

地域包括支援センター運営協議会の会議結果報告

1. 会 議 名	令和3年度第2回松阪市地域包括支援センター運営協議会
2. 開 催 日 時	令和3年11月1日（月） 午後1時30分～午後3時
3. 開 催 場 所	松阪市健康センター はるる
4. 出 席 者 氏 名	<p>[委員] 津田副会長、平岡委員、岩瀬委員、杉山委員、沼田委員、福本委員、川上委員、田中委員、中井委員、山口委員、藺部委員 計11名 （欠席委員）小林会長、堀出委員</p> <p>[地域包括支援センター] 第一地域包括支援センター：2名、第二地域包括支援センター：2名、第三地域包括支援センター：2名、第四地域包括支援センター：2名、第五地域包括支援センター：2名</p> <p>[地域振興局] 嬉野地域振興局地域住民課：中川課長、三雲地域振興局地域住民課：西浦課長、飯南地域振興局地域住民課：達課長 （欠席）飯高地域振興局地域住民課：坂本課長</p> <p>[傍聴] 0名</p> <p>[事務局] 高齢者支援課：西山課長、大西主幹、世古主幹、若林主任、林主任、潮田、野村 介護保険課：田中課長</p>
5. 公開及び非公開	公 開
6. 傍 聴 者 数	1名
7. 担 当	松阪市健康福祉部高齢者支援課 TFL 0598-53-4099、FAX 0598-26-4035 e-mail kourei.div@city.matsusaka.mie.jp

協議事項

1、各地域包括支援センターでの取り組み

「コロナ禍における介護予防教室などでの工夫」

議事録 別紙

令和3年度 第2回松阪市地域包括支援センター運営協議会 議事録

日時 令和3年11月1日(月) 13:30~15:00

会場 松阪市健康センターはるる3階健康増進室

出席者

[委員] 津田副会長、平岡委員、岩瀬委員、杉山委員、沼田委員、川上委員、
福本委員、田中委員、中井委員、山口委員、菌部委員 計11名
(欠席委員) 小林会長、堀出委員

[地域包括支援センター]

- ◎第一地域包括支援センター：2名
- ◎第二地域包括支援センター：2名
- ◎第三地域包括支援センター：2名
- ◎第四地域包括支援センター：2名
- ◎第五地域包括支援センター：2名

[傍聴]

- ◎なし

[事務局]

- ◎高齢者支援課：西山参事兼課長、上西担当監、世古主幹、大西主幹、
林主任、若林主任、野村、潮田
- ◎介護保険課：田中参事

事務局

定刻となりましたので、ただいまから、令和3年度第2回松阪市地域包括支援センター運営協議会を始めさせていただきます。議事に移るまでの間、進行をさせていただきます。

本日の出席委員様が11名で、2名が欠席です。

それでは、開会に当たりまして、会長が欠席ですので、当協議会の規則の第4条に基づきまして会長の代理を副会長にお願いしております。副会長より、最初のご挨拶を賜りますようお願いいたします。

副会長

この規程によりまして、会長欠席のため、司会進行させていただきます。皆様の活発な意見も頂戴する中で進めていきたいと思っております。最後には、ご意見も頂戴する時間を設定しておりますので、どうぞよろしくようお願いいたします。

事務局

副会長、ご挨拶ありがとうございました。それでは、事項書に従いまして、報告事項と協議事項に移っていききたいと思います。

当協議会規則第 7 条に基づきまして、ここからは副会長に進行をお願いいたします。

副会長

まず本日ですが、コロナ感染症に伴う経過報告、各地域包括支援センターにおけるコロナを意識しました介護予防の取り組みを報告していただきます。

事務局

それでは、新型コロナウイルス感染症拡大に伴う事業等の流れについてをご覧ください。

これは、前回にもお示しをさせてもらっているのですが、情報を令和 3 年 9 月までに引き延ばしまして追加しておりますので、重複する部分もありますが、ご説明させていただきたいと思います。大きく分けて、上の表が国内及び松阪市の大きな流れです。中央が、松阪市と三重県の各ホームページから抜粋しました感染者数になります。下の表が、松阪市の地域包括支援センターに関連する事業の変更等がまとめさせていただいてあります。

