

令和7年度 介護予防支援・介護予防ケアマネジメント業務研修

横浜市介護予防・生活支援サービス

補助事業（サービスB）について



健康福祉局地域包括ケア推進課

※横浜市介護予防・生活支援サービス補助事業（サービスB）のページ
<https://www.city.yokohama.lg.jp/kurashi/fukushi-kaigo/koreisha-kaigo/kaigoyobo-kenkoudukuri-ikigai/service-b.html>



アジェンダ

1. サービスBとは
2. サービスBの特徴
3. サービスBの現状
4. サービスBの課題
5. 皆様へのお願い

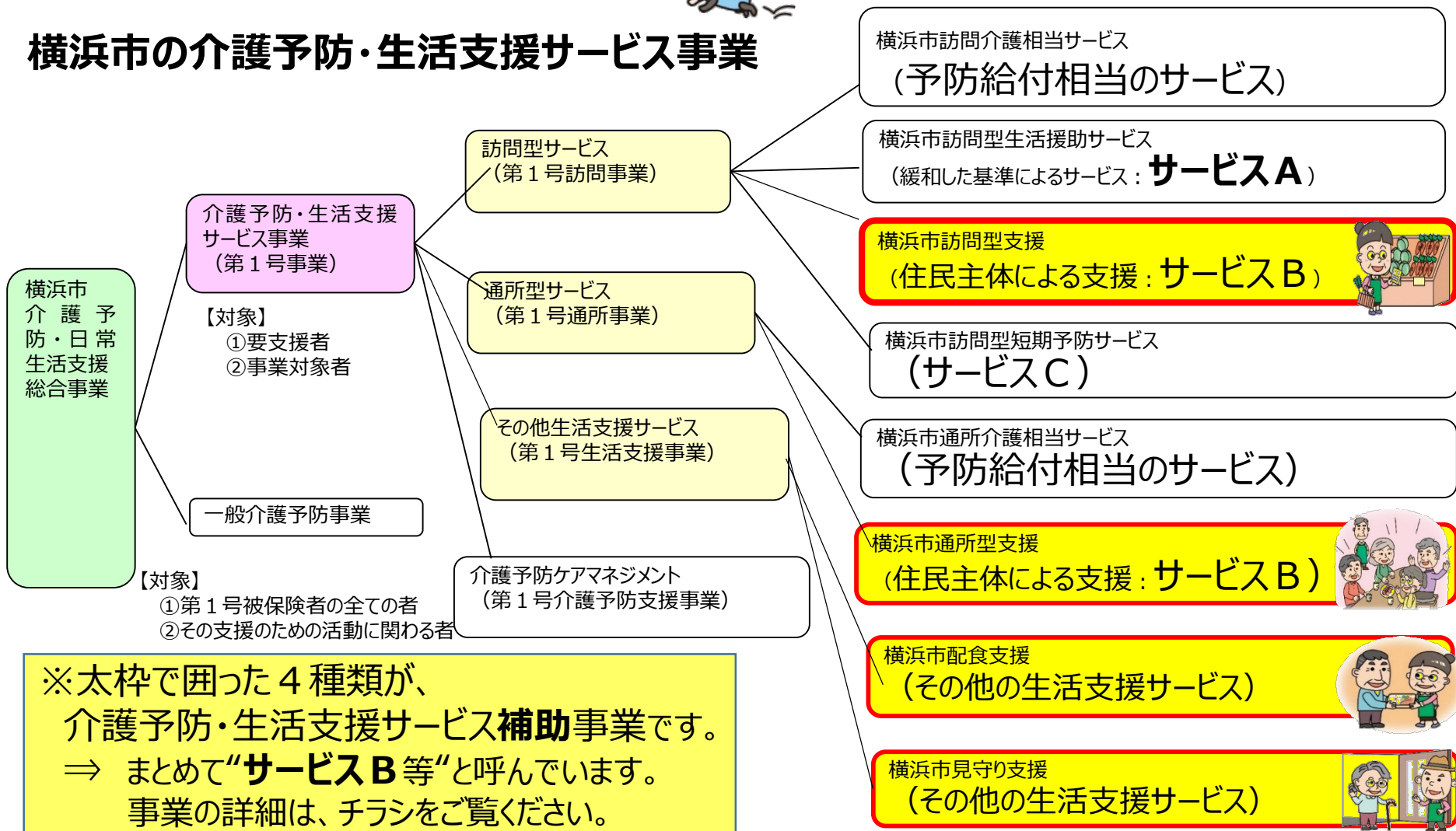
6. サービスBの魅力



1.サービスBとは



横浜市の介護予防・生活支援サービス事業



2.サービスBの特徴（従前相当サービスとの比較）



サービスの提供者が住民主体のボランティア

	サービスの位置づけ	サービスの提供者	事業者の収入	契約の手続き
サービスB	介護保険法に基づくサービス	<u>住民主体のボランティア</u> 	横浜市からの <u>補助金</u> <u>（給付管理、 限度額管理なし）</u> + 利用料 （事業者が任意に設定）	書面でのやりとりを推奨 ※「契約書」という名称ではない場合もある
従前相当サービス	介護保険法に基づくサービス	事業所の従事者など	単位数に基づく 国保連からの <u>給付</u> + 自己負担額 （総額の1割～3割）	サービス契約書を交わす

