４　地域型センターの具体的取組事例

※この事例集は、令和４年度地域包括支援センター事業計画・評価書を元に、
市がテーマを設定、各地域型センターへ作成を依頼しまとめたものです。
（作成時期：令和５年５月）
※文中の「包括」は「地域型センター」のことです。

介護支援専門員のニーズに沿った研修会の開催について（ニーズの聞き取り及び事前質問の募集等）

ほっとかん地域包括支援センター

①目指す姿・困っていたこと

【目指す姿】
介護支援専門員同士が顔の見える関係となり、横のつながりを持ち情報共有等をしやすい地域。
【困っていたこと】
一人ケアマネの事業所がいくつかあり、相談相手が少ないと想定された。

②取組内容・工夫したこと

①居宅介護支援事業所訪問時に、対応事例、研修及び困り事等をアンケートにて聴取。（5～6月）

②アンケートを基に研修テーマを「生活保護」に決定。生活福祉課へ講義を依頼。（7～8月）

③逢妻中学校区にある居宅介護支援事業所に研修テーマを周知し、事前質問を頂く。（１０～１１月）

④「生活保護」をテーマとした研修及び意見交換会を開催。（１２月）

顔の見える関係となるよう、対面開催にて実施。

③効果（見込み）

・アンケートを基にテーマを決定し、事前質問を募った事で,業務中の**不安感を解消**する機会とした。
・ケアマネジャー間での、相談等しやすい**環境づくりに寄与した。**

電動カート講習会（安全な外出に向けた支援）

ぬくもりの里包括支援センター

①目指す姿・困っていたこと

【目指す姿】
・移動手段の選択肢として電動カートを知り、閉じこもりの予防ができる。
・電動カートを安全に乗ることができる。
【困っていたこと】
・道の真ん中を電動カートが走行していることがあり、事故にならないか心配。

②取組内容・工夫したこと

チラシを配布した。

実際に電動カートを利用している方に加えて、運転免許証を返納して、これから電動カートの利用を考えている方にも声をかけ参加してもらった。

講師に警察の方と専門業者の方に来ていただき、電動カート講習会を開催した。

講習の後は電動カートの試乗や、安全運転のポイントを確認した。

③効果（見込み）

・高齢者の方が外出の際に便利で快適な移動手段を選ぶ事ができるようになった。
・事故防止や安全運転のための知識や技術を身につけることができた。
・介護保険サービスで電動カートレンタルができる場合がある事を知った。

居宅介護支援事業所との情報交換会（F-SOAIP）

社協包括支援センター

①目指す姿・困っていたこと

訪問や支援を行った後の経過記録の入力で、素早く・正確に・他者に伝わるような文章の入力が難しい。
何か良い入力方法はないだろうか…

②取組内容・工夫したこと

多職種の共通言語となることを目的に開発された『F - SOAIP』による入力方法を紹介！
一目でニーズや本人・家族の発言、客観的情報などが分かり、また入力も簡略化され時間短縮！

『生活支援記録法（F-SOAIP）』の６項目

F（Focus）	着眼点
S（Subjective Data）	主観的情報
O（Objective Data）	客観的情報
A（Assessment）	アセスメント
I （Intervention/Implementation）	介入・実施
P（Plan）	計画

生活支援記録法(F-SOAIP)実践・教育研究所ホームページより抜粋

講義の最後には、ケアマネさんに持参してもらった経過記録をF-SOAIPに書き換えてもらいました。

③効果（見込み）

アンケートで「元々知っていたが使用していなかった。今後は使用したい。」や「自分の記録にAやIが不足していることに気付かされた。」などの感想をいただけ、「これからF-SOAIPの入力を取り入れたい。」との前向きな感想もありました。

足助マルシェで「みんなの身近な足助包括」へ

足助地域包括支援センター

①目指す姿・困っていたこと

【目指す姿】
元気なうちから身近にある足助地域包括支援センター
【地域の声】
「どこに相談すればいいかわからない。」
→ＰＲ強化・ワンストップの窓口
「若い世代は特に知らない。」
→ヤングケアラー・ダブルケア

②取組内容・工夫したこと

足助マルシェで包括ＰＲ

【取組内容】
出張相談窓口として包括ＰＲ・認知症啓発活動を行った。
【取組の経緯】
足助地域の商店街組合より声をかけてもらい、毎月開催のマルシェに出張相談窓口として参加。
【工夫したこと】
出張相談窓口に加えて、認知症や看取りに関する書籍を置いたり若い世代や子育て世代にも来てもらえるように様々な企画をした。

足助マルシェ包括ブースの様子

プペルバスを誘致して子どもを集客

③効果（見込み）

【効果】
・マルシェに来る常連の人や、商店街の方々とのネットワークが広がった。
・包括のＰＲを助けようと、Ｒ５年度より駄玩具や古着フリーマーケット、みんなで踊る企画等、若い世代が参加したくなる内容に盛り上げてくれる人多数！

