

地域包括ケアに向けた佐々町の取り組み

佐々町役場 住民福祉課
地域包括支援センター
保健師 江田

佐々町概要 (H26年3月末)

介護保険被保険者数

町全体人口	13,676 人
町内世帯数	5,522世帯
65～74歳人口	1,653 人
75歳人口	1,652 人
高齢者合計	3,305 人
高齢化率	24.1 %
一人暮らし世代	554 世帯
高齢者のみ世帯	1,028 世帯

全世帯数の
28.6%

地域包括支援センター職員配置

職種	人数	業務内容
保健師	2	地域支援事業
看護師	1	
介護福祉士	1	
主任介護支援専門員	2	介護予防支援
介護支援専門員	2	
介護認定調査員	2	介護認定調査
計	10	

介護認定状況(第一号被保険者)

	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	計
認定者数	62	44	122	73	68	72	73	539
割合 (%)	12.1	8.6	23.7	14.2	13.2	14.0	14.2	100





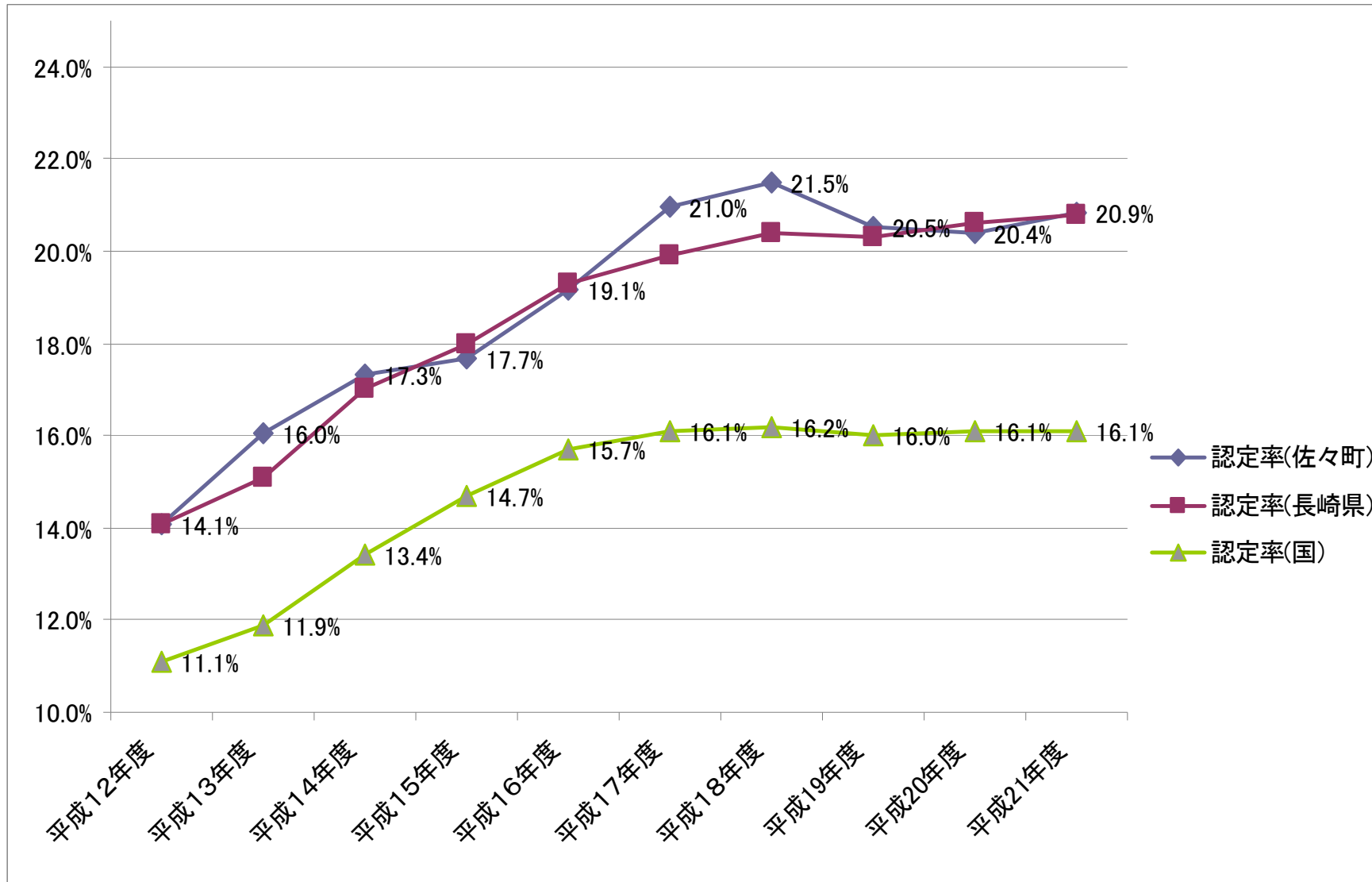
H12年からの介護保険料

	第1期	第2期	第3期	第4期	第5期
国	2,911円	3,293円	4,090円	4,160円	4,972円
佐々町	3,000円	3,800円	5,400円	5,325円	5,990円

