

令和5年度 地域づくり加速化事業東北厚生局主導型伴走支援

高齢者がいつまでも地域のなかで「望む生活」を送ることができる美里町を目指して

美里町長寿支援課包括ケア係
技術主査 五十嵐華絵

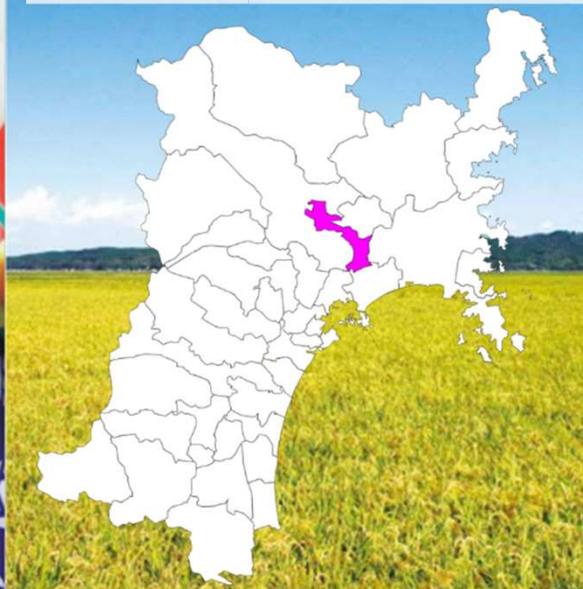


宮城県美里町 町勢要覧

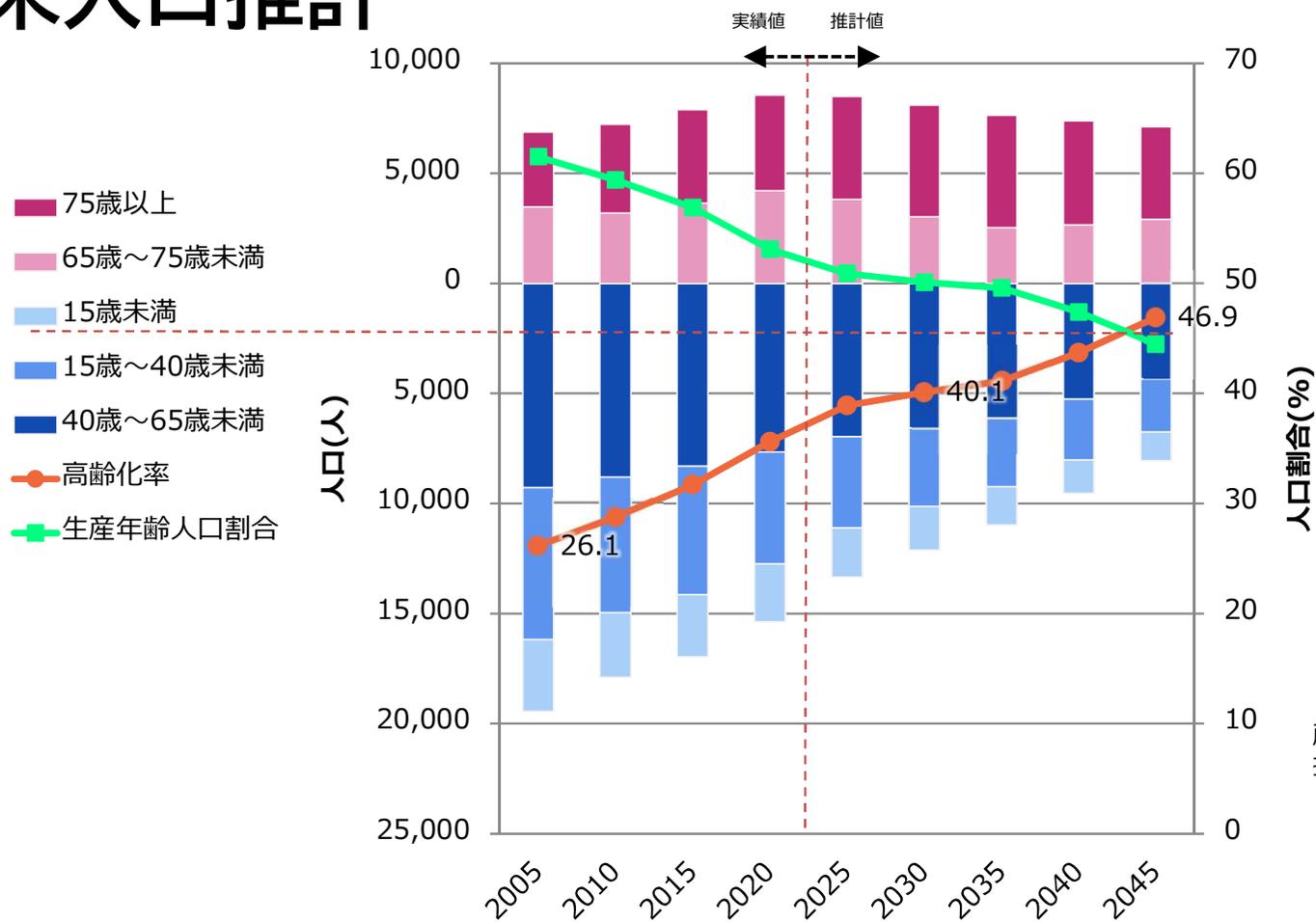


美里町（みさとまち）の概要

| | |
|------|-------------------|
| 面積 | 75.06平方キロメートル |
| 人口 | 23,299人 |
| 世帯数 | 9,318世帯 |
| 出生数 | 85人（令和4年） |
| 高齢化率 | 36.2%（令和5年7月1日現在） |



将来人口推計



| 美里町の高齢化率の降順 | | |
|--------------|-------|----------|
| (2020年10月時点) | | |
| 宮城県内 | 15番目 | 35保険者 |
| 全国 | 708番目 | 1,570保険者 |
| (2025年の推計値) | | |
| 宮城県内 | 16番目 | 35保険者 |
| 全国 | 619番目 | 1,512保険者 |
| (2040年の推計値) | | |
| 宮城県内 | 17番目 | 35保険者 |
| 全国 | 680番目 | 1,512保険者 |

(出典) 2000年～2020年まで：総務省「国勢調査」
