

安心して暮らせる町づくりを
町民とともにめざして！

地域包括ケアシステムと 介護予防・認知症予防



©小鹿野町

小鹿野町保健課
地域包括支援センター

1 地域包括ケアシステム

一人ひとりの想いでつながる
保健・医療・福祉の連携

「住み慣れた地域で
安心して暮らしたい」
住民の希望を実現するために

小鹿野町地域包括ケアシステムとは 保健課(地域包括)、社会福祉協議会

いつまでも健康であり続けることを目標に、医療や介護が必要になっても、住み慣れた地域や自宅で暮らし続けたい「想い」を実現するため、保健・医療・介護・福祉など専門的な支援から日常生活の支援まで切れ目なく一体的に提供し暮らしを支える仕組みです。

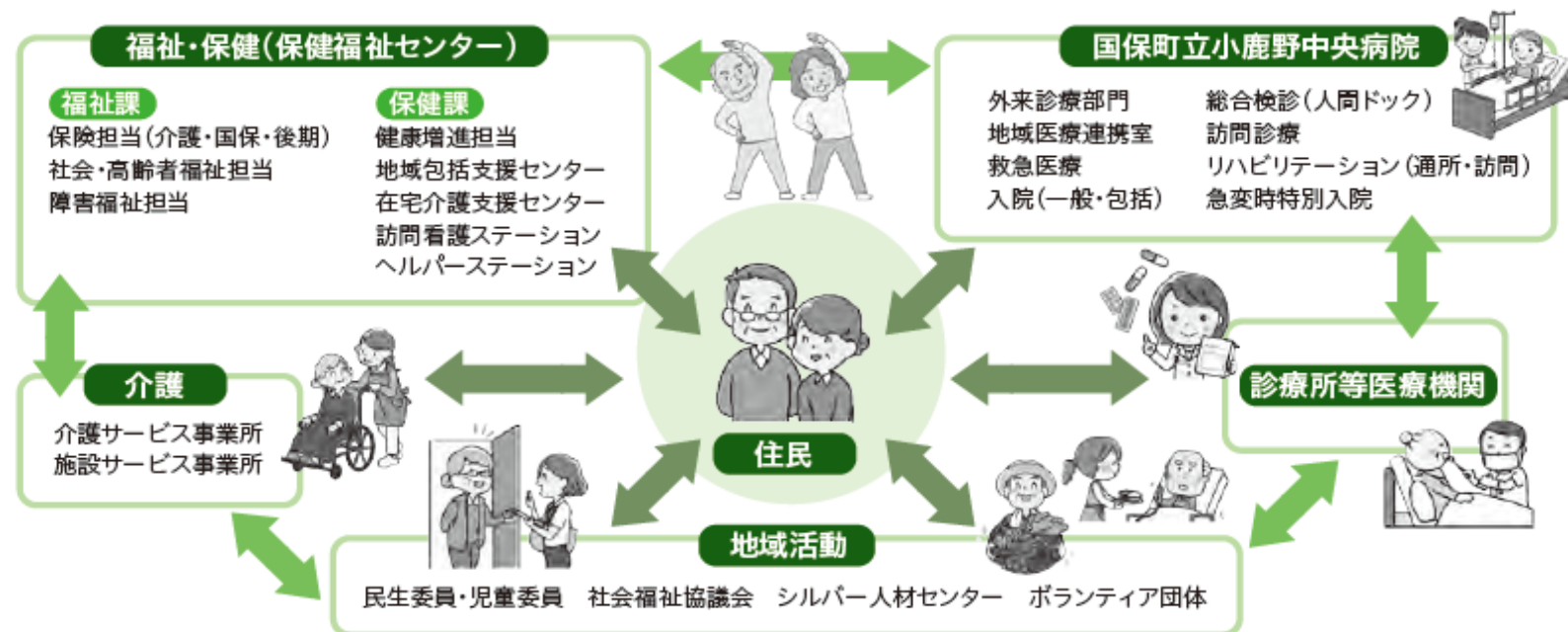
～どんな状態でも「過ごしたい暮らし」をあきらめない～

末期がんを患い、とても深刻な状態の方が入院しました。本人から「妻に会いたい。自宅に戻りたい」という相談が医師にありました。介護保険を申請し、ベッド等福祉用具の調達、医師・看護師・薬剤師・ヘルパーなどの訪問サービスを導入することで、できるだけ苦

痛なく自宅で過ごせる支援体制をつくり退院。本人は限りある時間を「妻や孫と自宅で過ごせてよかった」と喜び、家族からは「チームの皆さんのおかげで本人の希望が叶えられた。いつでも病院に戻れるという安心感が支えになった」との言葉がありました。

想いと組織で関わる小鹿野町地域包括ケアシステム

「個々を支える」「みんなで考える」「つなげる」隙間を埋めていく支援を目指して



★ 小鹿野町地域包括ケアシステムの沿革

昭和28年5月	国保町立小鹿野中央病院	県内唯一の町立病院を建設
昭和34年4月	養護老人ホーム秩父荘	開設
昭和53年	成人病予防対策モデル地区指定育成事業実施要綱制定 保健補導員の育成	
平成 3年度	健康の町宣言	保健・福祉・医療職員(自主研究グループ)行政視察(最上町・涌谷町・鷹巣町)
平成 4年度	保健、医療、福祉サービス調整会議開始(要介護者支援) ケア会議のはじまり	
平成 8年度	小鹿野町特別養護老人ホーム新築(50床)	広島県の御調町の保健福祉センター
平成10年度	総合保健福祉センター開設 在宅介護支援センター・訪問看護ステーション・ヘルパーステーション開設 保健と福祉が主となる行政指導の地域包括ケアシステムの第1歩 いきいき館開設(介護予防施設)	公立みつぎ総合病院がモデル
平成13年度		
平成14年度	保健福祉センター開設 保健課・福祉課を町立病院内に移転 地域包括ケアシステム本格化	
平成16年度	保健文化賞受賞	地域包括ケアシステムの確立と精神保健活動
平成17年度	新小鹿野町誕生(小鹿野町と両神村の合併)	
平成18年度	地域包括支援センター(町直営)	
平成27年度	地域づくりによる介護予防ボランティア養成講座・こじか筋力体操開始	
令和 2年度	高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業開始 リハビリテーション専門職派遣事業開始	

