

# 川崎市地域包括ケアシステム連絡協議会

## 令和元年度第1回 ディスカッションの実施について

### 1 目的とねらい

川崎市地域包括ケアシステム連絡協議会では、14名の委員による運営委員会を立ち上げ、地域包括ケアシステムの第2段階の展開に向けて、取組を推進しております。

この連絡協議会では、多様な参加者同士の意見交換を通じて地域での連携の可能性を模索し、参加者同士が「顔の見える関係」になり、川崎市の地域包括ケアシステムの担い手として、地域で活躍いただくことをめざしています。

### 2 実施の考え方

本ディスカッションの考え方は次の通りとします。



#### ① 地域包括ケアシステムに対する「考え方」や「意見」をまとめる。

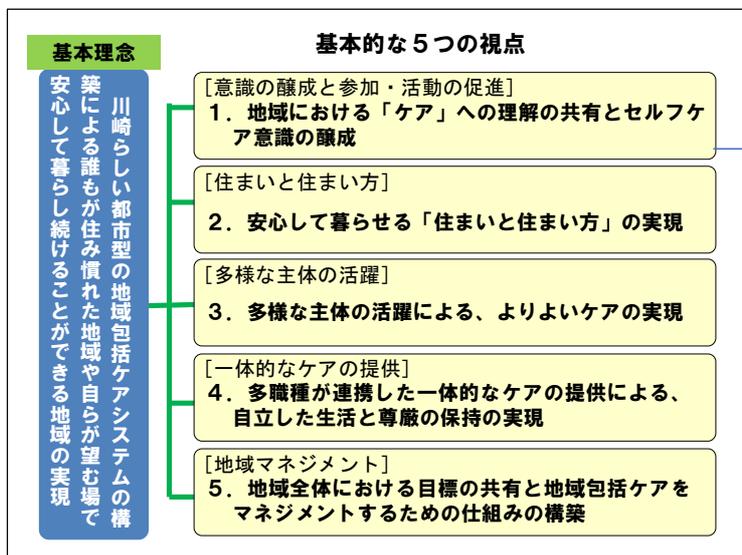
自らが地域包括ケアシステムの担い手と意識できるよう、設定したテーマに基づき、「考え方」や「意見」をまとめていく。

#### ② 参加者による「全員参加型」をめざす

事業者、企業、大学、市民団体、住民など、多様な参加者が互いに気後れせず、また対等に話し合いに参加できるよう、『自分の立場を考える時間をもつ』・『発言しやすい雰囲気をつくる』・『他人の発言をよく聴く』というルールで話し合いやすい雰囲気を醸成する。

### 3 連絡協議会のテーマについて

「地域包括ケアシステム推進ビジョン」の基本的な視点を参考として設定することとしたい。



平成31年2月

令和元年8月(今回)

「意識の醸成と参加・活動の促進」

※前回テーマ

「地域包括ケアのためにやっていること、できること」

## 4 実施方法

### (1) テーマ

「地域包括ケアシステムの理解度をどうやって高めるか」

(地域包括ケアシステムからイメージすることは)

※「地域包括ケアシステムを理解している」とは

- ・「地域包括ケアシステム」のことや、そのために自分が何をすればよいか知っていること

「地域コミュニティ・自治体は、セルフケアが難しい状況の市民に対してどういった働きかけができるか」

(セルフケアはどのような状況だと難しくなるか)

※セルフケアとは

- ・自分自身の健康状態・生活機能を維持・向上させるための自発的な努力
- ・セルフケアは必ずしも自分自身だけでなく、地域活動への参加や交流を通しながら地域との強いつながりの中で達成していくもの

### (2) 実施手法

参加者個人ごとに、テーマに関するアイデアを付箋に記入（1人2枚以上）し、会場内のテーブルの模造紙に付箋を貼り付け、事務局スタッフが参加者の意見を整理するとともに、内容を発表した上で、登壇者（3名）からコメントをいただき、議論を深める。

### (3) グループニング

10名程度のグループに分ける。

各グループにはできるだけ、関係機関、専門職団体、企業、地域団体、大学、住民等が混合するように構成している。また地域性も考慮したグループニングを行う。

### (4) ファシリテーター

全体の進行役は行政が担い、アイスブレイキングの際に、各テーブルに参加する区役所地域みまもり支援センター所長（または副所長）がグループ・ファシリテーターを担当する。