2.サービスBの特徴

事業者の収入



【補助金】

①横浜市通所型支援

補助限度額：60万～300万円/年



※全体利用人数や、要支援者等の人数により異なります。

②横浜市訪問型支援



【給付管理・限度額管理なし】

③横浜市配食支援



④横浜市見守り支援

②～④補助限度額：60万/年



2.サービスBの特徴

契約の手続き



後々トラブルが起きないように、料金やサービスの内容について双方で確認するために、書面でのやりとりを推奨しています。

団体によっては、必ずしも「契約書」という名称ではない場合もあります。

●サービス契約書●

契約の基本的な内容（有効期間・支払い・解約等）が記載されます。

●サービス内容説明書の内容●

- ①具体的なサービス内容
- ②提供回数と日程
- ③利用者負担と支払方法
- ④サービスをキャンセルするときの連絡方法とキャンセル料等の詳細が記載されます。

●重要事項説明書の内容●

- ①事業者の概要
- ②事業所の概要
- ③事業所の職員体制
- ④営業時間
- ⑤利用者負担
- ⑥相談窓口等が記載されます。



「利用にあたっての説明事項兼個人情報使用同意書」を様式例として示しています。

3.サービスBの現状



各年度4月1日時点

年度	団体数	事業数	通所型支援	訪問型支援	配食支援	見守り支援
令和6年度	75	89	60	5	17	7
令和5年度	75	90	60	5	18	7
令和4年度	64	76	52	4	15	5
令和3年度	60	68	48	5	9	6
令和2年度	54	60	45	4	7	4

令和6年度区別事業数

鶴見区	神奈川区	西区	中区	南区	港南区	保土ヶ谷区	旭区	磯子区
5	5	3	3	3	6	1	10	4
金沢区	港北区	緑区	青葉区	都筑区	戸塚区	栄区	泉区	瀬谷区
6	10	5	6	4	6	4	4	4

4.サービスBの課題

サービスB担当が、よく聞くご意見としては・・・

こんな対応が考えられるかもしれない・・・

近くにどんな

サービスBがあるか

分からない？

本人にあったサービスBが

近くはない？



＜対応案＞

**市HP掲載「横浜市介護予防・生活支援
サービス補助事業（サービスB）交付団
体一覧」をご確認ください。**



**ヨコハマ地域活動・サービス検索ナビも
ぜひご覧ください！**



4.サービスBの課題

サービスB担当が、よく聞くご意見としては・・・



こんな対応が考えられるかもしれない・・・

個人情報

を守ってくれるか
不安？



<対応案>

サービスBの手引きで事故対応や
個人情報を守るための手続きにつ
いて様式例を示して団体へ対応を
お願いしています。ご確認ください。

事故があった
場合の対応が
不安？



4. サービスBの課題

サービスB担当が、よく聞くご意見としては・・・

何となく**手が出しにくい？**

料金が高い？

専門職ではない地域の団体に、
どんな利用者を案内できるのか分からない？

これまで
プランに位置づけたことがない？

本人の状態像から、サービスBに
任せるのが難しい？



本日のゴール

団体により活動は様々・・・
まずサービスBの **魅力** を知り、

「見学に行ってみよう！」「プランに位置づけてみよう」「ケアマネに紹介してみよう」と思える。



5.区・地域包括支援センターの皆さまへのお願い



横浜市介護予防・生活支援サービス補助事業として**補助金を受けるには、要支援者等の利用が一定程度あることが必要**です。しかし、団体自身が、要支援者等を一定数集めることは、容易なことではありません。

そこで・・・本日、サービスBの魅力を知っていただいた区・地域包括支援センターの皆さまには、ぜひ、サービスBの団体に次のように関わっていただきますようお願いいたします。



まずは、
見学に行く



要支援者等の方に補助
対象事業をご案内する。



ケアマネジャーに補助対象事業
(サービスB等)を紹介・PRする



ケアプランに
位置づける

参加者に認知症の方が
増えています。



サービスBの団体と
情報交換する

それなら、メンバー向けに認知症
講座をやってみましょう・・・

団体に必要な
アドバイスをする等



サービスBの **魅力** は・・・
 一人ひとりの“意欲”や、“生きがい”、“自分らしさ”の実現に寄り添えること・・・
 「介護予防サービス・支援計画書」の中の、「社会参加、対人関係」
 の部分のプランを充実させるためにも、ぜひ、サービスBをご活用ください。

介護予防サービス・支援計画書（ケアマネジメント結果等記録表） 様式②

氏名 _____ 姓（漢・本） 姓 誕生年月日 年 月 日 指定の有効期間 年 月 日～ 年 月 日 利用・紹介・継続 認定済・申請中 要支援1・要支援2 事業対象者

計画作成者氏名 _____ 委託の場合：計画作成者氏名、事業所名及び所在地（〒番号） _____

計画作成（実施）日 年 月 日（計画作成日） 年 月 日 計画実施場所（センター） _____

目標とする生活 _____

1 月	2 月	3 月	4 月	5 月	6 月	7 月	8 月	9 月	10 月	11 月	12 月
アセスメント結果と 現在の状況	本人・家族の 意識・意向	地域における課題 （災害・事故）	対応課題	課題に対する 目標と具体策 の提案	具体策についての意向 本人・家族						
運動・活動について		口有 口無									
日常生活（運動生活）について		口有 口無									
社会参加、対人関係、コミュニケーションについて		口有 口無									
健康増進について		口有 口無									

