

令和5年(2023年)8月18日  
八王子市社会福祉審議会  
高齢者福祉専門分科会  
高齢者福祉課

## 令和5年度第2回地域ケア推進会議

**「重度化防止・自立支援型の地域包括ケアシステムの充実に向けて」**

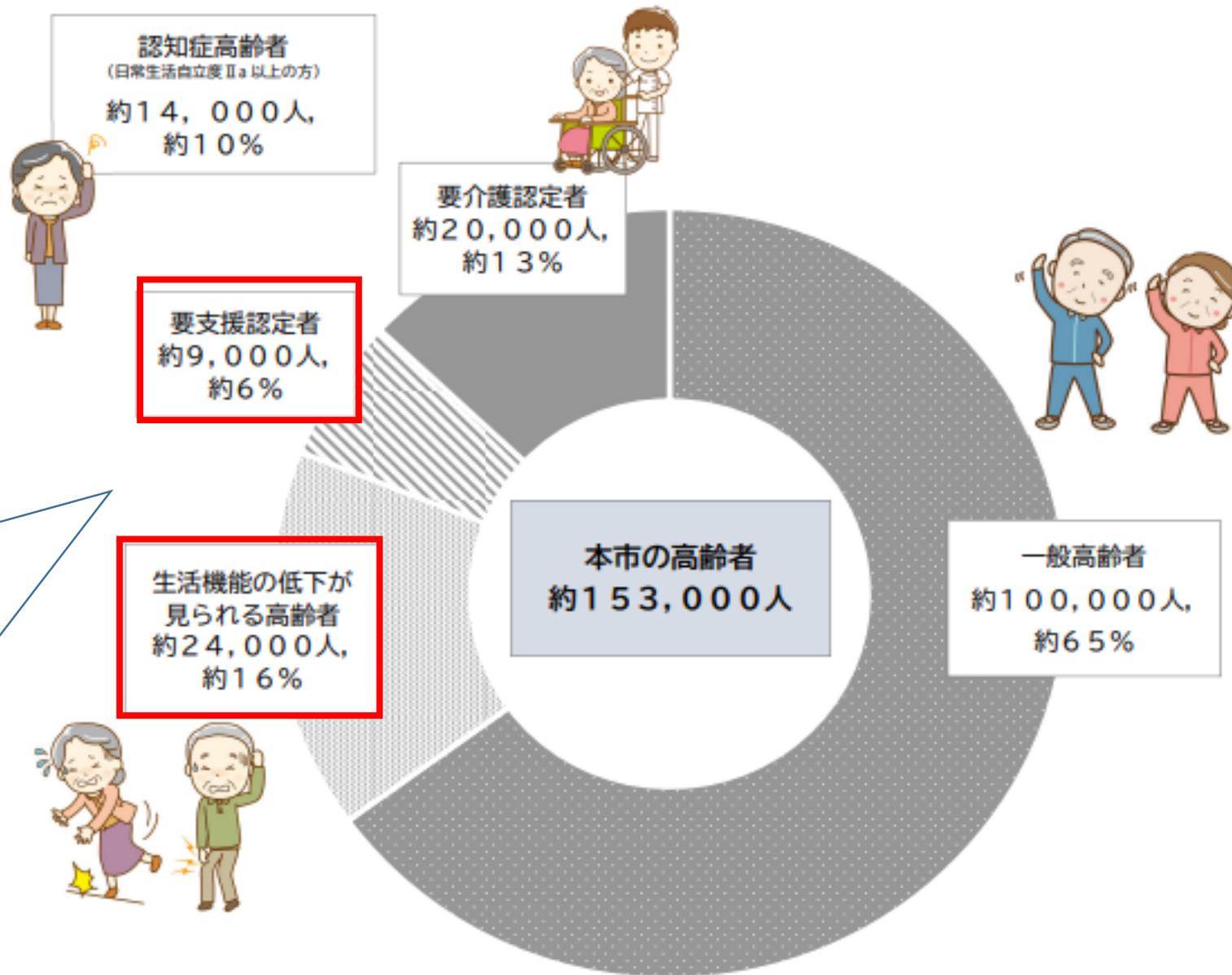
「まとめ」～自分の力で自分らしい暮らしを続けられる人を増やすため 地域、行政、私(たち)ができること～