### (5) タイムテーブル

3頁のとおり

### (6) まとめ方

会場の意見、登壇者のコメント等は、後日、報告書としてとりまとめる。

連絡協議会終了時に参加者にアンケートを配り、参加した感想や懇談会での話しきれなかった思いを書いていただく。

## ＜タイムテーブル＞

	内 容
18:00～	<b>市長挨拶</b>
18:03～ 18:15 (12分)	<b>川崎市内での活動報告</b> 「新聞販売店での見守り活動について」 (発表者) 川崎東京会 東京新聞武蔵小杉専売所 野中 弘美氏
18:15～ 18:25 (10分)	<b>ディスカッション全体の流れの説明</b> 全体の流れについて説明。 (説明者・進行役) 川崎市健康福祉局地域包括ケア推進室室長 宮脇 護
18:25～ 18:35 (10分)	<b>自己紹介・アイスブレイク</b> 自己紹介には、「情報交換シート」を使用。シートがない方は「老後のために準備できること」のテーマで、1人1分弱程度でお話しいただく。
18:35～ 18:45 (10分)	<b>個人ワーク</b> 青と赤の付箋紙に、「地域包括ケアの理解度をどうやって高めるか」(地域包括ケアからイメージすることは)(青)、「地域コミュニティ・自治体は、セルフケアが難しい状況の市民に対してどういった働きかけができるか」(セルフケアはどのような状況だと難しくなるか)(赤)を書き込む。(1人合計2枚以上) ※会場内に随時、書いた付箋紙を貼っていただく。(10分程度)  ※前回テーマ「地域包括ケアのためにやっていること、できること」
18:45～ 18:55 (10分)	<b>川崎市における地域包括ケアシステムの取組状況</b> 「川崎市における地域包括ケアシステム構築の取組」 (説明者) 川崎市健康福祉局地域包括ケア推進室担当課長 鹿島 智
18:55～ 19:25 (30分)	<b>ディスカッション(2テーマ) 15分×2テーマ</b> 個人ワークを行って、テーマごとに付箋紙を貼った模造紙を事務局にて整理。参加された皆さんの御意見の概略を説明。その後、まとめを題材として運営委員を中心とした登壇者がコメント。 (進行) 田中 滋 氏(埼玉県立大学理事長・慶應義塾大学名誉教授) (登壇) 関口 博仁 氏(川崎市医師会副会長・当協議会運営委員) 出口 智子 氏(川崎市介護支援専門員連絡会会長・当協議会運営委員) 星川 美代子氏(川崎市民生委員児童委員協議会常任理事・当協議会運営委員)
19:25～ 19:30 (5分)	<b>全体講評</b> 座長の田中 滋 氏(埼玉県立大学理事長・慶應義塾大学名誉教授)から講評をいただく。 <b>閉会・今後の予定について(アンケートへの記入)</b>



