

センター名	中津川市地域包括支援センター																										
担当地域	中津川市																										
人口	74,913人																										
高齢者数	65歳以上	25,110人	(内75歳以上) 14,072人																								
高齢化率	65歳以上高齢者割合	33.5%	75歳以上高齢者割合 18.8%																								
介護認定率	18.0%																										
現状	<p>第三次中津川市地域保健医療計画策定時の市民アンケートにおいて「人生会議」について8割の市民が知らないと回答している。</p> <p>※第三次中津川市地域保健医療計画策定時の市民アンケート: 令和4年12月24日～令和5年1月6日に実施。市内在住の18歳以上の市民1,200件に調査票郵送配布。回収率38.3%。</p>																										
課題	事故や病気で意思が伝えられなくなった場合に、本人が望む医療やケアが受けられない恐れがある。																										
事業名	<p>「人生会議(ACP)」の普及</p> <p>* 人生会議: 将来の変化に備え、本人が望む医療やケアについて前もって考え、家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取組のこと。</p>																										
目標(目指す姿)	「人生会議」を行うことで人生の最終段階においても本人の希望が叶えられる																										
対象者(重点)	高齢者																										
取り組み内容	<ul style="list-style-type: none"> ・庁内関係課・地域包括支援センターと「人生会議」の普及方法について検討。 ・地域包括・在宅介護支援センターで厚生労働省のチラシとチェックリストを用いて普及を行う。 																										
成果など	<p>・市内の包括・在支における主なACP普及</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th></th> <th>実施回数</th> <th>参加者数</th> <th>備考</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>介護予防教室</td> <td>26</td> <td>159</td> <td>チラシの配布</td> </tr> <tr> <td>介護者の集い</td> <td>5</td> <td>21</td> <td>もしハナカード利用</td> </tr> <tr> <td>民生委員会</td> <td>3</td> <td>46</td> <td>みなみ・坂本</td> </tr> <tr> <td>認知症カフェ</td> <td>1</td> <td>5</td> <td>座談会</td> </tr> <tr> <td>認知症サポーター養成講座</td> <td>1</td> <td>13</td> <td>グループワーク</td> </tr> </tbody> </table> <p>その他: 支援センターだよりに掲載 介護保険認定の新規申請時に説明 川上診療所医師によるACPの研修に住民と参加 訪問時にチラシを配り説明</p> <p>・「まだ、考えたくない」「少しずつ自分と向き合ってみる」「もしものことを考えておくことも大事」など様々な意見があった。</p> <p>・中津川市での名称や普及方法については次年度も引き続き検討予定。</p>				実施回数	参加者数	備考	介護予防教室	26	159	チラシの配布	介護者の集い	5	21	もしハナカード利用	民生委員会	3	46	みなみ・坂本	認知症カフェ	1	5	座談会	認知症サポーター養成講座	1	13	グループワーク
	実施回数	参加者数	備考																								
介護予防教室	26	159	チラシの配布																								
介護者の集い	5	21	もしハナカード利用																								
民生委員会	3	46	みなみ・坂本																								
認知症カフェ	1	5	座談会																								
認知症サポーター養成講座	1	13	グループワーク																								
その他	<p>・介護予防教室の会場と対象者を変更し、教室終了後も運動を継続実施できるサロンの立ち上げを支援した。</p> <p>・市内の主任介護支援専門員を対象として、スーパービジョンを活用した介護人材育成研修や医療連携・地域資源の情報交換会等行なっている。</p> <p>* スーパービジョンとは、心理臨床や福祉サービスを行う施設や機関において、指導者であるスーパーバイザーによって行われる専門職としてのソーシャルワーカー(相談援助職)を養成する過程のこと。</p>																										

