

## 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5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5年11月2日(木) 午後1時30分～午後3時
3. 開 催 場 所	福祉会館
4. 出席者氏名	[委員]平岡会長、西村副会長、岩瀬委員、杉山委員、沼田委員、 大津委員、福本委員、上原委員、多次委員、堀委員、 廣本委員 計11名 (欠席委員)西井委員、川上委員 計2名 [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:1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 [事務局] 高齢者支援課:藤牧参事兼課長、前川主幹、世古主幹、森川係長、 林主任、村林主任、齋藤係員、野村係員 健康福祉総務課:大西参事兼課長 地域振興局地域住民課:野口課長、山路課長、中川参事兼課長、 小林課長
5. 公開及び非公開	公開
6. 傍聴者数	2名
7. 担 当	松阪市健康福祉部高齢者支援課 TEL 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  
「生活支援コーディネーターの活動について」

議事録 別紙

## 令和5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5年11月2日(木)13時半から15時まで

会 場:福祉会館 3階大会議室

出席者:

[委員]平岡会長、西村副会長、岩瀬委員、杉山委員、沼田委員、大津委員、  
福本委員、上原委員、多次委員、堀委員、廣本委員 計11名  
(欠席委員)西井委員、川上委員 計2名

[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:1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]

- ◎ 2名

[事務局]

- ◎高齢者支援課:藤牧参事兼課長、前川主幹、世古主幹、森川係長、林主任、  
村林主任、齋藤係員、野村係員
- ◎健康福祉総務課:大西参事兼課長
- ◎地域振興局地域住民課:野口課長、山路課長、中川参事兼課長、小林課長

事務局

ただいまより、令和5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。皆様には大変お忙しいところご出席いただきましてありがとうございます。議事に移るまで進行をさせていただきます。最後までご協力の程よろしくお願いたします。本日、委員様の欠席は、西井委員、川上委員のお二人になります。なお、堀様、今回初めてのご出席です。一言ご挨拶よろしくお願いたします。

委員

松阪は医療と介護、福祉が密接に結びついて三重県の中でも恵まれたところだと感じています。全国的には名張市が有名ですが、松阪市もコロナの時、非常にまともっておられたと感じています。これからどのように活動されていくか皆さん考えておられると思いますが、平時だけではなくて、コロナのような感染症、また、災害時等の非常時等にもシステムをうまく活用できたらいいと思いますのでどうぞよろしくお願いたします。

事務局

ありがとうございました。この会議は審議会として公開となっております、会議録作成のため録音させていただきますので、予めご了承ください。本日、傍聴の方は2名でございます。では、会議に先立ちまして、資料の確認をさせていただきます。先ず1番目に事項書、2番目に松阪市地域包括支援センター運営協議会委員名簿、3番目に資料1令和5年度事業経過報告、今後の取り組み予定、4番目に資料2生活支援コーディネーターの活動について、5番目に参考資料1すみよしさん第10号、追加資料としまして市民病院からの資料で、地域医療構想を踏まえた松阪市民病院のあり方について、そして広報11月号高齢者の暮らしを考える第100回になります。資料が不足してありましたらお申し出ください。それでは、開会にあたりまして、会長よりご挨拶を賜りますようお願いいたします。

会長

我々の地域は進んでいるという評価をあちこちからいただくわけですが、さらに新しい事業、福祉まるごと相談室も地域でこれからやっていくわけでありまして。今日は、市民病院にもお越しいただいております。私が委員長を務めさせていただいていた松阪市地域医療構想を踏まえた松阪市民病院のあり方検証委員会の答申を出させていただきました。それに基づき今後いろんな所で市民に向けての説明を市民病院がされるご苦労もあるわけですが、そういった新しい福祉に関連した事業であったり、そして、この地域の医療構想の今後の変化等、どんどん新しいことがやってきますので、地に足をつけ、将来を見据えた我々の活動を見つけだして皆でしっかりした歩みを進めていけたらと思います。

事務局

ありがとうございました。

それでは、事項書2. 市民病院からの説明に入ります。本日、追加しました資料をご用意ください。

市民病院

説明

事務局

では、事項書に従いまして、事項書3報告事項 資料1令和5年度事業経過報告と今後の取組について報告させていただきます。報告事項資料1をご覧ください。表に1番から5番まで項目をあげております。時間の関係上ご覧になっていただければと思います