参考資料3 地域包括ケアシステムにおける想定される対象者像

事例① 認知症の親の今後を考えると不安	
本人の状況	46歳男性。警備会社に勤務
家族構成	未婚、母親(77歳)と同居
住宅状況	分譲公団住宅4階、エレベーターなし
困りごと	<ul style="list-style-type: none"> <li>・母親が、食事をしても食事をしたことを時々忘れるようになってきた。</li> <li>・ちょっとおかしいなと思い、母親の病識はないものの、やっとの思いで一緒に近くの診療所を受診、大きな病院で検査を受けることになる。</li> <li>・病院で検査を受け、認知症の診断を受ける。</li> <li>・以前、父親も認知症となり、病院に入院させたことを今も後悔している。</li> <li>・これから自宅で母親を介護することを考えると不安になる。</li> </ul>
事例② 子育てがうまくいかず不安	
本人の状況	32歳女性。商社勤務（時短勤務）
家族構成	夫と2歳の息子、自身の実家は遠方
住宅状況	賃貸マンション15階、オートロック
困りごと	<ul style="list-style-type: none"> <li>・夫は仕事の帰りが遅く、家事育児を自分が行っているため、自分の時間が取れない。</li> <li>・これからも仕事を続けていきたいが、育児のため仕事に十分に打ち込めず、キャリアアップに支障が出ないか心配</li> <li>・夫の実家が車で20分程度の距離にあるが、手伝いは、頼みにくい。</li> <li>・息子は成長とともに自己主張が強くなり、言うことを聞かないときに、意識せずついカッとなって大声で叱ってしまい、手を上げてしまいそう。</li> <li>・子育てについて相談相手がおらず、子育てと仕事の両立に悩んでいる。</li> </ul>
事例③ 健康診断をきっかけに生活習慣を改める	
本人の状況	35歳男性。地方公務員
家族構成	妻(36歳)と息子(4歳)、実家は車で10分程度の距離。両親ともに健在
住宅状況	賃貸マンション2階
行動内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1年半前に受診した健康診断の結果で内臓脂肪や血糖値が基準値を若干ながら上回ったことをきっかけに、休日は早朝5時に起床し、隣駅の前にあるコンビニまでウォーキングをすることにした。</li> <li>・工作中や休憩中には、糖分の多いコーヒーやお菓子を食えることが多かったが、水やお茶、糖分を含まないコーヒーなどに変えた。</li> <li>・今年の健康診断の結果では、数値が基準値内に戻った。達成感もあり、せつかなのでこうした生活を続けたいと考えている。</li> </ul>

#### 事例④ 引退後の地域での暮らし方

本人の状況	66歳男性。電機メーカーを定年退職後に同企業に再就職したが、昨年退職
家族構成	妻(66歳、専業主婦)と2人暮らし。3人の子どもは全員自立し、都内で暮らしている。
住宅状況	一戸建て(築25年)、ローンは退職金で完済
行動内容	<ul style="list-style-type: none"><li>・現役時代は、仕事の付き合いも兼ねた趣味のゴルフに出かけることが多かったが、退職をきっかけに誘いが減り、自然と外出の機会が減ってきていた。</li><li>・仕事をしているうちは億劫に感じていた町内会の集まりに参加してみたところ、初めは古くから参加しているメンバーとうまくなじめなかったものの、町内会主催のゴルフ大会への参加をきっかけに少しずつ会に溶け込むことができ、最近では特に親しくなった友人と個人的に遊びに行くこともある。</li><li>・町内会は仕事量が多く大変なこともあるが、参加することで、自分の力を発揮することや、人と会話できることの大切さを感じている。</li></ul>

#### 事例⑤ 高齢の一人暮らしで不安

本人の状況	84歳女性。一人暮らし、自分で生活できている。心筋梗塞の病歴あり。年金のみの生活
家族構成	遠方の息子とは連絡を取っていない。
住宅状況	分譲マンション2階、エレベーターあり
困りごと	<ul style="list-style-type: none"><li>・夫とは10年前に死別した。貯金も減ってきており、いつまでこのまま暮らしていけるか不安</li><li>・外出するのは好きだが、膝も悪く、簡単には外出できない。</li><li>・近所にカラオケ仲間などはいるが、いざ自宅で倒れても助けてくれる間柄でもない。</li><li>・最近では体調も不安定で、夜に具合が悪くなったらと思うと不安を感じる。</li></ul>

#### 事例⑥ 高齢夫婦で妻の介護が負担に

本人の状況	78歳男性
家族構成	妻(77歳)と2人暮らし、近居の娘あり
住宅状況	一戸建て
困りごと	<ul style="list-style-type: none"><li>・3年前に妻が脳梗塞で、半身マヒとなり、要介護4。自宅で生活し、介護サービスを利用。身の回りの世話を夫がしている。</li><li>・自分が年齢を重ね、自宅の管理も難しくなり、最近、妻の状態も徐々に悪化している。</li><li>・娘はできる範囲の支援はしていたが、介護するのが難しくなっているのではと感じ、妻の施設入所を打診</li><li>・自分としては、妻を最期まで自宅で看取りたいという希望を持っており、どうしたら良いか不安</li></ul>