見守りの視点の共有化に向けた民生委員向けの勉強会

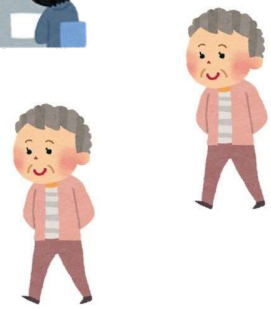
豊田福寿園地域包括支援センター

①目指す姿・困っていたこと

・包括だけでは支援を必要とする高齢者を早期に見つけることが難しい。

・民生委員と協力して早期発見に繋げたい！

②取組内容・工夫したこと



・民生委員に「気になる高齢者の見守りの視点」についての勉強会を実施！！

・事例検討、寸劇を通じ、見守りの視点について共通理解を行った。

③効果（見込み）

・地域の見守り力UP

・民生委員と同行訪問等関係の強化に繋がった。

・民生委員が過去に対応したケース等の共有を図ることが出来た。

自主グループ活動再開に向けた支援

石野の里地域包括支援センター

①目指す姿・困っていたこと

●困っていたこと
　新型コロナウイルスが流行した令和２年３月より、活動を休止しており、「活動を再開して感染が拡大してしまったらどうしよう」という不安から活動を再開できずにいた

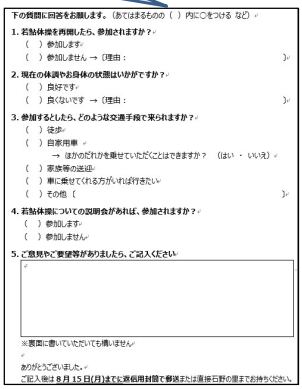
●目指す姿
　自主グループ活動の再開
「またみんなで顔を合わせたい」
「楽しく体操がしたい」

②取組内容・工夫したこと

●取り組み内容

7月　グループ代表2名と話し合い
7月　参加者へアンケートを実施
9月　アンケート結果を代表2名にフィードバック
9月　感染対策グッズの購入等の準備
　　パーテーション、非接触型体温計
　　消毒ボトル等
10月 再開に向けた説明会
　　感染対策を踏まえた準備方法や
　　タイムスケジュール等
11月 活動再開

アンケート例


下の質問に回答をお願いします。（あてはまるものの（ ）内に○をつける など）

1. 若鮎体操を再開したら、参加されますか？
（ ）参加します
（ ）参加しません →（理由：　　）

2. 現在の体調やお身体の状態はいかがですか？
（ ）良好です
（ ）良くないです →（理由：　　）

3. 参加するとしたら、どのような交通手段で来られますか？
（ ）徒歩
（ ）自家用車
　→ ほかのだれかを乗せていただくことはできますか？ （はい ・ いいえ）
（ ）家族等の送迎
（ ）車に乗せてくれる方がいれば行きたい
（ ）その他（　　）

4. 若鮎体操についての説明会があれば、参加されますか？
（ ）参加します
（ ）参加しません

5. ご意見やご要望等がありましたら、ご記入ください

※裏面に書いていただいても構いません

ありがとうございました。
ご記入後は８月15日(月)までに返信用封筒で郵送または直接石野の里までお持ちください。

●工夫したこと
　代表者もメンバーと連絡を取っていない状況であったため、アンケートを行い、グループのメンバーから意見をいただき、近況を知ることができた。
　説明会では参加予定のほぼ全員が参加した。質問も交えながら意見交換ができ、再開後の準備はスムーズに行えた。
　不安が軽減できるよう、今後も包括がフォローすることを伝え、気軽に相談しあえる関係が築けた。

③効果（見込み）

　月２回の開催が継続できており、必要時包括が介入し、健康相談にのっている。
　新たに参加者を増やす話も出てきており、以前のようにグループが主体性をもって活動されるようになった。

音楽交流ボランティアのコーディネート

いなぶ包括支援センター

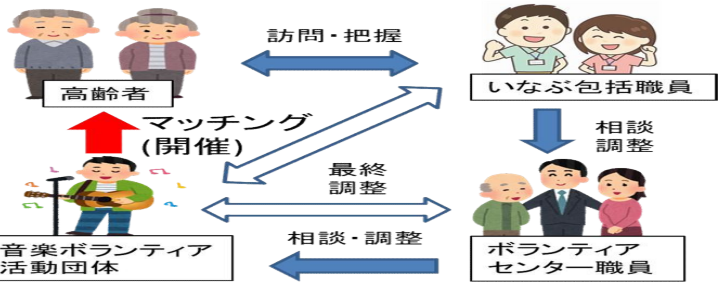
①目指す姿・困っていたこと

稲武地区ボランティア情報交換会において**「日ごろ自宅でさみしさを感じながら過ごしている。地域の顔の見える方と、お茶菓子を囲んで気軽に歌や話をしながら交流し、明るく過ごしたい。」**という高齢者の思いを報告。

音楽ボランティア活動団体から「私たちが気軽に訪問することにより解決できるのではないか」と声があがり、自治区と調整し音楽交流を開催。

②取組内容・工夫したこと

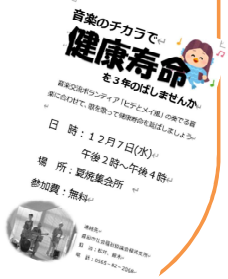
取組展開図(高齢者の思いを形にしました)