佐々町は長崎県内1位、全国で23位／1,566市町村
長崎県は7位／47都道府県

どうして高いんだろう！私たちの納める介護保険料・・・。
納得いく佐々町の介護保険料に変えていく鍵は！

平成12年度からの認定率の推移



○介護認定率は県平均値とほぼ同値であり、同じ推移で増加している。

長崎県の認定率全国1位（全国平均16%）、軽度者認定率1位

佐々町の地域支援事業における今後の方向性

住み慣れた地域で過ごして頂くために、必要な人には必要なだけの介護サービスを十分に利用してもらいたい

佐々町住民の保険料が必要な人に適切に使われているか、現在のサービスは権利尊重だけのサービス支援になっていないか

介護保険法第4条 国民の努力及び義務の再確認

「できない事の支援」ではなく「できている事の継続や改善可能な部分の支援」へのこだわり

多様化する高齢者ニーズに介護保険制度だけでは対応できない、

自立となったのちも不安なく在宅で過ごせるための地域支援体制の整備が必要



給付の適正な利用

- * 認定率を2015年までに国平均レベルに近づける(軽度者数減を指標に!)
= 自立した高齢者割合の増加
 - * 要介護2~5の施設・居住系サービス利用者割合の減を目指す
= 在宅生活者割合の増加
1. 介護認定新規申請事前点検の徹底(介護保険制度・地域支援事業の説明)
 2. 認定者でサービス利用のない方への訪問活動
 3. 『地域ケア会議』における自立支援型ケアマネジメント支援と給付適正化事業を実施(毎週1回)
 - 生活行為評価導入
 - 介護サービス利用に関して廃用症候群・認知症の予防・改善に重点を置く

介護予防を含む地域支援体制の確立

- * 75歳以前からの介護予防(身体機能維持・認知症予防・閉じこもり予防等)が重要
 - 佐々町の介護保険制度の現状とビジョンを伝える出前講座
 - 地区集会所を活用した介護予防活動の推進・介護予防ボランティア育成
 - 団塊の世代を対象とした『地域デビュー講座(仮称)』
 - 総合福祉センターを活用した介護予防事業のメニューの拡大
- * インフォーマルサービスの確立・推進
 - 「こんな支援があれば、まだ在宅ひとり暮らし大丈夫！」というような支援体制の確立(傾聴・家事支援・中学生登校時ゴミ出しなど)
- * 認知症になっても安心して過ごせる地域づくり
 - 認知症サポーター養成、全町内会へ(地域支援連絡会にて福祉劇団)
 - 町立診療所(神経内科)と密接な連携を図る

[将来のビジョン]

「住み慣れた地域でいつまでも暮らしたい」そんな願いを叶える、
地域で支えることによって安心して過ごせるまち、佐々町を目指します!

1. 介護認定新規申請事前点検の徹底 (介護保険制度・地域支援事業の説明)

介護認定申請の窓口は・・・

申請受付窓口ではない、あくまで介護相談窓口である。

生活機能評価表による聞き取りをし、介護サービスが即必要であるか、介護予防事業やインフォーマルサービス等が必要であるかを見極める。后者であれば、地域包括支援センターにつなぎ、訪問。介護予防事業へと展開する。(介護通所サービス希望であっても軽度の方には、介護予防教室の体験を優先的に薦めるなど)

介護保険事務班と地域包括支援センターにおける
目標・具体策に向けた連結した取り組みの徹底

2. 認定者でサービス利用のない方への訪問活動

- サービス利用ない方の割合・・・2割も

なぜ、サービスを受けないの？

なぜ、認定申請をするの？

認定調査費用、
一件あたり1.2
万円近くかか
るんだけど・・・

訪問で実態把握してみると・・・

介護者が
受けさせな
い・・・虐
待？

経済的に
無理

なにか頼りたいん
だけど、サービス
利用しても・・・

念のため。
お守り代わり。

いざという時の
ため。
ひとり暮らしは
不安でね・・・

サービス利用していない方＝サインを出している方には、地域包括支援センターが向き合わなくてはいけない様々な問題があった。

介護認定者と一般高齢者との間に隠れてたこの方々にしっかり関わっていくことが、介護予防や適切な支援へとつながる。

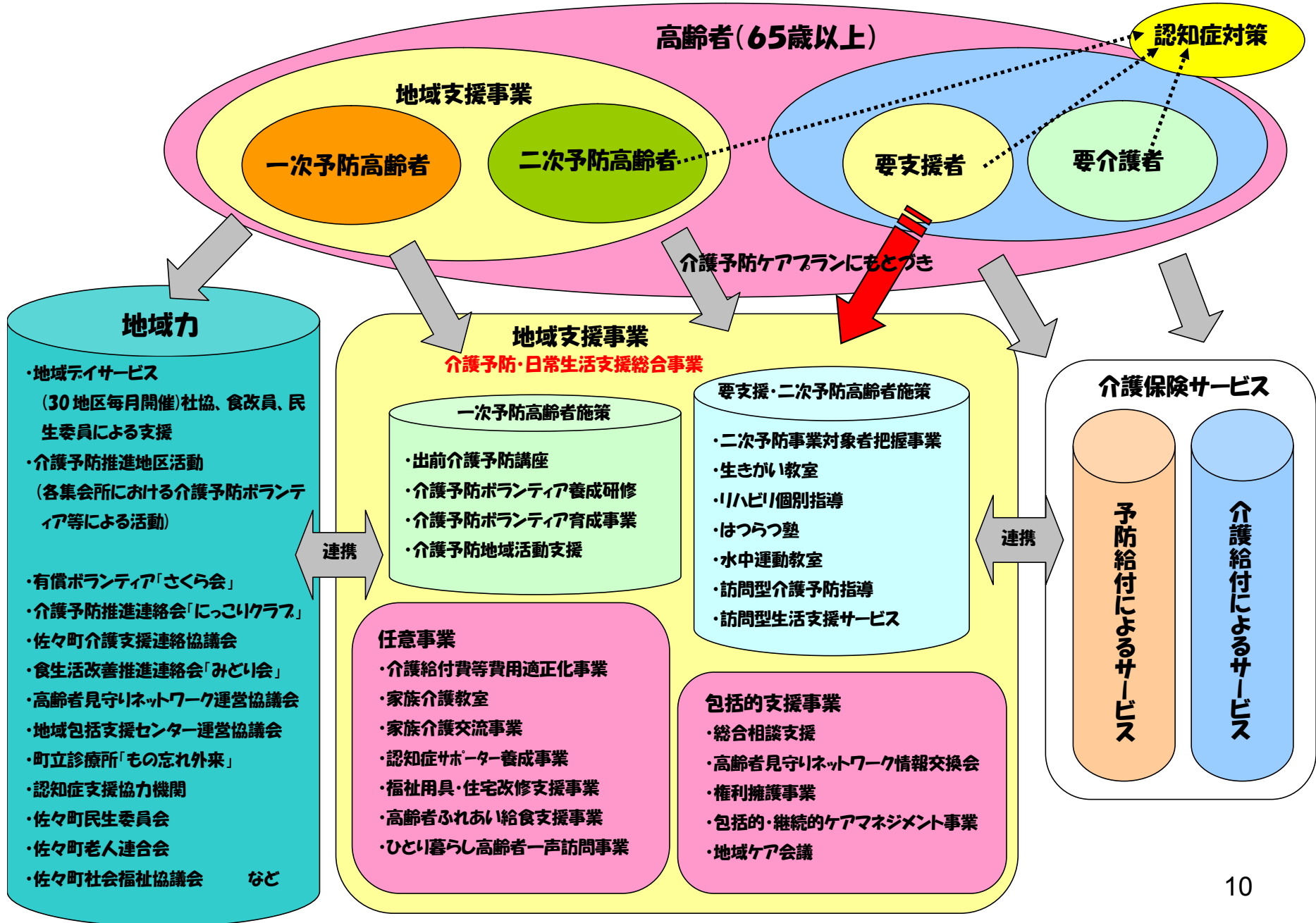
不安から介護申請に至るケースには定期訪問による介護予防を兼ねた見守り支援が重要！