介護状態について
口自治体意見書、継続記録、緊急対応等と連携する留意点 _____

【本案件より支援が実施できない場合の
適切な支援の実現に向けた方針】 _____

総合的な方針：生活不満足度の改善へのポイント _____

基本チェックリストの（該当した項目）／（質問項目）を記入して下さい
 地域支援事業の実施に必要な事業プログラムの枠内の数字に○印をつけて下さい

運動	災害	口有	口無	口有	口無	口有	口無	口有	口無	口有	口無
歩行	災害	口有	口無	口有	口無	口有	口無	口有	口無	口有	口無
手動	災害	口有	口無	口有	口無	口有	口無	口有	口無	口有	口無

地域支援事業センター _____

【署名】 _____

計画に関する同意
上記計画について、同意いたします。

作成 年 月 日 氏名 _____ 印 _____

< サービスBの強み >
 介護予防サービス・支援計画の
「社会参加、対人関係」

ケアプランに位置付ける



A： サービスBは、給付ではなく、補助により実施しているため、通常の介護保険サービスのよ
うな保険給付はありません。したがって、給付管理票への記載や、利用限度額の管理等は必
要ありません。ただし、介護保険法に基づく「介護予防・生活支援サービス事業」としてサービス
を利用するため、「**介護予防サービス・支援計画書**」には**記載する必要があります**。

介護予防サービス支援計画書（ケアマネジメントA）の場合

支援計画	サービス 種別	事業所 （利用先）
介護保険サービス 又は地域支援事業 （総合事業のサービス）		
地域のサロンに通うこと で、外出の機会を確保 し、近所との繋がりをつ くったり、介護予防に資 するプログラム（脳トレ 歌など）に参加する （毎週〇曜日）	横浜市 通所型 支援	サービスB の活動団体 名（サロン 名称）
買物代行、調理、ご み出し等の生活支援 等を通じて、在宅生 活を見守る （毎週〇曜日）	横浜市 訪問型 支援	サービスB の活動団 体名（活 動名称）

※介護予防ケアマネジメントCの場合の記載も同様です。
「GoGo健康！いきいきプラン」という様式を活用することもできます。

※介護予防ケアマネジメントCの場合、モニタリングは必須としませんが、
利用者の状態の変化時等に、適宜、運営主体等と連携し、
利用者の情報が共有されるような仕組みを構築する等、
利用者の変化に早期に対応できるような団体と関係者の体制づくりを
お願いしています。

 Q: そもそも、総合事業の横浜市介護予防・生活支援サービス事業（サービスB）って、介護予防支援・介護予防ケアマネジメントでは、どうやって位置づけるの？

A：介護予防ケアマネジメントでは、サービスBは、介護保険サービス又は、地域支援事業（総合事業のサービス）の欄に書きます。
介護予防ケアマネジメント指針にあるとおり、サービスBをケアマネジメントに位置づける方法は、3通りです。

◆介護予防支援

予防給付（福祉用具貸与、介護予防訪問看護、介護予防短期入所介護、介護予防通所リハビリなど）を受けていて、さらに、サービスBも活用する場合は、「介護予防支援」になります。

◆介護予防ケアマネジメントA

介護予防給付のサービス（横浜市通所介護相当サービス等）と併せて、サービスBも活用する場合は、「ケアマネジメントA」を使用します。

◆ケアマネジメントC

インフォーマルサービスや、サービスBだけを活用する場合は、「ケアマネジメントC」を使用します。



いきいきプラン（ケアマネジメントC）の場合



●既にご本人が活動・利用されている取組が記載されていますので、団体が利用調整や振替などを行う場合は、サービスBの活動が他の活動と重複しないように確認をお願いします。

桜木 花子 ① 様

「家族の支援」、「インフォーマルサービス」、「地域支援事業（介護予防・生活支援サービス補助事業・一歩介護予防事業）」など、月単位のスケジュールを記載します。（1セル16文字以内）

介護予防ケアマネジメントC様式 様式⑥記入例

GOGO!!健康 いきいきプラン

	月	火	水	木	金	土	日
第1週		1000～ 元気づくり ステーション		書道	お弁当 〇〇会		
第2週		1000～ 元気づくり ステーション			お弁当 〇〇会	息子さん と買い物	
第3週		1000～ 元気づくり ステーション		書道	お弁当 〇〇会		
第4週		1000～ 元気づくり ステーション			お弁当 〇〇会	息子さん と買い物	
第5週		1000～ 元気づくり ステーション			お弁当 〇〇会		

本人や家族が、様々なサービスや住民主体の活動グループの利用（参加）時に対応してほしいことを記載します。（50文字以内）

■サービス提供者やボランティアに伝えたいこと

元気ステーション 耳が遠いので、先生に近い席にしてほしい。
 ショッピング会 膝が痛いので、しゃがむ動作等が難しいです。
 お弁当〇〇会 耳が遠いので、着いたら電話を鳴らしてほしい。

連絡先

③ 港 地域包括支援センター ④ 港 地域ケアプラザ内

① 担当者 関内 一郎

② 電話 333-1111 ③ FAX 222-5555

④ □□元気づくりステーション 電話 〇〇〇-〇〇〇〇
 Mさん

⑤ お弁当 〇〇会 電話 〇〇〇-〇〇〇〇

■長期目標（おおよそ1年後の目標） ② 平成30年10月1日

書道作品を〇〇センターで行われる展覧会(11月)に出展し、孫と一緒に見に行く。

・利用者と共に、生きがいや楽しみを話し合い、達成したい目標や目指す姿を設定する。利用者の取組によって達成可能な具体的な目標とする。計画作成者は利用者の現在の状況と今後の改善の可能性を分析し、その人らしい自己実現を引き出すよう支援する。