♪内容
音楽を通じてボランティア団体と独り暮らし等高齢者との交流

♪参加者
ボランティアグループ：3名　独り暮らし高齢者：3名

♪いなぶ包括の役割
- 独り暮らし等高齢者へ趣旨説明およびコーディネート
- 音楽が高齢者に対してもたらす効果を音楽ボランティア、高齢者に説明
- ボランティアセンター職員と開催調整



③効果（見込み）

当初1人の高齢者対象に実施予定だったが、皆で楽しみたいと要望を受け、対象を自治区内の独り暮らし登録者に範囲を広げ開催した。

参加者は脳トレや音楽交流することで介護予防に繋がり、社会資源を有効活用したコーディネートができた。

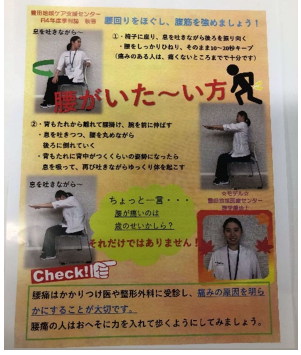
自治区への介護予防の意識づけ（自宅でできる体操について回覧板を活用した周知）

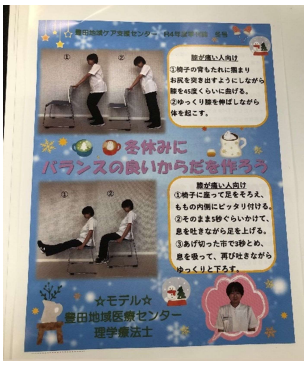
豊田地域ケア支援センター

①目指す姿・困っていたこと

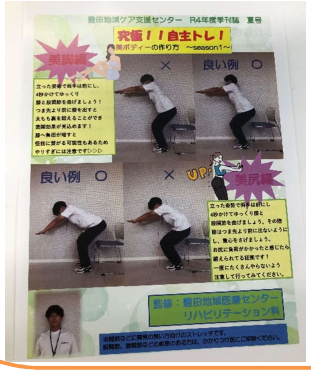
現在の高齢化率は低いが、10～15年後は高齢者の増加が想定される為、介護予防の活動に力を入れることにより、健康であると自覚ができる高齢者を増やす。

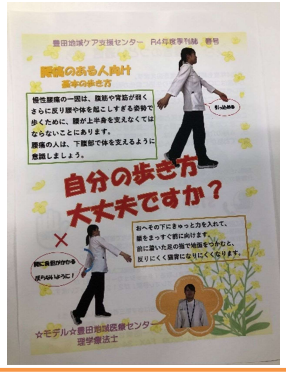
②取組内容・工夫したこと





気軽にできる体操を季刊誌に掲載し、自治区の回覧板を通して、多くの方に紹介した。





③効果（見込み）

誰もができる気軽な体操を紹介し、元気な高齢者を増やす。

藤岡小原独自の「消防と福祉の合同勉強会」による連携強化

ふくしの里地域包括支援センター
ふじのさと地域包括支援センター

①目指す姿・困っていたこと

日頃の現場での悩み

＜消防サイド＞
救急搬送で呼ばれたけど、対象者の緊急連絡先が分からない・・・

＜福祉サイド＞
こんな時って救急車を呼んでいいのかな？消防にちょっと聞きたいけど気が引ける・・

【目指す姿】
消防と福祉の顔の見える関係づくり

②取組内容・工夫したこと

H30年に開催したケアマネ向け勉強会に消防を講師に招いたことがきっかけとなり、以降毎年「合同勉強会」を実施！

参加者
消防職員（藤岡小原分署）
社協地域福祉担当（藤岡・小原）
障がい相談員、
包括職員（ふじのさと、ふくしの里）
藤岡・小原地区で活動しているケアマネジャー
→R4は消防サイド15名
福祉サイド20名の参加あり

☆勉強会は二部構成
第一部 お互いの職種や仕事内容の理解

第二部 グループワークで実際の事例を題材にした事例検討を通じて、お互いの職種の立場でどんなことができ、どこと連携できるかを話し合う

③効果（見込み）

参加者の感想（アンケートより）

＜消防サイド＞
困ったときには他職種に気軽に連絡、相談してよいと分かり、よかった

＜福祉サイド＞
消防に直接相談しても良いことが分かった。今後も定期的な開催をしてほしい！

中山間部だからこそできる
“顔の見える関係づくり”
ができた。今後も連携強化のためにコンスタントな開催を予定。

認知症相談窓口
（自治区サロン等での開催と相談状況を生かした認知症理解への取り組み）

地域包括支援センターかずえの郷

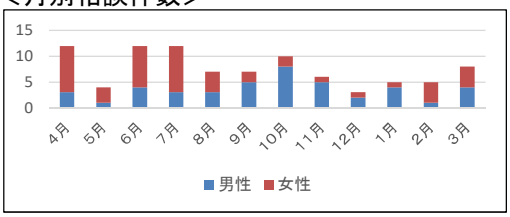
①目指す姿・困っていたこと

家庭や自治区、趣味活動などそれぞれ役割を持って生活されている。サロンや自治区の活動などへ包括職員が訪問し体調や困りごとなどの相談を受けることで、認知症への気付きに繋がり、早期の関りが持てるよう認知症相談窓口を設置。
個別相談を随時受け対応。