住み慣れた地域で安心して暮らしたい

小鹿野町の保健・福祉・医療の連携



・地域包括ケアシステム

◎保健・福祉・医療が一体となる。

◎医療介護の必要な人に、それぞれの職員が連携し、総合的に係わる

○病院に入院した時点で、入院から退院後の生活までを見据える

○入院中に、本人・家族を交え話し合いをする

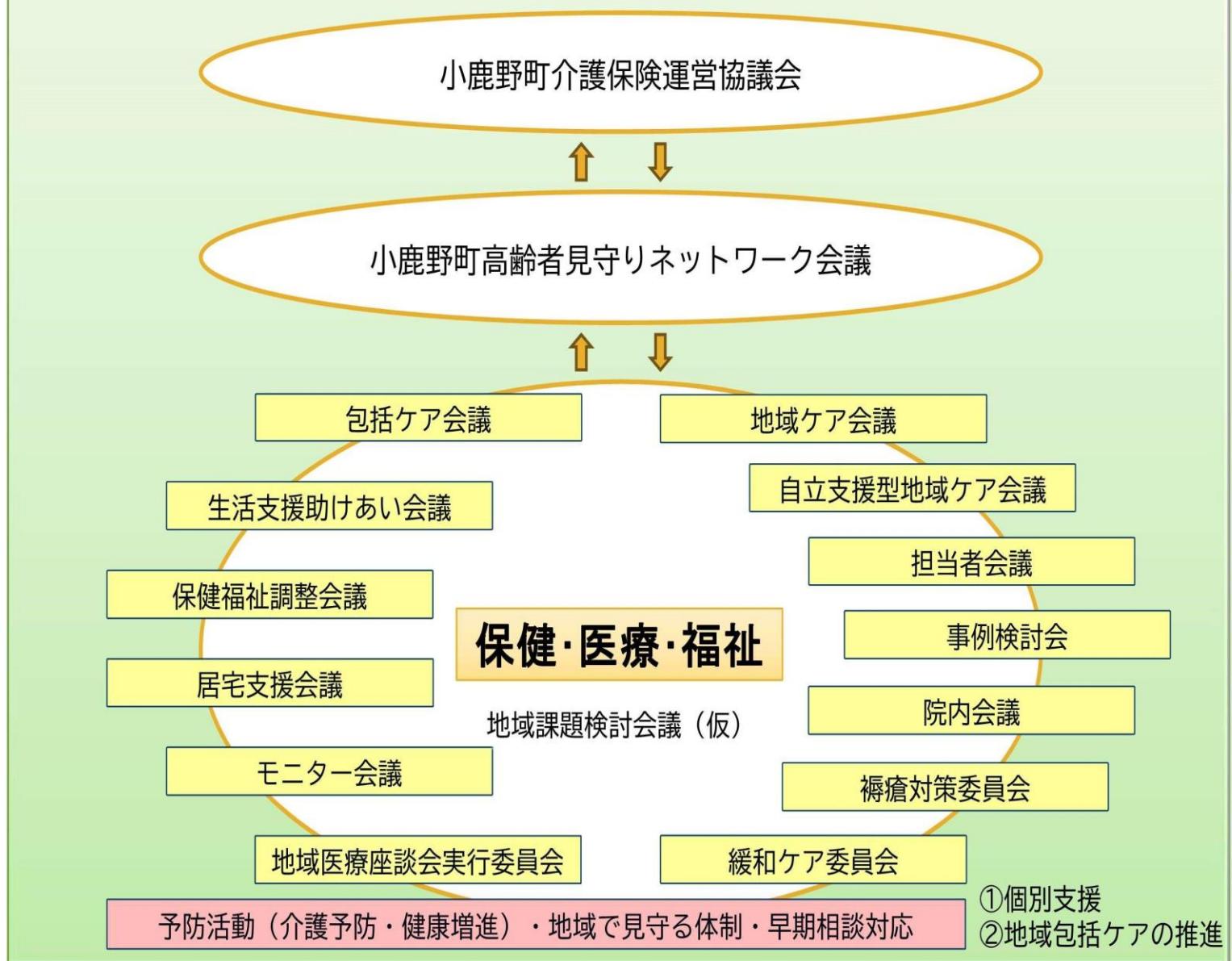
○介護保険申請時点で保健師が係わり、把握した困りごとについて
速やかに対応し、隙間のないサービス

○専門職が必要に応じて係わる(医師・看護師・保健師・保健・福祉職員等)

