

地域共生社会の実現に向けた包括的な支援体制づくり

令和3年11月16日

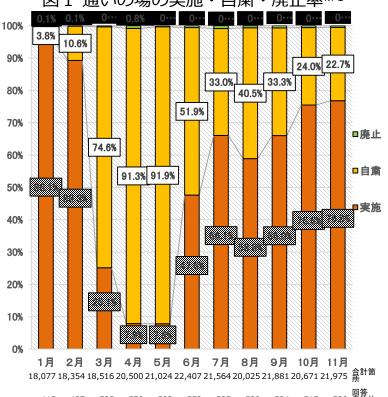
厚生労働省九州厚生局 地域共生社会推進室

1. 新型コロナウイルス感染症への対応

新型コロナウイルス感染症による通いの場及び高齢者の心身への影響

- 〇 通いの場の取組は、2020年の緊急事態宣言時($4\sim5$ 月)には約9割の通いの場が活動を自粛していたが、 11月には約8割が活動を実施。
- 高齢者の心身の状態は、令和2年度(コロナ影響下)は令和元年度(コロナ前)と比べ、 外出機会の減少(約20%)や「毎日の生活に充実感がない」などうつの項目に該当する者の増加(約5%) 等がみられた。





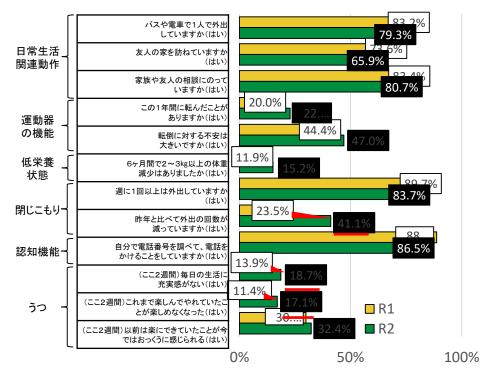
<調査概要>

〇調査期間:2020年12月11日(金)~2021年1月15日(金)

○調査対象:市町村(特別区を含む。)介護予防主管課 (都道府県を通じ配布)

〇回収率等:配布自治体1,741 回収数1,361 回収率78.2%

図2 基本チェックリスト該当者割合の変化(75歳以上)※2,3



- ※1:通いの場の活動状況を実数で把握している市町村の 回答のうち、「不明」数を除外し母数を算出※2:75歳以上の非要介護認定者の心身の状況を把握している40市町村(R1:約5万人,R2:約4.4万人)のデータを集計
- ※3:回答結果を合計し、令和元年度と令和2年度を単純比較(特に有意差がみられた項目を抜粋)

出典:令和2年度老人保健健康増進等事業「新型コロナウイルス感染症影響下における通いの場を はじめとする介護予防の取組に関する調査研究事業(日本能率協会総合研究所)報告書 R3.3

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に配慮した介護予防・見守り等の取組の推進

- 令和3年1月7日付事務連絡「新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に配慮した介護予防・見守り等の取組の推進について(再徹底)」において、
 - 新型コロナウイルス感染症対策の基本的対処方針で、「外出自粛等の下で、高齢者等がフレイル状態等にならないよう、コミュニティにおける支援を含め、健康維持・介護サービスの確保」のため、適切な支援を行うとされたこと、
 - ・ 新型コロナウイルス感染症による通いの場の取組状況や高齢者の心身への状況に関する調査で、外出機会の減少等の状況 等がみられたこと
 - 等を踏まえ、感染拡大に配慮した介護予防・見守り等の取組の再徹底を依頼。
- 令和3年1月29日付け事務連絡「新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に配慮した介護予防・見守り等の取組の推進について (自治体等の取組事例の周知)」において、
- ・ 新型コロナウイルス感染症対策本部で示された「緊急事態宣言を踏まえた経済支援策の全体像」で、「地域包括支援センター等による一

暮らし高齢者への見守りの強化」を図ることとされたこと

等を踏まえ、各自治体等における実際の見守りに関する取組事例や、介護予防と見守りを組み合わせた取組事例を収集し、周知。

く地域包括支援センター等による見守りに関する取組事例>



く介護予防と見守りを組み合わせた取組事例>



介護予防に関する新型コロナウイルス感染症への主な対応(広報)

- 高齢者が居宅で健康に過ごすための情報や、新型コロナウイルス感染症に配慮して通いの場の取組を実施するため の留意事項などを整理した、特設WEBサイト(令和2年9月開設)の開設
 - コンテンツの更なる充実を図り、新聞とテレビを活用した広報も実施
- 都道府県や市町村へポスター・リーフレット・DVD(動画)を配布(令和2年12月)
- 令和3年度も、引き続き、特設WEBサイト等を活用した広報を実施



主なコンテンツ

<感染予防や居宅で健康に過ごすためのポイント>



らない、うつさないために





<通いの場再開の留意点



自治体の皆さまへ〜新型コロナウ イルス感染症に気をつけて、通い の場を再開するために

<通いの場からの便り(事例)>



茶の間・紫竹 (新潟市東区)



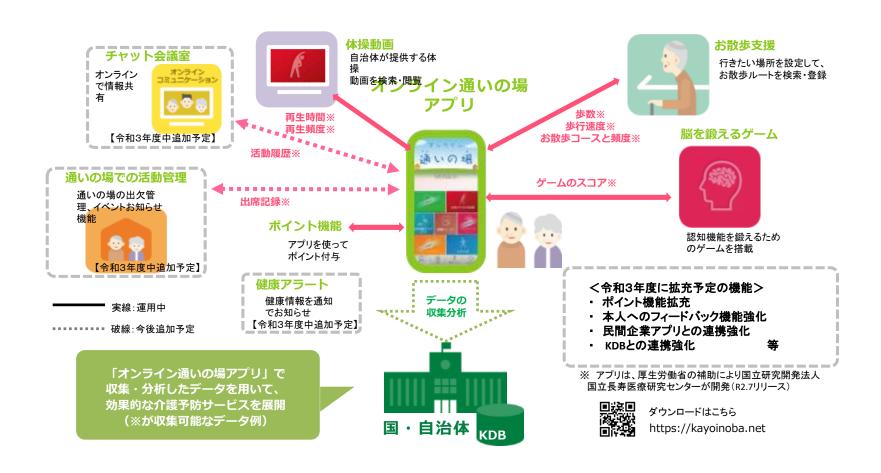
コーポゆうゆうクラブ(大阪府大

くご当地体操マップ>



介護予防に関する新型コロナウイルス感染症への主な対応(ICTの活用)

- 「オンライン通いの場アプリ」を活用した、高齢者の健康維持や介護予防を推進。
- 現在、自治体の体操動画やお散歩支援、脳を鍛えるゲーム等を搭載しており、令和3年度中に、
 - オンラインコミュニケーションや通いの場の出欠管理等の機能を追加予定。
 - ・ また、各種機能拡充や民間企業アプリ、KDBとの連携強化を行い、国・自治体においてデータを活用した効果 的な介護予防サービスの展開が可能となる予定。



