

センター名	中津川市地域包括支援センター
事業名	介護予防・日常生活支援総合事業通所型サービスC (短期集中予防サービス)
現状	介護保険サービスの利用を開始すると、卒業することなくサービスを使い続けている
課題	生活に不自由さを感じ始めた時に、指導を行う体制が整っていない。
目標 (目指す姿)	高齢者が生きがいをもち、住み慣れた地域で自分らしい生活を送れるようになる。
対象者(重点)	要支援1・2 介護予防・日常生活支援総合事業対象者
取り組み内容	医療・保健の専門職により、筋力向上や日常生活の困難さの解消を目的にセルフケアの指導を実施し、終了後の自立した地域生活に結びつける。
実績・効果等	令和4年10月より現在までに5名利用(内2名終了)。 週1回セルフケア中心の指導で身体機能の改善がみられている。 包括支援センターによるケアマネジメント、生活支援コーディネーターとの連携により地域活動への継続参加を目指している。

センター名	中津川市瀬戸の里地域包括支援センター
事業名	認知症カフェの充実と苗木地域ネットワークへの発展
現状	認知症に関する相談ケースに対し、地域関係者及び近隣住民の理解協力は不可欠だが、認知症状が見られたり、介護保険を申請されたことにより、地域との繋がりが途切れたり薄くなる傾向がある。またサービス未利用者の行き場所や繋がる先が少ない。
課題	地区によって地域活動の差がある。地域における活動団体、関係機関の方々自身が高齢者に関する支援を模索されている状況がある。各関係機関団体同士のネットワークづくりが発展していない。
目標 (目指す姿)	認知症への正しい理解を熟成し、地域住民主体で、判断力低下および孤立しがちな高齢者のためのやさしい居場所づくりを行い、相互扶助の意識を形成していく。
対象者(重点)	地域住民全般
取り組み内容	既存の地域活動団体や民間業者を活用。苗木まちづくり協議会の各構成団体メンバー協力のもと、認知症カフェを主体として「苗木健康福祉の集いイベント」を開催、協力団体を増やす。「判断力が低下しても高齢者が活動に参加し続けられる場」の整備に必要な支援と周知。
実績・効果等	「認知症カフェ＝まちの交流の場」として地域住民同士の互助と役割意識の育成の場となり、地域包括ネットワーク会議への発展の足掛かりとする。

センター名	中津川市ひだまり苑地域包括支援センター
事業名	坂本地域包括ケアシステムネットワーク会議
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、地域の中で医療・介護・福祉・予防の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。 認知症の方の支援を考えると、人それぞれのもっているものを出せるところがなかったり、サポーターが学んだことを発揮できない状況がある。
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。 【包括として】 ①認知症当事者に地域の中での居場所や役割を感じてもらう。 ②地域住民への「認知症当事者の思い」の理解を広げる。 ③地域住民自身の中に、認知症に対する意味づけや価値観の創出ができるような働き掛けする。 この3点を軸に考え、今年度は、一般企業への認知症サポーター養成講座実施・地域ケア個別会議の開催・新規民生委員との意見交換会を予定。

<p>実績・効果 等</p>	<p>〔認知症サポーター養成講座や講演会での参加者の気づき〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・認知症といっても隣の人と区別がつかない。でも何かできることがあれば手助けしたいよ。</li> <li>・安心できる町づくりの考え方に感動した。講座で関わり方がわかった。</li> <li>・教室の参加に忘れてしまう方を自然と誘われている姿などはっと気づかされることに気づいた。</li> </ul> <p>〔今後の方向性〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・認知症当事者の気持ちを知って各々ができることを考えてみる。居場所や役割の把握を行う。 <ul style="list-style-type: none"> <li>➡ 一緒に考えていく機会から、ネットワークの形を考える <ul style="list-style-type: none"> <li>*個の限界点を高めるには地域の中で限界点を高めていく必要があり、本人の人生感や生活感を教えていただくことから始まる。</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>・ひだまり苑包括が行う事業（介護者のつどい、教室）の中で、関係団体（民生委員、各福祉団体）、一般市民、医療・介護分野・学校関係へとネットワークを広げていく。</li> </ul>
----------------	---

センター名	中津川市ゆうらく苑地域包括支援センター
事業名	実態把握を通じて地域ニーズ把握と地域包括支援センターの周知
現状	ここ数年、新型コロナウイルス感染症の流行により実態把握訪問が新規及び継続も含めて訪問数が少なくなっている。
課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・実態把握を通じての地域ニーズの把握が減少している。</li> <li>・新規独居及び新規高齢世帯の訪問がここ数年少なくなっている。</li> <li>・地域住民との顔の見える関係（信頼関係）が築きにくい。</li> <li>・地域住民へ「高齢者の身近な相談窓口」として、地域包括支援センターの周知不足を感じる。介護者世代への周知が不足している。</li> <li>・アンケートによって抽出された地域課題をどのように活用していくか。</li> </ul>
目標☑目指す姿)	新型コロナウイルス感染症の流行時でも出来る活動を行っていくとともに、実態把握を通じて地域住民からのニーズ把握を行い、課題分析し、地域ネットワーク作りや支援センター事業へ活かしていく。
対象者（重点）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・65歳以上の独居、高齢世帯</li> <li>・70歳前後の新規独居の方及び高齢世帯</li> <li>・地域の出前講座の参加者</li> </ul>
取り組み内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・今年度、実態把握訪問時に簡単な聞き取りアンケート調査（任意）を行っている。</li> <li>アンケート調査の途中結果を相談協力員懇話会にて発表、共有。</li> <li>アンケート調査については、生活支援コーディネーターと共有。</li> <li>アンケートの結果を受けて次年度の事業計画に活用をしていく。</li> <li>・介護予防に興味がある人の割合が高い中、事業への参加につながっていないので、参加につながる事業とする。</li> <li>SNS、ホームページetc,を通じて若い世代に対して定期的に情報発信を行った。</li> <li>機関紙「ももだより」を2か月に1回発行し、担当地域に活動の周知を行った。</li> </ul>
実績・効果 等	<ul style="list-style-type: none"> <li>・訪問することで地域包括支援センターのことを「知らない」と解答された方には、地域包括支援センターの周知をすることができた。</li> <li>・特に、訪問に対して警戒心のある方への話の話題となり、アンケートを通じて多くを語ってくれる方もみえた。</li> <li>・アンケートでは、「動けなくならないように」「介護が必要にならないように」と健康面を心配される方が多かったため、介護予防事業を通じて保健師、理学療法士、歯科衛生士、管理栄養士の方に協力をいただき「フレイル予防」について学ぶ機会を作ることができた。</li> </ul>