3. 『地域ケア会議』における 自立支援型ケアマネジメント支援・生活行為評価導入

- ◆ 「生活行為復活」に向けての意欲目標の設定
- ◆ 「何をしてほしいですか」→「何ができるようになりたいですか」
- ◆ 「期間的自立支援」か「永続的自立支援」の判断
- ◆ 「切れ目ない支援」を目指す地域包括ケアの実現



佐々町の高齢者を支える地域支援体制図



特徴的な取組内容

介護予防事業をするにあたって 佐々町のこだわり

- 対象者が選べる多様なコマ！
- 受け入れると決まったら、その方にあった事業展開を！
 - …そこで、受け皿のキャパが広がる。
- 住民主体のおおらかな発想で、柔軟な事業展開。
- 住民同士の刺激を大切にしたい！
- あえて、卒業はない。元気になれた場所が通いの場。
 - 慣れてきたら、立場が変わり役割がでてくる！そういうケアプランを。
- …増えてくる対象者は多様な事業の数で対応。元気高齢者も介護レベルの高齢者も地域で活動する町のイメージ化。
- 対象者の生活スタイルをトータルに見つめ直す。
 - …ただの給付の代替えではなく、地域の中で暮らすということの追求。
- ボランティア(住民)を巻き込んだ事業展開！
 - そこでつながることで、地域参加がしやすくなり、地域支え合いの支援体制が築かれる。

生きがい教室

《目的》 介護予防を目的とした生活機能向上プログラムを実施し、住み慣れた地域でその人らしく、いきいきと過ごされることを支援します。

《対象者》 積極的な介護予防が必要と思われる
佐々町在住の高齢者

《内容》 週1回 《参加費》 160円

(火曜：北部地区／木曜：南部地区／金曜：中部地区)

◎午前中は集団活動・午後は個別活動を取り入れています。

【教室のテーマ】 自主性が生き、個性豊かに楽しめる空間



時間	スケジュール
9:00~10:00	巡回バス出発 (交通移動困難な方のみ)
10:00~12:00	介護予防教室 ① 運動・講話 ② 脳レク・口腔体操
12:00~13:00	昼食・入浴
13:00~15:00	選択メニュー (手作業・リハビリ・カラオケ・ 囲碁将棋・習字・懐かし映画・お出かけ など)
15:00~16:00	巡回バス出発 (交通移動困難な方のみ)

運動個別指導

佐々町健康相談センター「リハビリ室」において、積極的な介護予防が必要な方を対象に、運動指導士による個別指導を実施します。

【目的】運動機能を主体とした日常生活動作の自立を図る。
個別指導終了後もリハビリ室利用による自主的な介護予防活動ができる。

毎週水曜日 13:30～15:30
(1クール6ヶ月)

おおむね65歳以上の町内在住の方
本人負担 1回160円



認知症対応連携関係図

(個を大切にしたフォロー体制)

佐々町立診療所（もの忘れ外来）

毎週月曜

- 認知症連携担当者を配置（看護師）
- ・ 認知症専門医療提供
- ・ 鑑別診断
- ・ 周辺症状の急性期対応（精神科連携）
- ・ かかりつけ医との連携
- ・ 患者、家族への介護サービス情報提供、相談対応
- ・ 医療情報提供等、介護サービスとの連携

専門医療につなぐ

地域包括支援センターにつなぐ

佐々町地域包括支援センター

- 認知症連携担当者を配置（看護師・ケアマネ）
- ・ 町立診療所との認知症に関する連携
- ・ 介護保険サービスへのつなぎ
- ・ 地域支援事業へのつなぎ（下記内容）
 - 通所型
 - * 生きがい教室
 - * はつらつ塾
 - * 水中運動教室
 - * 男性料理教室
 - * リハビリ個別指導
 - * 地域デイサービス・地区集会所における介護予防活動
 - 訪問型
 - * 専門的な認知症ケア相談、定期的な訪問相談
- 認知症を理解し地域で支え合う地域づくり
「佐々町認知症サポーター養成講座」
- 地域における介護予防活動の推進