■目標を達成するための取組

(1)-①天気の良い日は15分位歩く。
 スーパー□□、□□公園まで

(1)-②元気づくりステーションに毎週参加する。

(3)食事を3回食べる。バランスを考える ①①

※本人の自書も可能です。その場合は、セルの敷足を消去しましょう。
 （セルをクリックし、[back space]又は[delete]キーを押し、敷足（=入力シート（例）VZO）を消します）
 ※なるべく、簡潔書きにします。（30文字×7行以内）

●団体は、「サービス提供者やボランティアに伝えたいこと」の欄を、必ず確認しましょう。

●団体（担い手側）は、ご本人の「長期目標」や「目標を達成するための取組」を確認し、サービスBの活動への参加・利用によって期待されている効果を確認しましょう。

いきいきプラン（ケアマネジメントC）の場合



様式⑤「アセスメント領域と現在の状況」の内容を記載します（96文字以内）

様式⑤「総合的課題」の内容を記載します。（256文字以内）

様式⑤「本人等のセルフケアや家族の支援、インフォーマルサービス」、「地域支援事業（介護予防・生活支援サービス補助事業）」から、該当する欄に記載します。

桜木 花子 ① 様

■ いつまでも、いきいきと暮らし続けるための御提案

暮らしの様子	目標を達成するための課題	お勧めしたい事
歩行・移動 膝に痛みが為、立ち座りや、階段やバスの昇降はテーブルや手すりを使っています。⑤	(1) 膝の痛みがあり、家事や買い物、外出に支障があります。 (2) 御主人の介護をきっかけに、お友達との交流や外出、書道が減っています。	(1) 膝の痛みを軽減し、行動範囲を広げましょう。 ・整形外科で診断を受け、運動の制限について確認しましょう ・立ち座りの時は、膝の負担を減らすように、何かに握りましょう。 ・体操教室で筋力をつけることをお勧めします。 (□□元気づくりステーション：□□会館、毎週火曜日) ・書道はテーブルで行いましょう。
日常生活 ・重たい買い物や布団干しは、息子さんが2週間ごとに訪問し、一緒に行っています。 ・掃除は道具を工夫しています。膝痛で辛い家事は、道具の工夫や息子さんに手伝ってもらいながら、暮らされています。⑥	(3) 食事量や質が下がる、低栄養となり体力低下、筋肉量低下などを起こしやすいです。	(2) 趣味の活動を通じて、友人や地域との交流を再開しましょう ・書道展に出品する作品制作をはじめましょう。 ・地域のサロン活動への参加をお勧めします。 (△△カフェ：認知症予防プログラムとお茶が楽しめるサロン) (3) 食事は3回バランスよくとりましょう。 ・特にたんぱく質とカルシウムを意識しましょう。 ・バランスの良い食事を配達するサービスもあります。
コミュニケーション ・ご主人の介護があったため、ご友人との交流が減っています。 ・書道の師範であり、教室を開いていた頃は、近所の子供が通っていました。教室を閉めてからは、御自分も書道を楽しむ時間が減っています。⑦		
健康管理 ・耳の聞こえが悪くなっている。 ・血圧の薬は自分で管理し、飲み忘れなし(130-80mmHg) ・1人きりの食事は、食欲がです、簡単に済ませることが多い。⑧		

その他、上記項目に記載できなかった場合に利用します。
(例) 医師からの意見など

■ ボランティアや民間団体等にお願いしたいこと

- ・バランスの良い食事をとるため、食事サービスを利用する。
- ・重たいものを買う時はスーパーSのお届けサービスを利用する。⑫

様式⑥「課題に対する目標と具体策の提案」の内容を記載します。（448文字以内）

■ ご家族にお願いしたいこと

- ・大きい物や重たい買い物はへの同行(月1回程度)
- ・病院の定期受診の同行(年2回)
- ・庭の樹木の剪定の手伝い(6月、11月頃)⑬

■ (山手さん)にお願いしたいこと

- ・元気づくりステーションの参加に慣れるまで、当日は会場まで一緒に出掛ける。⑭

●団体は、「ボランティアや民間団体等にお願いしたいこと」の欄を必ず確認しましょう。
不明な点は、ご本人に確認することも大切です。



Q：サービスBの団体の活動には、これまで、自由に参加してきたけれど、なぜ、ケアプランに位置づけることが必要なの？ケアプランに位置づけるメリットって何？

A：ケアプランは、ご本人が地域の中で元気に自分らしく暮らしていけるよう、本人・家族や地域包括支援センター職員・介護サービス事業者、医者、そして、サービスB等の担い手、友人等と相談し、協力し応援できることを確認する計画・支援計画書です。

メリットとしては、自分の健康のこと、暮らしのこと、やりたいと思っていること等を、専門職を交えじっくり話をしながら、「見える化」できることです。ケアプランを作ることで、**自分のことを見つめることができ、専門職からのアドバイスを受けながら、目標を持って日々の暮らしを送ることができる。**