ます。よろしくお願いいたします。裏面をご覧ください。これが今後取り組みたい項目なのですけれども、高齢者福祉サービスのご案内というピンクの冊子を高齢者支援課で作成をしております。介護保険外で利用できるサービス等の記載があるのですけれども、実はこれの充実を図っていきたいと考えております。先だって尾道市に視察に行かれた市議会議員からご紹介をいただいたのですが、広島県尾道市が作成しております猫の手帳というのがありまして、その中身が大変充実しております、介護保険外で利用できるサービスが載っておるほか、例えば消耗品・家電・電球一つとか買えるお店や配達してくれる商店等が、各地区紹介されております。こちら冊子を見ますと本当に生活に密着したようなサービスが載っておりまして大変有意義だなと感じました。松阪市も既存の高齢者福祉サービスのご案内にご紹介できる情報をいろいろ追加して、充実させていきたいと考えております。そのために各地域包括支援センターにおられる生活支援コーディネーターさんと協力しまして、また、地域の商業部門とも連携をして強化を図っていきたいと考えております。例えば一例を申し上げますと、今、各地で移動販売がいろいろあります。そのルートの紹介や、尾道でも紹介されている個人商店の案内、これらを載せるともっと生活に密着したような情報が得られるのではないかと考えます。また、高齢者支援課が主体となって考えていきますので、地域包括支援センターの方や、地域の方にもご協力をいただきまして充実を図っていきたいと思っております。また、ご意見ありましたらお寄せいただきたいと思いますのでどうぞよろしくお願いいたします。以上でこの報告を終わらせていただきます。

#### 事務局

これより、事項書4の協議事項に入っておりますが、議事、進行につきましては、規則第7条により議長を会長にお願いし、進めてまいりたいと存じます。どうぞよろしくお願いいたします。

#### 会長

規則に基づきまして、私が議長を務めさせていただきます。それでは協議事項1各地域包括支援センターでの取り組み「生活支援コーディネーターの活動について」を事務局、各地域包括支援センターから発表をお願いします。

#### 事務局

資料2をご覧ください。今年度は「生活支援コーディネーターの活動について」活動発表させていただくことになりました。2ページ、生活支援コーディネーターの役割ですが、生活支援コーディネーターは、平成27年度から各地域包括支援センターに配置され、高齢者が安心して地域で暮らせる体制づくりに努めています。高齢者自らが積

極的に社会参加し、健康寿命の延伸を目指すための取組み、介護予防のための集いの場の創設及び充実支援と、支援の必要な個人の生活を支えるサービスの仕組みづくりをめざしています。お配りしました別紙の機関紙「すみよしさん」は、生活支援コーディネーターと市で年3回発行しています。この後の包括さんの発表にも出てきますので併せてご覧ください。それでは、第一包括さんから、順に発表をしていただきます。

#### 第一地域包括支援センター

生活支援コーディネーターについて知っていただくために、生活支援コーディネーターの機関紙「すみよしさん」を名刺代わりに、各民生委員児童委員協議会や地域の集いの場等で機関誌を配布しています。紙面では、生活支援コーディネーターの役割の説明と、介護予防やお茶飲み会など、地域の皆さんが活動されている集いの場を紹介しています。「すみよしさん」という名前は、松阪市に住んでよかったなあと思っただけの紙面を目指して名付けられました。地域の皆さんが主体となって行っている活動を、松阪市の宝物としてとらえ、その宝物を大切に、その活動を地域の皆さんに知っていただくことを目的としています。

実際に、生活支援コーディネーターが地域の集いの場を取材して、地域でどのような活動をされているか等の地域活動の発掘や新しい集いの場の立ち上げのきっかけづくりなどを行っています。集いの場の紹介では、自分達の活動内容やグループについて紙面に載ることをすごく喜んでいただき活動の活性化や継続に繋がっています。集いの場の取材を通して、地域の繋がりが孤立を防ぎ、高齢者の元気のもとになっていると感じることも多く、すみよしさんの配布を通じて、それぞれの地域で高齢者を支えていくことの大切さや支援の繋がりの大切さの啓発に努めています。実際に、新しい集いの場の立ち上げあたって、第一包括では、介護予防事業担当の看護師と一緒に、歩いて行ける集いの場として地域の集会所の場所探しから始めています。自治会長さん等へ集会所の使用の許可をとって、地域住民への説明と、案内をし、参加者を募ります。介護予防教室を開催し、その教室を通して参加された方に、外へ出ることの大切さ、他の方との交流の大切さをお伝えし、その後も集いの場を継続していけるように働きかけています。介護予防教室をきっかけに、新しく集いの場を作ろうということになれば、話し合いの時間を作ります。その中で、新しい集いの場の、活動日時や活動内容などの年間計画、グループの名前等を、参加者全員で話し合っ決めていきます。全員で話し合っ決めることで、参加者の仲間意識、参加意欲の向上へと繋がっていくように思います。