 2025年以降：国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口（平成30（2018）年推計）」

介護予防把握事業

※該当年度に70歳到達者へ「いきいき健康度チェック」（問診票）を郵送。返信依頼し、健康状態や生活状況を把握し必要な情報提供や訪問などを実施。

| | |
|------|-----------------------|
| 対象者数 | 406人（男性：184人、女性：222人） |
| 回答者数 | 294人（男性：129人、女性：165人） |
| 回答率 | 72.2% |

<生活状況>

- ・ 家族構成：夫婦ふたり暮らし40.3%、二世帯24.2%、その他23.4%、ひとり暮らし12.1%
- ・ 現在の職業：無職、主婦が多いがパート・アルバイト、農業と回答している方も一定数いる。

<健康状態>

(%)

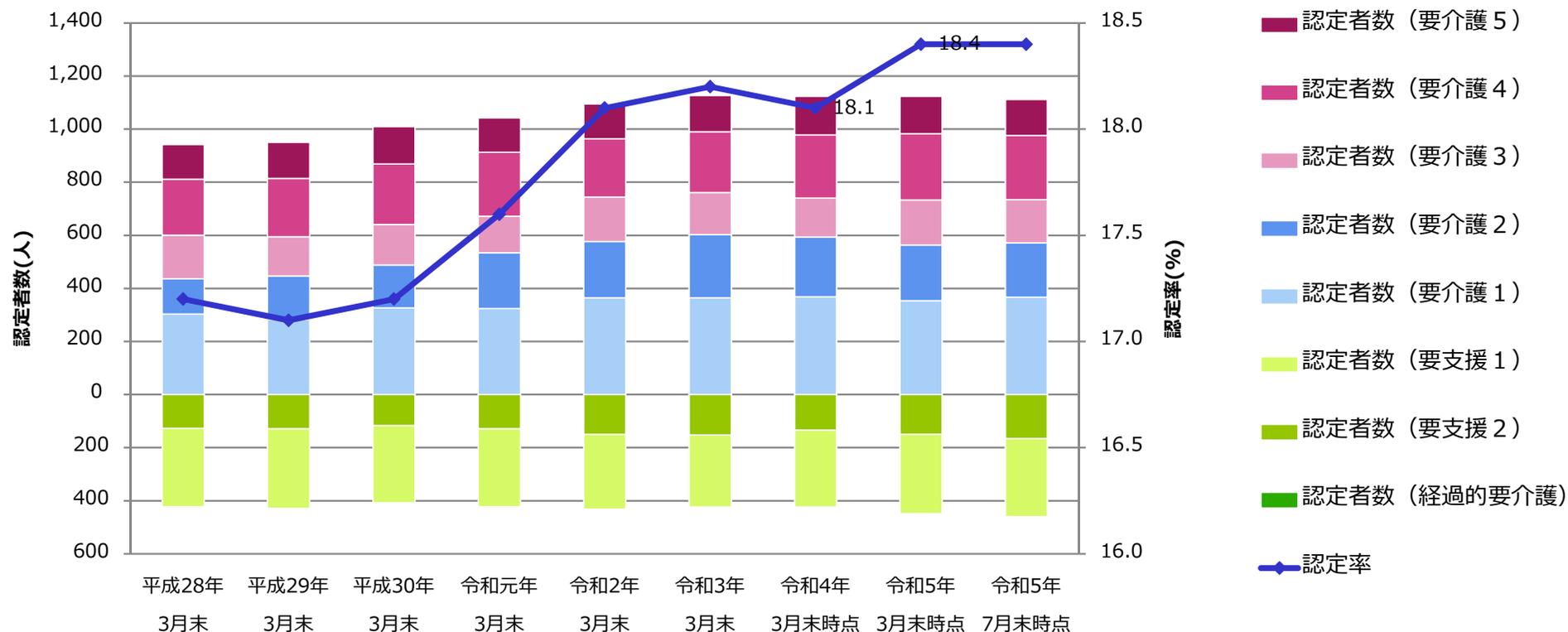
| 項目 | 全体 | 男性 | 女性 |
|--------------------------|------|------|------|
| この1年間で転んだことがありますか | 16.8 | 17.1 | 16.7 |
| 転倒に対する不安は大きいですか | 45.8 | 33.3 | 55.1 |
| 以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか | 48.4 | 43.6 | 51.9 |

