

## ( 村上 地区)

## 平成 30 年度の地域包括支援センターの活動と課題について (自由記載)

## ○一般介護予防事業

転倒予防教室で行う体力測定方法を統一するため、リハ大学理学療法士の協力を得てマニュアルを改定。各地区の委託先と共有した。

## ○元気応援通所サービス C

全 30 回 30 名参加あり、チェックリストの改善があった方がいました。継続して参加することで、心身に良い効果を出しています。

## ○ケアマネジメント支援

村上地区介護支援専門員連絡会を 2 か月に 1 回開催し、介護・高齢福祉関係の情報提供やミニセミナーを行った。市全域の居宅介護支援事業所が参加できるようにして大所帯になっており、やや一方的な包括(市)からの事務伝達の間になっている。その他、村上地区事業所に限定し、事例研究を実施した。

## ○包括的支援事業

## 生活支援体制整備事業

- ・1 層(市全体):各地区共通の課題「移動支援」について、各地区の移動資源の現状把握をした。この把握を活かして、地域でできる移動支援をどう作っていくかが課題。互近所ささえ～る隊の活動を知ってもらうための「ロゴマーク」「標語」を募集し、選定した。様々な場で活用していきたい。
- ・2 層(村上地区):5 地区のささえ～る隊員(協議体委員)とともに自治会を対象とした「助け合いのしくみづくり」座談会を開催し、周知を図った。またまちづくり協議会の部会とも打合せを行い、活動の情報共有や町内・集落の活動について協力実施した。

## 介護者のつどい

- ・参加者が例年より多かった。男性介護者らが自主的に会をつくり、料理講習を通して、親の介護や今後の生き方について情報交換をしている。

## ○権利擁護業務(成年後見制度の利用促進)

11 月に市民を対象に成年後見セミナーを開催した。落語家を講師にシンポジウムを実施。128 名の参加。

## R1 年度の取り組み(自由記載)

## ○一般介護予防事業

今年度より転倒予防教室の体力測定方法を統一して実施。

- ・ゆーとぴあ「むらかみ」…要支援者の参加も増えてきており、また当初の参加者も徐々に高齢になってきたこともありスタッフだけでは対応が大変になってきたとの声聞かれる。
- ・男前!健康運動教室…10 月 11 日最終日。教室終了後の自主活動につなげたいものの、リーダー役が出ず、ウェルネスむらかみにて、声をかけながら徐々に自主活動につなげていきたい。
- ・水中運動教室…参加率はよく、体力向上や仲間づくりに活用されている。

## 地域リハビリテーション活動支援事業

- ・在宅リハ:10 月 1 日までに 7 名実施。昨年は冬場に希望者の人数が増えたとのことでその人数をみながら再来年度の予定人数へと反映させていく。
- ・介護事業所向け職員研修:9、10 月で予定の 6 施設すべて終了する。自分たちの行っていたレクやリハを専門家より認めてもらって自信につながったとの意見聞かれた。
- ・介護事業所講習会:10 月 17 日開催予定。参加予定者 16 名。本年度は口腔をテーマに実施予定

## ○元気応援通所サービス C

6 月より全 24 回で 18 名参加し、運動、栄養、口腔機能の向上に向けたプログラムを行っています。理学療法士や栄養士からの個別指導を受け、自宅でも続けてもらえるよう行っている。その後は「しゃっきり教室」へ参加にて運動継続を促していく。

○ケアマネジメント支援

情報共有や連携の充実を図るため、村上地区介護支援専門員連絡会を2か月に1回開催している。7月に事例研究を行った。

○包括的支援事業

生活支援体制整備事業

- ・1層（市全体）：地域の足（移動支援）を考える研修会を2回シリーズで開催。研修を経て、移動支援の活動に取り組みたい意向のある町内や団体に、実現に向けて支援をしていきたい。
- ・2層（村上地区）：昨年度に引き続き、自治会を対象とした座談会を各地区で開催するとともに、区長会や民生委員研修会で「助け合いのしくみづくり」研修会を行い、周知活動を行い、身近な助け合いのしくみづくりをすすめていきたい。

○権利擁護業務（成年後見制度の利用促進）

- ・前年度同様に検討会として同じメンバーで実施。7月に市民後見人養成にむけ佐渡視察研修。検討会内でワーキンググループを作り、来年度の市民後見人養成講座の詳細を検討。