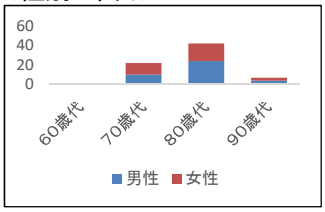
②取組内容・工夫したこと

令和4年度相談件数：91件（延べ件数）、73名の相談

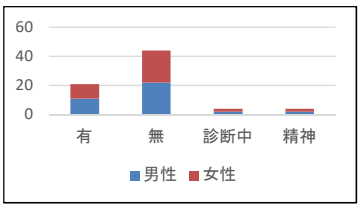
＜月別相談件数＞



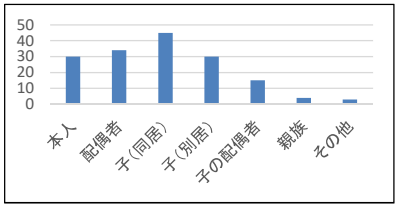
＜性別・年代＞



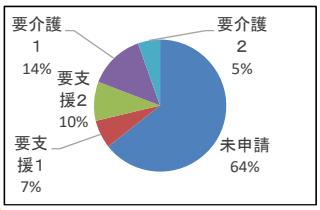
＜確定診断の有無＞



＜相談者＞



＜相談時の介護保険＞



相談後、特に担当ケアマネ等がない場合、関係が切れないよう連絡をしたり相談を重ねた。また、相談の多い自治区と認知症サポーター養成講座や徘徊高齢者等捜索模擬訓練を開催し認知症の理解へと繋げた。

③効果（見込み）

＜相談後の展開＞

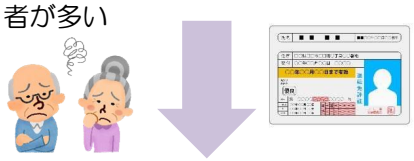
地域や地域ケア会議開催時に情報を共有しながら認知症への理解を深め、地域で支えあえる地域作りを引き続き目指し取り組んでいく。

運転に関する体験会

地域包括支援センター猿投の楽園

①目指す姿・困っていたこと

公共交通機関が整っていない地域のため運転免許の返納に悩む高齢者が多い



いつまでも適正な運転が続けられるよう、改めて運転について考えるきっかけを作りたい

②取組内容・工夫したこと

講話と体験会の2部制。

1部

豊田警察署交通課に講師を依頼。実際に高齢者向けの講習で行っている簡単な脳トレクイズや、豊田市の交通事故の現状、特に高齢者が注意すべき交通安全情報を話していただく。

2部

交通安全協会よりクイックアーム、飲酒状態体験ゴーグルを借用。ゲーム感覚で反射神経チェックや飲酒体験を実施。

1部と2部の間に事故を予防する体操をはさみ気分転換。交通安全関連のDVDを常時会場に流すことで空き時間退屈にならないよう工夫。

③効果（見込み）

豊田市で発生した事故の実例や現状を聞く機会は少ないため、交通安全について改めて考えるきっかけになったのではないかと思う。
体験会は、ゲーム感覚で楽しく実施でき、参加者からは楽しかったとの意見をいただけた。

ケアマネさんとの事例検討会

こささの里地域包括支援センター

①目指す姿・困っていたこと

居宅介護支援事業所のケアマネさんから、悩んでいる事例でヒントを教えてもらえる場面が欲しいと要望があったり、他事業所のケアマネさんと事例を通して関わることが少ないとの意見があった。

②取組内容・工夫したこと

参加するケアマネさんが興味を持て、なおかつ事例提供をするケアマネさんも支援の参考にしてもらえるよう、実際に困っている事例を用いての事例検討会を開催した。
また事例検討会だけでなくグループワーク形式のミニ講話「100歳まで元気に生きる」を開催し、最先端のテクノロジーや知見を学んでもらえた。

③効果（見込み）

参加するケアマネさんが興味を持て、我が事と思っていただけた。
事例提供するケアマネさんも支援の参考になった。
活発な意見が交わされ包括とケアマネさんだけでなくケアマネさん同士の関係作りもできた。