結果

「安心して入院でき退院後の生活が送れるよう、
皆で最もよいとされる支援ができる」

小鹿野町地域包括ケアシステムにおける各連携会議のイメージ図



重要な連携会議①

「地域ケア会議」 主催・企画：保健課 月2回実施

参加者：町立病院医師・看護師・病院相談員・理学療法士・管理栄養士・町介護支援専門員・保健師・訪問介護士等

内容：1回会議で20～30例の高齢者事例を検討

「包括ケア会議」

主催・企画：保健課 月2回実施

参加者：町立病院医師・看護師・検査技師・理学療法士・管理栄養士・保健課福祉課職員及びそれぞれの管理職等

内容：各専門家間の課題等をレポート発表し、連携強化と資質向上を図る



重要な連携会議②

「緩和ケア委員会」 主催：町立病院

医師・看護師・訪問看護師・訪問薬剤師・訪問介護師・病院相談員・PT・OT
介護支援専門員・保健師・オブザーバー等

定期カンファレンス 毎週1回 第1木曜日 16:30～

目的：患者家族にとってできるだけ良好な
QOL(人生の質、生活の質)を
実現させる チームケアを行う

内容：がん治療者の治療状況等

対象：外来・入院・在宅 10～15人

振り返りカンファレンス 月1回実施

他施設・事業所にも公開で実施



想いと組織でかかわる地域包括ケアシステム

「個々を支える」「みんなで考える」「つなげる」

隙間を埋めていく支援を目指

「顔の見えるシステム」

- ・ 困りごとに素早く対応 担当窓口→総合相談へ
- ・ 隙間のないサービス提供 縦割りから連携へ

「個々を支える」

「みんなで考える」

- ・ チームづくり 定期的なカンファレンス
- ・ できないことよりできることを考える

「つなげる」

- ・ 継続する 人・活動・時間・しくみ
- ・ あるものをつなげて活かす

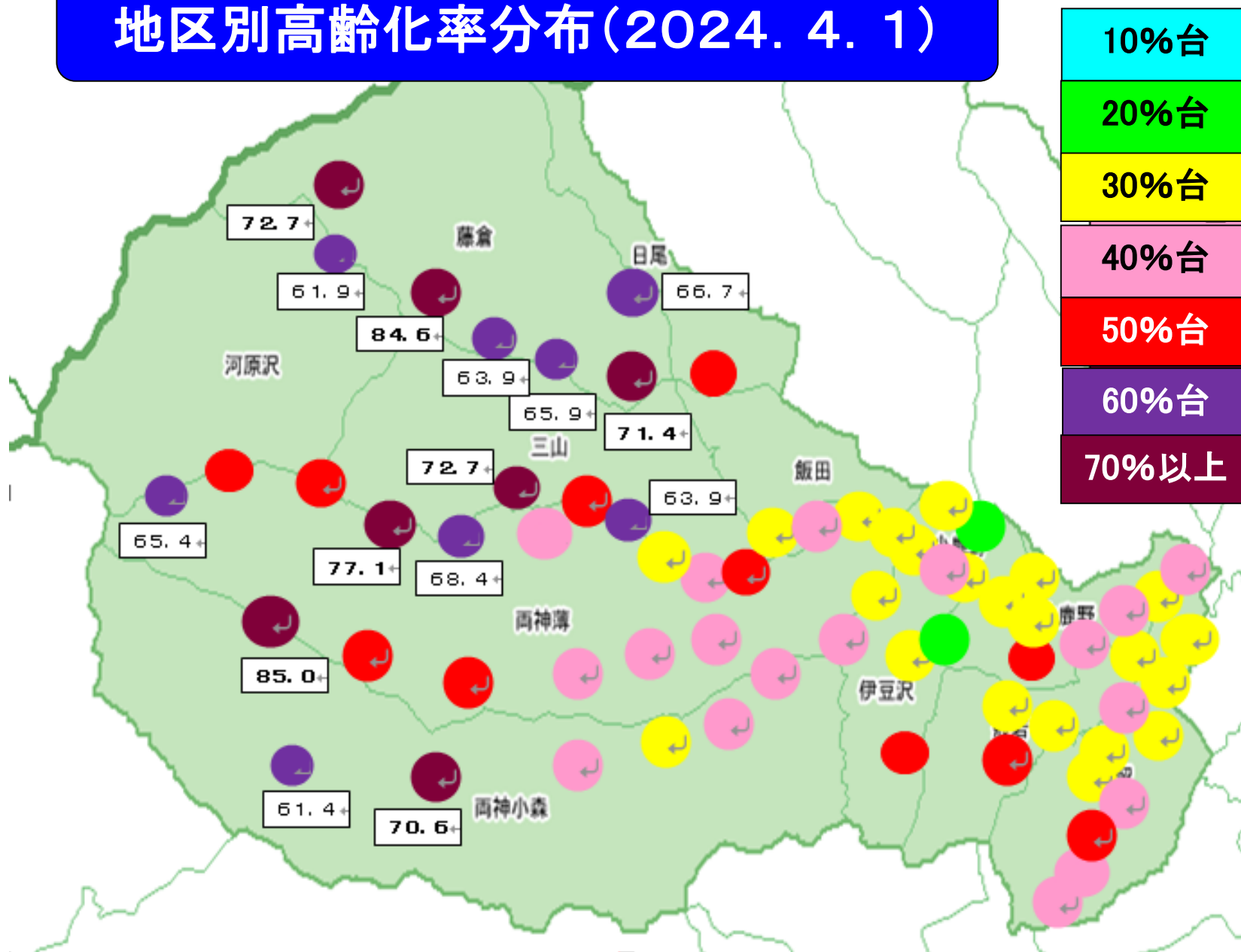
2 住民とすすめる 介護予防・認知症予防



専門的支援と地域の支え合いを一体的に 推進し暮らしを支えるケアシステムの推進



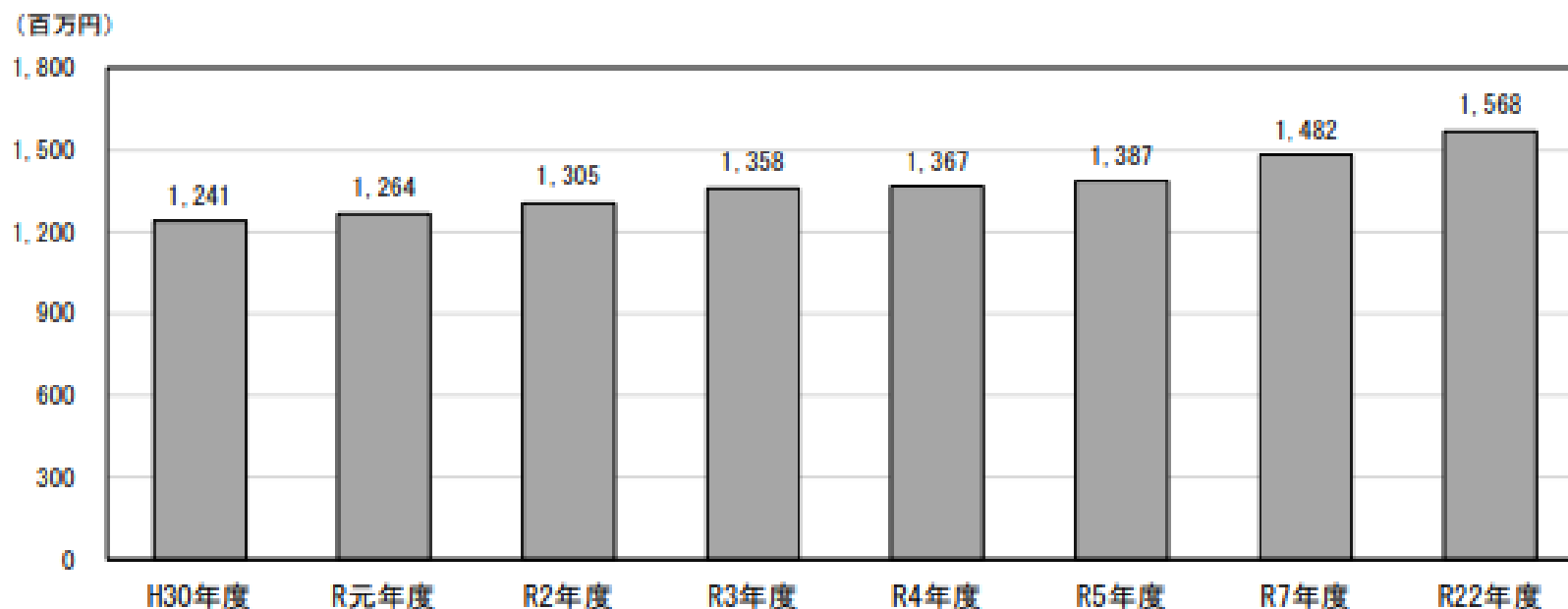
地区別高齢化率分布(2024. 4. 1)