オンライン等を活用した認知症カフェ企画運営・参加の手引書

- 新型コロナウイルス感染症拡大予防対策のために、全国各地で認知症カフェの中止が余儀なく されている状況を踏まえ、「**認知症カフェにおける新型コロナウイルスの影響と緊急事態宣言等の 状況下における運営のあり方に関する調査研究事業**」を実施。
 - ※ 令和2年度老人保健健康増進等事業。実施団体は社会福祉法人東北福祉会認知症介護研究・研修仙台センター。
- 感染対策をしながら、**お手紙・戸別訪問・オンライン等を活用した代替的な方法で認知症カフェを 効果的に継続するための手引書**を2冊作成。自治体等へ発出。

【運営者向けの手引書】



【参加者(本人・家族)向けの手引書】



◆掲載先(厚労省ホームページ) https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000167800.html

介護予防に関する新型コロナウイルス感染症への主な対応について

○ 令和2年3月27日付事務連絡

「新型コロナウイルス感染症の拡大防止と介護予防の取組の推進について(その2)」

高齢者が居宅において健康を維持するための留意事項を周知

高齢者が居宅において健康を維持するための留意事項

〇 運動のポイント

「動かない」(生活が不活発な)状態が続くことにより、心身の機能が低下して「動けなくなる」ことが懸念されます。また、転倒などを予防するためにも、日頃からの運動が大切です。

- 人混みを避けて、一人や限られた人数で散歩する。
- ・ 家の中や庭などでできる運動(ラジオ体操、自治体のオリジナル体操、スクワット等)を行う。
- ・ 家事(庭いじりや片付け、立位を保持した調理等)や農作業等で身体を動かす。
- 座っている時間を減らし、足踏みをするなど身体を動かす。
- 〇 食生活・口腔ケアのポイント

低栄養を予防し、免疫力を低下させないために、しっかり栄養をとることやお口の健康を保つことが大切です。

- ・ 3食欠かさずバランスよく食べて、規則正しい生活を心がける。
- 毎食後、寝る前に歯磨きをする。
- しっかり噛んで食べる、一人で歌の練習をする、早口言葉を言うなど、お口周りの筋肉を保つ。
- 人との交流のポイント

孤独を防ぎ、心身の健康を保つために、人との交流や助け合いが大切です。

- 家族や友人と電話で話す。
- 家族や友人と手紙やメール、SNS等を活用し交流する。
- 買い物や移動など困ったときに助けを呼べる相手を考えておく。

コロナ禍でもつながる

2. 新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に 配慮した介護予防・見守り等の取組事例

※令和3年1月29日付事務連絡「新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に配慮した介護予防・見守り等の取組の推進について (自治体等の取組事例の周知)」を元に再編

新型コロナウイルス感染症の対策を講じた 地域包括ケアの取組について

地域包括ケアの取組

感染症拡大防止に配慮した 地域包括ケアの取組

- ・通いの場等の再開支援
- ・ハイリスク者の把握、対応 等

コロナに負けない 地域包括ケアの取組



これまでの取組の振り返り

- ・自助・互助(地域力)の確認
- ・共助・公助(関係機関との連携等)の確認

コロナに負けない地域づくり

- ・自助・互助(地域力)の維持・向上のきっかけ
- ・共助・公助(関係機関との連携等) の維持・向上のきっかけ

5

	新型コロナウイルス原	 	列
取約	且事例	取組概要	効果(例)
	関係機関等との連携強化につながった事例		
Α	三重県玉城町の取組 【地域包括支援センターと民生委員等が 連携した見守り】	民生委員が、有志の住民による手作りマスク、消費者被害防止に関するチラシ等を配布しながら、 一人暮らし高齢者宅を訪問して生活状況を把握。 ※普段つながっていない高齢者の生活状況を把握することができ、その後の見守りにも役立っている。	民生委員との連携 強化〜見守り体制 構築
В	栃木県さくら市の取組 【生活支援コーディネーター等による電話での 見守り】	生活支援コーディネーター(SC)と認知症地域支援推進員が、一人暮らし高齢者宅等に電話し、 健康状態、食事、買い物、誰かと話す機会があるか等の生活状況を把握し、必要に応じて配食サービスや 自宅でできる体操等の情報を提供。	SC、認知症地域 支援推進員と連携 強化
С	愛知県一宮市の取組 【民間事業者との見守り協定の締結】	・民生委員と連携した見守り活動のほか、13の民間事業者と「高齢者の見守り活動に関する協定」を締結。 ・本協定に基づき、民間事業者が活動中に高齢者の異変を察知した場合は、市や地域包括支援センターに 連絡し、必要な対応につなげる。	民生委員、民間事 業者との連携強化
D	和歌山県紀の川市の取組 【民間事業者と連携し、感染防止に配慮して 取り組む集いと買い物支援】	令和2年6月に、新たに移動スーパーを立ち上げた観光バス会社と包括連携協定を締結し、 9月からお楽しみ要素(カフェ)と生活支援(買い物)をセットにした移動カフェを開始。	民間事業者との連 携強化〜新たな展 開

【往復はがきを活用した見守り】

■ オンライン、その他媒体の活用事例

オンラインを活用したつながりの継続】

【官民連携によるアプリを活用した

【オリジナル体操を地域の状況に応じた

ハイブリッド型通いの場】

沖縄県宮古島市の取組

健康プロジェクト】

埼玉県ときがわ町の取組

群馬県玉村町の取組

【交流と体操を組み合わせた

タイミングと方法で周知】

やすらぎビデオレター】

大阪府大阪市(毛馬コーポゆうゆうクラブ)の取組

【学び合い助け合う長屋型大規模マンション

東京都文京区(とらいあんぐるタイム)の取組

【「オンサイト (会場) ×オンライン (ネット) 」

地域包括支援セン

ターの認知度 UP

オンラインの活用、

民間事業者との連

ビデオメッセージ

10

ラジオの活用

携強化

の活用

■ 地域包括支援センターの認知度向上につながった事例 山形県新庄市の取組 【地域包括支援センターによる見守り】

東京都豊島区の取組

市と地域包括支援センター職員が、困りごと相談窓口や介護予防に関するチラシ、

地域包括支援センターの案内を配布しながら、一人暮らし高齢者宅を訪問して生活状況を把握。 生活の困りごと等を記載して返信するよう呼びかけ。

75歳以上の全高齢者に往復はがきを送付し、新型コロナウイルス感染症の注意喚起にあわせて、

地域保活支援セン ターの認知度UP

「ゆうゆうクラブ」は、築40年以上となり高齢化率が高く、一人暮らし世帯も多いマンションで、住民そ オンラインの活用 れぞれが抱える今後の生活や介護、医療への不安等を解決するために、住民数名で活動を立ち上げ。新型 コロナウイルス感染症の影響を受けて、「Zoom勉強会」や「Zoomコロナ質問会」、「Zoomお茶会」

