

横浜型地域包括ケアシステムの 構築に向けた南区行動指針



平成30年3月

目次

1	南区行動指針の策定にあたって	2
	(1) 地域包括ケアシステムの構築に向けた区行動指針の策定	2
	(2) 区行動指針の目的・位置づけ	2
	(3) 区行動指針の期間	2
2	南区の特色	3
	(1) 南区の概況	3
	(2) 南区の高齢者を取りまく現状	3
	(3) 南区の地域ケア会議の分析結果	5
3	南区の方向性	8
	(1) 地域包括ケアシステム構築に向けたスローガンと目指す方向性	8
4	分野別の取組	9
	(1) 介護予防・健康づくり	10
	(2) 生活支援の充実	13
	(3) 在宅医療・介護連携	15
	(4) 介護	17
	(5) 認知症対策	19
5	推進体制	21



南区における地域包括ケアシステムと南区地域福祉保健計画	8
脳トレウォーキングでいつまでも自分らしく健康に!	12
支え合いの地域づくりが進んでいます!	14
暮らしを支えるネットワーク	16
カフェとおりみち	18
南区認知症サポーターが1万人を越えました!	20
南区の地域支援の考え方	21
用語集	22

1 南区行動指針の策定にあたって

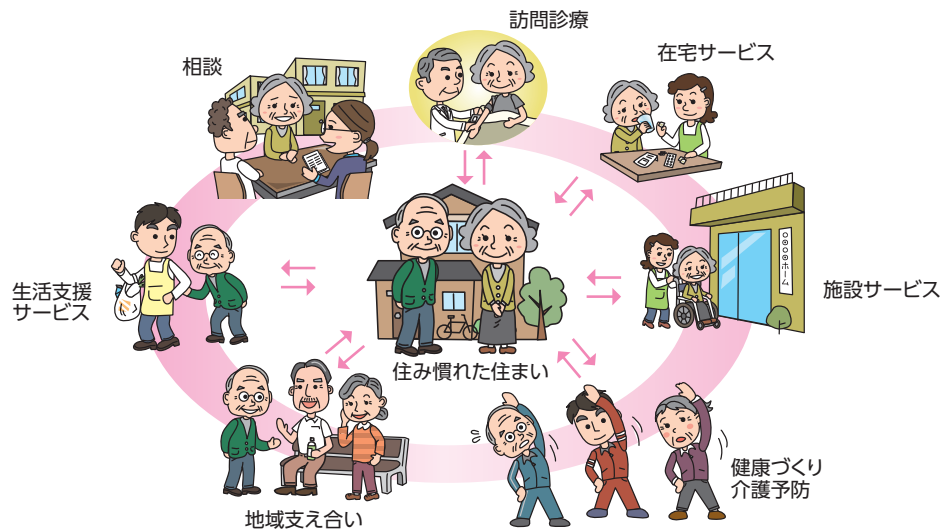
(1) 地域包括ケアシステムの構築に向けた区行動指針の策定

団塊の世代が後期高齢者（75歳以上）になる平成37（2025）年には、高齢化が一層進むことが予測されています。

高齢者が、重度な要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、**医療・介護・介護予防・住まい・生活支援が包括的に確保される体制（地域包括ケアシステム）の構築**が求められています。

地域包括ケアシステムは抽象的な概念であるとともに、幅広い分野にわたって連携が求められるため、まずは、横浜市が目指すべき姿を明確にし、考え方をわかりやすく示すために「横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けた行動指針（平成29年3月策定。以下、「市版指針」という。）」を策定し、推進しています。

区ごとに地域の実情や特性が異なる横浜市においては、区の戦略を立てることが重要です。そこで、市版指針で示された横浜市全体の考え方・施策を踏まえながら、日常生活圏域ごとの特性を踏まえ、特に重点をおいて取り組むべき項目や区独自の取組について整理した区行動指針を策定しました。



～ 地域包括ケアシステムイメージ ～

（第6期 横浜市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画より）

(2) 区行動指針の目的・位置づけ

区行動指針は、区の業務の地域包括ケアシステム構築における位置づけを示し、区役所及び関係団体・機関が目指すべき方向性を共有することを目的とします。

区行動指針の骨子（概要）は、「第7期横浜市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」（平成30年3月策定。以下、「第7期計画」という。）に位置づけられています。また、区行動指針全体は、第7期計画を補足するものとしてします。

(3) 区行動指針の期間

地域包括ケアシステムを平成37（2025）年までに構築することから、平成37（2025）年までとし、計画改定時に必要に応じて更新します。

2 南区の特色

(1) 南区の概況

南区は、横浜市の中央部に位置し、面積は12.63km²で、西区について小さい区です。区の地形は平地部と丘陵部により、狭い範囲の中で起伏に富んだ変化のある環境が形作られています。生活道路には狭い道路や坂道が多く、外出に支障をきたす高齢者もみられます。区の東部は早くから市街化が進み、区の南西部は昭和30年代に宅地開発され、市街地形成の過程等により様々な地域の特色が表れています。

南区には、下町らしい人情味あふれる人と人とのつながりがあります。加入率は近年減少傾向であるものの、自治会町内会加入率が市内5番目と比較的高く地域活動が活発です。

(2) 南区の高齢者を取りまく現状

平成27年現在、65歳以上の人口は約5万人、高齢化率25.9%で市平均の23.4%を上回っています。2025年には高齢化率は上昇し、30.1%になることが予測されています。(表1)(図1)

また、全世帯数の増加率が3%であるなかで、高齢者のいる世帯数は10%増加しています。特に、一人暮らし高齢者は20%増加しており、見守りが必要な世帯も増加していると予測されます。(表2)

南区民の平均自立期間は、男性77.84歳、女性81.41歳と市平均より短い結果になっています。(図2) 南区の要介護認定者は、65歳以上高齢者の約2割を占めています。(表3)(図3)

○ 南区の人口予測(国勢調査、横浜市将来人口推計から算出)

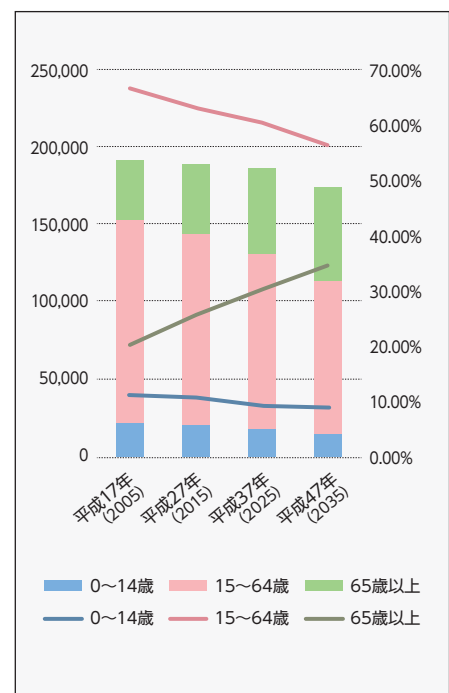
	平成17年 (2005)	平成27年 (2015)	平成37年 (2025)	平成47年 (2035)
総数	196,822	194,827	186,819	174,252
65歳以上	39,705	50,159	56,268	60,254
うち75歳以上	16,704	23,731	34,469	35,183
高齢化率	20.2%	25.9%	30.1%	34.6%
後期高齢者の人口比	8.5%	12.2%	18.5%	20.2%

(表1)

○ 南区の高齢者のいる世帯(国勢調査)