# これまでの振り返り

## 「生活機能の低下がみられる高齢者」

心身状態や生活環境を把握するとともに、適切な支援へのつながりや介護予防に関する情報提供を行い、少しでも長く健康を維持できるようにすることが必要である。



# 短期集中予防サービスの事業運営上の課題

入口

## 介護予防ケアマネジメント

- ・望む暮らしの実現を支える「自立支援型ケアプラン」
- ・高齢者が主体的に介護予防に取り組むことを支援（セルフマネジメント）
- ・高齢者の地域との接点・地域参加を増やす視点

## 短期集中予防サービス(3-6ヶ月)

通所C(心身・暮らし) ・ 訪問C(食生活)

- ・望む暮らしの再獲得に向けた、リハビリ職・栄養士による、気持ちと活動を引き出す動機づけ面談（個々人の“やりたいこと”を再び出来るようにするオーダーメイド支援）

出口

連動

自立支援型地域ケア会議など

## 「入口」の課題

- ・基本チェックリストの推進  
=早い段階でのリエイブルメント
- ・包括・ケアマネとリハビリ職・栄養士・  
歯科衛生士の連携  
(高齢者宅への同行訪問等)

## 生活支援コーディネーター

- ・高齢者のニーズ(社会参加・生活支援)と  
地域資源とのマッチング
- ・地域資源の発掘・活性化

## 「出口」の課題

- ・個々人の望む暮らしを引き出す
- ・セルフマネジメントの定着
- ・社会参加(就労的活動含む)への  
マッチング

# 令和3年度自立支援型地域ケア会議から見えた課題

## (1)よくある困った事例

- ・閉じこもりがちで意欲低下のある人
- ・痛みと共存する人
- ・コロナ不安から不活発になっている人
- ・家事が億劫な一人暮らしの人(食事の不摂生)