まず上段ですが、皆様ご承知のように、国内で第 1 例が出ましたのが令和 2 年の 1 月になります。その後、感染拡大と減少を繰り返す中ですが、緊急事態宣言が国から各県、都道府県に発令されたのが合計 3 回ございます。第 1 回が令和 2 年 4 月 7 日から 5 月 25 日、これも途中で延長されて最終が 5 月 25 日ということです。2 回目が令和 3 年 1 月 8 日から 3 月 21 日まで。そして第 3 回目 5 波へと繋がったものが長期間で、令和 3 年 4 月 8 日から 9 月 30 日までです。その中でも三重県に発令されていた第 3 回の緊急事態宣言につきましては、8 月 27 日から 9 月 30 日まで、その前に県独自の緊急事態宣言ではなく緊急警戒宣言が 8 月 6 日から 8 月 27 日まで出ていたという経過がございます。同様に、緊急事態宣言より少しゆるい宣言ということで、蔓延防止等重点措置が、全国的に 4 月 1 日から 9 月 30 日まで出ていましたが、三重県に出ていた期間が 5 月 9 日から 6 月 20 日ということになります。それぞれの宣言が解除された時には、重点期間ということで、1 週間から 2 週間あまり油断をしないようにそれぞれ三重県から出された経過があります。令和 2 年 1 月から感染対策ということで新しい生活様式が始まったわけですが、令和 3 年度になってからは、これが標準の仕様ということで、新しい生活様式が進んでいることかと思えます。

松阪市のいろいろな支援策、子育て世代であるとか、あと、経済困難な生活困窮の方であるとか、あと事業所に対してとか、いろいろな形で支援策が、国からの補助が出ているものも合わせてたくさんの制度が作られております。それにつきましては今も現在進行形で支援をしております。中段の感染症の発生数ですが、令和 3 年 9 月末現在で、松阪市トータルで 720 名、三重県全体では、14,619 名で、今までの中で第 5 波のデルタ株によって感染拡大したのが、今年 7 月 8 月

あたりかと思いますが、その時には、松阪市も三重県も今までにない最大の感染者数ということになっております。

特にこの地域包括支援センターは介護事業所との関連が深いわけですが、県内のクラスターの発生数から見ましても、令和3年1月、4月、8月にクラスターが発生しております。ワクチン接種後であっても、高齢者施設等でクラスターが発生したというような経緯もございます。特に令和3年1月2月のあたりでは、病院、老健、特養、介護事業所等でクラスターが発生したことに伴いまして、社会福祉施設等への注意喚起メールが国から発出をされ、自治体から各事業所に周知をさせていただいた経緯がございます。

下段の松阪市の地域包括支援センターに関連する事業ですが、1月末から国内で感染が広がってきたということで、松阪市は2月末あたりから、地域活動における感染防止対策の周知、自粛要請というのが、春先にかけてずっと続きまして、7月10日から事業再開になっております。令和2年4月から各地域包括支援センター事務所の在宅、分散配置でテレワークを開始していただいておりますが、現在も継続しておられるという状況です。ですので、インターネットのファイルなど工夫をしていただいているところです。地域の高齢者向けの事業をどんなふうに工夫してきたかというあたりは、令和2年4月末から5月にかけて高齢者向けの体操、介護予防に関する動画を作成し、ケーブルテレビでの放映がテスト的に始まり、本格的には8月から毎月1回テーマを変えて、地域包括支援センターの職員さんの出演で、内容更新しながら、今も継続していただいております。