膝が痛くて歩くのが辛いけれど、仲間とハイキングに行けるようになりたい。



現在



達成
目標



仲間とハイキングに行く



Q:書き方は、どのように書くの？

A:介護予防支援・介護予防ケアマネジメントでは、サービスBは、「介護保険サービス
又は、地域支援事業（総合事業のサービス）」の欄に書きます。

介護予防サービス支援計画書（ケアマネジメントA）の場合



地域包括支援
センター職員

介護予防サービス・支援計画書

No. _____
利用者名 _____ 様（男・女） 歳 認定年月日 年 月 日 認定の有効期間 年 月
計画作成者氏名 _____ 委託の場合：計画作成者事業者、
計画作成（受託）日 年 月 日（初回作成日） 年 月 日 担当地域包括
目標とする生活

1日					
アセスメント領域と 現在の状況	本人・家族の 意欲・意向	領域における課題 （背景・原因）	総合的課題	課題に対する 目標と具体策 の提案	具体策についての意向 本人・家族
運動・移動について		☐ 有 ☐ 無			
日常生活（家庭生活）について		☐ 有 ☐ 無			
社会参加、対人関係・コミュニケーションについて		☐ 有 ☐ 無			
健康管理について		☐ 有 ☐ 無			

健康状態について
□主治医意見書、健診結果、観察結果等を添えた留意点

【本来行うべき支援が実施で
きない場合】
□主治医意見書、健診結果、観察結果等を添えた留意点

基本チェックリストの（該当した項目数）／（質問項目数）を記入して下さい
地域支援事業の場合は必要な事業プログラムの枠内の数字に○印をつけて下さい

	運動 不足	栄養 改善	口腔内 ケア	認知こも り予防	物忘れ 予防	うつ 予防
予防給付または 地域支援事業	／5	／2	／3	／2	／3	／5

地域包括
支援セン
ター

【意見】
【確認印】

（ケアマネジメント結果等記録表）

初回・紹介・継続 認定済・申請中 要支援1・要支援2 事業対象者
日～ 年 月 日
事業所名及び所在地（連絡先）
支援センター：

1年						
目標	目標についての 支援のポイント	本人等のセルフケアや 家族の支援、インフォーマ ルサービス（民間サービス）	介護保険サービス 又は地域支援事業 （総合事業のサービス）	サービス 種別	事業所 （利用先）	期間
	（ ）					
	（ ）					
	（ ）					
	（ ）					