はつらつ塾

さまざまなメニューと短い時間で参加しやすい、
介護予防を主にした高齢者の趣味活動の場です。

場 所： 佐々町福祉センター

参加費： 1回160円（入浴可）

	月曜日			水曜日	
10:00～ 12:00	いきいき サロン	3B体操ク ラブ	おとこ料理 クラブ		
13:00～ 15:00	手作業 クラブ			カラオケ クラブ	個別運動 クラブ



おとこ料理クラブ

料理って、とっても頭を使います！メニュー決定、材料調達、火加減、味加減などなど
そして、みんなと会話しながらの会食

男同士だからいい！ひとつずつ体験して「はつらつ・元気！」を目指します。



毎週月曜日 10:00~13:00
場 所:健康相談センター・調理室
参加費:1回160円
食材費:1回300円程度(実費精算)



カントリークラブ

～土に集い、土に戯れ、仲間とふれあう～

農作業をとおして、運動機能低下・認知症・閉じこもり等の介護予防を図るとともに、農作物を生産販売することにより高齢者が地域交流しイキイキと活動できる場

適切な時間

参加費：一週間につき160円

毎週火・金曜日 9:00～11:00

時間は季節により

自然のパワーでみんないっしょに、はつらつ元気を目指しましょう。
作業をとおして、脳と体と心を使います！

訪問型生活支援サービス

日常生活の動作において、住民による生活支援があれば
自立した生活が送れる方へ

本人負担300円
町補助200円

介護予防ボランティアが訪問

日常生活動作をいっしょに行うことにより、
地域の支え合いのもと自立した生活を送るよう支援します！

新しい出会いが
はじまる

新しい役割が
生まれる

地域の人が見えてくる

地域の声が聞こ
えてくる



総合事業の自立支援機能高めるには

○訪問による介護予防指導

生活動作確立のため、専門職による
生活環境や生活動作への介入の重要性！

- ・・・総合事業では「通所で介護予防、訪問で生活支援」の認識が強い。今回、専門職の訪問による生活スタイルへの介入は、介護予防のスタートをきる重要なポイントとなった。

○訪問からのアセスメント→ケースカンファレンスの重要性！

今回、アセスメントを丁寧にとり、自立支援に向けてカンファレンスを行った。（今までは、教室に誘い、その中での関わりがメイン・・・）事業参加は生活の一部であって、生活の自立支援とは、生活全般から見直し変えていくこと。

ケース担当者と事業スタッフ間で情報を共有し、自立支援の考え方や方針の共通認識を図る。

スタッフのスキルアップ、事業内容の強化につながった。

積極的な介護予防が必要な高齢者の把握

- ①介護認定申請窓口または認定結果より
- ②もの忘れ外来はじめ町内医療機関より
- ③高齢者見守りネットワーク情報交換会
 - ・地域デイサービスなどの地域活動からの情報
 - ・民生児童委員等の訪問活動からの情報
 - ・地域のボランティア等による見守りからの情報
- ④佐々町の高齢者支援体制の応援者のみなさんより随時



地域包括支援センター訪問



介護予防事業へ

住民と行政がいっしょに取り組む介護予防

- 住民が介護予防について学び、地域の中で伝え続けていくことで、介護予防の推進、併せて地域で支え合う地域力の再生につながる。
- 住民と行政がひとつになって「自ら介護予防に取り組み、みんなで支え合う佐々町！」を目指す。

【介護予防の取組の変遷】

- H18年度に地域包括支援センターを設置して以来、住民に介護予防の取り組みをはたらきかけたが、これといった動きにつながらないまま2年が経過。その間に合併問題が浮上。地域サロンは全地区で月1回程度、開催されていたものの、いずれも職員のお膳立てで運営されていたため、合併により職員が手をかけられなくなると、自然消滅する恐れがあった。
- そこで、住民の主体的な取り組みを育てるために、H20年度から「介護予防ボランティア養成講座」をスタートし、地域サロン参加者が職員の指導がなくてもできる介護予防の方法を学んでもらった。
- 現在6年目に入り、地域包括支援センター・健康センター・社会福祉協議会の3者が協働して、団塊世代を対象として「地域デビュー講座」と命名し、継続している。
- 平成20年に、H20年度の養成講座修了生による「地域型介護予防推進活動」がスタート。当初は8か所で、自主的な集まりが立ち上がり、現在は、14地区まで増えている。今後、全町内会（30地区）開催を目標に展開中。
- 上記の活動のほかに、養成講座修了者は、「通所型介護予防推進活動」として、要支援・二次予防高齢者の介護予防事業でも活躍している。
- また、通所だけでなく、「訪問型介護予防推進活動」として、要支援・二次予防高齢者向けの生活支援サービスにも活動の幅を広げている。