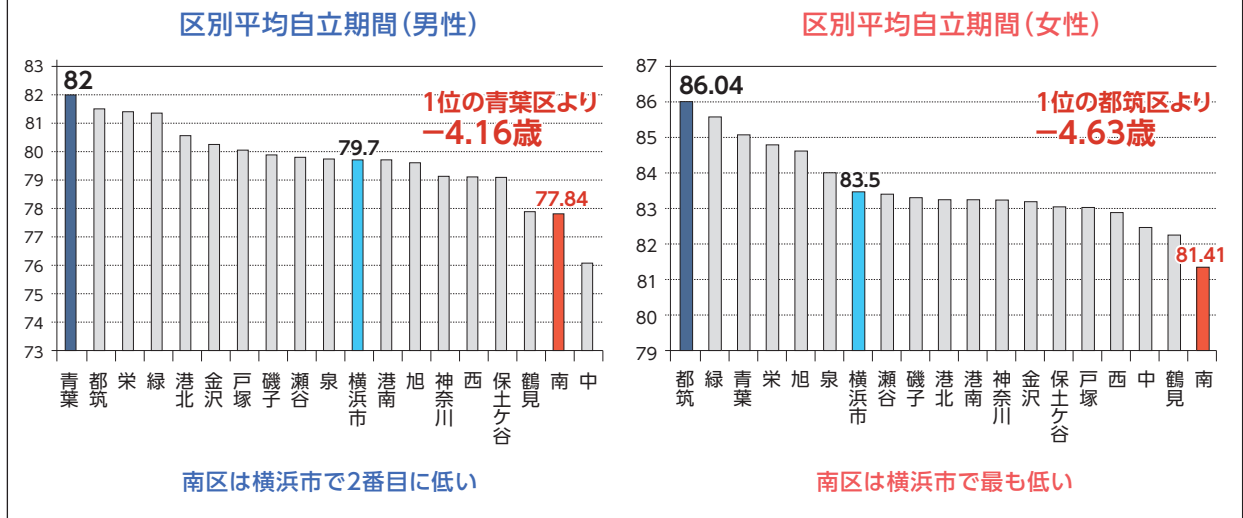
	全世帯	施設等を 除いた 世帯数	65歳以上 世帯員の いる世帯		
			うち高齢 夫婦世帯	うち 単身世帯	
平成22年	92,352	92,226	31,701	8,116	10,866
平成27年	95,528	95,134	35,200	8,952	13,020

(表2)



(図1)

○ 平均自立期間(横浜市衛生研究所健康疫学データ保健統計データ集)(平成27年)



(図2)

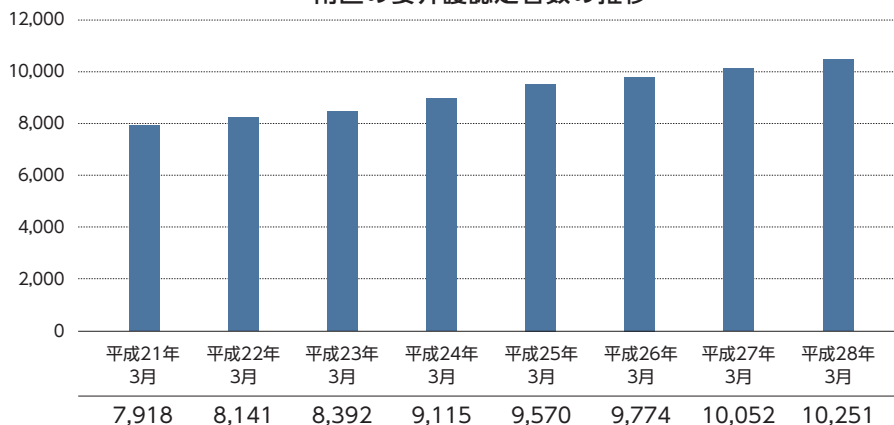
○ 南区の要介護認定者の状況

平成28年3月31日現在

区	要支援1	要支援2	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5	合計	1号被保険者数	認定率
横浜市	17,840	21,590	24,201	33,263	20,662	18,661	15,228	151,445	871,200	17.4%
鶴見区	1,087	1,445	1,656	2,619	1,493	1,410	1,215	10,925	59,325	18.4%
神奈川区	1,024	1,751	1,125	2,095	1,353	1,164	865	9,377	50,658	18.5%
西区	387	565	562	888	528	507	430	3,867	19,773	19.6%
中区	668	962	1,173	1,619	987	803	665	6,877	34,182	20.1%
南区	1,132	1,455	1,687	2,278	1,364	1,235	1,100	10,251	52,171	19.6%
港南区	1,005	1,687	1,233	2,193	1,225	1,100	1,054	9,497	58,660	16.2%
保土ヶ谷区	847	1,378	1,266	2,197	1,431	1,256	984	9,359	51,881	18.0%
旭区	1,299	1,646	1,932	2,701	1,750	1,496	1,240	12,064	69,097	17.5%
磯子区	940	1,370	1,112	1,630	1,012	921	739	7,724	44,444	17.4%
金沢区	1,322	1,074	1,684	1,976	1,154	1,101	843	9,154	55,414	16.5%
港北区	1,460	1,485	1,971	2,457	1,560	1,424	1,100	11,457	65,251	17.6%
緑区	875	688	1,107	1,468	963	868	663	6,632	40,241	16.5%
青葉区	1,336	1,398	1,836	1,912	1,259	1,208	847	9,796	60,541	16.2%
都筑区	756	761	872	1,149	787	694	581	5,600	33,243	16.8%
戸塚区	1,314	1,450	1,619	2,342	1,431	1,343	1,117	10,616	66,337	16.0%
栄区	939	676	940	1,095	614	576	495	5,335	36,037	14.8%
泉区	789	920	1,197	1,344	937	809	743	6,739	41,007	16.4%
瀬谷区	660	879	1,229	1,300	814	746	547	6,175	32,938	18.7%

(表3)

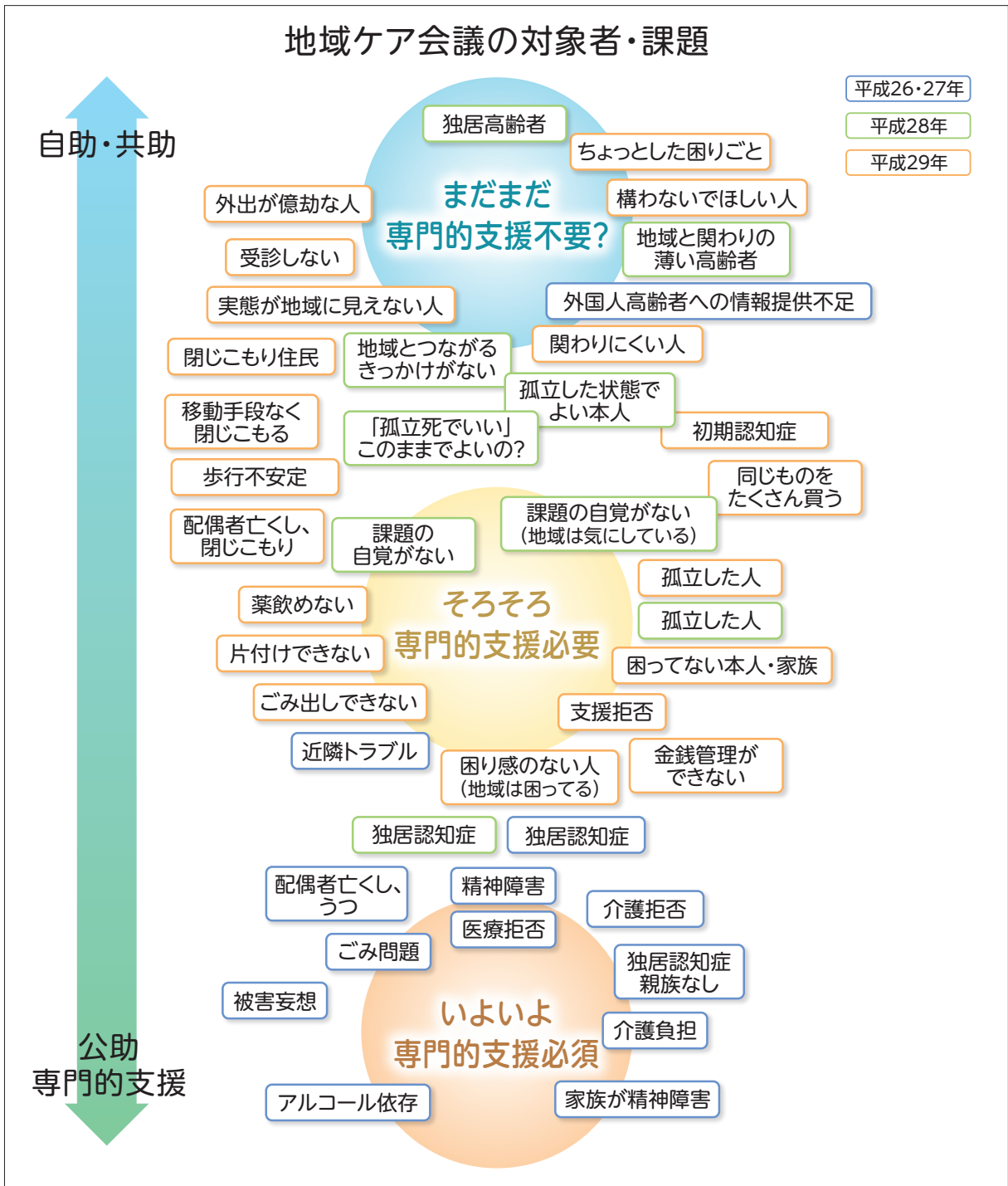
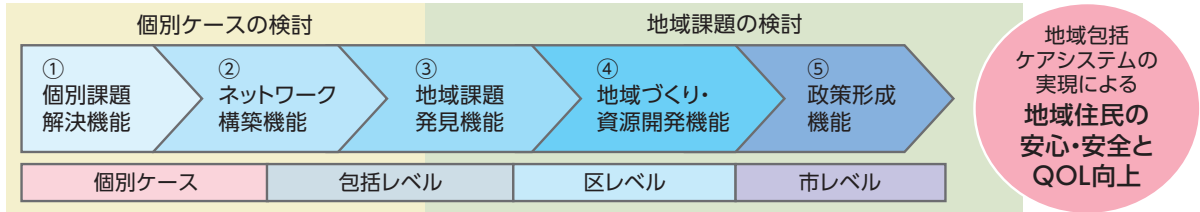
南区の要介護認定者数の推移