【意見】
【確認印】

総合的な方針：生活不活発病の改善予防のポイント

計画に関する同意
上記計画について、同意いたします。

平成 年 月 日 氏名

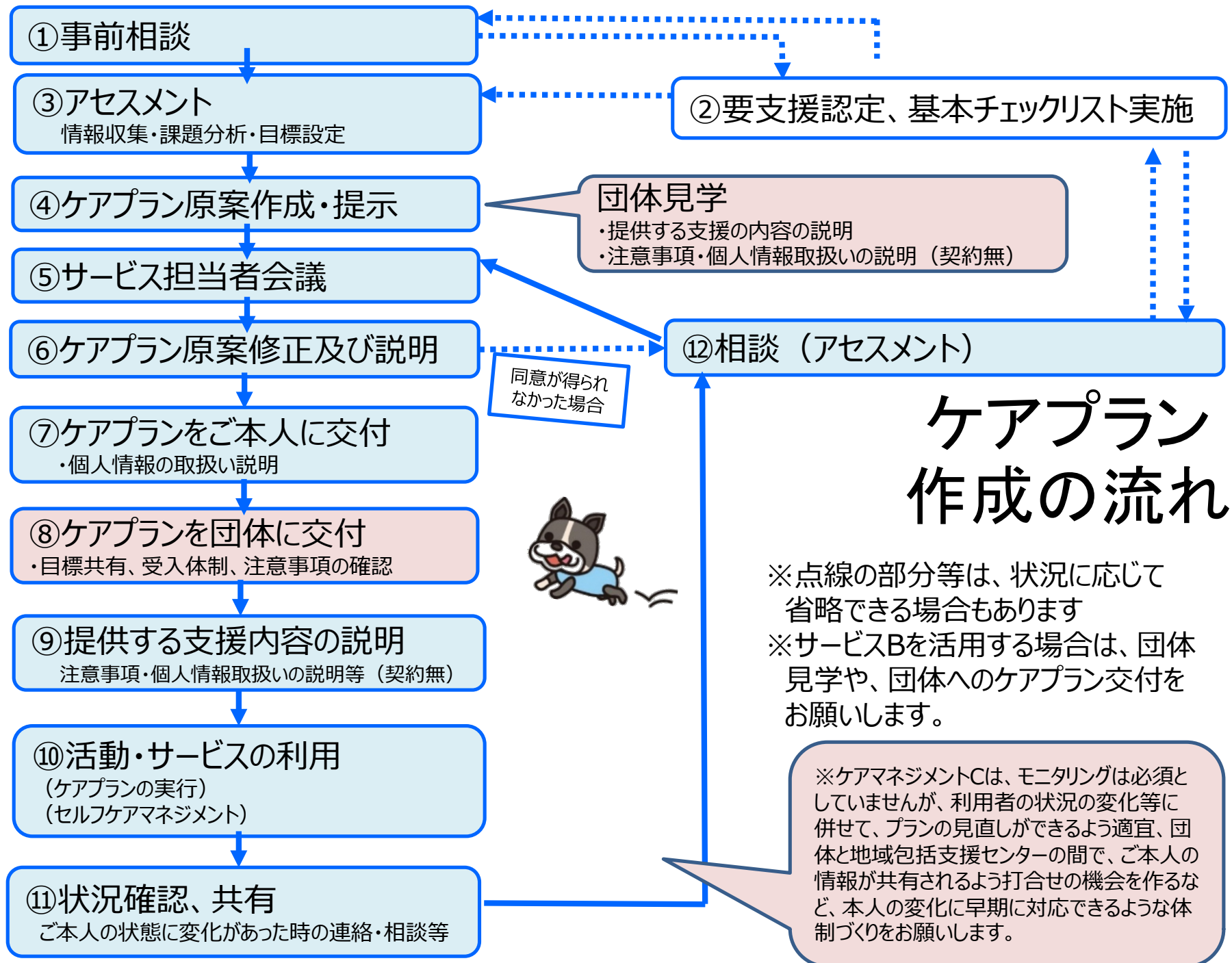


介護予防支援・介護予防ケアマネジメントでは、サービスBの具体的な内容と、利用頻度、サービスBの活動団体名や活動名称を記載します。



支援計画

本人等のセルフケアや家族の支援、インフォーマルサービス（民間サービス）	介護保険サービス 又は地域支援事業 （総合事業のサービス）	サービス 種別	事業所 （利用先）	期間
	地域のサロンに通うことで、外出の機会を確保し、近所との繋がりをつくったり、介護予防に資するプログラム（脳トレ・歌など）に参加する （毎週○曜日）	横浜市 通所型 支援	サービスB の活動団体 名（サロン 名称）	
	買物代行、調理、ごみ出し等の生活支援等を通じて、在宅生活を見守る （毎週○曜日）	横浜市 訪問型 支援	サービスB の活動団 体名（活 動名称）	



要支援者等をケアプランに位置づけるアプローチ（例）



①初回相談にて包括から情報提供して繋げる。

→【対応】 相談にいらっしゃった方と面談をする中で、サービスBに繋げる。

②サービスBの活動に通っていた方(認定なし)に変化(サイン)が現れ、 団体から情報共有があった場合

→【対応】 サービスBの団体が利用者の状況を把握（早期発見）し、包括に情報共有があった場合、必要に応じてサービスBをケアプランに位置づける。

③活動を元々利用していた方（要支援認定を持っているが、給付 サービスの利用がない方）について

→【対応】 元々サービスBの活動を利用していた方で、要支援の認定を持っている方がいる場合、必要に応じて「ケアマネジメントC」として位置付ける。

④介護サービスを利用しているが、サービスBを利用していることを ケアプランに位置付けられていない場合

→【対応】必要に応じて「ケアマネジメントA」を使用し、サービスBをケアプランに位置付ける。



6.サービスBの魅力

福祉っぽくないところもある
(オシャレ、居心地重視、
誰でも参加しやすい)

顔見知りが近所にできる。

普段から見守ってもらえる
安心感がある。

**内容・メニューが自由
で多様**

自分の好きなことを見つけやすい

年齢・性別関係なく
誰もが活躍できる
多世代交流できる



**虚弱な方も元気な
方と一緒に**参加できる

介護保険っぽくない
(介護保険の利用枠以
上にサービスが必要な方
にもご案内できる)

自分の居場所が見つけられる

体力が向上する

包括が把握しきれない方を
**早期に発見し繋いで
くれる**

6. サービスBの魅力 (事例紹介)



※過去時点の事例となるため、現在実施している曜日や料金等は異なる場合があります。



福祉っぽくない(オシャレ、居心地が良い、誰でも参加しやすい)



こんな方にお薦めかも？

- 近所の目を気にして、デイサービスの車で自宅に迎えに来られるのが嫌な方。
- 自分は自立して生活しているから、介護保険を利用していると思われたくない方。

<事例> 港北区 **NPO法人街カフェ大倉山ミエル**

ギャラリーとして地域に開いていた一軒家を借りて、コミュニティカフェを運営。

「おでかけミエル」月曜10時～13時

シニア向けプログラムとして食事付きのサロン500円



オシャレ、居心地が良い、誰でも入りやすい

<事例> 都筑区

NPO法人 I Love つづき

元々コミュニティカフェを運営していた団体が、サービスBを実施。

「スローカフェ都筑」金曜10時～13時

プログラムはあるが、無理強いするのではなく、基本的にはゆるやかなおしゃべり会。地域のボランティアと協力してプログラムを実施しています。

お茶代300円～ ランチ600円～

※スタンプカードで継続参加を促す



<事例> 港南区

株式会社イータウン

元々コミュニティカフェを運営していた団体が、サービスBを実施。

「こもれびカフェ」月曜 10時～15時30分

ハンドメイドのワークショップや教室、地域住民による音楽演奏や地域交流サロン、イベントの実施、多彩な介護予防プログラム

参加費800円（昼食代500円含む）、

ドリンク代実費：280～400円



年齢・性別関係なく誰もが活躍できる

<事例> 泉区 NPO法人宮ノマエストロ

昔の懐かしい話で世代を超えて楽しむ「回想法」により、参加者の方の思い出話から、その人が得意なことを引き出し新たなプログラムに繋げています。

【ある日のこと】

昔、家族に、おはぎを作ってあげて振る舞ったという90歳の女性。それを知ったスタッフは、その方に講師になってもらいみんなでおはぎを作って食べる企画を実施しました。女性は、「昔のことだからね…覚えているかしら…」と言いながら、数年ぶりにおはぎづくりを教えてくださいました。参加者からは、「おはぎを自分で作って食べるなんて、何年ぶりかしら！ やっぱり手作りは美味しい」と大盛況でした。