コロナにつきましては感染拡大等、終息には至りませんが、感染の減少を繰り返してくる中で、事業の短縮要請と活動再開の繰り返しが現状でございます。また、国から県を通じて自治体の方にサージカルマスク・使い捨て手袋・消毒薬が配布されておまして、市としては介護保険課を通じて市内の介護事業者や地域包括支援センターに配布を何度となくさせていただいております。1回の量は事業所さんにとっては本当に微々たるものではあります。数回にわたって継続して、国からの支援経過でございます。今、ワクチン接種もほぼ2回済んでいる状況で、松阪市としましても65歳以上の方で1回でもワクチン接種している人が約9割という現状ですが、ブレイクスルー感染もあり、若年性の感染年齢の構成が変化してきたというあたりで、いろいろと不安がある中で、感染対策を行いながら、必要時には事業の縮小自粛要請を繰り返し、三重県が定めております感染対策の基準として、感染拡大防止アラートが出されますが、新規感性が2日連続で17人以上続くと、初めてそのアラートが発出されるというふうに聞いております。特に新規の患者数でいきますと、警戒レベルが人口10万人単位で8人以上ですので、松阪市で例えますと、人口がほぼ16万ですので、12、

3人ぐらい新規感染者が出てくると、また自粛なり、感染対策の徹底ということになっていくと感じております。

副会長

今年9月までの取り組み、患者さんの推移や、令和3年1月という項目を縦軸に見ると患者数やクラスター発生状況、包括支援センターに関する事業等がわかる見やすいグラフです。

委員

県外発表者数というのはどういうことをいうのでしょうか。

委員

県外発表は松阪在住の方に、にしたんクリニックから唾液の検査キットが送られてきて唾液をとって送ります。にしたんクリニックには医師もいるので、医師が電話診療のような形で陽性を知らせます。発生届をその医療機関の所在する保健所の方へ提出するので、松阪の方でも東京の数になります。三重県の患者が、三重県に居て発症しているのも、あくまで県外発表者数ということです。ただ県内にはこういう方がいるということで、分けて発表するという形になっています。

副会長

本年6月、カラオケ等の活動再開ですが、一般的には自粛と言われ、クラスター発生原因等指摘があり、苦労があったと思うがどのように設定されたのか。

事務局

三重県のコロナ対策、バージョン1から13までできておりますが、感染対策の指導事項を基にして松阪市として決定をしました。遡りますと、令和3年2月8日から、カラオケで大声を出したり、つばが飛んだりというような、あと飲食を伴うようなこともすべて、市の開催する、もしくは市民の方が主体的に動いて活動されるような場所では、2月から6月まで自粛をお願いしていました。活動再開を6月21日にし、ただ、リバウンドしないようにということで、感染対策の徹底については、同じくメールをさせていただいたというような経緯です。

副会長

それでは、各地域包括支援センターにおけるコロナ禍における介護予防教室などの工夫を各包括支援センターから報告をお願いします。

第一地域包括支援センター

令和2年1月、新型コロナウイルス感染症の報道があり、その後徐々に国内に感染が拡大し、松阪市より令和2年4月5日から自主グループ活動や教室などの自粛要請がありました。すべての活動が自粛することは今まで経験したことがなく、対応方法に悩む時期が始まりました。