<健康状態>

(%)

| 項目 | 全体 | 男性 | 女性 |
|---------------------|------|------|------|
| 生活機能全般リスク（複数の項目に支障） | 4.4 | 6.8 | 2.6 |
| 運動機能低下リスク | 16.1 | 13.7 | 17.9 |
| 低栄養リスク | 0 | 0 | 0 |
| 口腔機能低下リスク | 15.0 | 16.2 | 14.1 |
| 閉じこもりリスク | 6.6 | 10.3 | 3.8 |
| 認知機能低下リスク | 27.1 | 35.0 | 21.2 |
| うつ病の可能性（うつ状態のリスク） | 22.3 | 23.9 | 21.2 |

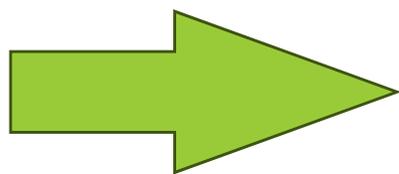
美里町の要介護（要支援）認定者数、要介護（要支援）認定率の推移



(出典) 平成27年度から令和2年度：厚生労働省「介護保険事業状況報告（年報）」、令和3年度から令和4年度：「介護保険事業状況報告（3月月報）」、令和5年度：直近の「介護保険事業状況報告（月報）」

今の美里町は？

- ・初めて介護保険を申請する平均は、80歳代
- ・入院したことをきっかけに退院後の生活のために申請する方が多い。
- ・要支援1、2及び要介護1の軽度認定者の割合が多い。
- ・71歳の方は元気な方が多く介護保険申請に至らないが、転倒リスク・認知症リスク・うつ傾向に該当する方がみられた。



「美里町の介護予防」は
どうなっている??

美里町の介護予防事業の現状

今行っている取組①～地域～（自助・互助）

1. 暮らしのサポーター×通いの場

×見守り・支えあい

2. 暮らしのサポーター・介護予防サポーター

×通いの場

おいしいね



楽しいね



今行っている取組② ～介護事業所～（互助・共助）

1. 地域にある通いの場×介護事業所
2. 介護事業所地域貢献



今行っている取組③～町～（共助・公助）

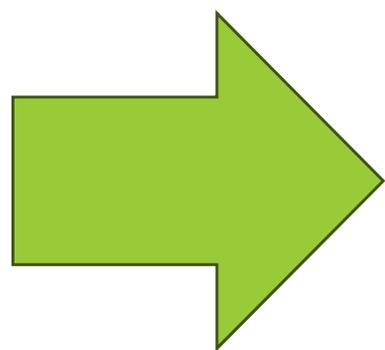
1. 介護予防把握事業(令和5年度新規事業)
2. 地域リハビリテーション支援事業
3. 介護予防推進検討会議



これからの美里町は？

元気な方は今のまま元気でいられるように、
弱りそうな方は早めに気づいて、「その人の
いつもの生活に戻れる」と良い。

介護予防が重要！！



「美里町高齢者福祉計画及び第9
期介護保険事業計画」の重点項目
にしよう！！

美里町のありたい姿

<基本理念>

高齢者がいつまでも地域のなかで「望む生活」を送ることができる町

<目指す町の姿>

・美里町で生活する高齢者が、いつまでも自分がしたい「望む生活」を送ることができ、楽しく生活ができるように、一人一人が持っている力を発揮しながら、地域とのつながりがあり、支え合い見守りあうことができる町を目指します。