## (2)通所C終了後の支援

- ・不安からサービス卒業を拒否する人
- ・通所C終了後の閉じこもり、意欲低下
- ・軽度認知症の人の通所C終了後の支援

## (3)本人の望む生活、生きがいのある生活の実現

- ・コルセットをしないでよい生活
- ・自家用車の運転を継続したい
- ・難病があっても楽しみを持つ

## (4)自立支援・重度化防止推進のための意識啓発・ツール開発

- ・地域住民、ケアマネへの周知、啓発
- ・セルフマネジメントツールの開発、普及
- ・自立支援型地域ケア会議の標準化

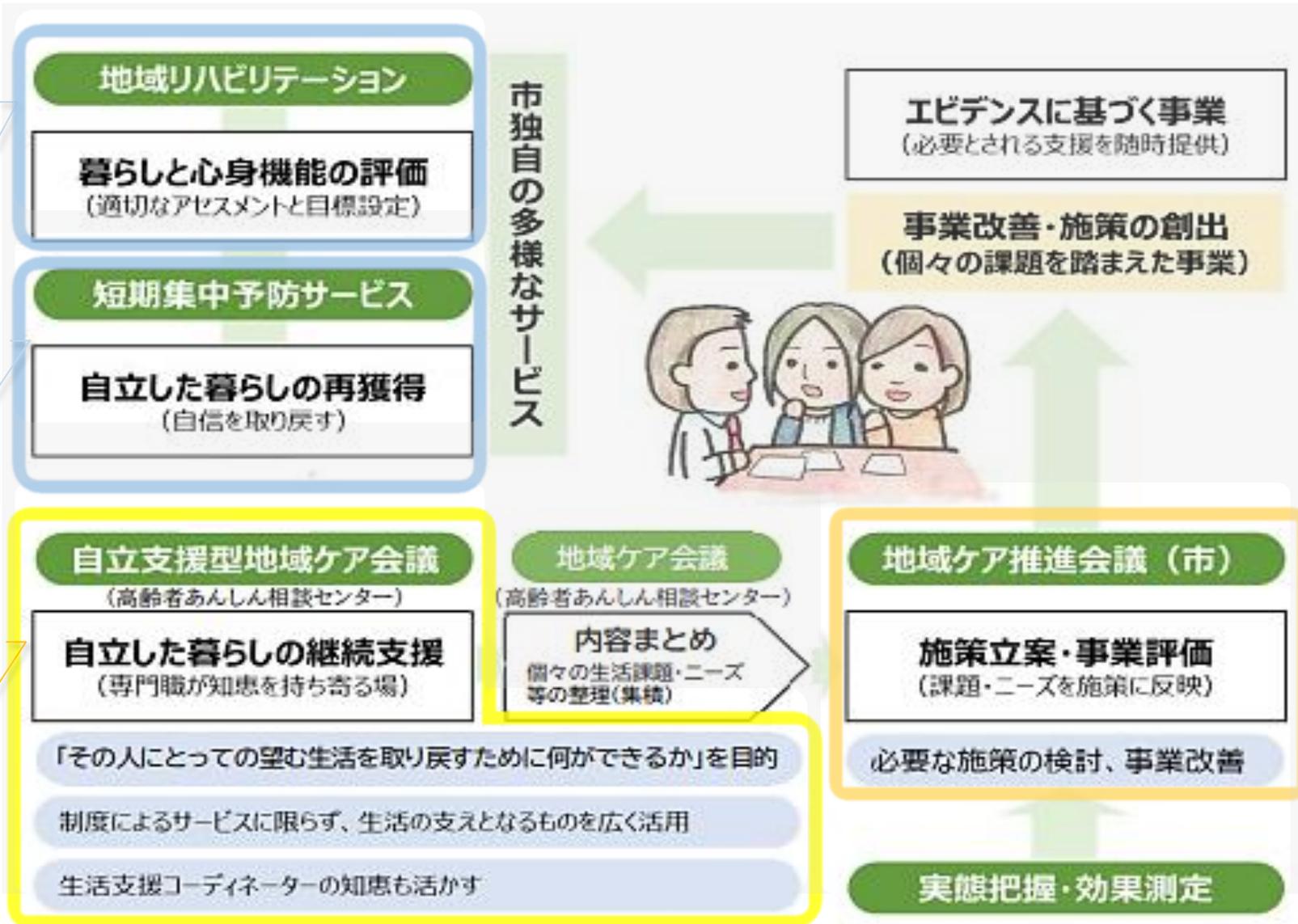
# 自立支援型地域ケア会議の役割

八王子市高齢者計画・  
第8期介護保険事業計画より

自立可能性を  
専門職が評価

自信・体力を取り  
戻し、暮らしを  
守る方法を身に  
つける

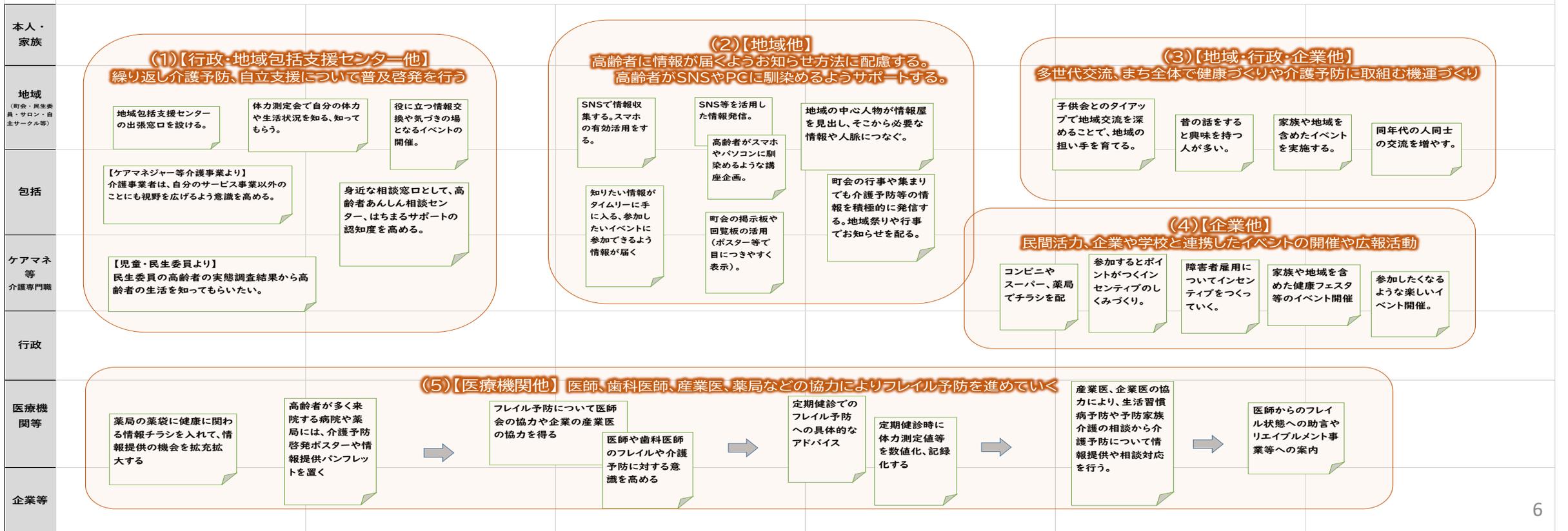
様々な専門職や  
地域人材の力  
で自立を阻む課  
題の解決を目指  
す。



