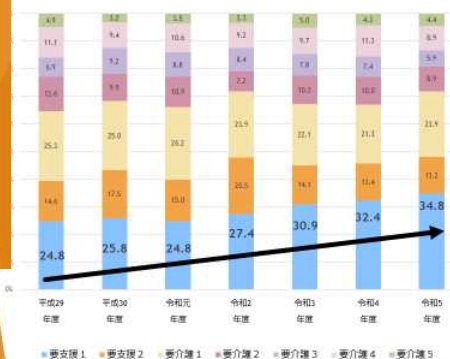


千曲市のデータを
収集・分析してみる

千曲市の要介護（要支援）認定者数・
要介護（要支援）認定率の推移



新規要介護（要支援）認定者割合の推移



認定結果の変化

	前年度の 認定者数	改善 人数 割合	維持 人数 割合	悪化 人数 割合
要支援	864	33 3.8%	580 67.1%	251 29.1%
要介護	1853	248 13.4%	1184 63.9%	421 22.7%
全体	2717	281 10.3%	1764 64.9%	672 24.7%

出典：国保連合会・国保中央会 令和5年度国保データベース（K08）データ

4年度
要支援



4年度
要介護



サービスを利用しても、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！！

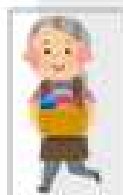
etc.

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



心も体も元気であるために

- ・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

「自立支援」の捉え方や方向性が個々で違う

千曲市の目指す「自立」を示せば
軸がブレないのでは

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ても、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。縦割りになっている。	2	2	全員とは言えないが、現状と課題から何とかしなければ、 という意識に変わりつつある。 市としての地域づくりを考えて、事業所や市民に伝えていくことも必要だと感じている。	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、何をしても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、係を超えての コミュニケーションが盛んになった。	4	4

他の係長から
いろんな意見が出てきた

このデータを
調べてみよう

少しずつ、主体的に

伴走支援を受けて

課内・係内での話し合いが増加

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