・町、事業者、団体等と住民が目標を共有し、協働できる地域づくりを目指します。

<目標>

1. 一人一人が元気になる活動の推進

一人一人が介護予防や重症化防止になる活動として、身体機能を維持するための活動等の他、社会参加や役割の発揮等に取り組んでいる状態を目指します。

介護予防に資するサービスや通いの場の支援の他、地域での社会参加やこれまで培った技術や知識等を生かせる活動のしくみづくりを進めます。

介護予防事業の充実に向けた検討

地域づくり加速化事業 東北厚生局主導型伴走支援の活用

地域づくり加速化事業 伴走支援エントリーの動機

町には介護保険の事業所が多い反面、通いの場等の社会資源が少なく、介護予防のためにデイサービスを利用することが町民の意識として根強い。

町の傾向として、要支援1、2、要介護1の認定者が全体の半分以上を占めている。

住民主体の通いの場の充実、通所型サービスCの検討、通いの場との連動、地域ケア会議のあり方をどのように進めて行くかを検討し、今ある資源、人と事業を上手く連動させながら介護予防を充実させるための支援・指導をいただきたい。

無料

市町村で介護予防・生活支援を担当する皆様へ！

総合事業
×
地域づくり

地域づくり加速化事業 —令和5年度厚生労働省委託事業—
アドバイザーが
あなたのまちに出向きます！

厚生局主導型

介護予防・日常生活支援総合事業が8年目を迎え、それぞれの地域で、医療・介護の専門職、住民、企業などの連携・協働による多様な取組が進んでいます。一方、人事異動やマンパワー不足でこれ以上のことは出来ない…今まで取り組んできたからこそ手詰まりを感じる…などお悩みの市町村も多いのではないのでしょうか。この事業では、そんな市町村の悩みにアドバイザーが寄り添いながらサポートします。

一人で悩まず、一緒に考えましょう！



担当者のみなさま こんなことでお困りでは？

- 人事異動したばかりで何から始めればいいのか…
- 住民や地域とどうやってつながればいいのか…？
- 総合事業で地域づくりなんて本当にできるのか…？
- 今から新しい取組を進める余裕はない…
- 従前担当サービス以外にも住民の選択肢を増やしたい
- 短期集中や住民主体のサービスをもっと利用してもらいたい



管理者のみなさまへ

介護予防・日常生活支援総合事業や生活支援体制整備事業などを活用した「地域づくり」に向けて、財政面での悩みや地域住民への説明の仕方、職員へのサポート、庁内外の連携などのお困りごとを、アドバイザーとの対話を通じて解決策を見出していきます。このチャンスにぜひご活用を！

このチャンスにぜひエントリーをご検討ください

- 令和5年度は**当該管内の3市町村**にアドバイザーを派遣いたします
- アドバイザー派遣に関する費用負担の心配はご不要です
- エントリーのテーマはこちらです
 - ①介護予防ケアマネジメント、②短期集中予防サービス、③通いの場、④生活支援体制整備事業、⑤地域ケア会議

| | | | |
|------------------|---|------------------------------------|-----------------------|
| エントリー申請 | エントリーはこちらへ 〒110-0001 東京都千代田区千代 1-1-1 | 電話：03-5561-1111 受付時間：9:00～17:00 | Eメール： care@hlab.jp |
| 2023年 月 日 () | お問い合わせはこちら 〒110-0001 東京都千代田区千代 1-1-1 電話：022-206-6935 Eメール：ih-care1@mhlab.go.jp 受付時間：9:00～17:00 | | |



第1回伴走支援（現地支援 8/18）

| | |
|-------------|----------------------|
| 10:00~10:30 | 支援チーム打合せ（30分） |
| 10:30~11:30 | 事前打合せ（60分） |
| 11:30~13:30 | 昼休憩 |
| 13:30~ | 開会 |
| 13:30~13:33 | あいさつ（3分） |
| 13:33~13:50 | 自己紹介（17分） |
| 13:50~14:00 | 地域づくり加速化事業の概要説明（10分） |
| 14:00~14:20 | 美里町の現状と課題について（20分） |
| 14:20~14:50 | 関係者での意見交換（30分） |
| 14:50~14:55 | アドバイザーから、次回について（5分） |
| 14:55~15:00 | 振り返りシート記入（5分） |
| ~15:00 | 閉会 |
| 15:00~16:00 | 事後振り返り（60分） |

内容：

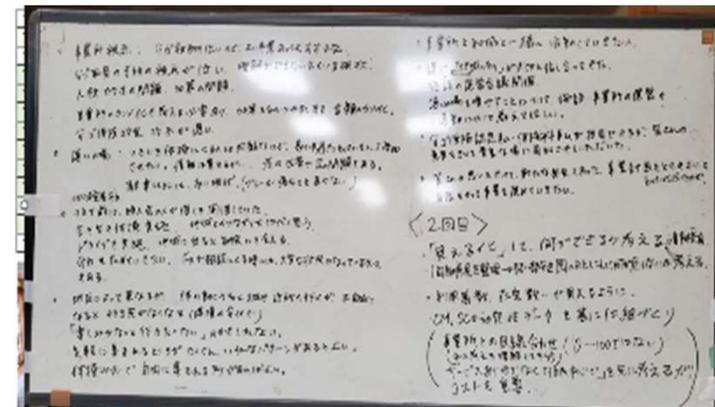
○ 町の目指す姿に対し、町内関係者全員（住民代表の区長、介護事業所、町社協、町、県等）から率直な意見や感想をもらう機会づくり。