事業の改善ポイントや  
新たに必要なことを提案  
様々な立場で、  
「私達にできること」を検討。

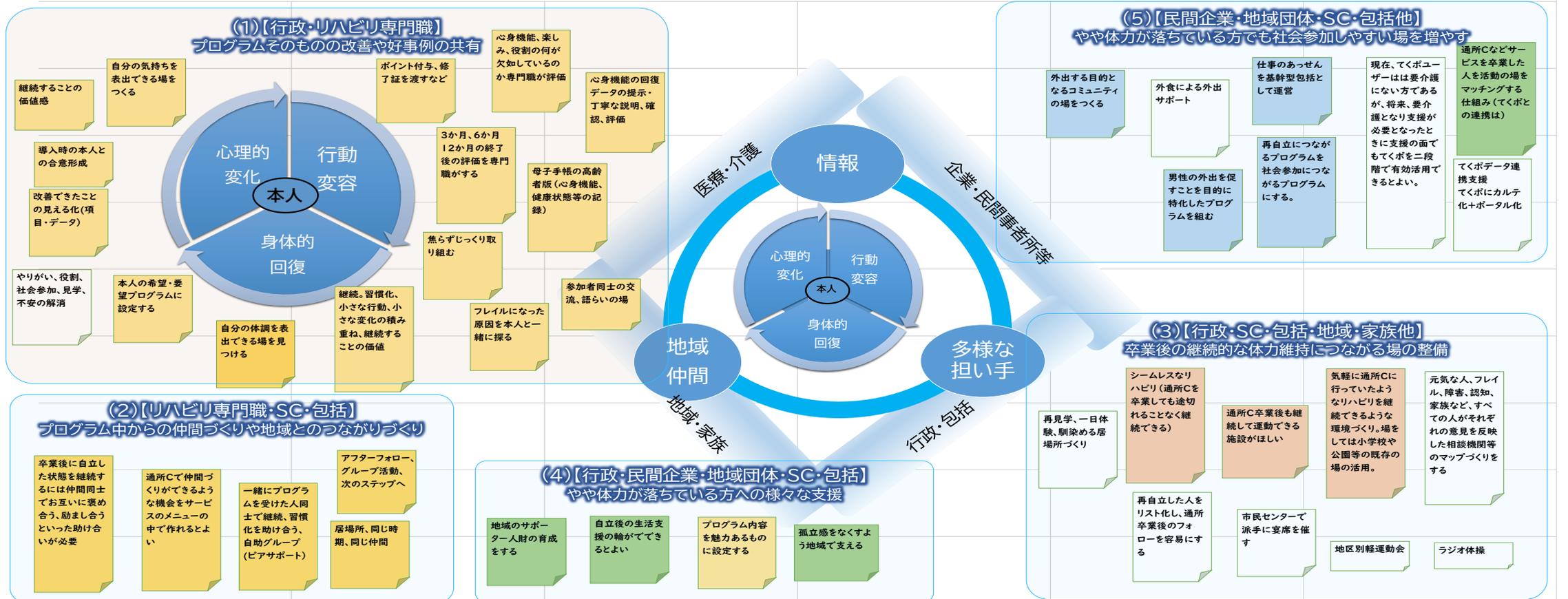
入口支援課題	本人要因		家族要因		環境的・地域的要因	
	知識・興味・関心がない	知識・興味・関心はあるけれど・・・	知らない・気が付かない	理解・協力ができない	通いの場等に行けない・行かない	交流の機会を望まない・機会がない
	知らない、気が付かない	恥ずかしい、自分から言い出せない	知識がない	サービスを利用することに反対する	遠い	他人と関わりたくない
	知識がない	他人の世話になりたくない	何が問題なのかわからない	問題を先送りにする	一人では通えない	他人に干渉しない
	何が問題なのかわからない	迷惑をかけたくない	包括を知らない	他人任せにする	お金がない	近所づきあいを望まない
	包括を知らない	家族のいうことは聞けない	リエイブルメントセンターを知らない	支援を拒否する	自分に合うサービスがない	高齢者に声を掛けづらい・機会がない
	リエイブルメントセンターを知らない	市の事業を利用することに抵抗がある	同居でも大きな障がないと気が付かない			地域での交流の機会が減っている
	意欲がもてない	老いを認めたくない	別居だと気が付きにくい、独居だと日常の世話ができない			町会やサロンの担い手が少ない
	希望がもてない、あきらめている	問題を先送りにしている	自分の伴侶、親が老いると思っていない、認めがたい			気軽に相談できる相手がいない
		面倒くさい				まち全体で健康づくりや介護予防に取組む機運がない
		日々の生活で精いっぱい				