左の写真は、大津町公会堂で昨年度開催した年間教室の最終回で、新しい集いの場を作る相談をしているところです。ホワイトボードを使用して、皆さんの意見を共有しながら進めています。生活支援コーディネーターは、開設時の補助や団体設立の手

続きのお手伝いをして、介護予防事業担当職員は、その後の実際の活動を支援するというように地域包括支援センターの中で役割分担し、自主的に継続できるよう寄り添って支援していきます。大津町では、令和元年に自治会長へ最初に相談をし、介護予防教室等の開催を経て、今年度4月に集いの場が地域に立ち上がりました。写真は、10月5日の大津すこやかクラブの活動の様子です。サポーターの方が作ったクイズや健康体操、脳トレ運動などをされます。この時は介護予防担当者と一緒に生活支援コーディネーターもお邪魔して、開設補助の説明をし、開設補助でどのようなものを購入したらよいかなどを参加者と一緒に相談しました。

## 第二地域包括支援センター

生活支援コーディネーターとしてたくさんの方と関り協働した「高齢者等の買物支援」について発表致します。マックスバリュ東海株式会社が松阪市と「高齢者にやさしいまちづくりに関する協定」を結び、嬉野地区と阿坂地区で移動スーパーのサービスを令和5年8月に開始しました。また10月には伊勢寺地区でも開始されています。移動スーパー開始にあたり、マックスバリュ東海、松阪市、社会福祉協議会、住民自治協議会だけでなく、第二地域包括支援センターの生活支援コーディネーターとして高齢者等の買い物支援に協働しました。この買い物支援開始に至る経緯としては、住民自治協議会の協力を得て、地域の関係者、関係機関と意見交換の場として地域ケア会議を少しずつ開催し、現在と将来の地域課題について話し合いました。その中で高齢化が進む各地域から、“近所に店がなく高齢者が買い物に行けない”“今は車に乗るので良いが、運転免許返納後は買い物や通院に困る”“どうすればよいか”といった高齢者と将来の自分自身の生活課題や空き家、遊休地、担い手不足等の地域課題について心配の声が挙がりました。新たな地域資源の開発は難しく、既存の資源を活用して解決に繋がられないか検討しましたが、すぐに解決できるものばかりではありませんでした。その中で、マックスバリュ東海から松阪市へ地域貢献事業として移動スーパーの提案があり、買物支援に向けて動き出しました。

そこで改めて各住民自治協議会へ出向き、買い物のニーズや資源についての聞き取りを行い、地域に買物支援として移動スーパーの要望があることが確認できました。要望をもとに住民自治協議会、民生委員児童委員協議会、マックスバリュ、松阪市、社会福祉協議会、第二包括と意見交換を重ね、移動スーパーが実現しました。主として社会福祉協議会の地域担当と生活支援コーディネーターが協働し、協議の場のスケジュール調整や運営、移動スーパーの停車場所やその名称等の詳細等を住民自治協議会とマックスバリュ、松阪市の意見をすり合わせまとめていきました。そして、話し合いで決まった運行表を住民自治協議会、自治会長の協力のもと各戸配布していただきました。開始後は、移動スーパーの到着を地域の方が談笑されながら待っている姿や買い物の最中に「これ、おいしいよ。」とお互いにご自身のおすすめを勧め合

うなど賑やかに買い物を楽しまれている姿が見られました。また、日頃は買物に不便を感じていた方からは「一人暮らしで買物に困っていました。近くに来てもらえて助かります。」「買物は家族に連れてもらっているけれども、週1回は自分で買物へ行けるので嬉しいです。」と喜びの声をいただきました。

移動スーパーは、小地域を周っていることもあり、近隣、顔見知り同士の方々が買い物をされていることが多いですが、近年、新型コロナウイルスの影響でお互いの家を行き来するなど顔を合わす機会が減っているそうです。「こういう買い物場で顔を合わせることで、お互いが元気であることを確認できるので安心です。」と地域の方から伺いました。移動スーパーは単なる買い物支援だけでなく、交流や地域の支え合い見守りの場となり、買物支援をきっかけに地域づくりの一助を担えたと感じました。今後は、移動スーパーを通して地域の反応をモニタリングし、地域課題解決に向けて必要な支援を松阪市、社会福祉協議会、地域包括支援センターで協議していきたいと考えています。