③みんなで介護予防に取り組むまち

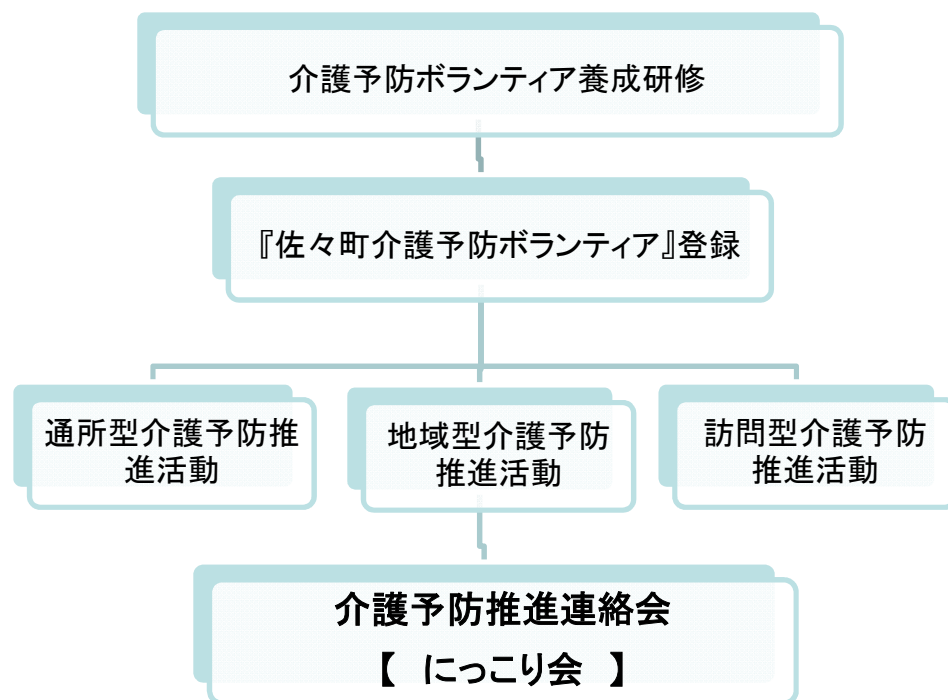
介護予防ボランティア養成講座

	内 容	修了生
平成 20 年度 (2回)	<ul style="list-style-type: none"> ○介護予防における佐々町の取り組み ○心身における介護予防！～運動実践～ ○口腔機能における介護予防！ ○高齢者の栄養について ○グループワーク「各地区での取り組み状況について」 “ 「今後の介護予防ボランティアの活動について」 	56名
	特定高齢者施策『元気アップ教室』卒業者を『介護予防ボランティア養成講座』修了生と認める	20名
平成 21 年度 (4回)	<ul style="list-style-type: none"> ○介護予防における佐々町の取り組み ○心身における介護予防！～運動実践～ ○口腔機能における介護予防！ ○高齢者の栄養について ○グループワーク「各地区での取り組み状況について」 “ 「今後の介護予防ボランティアの活動について」 ○認知症サポーター養成 	33名
平成 22 年度 (6回)	<ul style="list-style-type: none"> ○脳と身体の健康寿命を永く保つために ○口腔機能における介護予防！ + ワークショップ ○心身における介護予防～運動実践 + ワークショップ ○高齢者の栄養について + 佐々町の介護保険の現状 + ワークショップ ○高齢者の介護問題について(介護者の会合同研修) ○認知症を正しく理解しよう！～認知症サポーター養成 ワークショップ「今後の介護予防ボランティア活動について」 	60名

H23年度
社協とタイアップ
地域デビュー講座
へと発展

H24年度
社協&健康センター
とタイアップ

佐々町介護予防ボランティア組織図



【佐々町介護予防ボランティア登録】

介護予防ボランティア養成講座修了生に対し、登録希望の有無・活動場の確認。希望者のみ登録。登録者には、活動場の提供・支援や、連絡会・研修会案内をおこなう。

【地域型介護予防推進活動】

地元地区集会所において自主的な介護予防活動を展開。地域内に声かけ・参加呼びかけ、教室メニューの検討・教室運営を実施。

【通所型介護予防推進活動】

福祉センター2階で開催する「生きがい教室」「はつらつ塾」において、スタッフとともに介護予防活動を実施。

【訪問型介護予防推進活動】

要支援・二次予防高齢者のうち、生活行為になんらかの介助を要する方に対し、訪問により生活行為の自立支援に向けての生活支援サービスを実施。
(いっしょに掃除を行う・いっしょに調理を行う・いっしょに買い物を行う・いっしょに洗濯を行う・などの日常生活支援)

【介護予防推進連絡会】

毎月1回定例開催。ボランティアの情報交換や、学習・振替かえりの場。

佐々町介護予防推進連絡会『にっこり会』



にっこり会の様子



地域型介護予防推進活動の様子

1. 地域・グループの紹介

佐々町 人口13,813人（高齢者人口3,048人・高齢化率22.1%）

【会運営の目的】介護予防ボランティアをはじめとした関係者間が相互に連携し、情報交換および介護予防に関する知識の習得を行い、地域における介護予防の推進を図ること

介護予防推進連絡会「にっこり会」は平成21年2月に設立。

「佐々町全域に介護予防を推進したい、いつまでも住み慣れた地域でみんな元気に過ごしたい」との熱い思いを持った介護予防ボランティアの集いです。毎月定例会を開催し、そこで得た元気や知識を地域に持ち帰り、運動や脳レクリエーションなど介護予防活動を推進しています。

地域での活動は最寄の集会所を活用することで、高齢者本人も参加しやすく、老若男女、介護予防に興味を持つ人が増えてきました。

住民が介護予防について学び、それを伝え続けていくことで、介護予防の推進、併せて地域で支え合う地域力の再生につながっています。

2. グループの活動内容について

現在、登録会員数は45名

【介護予防推進連絡会(にっこり会)定例会】

開催日：毎月第4水曜の10時～12時

場所：佐々町福祉センター

内容：○ミニ講話・新規メニュー紹介（運動／脳レク／手芸など）

○各地区の情報交換・活動報告

主な活動【地域型介護予防推進活動】

会員（介護予防ボランティア）による地域集会所を活用した介護予防推進活動

活動地区：町内14地区

開催場所：最寄集会所

開催日：地区によって異なり、月1～4回

内容：運動や脳レクリエーション、手作業など介護予防に関する内容を地区の特色に合わせて、会員が考え実施。

3. 活動を始めたきっかけについて

平成20年度よりはじまった介護予防ボランティア養成講座を受講し、介護予防について学び、「地域の人に伝えたい、みんなで元気でいたい！」という思いになり、仲間同士で介護予防の集いを始めることになりました。