等、オンラインを活用した取組にも挑戦。

などテーマを決めて1分程度話してもらい、やすらぎの場参加者のビデオメッセージを作成。

※「みんなの顔が見たい、寂しい」、「なかなかやる気にならない」との声を受け対応

官民が連携し、居宅での体操や食事管理などができるスマートフォンアプリを活用した高齢者の健康増進

高齢者には**動画配信よりラジオ放送の方が身近**であると考え、地元ラジオ局の協力を得て、**平日1時間**

(月~金、9時~10時)の筋トレ等を行う番組を放送し、住民には地元新聞や広報及び回覧板等にて周知。

※ラジオを活用することで、規則正しい生活の維持、同じ時間に仲間と体操できている一体感も生まれる。

公共施設を借りて、web会議システムを利用したビデオ通話、電話(音声のみ)と会場参加を組み合わせ オンラインの活用 たハイブリッド型通いの場を開催。週に1回、自宅からのオンライン参加も含め15名程度が、感染防止対 策を取った上で、貯筋運動やストレッチング、脳トレを行うとともに、おしゃべりなど交流も楽しんでい

を支援。 保健師がやすらぎの場参加者宅に訪問し、感染症対策で取り組んでいることや、自宅で実践している運動

A 三重県玉城町の取組 【地域包括支援センターと民生委員等が連携した見守り】

1 取組概要

- **民生委員が**、有志の住民による手作りマスク、消費者被害防止に関するチラシ等を配布しながら、<u>一人暮らし高齢者宅</u> を訪問して生活状況を把握。
- その後、民生委員、地域包括支援センター、社会福祉協議会において訪問結果を共有し、
 た方のうち支援が必要と考えられる方については、地域包括支援センターや社会福祉協議会の職員が訪問し、生活状況の

 確認や相談支援などの対応

 を行う。

2 実施者

地域包括支援センター、社会福祉協議会、民生委員

3 対象者

○ 75歳以上の一人暮らし高齢者

4 取組による効果

- 結果として専門的な支援を必要とする高齢者はいなかったが、**普段つながっていない高齢者の生活状況を把握すること ができ、その後の見守りに役立っている**。
- 経験の少ない民生委員の資質の向上、情報共有を通じて行政と民生委員との連携の強化につながっている。

【有志の住民による手作りマスク】



【配布したチラシ】



このマスクは玉城町の住民さんが「マスク de 元気プロジェクト」を通じて作ってくださいました。 感染予防のために、ぜひご活用く ださい。

ご不明なこと等がある方は 王城町地域共生室(58-7373) までご連絡ください。





B 栃木県さくら市の取組【生活支援コーディネーター等による電話での見守り】

1 取組概要

- 〇 <mark>生活支援コーディネーターと認知症地域支援推進員が、一人暮らし高齢者宅等に電話</mark>し、健康状態、食事、買い物、誰 かと話す機会があるか等の**生活状況を把握**し、**必要に応じて配食サービスや自宅でできる体操等の情報を提供**。
- 支援が必要と考えられる高齢者については、別途、**地域包括支援センターが訪問等により対応**。

2 実施者

○ 市、生活支援コーディネーター、認知症地域支援推進員

3 対象者

○ <u>避難行動要支援者名簿に掲載している一人暮らし高齢者又は高齢者夫婦世帯のうち、介護サービス等の支援を受けてい</u>ない方

4 取組による効果

- <u>把握ができた高齢者のうち約1割が困りごとを抱えており</u>、具体的には、健康状態への不安、食事や買い物等に関する 内容であった。
- 別途支援が必要と考えられる方については、地域包括支援センターにつないで対応。

自粛生活でお困りごとは ありませんか!?



わたしたちは、さくら市高齢線に所属している生活支 探コーティネーター(地域支え合い推進員)です。高齢 者の方の困いごとを教えていただき、地域のみなさんと 一緒に助け合いを作れたする手行いをしています。



新型コロナウイルスが流行し自粛生活が続いていましたが、みなさんはいかがお過ごしですか。



外出するのはまだ不安だから ・生活用品やお弁当を配達してくれるお店 はないの?

・自宅でできる健康体操を知りたい!・話す相手がいなくて寂しい!など、なんでもご相談ください。

【配布したチラシ】





連絡先:028-681-1155

※令和3年1月29日付事務連絡「新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に配慮した介護予防・見守り等の取組の推進について(自治体等の取組事例の周知)」を一部改変

C 愛知県一宮市の取組 【民間事業者との見守り協定の締結】

1 取組概要

- 民生委員と連携した見守り活動のほか、13の民間事業者と「高齢者の見守り活動に関する協定」を締結。
- 本協定に基づき、民間事業者が活動中に高齢者の異変を察知した場合は、市や地域包括支援センターに連絡し、必要な対応につなげる。

2 実施者

○ 市、地域包括支援センター、民間事業者

3 対象者

○ 新聞や郵便物がたまっている高齢者、道に迷っていると思われる高齢者 等

4 取組による効果

- 民間事業者から、新聞がたまっている高齢者宅があるとの連絡があり、地域包括支援センターが現地を訪問。救急隊員が高齢者宅に入り、熱中症で倒れている高齢者を発見して一命をとりとめた事例もある。
- 協定の締結を契機として、民間事業者の社員が認知症サポーター養成講座を受講する、行方不明高齢者等の捜索メールの登録に協力するなど、地域における連携体制の強化につながっている。

【協定締結式の様子】





D 和歌山県紀の川市の取組 【民間事業者と連携し、感染防止に配慮して取り組む集いと買い物支援】

1 取組概要

- 新型コロナウイルス感染症の流行により、市民の運動や外出の機会が減少。体操活動やサロン等の通いの場も再開されつつあるが、以前のようには戻っていない状況。
- **令和2年6月に、新たに移動スーパーを立ち上げた観光バス会社と包括連携協定を締結し、9月からお楽しみ要素(カフェ)と生活 支援(買い物)をセットにした移動カフェを開始**。約30分の屋外開催であるが、感染防止対策を取った上で、地域の方々が目的に応じて集まる機会をつくり、生活不活発の解消や互いの見守りを行うことで活気のある地域づくりを目指す。
- 市としては、移動力フェの周知や開催場所とのマッチング等を行い、今年度は体操拠点を中心に約30地区、延250回以上の開催を 予定。来年度も取組を継続し、**今後は個人を対象とした見守りにも展開予定**。

2 実施者

○ 移動スーパー「まごの手」、市

3 対象者

〇 住民

4 取組による効果

- 「久々」という声がよく聞かれ、地域のつながりが再開されている。準備等は事業者がしてくれ、地域の負担が少ないこのような 手軽な集い場が、新たなつながりも構築し、さらなる活性化と見守り強化につながればと期待している。
- また、最近では、地元商店や医療機関の管理栄養士と協働し、「フレイル予防飯」の開発・販売(2月より)や市民ボランティアとして活動するフレイルサポーターとも協働で「フレイル予防ポップ・レシピ」の掲示など、多様な連携も生み出している。

【取組の様子】









E 山形県新庄市の取組 【地域包括支援センターによる見守り】

1 取組概要

- 市と地域包括支援センター職員が、困りごと相談窓口や介護予防に関するチラシ、地域包括支援センターの案内を配布 しながら、**一人暮らし高齢者宅を訪問して生活状況を把握**。
- 訪問の結果、見守りが必要と考えられる方については、**地域包括支援センターが継続的に支援**を行う。
- 別途支援が必要と判断考えられる方については、介護サービス等の利用につなぐ。