### 第三地域包括支援センター

本日、生活支援コーディネーターが出席できず、代理で発表させていただきます。見守り体制会議について説明します。この会議は、平成27年に飯南地域にて孤独死が発生したことをきっかけに、民生委員から「民生委員だけの見守りだけでは限界がある。また、消防との繋がりがなく連携がとれていない。新聞が溜った際等の連絡経路が確立されていない。配達店とも連携できればよい。また、事業所からの情報提供のシステム化が必要なのではないか。」という意見があったため同年に立ち上がりました。

情報提供のツールとして、企業さんが訪問時に異変を感じた際の連絡先や見守りポイントの例が掲載された「飯南地区における高齢者見守りマニュアル」を作成しました。連絡先としては、飯南地域振興局、松阪市社会福祉協議会、包括の三者となっており、三者のいずれかに連絡が入った際には、三者で連携・情報共有し、関係者への確認、必要に応じて訪問する仕組みとなっています。気づいたニーズを受け止める仕組みづくりが必要と考え、受け止める仕組みがあれば地域の築く力が高まると考え、会議の運営や仕組みづくりに力を入れています。そして、会議において、日頃の見守り体制に加え、マニュアルが出来上がったおかげで、どこに連絡をしたらいいか明確になり安心した等の声も聞かれました。実際、この会議を開催してから、新聞社の配達店から「何日も新聞が溜まっている」、郵便局等から「何回も印鑑を作り直しに来る」と気になる方の情報が速やかに入るようになり、早期発見・対応に繋がっています。普段顔を合わすことのない民生委員と事業所の皆さん、事業所間の連携により、横のつながりを強化する良い機会になっていると感じます。

民生委員の見守り、企業の見守り、地域住民の見守り、様々な視点での見守りを行っ

ていくことで高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるようにと地域づくりの支援を年2回の会議を開催しています。先ほど紹介したマニュアルは1回作成して終わりではありません。会議のたびに皆さんに目を通してもらい、必要な部分を修正することで、最新の内容にして困らないように配慮しています。会議では、皆さんからの発表がこのスライドの左にあるように、ホワイトボードが一杯になるほど意見が出てきます。そしてもう一つ、会議において大事にしている部分として、会議以外の時間も、会議の終わった後の声かけ挨拶であったり、会議前の案内・報告等はなるべく手渡しをして、そこでの会話を通しての気づき、皆さんの意見や言えなかった部分に耳を傾けられるようにも気をつけています。その他、拠点としては、生活支援コーディネーターとして、それぞれの強みに着目した繋ぎに声をかけています。

民生委員さんの強みであったり、地域の商店、企業さんの独自の強み、我々のいろいろな関係機関の強み、単なる繋ぎではなく、なぜ繋がるのか繋がったメリット、強みを見極めて、繋ぎ合わせることに取り組んでおります。

今、会議が始まり、マニュアルを作成し、それを地域に浸透させることに重点を置いて取り組んできましたが、地域への浸透というところで、コロナ禍になってしまい、このような人の集まる機会がなくなってしまうました。少し期間が空いてしまったのですけれども、昨年度よりももとのように年2回の開催に取り組んでおります。地域への浸透ができた後には次はどのようにしていくか考えた時、見守りの内容に焦点を当てていくのか、地域のニーズはどう考えていくのかなど、検討する余地はまだあります。今後も地域の視点に立って、寄り添った会議体の形にできるように努めていきたいと思っております。

#### 第四地域包括支援センター

今回は地域で支え合い活動されている、「ふれあいまつさか」の活動の紹介と生活支援コーディネーターとしての関わりについて発表します。

左側の写真はふれあいまつさかの活動時のユニフォームです。集いの場などを紹介している「すみよしさん」にも掲載されました。ふれあいまつさかは、一人暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯が増えている中、高齢者の生活の中の“困った”に対して支援を行っている有志の団体です。立ち上げの経緯は、元々、メンバーのおひとりが子ども食堂を開き子どもの居場所づくりをしていましたが、“高齢の方のお手伝いもしたい”との思いで、代表の方と一緒に「ふれあいまつさか」を立ち上げました。

生活支援コーディネーターとして立ち上げ時の会議で、地域包括支援センターとの関係作りができるように包括の概要説明を行い、有志で活動している他の団体の地域活動をご紹介させて頂きましたが、住民自治協議会を通して活動されている団体であったことから、規模の大きさに自信を無くしてしまう場面もありました。しかし、少人数でも気持ちが大切であり、ふれあいまつさからしく、やる気を活かした活動を展開