受講者の年齢に合わせた認サポ講座およびステップアップ講座の開催

まどいの丘包括支援センター

①目指す姿・困っていたこと

小学校、自治区、消防署など、様々な立場から認サポ、ステップアップ講座の依頼（6回）をいただいた！

同じ内容、同じ言葉の言い回しでは、理解しづらい部分が出てきてしまう。。。

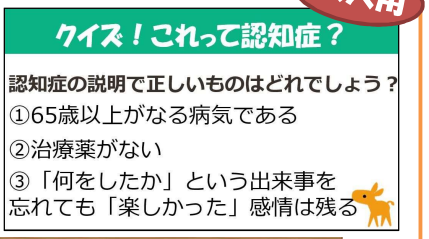
②取組内容・工夫したこと

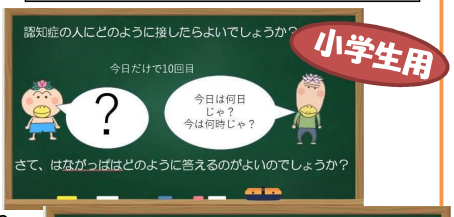
★対象者にあったクイズを作成！

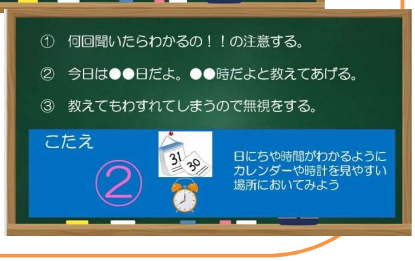
☞小学生は小学生用、大人は大人用のそれぞれのレベルにあったクイズを作成。

☞全員に数字が書かれた札を配布し、聞くばかりではなく、全員参加型の講座にした。

☞それぞれの講座で積極的に楽しそうな様子で講座に参加していただけた。







③効果（見込み）

それぞれの年齢・立場に合わせた講座を開催したことによって、『認知症の理解が深まった』という声を、各講座で聞くことができた！今後も、依頼のあった方に合わせた講座を開催したい。

「わたしのノート（スタート編）」の活用

豊田厚生地域包括支援センター

①目指す姿・困っていたこと

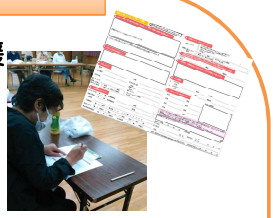
・医療や介護の現場では、ACP（人生会議）という言葉をよく耳にするようになったが、地域の方々は意外と知らない。

・将来への心構えについて考えるきっかけづくりができるとよい。

②取組内容・工夫したこと

①「わたしのノート（スタート編）」の作成支援

R3年度には介護予防支援・ケアマネジメントの一人暮らし高齢者、R4年度には高齢者のみの世帯へ配布し作成支援を行った。地域の講座でもご紹介し、作成支援を行った。



②「ACP（アドバンス・ケア・プランニング）～人生会議」についての講座開催

地域の女性会やサロン、認知症カフェや介護者のつどいなどで講座を開催。豊田厚生病院の緩和ケア認定看護師にも協力いただき、ACPとは何か、人生会議の進め方などを説明、必要に応じて動画も活用し理解を促した。

③「もしバナゲーム」の実施

自分自身が大切に想っていることに気づけるツールとして「もしバナゲーム」を実施。高齢者の方にも見やすい大きな字、また利用者の「最期はこうしたい」という声を反映したオリジナルのものを作成し、各講座などで活用した。

③効果（見込み）

・元気なうちから考え、家族と話し合うことが大切であると感じてもらうことができた。

・一人暮らしや身寄りのない方でも、いざという時に本人の意思を医療現場に伝えることができる良いツールになるのではないか。

上郷地域バス（チョイソコにこにこバス）活用

みなみ福寿園地域包括支援線センター

①目指す姿・困っていたこと

・運転免許返納後外出が減っている。
・上郷地域バスを活用する方が少ない。

②取組内容・工夫したこと

「チョイソコバスに乗って介護予防教室に参加しよう」をテーマに開催

足から元気！全身運動

【豊寿園】

ノルディックウォーキング

【みなみ福寿園】

停留所が29ヵ所から220ヵ所の停留所に増加

・停留所マップ作成し身近な停留所を利用者に紹介
・チョイソコセンターと連携しチラシ作成、広報を行った

③効果（見込み）

・上郷地域バスの停留所が身近にあることを知ってもらうことができた。
・病院や買い物への外出にも活用してもらえる。
・「ずっと元気！プロジェクト」とも共催しているため介護予防啓発になっている。

とよた多世代参加支援プロジェクトとの連携

ひまわり邸地域包括支援センター

①目指す姿・困っていたこと

活動目標

障がい支援事業所やとよた多世代参加支援プロジェクトとの連携を通して高齢者の社会参加・多世代交流の発展・地域力を高めていくことができる。

②取組内容・工夫したこと

とよた多世代参加支援プロジェクト事務局主催の「若年性認知症の人が働ける事業所について考えるミーティング」に参加。
障がい支援事業所に若い方の取り巻く課題について提言した。

とよた多世代参加支援プロジェクト登録事業所の「高齢者や障がい者のお仕事開発」チームに参画。
手芸の好きな高齢者が活躍できる「居場所づくり」を手伝う。

３月２日「認知症の人の社会参加支援交流会」に参加。出会った福祉（介護・障がい）事業所・民間企業の方々と何かコラボできないか？と考えた。

③効果（見込み）

令和５年度
①「崇化館地区」に「新たな居場所」ができるかも？
②交流会で名刺交換した事業所の職員さんに介護予防教室の講師を依頼。自治区も協力していただけた。介護予防教室は大盛況！実態把握も出来た。