○ 町内関係者間の対話の場づくりを行った。

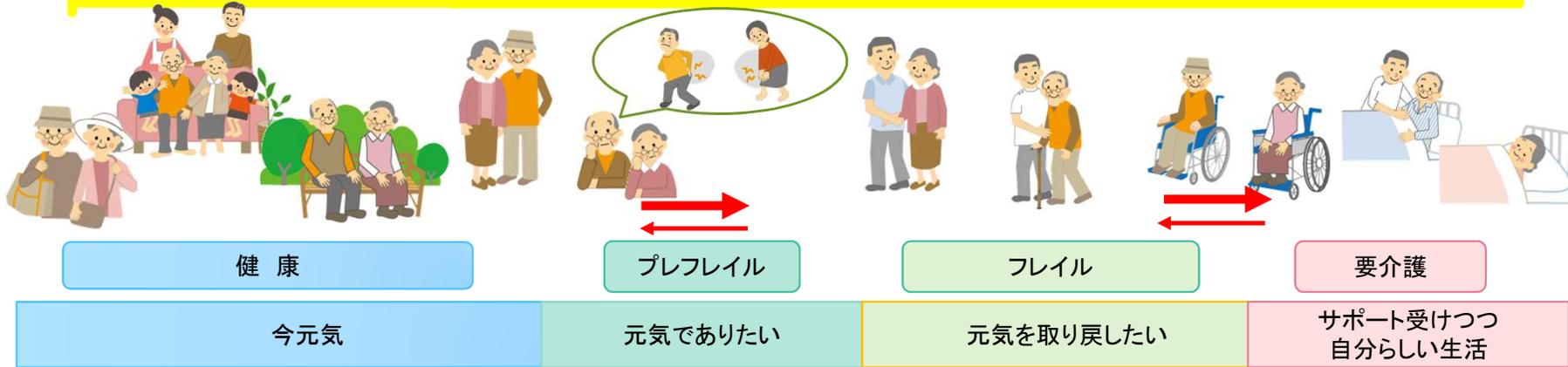
結果：

○ 町内関係者からは、高齢者に関わるそれぞれの立場からの生の意見を聴くことはできた。

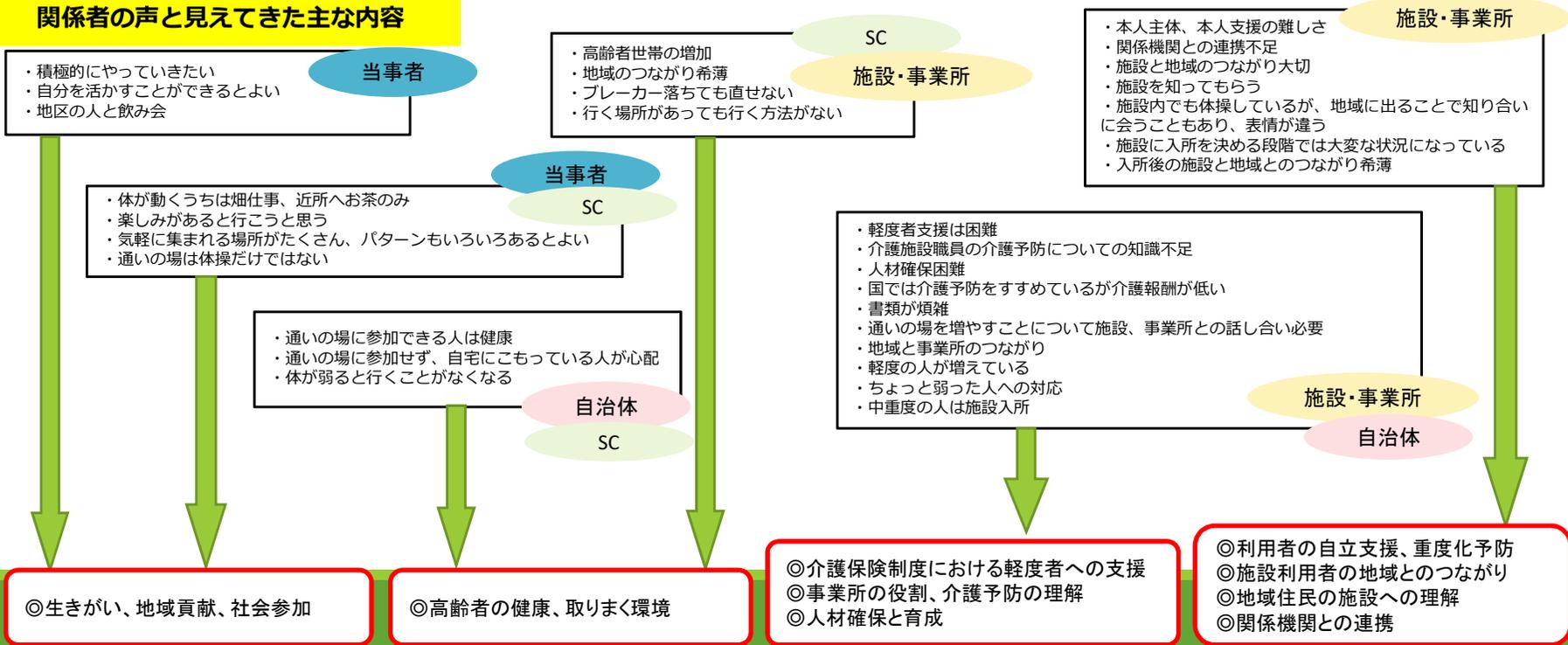
○ 一方で、町の現状の共有が不十分であったため、課題の整理には至らなかった。



美里町の基本理念: 高齢者がいつまでも地域のなかで「望む生活」を送ることができるまち



関係者の声と見てきた主な内容



第2回伴走支援（現地支援 11/20）

| | |
|-------------|---|
| 10:30~11:30 | 事前打合せ（60分） |
| 11:30~13:30 | 昼休憩 |
| 13:30~ | 開会 |
| 13:30~13:33 | あいさつ（3分） |
| 13:33~13:50 | 自己紹介（17分） |
| 13:50~14:05 | 1回目から今回までの流れ（15分） |
| 14:05~14:20 | 美里町の現状と課題について（15分） |
| 14:20~14:40 | 参加者全員から気付き、感想等（20分） |