してはどうかと声をかけ、前向きになっていただきました。

黒部地区を中心に活動を始めましたが、今では松阪市内や明和町など、行けるところはどこにでも支援に行っています。活動内容も相談に応じて対応しており、技術の必要な作業もメンバーの持っているスキルを活かして対応しています。作業内容は、草刈り・シャワーの取り換え・槓刈り・木の剪定・電球交換・雨戸のコロ直し・雨樋つまり清掃・買い物代行・家の整理・浄水器取り付け・畑仕事の手伝い・病院の付き添い等等など介護保険では支援が難しい内容に対応していただいています。

右側の写真は、高齢者世帯の方が、「以前は畑で野菜作りをしていたが2人とも膝や腰が痛くなってきてなかなか畑仕事ができない。草が生い茂ってきて、子どもも遠方で生活しているし、気軽に頼める人もいない」と、支援に入る前に話されていた時のものです。

写真は代表と代表の旦那様と二人で草刈りをしているところです。「ふれあいまつさか」の皆様は、支援してもらえる人が近くにいない人を自分たちのできることから手助けできたら、自分たちも高齢になってくるので無理のしないよう気を付けながら、今後も人の役に立ちたいという思いで活動を続けられています。

しかし、活動当初、代表の方は、手助けしたい気持ちが強く、無理してやり過ぎてしまう所がありました。そこで作業時のトラブルや利用者さんとのやり取りで関係性が崩れてしまわないよう、生活支援コーディネーターだけでなく社会福祉協議会の方にも入っていただき、活動規約を作成することになりました。「ふれあいまつさか」は有志の団体であり、住民自治協議会を通じて活動されている団体と比べると、依頼内容と支援内容とで様々な考えや価値観の違いが生まれ、利用者に迷惑がかかることが予測された為、規約をきちんと設けることで利用者が満足して頂くため大切な事だと考えたからです。

次の写真が活動規約になります。時間は最長3時間、病院の付き添い時には診察終了まで、車に利用者さんを乗せての移動は禁止、粗大ゴミの処理、軽トラックに積める物・積み下ろしのできる重さの物、利用者さんへの機械・道具の貸し出しは禁止、危険性を伴う作業の禁止とし、安全第一にした利用者さんと支援内容を事前に決めておくための活動規約です。

代表の方は、活動を広げたいとの思いがあったため、この作業内容兼活動規約を持参しケアマネジャーのいる事業所と一緒に周りご案内させていただきました。実際、ケアマネジャーから、地域包括支援センターに介護保険では対応が難しい支援の相談が入り「ふれあいまつさか」に相談したところ、病院の付き添い、粗大ゴミの処理など快く引きうけてくださりました。このような事をきっかけに、継続的に依頼のある方もみえます。現在、サービス提供会員は、5名。活動実績は、令和3年度が14件、活動時間は990分、令和4年度が40件、活動時間が 5,580 分、今年度は8月時点で17件活動時間は 1,650 分、作業内容は、リピーターの方や、ケアマネジャーや包括から

相談があり、病院内の付き添い、ゴミの処理、水道蛇口の取り換え、買い物代行、草引き、草刈り、網戸の張り替えの活動をされたとのこと。代表の方とは、定期的に連絡を取り合ったり、ご自宅に伺い、活動の悩み等、お話しを聞かせて頂いたりしています。「ふれあいまつさか」の今後の課題や思いとしては、利用者から、買い物も自分で見て買いたいので車で送り迎えができないか、自宅から病院までの送り迎えもできないかとの声があり、対応ができるよう手続き等どうしていくか思案しているところであるとお話しされてみえました。今後も地域の方々が主体性を大切にし、住民同士の支え合い活動が安心・安全で意欲的な活動が継続できるよう、高齢者に関わる機関と協働しながら支援していければと考えています。また今後、地域ケア会議等で、このような支え合い活動を周知できたらと思います。

#### 第五地域包括支援センター

第五地域包括支援センターからは、コーディネーターの活動として、集いの場、立ち上げ支援の発表をさせていただきます。ルピナスクラブ誕生のきっかけは、昨年末に地域の高齢者が行方不明になったことが発端となりました。公共関係機関が休みに入り、地域住民が総出で捜索活動をし、地域力を発揮し、地域の高齢者がどこに居てどんな暮らしをしているのか関心を持ってもらう機会となりました。また、住民自治協議会に参加している当包括担当者から、自主グループが解散してしまい、高齢者が集まる機会がないという情報も聞こえてきました。

災害など何かあったときには、地域の団結力、みんなが協力し支え合える関係が必要と痛感しました。特に若い人の力が必要であり、そのためには普段から顔を合わせる機会が必要と感じ、顔の見える関係づくりを目標に発足しました。