2 実施者

市、地域包括支援センター

3 対象者

○ 75歳以上の一人暮らし高齢者のうち、**健康診断の申し込みがなく、介護サービスを利用されていない方**

4 取組による効果

- 見守り活動に関して、市と地域包括支援センターとの連携体制の強化につながっている。
- <u>高齢者から、「訪問してくれた職員に相談したい」といった連絡</u>があるなど、<u>困ったときの相談先を覚えてもらう良い</u> 機会となった。

【地域包括支援センターの案内】

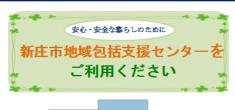


新庄市民のみなさまへ

最近の新型コロナウィルスの発生により、みなさまにおかれましては、不安を感じながら過ごされているのではないかとお祭しいたします。新庄市と新庄市地域包括支援センターは、みなさまが、心身ともに健康で過ごせますよう、役に立っ情報をお持ちしました。ぜひ、ご覧になっていただきお試しください。不安や悩み、困りごとがありましたら、ご相談ください。

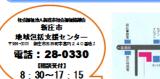
本日は、わたしたちが訪問させていただきました。

新庄市健康課	訪問職員()
電話:22-2111		
新庄市地域包括支援センター	訪問職員()





高齢のみなさんを支援する拠点です 地域包括支援センターは、分器や機能、医療などさまさまな調から、地域 で塞らず無砂みなさんを支えための現とつす。みなさんが任み費れた地 域で支むしてすこやかに暮らせるよう、開係機関・専門放と力を合わせて支 援します。ぜひお処理に二利用ください。



14

F 東京都豊島区の取組【往復はがきを活用した見守り】

1 取組概要

- **75歳以上の全高齢者に往復はがきを送付**し、新型コロナウイルス感染症の注意喚起にあわせて、生活の困りごと等を 記載して返信するよう呼びかけ。
- 困りごとの内容に応じて速やかに個別相談や具体的な支援につなげられるよう、<u>返信はがきは居住地を担当している</u> 地域包括支援センターを宛先とするほか、本取組の周知や助言に関しては民生委員の協力を得ながら実施。

2 実施者

○ 区、地域包括支援センター

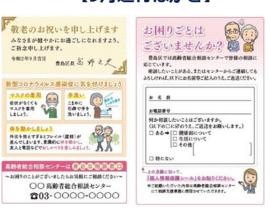
3 対象者

○ 75歳以上の高齢者

4 取組による効果

- **民生委員等による75歳以上の一人暮らし高齢者への対面での聞き取り等が制限されたことを踏まえ**、一人暮らし高齢者に限らず幅広くはがきを送付し、生活の困りごとを把握。
- 健康状態に不安がある方、介護サービス等の存在を知らず困っている方に加えて、**これまで顕在化していなかった複合 的な課題(8050問題等)を抱えている世帯も支援につなぐことができた**。
- 返信はがきには、「気にしてくれてありがとう」、「地域包括支援センターを知らなかったが、困ったときには相談に 行きます」といった言葉があり、在宅生活での孤独感や不安感の解消にも一定の効果があった。
- 今後は、返信のない方についても、生活状況の把握等を行っていく予定。

【9月送付はがき】



【1月送付はがき】



【必要に応じ訪問支援】



G 大阪府大阪市(毛馬コーポゆうゆうクラブ)の取組 【学び合い助け合う長屋型大規模マンション オンラインを活用したつながりの継続】

1 取組概要

- 「ゆうゆうクラブ」は、<mark>築40年以上となり高齢化率が高く、一人暮らし世帯も多いマンションで、住民それぞれが抱える今後の生</mark> 活や介護、医療への不安等を解決するために、住民数名で活動を立ち上げ。
- 〇 マンションの集会室を活用し、住民が集えるカフェや介護や医療の知識を学ぶための「在宅医療勉強会」等を開催。住民主体の取組を看護師、医師、大阪市都島区社会福祉協議会の生活支援コーディネーターが支援。
- 新型コロナウイルス感染症の影響を受けて、「Zoom勉強会」や「Zoomコロナ質問会」、「Zoomお茶会」等、オンラインを活用した取組にも挑戦。

2 実施者

毛馬コーポゆうゆうクラブ

3 対象者

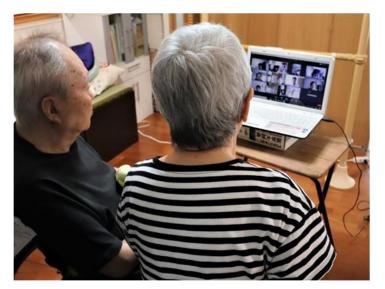
○ 毛馬コーポの住民

4 取組による効果

○ **新型コロナウイルス感染症影響下でも、これまでの大切なつながりを絶やすことなく、**新しいことにチャレンジすることでモチベーションアップにもつながっている。

【取組の様子】





※ 令和3年1月29日付事務連絡「新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に配慮した介護予防・見守り等の取組の推進について(自治体等の取組事例の周知)」を一部改変

H 東京都文京区(とらいあんぐるタイム)の取組 [「オンサイト (会場) ×オンライン (ネット)]ハイブリッド型通いの場]

1 取組概要

- 文京区社会福祉協議会が支援する住民主体の通いの場「かよい~の」の団体の一つ
- 「とらいあんぐるタイム」は、新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、定期的に開催していた会場の利用が困難になり、公園での開催やオンラインでの取組など試行錯誤。
- 緊急事態宣言解除後の令和2年6月から、公共施設を借りて、web会議システムを利用したビデオ通話、電話(音声のみ)と会場参加を組み合わせたハイブリッド型通いの場を開催。週に1回、自宅からのオンライン参加も含め15名程度が、感染防止対策を取った上で、貯筋運動やストレッチング、脳トレを行うとともに、おしゃべりなど交流も楽しんでいる。

2 実施者

○ NPO法人 地域ネットワークとらいあんぐる

3 対象者

通いの場参加者

4 取組による効果

- その日の体調や気分にあわせて、会場参加とオンライン参加を選択でき、定期的に行っていた運動をコロナ禍でも続けられる。
- 人に会うことへの不安や孤立感を解消し、高齢者のオンライン機器に対する苦手意識の克服にもつながっている。

【取組の様子】





※令和3年1月29日付事務連絡「新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に配慮した介護予防・見守り等の取組の推進について(自治体等の取組事例の周知)」を一部改変

I 沖縄県宮古島市の取組 【官民連携によるアプリを活用した健康プロジェクト】

1 取組概要

- 官民が連携し、居宅での体操や食事管理などができるスマートフォンアプリを活用した高齢者の健康増進を支援。
- 市内2カ所のau店舗では、体組成と血圧を計測することができ、アプリのインストールや使い方のフォローも行う。
- 市民を対象に健康に関する各種データ計測と歩数促進イベントなどを通じて健康状態の見える化を進め、参加者の健康意識向上を 図る。

2 実施者

沖縄セルラー電話、市

3 対象者

○ 60歳以上

4 取組による効果

○ 通いの場活動自粛下においても、<u>オンラインの歩数イベントなどで、3密を避けながら運動機会の創出</u>を図るとともに、健康状態の見える化を進め、参加者の健康意識向上を図る。