～自分の力で自分らしい暮らしを続けられる人を増やすため、地域、行政、私(たち)ができること～



出口支援課題	再自立した人が健康な状態を維持し続けるための課題				
	心と身体機能の変化		継続・習慣化		役割・仲間の再獲得
	メンタルサポート	身体機能回復	継続意欲	生活習慣化	居場所・環境 目標・つながり
楽しいという心理が動かなかった	身体機能回復の実感が持てない	家族や仲間の協力が継続の助けにつながる	生活習慣化の未達、この先の見通しが見えないまま短期集中プログラム終了となることが不安につながっている	環境に馴染めなかった	「写真を撮り出しかねられるようになりたい」など具体的な目標設定があるとよい
精神的満足感が得られなかった	身体機能回復データや取組成果の見える化ができると励みにつながる	新しい知識の習得や気づきがあると継続の意欲につながる	習慣化までのアフターフォローの仕組みが不足	居場所が見つけれなかった	やりがいが見いだせない
続ける気持ちになれない		表彰制度があると継続意欲につながる	習慣化するための具体的提案が不十分	孤立させない、一人にさせないことが何より大事	やることが明確化されていない、わからない
自信・意欲を持たせる支援が継続につながる		一人ひとりの好きなこと、やりたいことが見つかる魅力定なりエイブルメントメニューの提示	特に独居の場合には食事リズムや栄養バランスが崩れがち	地域への関心が薄い	支える側から少しでも支える側への役割が得られるとよい
その人の思いを十分に引き出した上での個別の支援プログラム設定が重要		プログラムが医療・健康分野に偏りがあつまらない	個別ではなく、レベルの合う仲間同士少数人数で卒業後の一緒にグループ活動できるとその後の活動継続につながりやすい	フレイル状態になる以前の地域全体へのアプローチが必要なのではないか	
		サポーター人数の不足	短期集中プログラムスタート時から卒業後を想定したチーム編成や意識啓発をすることで活動の習慣化を目指す		
		卒業後も専門職に相談できる機会や場の提供があると継続意欲につながる			

～自分の力で自分らしい暮らしを続けられる人を増やすため、地域、行政、私(たち)ができること～



出口 (4)