そこで、地域に根付き貢献してきたボランティアグループ大石こまちに目を向けて協力を依頼し、会議を重ねて意見を次のように統一しました。大石地区市民センターは高台にあり車がないと行けないので参加できる人が限られる。近所の人達がちょっとそこまで歩いて行きやすい場所はないかと打診した結果、“南どんぐりっ子クラブは周辺に坂道が少なく高齢者が通いやすい学童保育施設のため、子どものいる保護者世代の参加が期待できる”等の理由から場所を選定しました。啓発活動として、回覧や掲示板展示をボランティアグループ大石こまちにお願いしました。集いの場の名前の由来は、ルピナスの花は天に向かって真っすぐに伸びていく「昇り藤」と呼ばれています。その様子を今後の大石町になぞらえて常に心と体の健康を意識し「ルピナスクラブ」と命名しました。そして、全ての世代が集い、多世代が交流できるようなメニューをみんなで考えました。地域で講師になっていただく先生の紹介等も含めて、フラダンスや太極拳、ヨガを通じて住民が交流する場を目指しました。開催日は仕事をしている方も参加しやすい日曜日の午前中とし、負担がないように1か月に1回としました。翌年自主グループを立ち上げたいため、当包括に関わる期間設定は1年にしまし

た。

5月21日第1回目のフラダンスの様子です。手作りのハイビスカスの花を髪の毛に留めみんなはハワイ気分になりました。参加者はフラダンス経験者も多く、パウスカートという衣装を持参される方もみえました。講師の先生方は参加者の間にはいり指導し、気分を盛り上げていただきました。3回を通して一曲踊れるように楽しく指導してもらい、最後は、華やかに衣装をまとい楽しく集大成ができました。

講師は当包括エリア内で現在フラダンス教室を開いている先生にお願いしました。フラダンスの効果として注目したいこととして、腰、太ももの筋肉を鍛え転倒予防につながる、ゆっくりとした音楽に合わせて手と足を動かし、2つ以上の動作を覚えながら踊ることにより認知症予防につながる、高齢者にとってあこがれであるハワイに異国情緒が生まれ刺激になり、関心を抱くようになるということを期待しました。初回には新聞社の取材があり華やかに宣伝してもらい、参加者にも講師陣にも地域にも喜ばしい印象を与えることができました。

9月からは介護予防 3 回シリーズで太極拳を取り入れました。写真は初回の9月17日の様子です。今までの介護予防教室は男性の参加者が少ないことが課題でありましたが、性別や年齢を問わない太極拳は男性の参加者を多く獲得することができました。

最後にまだまだ集いの場作り、生活支援、日常の困り事相談機関として、地域包括の役割が浸透していないところがあります。コロナも5類になり、集いの場があちこちで再開しています。新たな集いの場作りに包括支援センターの力を使ってもらえるように運営推進会議や住民協議会の参加の際、自治会長、民生委員に声かけをして、顔の見える関係づくりをしながら、地域の活動の小さな情報を素早くキャッチして活動に繋げていきたいと思っています。

#### 会長

発表ありがとうございました。それぞれの地域に根差した活動をされていることがよく分かりました。コロナ禍で進まなかったところがあったと思いますが、コロナが5類になりこういった活動がどんどん盛り上がっていきばいいと思い聞いていました。こういったボランティアの活動を引き出していくのは大変ご苦労があらうかと思ひますし、やればやっただ負担になることもあるし、いろいろな要望にんえていくっていうのが非常に悩ましいところがあると思ひます。尾道市の取り組みを最初に少し事務局の方から紹介がありましたけれども、こういった民間の力を借りていく一方で、いろいろな民間の業者さんもありますよね、そういったところの役割分担というか吸い上げというか、民業と、バッティングしないかなと思ひんですが、この辺のあたりで何か注意点とかコツとか何かあるのですか。

## 委員

やはりいろんなところと協働しようということで、生活支援コーディネーターを中心に包括がハブになるのはいいことだと思っています。ただ、その中で類似したような活動をされていて、包括が繋いだネットワークの中に入っていない人達が外されたっていうようにならないように常にオープンでやる方がいいだろうなと思っています。その意味で「すみよしさん」もそうなのですから、まずは一般市民や、業者、法人の方達にも、取り組みについて発信していくことが大事なのかと思います。個人レベルだけではなく、特に民間企業の場合、なかなかそこに届きにくいので、届ける術として第三包括がされているように会議に意図的呼び集めることはすごく骨の折れる作業だと思うのですが、丁寧にされているのがすごくいいなと思いました。また、第二包括は具体的な企業名も出ていましたが別の業態の方達にもちゃんと届くように丁寧にやっていくと輪が広がっていく、別に1行事に1社だけでなくでもいいので、まず皆さん取っ掛りでこういうものを作られたかと思いますので、その発信を個人レベルや法人、その職能団体に届けていくのは手段かなと思いました。