### 事例⑦ がん末期をどう過ごすか

本人の状況	88歳女性。一人暮らし
家族構成	近居の娘あり
住宅状況	賃貸アパート2階
困りごと	<ul style="list-style-type: none"><li>・数年前に胃がんを患い、抗がん剤治療を行っていたが、医師から、治療の終了を告げられる。</li><li>・娘と相談するが、娘は仕事もあり、介護に付きっきりになることは難しいから、病院を一緒に探そうと持ちかけられる。</li><li>・自分としては、最期まで、住み慣れた自宅で暮らしたいと思い、在宅での医療や介護を利用しての生活を送りたいと考えているが、娘にも迷惑をかけたくないと思う。</li></ul>

### 事例⑧ 子どもの発育に不安

本人の状況	38歳女性。子育て中の専業主婦
家族構成	夫と3歳の息子
住宅状況	賃貸マンション2階
困りごと	<ul style="list-style-type: none"><li>・息子と公園に行って、近所の子と遊んだり、ママ友と話をする、少し発達が遅れているのかも不安</li><li>・少し落ち着きがないと感じることが多くなり、何か問題があるかもネットで調べる。</li><li>・夫に相談しても、あまり取り合ってもらえない。</li><li>・ママ友や相談機関に相談した方がいいか悩んでいる。</li></ul>

### 事例⑨ 知的障害のある息子の今後が不安

本人の状況	75歳男性。無職。自立した生活を送っている。
家族構成	妻（73歳）と同居、長男は結婚し、都内で生活。次男が知的障害で通所施設を利用中
住宅状況	一戸建て
困りごと	<ul style="list-style-type: none"><li>・夫婦ともにまだ元気で、貯蓄もあるが、加齢により体力が落ちてきており、いつまで次男の面倒を見られるか不安</li><li>・在宅で、平日は送迎付きの生活介護事業所に通っているが、休日はどこかに連れていく元気がなく、一日つまらなさそうに暮らしているのが不憫だ。</li><li>・入所施設やグループホームなどに入ると考えると、早めに環境に慣らしておきたい。</li><li>・しかし本音を言えば、できる限り在宅で面倒を見たく、この先が心配</li></ul>

### 事例⑩ 一人暮らしで将来に不安

本人の状況	55歳。一人暮らし。システム開発会社に勤務
家族構成	未婚。両親は遠方で健在。兄弟なし
住宅状況	賃貸マンション1階
困りごと	<ul style="list-style-type: none"><li>・仕事から帰ると0時を回ることもあり、自分のこともままならない状態。夕食も外食が多く、このままでは良くないと思っている。</li><li>・健康診断で血糖値の数値が高く出ており、再検査が必要とされたが、なかなか行く時間がない。</li><li>・特に結婚願望もない。今は問題がないが、将来を考えるとこのままでいいのか不安</li><li>・両親の具合が悪くなったとき、自分で面倒を見ることになると思うと不安であるとともに、自分自身の老後も不安</li></ul>

### 事例⑪ 引きこもっているが就職したいと悩む

本人の状況	35歳男性。両親と同居。無職
家族構成	未婚。両親は健在で年金暮らし
住宅状況	一戸建て
困りごと	<ul style="list-style-type: none"><li>・大学を卒業して、大手企業に就職。職場になじめず、うつ状態になり、心療内科を受診</li><li>・状態があまり良くなり、2年で退職</li><li>・その後、状態が良くなると、アルバイトを始めるが長く続かず、徐々に、自宅から外に出るのが億劫になる。</li><li>・20代後半からは、部屋に引きこもりがちになり、状態は悪化する。</li><li>・両親としては、社会復帰をしてほしいと迫っていた時期もあったが、現在は静観</li><li>・自分としても、状態が良くなれば、就職して、社会復帰したいと願う。</li></ul>

### 事例⑫ 自分が行う地域活動の今後に不安

本人の状況	68歳女性
家族構成	夫（75歳）と2人暮らし。遠方に子ども2人
住宅状況	分譲マンション5階
困りごと	<ul style="list-style-type: none"><li>・28歳の結婚を期に、仕事を辞める。子育てをしながら、40代になってから、立て続けに、夫の両親、自分の両親の介護を続けた。</li><li>・この間に、介護の助けになった地域のミニデイサービスの活動を、できる範囲で手伝いはじめる。</li><li>・数年前に、この活動の責任者となったが、メンバーは高齢化してきて、これから先、続けていけるか不安を感じている。</li><li>・夫も70歳を過ぎてから活動の手伝いをしているが、活動以外での夫との時間も大切にしたい。</li></ul>