厚生労働省 「オンライン通いの場 アプリ」

自宅で体操や 健康チェックなど 高齢者のためのアプリ







沖縄セルラー 「JOTOホームドクター」

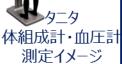


宮古島のauショップ(2店舗) データ計測・アプリ利用支援

- ◆店舗のタニタ体組成計・血圧計を活用
- ◆**専属スタッフ**のサポートにより、アプリのインストールや計測 をフォロー







」 埼玉県ときがわ町の取組 【交流と体操を組み合わせたやすらぎビデオレター】

1 取組概要

- 新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、定期的に開催していた「やすらぎの場」など集合して行う取組を中止。
- 地域包括支援センターで作成した「家でもできる健康体操」DVDを配布し活用いただく中で、「みんなの顔が見たい。寂しい。」「なかなかやる気にならない。」といった声が挙がってきた。
- そこで、**保健師がやすらぎの場参加者宅に訪問**し、感染症対策で取り組んでいることや、自宅で実践している運動などテーマを決めて1分程度話してもらい、**やすらぎの場参加者のビデオメッセージを作成**。
- 動画の合間に保健師による介護予防体操・脳トレを差し込み、動画を見ながら体を動かすことができるよう工夫。配布の際に感想を伺い、次回のテーマや内容を決めている。

2 実施者

町、地域包括支援センター

3 対象者

○ 一般介護予防事業「やすらぎの場」参加者

4 取組による効果

○ 参加者同士のつながりを感じてもらうことで、孤立感の軽減を図り、運動意欲の向上につながっている。

【取組の様子】

















※令和3年1月29日付事務連絡「新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に配慮した介護予防・見守り等の取組の推進について(自治体等の取組事例の周知)」を一部改変

K 群馬県玉村町の取組 【オリジナル体操を地域の状況に応じたタイミングと方法で周知】

1 取組概要

- 令和2年3月、新型コロナウイルス感染症の流行により、公民館で開催していた通いの場の活動ができなくなり、**高齢者には動画** 配信よりラジオ放送の方が身近であると考え、地元ラジオ局の協力を得て、平日1時間(月〜金、9時〜10時)の筋トレ等を行う番 組を放送し、住民には地元新聞や広報及び回覧板等にて周知。
- 令和2年4月~5月、屋外でも簡単にできる「ぐんまの風」体操と歌詞を町職員が考案し、楽曲は地元シンガーソングライターに無償で提供してもらった。6月には動画を町のホームページ等で公開し、地元ラジオ局でも放送。
- 令和2年10月より、町と委託地域包括支援センターと健康サポーターが協力し、感染防止対策を取った上で、公園等の屋外で定期的に「ぐんまの風」体操とラジオ体操等を行うものを「あおぞら体操」と称し、実施するとともに、住民に体操を紹介するチラシ等を配布。
- ラジオ放送は高齢者からの評判も良く、今後は体操とあわせて、食事やお口の健康に関する情報なども紹介していく予定。

2 実施者

○ 町、地域包括支援センター、健康サポーター

3 対象者

○ 住民

4 取組による効果

- <u>屋外での取組が可能となった時点で、健康サポーターが体操を教えたり、定期的な実施や徹底した周知を行ったことで、再度、外</u> 出自粛となっても、自宅で「ぐんまの風」体操等を行ってもらえている。
- <u>ラジオを活用することで、規則正しい生活の一助となるとともに、同じ時間に仲間と体操を行っている一体感もうまれる</u>。

【取組の様子】







21

他施策とつながる

3. 地域包括ケアの推進に係る国の施策動向

地域住民の複雑化・複合化した支援ニーズに対応する市町村の重層的な支援体制の構築の支援

- ○地域住民が抱える課題が複雑化・複合化(※)する中、従来の支援体制では課題がある。
 - (※)一つの世帯に複数の課題が存在している状態(8050世帯や、介護と ▼属性別の支援体制では、複合課題や狭間のニーズへの対応が困難。 育児のダブルケアなど)、世帯全体が孤立している状態(ごみ屋敷など)
 - ▼属性を超えた相談窓口の設置等の動きがあるが、各制度の国庫補助金等の目的外流用を避けるための経費按分に係る事務負担が大きい。
- 〇このため、**属性を問わない包括的な支援体制の構築**を、市町村が、創意工夫をもって円滑に実施できる仕組みとすることが必要。

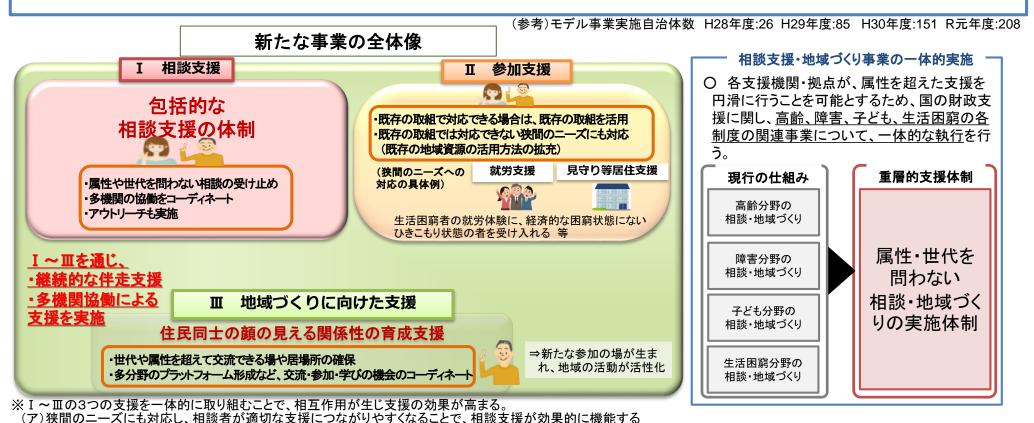
社会福祉法に基づく新たな事業(「重層的支援体制整備事業」)の創設

(ウ)災害時の円滑な対応にもつながる

- ○市町村において、既存の相談支援等の取組を活かしつつ、地域住民の複雑化・複合化した支援ニーズに対応する包括的な支援体制を 構築するため、Ⅰ相談支援、Ⅱ参加支援、Ⅲ地域づくりに向けた支援を一体的に実施する事業を創設する。
- ○新たな事業は実施を希望する市町村の手あげに基づく任意事業。ただし、事業実施の際には、I~IIの支援は必須

(イ)地域づくりが進み、地域で人と人とのつながりができることで、課題を抱える住民に対する気づきが生まれ、相談支援へ早期につながる

○新たな事業を実施する市町村に対して、相談・地域づくり関連事業に係る補助等について一体的に執行できるよう、**交付金を交付**する。



23

認知症施策推進大綱(概要)(令和元年6月18日認知症施策推進関係閣僚会議決定)

【基本的考え方】

認知症の発症を遅らせ、認知症になっても希望を持って日常生活を過ごせる社会を目指し認知症の人や家族の視点を重視しながら「共生」と「予防」※を車の両輪として施策を推進