増える介護負担

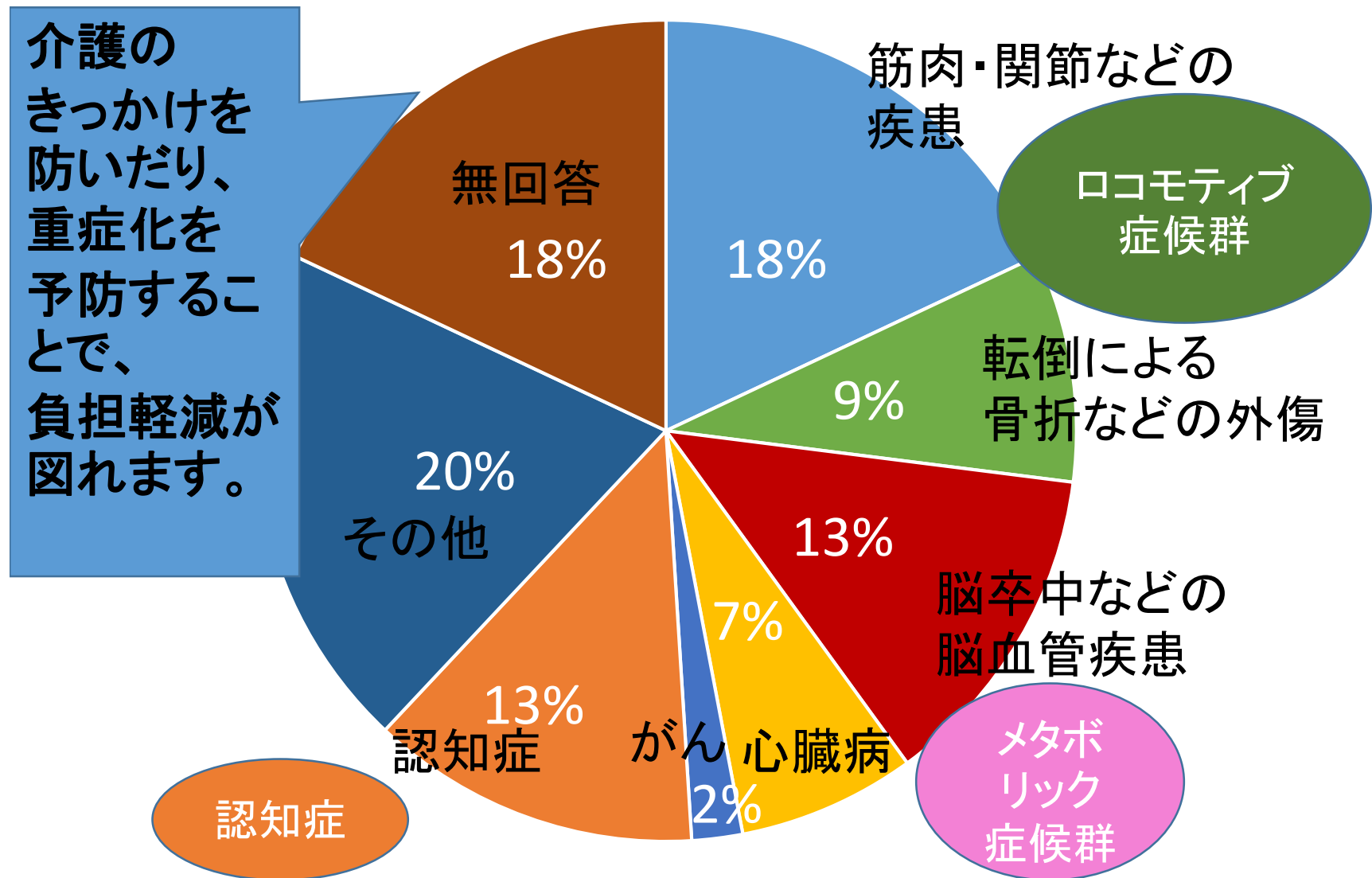


【サービス給付費の推移】

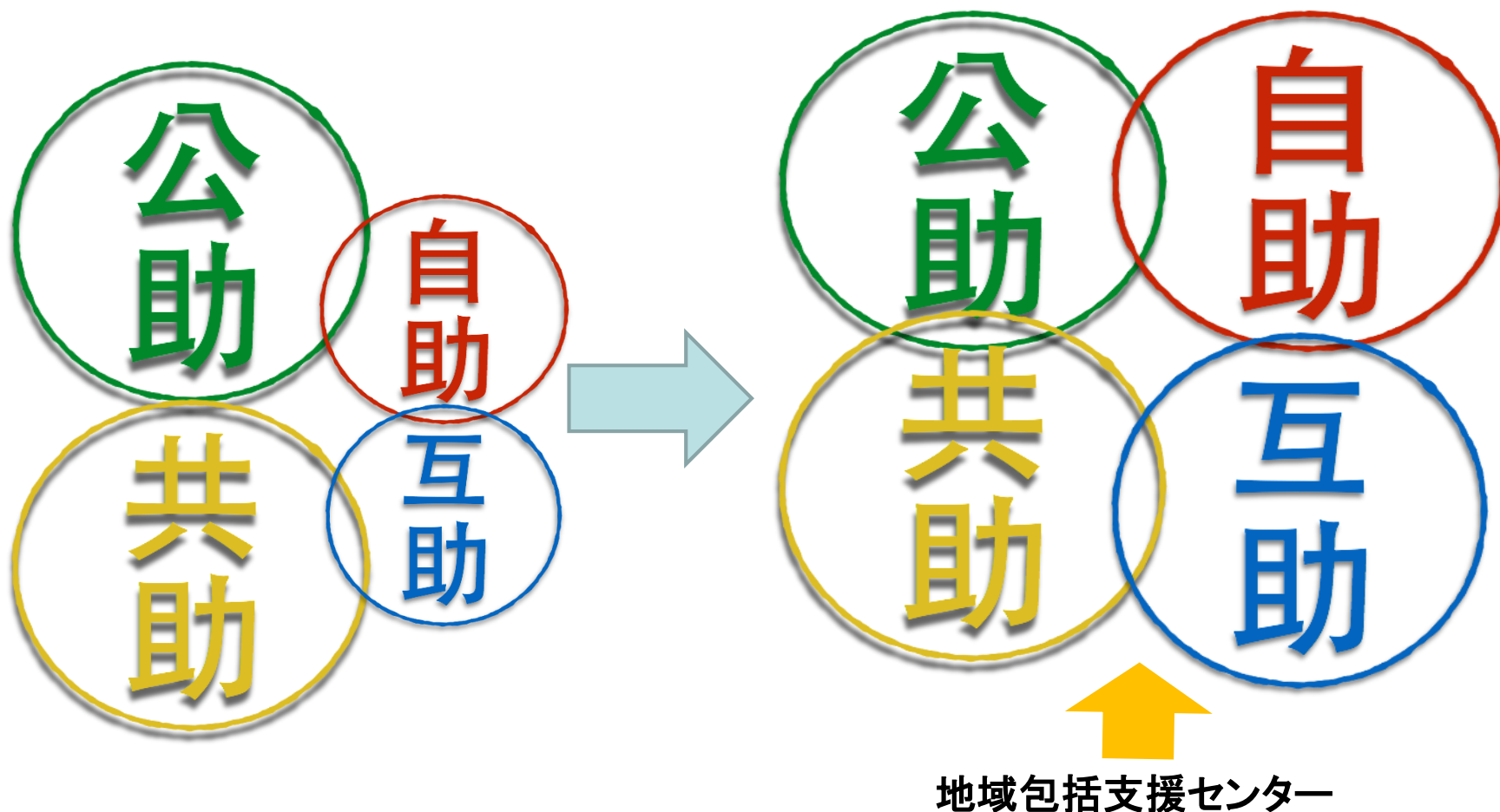


資料：厚生労働省「見える化システム」
(将来分析機能、令和2年度以降は推計値)