まず参加者への自粛を連絡することから始まりました。全参加者へ一度に連

絡する経験もなく参加者全員の連絡先を把握することだけで皆さんの時間を要しました。また、連絡をすることで参加者や担い手のサポーターさんより皆さんの不安の声を聞く機会になりました。その不安を受け止めることも重要な役割となりました。介護予防担当として地域住民の方へ日々介護予防は継続が必要だと繰り返していました。そのため、急に活動がストップしてしまうことに対してどのように対応すればいいのか、介護予防活動を継続するためにどのようにしたらいいのか日々介護予防担当スタッフと相談を続けました。その後自宅で出来る介護予防の手引きにと「ほのぼの通信」を作成しました。ほのぼの通信には自宅で出来る介護予防体操を掲載しました。体操の紹介では、文献などから写真を引用することも考えましたが、いつも対応している職員がモデルになることで馴染みやすく利用していただけるのではないかと考え、介護予防担当者がモデルとなり作成しました。また、自粛していただいた自主グループの参加者約 130 名に、モチベーション向上のためセルフチェックシートを同封させていただきました。参加者より「ありがとう、家でやってみるね」などと包括支援センターへ連絡をいただきました。その後、昨年 6 月より事業が再開することになりました。再開にあたり、まず各グループの代表者へ連絡をとり不安を傾聴し、また、サポーターと再開時の対応について一緒に協議をさせていただきました。各グループ再開時の悩みは様々で、一つのグループでは、アルコール消毒がないけどどうしたらいいかとの質問がありました。当時はアルコール消毒液が品薄であり、購入するための費用の問題があり、アルコール消毒で対応できないグループには、流水による手洗いで参加者への対応を検討させていただきました。その後、グループの代表者と再開時を決定し、再開時には各グループに訪問支援を行いました。再開支援には、感染対策について、高齢者支援課が作成した新型コロナウイルス感染予防のためのパンフレットを基に、手洗い、マスクの着用、換気、ソーシャルディスタンスについて説明を行いました。また、元気はつらつチェックシートを実施し、筋力低下者には一両日個別対応を行いました。また、参加者にスムーズに連絡ができなかったグループに対しては、連絡網の整備をしました。自主グループの活動の再開に合わせて教室活動も再開されました。教室の開催時には、会場で手指消毒、換気、密の回避など基本的な感染対策をしっかりと行い、開始時のオリエンテーションでは毎回感染対策について参加者に説明を行いました。感染対策を行う上で一番困ったことは換気でした。換気を行いながら室温を適温に調節することができませんでした。特に冬は換気のために窓を開けることで室温が急激に低下し、ひざ掛けやコートを着用していただき、参加者へご苦勞をかけることになりました。また、室温が低いことで接触型体温計が反応しない状態が多々あり受付時に混乱を招くことがありました。介護予防担当者以外のスタッフから、感染対策には何を持参したらいいのか

わからないといった質問を受け、アルコール消毒など感染対策グッズを一か所にまとめて設置することでスムーズに講座の準備を進めてもらうことができました。また、事業所内で手洗いチェッカーで勉強会を行いました。手洗いチェッカーを使用することで、自分の手の洗い残しを実感し、正しい手洗いをすることができました。今年の8月、活動自粛要請があり、再度「ほのぼの通信」を発行しました。また、今年6月よりSNSのフェイスブックを立ち上げたため、その中でほのぼの通信や教室開催予定、教室開催時の様子など掲載しています。今後も、コロナ禍でも介護予防活動を安心安全に継続できるよう活動を支えていただくサポーターさんや地域住民の方への支援ができるように高齢者支援課と多包括と協力しながら行えたらいいなと思っております。

副会長

第二包括さんよろしく願いいたします。

第二地域包括支援センター

第二地域包括支援センターでは、コロナの感染拡大が懸念される中、「スマイル」通信を嬉野地区で発行しました。例えば、フレイルとはどういう状況を指すのかというチラシを作成し、自治会の回覧や民生委員さんに配布の協力を得ました。また、ケーブルテレビで体操の発信を行うとともに、放送日時の紹介を管内の事業所へ周知依頼をさせていただきました。地域の方から「ケーブルテレビを見たよ」「放送の資料をコピーして」と声をかけていただき介護予防に自主的に取り組んでいる姿を嬉しく思いました。今後の取り組みとしては、介護予防教室は巣ごもり自粛者へのアプローチとして、ケーブルテレビなどを通じた情報発信の継続と、来年度は教室を小字地区にて実施していきます。次に、教室開催状況を紹介いたします。教室開催前に、参加者には感染対策を周知し、会場の環境整備を意識して取り組みました。開催会場の使用人数を制限し、会場での他の利用者の活動状況を把握しました。公民館活動との温度差が生じないように教室開催の時期や内容を検討しました。具体的には栄養教室の場合は、調理実習をなくし、講話を中心に実施しました。また、開催時にマスクの着用を啓発し、開催時には手指消毒の効果をお伝えしました。ワクチン接種開始時にはワクチンの効果を説明し、接種状況を確認しました。ソーシャルディスタンスを確保し、椅子の配置や内容を講師と考慮しながら開催をいたしました。具体例には、ビーチボールサッカーでは、密を避け、チーム戦ではなく個人戦とし、距離を確保したうえで接触しないようにゲームの内容を修正しました。また、手洗いチェッカーにつきましては、現在奇数月にサポーターさんにフォローアップ教室を開催していますので、その際改めて正しい手洗いの方法を指導しました。そうした取り組みの中、自主グループでもサポーターを中心に、参加者への注意喚起や会場の環境整備を実施していただいております。自主グループではサポーターや地