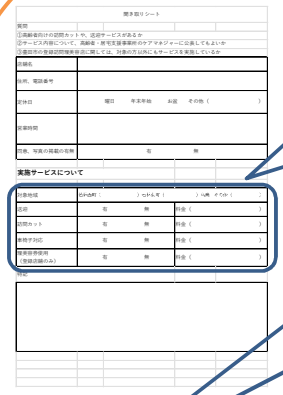
地区内の社会資源の発掘
～理美容店に関する情報提供～

わかばやし園域包括支援センター

①目指す姿・困っていたこと

ささえあいネット協力店舗を増やそうと活動していたところ、地区内に理美容店が多くあることに気づく。
在宅で生活する高齢者で自分で理美容店に行けないという話を聞いたことから社会資源発掘のため調査をした。

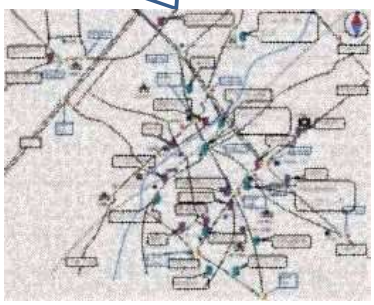
②取組内容・工夫したこと



忙しい店舗も多かったため、事前に連絡をし、聞き取り項目を決め、短時間で聞き取りを実施。
項目は「車いす対応」「訪問カット」「理美容券の使用」についてを中心に聞き取りを実施。

表面に各店舗の特徴を端的に記載し、ささえあいネット登録店舗にはアイコンを記載。

裏面には全体地図を記載し、どこに店舗があるか可視化できるようにした。



③効果（見込み）

地区内26店舗中、12店舗からこの活動に同意いただけ、チラシにすることができた。
包括主催で開催した、ケアマネジャー向け研修会にて情報提供した。

居場所作り兼ねて始まった出張相談窓口からのサロン再開

地域包括支援センターくらがいけ

①目指す姿・困っていたこと

２年前にサロンが閉会してしまったA地区。公営団地のため一人暮らし高齢者も多く、閉じこもり、孤独解消のために居場所作りの必要性の声があがる。
➡「居場所」作りとともに、アウトリーチによる相談受付も兼ねた出張相談窓口を立ち上げることとなる。

②取組内容・工夫したこと

①包括まで歩いて来所してもらうには距離のある団地だったため「出張相談窓口」として、包括が月１回出向くこととした。

②場所は団地中央、集会所の一角で少しでも多くの参加者が歩いてこれる場所を利用。

③相談といっても「おしゃべりに来ませんか？」と座談会の一環であることを強調し、来やすい雰囲気をアピールした。

③参加率を上げるために、作成したチラシを団地ホールに貼るだけでなく戸別配布

④包括職員は相談案件がないときには一緒におしゃべりを楽しんだり話を傾聴。参加者同士の会話を引き出せるよう意識した。

⑤相談案件はその場で答えるケースと、持ち帰り後日担当をつけて相談支援するケースと、個人情報に配慮。

③効果（見込み）

定期的に集まる事で参加者から「昔のサロンのようだね、またサロンができるといいね」との声があがるようになる。
社協の生活支援コーディネーターにも関わってもらい、R5年４月より代表者変更し新体制でのサロンが再開されることとなる。「居場所」としての出張相談窓口は一定の役割を終えたと判断し終了。
相談案件はシルバーハウジングスタッフが顔を出すようになり、包括に随時連絡が入る体制とした。

地域包括支援センターの認知度UPプロジェクト

地域包括支援センター藤岡の楽園

①目指す姿・困っていたこと

支援が必要となっても、
相談までに時間がかかっている。

地域包括支援センターの認知度
46.7%（2019年度）
第8期高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画より抜粋

地域包括支援センターの役割を
より多くの人に知ってもらう！！

②取組内容・工夫したこと

①独自パンフレット「暮らしの備え」作成

・包括の役割・困りごとの具体例と対応例を掲載
・交流館や集会所・ささえあいネット登録機関に設置
・民生委員児童委員による訪問活動の配布物に同封

②オリジナルたすきを作成

・前後に包括名・電話番号・「高齢者の総合相談窓口」を印字
・地域行事や事業開催時に着用しPR活動を実施

③地域包括支援センターの認知度調査

・ふれあいフェスティバルで聞き取りアンケートを実施
・多世代から「どうすれば知ってもらえるか」意見収集

③効果（見込み）

「暮らしの備え」を見て、
困りごとが自分に当てはまると、
介護保険の新規申請につながる。

たすきに関心をもたれ、地域行事
参加時に声をかけられる回数が増加。

「前に別のイベントで見た」など
若い世代の方から、包括を見たこと
があるとの返答をいただく。

ＣＳＷ（コミュニティソーシャルワーカー）と協働した社会参加支援

トヨタ地域包括支援センター

①目指す姿・困っていたこと

地域や施設で暮らす高齢者の中には様々な特技（手芸・工作など）を有しているが、その能力をいかす機会が少ない現状がある。
そのような高齢者に作品を発表する機会を提供することでやりがいを持ち、制作を継続することでより元気に過ごしていただくことを目指した。