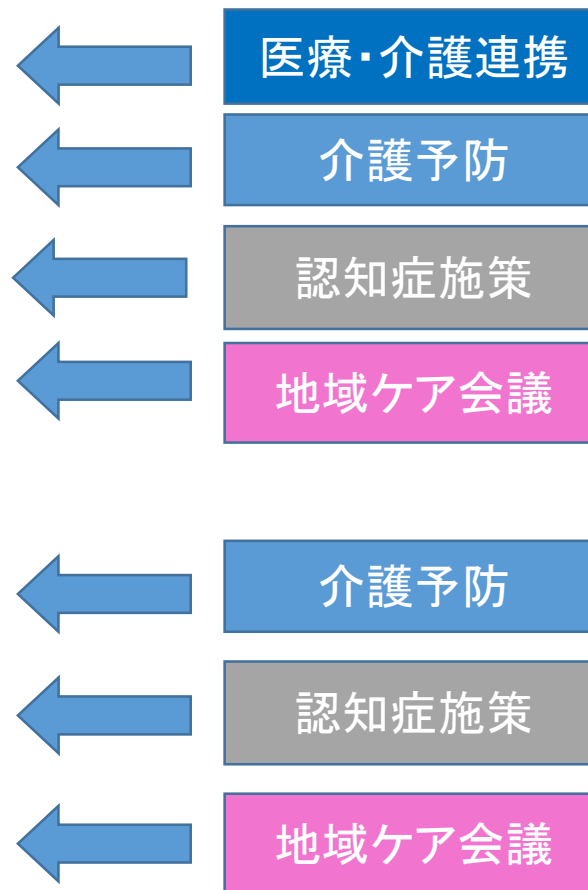
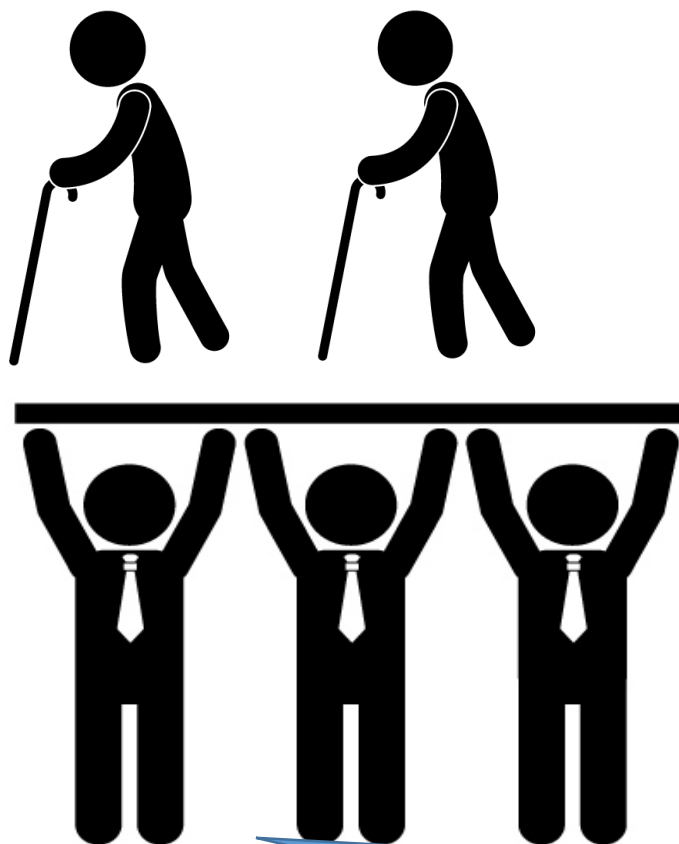
介護になった直接のきっかけ(H27)



介護負担軽減のために 現在めざしているイメージ



支えてもらうから 支える側に



介護予防

日常生活支援総合事業

支えあう地域づくり 地域づくりによる介護予防

個人を元気にするとりくみ

元気はつらつ教室 H28～

運動や筋トレ・レクリエーション等を行う 教室です。

- 運動の指導は、町の健康運動指導士が行い、管理栄養士による栄養指導も行います。
- 参加費は無料ですが、昼食代は実費をいただきます。
- 火・水・木曜日に開催し、2週間に1回利用できます。
- 送迎があります。

- ※ 要支援の方が要介護状態にならず、自立した生活が送れることを目的に実施します。
- ※ 介護予防・健康づくり拠点施設いきいき館での介護予防事業です。
- ※ この教室は介護保険ではなく、町の「健康づくり事業」です。



元気はつらつ教室の効果①

参加者からの声と変化

介護が必要になっても
個人のできることを
意識して増やします。

最初から比べると歩行時に足が上がるようになっていた。	バスの乗り降りがスムーズになった。足が上がるようになってきている。
摺足が改善されてきている。	一時期から比べるとこじか体操のおもりは少なくして様子を見ている。維持は出来ている。
歩行スピードが上がって、行動が機敏になっている。	一時期より表情も明るくなり、元気になってきた。
長期休みの直後は足首から足先に力が入らず、足が捻れるようになって、歩行も押し車に頼っていた。今は少し改善してきた様子が見られる。	人とのコミュニケーションにも積極的。人の面倒もみるようになった。
歩行がスムーズになり、歩く速度が上がった。杖をついているが、あまり頼っていないか？	話しかけられるとよく話すようになり、笑顔も出るようになった。
維持している	人とよく話すようになり、表情も穏やかになった。
歩行スピードが上がった。足が上がるようになった。身体の軸が安定して、歩行のふらつきが少なくなった。	自分から挨拶するようになった。
室内では押し車が無くても移動出来るようになった。手に力が入るようになり、編み物が出来るまで回復した。本人は摺足が気になる様子。	たまに疲れて運動中寝てしまうことがある。睡眠不足??
移動はゆっくりだが、身体の軸が安定した。体操にも積極的。	男性とはよく助け合うようになった。最初は口の端から涎が垂れることがあったが、それがなくなった。