域の方が中心となって開催しており、参加者の集まりたいという声を大切にしながら現在も感染対策に注意しながら開催していただいております、改めてサポーターの熱意を再認識することができました。感染者の減少などで気のゆるみなども気になりますが、今後もサポーターの定例会議などで感染対策の充実を引き続き行っていきたいと思っております。ソーシャルディスタンスを確保した教室運営をしていくために会場における人数制限を考慮し、内容など協議していきたいと思っております。以上です。

副会長

第三包括お願いいたします。

第三地域包括支援センター

この4月から全6回シリーズで、認知症予防教室を飯南産業文化センターで開催しています。内容は「やさしさのシャワー」と題して約30分認知症を学んでいただく講座です。飯南・飯高地区から毎回15名程度の方が参加していただいております。開催2回目が終了した4月末、京都府に緊急事態宣言、三重県ではまん延防止措置が発令されました。それに伴い、県外の講師の受け入れが難しくなり、2ヶ月間教室は中止となりました。その間に教室で学んでいただいたゲームのやり方や認知症の方への関わり方を忘れてしまわないよう、また、教室が再開した時、スムーズに教室に参加できるように考え、これまでに学んだ内容を個人に郵送しました。教室再開時、当初参加されていなかった方が出席され、これまでで一番多い参加者になり、手紙の効果が得られたと感じました。「手紙ありがとう」と直接声をかけていただいたりもしました。4月から中止と延期を繰り返しながら全講座が終了するまで半年以上が経過しましたが、長期にわたり継続して講座に参加していただく方へのモチベーションを下げないようにと考えています。今後も新型コロナウイルス感染症拡大により教室が今まで通り運営できないことが考えられるかと思っております。このように教室が開催できない時に何をしたらいいのかを考え支援していくのも運営の大事なポイントだと考えています。

第三包括では使用した椅子等の消毒をスプレーなど使っていましたが、途中から除菌シートを発行しました。除菌シートに変更したことで消毒がこれまでより丁寧にすることができるようになりました。また、職員が行っていたこの作業を地域の方々に声掛けをすることで、徐々にしてくれる方が増えていきました。新型コロナウイルス感染症で当たり前になった消毒作業を見直し、職員の負担が軽減することにもつながっています。今後もこの方法で継続していきたいと思っております。

次は、地域に配布している介護予防教室のチラシです。今年度から第三包括では、地域の回覧を白黒印刷からカラー印刷へと変更し、どうすれば人が集まれる

かをアドバイザーに相談させてもらいました。まずはカラーにすること、そして目を引くチラシ作成にあたってのアドバイスをいただきました。4月から9月までの半期分を飯高版・飯南版とし、各家庭に配布しました。感染対策のイラストを入れ、参加者の安心感を得るとともに、地域の集いの場の紹介、半年間のスケジュールを記載したことで、スケジュールをたてやすくなり、早々に申し込みいただきました。包括の介護予防教室の対象者は高齢者ですが、一般の方が回覧を見てフレイルって何だろうと思ってもらえたようです。専門職からすれば、馴染みのある言葉であっても、一般の方にはまだ浸透されていない言葉だということを知り、回覧はどの世代にもわかるものを意識して作るように心がけることを実感した次第です。チラシに講師の先生の顔写真を入れていただきました。皆さんよくご存じの先生かと思われませんが、写真の反響は大きく、教室では体操しながら30名程の方が楽しく参加されました。チラシをカラー印刷にするだけでなく必要な情報、日付・場所・伝えたい内容はもちろん、言葉にも説明を加えるようにしました。結果として、地域からチラシに目が止まる人が増え見やすくなったという声をいただいております、コロナ禍であっても地域の方参加されるようになりました。また、新規の方が知り合いの方を誘い、参加者が増えました。今後も介護予防のチラシを作成・啓発し、包括支援センターの存在や役割を広め、介護予防教室の両立を図りながら教室運営に努めていこうと思います。