担当地域	中津西 中津南 中津東			
人口	26,103人			
高齢者数	65歳以上	7,939人	(内75歳以上)	4,610人
高齢化率	65歳以上高齢者割合	30.4%	75歳以上高齢者割合	17.7%
介護認定者数	要介護1～要介護5	1,177人	要支援1、要支援2	366人
	事業対象者数	1人		
介護認定率	19.2%			
現状	独居・高齢世帯が増加している。 自治会や老人クラブなどの既存の団体に所属しない高齢者が増加し、住民間の関係も疎遠になってきている。			
課題	地域の団体に所属しない高齢者は社会的孤立の恐れがある。 高齢者を支える団体間で、それぞれの活動内容や把握している高齢者の生活課題が共有されていない。			
事業名	地域包括ケア推進ネットワーク会議			
目標 (目指す姿)	高齢者の暮らしを支える団体のネットワークができる。			
対象者(重点)	地域住民			
取り組み内容	<ul style="list-style-type: none"> ・在宅介護支援センターの協力により中津西・中津南・中津東の3地区でネットワーク会議を開催。 ・コロナ禍を経て地域での集いの機会が少なくなっている。閉じこもり予防のためサロン開催したいが、担い手不足や会場までの移動手段も問題になっているといった意見や福祉推進委員の活動内容や民生委員や福祉推進委員・地域ボランティアの学びの場や交流の場の提供について検討が必要との課題が出た。 			
成果など	<ul style="list-style-type: none"> ・サロン活動の再開に向けて地域の繋がりを強めるために、民生委員や福祉推進委員・地域ボランティアを対象に勉強会・意見交換会を実施。 ・サロンの担い手育成を目的とした社会福祉協議会主催のサロン学習会に在宅介護支援センターとして出前講座の紹介などの協力を行った。 			

センター名	中津川市瀬戸の里地域包括支援センター																																			
担当地域	苗木地区																																			
人口	5,991人																																			
高齢者数	65歳以上	1,879人	(内75歳以上) 1,056人																																	
高齢化率	65歳以上高齢者割合	31.4%	75歳以上高齢者割合 17.6%																																	
介護認定者数	要介護1～要介護5	330人	要支援1、要支援2 52人																																	
	事業対象者数	6人																																		
介護認定率	20.4%																																			
現状	地域のなかで、参加できる場所づくりが限定されている。各地域団体の活動内容を把握しきれていない。																																			
課題	高齢者にかかわる各地域団体との情報共有の機会を増やす必要がある。地域包括支援センターの周知活動の工夫が必要。																																			
事業名	高齢者に関わる各団体とのネットワーク会議																																			
目標 (目指す姿)	見守り体制があるなかで、住み慣れた地域で安心して暮らしていくことができる。																																			
対象者(重点)	高齢者に関わる各団体、地域住民																																			
取り組み内容	<p>・苗木まちづくり協議会の生きがい助け合い部会と地区社協との連絡会を開催し、地域の高齢者が参加でき、健康・介護予防の啓発の機会として健康福祉のつどいを開催しネットワーク作りを行った。</p> <p>また生活支援コーディネーターとの連携会議を一時中断していたのを再開し、毎月定例会を行い、地域のニーズの情報交換会の開催を行った。</p>																																			