(図3)

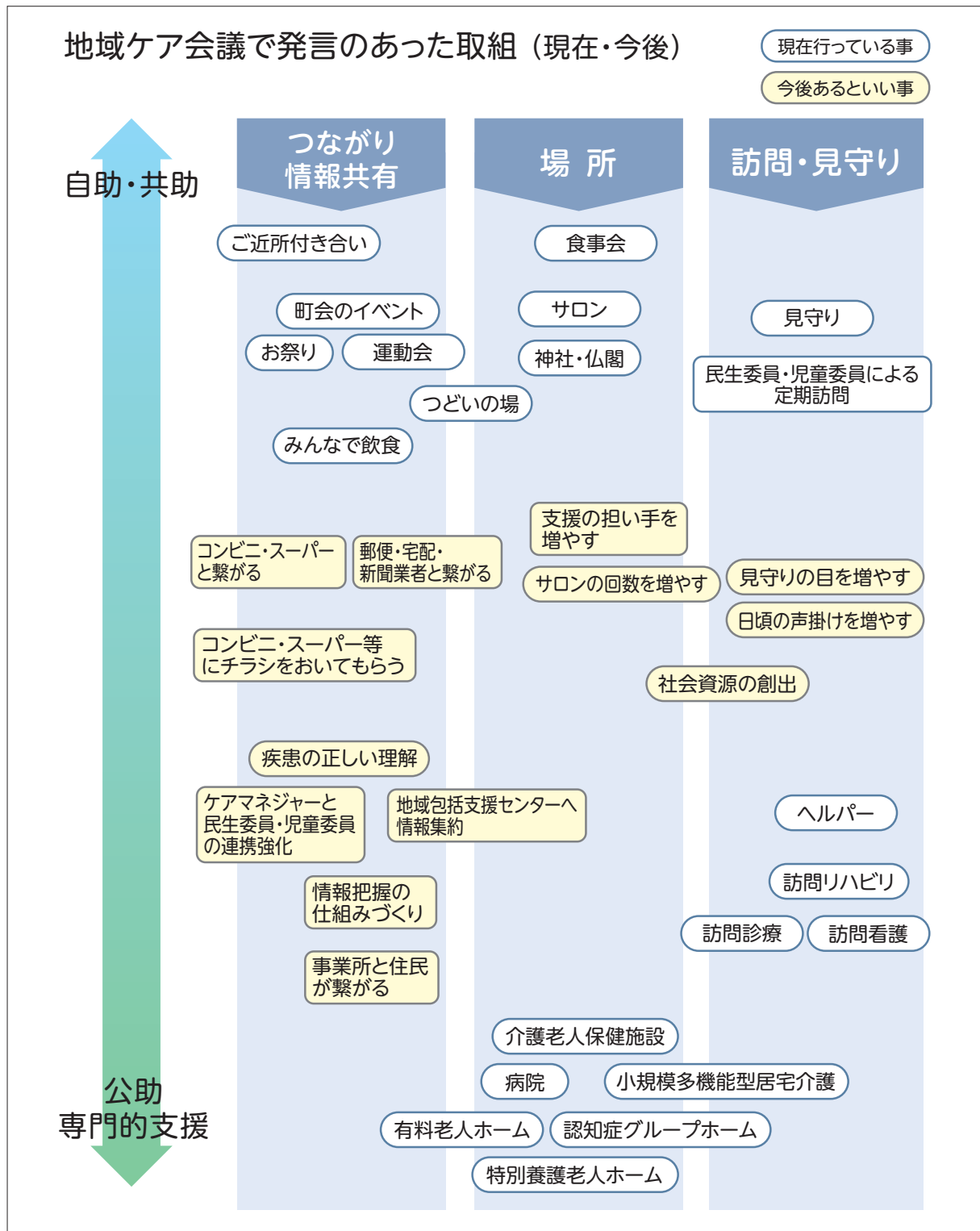
(3) 南区の地域ケア会議の分析結果

地域ケア会議とは、地域包括ケアシステムの実現に向けた手法として、高齢者個人に対する支援の充実とそれを支える社会基盤の整備（地域づくり）を同時に図っていくことを目的とした会議です。個別ケース、包括レベル、区レベル、市レベルの階層構造をとっており、それぞれのレベルに応じた内容について検討しています。



平成 26～27 年度に各地域包括支援センターで開催された個別ケース地域ケア会議においては、独居、認知症、障害等に付随する課題、特に多問題を抱える世帯（独居世帯で認知症を発症している事例や家族にも疾病があり介護ができない事例等）が多く取り上げられました。検討の中で、地域のつながりが色濃く残る地域性があり、日頃からの見守り体制や近隣での助け合いの関係があることがわかりました。

平成 28 年度の個別ケース地域ケア会議では、独居、認知症、孤立といった課題に対して、見守り、つながりをキーワードに対策について検討し、包括レベル地域ケア会議では、サロンの充実等地域資源の必要性について議論がされました。



平成 29 年度に、包括レベル地域ケア会議で地域分析を実施した結果、地域の支援者は、初期認知症等により生活上の困り感が見受けられるが地域との関わりやサービス利用を拒否している一人暮らし高齢者のように、共助による見守り・支え合いと公助・専門的支援の間にいる高齢者への対応を課題に思っていることが明らかになりました。解決策として、情報提供の方法の工夫、声掛けの継続、地域での情報共有の仕組みの構築、民間事業者との連携、ケアマネジャーと民生委員・児童委員の連携強化等があげられました。