副会長

第四包括さん発表をお願いします。

第四地域包括支援センター

介護予防は不要不急なのかということをお自身問いかけながら皆さんと一緒に活動してきたように思います。令和2年3月ぐらいから地域の皆様から地域活動を自粛した方がいいのだろうかというようなご相談をたくさんいただくようになり、集いの場の開催がなくなり、介護予防の場が喪失してくる事態となりました。この時点では教室を行い新たに何かを発足させることは考えられませんでしたので、まず計画として、自宅での皆さんに運動していただく何かをということ、人とのつながりを少しでも保てる何かをということ、介護予防事業をどう運営するのかという根本的な問題、この三つを考えました。

自宅で運動していただく何かを増やすことは、2020年3月の時点で、ケーブルテレビで何かしていただけないかということをお願いしまして4月・5月にケーブルテレビの方で体操をさせていただくことになりました。また、それと並行しまして、自宅で出来る運動プログラムを作成いたしました。最初は各戸配布して把握している限りいろいろと考えていたのですが、二つ目の課題として、人とのつながりをどうやって保つかこのところに自主グループと地域活動を伝えている地域の有志のサポーターさんや地域の民生委員さんなどに本当に自宅で

できるプログラムをどうやって配ろうかということを相談させていただき、配り方を工夫させていただきました。その一つといたしまして、集会場の玄関に体操資料を添付しました。これは集会場の玄関にプラスチックの入れ物をぶら下げ、地域の回覧板でこういう運動資料を置きますので、良かったら皆さんここまで取りに来てくださいねというふうにお願いをいたしました。普段、地域の集いなどを行っている集会場ですのでここまで来ていただくということはおそらくできる方がたくさんいらっしゃる、ここまで来ていただいて帰っていただくことに意義を見出しました。それ以外に、地域の運動会で配ってくださったということも実際にお話しさせていただきました。

包括は、少しでも正確な情報を皆様にお伝えしたく、なるべく良い情報を調べて皆様に提供することを考えました。実際に自分たちが行った介護予防教室ですが、まだ2m間隔が必要だよという時は2mのひもを目の前で示しました。ただ、普段、介護予防事業というのはふれあいがとても大切であります。肩や手が触れあうことで、皆さん元気になっていただくのですが、今回コロナ禍ということで厳しめに実施させていただきました。また、マスク装着で体操される方もいらっしゃるので注意して行いました。感染対策を基本に忠実にということでハイターを使った消毒方法やアルコール消毒等も注意しながら行わせていただきました。

この1年半集いの場を開催するにあたり、アクセルとブレーキを同時に踏み続けてきたと思っております。地域の中でもみんなのために何かしたいという人もいれば、なぜこんな時期にしなければいけないのかということで地域の中でも気持ちが分断されたりしたことがあったように思います。しかしながら、これからも地域の身近な活動としてしっかりと情報を提供して地域の皆様に寄り添って支援をしていこうと考えています。

副会長

第五包括さんお願いいたします。

第五包括支援センター

まず、厚生労働省の感染症対策のパンフレットを配布、また、マスクの着用、手指消毒を行いました。コロナ禍においてはいろいろと工夫をし、運動教室では声は出さずにダンスをしたり号令は講師が行い、それに合わせて体を動かしたりしました。また、レクリエーションを実施する際には参加者同士が触れ合ったり物を回し合ったりするものは避け、会場の大きさにも考慮して講師の方と事前に打ち合わせを実施しました。ふれあいのないレクリエーションのため、どうしても個人個人の動きになってしまい、参加者が楽しめるように座り方を工夫しました。そうすることで参加者同士がアイコンタクトをとる姿が見られました。椅子に座る場合、間隔をあけて配置しても、レクリエーションのためどうし