## 副会長

私は歯医者ですので、お口に特化したお話なのですが、第一包括でも介護予防教室をきっかけに体操などを行っていただいています。体操の中にお口の機能の低下を防止するような運動を1個2個入れていただいているのでしょうか。ぜひできれば誤嚥性肺炎を予防する内容を入れていただけるとありがたいなと思いますのでどうぞよろしくお願いいたします。パタカラ体操や唾液腺マッサージあたり、お口の機能低下を予防するためにちょっとでもよろしいのでぜひお願いしたいと思います。

## 委員

地域の薬局では、家族さんからいろんな生活の困り事なんかも結構耳にすることもあって、こういった取り組みがいろんなところへ浸透していけばより良いのかなと思っていました。例えば薬局で生活支援コーディネーターから“こういったことがあるよ”といったもの広く地域の方々に啓発することもできますし、薬剤師会の方にそういった活動を教えていただいたら薬剤師会の団体として地域にお役に立てることができるかということがいくつかあるかと思います。また、連携をとってやっていきたいと思いますのでよろしくお願いいたします。

## 会長

薬剤師さんも、歯科医師会さんも、我々医師会も、もしご要望があれば参上させていただきます。

## 委員

いろいろ生活支援コーディネーターさんの活動について、実施されていることを大変頑張ってもらってるのだなという印象を受けました。多分、それぞれの一から五の包括支援センターの中で、縦割りではなくて横の連携をとってもらってる会議なんかもあるのではないかと思いますので、そういう横の連携を取りながら、それぞれの地域の特徴があると思うのですけれども、地域の特徴の特殊性を踏まえながらプラス、横の連携を取った活躍をしていただければいいのかなと思いました。それから報告される時に年度末等々多分まとめてもらっちゃうと思うのですが、生活支援コーディネーターさんの役割というのは書いてあるんですけれども、活動実績っていうか、数字的に見える化されると、もっと生活支援コーディネーターさんっていうものが認識されるのではないかとったりしているんですがそういうふうな実績等なんかは、まとめてもらっちゃうのでしょうか。

## 第一包括

生活支援コーディネーターとして動いた場合、高齢者支援課に報告書にて報告しています。

## 会長

この活動が地域で、客観的に見て、十分なのかどうなのか、どこまで到達しているのかちょっと分からないので、こういったことを何件やったとか、延べ何人参加してもらったとか、共通の報告用紙などを各包括さんで作られて、それを活動実績の報告代わりにされてもいいのではないかと思います。非常に内容的にいいことは分かるんですけども、それが地域にどれぐらいの広がりをもって進んでいるのか、なかなか聞いても分からないとこです。またそういったところの数値が、共通の何か作っていただけるといろいろ評価できると思います。よかったらご検討お願いします。それでは順々に行きます。

## 委員

地域での関わり方やどういった方と繋がるのか、活動は大変だと感じています。その中で地域の特徴をつかみながら、過疎化や、どうしても介護予防教室をしても同じ方達で本当に出てきていただきたい方に出てきていただけないということの大きな課題があったりと大変ご苦労していただいているかと思えます。先ほどありましたように地域のボランティアさんとか、身近な人たちが核になって活動してもらいたいところを包括が働きかけて包括が中心になってしまうとその後続がなく、教室開催ただけで終わってしまうという課題もあるかと思えますので、やはりそういった地域で継続してやっていただける方の力をどうやって引っ張り出して、コーディネートしていくかとい

うところが大きな課題かと思ひ聞かせていただきました。

#### 委員

高齢者の方には様々な方がいらっしゃる中で地域によっては動けないケースも多々あります。その中で、包括さんには、いろんなことを考えていただいて、心強い活動をしていただいています。地域性というものあったり、ボランティア精神を持った方がちゃんと活躍していただいていることを知る機会になりました。それから、すみよしさんというものがあることを今まで知らなかったという事で、すごく広がりがあるコーディネーターの活躍もされていると実感しました。介護保険を使わないで支援できる困り事に対しては、支援者側も成り立って行けるように活動を考えて作っていただいているのだと教えていただきました。今後も新たな取り組みをしていただくよう頑張りたいと思います。