孤立している高齢者への関わり方の検討、支援が必要になったときに専門的支援につながるができる仕組みづくりが求められています。



区レベル地域ケア会議



3 南区の方向性

(1) 地域包括ケアシステム構築に向けたスローガンと目指す方向性

スローガン **ずっと一緒にこの街で 未来へつなごう 南の風**

目指す方向性

- 支援や介護が必要になっても地域とつながりながら暮らし続けられる地域づくりを推進します。
- 地域の見守り・支え合いの取組を、多様な主体（関係団体・機関、事業者、ボランティア等）に広げながら充実させていきます。また、支援が必要になったときに早期に相談につながるよう地域と医療・介護専門職のネットワークをつくります。
- 高齢者自身も、介護予防に取り組み、生きがいを持って暮らし続けられるよう、それらに資する活動を支援します。



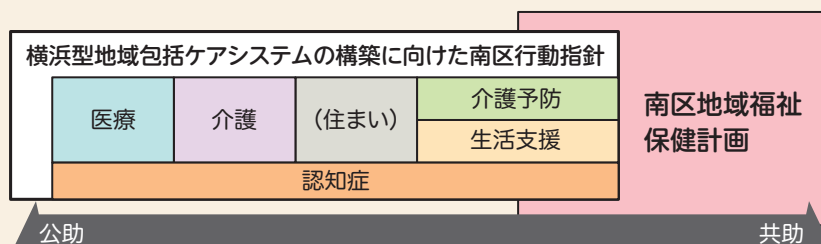
南区における地域包括ケアシステムと 南区地域福祉保健計画

地域包括ケアシステムは、高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けることができるよう、ニーズにあった資源を組み合わせる様々な支援やサービスが連携し、一体的に提供される体制を目指すものです。

地域福祉保健計画は、高齢者、障害者、子ども等をはじめとした区民の地域福祉保健にかかる理念、方針、地域の取組の推進方向等を明示し、区民全体の地域生活の充実を図ることを目指しています。

地域包括ケアシステムの構成要素のうち、介護・医療・住まいについては、地域包括ケアシステムの構築を通じて充実させていくものですが、介護予防・生活支援については、地域福祉保健計画の高齢者を対象とした取組と連動させる必要があります。

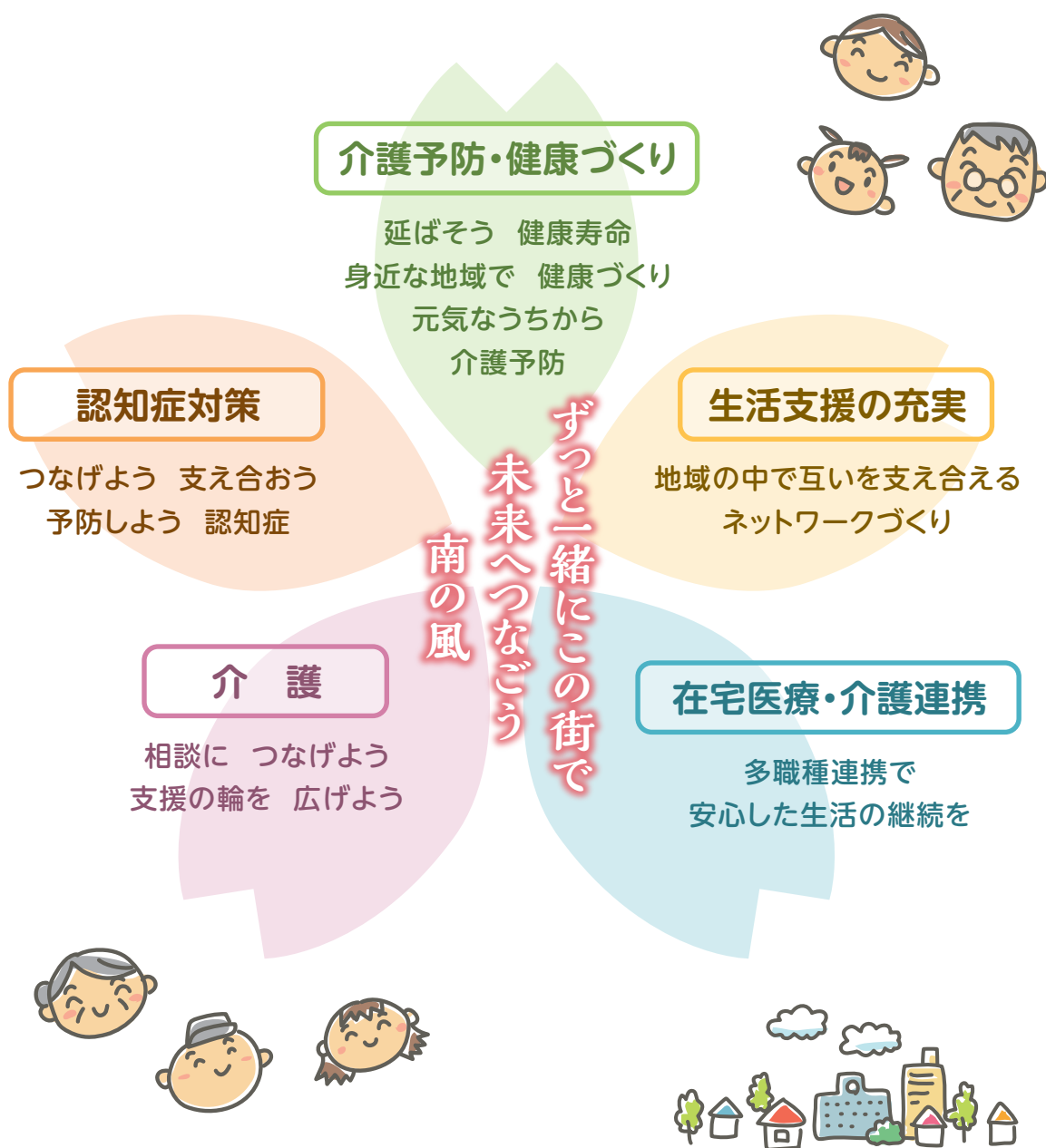
南区では、平成28年から第3期南区地域福祉保健計画を推進しており、つながり・支え合いの関係づくり、活躍の機会・参加の場づくり等のために、地域をはじめ、関係団体・機関、区が連携しながら、サロン・イベントの開催等様々な取組を行っています。既存の取組を生かしながら、より充実させていくことにより、地域包括ケアシステム推進の基盤が作られます。一方で、地域包括ケアシステムの推進によって、医療・介護専門職、民間事業者、NPO法人等多様な主体のネットワークの構築が図られることにより、南区地域福祉保健計画の取組にも広がりが見られることが期待されます。



4 分野別の取組

区域での地域包括ケアシステムの構築にあたっては、「介護予防・健康づくり」、「(多様な主体による)生活支援の充実」、「在宅医療・介護連携」、「認知症対策」の取組の充実化を図ることが不可欠です。介護保険制度を利用しながら生活している高齢者が多い南区の特性を踏まえ、「介護」を加えた5分野については、分野別に「現状・課題」、「方向性」、「具体的な取組」を設定します。

5分野におけるスローガンは次のとおりとします。



1 介護予防・健康づくり



延ばそう 健康寿命 身近な地域で 健康づくり 元気なうちから 介護予防

現状・課題

統計データ等からみる特徴・課題

- ▶ 要介護認定者割合が、19.6%と市平均より高いです。(平成 28 年 3 月末)
- ▶ 平均自立期間が、男性 77.84 歳、女性 81.41 歳と市平均より短いです。(平成 27 年)
- ▶ 健康に関する市民意識調査(平成 28 年度)の結果は次のとおりです。

- ・男性の運動習慣のある人の割合が 23.0%と低いです。
- ・過去 1 年間の健診の受診状況で「受けていない」人の割合が市内で最も高いです。
- ・喫煙習慣のある人や 1 週間の飲酒頻度が毎日の人割合が市内で最も高いです。