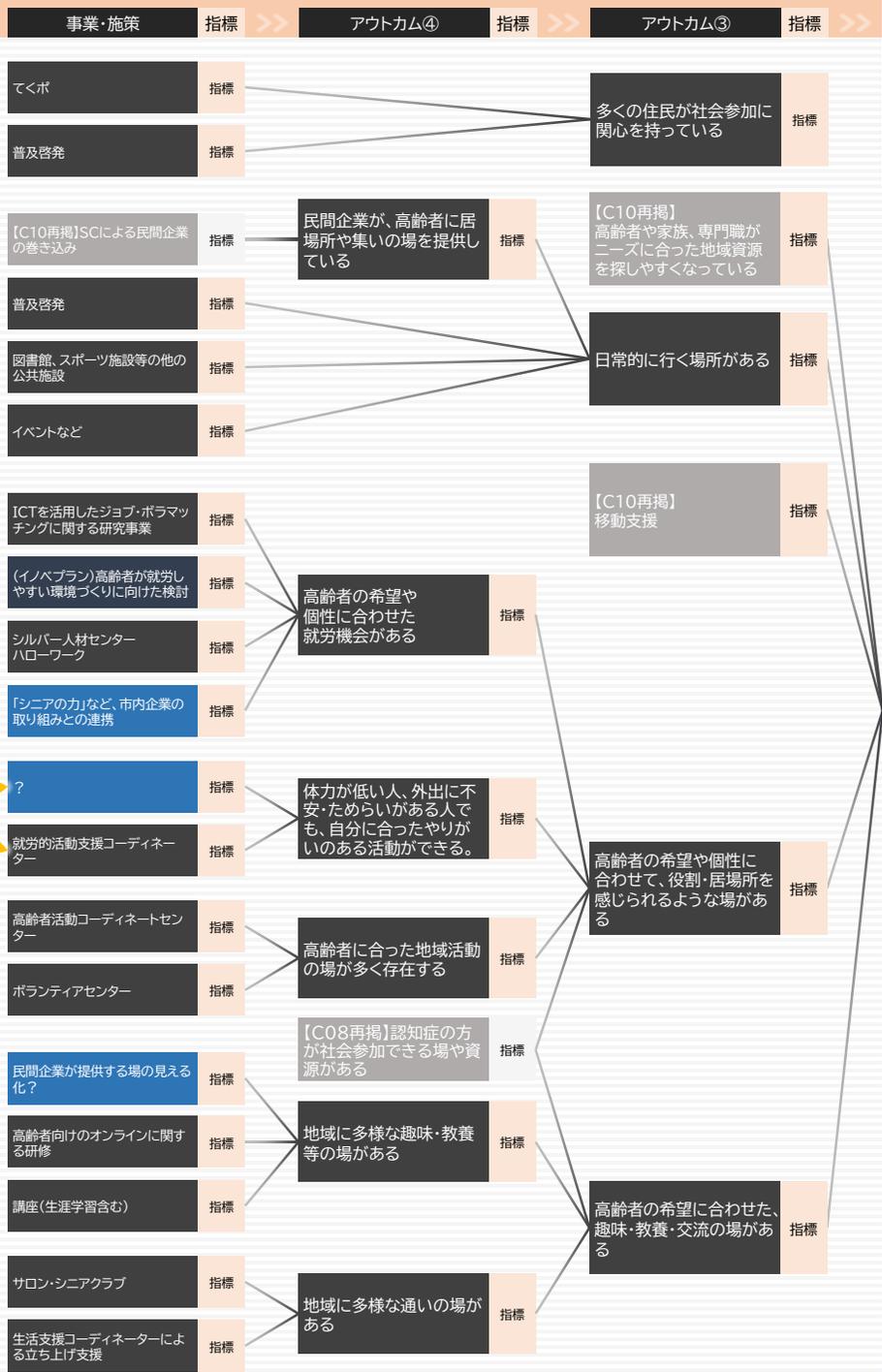
【行政・民間企業・地域団体・SC・包括】  
やや体力が落ちている方への様々な支援