- ※1 「共生」とは、**認知症の人が、尊厳と希望を持って認知症とともに生きる**、また、**認知症があってもなくても同じ社会でともに生きる**という意味
- ※2 「予防」とは、「認知症にならない」という意味ではなく、「認知症になるのを遅らせる」「認知症になっても進行を緩やかにする」という意味

コンセプト

- **認知症は誰もがなりうるものであり**、家族や身近な人が認知症になることなども含め、**多くの人 にとって身近なものとなっている**。
- 生活上の困難が生じた場合でも、重症化を予防しつつ、周囲や地域の理解と協力の下、本人が希望を持って前を向き、力を活かしていくことで極力それを減らし、住み慣れた地域の中で尊厳が守られ、自分らしく暮らし続けることができる社会を目指す。
- 運動不足の改善、糖尿病や高血圧症等の生活習慣病の予防、社会参加による社会的孤立の解消や役割の保持等が、認知症の発症を遅らせることができる可能性が示唆されていることを踏まえ、予防に関するエビデンスを収集・普及し、正しい理解に基づき、予防を含めた認知症への「備え」としての取組を促す。結果として70歳代での発症を10年間で1歳遅らせることを目指す。また、認知症の発症や進行の仕組みの解明や予防法・診断法・治療法等の研究開発を進める。

具体的な施策の5つの柱

① 普及啓発・本人発信支援

- ・企業・職域での認知症サポーター養成の推進
- ・「認知症とともに生きる希望宣言」の展開

② 予防

- ・高齢者等が身近で通える場「通いの場」の拡充
- ・エビデンスの収集・普及

③ 医療・ケア・介護サービス・介護者への支援

- ・早期発見・早期対応の体制の質の向上、連携強化
- ・家族教室や家族同士のピア活動等の推進等

④ 認知症バリアフリーの推進・若年性認知症の 人への支援・社会参加支援

- ・認知症になっても利用しやすい生活環境づくり
- ・企業認証・表彰の仕組みの検討
- 社会参加活動等の推進

等

⑤ 研究開発・産業促進・国際展開

・薬剤治験に即応できるコホートの構築等

認知症の人や家族の視点の重視

「一般介護予防事業等の推進方策に関する検討会」取りまとめ(概要) 令和元年12月13日公表

【ポイント】

- 通いの場の取組を始めとする一般介護予防事業は、住民主体を基本としつつ、効果的な専門職の関与も得ながら、<mark>従来の介護</mark> 保険の担当部局の取組にとどまらず多様な関係者や事業等と連携し、充実を図ることが必要。
- また、こうした取組をより効果的・効率的に行うためには、PDCAサイクルに沿った推進が重要であり、市町村・都道府県・国がそれぞれの役割を最大限に果たすべき。

一般介護予防事業等に今後求められる機能を実現するための具体的方策等

<通いの場などの介護予防の捉え方>

- ✓ 高齢者が関心等に応じ参加できるよう、介護保険による財政的支援を行っているものに限らず幅広い取組が通いの場に含まれることを明確化。取組を類型化し、事例集等を作成。自治体や関係者に周知。
- ✓ <u>役割がある形での社会参加も重要</u>であり、ボランティア活動へのポイント付与や有償ボランティアの推進に加え、就労的活動の 普及促進に向けた支援を強化。
- ✓ ポイント付与を進めるためのマニュアルの作成等を実施。

(1) 地域支援事業の他事業との連携方策や効果的な実施方策、在り方

<連携の必要性が高い事業> 地域支援事業の他の事業(※)との連携を進めていくことが重要。

- → 実態把握を進めるとともに、市町村において連携した取組が進む よう、取組事例の周知等を実施
 - ※ 介護予防・自立支援のための地域ケア会議、短期集中予防サービス(サービスC)、生活支援体制整備事業

<現行制度の見直し>

- 一般介護予防事業を含む総合事業の実施しやすさや利用者のサービス利用の継続性に配慮しているとが必要。
- →・ 総合事業の対象者の弾力化
 - ・ 総合事業のサービスの価格の上限を定める仕組みの見直し
 - ・ 介護予防の取組を積極的に行う際の総合事業の上限額の弾力化等の総合事業の在り方については、本検討会での議論を踏まえ、引き続き介護保険部会等で検討

就労的活動の普及に向けて(地域支援事業交付金関係)

- 地域支援事業は、高齢者が**要介護状態等となることを予防**するとともに、**地域において自立した日常生活を営むことができる** よ**う支援**するもの
- 令和2年度からは、役割がある形での高齢者の社会参加等を促進する観点から、地域支援事業の<u>包括的支援事業(生活支援体</u>制整備事業)において、新たに**就労的活動の普及促進策を創設**
- 具体的には、<u>就労的活動の場を提供できる団体・組織と就労的活動を実施したい事業者とをマッチングし、高齢者個人の特性</u> **や希望に合った活動をコーディネートする人材の配置**を推進

秋田県藤里町の事例 (生涯現役を目指す就労的活動のコーディネート)

- 年代を問わず、地域活動等に意欲がある人が「働き方登録票」を 事務局(社会福祉協議会)に登録。
- 事務局が**町内企業や町民からの依頼と登録者をマッチング**。
- 自分の希望に添った働き方で地域の特産品づくり等に取り組むことを通じ、生涯現役を希望する全ての人が活躍できる環境づくりを目指している。

【働き方登録票】

199	番号 働くかたち		くかたち	働き方	
	4	8万以上	仕事委先 なんでもやります型	定額の収入を得たい。	
A.	1	3~87)	自分の希望優先 職人型	仕事を進んで、少額でも収入を得たい。	
î.	2	91-6\$t1	余明優先型	金額にはこだわらない。できる時に仕事をしたい	
		水化ト	支援付	がイントで受取る。	
258	. 4	6時間以上	仕事優先 なんでものりまず型	受けた仕事の時間働きます。	
日 性 事 時	9	3時間未満	自分の希望優先 職人型	進んだ仕事の特別働きます。	
50 50	2	1 89 55	全期委先型	短時間なら働きます。	
	,	半定	支援付	支援付で仕事します	
		なんでもひとり でできます	仕事委先 なんでもやります型	いろいろな仕事に全力でチャレンジします。	
0	- 3	りらびか得分息券 すまもファ	自分の希望優先 職人型	登録した物理なら、なんでものります	
6 8	. 2	誰かと一緒ならで きます	余期優先型	誰かと一緒に仕事をします	
	1	支援があればでき ます	東條件	支援をうけながら仕事をします	
		仕事の経験があり ます	仕事優先 なんでもやります型	世事の経験を主命になんでも仕事をします	
D FE	- 3	特定な仕事があり まず	自分の希望優先 職人型	性事の経験を済かして仕事ができます	
R	- 2	仕事はしたことが あります	未明優先型	性事はしたことがあります	
	- 3	仕事の経験があり ません	来條件	世事の結除はありません	

【ふきの皮むき作業】



熊本県水俣市の事例

(一般介護予防事業を活用した食・農・福の連携)

- 65歳以上の人を対象とし、山間部では遊休農地を活用した野菜づくり、市街地ではプランターを活用した花・野菜づくり、温泉地では景観整備の草刈りや間伐で出た材木を使った椎茸栽培など、一般介護予防事業として地域の特性に応じた様々な活動を実施。
- 収穫した野菜を使った会食や配食により、地域の交流や高齢者の 見守り・食の確保にもつながっている。
- 売上げは、活動経費として活用。