4. 活動して良かったこと

町内会の方が明るく、近所の方々の仲間意識が強くなりました。

〈参加者の言葉〉

○93歳女性：椅子に座って自分ができる運動を一諸に行われる。皆に会えるのが嬉しい！

○90歳女性：我が家でも自分の為と思い、毎日運動する習慣ができました！

○88歳女性：思わぬ所で怪我をしそうになったが大事に至らずよかった。これも運動していたからだよね！

5. 活動して苦慮していることについて

後継者づくりでしょうか。若い人に声をかけていますが、なかなか参加につながりません。

6. 今後の活動の目標について

今後の目標は、介護予防ボランティアによる介護予防の推進活動を全町内会30地区に展開し、町内における介護予防の知識普及や実践拡大を図ることです。住民と行政がひとつになって「自ら介護予防に取り組み、みんなで支え合う佐々町！」を目指します。



【専門職の関与の仕方】

- 養成講座で佐々町の現状・方向性を皆で明確にし、共有した。現状を理解し、期待され役割を持たば、自分たちの行動へと変わっていった。
- 養成講座後の育成として「介護予防推進連絡会」を月1回開催。情報交換および介護予防に関する知識の習得の場の設定。ボランティアのモチベーションの維持につなげている。
- 「介護予防推進連絡会」では、介護予防ボランティアのみではなく、介護予防事業担当者や地域サロン担当者も参加する。佐々町における介護予防の方向性の統一化および個々のケースの切れ目ないケアの実現を図っている。
- 佐々町全体の介護予防への取り組みの方向性がぶれないよう、定期的に住民や各関係団体へ、ビジョンを確認し、成果を報告している。

介護予防ボランティア地域活動集計表

地区名	開始月	H20年度			H21年度			H22年度			H23年度			H24年度		
		実施回数	参加実人数	参加延人数	実施回数	参加実人数	参加延人数	実施回数	参加実人数	参加延人数	実施回数	参加実人数	参加延人数	実施回数	参加実人数	参加延人数
芳ノ浦	H20. 7月	21回	18人	199人	10回	11人	74人	6回	10人	40人	12回	18人	99人	10回	17人	109人
新町	H20. 8月	10回	29人	123人	18回	22人	181人	23回	24人	340人	19回	26人	307人	22回	29人	336人
松瀬	H20. 9月	11回	12人	114人	22回	12人	224人	21回	17人	217人	20回	16人	251人	22回	15人	229人
浜迎	H20. 10月	6回	16人	92人	9回	18人	118人	11回	24人	142人	12回	22人	170人	12回	21人	164人
栗林	H20. 10月	11回	18人	96人	19回	22人	126人	8回	13人	94人	8回	17人	84人	9回	14人	105人
北	H20. 11月	7回	22人	49人	21回	11人	126人	10回	11人	64人	18回	10人	128人	16回	14人	108人
神田	H20. 12月	4回	18人	68人	12回	12人	96人	8回	14人	83人						
東町	H20. 11月	15回	17人	195人	34回	13人	322人	35回	12人	256人	30回	14人	258人	23回	18人	225人
志方	H21. 4月				46回	11人	262人	66回	9人	327人	75回	9人	311人	86回	15人	424人
口石	H22. 5月							8回	43人	174人	7回	29人	148人	8回	29人	164人
土手迎	H22. 5月							6回	31人	121人	9回	28人	182人	6回	26人	101人
里	H23. 5月										2回	15人	20人	36回	28人	648人
野寄	H23. 8月										7回	10人	53人	9回	10人	77人
里山	H24. 3月										1回	13人	13人	12回	18人	158人
若佐	H24. 5月													10回	7人	49人
計		85回	150人	936人	191回	132人	1,529人	202回	208人	1,858人	220回	227人	2,024人	281回	261人	2,897人