元気はつらつ教室の効果②

継続者の状況 効果のあった事例

S氏 70代男性 元気はつらつ利用当初 介護保険：支援1

平成30年、自宅で何もしないでごろごろしていると家族から相談があり、家事援助と元気はつらつ教室の利用が始まった。利用当初は職員への依存傾向がみられたが、元気はつらつ教室を利用する中で、本人から「体が軽くなった。動きやすくなってきた。」との感想があり、半年後には家事援助の利用を修了し、1年後には自宅近くの通いの場にも自主的に参加するようになった。また本人の意向で介護保険の更新申請をせず、事業対象者として対応することとなった。本人は「おもりの数は負けてしまいが、通いの場にも行けるようになった。これからも元気はつらつ教室に継続して参加したい」と話している。

支えあう地域づくり 地域の力を生かすとりくみ

住民運営の通いの場を充実させていく介護予防には

会場

- 地域の集会所など
→容易に通える範囲
→送迎の不安を解消

運営

- 住民が主体、自分のこととして考える
→急増する高齢者や職員不足に対応

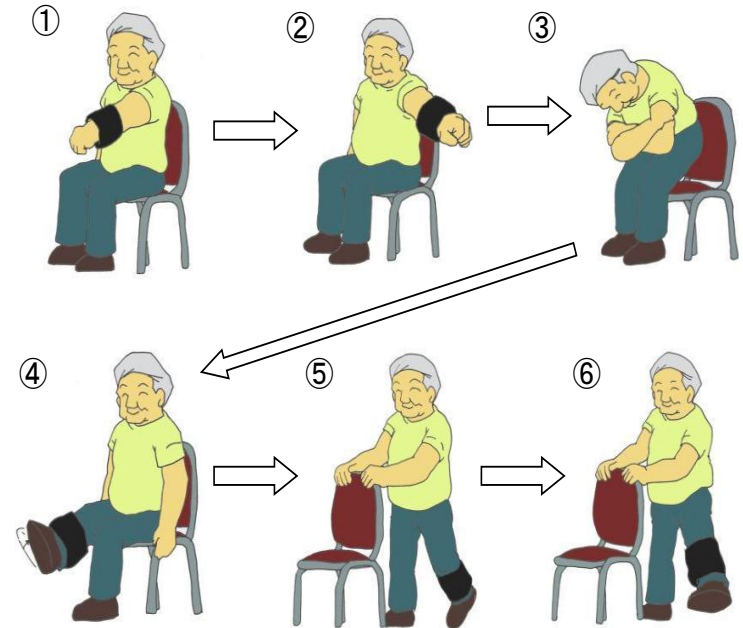
内容

- 効果のある体操
(後期高齢者・要支援者でも行えるレベル)