- ▶ 横浜市国民健康保険特定健診受診率が市内で最も低いです。(平成 28 年度)
- ▶ 横浜市がん検診受診率が低いです。(平成 28 年度)
- ▶ 横浜市国民健康保険特定健診受診者のうち、男性のメタボリックシンドローム該当者の割合が市内で 2 番目に多いです。(平成 28 年度)
- ▶ 朝食を食べる人や主食・主菜・副菜をバランスよく食べる人が少ない等適切な食生活を実施している人の割合が低いです。(平成 28 年度)
- ▶ 介護保険 2 号被保険者認定の原因特定疾病は、脳血管疾患が 50.0%と最も多いです。(平成 28 年 10 月末)
- ▶ お元気で 21 健診受診者データ(平成 28 年度)は次のとおりです。

- ・お元気で 21 健診受診者 475 名、うち新規受診者は 166 名(34.9%)
男女比は 2 : 8 で、男性が少ないです。
- ・お元気で 21 健診受診者は健康意識が高いです。
運動習慣のある方が 9 割(横浜市 47.7%)
ロコモティブシンドローム(ロコモ)認知度 78.3%(横浜市 33.8%)

- ▶ 住民運営の通いの場 88 か所、うち元気づくりステーション 17 か所(平成 28 年度末)
- ▶ かいこ予防サポーター(南区独自のボランティア)約 100 名が活動中(平成 28 年度)

地域ケア会議等でとりあげられた特徴・課題

- ▶ 急な坂や階段が多く、閉じこもりになりがちな地域があります。
- ▶ 要介護認定を受けている方が、元気づくりステーションに参加したところ、要介護度が下がり、担い手になった事例があります。
- ▶ 介護予防に資するグループが増えており、自主運営できているグループもあります。
- ▶ 地域の担い手が限定されています。
- ▶ 住民運営の通いの場への男性の参加者が少ないです。

方向性

① 介護予防・健康づくりに関する普及啓発を行います。

・いくつになっても健康的に生活できる区民を増やすことを目指し、介護予防・健康づくりに関する知識の普及啓発を行います。

具体的な啓発内容

- 健康寿命の延伸
- ロコモ等の予防に関する知識や取組
- 健康的な食習慣、口腔ケア等の知識
- 自立に向けた介護予防、介護保険の理念
- かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬剤師
- 趣味活動を含めた介護予防・健康づくりに資する取組

・地域福祉保健計画の推進により地域の関係団体・機関と連携した健康づくりの風土を醸成します。
・自身の健康状態・生活機能の状態の把握の必要性を周知するとともにセルフケアに向けた相談ができる体制づくりを推進します。
・救急事故(転倒・骨折等)の発生を未然に防ぐため、原因を分析し、その予防対策を広く区民に啓発及び広報します。

具体的な取組

- 介護予防セミナーの実施
- 意識啓発、介護予防(ロコモ、フレイル、コグニサイズ等)・健康づくりに関する情報の周知
- 地域包括支援センターと協働した、区民への介護保険理念の啓発や、介護予防事業の紹介、ケアマネジャー向け介護予防支援・介護予防ケアマネジメント研修の充実
- 生活習慣病の重症化予防のための個別健康・栄養相談、教室の実施
- 南区医師会、南区歯科医師会、南区薬剤師会と連携した健康づくりの推進
- 適切な口腔のセルフケアとかかりつけ歯科医での定期チェック
- 健康的な食習慣を定着させるため食育の推進
- 食生活等改善推進員(ヘルスマイト)による健康的な食生活の普及啓発への支援
- 保健活動推進員による健康講座の実施
- 健診受診率向上に向けた啓発
- ハイリスク層へのアプローチの検討
- お元気で21健診の推進、お元気で21健診出前講座の地域展開の拡大

② 介護予防・健康づくりに資する活動への参加を促進します。

・高齢者(特に男性)が介護予防・健康づくりに資する活動(介護予防事業、地域活動や趣味活動)に積極的に参加できるような働きかけをします。

具体的な取組

- お元気で21健診の推進、お元気で21健診出前講座の地域展開の拡大(再掲)
- 住民運営の通いの場の情報収集、運営支援
- 介護予防活動グループ情報誌の作成
- 保健活動推進員による地区ウォーキング、健康講座の実施
- 定年前後の男性を対象とした健康講座の開催
- 自治会町内会の加入率向上

③ 集いの場づくりを進めます。

- ・歩いて通える場に介護予防・健康づくりの場をつくります。
- ・介護予防に資するグループを増やします。
- ・自立を目指した活動づくりを支援します。
- ・地域の活動に、介護予防・健康づくりの視点を取り入れてもらうよう働きかけます。

具体的な取組

- 地域活動の支援
- 地域ケアプラザ等と協働したボランティア育成、担い手の発掘
- かいご予防サポーターの養成、活躍の場の拡大
- 住民運営の通いの場の情報収集、運営支援(再掲)
- 介護予防に資するグループの育成・支援
(元気づくりステーション支援、地域リハビリテーション活動支援事業の活用等)



脳トレウォーキングで いつまでも自分らしく健康に!

南区には元気づくりステーションなど、身近な地域で介護予防・健康づくりに取り組むグループがあります。その中のひとつである脳トレウォーキングでは、たくさんの参加者が公園に集まり、頭を使いながら体を動かすコグニサイズを行ったり、ラダーを使って一緒に歩いたり、楽しい時間を過ごしています。グループを支えるボランティアとして、南区独自のボランティア“かいご予防サポーター”をはじめ、自治会町内会、各種委嘱委員など地域の様々な方が活躍しています。区役所・地域ケアプラザ(地域包括支援センター)も南区民の「もっと元気に!」を応援しています。

皆さんも身近な地域の活動に参加してみませんか?

※「コグニサイズ」は国立長寿医療研究センターが開発した脳と体の機能を効果的に向上させるプログラムでコグニション(認知)とエクササイズ(運動)を組み合わせた造語です。



ラダーを使って
楽しく歩いています♪



2 生活支援の充実



地域の中で互いを支え合えるネットワークづくり

現状・課題

統計データ等からみる特徴・課題

- ▶ 公的施設は、地区センター4か所、地域ケアプラザ7か所、コミュニティハウス7か所
- ▶ 生活支援コーディネーター8人配置（平成28年度～）、協議体9回（平成28年度）
- ▶ 要支援認定者及びサービス事業対象者は約2,500人（平成28年度）
- ▶ 一人暮らし高齢者世帯数は13,020世帯であり、増加傾向（平成27年国勢調査）
- ▶ スポーツの会、趣味の会、ボランティア等への参加者が少ないです。
（JAGES 2016 調査（健康とくらしの調査：厚生労働科学研究））
- ▶ 生活支援（草むしり、家事援助等）に取り組むボランティア団体は13か所
夏季の草むしりのニーズが高いです。
- ▶ 南区社会福祉協議会ボランティアセンターのボランティア登録者は、男性：46.9%、女性：53.1%
であり、市内では男性登録者割合が高い区の一つです。また、60～70代の登録者が多いです。
- ▶ 要支援者のニーズは家事援助、特に掃除が高いです。（要支援者のサービス利用状況の分析による）

地域ケア会議等でとりあげられた特徴・課題

- ▶ 多くの地域で民生委員・児童委員、近隣住民等による見守りのネットワークがあります。さらに、困りごとへの支援が行われている地域もあります。
- ▶ 自治会町内会、地区社会福祉協議会（地区社協）、ボランティアによるサロンは活発に行われている一方、常設型のサロンが少ないです。
- ▶ 商店が減少傾向にあり、特に坂の上の住民から、「買い物が不便」という声が聞かれます。
- ▶ 特技を持っている高齢者が地域の中にたくさんいますが、それを生かしているのか、生かす場があるのかについての把握が不十分です。

方向性

① 高齢者の通いの場を増やします。

- ・高齢者が通える場、虚弱になっても通い続けられる場が増えるよう支援します。
- ・仲間づくりを支援します。
- ・多世代交流の場が増えるよう支援します。

具体的な取組

- 地域資源や趣味活動について紹介できるリスト、マップづくり（老人クラブとの連携）
- 高齢者の経験を生かせる場づくり
- 虚弱になり外出に支援が必要になっても通い続けられる方法の検討
- 区内施設との連携の推進（まるごとみなみ施設間連携事業との連携）
- 社会福祉法人、民間事業者等との連携の推進
- 常設型を含めた地域の拠点設置に向けた支援
- 地区社協等と連携した地域住民主体の取組の支援（地域福祉保健計画の推進）