教室運営上のモットー

可能性を見出し、
可能性にかけた関わり

「自主性が生き
個性豊かに楽しめる空間」

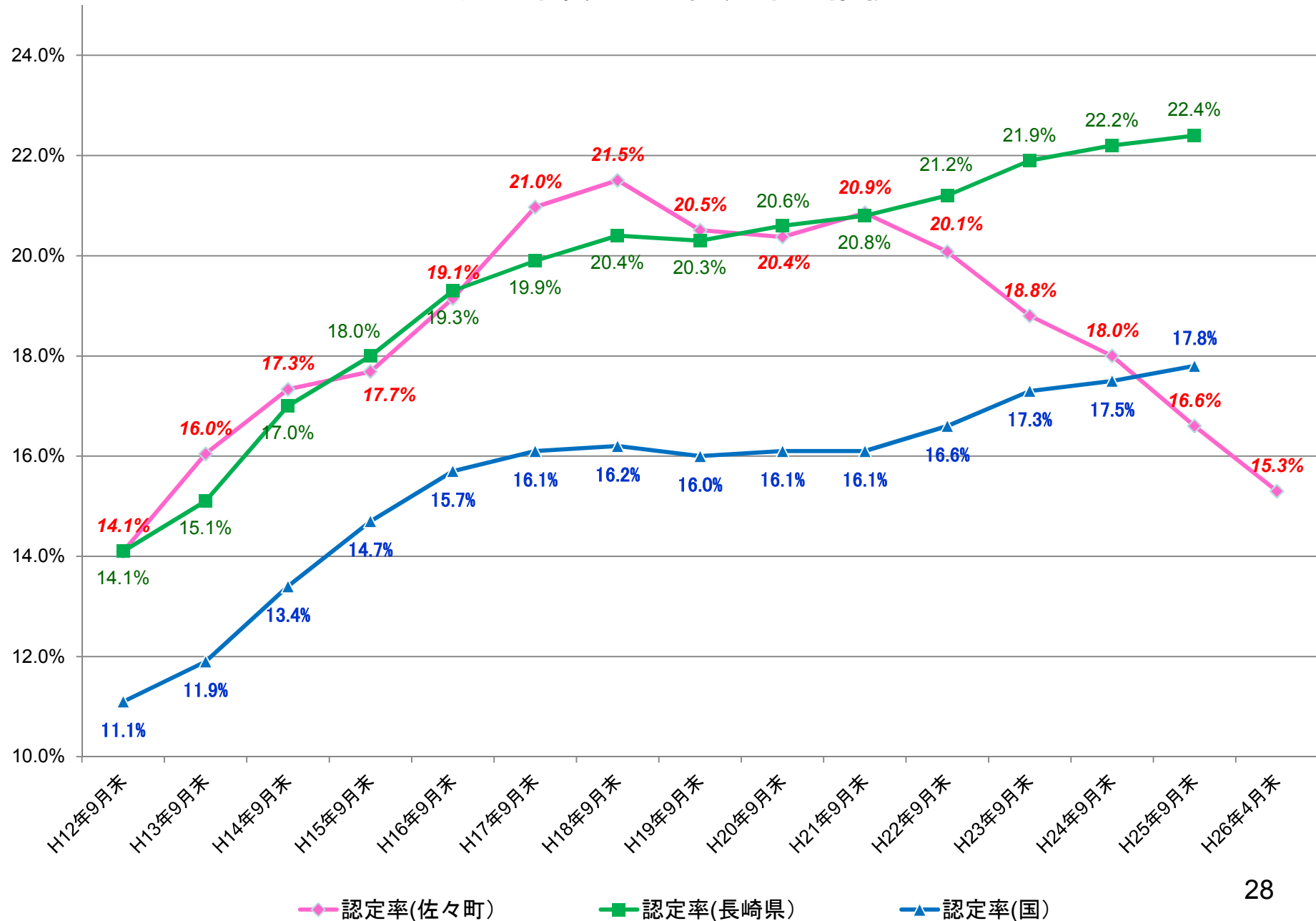
佐々町の地域包括ケア推進の特徴

人の幸福感の追及
「必要とされた時・役割を持った時・
認められた時・愛された時」

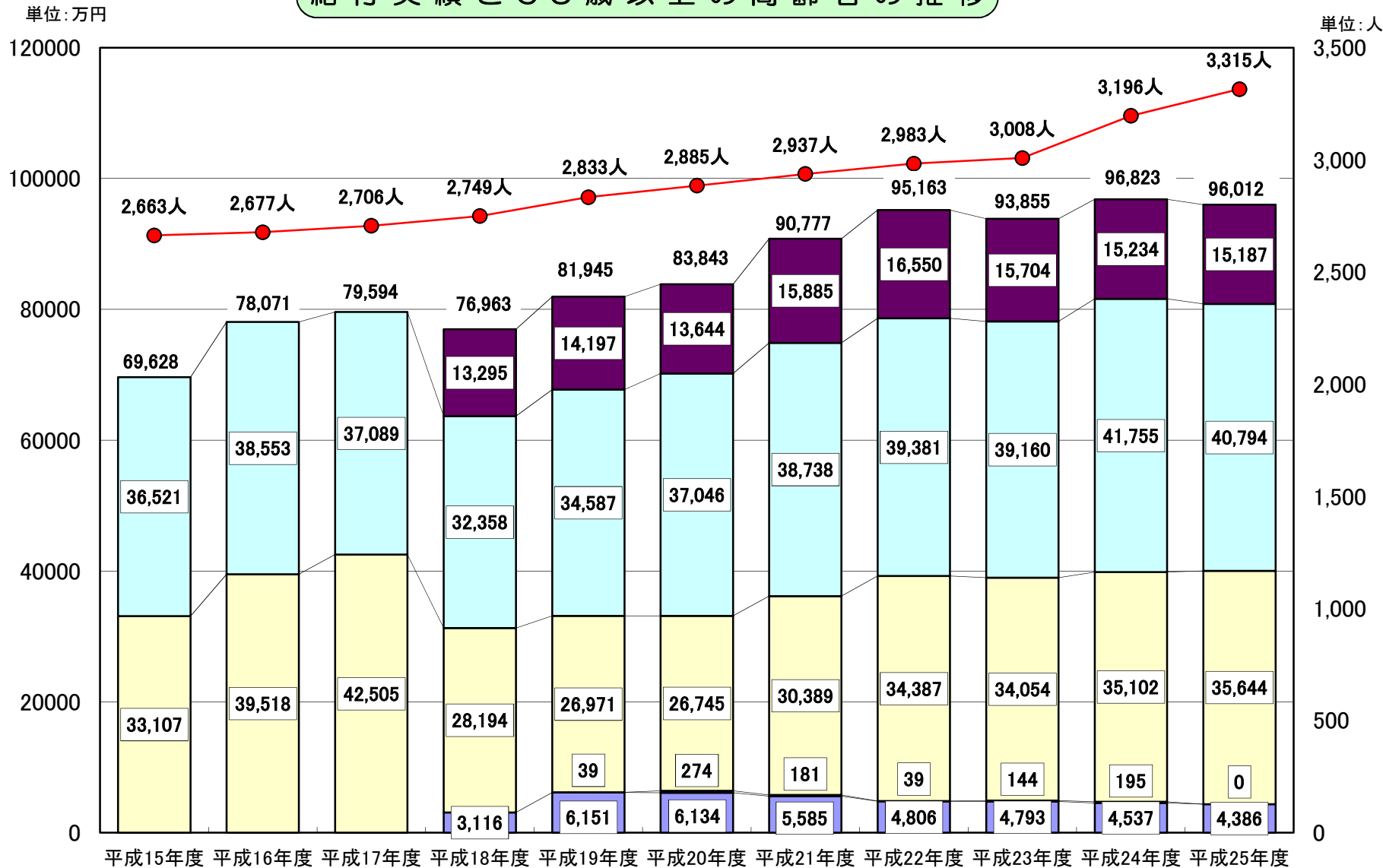
『ポジティブに強みを活かした事業展開！』



平成12年度からの認定率の推移



給付実績と65歳以上の高齢者の推移



- 介護予防
- 介護予防地域密着型
- 居宅サービス
- 施設サービス
- 地域密着型
- 第1号被保険者数

※各積み上げの合計は端数処理の関係で一致しない年度があります

自分たちの『地域包括ケア』ってなに？
まっさらの状態から考えてみましょう。

伝えたいこと

国の制度は
従うものでは
なく、活用す
るもの

誰のためにつ
くるつもり？
主役は住民！

難しく
考えない・
シンプル
に

創意
工夫

オリジナ
ルティが
一番！

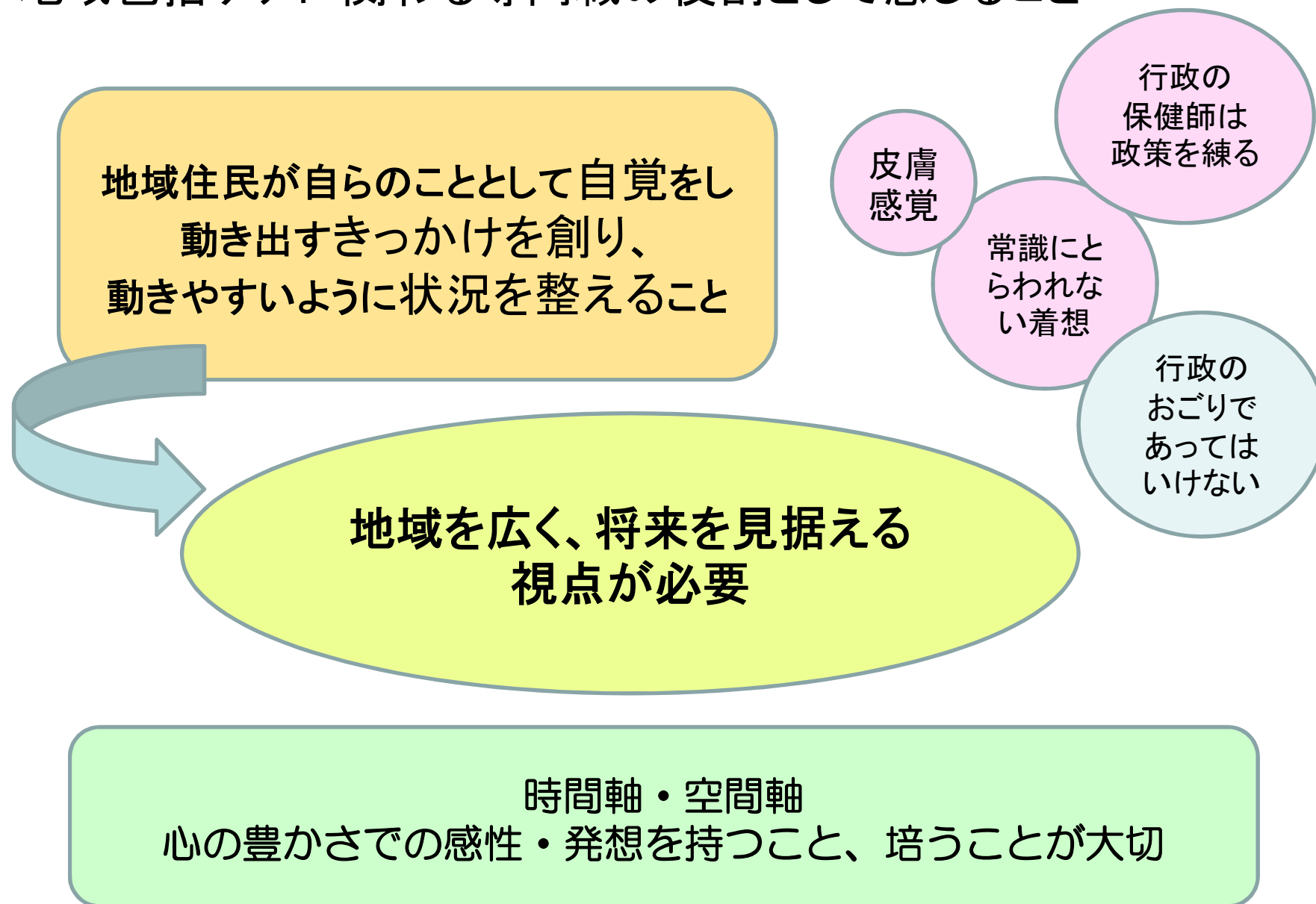
佐々町の現状・方向性を皆で、明確にし共有していった。すると・・・