【活動風景②】







<参考>「健康立国の実現に向けて」(令和元年7月23日全国知事会)(抄)

【提言③介護予防・フレイル対策】

○高齢者の社会参加・就労は、介護予防・フレイル対策にも有効であることから、そのための**マッチング機能等を担う人材の確保・**

育成、活動支援に対する財源の確保

介護予防・日常生活支援総合事業の推進 ~生活支援・介護予防サービスの充実と高齢者の社会参加~

- 単身世帯等が増加し、支援を必要とする軽度の高齢者が増加する中、生活支援の必要性が増加。 ボランティア、NPO、民間企業、協同組合等の多様な主体が生活支援・介護予防サービスを提供することが必要。
- 高齢者の介護予防が求められているが、**社会参加・社会的役割を持つことが生きがいや介護予防**につながる。
- 多様な生活支援・介護予防サービスが利用できるような地域づくりを市町村が支援することについて、制度的な位置づけの強化を図る。
 - ※具体的には、生活支援・介護予防サービスの充実に向けて、ボランティア等の生活支援の担い手の養成・発掘等の地域資源の開発やそのネットワーク化などを行う「生活支援コーディネーター(地域支え合い推進員)」の配置などについて、介護保険法の地域支援事業に位置づける。

地域住民の参加

生活支援・介護予防サービス

- ○二ーズに合った多様なサービス種別
- ○住民主体、NPO、民間企業等多様な 主体によるサービス提供
 - ・地域サロンの開催
 - ・見守り、安否確認
 - ・外出支援
 - ・買い物、調理、掃除などの家事支援
 - ・介護者支援 等

生活支援の担い手

としての社会参加



高齢者の社会参加

- ○現役時代の能力を活かした活動
- ○興味関心がある活動
- ○新たにチャレンジする活動
 - ・一般就労、起業
 - ・趣味活動
 - ・健康づくり活動、地域活動
 - 介護、福祉以外のボランティア活動 等

バックアップ

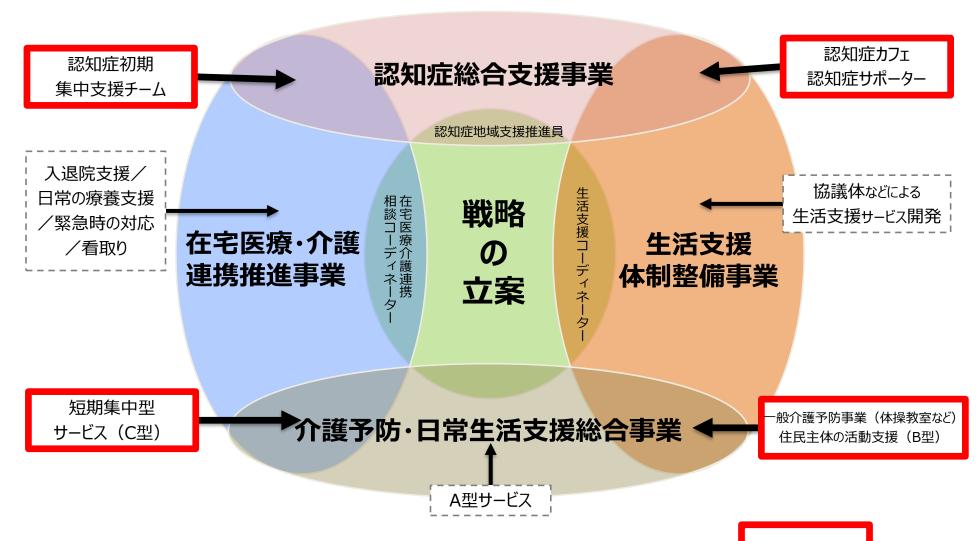
市町村を核とした支援体制の充実・強化

バックアップ

都道府県等による後方支援体制の充実

地域支援事業内での連動

~関連のある事業同士をつなげる~



資料) 三菱UFJリサーチ&コンサルティング株式会社「域支援事業の連動性を確保するための調査研究事業報告書」 (平成30年度 老人保健事業推進費等補助金老人保健健康増進等事業)を一部改編 関連のある事業

これからの 地域づくり戦略

集い・互い・知恵を出し合い

3 部作 1.1版

はじめに

地域づくりは、とても重要な、古くて新しいテーマです。

地域づくりの考えが土台になければ、例えば介護保険制度も、保険料を集めて給付をすればそれでよしということになりかねず、<u>暮らしや生活を支える(=福祉の増進を図る)という本来の目的</u>を忘れてしまうおそれがあります。

他方、<u>地域づくりの現状は、自治体によって大きな差がある</u>と感じます。積極的に取り組んでいる自治体の方々と意見交換をして、どうすれば他の自治体にも広げることができるのか、私たちなりに考えてみました。 その結果が、この冊子です。

不十分な所が多々あると思いますが、活用しながら進化させればよいと考え、まずは形にしました。今後、多くの方々の意見を聴く中で修正し、何度も版を改めていきたいと考えています。

地域づくりは、法令や制度よりも実践が重要です。この冊子が首長をはじめ自治体の皆さま等とのコミュニケーション・ツールとして活用され、お互いの認識や思いが合わさり、そうして全国各地にいい取組が広がることを願います。

平成31年3月19日 厚生労働省老健局

I m ad aha da a I m ad aha di di di

さまざまな「通いの場」と互助への発展

「軽い体操」は地域に応じていろいろ

- いきいき百歳体操 (高知市)
- シルバーリハビリ体操 (茨城県)
- 元気でまっせ体操 (大阪府大東市)
- ころばん体操 (荒川区)

- KOTO活き粋体操 (江東区)
- ひろばde体操 (吹田市)

■ いきいき公園体操 (大田区)

外で実施

外で実施

 $etc \cdot \cdot \cdot$

人々が集まる通いの場は互助の基盤ともなる。



暮らしのサポートセンターサンクス

(福岡県福津市)

高齢者の助け合いの拠点。 イベントを通じた子どもたちとの交流。 持ち込みOKのBar(じっちゃん婆(Bar))を開催。

━ 困りごと手助け

幸せます健康くらぶ

(山口県防府市)

商業施設での介護予防教室+買い物支援 +送迎サービス。地域団体、介護事業所、社会 福祉法人、企業が協働して運営。



互助を見つける・育む 1生活支援コーディネーター(SC)・SC協議体

生活支援コーディネーター(SC)は、市町村が定める活動区域ごとに、関係者のネットワークや既存の取組・組織等も活用しながら、資源開発、関係者のネットワーク化、地域の支援ニーズとサービス提供主体のマッチング等のコーディネート業務を実施することにより、地域における生活支援・介護予防サービスの提供体制の整備に向けた取組を推進する。SC協議体は、関係者の意識共有や情報交換により、SCの組織的な補完等を行う。