#### 委員

それぞれの地域で、何かきっかけがあって、手の届くところから始められたのだと思います。生活支援コーディネーターの役割として、高齢者にこだわる必要はなく、若い人や業者を巻き込んだり、役割に固執する必要はないんじゃないかと思いました。ただし、ずっと同じコーディネーターが続けるのは無理がある。それを誰かに任せていく、やっていく人を育てる、信頼して誰かに任せることによって長く続く。長く続けると、ふとした時に違うグループと結びつきます。例えば、ボランティアの人に結びついたり、業者に結びついたり、保健センターに結びついたりいろんなことに結びついていきますので、育てていく姿勢を持ちながら頑張りたいと思います。

#### 委員

民生委員だけの活動では、やはり限度があるんですね。70歳以上、或いは80歳以上の方になっているので、それ以外、例えば家族と同居されていたり、そういうところが民生委員の活動としては抜けている。家族と一緒に住んでいるからいいやということなのでしょうけども、やはりその中でも何か、例えば80歳到達しない方でも、何かちょっと気になるなというのは情報として欲しい。そういうことで第3包括さんがやられているように、いろんな方を取り込んで活動されています。民生委員だけじゃなくて、自治会長さん、また企業まで巻き込んでやられているっていうのは本当に大変なことだと思います。それと草刈りのボランティアさん、この活動すごいなと思いました。実は私どものところでも、やはり高齢化で、担い手さんが出られないところ、田んぼは何かかなるのですけど、耕作放棄地が目立ってきて、かなり草ぼうぼうになっている。こんな活動が本当にできるのだと感心して見ていました。よかったまたコツでも教えてください。

#### 委員

個人的に第二包括のボランティア活動をしています。高齢者の運動が重要だと包括から聞かせていただいて地域で介護予防運動を進めているのですが、集まってくる人は特定の人で介護予防運動を楽しくできるよと勧めても、地域性があるのか、外に出てまでいいと。元気な人はそれでもいいかもしれないけど、必要な人には手が届いていないのではないかと思います。出てくることは、重要だと思います。出てくることで脳のためにも体のためにも大切だと思うのですが、それさえもなかなか周知できないのは難しいと思っている。包括にぶら下がりながら、手探りで考えているところです。

#### 会長

無いところにもものを作るのは大変、出てきてくれないところに出てきてもらうのは大変で、できることからやってみるという印象でした。松阪市も新しい事業も考えてみえるのですよね。引きこもりなどについても。

#### 部長

今日いろいろご報告いただきまして本当にそれぞれの地域に根差して地域の方を巻き込んだ活動をしていただいているというところに感謝申し上げます。それぞれの活動につきましてそれぞれ委員さん方からもお話いただきました。まず1点、私の方からお願いといたしますか、松阪市の特徴としまして、松阪市の面積は600キロ平方メートルありまして、東京都の23区と同じ面積です。山に市街地といろいろございまして、それぞれの地域のローカルな高齢者の暮らしを守っていく情報というのがあるかと思うのです。生活支援コーディネーターの方が活動していきますと、よりいろんな情報が集まってきますので、冒頭、高齢者支援課長が言いました尾道市の猫のてのように、そういった情報を発信していくような活動から松阪市として取り組んでいきたいと思っています。そして重層的支援ということで、福祉まるごと相談室、引きこもりと、いろんな活動しております。やはりここは、地域の方と密接に繋がる、また高齢者については生活コーディネーターの方々との連携が非常に大切になってきますので、また改めまして連携の方お願いしまして、お礼とさせていただきます。

#### 会長

ありがとうございました。本日は最後までご協議いただきありがとうございました。それでは事務局の方にお返しします。

#### 事務局

みなさまご協議ありがとうございました。委員の皆さまからいただきました、特に情報発信については大きな課題と感じておりますのでご意見を参考に、進めていきたいと思っております。もう一点だけお知らせいたします。追加資料としてお渡ししました資料“安心のまちづくりのために第 100 回高齢者の暮らしを考える”です。これは、100 回を迎えまして記念号といたしまして、対談を行っていただきました。松阪市にお住まいの方はそろそろお手元に届くというところですので、地域包括ケアシステムについて、夢の対談のようなこのビックな顔ぶれの方の対談が載っております。これをご紹介させていただきます。滞在時間約 45 分あり、本当は全部載せたかったのですが、ギュッと 2 ページに圧縮をさせていただいております。この後 101 回 102 回の記念対談が続きますので、皆様にはご覧いただきたいと思っておりますし、市外にお住まいの方は、ホームページにも掲載しておりますのでぜひご覧いただけたらと思います。以上がご紹介でございました。ありがとうございます。

それではこれもちまして、終了とさせていただきます。ありがとうございました。お気をつけてお帰りください。