## 平成 30 年度の地域包括支援センターの活動と課題について（自由記載）

## ○一般介護予防事業

## ・元気クラブ

全 20 回（5 月～翌年 2 月）実施。15 名の参加者のうち新規は 4 名で、リピーターが多い。楽しくコミュニケーションをとりながら、軽体操やレクリエーション、竹太鼓などを行っている。新規参加者を増やしたい。

## ・はばたき会（元気応援あらかわ教室卒業生の会）

全 16 回（6 月～翌年 2 月）実施。卒業生 9 人参加。筋力トレーニングの体操を中心に行った。

## ・転倒予防教室

6 地区で開催。地区により、年 6 回や年 3～4 回の希望あり行っている。各地区の区長さんに教室の案内をし、希望をとっているが、申し込みが少ない。新規町内を増やしたい。

## ○元気応援通所サービス C

全 28 回（6 月～翌年 2 月）実施。12 名中 7 名が新規。事業対象者に個別郵送案内をしたり、数年前に教室に参加したことのある方に声をかけた。途中 1 名入院され参加出来なかったが、その他の方でも、度々教室を休む方がいて参加人数が少なかった。教室終了後は、卒業生のはばたき会に参加される。

## ○ケアマネジメント支援

## ・ケアマネ連絡会

年 3 回実施。事業所との情報交換のほか、事例検討会やケアマネから希望をとった内容で勉強会を行った。

## ○生活支援体制整備

・あらかわ互近所ささえ～る隊会議 3 回実施。また、3 地区訪問、お茶の間・福祉会に互近所ささえ～る隊の周知活動を行った。地区での聞き取りでは、あまり困りごとの声は出ない。今後も継続。

## ○任意事業

## ・認知症カフェ

あらかわグループホームを会場に 1 回実施した。施設利用者の方ばかりで、認知症に関心のある方の参加はなかった。垂水の里のコーヒーボランティアに来てもらい、参加者には好評であった。

## R1 年度の取り組み（自由記載）

## ○一般介護予防事業

## ・元気クラブ

今年度から荒川総合体育館で、全 16 回（6 月～翌年 1 月）実施中。18 人中 8 人が新規。ほとんど女性の参加者で、1 名男性がいたが、病気のため参加しなくなった。脳トレ、レクリエーション、竹太鼓など会話はみぎやかに行われている。

## ・はばたき会（元気応援あらかわ教室卒業生の会）

全 16 回（6 月～12 月）実施中。卒業生 10 名参加。引き続き筋力トレーニングやレク等を行っている。

## ・転倒予防教室

今年度、6 地区で実施中で、そのうち 1 地区は新規で、もう 1 地区は以前やったことのある地区。他 4 地区は前年度からの継続。秋～冬にかけて希望する地区もあり。

## ○元気応援通所サービス C

今年度から荒川総合体育館で、全 25 回（7 月～翌年 1 月）実施中。12 人中 8 人が新規。事業対象者に個別郵送にて案内するが申し込み少なく、ケアマネに聞いたりして参加勧奨行った。運動、口腔、栄養の他、リハビリ大学の個別指導も 2 回実施。毎回、参加率も良い。

## ○ケアマネジメント支援

## ・ケアマネ連絡会

年 3 回開催。各事業所との情報交換、事例検討会、勉強会を実施。ケアマネより、地区の民生委員さんとの顔合わせの場がほしいとの話あり、4 月の民児協総会で顔合わせの場をもうけた。

## ○生活支援体制整備

・あらかわ互近所ささえ～る隊会議は 3 回予定。民生委員会議や 2 地区での周知活動と、ワークショップを予定。

## ○任意事業

## ・認知症カフェ

今年度は、貝附のカフェを会場に実施。窓口のほか、ケアマネや周辺地区の回覧板でも PR する。

## 平成 30 年度の地域包括支援センターの活動と課題について (自由記載)

## ○一般介護予防事業 (委託先: 希楽々)

- ・元気クラブ 5月～2月隔週

脳トレや軽体操・竹太鼓を楽しみながら行っており、継続参加を希望する人が多い。課題として新規参加者の勧誘と長年継続参加している方の別のサービスへの移行について、検討が必要である。

- ・転倒予防教室 27集落にて開催 (40集落中)