| 14:40~14:50 | 休憩（10分） |
| 14:50~15:30 | 美里町の元気!!×つながる!!ワーク（40分） ①ちょっと弱った人（or弱りそうな人）ってどんな人!? ②どうやって見つける? ③どんなモノがあれば元気になれるのか!? |
| 15:30~15:35 | 振り返りシート記入（5分） |
| ~15:35 | 閉会 |
| 15:40~16:00 | 事後振り返り（20分） |

内容：

○ ADから伴走支援の流れと目的説明、町から現状分析と介護予防の方向性について説明。関係者も含めての意見交換、町と支援チームでの振り返り

結果：

○ 町と関係者間で、改めて、町の目指す姿、現状、介護予防の課題等を共有することができた。

○ 弱りそうな人、どのように見つける、どうすれば元気にできる、について意見交換を行い見える化を行った。

今後の方向性：

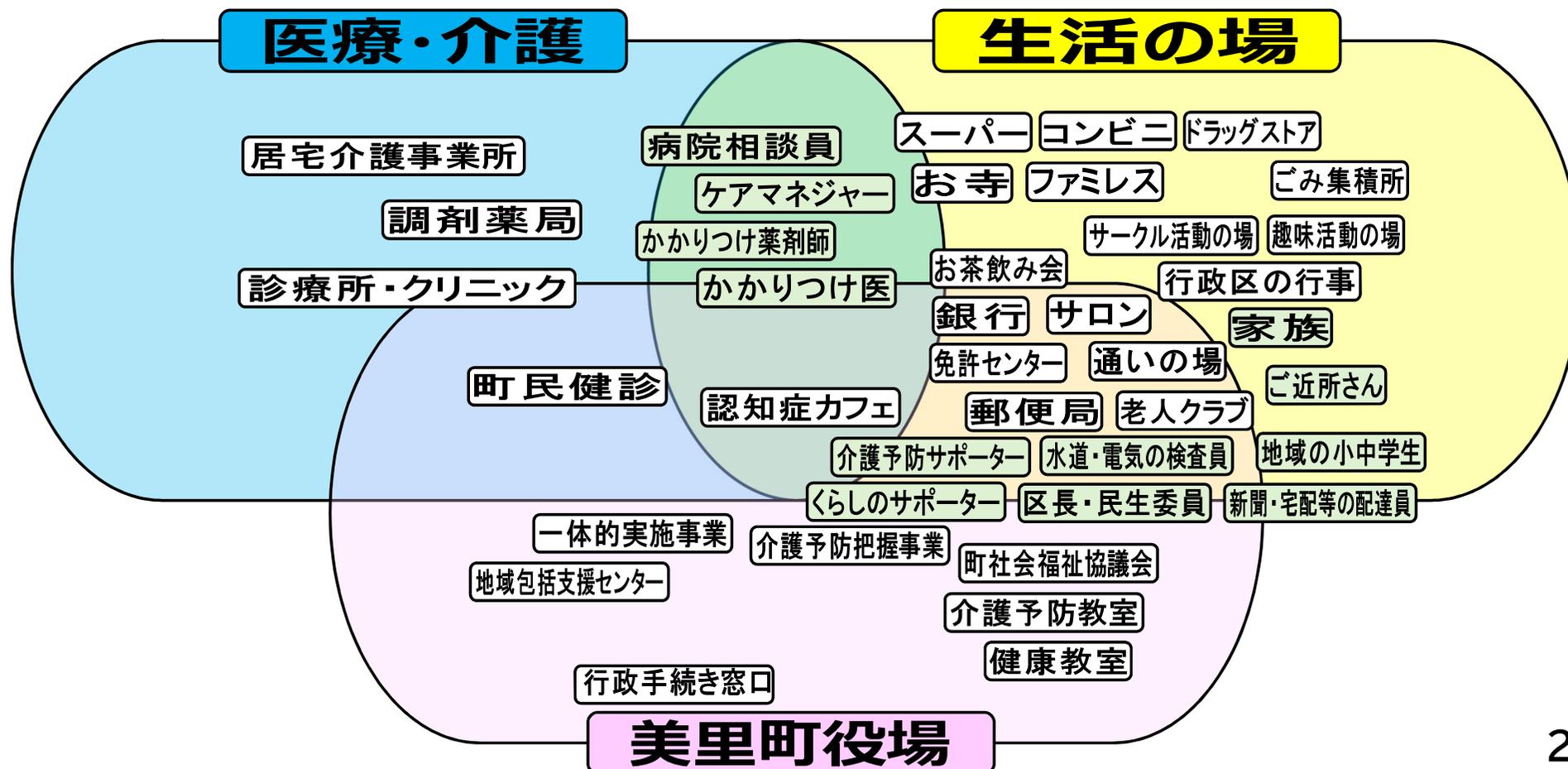
○ 第3回目では、介護予防推進会議として関係者を参集し、第9期計画の方針、介護予防の充実に向けた方向性を説明の上、意見交換を行う。