90歳でも、「誰かの役にたつ」。そのことが、ご本人の「自信」に繋がっています。



年齢・性別関係なく**誰もが活躍**できる
～アンチエイジングからエンジョイエイジングへ～



＜事例＞ 泉区 **NPO法人 宮ノマエストロ**

高齢者も担い手として活躍して感謝される喜びをもう一度体感いただきたいと考え、利用者にも、その方の好きを活かして、何等かのお手伝いをさせていただいています。園芸やテラスの運営への助言、手伝い、テラスファームでの農作業など各個人がエンジョイできるものを探してお願いするようにしています。また、宮ノマエストロだけで使える、仮想通貨「ミヤー」により、ボランティアをすると1時間1ミヤーがもらえ3ミヤー集めると「こども食堂」で食事ができるシステムを小学校で紹介したところ、その日のうちに、10人の子どもボランティアが集まりました。こどもが自宅でもできることを手伝ってもらっています。



自分の居場所が見つけれれる



<事例> 磯子区 株式会社アミーゴ



1日300円で、コーヒーやお茶などが飲み放題ということもあり、グループで参加される方ばかりでなく、男性の方がお一人で新聞を読んで過ごされたり、中学生の子どもたちが勉強しにきたり…多くの世代の居場所となっています。

- 「もりもりエクササイズ」毎週水曜10時～13時 参加料600円（講師・お弁当込み）
※お弁当は、障害者地域活動センター、地域作業所手作り
- 「健康麻雀」第1・第3木曜 広場利用料300円

活動内容や支援メニューが自由で多様である。



＜事例＞ 戸塚区 **特定非営利活動法人 夢みん**
多様なメニューの中から、自分にあった好きなプログラムに参加できる。

パソコン



エコ手芸



健康体操



日曜ランチ



トーンチャイム



音読



健康麻雀



囲碁



歌声喫茶



コーラス



カフェ



よいのくちサロン



沢山のメニューから、自分にあった内容を選ぶ



＜事例＞ 戸塚区 **特定非営利活動法人 夢みん**
「ゆめサロン」木曜 10時～13時 ※特に要支援者の方を考慮して受け入れている日

音楽



体操



手仕事



脳トレ



健康相談



活動内容や支援メニューが自由で多様である。

(家庭的な雰囲気の中、楽しく汗をかいて運動したり、栄養バランスが考慮された食事ができる



<事例> 港北区 特定非営利活動法人びーのびーの

地域の空き家となっていた一軒家を借りて運営。

「地域福祉交流スペースCOCOLのほら」

月曜10時～13時 体操、脳トレ、庭づくり

参加費700円 (ランチ500円、参加費200円)



一人で参加されている方が多く、
おひとりさまでも、
参加しやすい
雰囲気がある

包括が把握しきれない方を早期に発見し繋いでくれる



<事例> 磯子区 株式会社アミーゴ

参加者の中に、歩行が危ない方がいらっしゃいました。
介護保険サービス等は使っていらっしゃらず頑張ってお一人で過ごされていた方でしたが、サービスBに通っていたことで、もりもり広場の代表から、地域包括支援センターに連絡・相談があり、早期に相談に繋ぐことができました。



もりもり広場
岩田さん

参加者の中でも気になる方でしたが、自分たちだけでは判断できなかったのも、専門職のアドバイスがほしいなと思い、地域包括支援センターの方に、様子を見に来ていただきました。専門職の目から判断いただけて、とても、心強かったです。

地域包括支援センターの相談にはあがってこない方でしたが、包括支援センターが把握しきれない地域の方にも、団体的方がアンテナをはって見守ってくださったり、繋いでくださるので、とても心強いです。



地域包括支援センター
(主任ケアマネジャー)



<事例> 旭区 一般社団法人おもいやりネットワーク

- ・ 介護保険の要支援認定は持っているが、ヘルパーさんをお願いするほどではない方。
- ・ **自分で買い物に行くこともできるが、一人暮らしなので、1日のうち、ほとんど誰とも話す機会もなく、ちょっとした安否確認があったら良い**という要支援者の方。
- サービスBの見守り支援（暮らしの御用聞き）として、週1回、見守りを実施しました。
- それ以外の日も、同じ団体が運営している、通所型支援の拠点である、コミュニティカフェあんさんぶるに、**自分で買物に行ったついでに立ち寄っておしゃべりをして過ごすなど、通所型支援と、見守り支援が連携して、ゆるやかな見守り**をしています。

- 見守り支援（暮らしの御用聞き） 週2回（火、木） 無償
- 通所型支援（コミュニティカフェあんさんぶる） 週6日 プログラムにより300～500円



仲間と刺激し合って、体力が向上する。



<事例> 泉区 特定非営利活動法人だんだんの樹

年1回は体力測定を行い、自分が、通所型支援に通うことでどうなりたいかの目標を決めます。プログラムは、筋力アップやボールを使ったエクササイズ等、体力向上を意識した様々なプログラムが盛り込まれていますが、皆さんよく笑い励まし合って取り組みます。