② 高齢者の社会参加を応援します。

- ・就労を希望する高齢者を支援します。
- ・高齢者が、これまで仕事や趣味活動で培った能力が生かせるボランティア等の担い手となるように働きかけます。

取組
具
体的
な

- ジョブスポットとの連携強化
- 高齢者の経験を生かせる場づくり(再掲)
- ボランティアの育成(養成講座の開催、地域福祉保健計画の推進等)

③ 生活支援の取組を充実させます。

- ・地域の中で互いを支え合うネットワークを作っていけるように、地域や関係団体等を支援します。
- ・民生委員・児童委員が地域の身近な相談相手として、福祉に関する様々な相談に応じ、様々な組織と連携しながら地域福祉を推進します。

具
体的
な
取
組

- ボランティア(特にちょっとボランティアの担い手)の育成
- ボランティア同士の交流の促進
- 外出支援、買い物支援の充実に向けた多様な主体への働きかけ
- 民生委員・児童委員による高齢者等への定期訪問の実施
- 地区社協等と連携した地域住民主体の取組の支援(地域福祉保健計画の推進)(再掲)



支え合いの地域づくりが進んでいます！

支援が必要な高齢者が増える中、住民主体の通いの場づくりが各地区で進んでいます。2地区の取組を紹介します。

事例1 ● 永田みなみ台地区

永田みなみ台地区は、集合住宅からなるエリアで、高齢化率は南区内16地区で1番の約40%です。団地内の商店街の空き店舗を活用したまちづくりについての検討が平成27年から始まり、28年3月に「永田みなみ台まちづくり運営委員会」が設立されました。現在は、赤ちゃんからお年寄りまでみんなで参加ができる「つながり祭」を近隣の小学校と連携しながら隔月で実施しています。「つながり祭」の発展と空き店舗を活用した拠点づくりに向けて地域住民、商店会、学校等が検討を進めています。



事例2 ● 中村地区

中村地区は、急勾配の道路が多いことが特徴ですが、遠出が困難な高齢者でも歩いて行ける範囲にみんなが集まれる場所があるようにとサロン活動が活発に行われています。中村地域ケアプラザが作成したサロンマップには23か所のサロンが掲載されています。形を変えながら10年以上続いているサロンもある一方で、空き家、個人宅、畑を活用した新しいサロンも実施されています。現在は、それぞれのサロンがますます充実していけるよう、サロン同士が情報交換できる場づくりを行っています。



中村地区 サロンマップ

3 在宅医療・介護連携



多職種連携で安心した生活の継続を

現状・課題

統計データ等からみる特徴・課題

- ▶ 自宅で亡くなった人の割合 21.3% (横浜市 16.7%) (平成 28 年度横浜市在宅医療基礎調査)
- ▶ 救急出場件数 12,288 件 (平成 28 年) 前年比 8.3% 増。搬送者の 50% 以上が高齢者です。
- ▶ 病院 5 か所、一般診療所 136 か所、在宅療養支援診療所 13 か所、歯科診療所 108 か所、薬局 77 か所、訪問看護ステーション 13 か所 (横浜市 HP)
- ▶ 南区在宅医療相談室 平成 27 年 1 月開所
- ▶ 医療・介護の職種を超えた連携の推進のための研修会を実施しています。

- ・在宅医療相談室の事例検討会 年 10 回
- ・多職種連携会議 (南区在宅療養支援ネットワーク会) 事務局会議年 6 回、総会年 2 回
- ・在宅チーム医療を担う人材育成研修 参加者 128 人 (平成 28 年度)

- ▶ 地域ケア会議 29 回 (平成 28 年度)

地域ケア会議等でとりあげられた特徴・課題

- ▶ 地域の見守り・支え合いと専門職によるサービスとの連携に向けた取組が必要です。

方向性

① 在宅医療に関する普及啓発を行います。

- ・在宅療養を支える制度や地域の体制について普及啓発をしていきます。
- ・かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬剤師を持つ区民が増えるよう普及啓発をしていきます。
- ・一人ひとりの状態に応じた搬送手段の活用による救急車等の適正利用を推進します。

具体的な取組

- 南区医師会、南区歯科医師会、南区薬剤師会、南区在宅医療相談室、南区在宅療養支援ネットワーク会と連携した区民意識啓発 (在宅医療・介護、在宅看取り等)
- 往診医、訪問医、在宅療養歯科支援診療所、かかりつけ薬局等の情報の共有
- 民間の患者搬送車や介護タクシーの利用等の搬送手段の周知
- 救急相談センター (#7119) や救急受診ガイドの周知
- 地域ケア会議の活用 (普及啓発、参加者の拡大、ネットワーク構築、会議結果の施策への反映等)

救急相談センター (#7119)



② 医療・介護専門職の連携を強化します。

- ・早期受診・早期治療につながるよう連携を促進します。
- ・「適切なケアと医療の提供」の体制づくりを進めていきます。
- ・在宅医療を担う人材を増やします。
- ・専門職が互いの役割をより深く理解できる機会を増やします。

具体的な取組

- 南区在宅医療相談室が実施する事例検討会、研修会の開催支援
- 南区在宅療養支援ネットワーク会の支援
- 在宅チーム医療を担う人材育成研修の充実
- 福祉制度の理解の推進
- 地域ケア会議の活用
(普及啓発、参加者の拡大、ネットワーク構築、会議結果の施策への反映等)(再掲)

③ 医療・介護専門職と地域との連携を推進します。

- ・地域の見守り・支え合いの取組がケアプラン等に反映され、相互に支援が行える連携関係を築いていきます。
- ・介護保険サービスの導入の有無にかかわらず、高齢者が地域の中でつながりながら暮らすことを支えていきます。

具体的な取組

- 南区在宅医療相談室が実施する事例検討会、研修会の開催支援(再掲)
- 南区在宅療養支援ネットワーク会支援(再掲)
- 在宅チーム医療を担う人材育成研修の充実(再掲)
- 地域ケア会議の活用
(普及啓発、参加者の拡大、ネットワーク構築、会議結果の施策への反映等)(再掲)



暮らしを支えるネットワーク

区内の医療・介護専門職が集まり、地域で安心した暮らしが継続できるよう関係職種が問題解決していけるような環境づくりを目的とし、「南区在宅療養支援ネットワーク会」を立ち上げました。南区医師会、南区在宅医療相談室を中心に、病院、ケアマネジャー、訪問看護ステーション、理学療法士、地域包括支援センター、介護事業所・施設等が集まって事例検討会や講演会の企画、運営をしています。平成29年9月の総会には150人以上が参加しました。

広がり続ける専門職のネットワークと地域住民のネットワークとをつなぐことによって、最後まで安心して暮らせる地域にまた一歩近づいていきます。地域ケア会議や区民向け講演会等を通じて、医療・介護・地域をつないでいきます。



4 介護



相談に つなげよう 支援の輪を 広げよう

現状・課題

統計データ等からみる特徴・課題

- ▶ 要介護認定者割合が、19.6%と市平均より高いです。(平成 28 年 3 月末)
- ▶ 地域包括支援センター 8 か所 (平成 28 年 3 月末)
- ▶ 区内全ての地域包括支援センターで介護者サロンを実施しています。

地域ケア会議等でとりあげられた特徴・課題

- ▶ 介護保険の申請が、重篤化してからとなることが見受けられます。
- ▶ 介護者が遠方にお住まいであったり、介護者となる人がいなかったりすることが見受けられます。
- ▶ 老々介護等、介護者の介護負担が重くなっています。