① 弱りそうな人とは？【介護予防の対象】

- 閉じこもり: 周囲とのかかわりが少ない。外出する機会が減った。
- 認知機能: もの忘れ。買い物のレジで困っている。
- 身体(からだ): 痛みがある。転ぶことが増えた。体力が低下した。
退院したばかり。
- 栄養: 食事量が減った。偏っている。
- 移動: 免許返納後。移動することが困難になった。
- 役割: 退職後、役割がなくなった。
- 精神: ショックなことが起こった。など

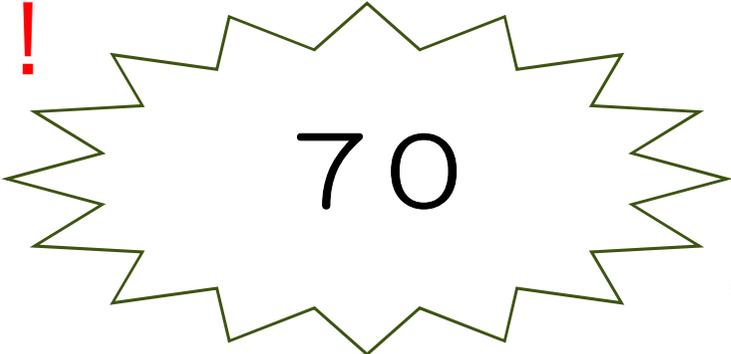
② どこで会える？【発見場所】



③ どうしたら元気に？【介護予防】

- つながり:近所、地域とのつながり、声掛け、おしゃべり。
- 趣味など楽しみがある:ひとりで、仲間と楽しむ。
- 外出:通いの場、イベント。
- 役割:地域、家庭での役割、働く(仕事)、ボランティア活動。
- 気づける:本人や周囲が「弱ってきたこと」に気づける仕組み。など