SCの役割

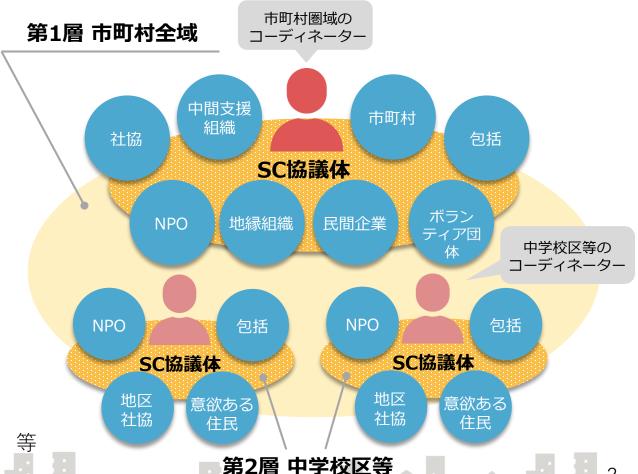
- 資源開発
- ■ネットワーク構築
- ■ニーズと活動のマッチング

SCの資格・要件

- 特定の資格要件はなし
- 地域における助け合い等の 提供実績がある者、市民活動 への理解がある者等がよい

SC協議体の役割

- SCの組織的な補完
- 関係者の意識共有、情報交換



互助の基盤をつくる | ①三重県名張市 | 一住民自治の基盤づくり |

区や自治会を「地域づくり組織」に整理。敬老行事、婦人会、資源ゴミ回収、防犯等、施策別であった既存の地域向けの補助金を整理し、市から「地域づくり組織」に対し、使途自由な一括交付金として交付。 地域づくり組織毎に「地域ビジョン」を作成し、住民主体の「自ら考え、自ら行う」まちづくりが活性化。

第1ステージ 交付金化

2003年3月に「名張市ゆめづくり地域交付金の交付に関する条例」を制定。

第2ステージ 組織見直し

区長制度を廃止し、区・自治会である「基礎的コミュニティ」と、それを包含する小学校区を単位とする「地域づくり組織」に整理。

第3ステージ

地域ビジョンの策定

15地域が個性ある将来のまちづくりのための基本方針、将来像、それに基づく実行計画を策定。

第4ステージ 市民センター化

地域づくり組織に指定管理委託している公民館を市民センター化し、地域づくり活動、 生涯学習活動・地域福祉活動の拠点としてスタート。

ゆめづくり地域交付金の概要

- 1. 地域づくり組織に活動支援として交付。
- 2. 使途自由で補助率や事業の限定がない交付金。
- 3. 住民合意でまちづくり事業を 実施し、交付金を活用。
- 4. ハード・ソフトは問わない。 ただし、宗教活動、政治活動に 使用してはならない。

2003年度実績: 5,000万円2018年度実績: 1億600万円

例:一般社団法人格をもつ 地域づくり組織の組織図

総会(議決機関)

理事会(執行機関)

市民センター

専門部会 (実践機関) コミュニティ部会(自治会長会)

地域課題解決の企画実施担当

2009年~

住民アンケートの実施 各地域にて策定委員会を組織

2012年3月

地域ビジョン発表会

2013年

市総合計画後期基本計画(別刷)に位置づけ

2016年

市総合計画第3章に位置づけ

2016年4月~

市民センター化

2018年5月~

市民センター別館で地域づ くり組織によるレストラン 営業開始

※カフェの設置や物品の販売が可能に

なぜ「地域ケア会議」がうまくいかないのか



どうすれば変えていけるのか

1

「その人にとっての普通の生活を取り戻すために、なにができるか」 を会議の目的にする

- ※軽度の方から始めてみるのも一つのやり方
- ※潜在的ニーズを把握する工夫も重要

2

市町村が主体的に開催し、先行事例などを参考にまずはやってみる、回を重ねる

3

様々な専門職の知恵を借りるとともに、介護保険などの制度による サービスに限らず、生活の支えとなるものを広く活用

※生活支援コーディネーターの知恵も活かす (生活支援コーディネーターは、SC協議体などで得た地域の知恵を、会議の場でフル活用) ※制度外のサービスをできるだけたくさんみつけ、掘り起こしておくことも重要

4

対応が抜けている施策は、市町村が制度化

※少なくともその姿勢をもつ

むすび:これからの地域づくり戦略

今後、高齢化が進むとともに、人手不足の時代が続きます。

そのような中、介護保険も、保険給付頼りではなく、本人の力や住民相互の力も引き出して、介護 予防や日常生活支援を進めていくことをもう一つの柱にしていくことが必要となると考えられます。

このことは、高齢介護福祉政策にとどまらない、「地域づくり」を進めることとほぼ同義であり、 基礎的自治体である市町村にとって、自治体の存立に関わる根源的な役割といえます。

しかし、そこでの自治体の立場は住民に依存されるだけの存在ではなく、むしろ「地域の課題は地域で解決する」との気持ちを持つ住民こそが主体であり、それを応援する立場ではないでしょうか。 こうした意識や認識を変えていくことも必要かもしれません。

地域の住民が主体的に進める予防や支え合いの取組は、多様なかたちをとりつつ、相互に関連し合いながら、さらに充実していくことが期待されます。

厚生労働省では、市町村の皆さまとしっかり議論しながら、できる限りの支援を行っていきます。 対応が必要なものは、国として制度化もしていきます。

各市町村におかれては、積極的な介護予防・日常生活支援の取組、すなわち地域づくりの取組をお願いします。また、各都道府県におかれては、地域の実情に応じた市町村への支援をお願いします。

地域づくりの基盤づくり

- 1 「向く」人材の配置
 - 地域づくりの主導は、**外部の法人への委託ではなく、市町村自らが行う**
 - 担当課長や係長に、**地域づくりに「向く人」を「長く」置く**(成果の評価も長い目で行う)
 - 人間関係づくりを厭わず、行動力のある人、**人の話をよく聞く**人が向く
 - 役所の中の担当部署だけで完結させず、<u>まちづくり部門や住民部門、商工部門なども広く関わり</u>を持たせる(トップが関わるのも手)
- 2 地域の自主性・自律性
 - 地域のことはまずは地域で解決するという地域の自主性・自律性の認識を持ってもらう
 - その上で、自治会、町内会、老人クラブ、地区社協、PTAなどの<mark>地域組織との信頼関係・協力関係</mark>を 築く
 - 自治会、町内会を残しつつ、それとは別に<u>地域づくりの地区住民組織を創設することも一考</u>に値する
 - 場所の提供などに関しては、<u>各種民間団体や民間企業の協力</u>も得る
 - <u>「生活支援コーディネーター」</u>を各中学校区に1人配置できる事業も活用する
- 医療・介護の専門職や専門職団体との協力関係
 - 地域の医療・介護の<u>専門職や専門職団体と良好な関係</u>を築く
 - 地域課題全般について**一緒に考え、答えを見つけていく**ようにする



最後に

- 地域づくりはみんなで一緒に進めていくものだと思います。生活支援コーディネーターの業務の全面的な支援をお願いします。
- → S C さん一人で遅くまで残業してませんか?
- 地域づくりは福祉の施策にとどまるものではありません。福祉以外の関係者をいかに巻き込んでいくかが重要だと思います。
- →様々な施策との融合、妥協が必要