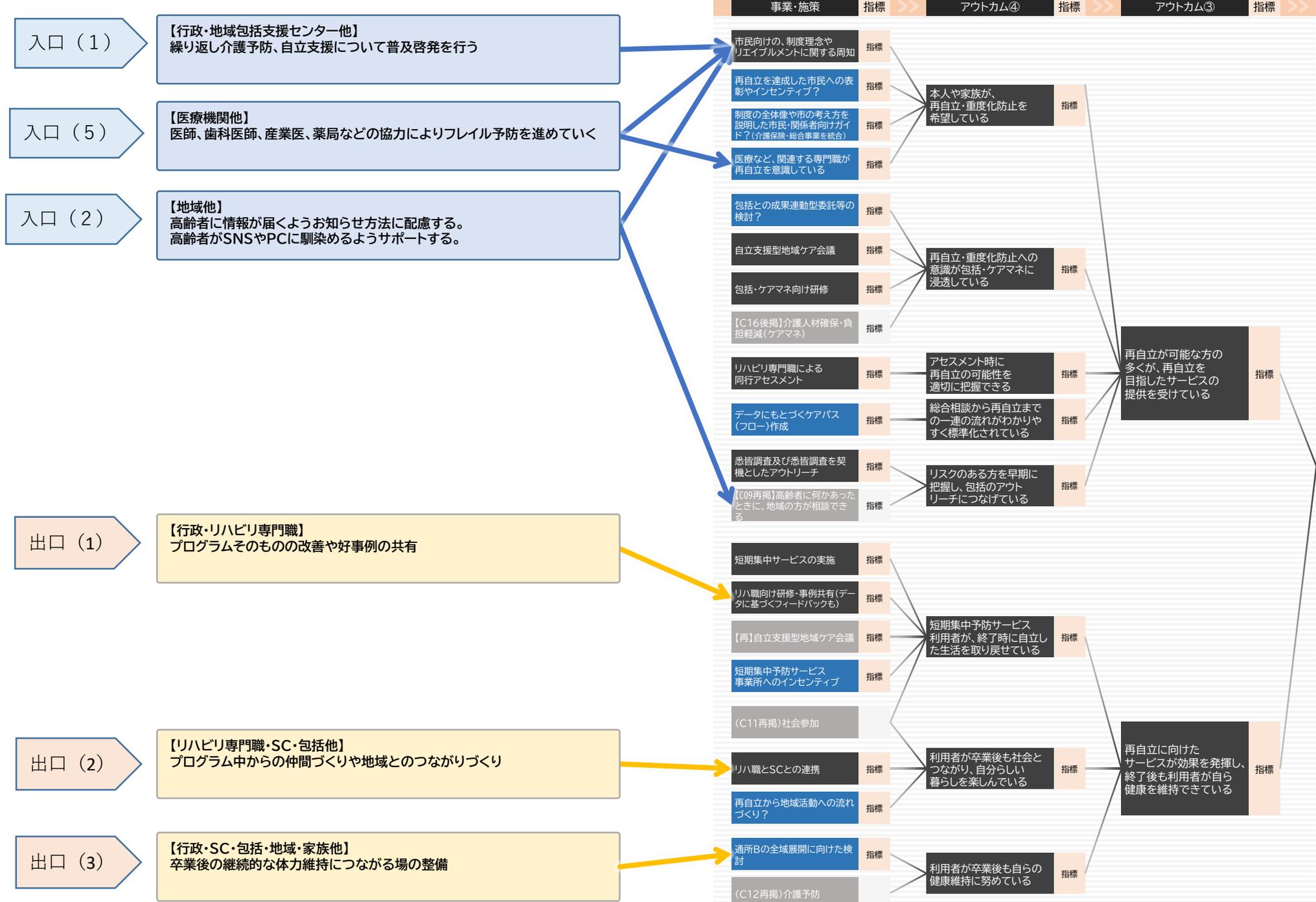
事業・施策	指標	アウトカム④	指標	アウトカム③	指標
SCの活動及びサポート体制に関する検討?	指標	幅広い地域資源の情報が集約されている	指標	【C11後掲】高齢者の希望に応じた通いの場に参加している	指標
福祉分野以外の持つ情報の活用や連携に向けた検討	指標				
地域包括ケア情報サイト	指標				
状態や好みに合わせて活動の場・支援を探せる支援者向け媒体?	指標	様々な支援・サービスの情報が、高齢者やその支援者にわかりやすく届いている。	指標	高年齢者や家族、専門職がニーズに合った地域資源を探しやすくなっている	指標
【C09再掲】相談場所の周知	指標				
企業による支援情報の発信(人生100年サポートブックなど)	指標				
訪問B	指標	困っている人と支える人・企業等とのコーディネートが効果的に行われている	指標	高年齢者や家族、専門職がニーズに合った地域資源を探しやすくなっている	指標
ICTを使ったジョブ・ボラマッチングに向けた検討	指標				
SCの活動及びサポート体制に関する検討?	指標				
就労の支援コーディネーター活用	指標	【C15後掲】ケアマネジャーによる保険外サービス活用	指標	高年齢者や家族、専門職がニーズに合った地域資源を探しやすくなっている	指標
(産業部門)ソーシャルビジネス・コミュニティビジネス育成?	指標	地域の困りごとをビジネスの種として活かしていくきっかけが増えている	指標		
地域ケア会議における支援・サービスの検討	指標				
てくポ(ウェルネスPF)	指標				
SCによる民間企業の巻き込み	指標	民間企業等による多様な支援・サービスがある	指標	民間企業等による多様な支援・サービスがある	指標
【C16後掲】EBPMプラットフォーム(市場サービスの効果検証)	指標				
【再掲】様々な支援・サービスの情報がわかりやすく届いている。	指標				
【C11後掲】高齢者の収入を伴う活動促進	指標	高齢者にとって、市場サービスの活用という選択肢が身近になっている。	指標	民間企業等による多様な支援・サービスがある	指標
介護施設等による地域貢献の促進に向けた検討	指標	地域の介護保険施設等による支援	指標		
SC・協議体	指標	地域の人や団体が高齢者のニーズを知っている	指標		
住民への普及啓発	指標				
生活支援の担い手研修	指標	高齢者を支える人や団体が活動しやすくなっている	指標	地域住民・団体による多様な支援・サービスがある	指標
通所B・訪問B	指標				
地域づくり	指標	住民が地域の課題解決に関わるきっかけがある	指標		
てくポ	指標				
民間主導の新たな移動支援手法の検討?	指標	地域の移動支援の提供体制が整っている	指標	状態に応じた移動支援や移動しやすい環境整備により、望む暮らしが実現できている	指標
訪問B	指標	公共交通の整備 バリアフリーのまちづくり	指標		
総合的な移動困難者対策に向けた検討	指標				