②取組内容・工夫したこと

【意見交換およびマッチング】
◆社会福祉協議会のCSWに地域のニーズを伝え、関係機関をつなぐことを目的に会議体を開催。複数の福祉サービス事業所に参加いただき、意見交換を行った。

⇒その結果、地域の幼稚園で開催された作品展覧会の一角に高齢者の作品を展示する機会を得ることができた

③効果（見込み）

◆作品を多くの人に見てもらうことにより高齢者本人は達成感を得ることができ、幼稚園児は年長者の作品に触れることでいい刺激を受け取ることができた。

◆展示に参加した事業所間で情報交換ができ、今後のサービス提供の参考にすることができた。

障がいの相談支援専門員との情報交換

地域包括支援センター保見の里

①目指す姿・困っていたこと

・精神障がい者グループホームより、入居者の高齢化による介護保険施設への移行について悩んでいると相談あり。

②取組内容・工夫したこと

・障がい者自立支援法と介護保険法の考え方の違い。
（「できるだけ本人の望むことを実現させてあげよう」VS「本人にとって必要最低限の支援をしよう」）
・高齢者施設の種類や特徴、入居要件や想定される費用。
・要介護認定の実際。
・（入居施設を移った事例ではないが）自立支援法から介護保険法へ移行した事例の紹介。

といったことを説明し、障がい者支援側、介護保険側お互いの実情や介護保険施設へ移行するためのハードルについて相互理解を深めた。

③効果（見込み）

・簡単に解決策、回答が出る問題ではないが、今後に向けて協力、相談関係を築けた。

民生委員・区長へのアンケート実施
（フレイル予防等に対する地域ニーズの把握）

つつみ園地域包括支援センター

①目指す姿・困っていたこと

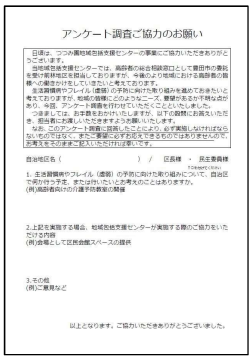
コロナ禍でフレイル高齢者が増えているのでは？地域でフレイル予防の取り組みをしたい！！

▼

まずは地域のニーズを把握しよう！

②取組内容・工夫したこと

R4.5　民生・区長懇談会に参加し、区長、民生委員それぞれにアンケートを配布


アンケート調査ご協力のお願い

日頃は、つつみ園地域包括支援センターの事業にご協力いただきありがとうございます。
当地域包括支援センターでは、高齢者の総合相談窓口として豊田市の委託を受け保見地区を担当しておりますが、今後のより地域における高齢者の見守りへの関心がけをしていきたいと考えております。
生活習慣病やフレイル（虚弱）の予防に向けた取り組みを進めておきたいと考えておりますが、地域の現状にどのようなニーズ、要望があるか不明な点があり、今回、アンケート調査を行わせていただくことといたしました。
つきましては、お手数をおかけいたしますが、以下の設問にお答えいただき、担当者にお渡しいただきますようお願いいたします。
なお、このアンケート調査に協力したことにより、必ず実施しなければならないものではなく、すぐに要望にお応えできるものではありませんので、お気兼ねなくお答えいただければと思っています。

自治地区名（　　）　/　区長様　・　民生委員様

1. 生活習慣病やフレイル（虚弱）の予防に向けた取り組みについて、自治区で何か行う予定、または行いたいと考えていることはありますか。
（例）高齢者向けの介護予防教室の開催

2. 上記を実施する場合、地域包括支援センターが実施する際のご協力をいただける内容
（例）会場として区民会館スペースの提供

3. その他
（例）ご意見など

以上となります。ご協力いただきありがとうございました。

＜内容＞
①生活習慣病やフレイル予防に向けた取り組みについて自治区で何か行う予定、または行いたいと思うことはあるか。
②上記を実施する際、包括に協力いただける内容。

☘年度初めに毎年開催する民生・区長懇談会で、一斉に周知した。→新区長への包括PR。今後、包括が活動をする際に区長・民生委員を通すことでスムーズに開催できる。説明回数を最小限にし、包括業務の負担軽減。

☘返信用封筒を付け、郵送での返答を依頼した。→確実に返答が得られるように。学区が広いため、回収の手間を削減。

③効果（見込み）

全自治区から回答あり！

☆介護予防教室、認知症サポーター養成講座、健康チェックetc.
<u>具体的な希望を聞くことができた</u>
☆ほとんどの自治区が、区民会館、集会場等自治区の<u>会場提供</u>の協力あり。
▶ R5年度、開催！！