方向性

① 相談体制の充実を図ります。

- ・適切な介護サービスを受けて自分らしい生活を送ることができるよう支援します。
- ・早期に適切な相談ができる支援体制を整備します。

具体的な取組

- シニア大学等での介護保険制度の普及啓発
- 地域包括支援センターと連携した相談体制の周知・充実
- ケアマネジャー支援、介護予防支援・介護予防ケアマネジメント研修等ケアマネジメントの推進

② 介護者支援・高齢者虐待防止啓発の取組を推進します。

- ・介護者の健康にも目を向け、介護生活を支援します。
- ・関係団体・機関で連携し、介護者を支えるネットワークづくりを支援します。
- ・地域・医療・介護の連携のもと、高齢者虐待防止の啓発、取組を進めます。

具体的な取組

- 介護者サロンの充実
- 講座や広報による介護に関する知識の情報提供
- 介護を終えた方が、その経験を生かせる場づくり
- 高齢者虐待防止研修・高齢者虐待防止啓発の実施

介護者サロンリーフレット





カフェとおりみち

地域の誰もが気軽に立ち寄り、悩みや不安を話したり、情報交換ができる、つながれるほっとする場。それが「カフェとおりみち」です。

きっかけは六ツ川地域ケアプラザの包括レベル地域ケア会議(5~7ページ参照)。隣の席に座った認知症キャラバンメイトと保健活動推進員として地域で活躍中のA氏と医療・介護専門職のB氏が「こんな場所があったらいいね」と盛り上がったことから、時を経て平成29年9月にB氏が所長を務める事業所内で地域のボランティアスタッフが運営する「カフェとおりみち」が誕生しました。

カフェの代表はA氏。「肩ひじ張らずに楽しくお茶を飲みながら、専門家や同じ立場の方等にゆっくりと相談できる場所になってほしい」と話されています。

カフェでは、ボランティアスタッフを中心に、高齢者や認知症の人、地域の役員、介護者家族、医療や介護や運動の専門家がそれぞれの肩書を脱いでおしゃべりを楽しんでいます。ぜひ一度、のぞいてみてください。



5 認知症対策



つなげよう 支え合おう 予防しよう 認知症

現状・課題

統計データ等からみる特徴・課題

- ▶ 南区徘徊認知症高齢者あんしんネットワーク登録者数 208 件 (平成 29 年 4 月)
- ▶ 認知症キャラバンメイト養成数 136 人、認知症サポーター養成数 11,084 人 (平成 28 年 3 月末)。地域の中で、認知症への理解・啓発が進んでいます。
- ▶ 認知症カフェ 南区内1か所 (平成 29 年 4 月)
- ▶ 平成 28 年度介護予防セミナーで軽度認知障害(MCI) について取り上げた結果、580 人の参加があり、区民の関心は高いです。
- ▶ 認知症サポート医 3 人
- ▶ 平成 28 年度から南区医師会内に認知症対策委員会設置
- ▶ 医師会、歯科医師会、薬剤師会では、認知症対応力研修を実施しています。

地域ケア会議等でとりあげられた特徴・課題

- ▶ 早期受診・早期診断につながっておらず、重篤化してから相談となることが見受けられます。
- ▶ 認知症に伴う主症状やBPS D (周辺症状) 等により不適切介護につながってしまうことが見受けられます。

方向性

① 認知症に偏見のない地域づくりを行います。

- ・認知症に対する理解や普及啓発を進めるとともに、認知症やその他疾患、障害に対する偏見がない地域づくりをしていきます。
- ・認知症が疑われる方が早期に適切な支援につながれるよう、地域での見守りとともに関係団体・機関と連携して対応していきます。

具体的な取組

- 認知症キャラバンメイトになり得る人材の発掘・支援
- 認知症サポーターの活躍の場(認知症カフェ等)の検討
- 認知症サポーター養成講座、特に学校・老人クラブ向け認知症サポーター養成講座の充実
- 南区徘徊認知症高齢者あんしんネットワークの啓発拡充

② 認知症予防の取組を推進します。

- ・介護予防・健康づくりの場の中で、認知症予防の取組を進めていくとともに認知症があってもなくても通える場づくりや地域の中でも見守り続ける風土づくりをしていきます。

具体的な取組

- 介護予防・健康づくりの場での認知症に対する理解の推進

③ 医療との連携により早期受診・早期診断を推進します。

- ・主治医や認知症サポート医との連携、認知症への理解相談体制の強化を進めます。
- ・早期受診・早期診断につながるよう連携を促進します。
- ・「適切なケアと医療の提供」の体制づくりを進めていきます。(再掲)

具体的な取組

- 認知症初期集中支援チームの設置
- 認知症サポート医との連携

④ 権利擁護の推進を適切かつ円滑に行います。

- ・成年後見制度等、権利擁護に関する制度の普及啓発を行います。
- ・地域の権利擁護関係団体・機関と医療・福祉の専門職とのネットワークを強化し、困難事例の検討や権利擁護の普及啓発を進めていきます。

具体的な取組

- 成年後見制度の普及
- エンディングノートの普及
- 成年後見サポートネットの充実

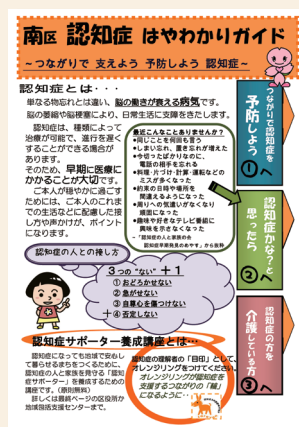


南区認知症サポーターが1万人を越えました!

高齢者の4人に1人が認知症または予備軍と言われています。

南区においても、認知症について多くの方に正しく理解してもらうため、地域の認知症キャラバンメイトが地区センターや地域ケアプラザだけでなく、小学校や新聞販売店や警察署等、様々な場所で「認知症サポーター養成講座」を実施し、南区における認知症サポーターはなんと1万人を超えました。

1人ひとりが認知症について理解し意識することで、幅広い世代に認知症の人や家族を温かく見守る気持ちの輪が広がっていく事が「認知症があってもなくても住んでいる人が安心して生活できるまちづくり」への第一歩となるのです。