各集落のセンターに集ってもらい、体操やレクリエーションなどを行いながら、筋力の低下防止や集いの場を目的として行っている。残り13集落でも行えると良い。

- ・元気応援C卒業生の会 (足腰しゃんしゃん教室) 5月～2月隔週

元気応援かみはやし教室の卒業生だけが参加できる教室である。場所は希楽々 (バス送迎あり) であり、体操やレクリエーションなどを行っている。

- ・体操サポーター養成講座 1コース5回

15人の方が参加され13人の方が卒業されている。卒業生は、茶の間等で「むらかみ体操」を広めるなど活躍している。

## ○元気応援通所サービスC

- ・元気応援かみはやし教室 (委託先: さつき園) H30.8～H31.2 1コース25回

栄養に関しては必要な方に個別指導を取り入れた。より、的確な指導を行うことができた。

## ○ケアマネジメント支援

- ・神林地区ケアマネ連絡会 年5回実施

困難事例についての事例検討会や勉強会を行うことでケアマネや包括のスキルアップを図った。

## ○生活支援体制整備

- ・神林地区互近所ささえ～る隊 会議 (年4回)

5地区から多世代の代表が集まり「ささえあいフォーラム」を行った。住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるように「集落で何ができるか」について「手作りカルタ」を利用し、考えてもらった。

## ○任意事業

- ・認知症カフェ (まつかぜカフェ) 隔月

定期的な参加者が増え介護者同士の情報交換ができるくつろぎの場となっている。新規参加者の参加人数に関しては波がある。

## R1年度の取り組み (自由記載)

## ○一般介護予防事業 (委託先: 希楽々)

- ・元気クラブ・転倒予防教室・体操サポーター養成講座

今年度と同じ形で実施予定。

- ・元気応援C卒業生の会

来年度は委託先の自主運営に移行する。

## ○元気応援通所サービスC (委託先: さつき園)

- ・R1.9～R2.2 1コース20回

教室で習ったことを自宅でも継続できること、また、教室終了後は次の通いの場へ上手く移行できるように働きかける。運動・栄養に関しては個別指導を行う。

## ○生活支援体制整備

- ・かみはやし地区互近所ささえ～る隊 会議 (年4回)

ささえあいカタログを作成する。

## ○ケアマネジメント支援

- ・神林地区ケアマネ連絡会 (年4回)

ケアマネージャーとの情報交換会、困難事例についての事例検討会や勉強会を行う。

## ○任意事業

- ・認知症カフェ (まつかぜカフェ) 隔月

R1年度よりGHまつかぜの自主運営に移行した。周知が十分でない為か5月は参加者が3人と少なかった。7月以降は告知端末放送で呼びかけ参加者8人に増えた。(包括)

## 平成 30 年度の地域包括支援センターの活動と課題について (自由記載)

## ○一般介護予防事業

◎元気クラブ (委託先:愛ランドあさひ) 5~12月に月2回、計16回開催

教室全体の雰囲気もよく、元気な高齢者から虚弱な高齢者まで楽しく参加している。課題は、参加者(リピーター)が多いこと、地区が広いため送迎が困難なことである。

◎転倒予防教室 (委託先:愛ランドあさひ)

昨年度に比べ、対象集落が増加(H29年度:11集落、H30年度:17集落)している。体操サポーターが指導した集落も出てきた。

◎元気もりもり教室 (委託先:愛ランドあさひ) 5月~2月に月2回、計20回開催

元気応援通所サービスCの卒業生の会。初年度のため、周知や人数集めを工夫している。課題は、地区が広いため送迎が困難なことである。

◎体操サポーター養成講座 (委託先:愛ランドあさひ) 1・2月に5回コースで開催

サポーターとして自立して集落で指導できる参加者を数名養成できた。いかに、参加者を一人立ちできるように養成するかが課題である。

## ○元気応援通所サービスC

◎元気応援あさひ教室 (委託先:羽衣園) 9月~2月に週1回、計25回開催

理学療法士、管理栄養士からの個別指導が好評。修了時、ほぼ全員が改善を実感している。

## ○ケアマネジメント支援

◎朝日地区ケアマネ連絡会 年3回開催

情報交換だけでなく、事例検討会を開催。ケアマネのスキルアップを図っている。

## ○生活支援体制整備

◎あさひ互近所ささえ〜る隊

檜原集落で、各組ごとに、世帯全員が普段通りに過ごしているかを1週間ごとに持ち回りで確認し合い、その中で気づいたことや依頼されたことなどを日誌に記載し、集落内で共有化する「檜原安心支え合い事業(安否確認)」を立ち上げた。また、長津地区でも集落毎の「集まりの場」を立ち上げた。

## ○任意事業

◎認知症カフェ (委託先:GHあさひ)