成果など	<p>・来場者へのアンケート結果より、健康、福祉についての関心がみられ、つどいの場の必要性や、健康についての講演会といった学びの場の希望などの意見を通してニーズ把握ができた。(右表参照)</p> <p>●今後、健康福祉のつどいで体験してみたいこと</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <thead> <tr> <th>種類</th> <th>人数</th> <th>割合</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>軽スポーツ体験</td> <td>13</td> <td>17.10%</td> </tr> <tr> <td>味噌汁の塩分チェック</td> <td>5</td> <td>6.50%</td> </tr> <tr> <td>各種測定</td> <td>19</td> <td>25%</td> </tr> <tr> <td>保健師による血圧測定</td> <td>8</td> <td>10.50%</td> </tr> <tr> <td>手話体験</td> <td>2</td> <td>2.60%</td> </tr> <tr> <td>思い出缶バッジ作り</td> <td>4</td> <td>5.20%</td> </tr> <tr> <td>健康に関する講演会</td> <td>10</td> <td>13.10%</td> </tr> <tr> <td>介護に関する講演会</td> <td>5</td> <td>6.50%</td> </tr> <tr> <td>体操やヨガ</td> <td>10</td> <td>13.10%</td> </tr> <tr> <td>計</td> <td>76</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>・生活支援コーディネーターと連携し「サロン・集いの場」の実態調査を基に地区内の情報把握を行うことができた。また、今後は公民館とも連携し、公民館講座から自主開催へと繋がった事例などを通して、住民主体の取り組みができるよう検討していきたい。</p>			種類	人数	割合	軽スポーツ体験	13	17.10%	味噌汁の塩分チェック	5	6.50%	各種測定	19	25%	保健師による血圧測定	8	10.50%	手話体験	2	2.60%	思い出缶バッジ作り	4	5.20%	健康に関する講演会	10	13.10%	介護に関する講演会	5	6.50%	体操やヨガ	10	13.10%	計	76	
種類	人数	割合																																		
軽スポーツ体験	13	17.10%																																		
味噌汁の塩分チェック	5	6.50%																																		
各種測定	19	25%																																		
保健師による血圧測定	8	10.50%																																		
手話体験	2	2.60%																																		
思い出缶バッジ作り	4	5.20%																																		
健康に関する講演会	10	13.10%																																		
介護に関する講演会	5	6.50%																																		
体操やヨガ	10	13.10%																																		
計	76																																			
その他	<p>・苗木地区内にある3か所の居宅介護支援事業所の管理者と定期的に管理者会議を開催した。ケアマネに対する資質向上の一環として「ケアマネカフェ」開催の事務局となり、ともに運営し、地域づくりの視点での取り組みを行っている。次年度は認知症カフェの共同開催等実施予定。</p> <p>・ACPの取り組みでは、介護予防事業に参加いただいた方と学習の機会を持ち、他人ごとではなく、自分の意思表示の大切さについて交流することができた。</p>																																			

センター名	中津川市ひだまり苑地域包括支援センター		
担当地域	坂本		
人口	13,115人		
高齢者数	65歳以上	3,645人	(内75歳以上) 2,011人
高齢化率	65歳以上高齢者割合	27.8%	75歳以上高齢者割合 15.3%
介護認定者数	要介護1～要介護5	500人	要支援1、要支援2 117人
	事業対象者数	3人	
介護認定率	16.7%		
現状	各団体における高齢者支援活動は比較的活発に行われているがお互いの活動内容の把握や連携しての支援が少ない為、地域の中で連携ができるように地域包括ケアシステムネットワークの立ち上げが必要である。 認知症高齢者への理解や支援、社会参加などは十分になされていない。		
課題	地区高齢者の支援を積極的に行っている団体がいくつかあり歴史もあるため、ネットワークづくりの意義や地域包括がネットワークづくりをすることへの理解を得る方法に苦慮している。 事務局の立ち上げにむけて準備会議を予定していたがコロナ禍による会議の中止等により延期となり開催に至っていない。		
事業名	坂本地域包括ケアシステムネットワーク会議		
目標 (目指す姿)	坂本地区高齢者が認知症になっても住み慣れた地域で自分らしく生活できるように継続した支援体制を構築していく。		
対象者(重点)	地区の高齢者専門機関や住民組織・民間企業など		