でも距離が近くになってしまふことがありました。そこで一列に椅子を並べてテープでバツをはって、自然に間隔をあけて座れるようにしました。また、座学での講座の際にはアクリル板を購入し、飛沫防止に努め、工作の場合には物を一つずつ個包装にして配布しました。体調チェックは参加者だけでなく、包括スタッフと講師の先生方にも徹底し、記録に残せるよう表を作成しました。教室参加者のために、チラシを用意していますが米印がついている資料のようにマスクの着用を促しました。参加者は感染が心配だということで電話受付の際、感染対策を十分講じている旨を説明し、それなら安心という声もいただきました。感染拡大に伴い、介護予防教室を休止しないといけない期間もありました。その際には、第五包括から定期的に発行しているチラシに自宅で出来る体操を紹介したり、参加した行政チャンネルの紹介し介護予防を周知いたしました。地域の方々からは届いたチラシを家に貼ってやっているよとお声をいただき、地域でたまたまお会いした際にお声を聞くなど嬉しいことがありました。地域の方ともつながりは減っていないのだと実感することができました。第五包括では、高齢者はフレイル予防が重要であるという認識のもと、できる限り教室を開催するという方向で進めていました。しかし、会場変更など参加者には負担をかけてしまったりすることもありました。会場の都合もあり、今後も会場確保の課題もあると思います。包括支援センターとして、今後も介護予防教室を活発に進めていきたいと思っています。

副会長

最後に、委員の皆様から何かご質問やご意見を頂戴したいと思います。

委員

資料を読んだだけでも楽しい。包括の工夫が素晴らしい。地域や年齢に合わせて実施している。自分もやってみたい、これならやれるかなという気持ちになる。包括支援センターの力、今後の取り組みが楽しみです

委員

ケーブルテレビの活用など頭が下がる思いです。手洗いチェッカーについてと、県外に行っていた等の参加者さんの対応について教えてほしい。

副会長

第一包括さん、チェッカーについてよろしく願いいたします。

第一地域包括支援センター

手洗いチェッカーですが、細菌・ウイルスに見立てたクリームをつけていただき、石鹼を使って通常の手洗いをしていただきます。その後、ブラックライトを当てると洗い残しのクリームが光って白く映ます。その後しっかりした手洗いの方法を実施していただくとどこまで落ちるかというのを実感していただくというのが手洗いチェッカーとなっております。

副会長

県外からの方についてお願いします。

第二地域包括支援センター

第二包括としましては、そのことに関しましては、参加者の自己申告に頼るしかありません。県外から親族が来てから 2 週間経たないうちに教室があるけど参加してもいいかというご質問を参加者から気を使われてご質問をいただき参加者の判断によって欠席されたようなことがあります。すべてを聞き取ることはしていない。

委員

各包括いろいろ工夫されていてすごいと思います。私自身も介護予防に携わっていますが、自粛が余儀なくされているような時代に当たって大変だと思います。家で一人で運動出来る人はそれはそれでいいですけど、仲間とお喋りしてというのがすごく重要だと普段は思っていて、包括の工夫がよくわかりすごいと思いました。

委員

地域の実情をわかって各包括すごく頑張っていたと思います。フレイル・認知症・心のケアなどいろいろ工夫されているのがよく分かった。第三包括でわかりやすいパンフレットを作成していただいている、できるだけ地域の住民の目に触れるようにと思った。気のゆるみから感染対策が難しいと聞いたが、コロナが収まっても、感染症は無くならないので、良いところは取り入れて今後も感染対策をしていかなければならないと思う。

委員

コロナ禍で介護予防事業は中止だけれども、参加していただいていた皆さんがどのようにしていただくのがよいのか思いを馳せていただいていたと思います。モチベーションを下げないよう、継続していただけるのかという顔の見える関係性だからこそそのチラシや、どうやったら受け取っていただけるのか実際に実行する時にはどうすればいいのかということをもっと疑問符としながらやっていただいていたのかなと思います。コロナに関しては情報が溢れていてどの情報が正しいのか、先ほどもあったようにエビデンスを大事にして何が根拠なのかということをもっと不安に寄り添いながら取り組んでいただいているのかと思います。私の母も介護予防教室でお世話になって、やはり教室に行っている時の方が表情もいきいきしていましたし、勇気をもらったなど実感しております。