今年度よりGHあさひに委託し、様々な専門職をゲストに招きながら行っている。

## R1年度の取り組み(自由記載)

## ○一般介護予防事業

◎元気クラブ (委託先:愛ランドあさひ) 5~12月に月2回、計16回開催

年度途中の新規の希望者が定員超過により参加できない状況である。定員超過の問題を今後どのように解決するかが課題である。

◎転倒予防教室 (委託先:愛ランドあさひ)

委託先と連携をとりながら新規集落の開拓を行って行きたい。

◎元気もりもり教室 (委託先:愛ランドあさひ) 5月~2月に月2回、計20回開催

元気応援通所サービスCの卒業生の会。開催2年目であるが運動の継続のため積極的に参加している。運送の効果を実感している参加者も多い。課題は、地区が広いため送迎が困難なことである。

◎体操サポーター養成講座

今年度限りの事業となる。委託先の自主事業として行ってもらえるように検討する。

## ○元気応援通所サービスC

今年度も理学療法士、管理栄養士からの個別指導を実施する予定である。実施場所が羽衣園ということで、希望者が敬遠していた部分があったので、来年度は場所について検討が必要である。

## ○ケアマネジメント支援

今年度も事例検討会を実施し、ケアマネ全体のスキルアップを図る。その他、困難ケースがあった場合には、ケース会議を開き、地区内の主任ケアマネの助言をもらっている。

## ○生活支援体制整備

今年度よりささえ愛隊長が変更となった。まちづくり協議会と連携しながらすすめていく。

## ○任意事業

認知症カフェは、来年度より自主開催となるので、次年度につなげられるよう支援する。

令和1年度の地域包括支援センターの活動と課題について（自由記載）

○一般介護予防事業

元気クラブ

NPO法人さんぼくスポーツ協会へ委託。新規2集落の集落センターを会場に、9月から11月まで1カ所、1月～3月まで1カ所で毎週1回、計16回開催予定。参加者は現在15名程度。レクリエーションや童謡を歌ったり、太鼓演奏を楽しみながらできている。課題は集落からの開催要望がなく、集落選定に苦慮していること。

転倒予防教室

NPO法人さんぼくスポーツ協会へ委託。継続集落が4カ所、新規集落が1カ所、計5カ所で開催。内容は筋トレやレクリエーションを実施している。参加者からは「講師から運動項目ごとに効果説明が聞けることが良い」と好評を得ている。課題は集落での自主活動へなかなか導けないこと。

○元気応援通所サービスC

元気応援さんぼく教室

山北徳洲会病院へ委託。1コース、定員20名で10～2月に全20回開催。70歳と75歳の方に郵送と訪問にて参加勧奨した。参加者は16名。新規参加者が少なく、リピーターの参加が多くなってきている。

○ケアマネジメント支援

ケアマネ連絡会

年4回実施。内容は山北支所と各事業所からの情報提供と事例検討会。事例提供したケアマネからは「他の人からの意見がとても参考になる」と好評を得ている。

○生活支援体制整備

さんぼく互近所ささえ～る隊

協議体会議を年4回実施予定。今川集落で住民アンケート調査とフォーラムを開催し、住民からの集いの場開催意欲を導き出すことができた。また湯ったり塾参加者を対象に「勝木めぐり」と称して買い物支援を実施した。参加者は少数だったが、ウォーキングや日用品の買い物できて満足していた。

○任意事業

認知症カフェ

年4回開催。グループホームさんぼく、グループホームしおかぜとの共同開催。各グループホーム、ゆり花会館を会場に開催。参加者は施設入所者が中心だが、認知症介護家族の参加もあり、「相談のきっかけとなった」と喜ばれている。

認知症サポーター養成講座

1会場。地域で活躍している認知症サポーターに協力を得ながら開催できた。

令和2年度の取り組み（自由記載）

○一般介護予防事業

元気クラブ

今年度と同様に実施。希望集落を募る。

転倒予防教室

継続集落を増やししながら、さらに新規集落を開拓する。

○元気応援通所サービスC

元気応援さんぼく教室

1クール20回（10～2月）実施予定。新規参加者を増やせるように参加勧奨方法を検討する。

○ケアマネジメント支援

ケアマネ連絡会

今年度同様に年4回開催。

○任意事業

認知症カフェ

2グループホームで自主開催できるように導く。周知の部分で山北支所も協力する。

認知症サポーター養成講座

企業等からの開催依頼がないため、開催を働きかけていく。