取り組み内容	各高齢者団体との情報交換や意見交換を行い、認知症の高齢者への支援を軸にしたネットワーク作りの説明を行っていくこととした。 事務局候補メンバーへのネットワーク立ち上げについて説明を行い事務局の決定をする。 事務局会議において本会議の在り方などを決定。		
成果など	<ul style="list-style-type: none"> ・11月より事務局を構成して3回実施。会議の主旨を各委員と意見交換して、『認知症の人が住みやすい坂本』をテーマに進めている。 ・事務局の構成員でそれぞれの団体の現在の認知症の取り組みを確認。 ・課題として、知識の普及の必要性、広め方、介護者支援、世代間の交流や連携などを検討している。 		
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・ACPの取り組みとして、①人生会議に関する講演会のちらし配布と②「もしバナカード」を使って、終末期の意思決定について考えた。①については介護予防教室で説明する。(約50名)初めて聞く方も多かったが、どのようにこれから考えていくか手探りに感じる様子がうかがえた。②については介護者のつどいで実施。介護者の立場でもあったが、考えることに抵抗感がなく、もしくは関心が高いのではないかと印象をうけた。 ・認知症のある方への理解についての取り組みとして、地区の民生委員会で学習会や認知症の方とともに暮らすテーマでのグループワーク、パーソンセンタードケアの実施など3回開催。民生委員の方々に知識の普及、自分事として考えていただく機会になった。今後は定例会ではなく、関心ある委員さん同士で自分たちで何が出来るか考える場をもつことにつながった。 		

センター名	中津川市ゆうらく苑地域包括支援センター																																			
担当地域	落合地区・神坂地区・瀬戸区(板橋を除く)																																			
人口	5,040人																																			
高齢者数	65歳以上	1,953人	(内75歳以上) 1,077人																																	
高齢化率		38.8%	75歳以上高齢者割合 21.4%																																	
介護認定者数	要介護1～要介護5	280人	要支援1、要支援2 73人																																	
	事業対象者数	1人																																		
介護認定率	17.9%																																			
現状	<ul style="list-style-type: none"> ・介護予防教室の参加者は毎年固定化され、参加者の年齢も80代が中心。 ・令和4年度介護予防参加者 80歳以上(65%)80歳未満(35%) ☞70歳～74歳(15%)75歳～79歳(20%)80歳～84歳(32%)85歳～89歳(21%)90歳以上(12%) ・令和4年度介護予防教室参加者 平均年齢:84歳(70歳～92歳が参加) 																																			
課題	<ul style="list-style-type: none"> ・介護予防教室は「年齢が高い人が参加する教室」という声がある。 介護予防教室は「介護予防＝私がまだ行くところではない」というイメージがある。 ・70代の方の参加が少ない。 ・若い年代から介護予防(フレイル予防)の啓発を行っていききたい 																																			
事業名	70代の方へのフレイル予防																																			
目標 (目指す姿)	70代の方でも気軽に参加できる介護予防教室(80歳未満 45%目標) 介護予防教室＝「年寄り参加する教室」を「早くから取り組む介護予防教室」へ																																			
対象者(重点)	地域住民																																			
取り組み内容	<ul style="list-style-type: none"> ・どの世代でも興味をもってもらえるようなネーミングの工夫 ・内容も「介護予防」「認知症予防」という言葉に抵抗を感じる方もいるため、「体操をしよう!」「ザ・男の〇〇」「〇〇体操」「〇活」など「健康作り」をアピールした。「健康作り」＝「介護予防」になるという柔軟な視点を持って、内容を考え事業を行った。 ・第2層生活支援コーディネーターと協力し、若い独居の男性など事業へつながったケースもあった。 																																			