出口 (5)

【民間企業・地域団体・SC・包括他】  
やや体力が落ちている方でも社会参加しやすい場を増やす







(1)【行政・地域包括支援センター他】

繰り返し介護予防、自立支援について普及啓発を行う

C13「一貫性のある発信」  
「市民向け周知」

(2)【地域他】

高齢者に情報が届くようお知らせ方法に配慮する。  
高齢者がSNSやPCに馴染めるようサポートする。

C13「口コミ」「地域力」活用の視点

(3)【地域・行政・企業他】

多世代交流、まち全体で健康づくりや介護予防に取り組む機運づくり

(4)【企業他】

民間活力、企業や学校と連携したイベントの開催や広報活動

C12 行政側のプロモーション力向上課題  
→関係者と連携した発信の視点検討

(5)【医療機関他】

医師、歯科医師、産業医、薬局などの協力によりフレイル予防を進めていく

C13 「行政と医療等専門職との意識共有」を追加、  
「医療等専門職から市民への発信につながる取組へ

(1)【行政・リハビリ専門職】

プログラム中そのものの改善や好事例の共有

(2)【リハビリ専門職・SC・包括】

プログラム中からの仲間づくりや地域とのつながりづくり

(3)【行政・SC・包括・地域・家族他】

卒業後の継続的な体力維持につながる場の整備

(5)【民間企業・地域団体・SC他】

やや体力が落ちている方でも社会参加しやすい場を増やす



C10 てくポ、民間企業の巻き込み

(4)【行政・民間企業・地域団体・SC・包括他】

やや体力が落ちている方への様々な支援

C13 リハビリ専門職へのフィードバック、データに基づく評価、事例の蓄積、あらたな展開

C11 自分に合ったやり方で活動

# 次回以降の地域ケア推進会議に向けて