センター名	中津川市シクラメン地域包括支援センター	
事業名	介護予防教室（減塩について）	
現状	令和3年度に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)で行った、阿木地区高齢者福祉アンケート調査結果から、健康への関心が高い人が多く、特にバランスの良い食事に気をつけたいという人が多かった。また健康づくりに関する講座に参加したいという人が多くあった。	
課題	食事や栄養などの情報を得て地域高齢者の方が今後もバランスの良い食事に気をつけ、健康で生活できる様になる。	
目標☑目指す姿)	減塩プロジェクトを展開している中で、地域への介入をさらに進め健康づくりに取り組む。	
対象者（重点）	地域高齢者等	
取り組み内容	介護予防教室や健康講座の機会を通し、減塩についての情報提供や高血圧など生活習慣病の予防について講話などを行う。地区で統一した内容で行う。	
実績・効果 等	実施地区数	7地区
	参加者	計 80人／ 平均 76歳
	感想等	<ul style="list-style-type: none"> <li>・(現在の自身の塩分量などを知り)良い課題をもらうことができた。</li> <li>・(後日の感想として)その後家で塩分を調整した味噌汁を作ったら、主人からいつもと違う、美味しくないと言われたが続けていきたい。</li> </ul>
	効果	参加者自身の日頃の塩分摂取量や味覚などを知ることで、減塩が身近に感じるようになったのではないかと。そして日頃からの行動変容につながっていく可能性がある。
	今後の展望	コロナ禍で未開催の地区で開催する。また定期的に意識を促す発信を行う。

センター名	中津川市北部地域包括支援センター
事業名	介護予防教室の充実・多様化
現状	介護予防教室が地域によっては参加者が少ない状況が続いている。
課題	地域のアセスメントができていない。
目標☑目指す姿)	地域の実情に合った介護予防教室を開催できる。
対象者（重点）	利用者の少ない介護予防教室実施地域
取り組み内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・利用者の少ない地域のアセスメントを実施し必要に応じて開催場所を変更する。</li> <li>・生活支援コーディネーターと協力し、介護予防教室を通いの場づくりのきっかけとしてニーズのある地域で開催し、可能であれば地域の方に引き継いでもらえるような支援をしていく。</li> </ul>
実績・効果 等	<ul style="list-style-type: none"> <li>・参加者が少ない地域でのアセスメントを行うと、老人クラブや地域の有志の方で体操教室など行っている事が分かった。</li> <li>・地域の集会所で行った介護予防教室は地区の役員の方、生活支援コーディネーターの方にも協力してもらい多くの方に参加していただけた。</li> <li>・今年度の取り組みを生かし来年度の介護予防教室に取り組む予定。</li> </ul>

センター名	中津川市北部地域包括支援センター
事業名	介護者家族支援の強化
現状	相談内容で介護者家族の支援が必要なケースが増えてきている。又内容も複雑になってきていて包括内だけでは対応しきれない事も多い。
課題	支援内容が複雑で困難なケースで、繋ぎ先が分からない事もあり適切な支援になかなか繋がらない。
目標☑目指す姿)	当事者・介護者家族も安心して暮らせる支援ができる。
対象者（重点）	介護者の家族
取り組み内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自包括で情報を共有し検討会の実施。</li> <li>・各包括、直営包括とも情報交換、事例検討会を実施。</li> <li>・地域ケア個別会議でケアマネジャーから事例を挙げてもらい専門職からの意見を聞き今後の支援に生かす。</li> <li>・ケアマネジャーからの相談があった時、可能であれば同行訪問し家族のアセスメントを行う。ケアマネジャーと連携して対応していく。</li> </ul>
実績・効果 等	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ケアマネジャーと一緒に家族支援に関わるケースは増えており、必要に応じケア会議開催ができています。</li> <li>・振り返りやモニタリングが出来ていない事が多いので、来年度はこれらに力を入れて包括職員のさらなる相談支援のスキルアップに努める。</li> </ul>















実施地区数	7地区
参加者	計 80人／ 平均 76歳
感想等	<ul style="list-style-type: none"> <li>・(現在の自身の塩分量などを知り)良い課題をもらうことができた。</li> <li>・(後日の感想として)その後家で塩分を調整した味噌汁を作ったら、主人からいつもと違う、美味しくないと言われたが続けていきたい。</li> </ul>
効果	参加者自身の日頃の塩分摂取量や味覚などを知ること で、減塩が身近に感じることはできたのではないか。そ して日頃からの行動変容につながっていく可能性がある る。
今後の展望	コロナ禍で未開催の地区で開催する。また定期的に意識 を促す発信を行う。