参加者の中には、90歳の方や、要支援、要介護の方もいらっしゃいますが、半年前は、上がらなかった足が、座ったまま90度まで上がるようになったり、ボールを内腿で挟んだまま、上から押しても、動かないくらい筋肉がついたり、立って靴下がはけるようになる等、だんだんの樹に通うことで、体力が明らかに向上しています。また、仲間とともに活動することで、「仲間が頑張っているから私も、あの人みたいに頑張りたい」と参加者同士の相乗効果が生まれています。

脳いきいき教室 水・木曜日 9:30～12:30
参加費8,000円／11回（ランチ600円、コーヒー100円付）



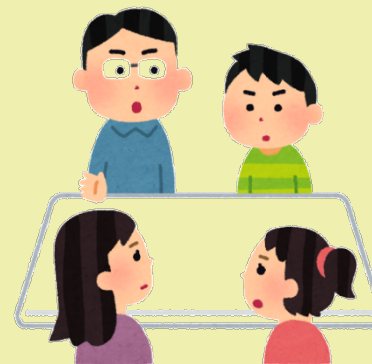
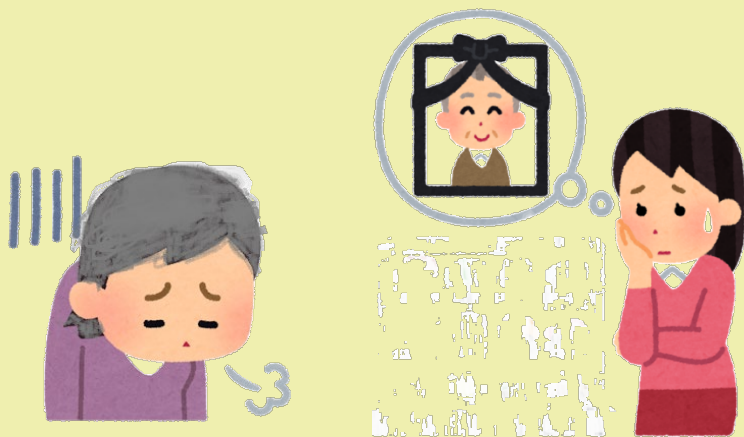
介護保険の利用できる単位数（利用限度額）の枠外で、居場所が必要な方にもご案内できる。利用者も家族も同じ空間を楽しめる。



＜事例＞ 泉区 NPO法人 宮ノマエストロ

88歳で夫を亡くした女性。ずっと気持ちがふさぎ込んでおり、家に引きこもり早く夫の後を追って死んでしまいたいと話していました。家族も心配していましたが、一緒に住むことはできず、どうしたら良いか家族会議まで開きました。

家族会議



年齢・性別関係なく**誰もが活躍**できる
～アンチエイジングからエンジョイエイジングへ～



<事例> 泉区 NPO法人 宮ノマエストロ

介護予防に資するプログラム

火(13:00～16:00)、木(14:00～17:00)、日(10:00～13:00)

回想法、健康体操、歌、シニアヨガ、脳トレ、健康講話、野菜の販売、収穫

そんな時、担当のケアマネジャーさんから、「それならデイサービスの他に、(横浜市介護予防・生活支援サービス補助事業の)宮ノ前テラスに行ってみてはどうですか？」と案内され、週1回通うことをケアプランに位置づけ、宮ノマエストロの介護予防に資するプログラムの日(活動日)が日曜日ということもあり、娘さんも一緒に参加し始めました。

回想法で昔話を思い出しながら自分の体験を話すうちに、Aさんは、そこで**新しく知り合いができ、自分の得意なことを活かした縫物を他の参加者に教えるなど、生きがいを見つけ、とても元気になっていきました。**



宮ノ前テラスに通ってみてはどうでしょうか？

ケアマネジャー



年齢・性別関係なく誰もが活躍できる
～アンチエイジングからエンジョイエイジングへ～



＜事例＞ 泉区 NPO法人 宮ノマエストロ

【 利用者家族（娘さん）の話 】

- デイサービスは週 1 回しか通えないけれど、ここなら、こどもからお年寄りまで参加しているので、家族も一緒に参加できて楽しく過ごせる。
- 家族が仕事で一緒に行けない日も、一人を通うなど、母の居場所ができた。
今では見違えるように前向きに元気になり、得意な裁縫を活かして、地域の方に教える講座をボランティアさんと一緒に企画するまでになり、活躍の場をみつけられて、本当にありがたい。
- 宮ノマエストロの活動が始まったことは、以前から知っていたけれど、ケアマネジャーからの後押しがあり、行ってみようという気持ちになった。
- こういった取組みを広げてほしい。また、ケアマネジャーから自分達のように困っている人に案内してもらえそうな広報はとても大切だと思う。

利用者の家族



【 ポイント 】 ケアマネジャーの勧めにより、給付によるサービスに加え、住民主体の支援を組み合わせることで、より本人の意欲や生きがいに繋がる結果となった。

7.GOAL



まずは、
サービスBの **魅力** を知り、

「見学に行ってみよう！」「プランに位置づけてみよう」
「ケアマネに紹介してみよう」と思える。

サービスBの活動は、団体によって様々なので、本日の事例は
一例に過ぎませんが、大小様々な活動が、高齢者の自立支援を
支えています。

サービスBの魅力を知っていただき、一緒に育んでいきましょう。

お疲れさま
でした！