認知症
はやわかりガイド

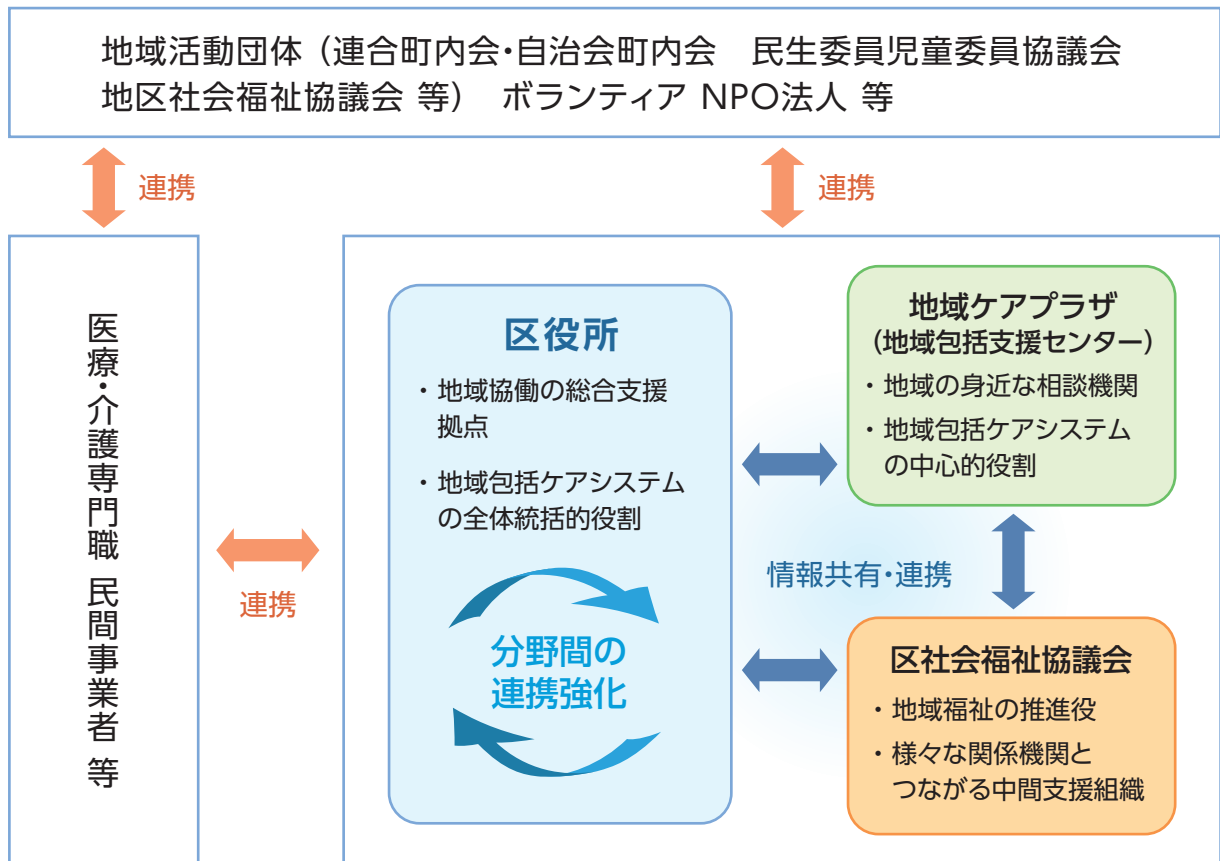


認知症サポーターの証
「オレンジリング」

～ つながりで支えよう認知症・明日の自分・家族のために!! ～

5 推進体制

地域包括ケアシステムの構築に向けては、関係団体・機関の連携が不可欠ですが、特に、区役所、区社会福祉協議会、地域ケアプラザ（地域包括支援センター）がそれぞれの得意分野・強みを生かしながら、それぞれの役割を果たすことが重要です。今後も連携強化に努めていきます。



南区の地域支援の考え方

南区では、地域の実情に応じた地域活動を支援することで、地域の力を応援し、地域の皆様と一緒に地域の活性化に取り組んでいます。地域包括ケアシステムの構築に向けても、地区ごとの特徴、魅力を最大限に生かしつつ、区役所各課、区社会福祉協議会、地域ケアプラザ（地域包括支援センター）と連携しながら推進していきます。

また、地域包括ケアシステムの構築に向けた取組が、担い手不足、地域活動への関心の低下等地域の様々な課題解決にもつながるよう、共感と信頼、横のつながりを育みながら、区役所一丸となって取組を進めていきます。特に、地域福祉保健計画の取組とは密接な関係にあり、相互に調和を図り、推進していきます。





用語集

元気づくりステーション

身近な地域で、参加者本人と仲間、そして地域も元気にする自主的な活動グループ。体操や脳トレウォーキング等様々な活動を通じて参加者の交流や介護予防・健康づくりに取り組んでいる。

お元気で21健診

生活の様子を振り返る「問診」と「3つの体力測定(握力・片足立ち・5m歩行)」を行い、運動や認知機能の低下等、“健康寿命に影響するサイン”を早期に見つけ、いくつになっても自立した生活を送ることができるよう、具体的な予防の取組を伝えている。

ロコモティブシンドローム (略称ロコモ)

加齢に伴う筋力低下や骨・関節の疾患等の運動器の障害が起こり、立つ・座る・歩く等の移動能力が低下する状態

フレイル

加齢に伴い心身の活力(筋力、認知機能、社会とのつながり等)が低下した状態をいい、「虚弱」を意味する。フレイルはロコモより広い概念としてとらえることができる。

かいご予防サポーター

介護予防(ロコモ・認知症予防等)について学習し、自ら取り組むことに加えて、ロコモ予防・認知症予防の取組・必要性等を地域や周りの方へ伝える活動やお元気で21健診の運営を行っている。サポーターになるには一定の講座の履修が必要。南区独自のボランティア

介護予防ケアマネジメント

本人が住み慣れた地域で自立した生活が送れることを目標に、必要なサービスを利用し、介護予防・健康づくりに取り組めるよう、地域包括支援センター(地域ケアプラザ等)でケアプランを作成し、支援している。

南区在宅医療相談室

南区医師会に設置されている在宅療養支援のための相談機関。かかりつけ医や在宅医療に関すること等の相談・支援、在宅医療における多職種連携支援をしている。

成年後見サポートネット

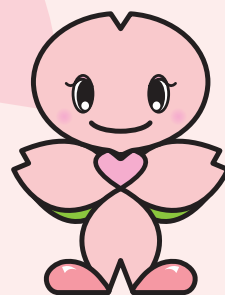
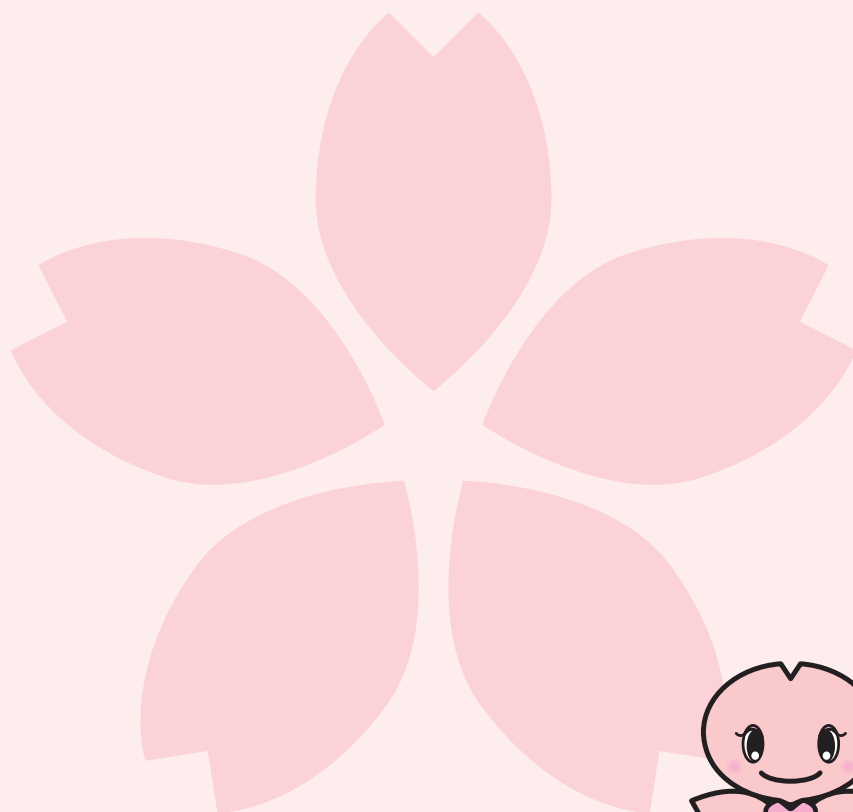
行政機関・福祉・法律の専門家が集まり、必要な方が適切に成年後見制度を利用できるよう、またよりよい支援が展開できるよう検討しているネットワーク会議。18区それぞれで定期的開催している。

南区徘徊認知症高齢者 あんしんネットワーク

認知症の高齢者が徘徊等で行方不明になった際に、できるだけ早く発見・保護するために、事前登録を行い、南警察署・南区役所・地域包括支援センター・交通機関・介護事業所等が、協力して取り組む仕組み

介護者サロン

家族を介護している人、介護の経験のある人、同じ悩みを抱えている人同士で情報交換・交流をして気持ちを共有するサロン。各地域ケアプラザ(地域包括支援センター)で定期的実施している。



南区マスコットキャラクター
みもっち

● 事務局・問合せ先

南区役所高齢・障害支援課 地域包括ケア推進担当

電話 045-341-1139 FAX 045-341-1144

所在地 〒232-0024 横浜市南区浦舟町 2-33

平成 30 年 3 月発行