地域が動き出した、職員も 介護事業所も 住民も！

確信していること

人は現状を理解し、期待され、役割
を持てば、自然と力を発揮し出す。

地域の特性を出した方が、「わかりやすく・
継続しやすく・発展しやすい」、
なんととっても「楽しい！」

地域包括ケアに関わる専門職の役割として感じること



皆さまとの出逢いに感謝します。

地域包括ケアを推進したいのは、すばらしい地域の力に期待しているからです！
子の代・孫の代まで安心して過ごせる地域を考えています。

高齢者支援は
今と未来に関わること！

住民の皆さんが納める介護保険料を、使う者として、事業する者として、未来をしっかり考えてほしい。

地域で暮らす・地域で事業する意味を考えてほしい。
空間軸と時間軸。心の豊かさとは。

介護事業所でしかできないところ、介護のスペシャリストとして法に則り、維持改善へ向けて高齢者支援をお願いしたい。
信頼おける事業所は、地域を含めて高齢者を考えています。

地域に暮らしている方々です。
地域との接点をつなぐ支援がポイント。
地域を巻き込んだケアはその方の周りに地域の力が湧いてきます。

高齢者をとおして、その方がこの住み慣れた地域で生活していく為に、住民と介護事業所と行政がいっしょになって地域づくりを進めてみませんか。
すばらしい地域ができるはずです。