遠距離介護を考える
～離れて暮らす家族のために知っておきたいこと～

笑いの家地域包括支援センター
地域包括支援センター益富の楽園

①目指す姿・困っていたこと

・遠距離介護に関する相談が増加している。あらかじめ本人の意向や生活状況、利用できる制度など知っておくことで今後の見通しをつけることができるのではないか。

②取組内容・工夫したこと

（取組内容）
事前に一人暮らし高齢者とその家族にアンケートを取り、結果から課題を見つけ全3回の講座とした。
・5月21日　親の介護はいつから？
・10月22日　これからの生活費、施設入所の費用など…
　　気になるお金の話
・2月26日　もしもの時の準備、財産・資産について
　　想いを伝える方法、今だからできること！
（工夫したこと）
・2包括で共催をした。
・アンケート回答に電子回答を取り入れた。
・現役世代のご家族に参加してもらうために、開催を平日ではなく土曜、日曜にした。
・事前準備として、情報収集の他、関連資料を集めた。

③効果（見込み）

・コロナ禍においても毎回50名程度の参加があり、関心の高さがうかがえた。今後の活動に必要だと感じた。
・座談会を取り入れて、同じ課題を持つ参加者同士の共有ができる場となった。
・2包括で共催することで、意見交換や役割分担をすることができた。

そなえ講座の開催

地域包括支援センターとよた苑

①目指す姿・困っていたこと

①地域の元気な高齢者に介護の状況を知ってもらいもしものための「備え」をしてほしい

②コロナ後相談が急増。すでに予防ではなく介護が必要な状態の方が多かったため、元気なうちから認知症になっても生活できる環境を意識して「備え」てもらいたい

②取組内容・工夫したこと

そなえ講座の開催

（講座内容）

季刊誌で広報、５自治区から講座の依頼があり、開催
とよた苑包括の相談内容ランキングから
認知症と診断されるまでの本人の視点で実際のケースを紹介し、何が困るのかを伝えた
認知症と診断されても生活は変わらないことや物忘れが増えてもできる限り生活が継続できるよう、元気な時から持続可能な生活スタイルの見直しを提案
事前に家族と話し合いをしておく重要性を伝えた
説明だけにならないよう、脳トレや体操を交えた

③効果（見込み）

①元気な時から認知症に対して当事者意識をもつ人を増やす

②認知症を予防したり過度に警戒するのではなく、認知症になっても変わらず生活できる環境の整備をして「備え」の意識をもってもらう

③何も変えずに今まで通りの生活をするのではなく、生活スタイルの見直し（公的サービスに限らず、様々なサービスや機器の使用）が認知症予防につながると知ってもらう

ツナグ×ツナガル『移動図書館　おとなり』

ひまわりの街地域包括支援センター

①目指す姿・困っていたこと

・高齢者や介護者となりうる人が元気な時から包括職員と関りを持つことで、関係性ができ、相談しやすい関係を作る

・気軽に相談できるような「町の保健室」の役割の一端になる

②取組内容・工夫したこと

「本」というツールを介しながら、人と人がつながる場所を作る！

高齢者同士や高齢者や若者等の世代がつながる機会をもち、楽しみや生きがいづくりにつなげる！

地域に向け「本の寄付を募集」の回覧を回した結果寄付が集まり、たくさんの方が関心をもってくれた。

③効果（見込み）

子供さんを連れた方が本を借りに来てくれた。
多世代へ「高齢者の相談機関」の周知につながる。

ささえあい登録機関の協力の元開催。
顔の見える関係づくりが深まった。

オーラルフレイルを取り入れた介護予防教室

みのり園地域包括支援センター

①目指す姿・困っていたこと

新型コロナウイルスによるマスク生活の長期化により、口元を動かす機会が減り、筋力が衰える…

要介護状態を招く要因の一つ

オーラルフレイルになる危険性が高まる

オーラルフレイルや予防体操を周知し、介護予防につなげたい

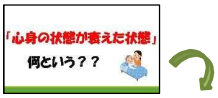
②取組内容・工夫したこと

オーラルフレイルを取り入れた介護予防教室の開催

地域の高齢者の憩いの場である「ふれあいクラブ」で開催し、17名の方にご参加いただいた。

＜工夫した点＞

①大きな文字で作成したスライドを用いた。
資料も配布し、理解しやすいよう工夫した。



②理解を深められるように、以前の介護予防教室で紹介したフレイルに触れながらオーラルフレイルについて説明した。

③オーラルフレイルを自分事と捉えていただけるようにセルフチェックの時間を設けた。

④自宅でも実践しやすいように、やり方を詳しく説明しながら一緒に口の体操を行った。

実施後のアンケートには「オーラルフレイルについて初めて知った」「これから体操をして気を付けたい」といった感想が多くあった。

③効果（見込み）

オーラルフレイルチェックを実施したところ、3点(危険性あり)の方が半数以上を占めており、0～2点(危険性低)の方が一番少なかった。

地域の高齢者がオーラルフレイルの傾向にあることが分かった。

今後もフレイルと合わせて地域の高齢者により広く周知し、効果的な介護予防につなげていく。