委員

第 5 波に関しては、陽性者の 8 割がワクチン未接種者で、松阪市の状況で 70 歳以上の方は陽性者の約 3%と低くなっており、やはりワクチンの効果かなと思っている。また重症化率も低い状況です。しかし、絶対かからないわけではない

ので、今後も感染予防対策をお願いしたいです。

委員

会場が使えない時があったり、アクセルとブレーキを使い分けたり大変だったと思います。介護支援専門員の立場で言うと、介護予防の取り組みをして少しでも介護に入る時期を遅くし、健康寿命を延ばすのが一番良いのかなと思っていますが、今後一度に遮断されてしまうと一気に要介護者になってしまう。コロナと付き合いながらですが、もともと介護予防の取り組みは、やりにくい中で包括さんにしていただいていると思うのですが、今の参加者は元々来ていただいている方で、新たに入るという方がむずかしいと思います。当初から課題はあるのですが閉じこもりの方をどう出していくのか、さらに包括さんにも工夫していただきたい。今後高齢者が団塊世代になってきて形も変わってくるのかなと思うので少しずつコロナ禍の新たな発見とかあるかと思うのでよろしく願いいたします。

委員

私たち民生委員は、一人暮らし高齢者の見守りをしたいのですが、私たちがやれることはしっかり感染対策をして近づかないで、高齢者のところへ行くこと。でも、必ず30分くらいかかります。その中で感染対策をやっていきたいと思います。

委員

五つの地域包括支援センターから、非常に正しく恐れて伝えていただきありがとうございました。ふれあいや心の元気を保つためにも医学的にも重要なんですけど、単にワクチン接種だけで感染を予防できるわけではないということも各支援センターさんもよく認識されて非常に工夫されてやってみえると思います。恐れすぎて委縮されても困ると思います。各診療所もいろいろ工夫しながら普段診療を継続してやっていますから、やはり介護分野も正しく恐れて必要なことを継続する。その中で心の健康も保てるのではないかと改めて思った次第です。教室に参加することは介護予防だけでなく感染予防にもなっているのではないかと。手洗いや消毒を現場ですということが参加者に感染予防に対する知識につながり非常にいいことだなと思っていました。

最後に第6波に関しましては懸念されていますが、ワクチン接種者は重症化しませんし、その一方、高齢者で基礎疾患のある方はリスクがありますから重症化しやすいことがありまして、この第5波の中で自宅療養を余儀なくされた高齢者がもし居たら教えてほしい。医師会としましては施設入所している方の中で感染者がどうしたらいいのか話し合いたいところですので、委員の方の中でそのような高齢者がありましたら教えてほしいと思います

委員

基礎疾患のある方・高齢者の方は入院させることが松阪管内では出来ていました。高齢者で自宅療養の方はいなかったと思います。

委員

コロナ禍で予定通り事業ができない不安や、高齢者の不安を受け止めている包括さんにとって、皆様からのご意見がとても心強く感じさせていただけたと思いますし、ご指摘については真摯に受け止め、事業に反映させていきたいと思えます。

今日、委員の皆様からもご意見も頂戴しましたが、3回目のワクチン接種という話も出ましたが、2回目の接種を12月12日をもって一旦閉めようという形を取らせていただいております。もちろん12歳になられるお子様については順次接種させていただきます。また、第3回目の接種に向けて準備の計画を進めさせていただいているところです。第3回目はよくマスコミ等でも言われていますように8ヶ月以降となっております。別に9ヶ月目でもいいのですが、そうなりますと一番ピークが3月になります。3月が大体3万5千人を対象としています。8ヶ月を遡りますと大体6月から7月になります。2か月前に通知を出して今後は1ヶ月1ヶ月何とか接種していけるようにさせていただきたいと思えます。副会長

ありがとうございました。それでは事務局の方にマイクをお返しいたします。

事務局

次回の開催について来年の2月か3月に開催させていただきたいと思えます。

この今日の協議でコロナ禍のなかで予定通り事業ができない不安や、皆様方からの温かいご支援とても心強く感じさせていただいたところですし、ご指摘については真摯に受け止め、事業に反映させていきたいと思えます