成果など	<p><参加者内訳> 令和6年1月末現在</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <thead> <tr> <th colspan="2"></th> <th>令和4年度</th> <th></th> <th>令和5年度</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="7" style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">参加者内訳</td> <td>80歳未満の参加</td> <td>35%</td> <td rowspan="7" style="font-size: 2em;">⇒</td> <td>50%</td> </tr> <tr> <td>65歳～69歳</td> <td>0%</td> <td>7%</td> </tr> <tr> <td>70歳～74歳</td> <td>15%</td> <td>23%</td> </tr> <tr> <td>75歳～79歳</td> <td>20%</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>80歳～84歳</td> <td>32%</td> <td>26%</td> </tr> <tr> <td>85歳～89歳</td> <td>21%</td> <td>21%</td> </tr> <tr> <td>90歳以上</td> <td>12%</td> <td>3%</td> </tr> <tr> <td colspan="2">平均年齢</td> <td>84歳</td> <td></td> <td>79歳</td> </tr> </tbody> </table> <p>※65歳から91歳までの方が参加 ※事業名や内容の工夫をしたことで、70歳代の方の参加も多くなった。次年度以降も、「早くから取り組む介護予防教室」をキーワードに取り組みを強化していきたい。</p>					令和4年度		令和5年度	参加者内訳	80歳未満の参加	35%	⇒	50%	65歳～69歳	0%	7%	70歳～74歳	15%	23%	75歳～79歳	20%	20%	80歳～84歳	32%	26%	85歳～89歳	21%	21%	90歳以上	12%	3%	平均年齢		84歳		79歳
		令和4年度		令和5年度																																
参加者内訳	80歳未満の参加	35%	⇒	50%																																
	65歳～69歳	0%		7%																																
	70歳～74歳	15%		23%																																
	75歳～79歳	20%		20%																																
	80歳～84歳	32%		26%																																
	85歳～89歳	21%		21%																																
	90歳以上	12%		3%																																
平均年齢		84歳		79歳																																
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・ACP(人生会議)については、介護予防教室でチラシを配り説明をする。「話し合ったことがない」という方が多いが、「子供と話し合ったことある」、「話し合わないといけないな」と思っていただけでもみえた。 ・令和5年度の認知症カフェは各地域を巡回して開催をした。各地を回って開催したことで、身近な場所で参加ができ交流ができた。場所が変わっても参加してくれる方もみえた。認知症の理解や地域包括支援センターの周知にもつながった。 																																			

センター名	中津川市シクラメン地域包括支援センター		
担当地域	阿木		
人口	2,032人		
高齢者数	65歳以上	887人	(内75歳以上) 504人
高齢化率	65歳以上高齢者割合	43.7%	75歳以上高齢者割合 24.8%
介護認定者数	要介護1～要介護5	139人	要支援1、要支援2 18人
	事業対象者数	1人	
介護認定率	17.7%		
現状	高齢化率が高い。とりわけ後期高齢者の割合が高い。 健康への関心が高い高齢者が多い。 生活支援サービスを含め、多様なサービスがある。		
課題	阿木高齢者福祉アンケート調査によると、介護が必要となった場合でも自宅で生活したいが46.2%、人生の最期を自宅で迎えたいが65.0%の回答があり、在宅生活の継続を望まれている人が圧倒的に多い。半面、実際に家族間で事前に在宅生活、終末期に関連した話をしたことがある人はほとんどいない現状がある。 ～阿木地域包括支援ネットワーク会議(通称 ごちゃまぜ会議)より～		
事業名	【1】在宅生活を支える為の連携会議の開催 【2】地域における人生会議の普及啓発		
目標 (目指す姿)	住み慣れた自宅で暮らしながら医療、介護等のサービスを利用し在宅生活を送ることができる。		
対象者(重点)	地域住民		
取り組み内容	(1)在宅生活を支える為の関係機関による会議の開催及び情報共有。 (2)暮らしの保健室健康講座、予防教室、サロン等の際に講話やパンフレットの配布により、地域において人生会議の普及啓発を行う。 (3)地域住民、各関係機関に対して活動内容の周知。		