なんと！！



70

もアイデアが出ました

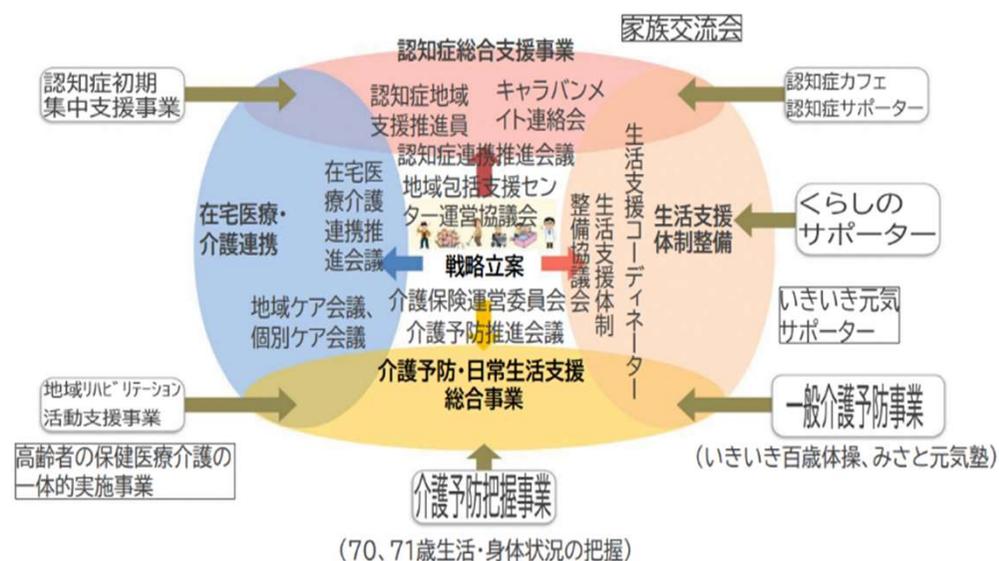
今後の方向性

介護予防事業を以下の4つの視点を踏まえ充実を図っていく。

- ① 介護予防を正しく理解する
- ② 早期発見する仕組みをつくる
- ③ 介護予防の機会の充実を図る
- ④ みんなでやる！！

= 協働・連携

美里町の「一人一人が元気になる活動」のつながり



第3回伴走支援（現地支援 2/6）

| | |
|-------------|--|
| 13:30～ | 買いかい |
| 13:30～ | あいさつ1（美里町長寿支援課長） |
| | あいさつ2（東北厚生局長） |
| 13:40～14:55 | 行政説明（15分） |
| 15:00～15:40 | ワーク1（40分） 介護予防の取組 自分の立場でできること、関われること |
| 15:40～14:45 | 休憩（5分） |
| 14:45～15:25 | ワーク2（40分） 介護予防の取組 みんなのできること、関われること |
| 15:25～15:30 | AD統括（5分） |
| ～15:30 | 閉会 |
| 15:40～16:00 | 事後振り返り（20分） |

内容：

○ 町から第9期介護保険事業計画の重点目標である「介護予防」の現状と今後の方向性について説明。関係者も含めての意見交換。

結果：

○ 町と関係者間で、改めて、町の目指す姿、現状、介護予防の課題等を共有することができた。

○ 自分の立場でできること、みんなのできることについて意見交換を行い見える化を行った。

今後の方向性：

○ 「みんなのできそうなこと」について多くの意見が出された。できそうなことから取組み、関わりのプロセスを見える化していくことで町内の横展開を目指す。



伴走支援での気づきや学び

第1回支援

町内関係者からは、高齢者に関わるそれぞれの立場からの生の意見を聴くことはできた。一方で、町の現状の共有が不十分であったため、課題の整理には至らなかった。

第2回支援

町と関係者間で、改めて、町の目指す姿、現状、介護予防の課題等を共有することができた。弱りそうな人、どのように見つける、どうすれば元気にできる、について意見交換を行い「見える化」を行った。

第3回支援

町と関係者間で、改めて、町の目指す姿、現状、介護予防の課題等を共有することができた。自分の立場でできること、みんなでできること、について意見交換を行い「見える化」を行った。

伴走支援の成果

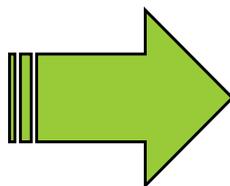
【2つの気づき】

1. 事業所同士のつながりの重要性

これまでは「ライバル」という意識が強かったがライバルではなく、様々なことを共有し、協働していく存在であると事業所が認識した。

2. 事業所と住民のつながりの重要性

それぞれが「美里町を元気にしたい」という思いで活動していたがつながるきっかけがなかった。つながりたい、一緒に何かできそうという思いはお互いにある。



【今後の取組み】

1. 行政だけで考えず、町民、事業所などみんなで共有し、一緒に考え、それぞれの立場でできることをやってみる、また、一緒にできることをやってみる。

2. 美里町の強みを効果的に発揮するためにも「見える化」が重要。意識した情報収集や実施していることを他者へ伝える効果的な方法を検討する。

今後の方向性

- ① 介護予防を正しく理解する⇒無関心層への働きかけ（検討）
- ② 早期発見する仕組みをつくる⇒介護予防把握事業（継続）
- ③ 介護予防の機会の充実を図る⇒通いの場への支援（継続）＋事業所とつながり作り（検討）、生活支援体制整備事業との連携（ボランティア、高齢者の仕事、世代間交流）
- ④ みんなでやる！！＝協働・連携⇒介護予防推進検討会議（継続）、3回目支援で出た内容を進める（コミセン＋事業所、町民・通いの場＋事業所、小規模事業所同士のつながり、防災・町民・事業所連携、点在している情報の「見える化」、男性の活躍・集まる場や企画、など）

ご清聴、ありがとうございました

「エントリーしようか迷っている…」、
「似たような悩みがある」、
そんな時にはぜひ、お気軽にお声がけください。
お待ちしております！！

★美里町長寿支援課★
(地域包括支援センター)

☎0229-32-2944



美里町公認キャラクター
みさとまちこちゃん