頻度

- 週1回以上の定期開催
→状態改善の効果
→継続的な介護予防で活動的な生活を維持

こじか筋力体操



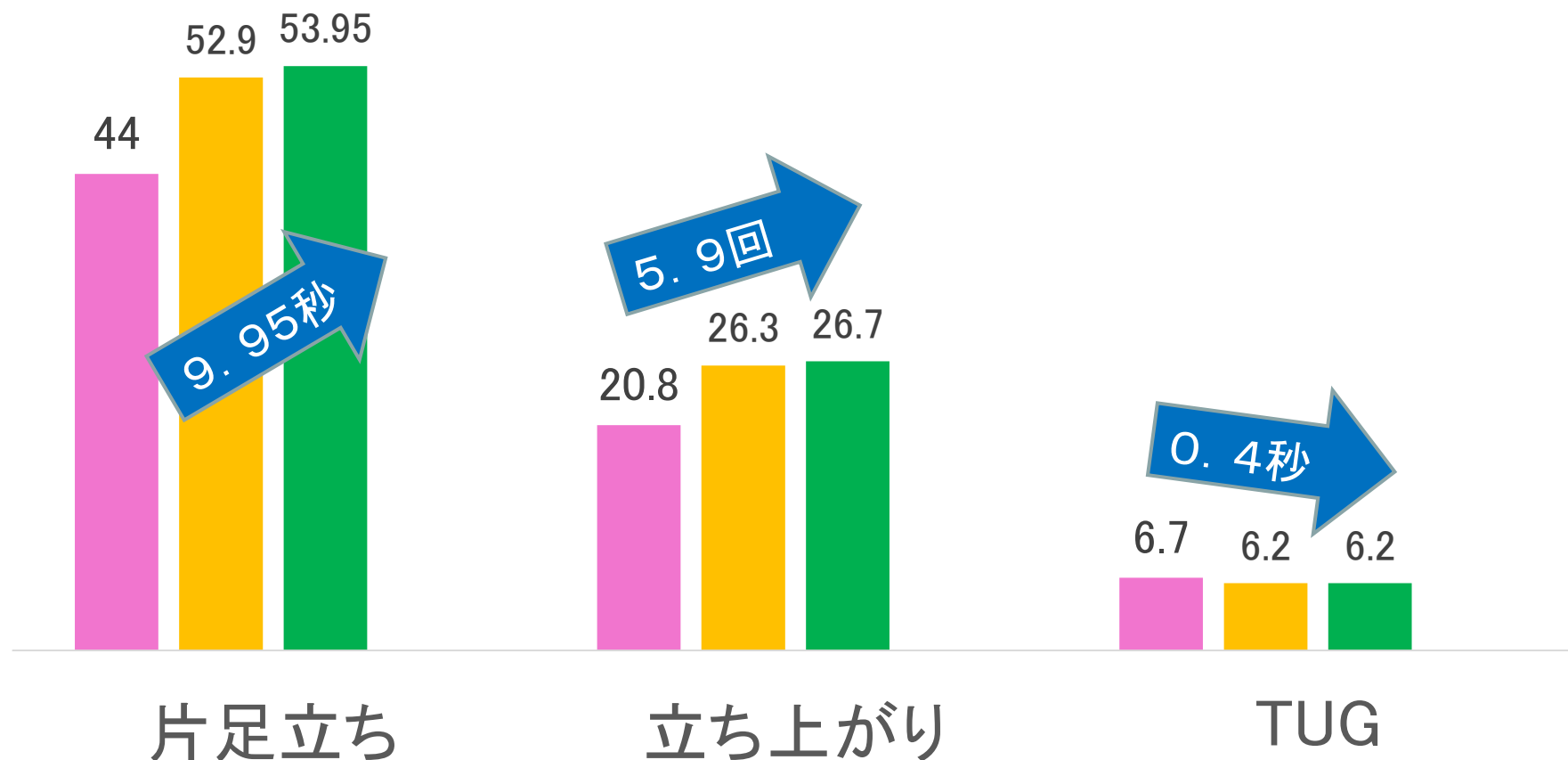
誰でも歩いて通える場所で
みんな一緒に元気になろう！

町長や町職員も体験。
けっこう効きます！



体力測定結果(全体平均)

■ 初回 ■ 3カ月 ■ 6カ月



県内実施自治体の平均と比較するといずれも上回っている

《参加者からの喜びの声》

- ・立ったり座ったりが楽になりました。
- ・毎朝のラジオ体操が楽にできるようになりました。
- ・立ち上がりが楽になった。
- ・少し脇腹の肉が落ちた感じがする。
- ・朝の着替えが簡単にできるようになった。
- ・立ち上がる時、手をつかずに片足で立ち上がる様になった。
- ・歩いて買い物に行きました。疲れが少なくなったように感じます。
- ・歩くとき足が軽く上がるようになった。
- ・みんなとやるから楽しく続けられる。

こじかクラブメンバーからの声

- 前よりも元気になっていく人を見て驚いた。
- 自分も筋力がついて元気になった！
- みんなの顔がみられるのがうれしい。
- 体操が終わるとき、自然に湧き上がる拍手を聞いたたびにやってきてよかったと喜びを感じる。



住民主体の通いの場

こじか筋力体操により
年を重ねても、高齢化
の進んだ地域でも
健康と筋力を維持

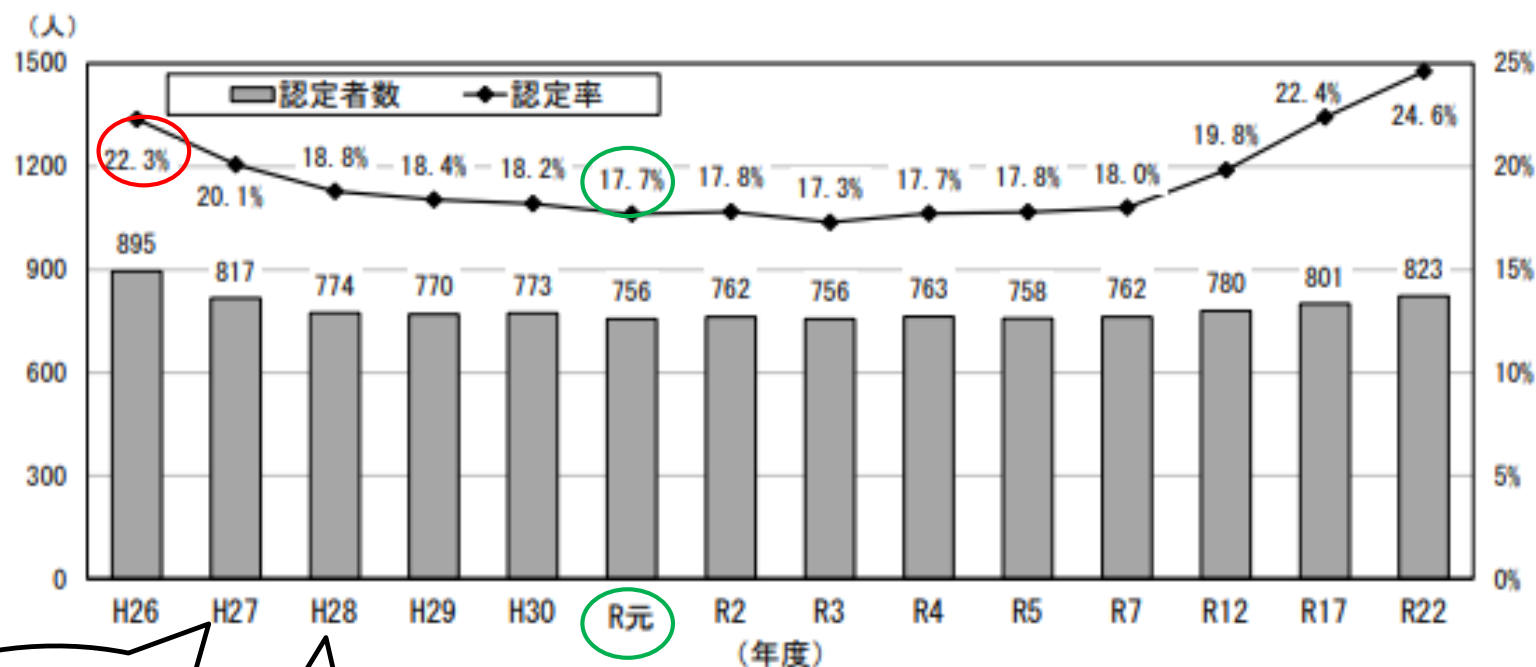


17か所
高齢者の10%以上参加

効果的に一体的な取り組みを 推進していきます

【小鹿野町認定率の推移】

高齢化率は進んでも、介護認定率を維持



こじか筋力
体操開始

総合事業・元気はつらつ教室
開始

資料：厚生労働省「見える化システム」

和元年度までは現状分析機能、令和2年度以降は将来推計機能）