成果など	【1】阿木地域包括支援ネットワーク会議(通称:ごちゃまぜ会議)を推進。令和5年度地域支援計画作成と活動の実施。事務局会議の開催、分科会の開催。減塩活動等を行った。 【2】介護者の集い、出前講座、認知症カフェにて人生会議の紹介説明、カード、動画視聴を通し普及啓発を行った。参加者からは、「人生会議という言葉を知ることができた。」「若い世代の人でも親や祖父母のことを気にかけるきっかけになればと思う。」「これからの人生どの様に生きるか考えるきっかけになったと思う。」「自分の思いを家族にきちんと伝えること、また毎日お互いに会話することを心掛けていきたい。」等の意見があった。		

センター名	中津川市シクラメン地域包括支援センター
現状	高齢化率が高い。とりわけ後期高齢者の割合が高い。 健康への関心が高い高齢者が多い。 認知症のある方が増えている。
課題	阿木高齢者福祉アンケート調査によると、認知症のある人にとって阿木地区は住みやすいかとの質問に対し、「はい」31.7%、「いいえ」7.4%、「分からない」56.1%であり、認知症の方への関心が低いと考えられる。 ～阿木地域包括支援ネットワーク会議(通称 ごちゃまぜ会議)より～
事業名	認知症の方が安心して生活できる地域づくり
目標 (目指す姿)	認知症のある人やその家族が住み慣れた地域で安心して生活できる地域を目指す。
対象者(重点)	地域住民
取り組み内容	地域の方に認知症への関心を持っていただく為に (1)公民館や老人クラブ単位で各地域において、ビデオ等を観る機会を設ける。 (2)認知症に関する情報提供(広報誌の発行を含む。)を各関係機関で地域住民に対し行う。 認知症の方が住み慣れた地域で暮らすために (3)認知症のある人及びその家族を対象にカフェやサロンなどを開催する。また得意分野や経験を活かす機会を設ける(農作業、料理、趣味など)。その活動の情報発信をする。
成果など	・約3年半ぶりの、あぎオレンジカフェ(認知症カフェ)を開催。生け花や俳句、配膳など当事者の皆さんの得意なこと、昔の仕事と関連したことなどを活かして役割を担っていただく機会となった。また、家族(認知症気味)の情報収集、相談の為に参加した方もありゆっくり話す機会となった。

阿木高齢者福祉アンケート調査: 令和3年度実施/阿木地区65歳以上の方で老人クラブ加入者693名を基本対象とし、回収率74.6%

センター名	中津川市北部地域包括支援センター			
担当地域	中津川市(加子母・付知・福岡・川上・坂下・山口・蛭川)			
人口	22,632人			
高齢者数	65歳以上	8,807人	(内75歳以上) 4,814人	
高齢化率	65歳以上高齢者割合	38.9%	75歳以上高齢者割合 21.3%	
介護認定者数	要介護1～要介護5	1,259人	要支援1、要支援2 242人	
	事業対象者数	3人		
介護認定率	16.9%			
現状	コロナ禍で交流の機会が減り、体力の低下、認知機能の低下も進み介護サービスに頼ってしまう。又交流の機会が減り高齢者のQOLの低下している。 (家族や教室参加者からの聞き取りより)			
課題	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢者の方の交流の場が減っている。 ・趣味や好きな事を生かせる場も減っている。 			
事業名	介護予防教室の内容や開催場所を再検討し充実			
目標 (目指す姿)	交流の場や好きな事趣味を生かし元気に暮らせる地域を目指す。 介護予防教室の内容や開催場所を再検討し充実			
対象者(重点)	地域の高齢者			
取り組み内容	<ul style="list-style-type: none"> ・包括で行っている介護予防教室を地域の方と一緒に開催し交流の場を増やす。 ・医療機関、薬剤師の方と共同開催し内容を充実させ健康に関心を持ってもらう。 ・介護予防教室で作品を展示するなどしてやりがいを持ってもらう。 			
成果など	<ul style="list-style-type: none"> ・参加人数が増加した。 やさか・付知・蛭川地区で、延べ人数が昨年の1.5倍以上になっている。 			
		R4年度延べ人数	R5年度延べ人数	前年比
	やさか地区	220人	340人	1.5倍
	付知地区	71人	152人	2.1倍
	蛭川地区	99人	283人	2.9倍
	<ul style="list-style-type: none"> ・内容が充実した。(医師・歯科医師・薬剤師の講話など) ・包括の周知にも繋がった。 			
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・移動手段の課題に対し、コミュニティーバスの活用と周知にむけて地域の方や関係機関と連携し取り組んだ。 ①包括の事業の時にコミュニティーバスの関係部署の方に来てもらい運行説明や活用方法の話をしていただいた。 ②地域のコミュニティーバスについて会議に出席し、現状の把握や周知の方法を一緒に考えた。 			

人口等データは令和5年4月末時点の値
(各包括の担当地区のデータ)