

令和元年度 第1回川崎市地域包括ケアシステム連絡協議会 報告書 ～地域包括ケアシステムの理解度をどうやって高めるか、セルフケアの醸成～

日時：令和元年9月3日（火）18：00～19：30

場所：ソリッドスクエア地下1階ホール

参加人数：80人



令和元年度第1回目となる今回は、参画団体を92団体に拡充し、ディスカッションを取り入れた手法での開催となりました。はじめに地域包括ケアシステムに関する設定テーマに基づき「考え方」や「意見」を書き出す個人ワークを行い、続けて意見のまとめを題材に登壇者から各々の立場からのコメントや参加者による意見交換等を行いました。

市長挨拶

連絡協議会では、保健・医療・福祉関係者ばかりでなく幅広い業種の皆さんに参加いただいている。川崎市における人口増加の勢いは衰えていないが、超高齢社会への突入や世帯構成の変化など、この30年間で市内の状況が一変する中で持続可能な社会をつくるためには、地域包括ケアシステムが必要不可欠であることを日々感じている。本日は「地域包括ケアシステムの理解度をどうやって高めるか」、「セルフケアの醸成」について、皆さんの率直なご意見をいただきたい。

1. 市内の活動紹介「新聞販売店での見守り活動について」

報告者：川崎東京会 東京新聞武蔵小杉専売所 野中弘美氏

川崎東京会では、日頃から訪問時の声かけなどに取り組んでいる。平成24年11月からは「川崎市地域見守りネットワーク事業（※）」の協力事業者として市と協定を結んでおり、新聞契約の過程で認知症が疑われた単身高齢者への対応や、異変に気づいた配達員からの通報で、70代単身男性を救命したケースもある。

今後も、購読者が地域から取り残されないよう、配達・訪問時などのコミュニケーションを大事にすることや、地域の方々の暮らしが少しでも快適になるような生活情報を伝えるなど、地域とのつながりを大切にしよう心掛けていきたい。武蔵小杉専売所では、新聞以外に米の配達サービスも実施している。また、災害時に安否が確認できるサインを玄関先に表示してもらうことで効率良く安否確認ができるのではないかなど、災害時においても、地域を見守る機会も多い新聞販売店としてできることがあれば協力していきたい。

※協力事業者が日頃の業務の中で異変に気づいたり、支援が必要な人を発見した際に行政機関へ連絡するなど、地域社会全体で見守る体制を確保し、住民が安心して生活できる地域を目指す取組。現在65の事業者が参加（令和元年9月1日時点）。

2. 川崎市における地域包括ケアシステム構築の取組（地域包括ケア推進室）

（1）令和元年度における主な取組

- ・平成31年4月に、保健福祉センターを「地域みまもり支援センター（福祉事務所・保健所支所）」に改称
- ・超高齢社会を見据えた地域包括ケアシステムの更なる推進に向けた検討
- ・子ども家庭相談支援体制の強化に向けた検討

（2）推進ビジョン第2段階における取組

①意識づくり

- ・連絡協議会への参画団体の拡充による参加者同士の連携可能性の模索、気づきを得られる場づくり
- ・戦略的広報についてのガイドライン策定

②仕組みづくり

- ・在宅医療の充実と医療・介護連携の強化（入退院時における医療機関と在宅介護の連携強化などの実施）
- ・包括的な相談支援の推進（全世代・全対象型の地域リハビリテーション体制の構築、包括的相談支援に関する実態調査を踏まえた対応策の検討）

③地域づくり

- ・地区カルテ等を活用した地域マネジメントの推進、地域との対話の仕組みづくり
- ・様々な施策との連携として、コミュニティ施策と健康増進・介護予防などの地域づくりの連動的展開を引き続き推進。



ディスカッションで話し合いました！

市内で活動する保健・医療・福祉関係団体、市民公益活動団体、青少年支援団体、民間企業（金融、不動産、鉄道・運輸、通信、配達、飲食サービス等）、大学等研究機関等、多種多様な団体からの参加者が10のグループに分かれ、互いに交流を深めました。さらに各自で各テーマに関するアイデアを書き出し、整理した意見を題材に田中座長の進行のもと運営委員に登壇していただき、ディスカッションを行いました。主な意見をご紹介します。



地域包括ケアの理解度をどうやって高めるか

<p>◎子ども・若者へ 小中学校での啓発／学校教育プログラムへの導入／子どもの頃からの「教え」が大事／子ども達が学校で学んだ資料を親に渡して理解を進める／若い世代への普及啓発、学生、PTA／大学生の理解を得るための取組（講義で取り上げる）</p>	<p>◎地域での活動 地域の各団体等が役割を明確にして取り組む／町内会等による単身者への訪問／町内会活動へ参加／老人会、町内会集会時に意見交換／近隣とのコミュニケーション（あいさつ・声かけ）／防災等身近なテーマを地域に伝える</p>	<p>◎公開講座、研修 企業の退職者のセミナーで説明／市民公開講座、毎年区民祭へ参加し普及啓発活動／大学の公開講座で取り上げる（自身の健康な生活との密接な関わりについて知る）／キャッチーなタイトルの講座を小規模（気軽に行ける）で実施して周知する／社内研修にて説明／月1回会議で各店の取組を聞く</p>	<p>◎広報、イベント 区民祭や区役所等でPR／様々なイベントへの参加、パンフ配布等／オープンなイベント／各団体や他職種とコラボ／広報等活用／会報紙の活用／各家庭にチラシを定期投函／水道のお知らせ票に掲載／ステッカー配布（介護、ボランティアだけでないことをアピール）／公衆浴場等での情報発信、戸端相談</p>
<p>◎サポート・声かけ 少しのおせっかい／声掛けの強化／独居老人の生活サポート／民生委員との連携強化／異変に気付いた時にすぐ連絡する／気楽に話せる場を作って双方向で伝える／ケアを受ける側の意見を聞きたい</p>	<p>◎わかりやすく 地ケアをイメージしやすいキャッチフレーズ／自分事に置き換えられる話／「地域包括ケア」を使わずに説明</p>	<p>◎その他 認知症と疑われる時の対応には充分に注意を払う／この場にいる皆さんがCSR活動を始めたきっかけを聞いてみる／我が事として考えるために「災害」や「防災」とセットで考えてもらう</p>	

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

<p>◎対象の把握 ケアの対象者の把握（民生委員による情報収集）／セルフケアが困難になる前に意志を確認</p>	<p>◎相談できる場所をつくる 気軽に相談できる場が必要／「助けて」と言える場の周知／老人100当番も作っては／病院や店舗等に困った時の連絡先を掲示／公衆浴場等での気付きを相談できる仕組み</p>	<p>◎引きこもりからの離脱 地域の集まりに積極的に参加／孤立させない仕組みづくり／外に出やすい環境づくり（地ケアベンチ）／独居老人への声掛け</p>	<p>◎集まる、場づくり 独居の人々が気軽に会話できる場づくり／認知症カフェ／町内会等で健康イベント等を開催／町会の運動会（自分の身体能力を知るきっかけ）／自治会活動への積極的参加／町内会や民生委員との連携／見える活動、誰もが参加しやすい活動／地域とつながるメリットの提示／楽しい交流の場づくり／支援が必要な人物像を考える場づくり（連絡協議会）／顔の見える関係づくり</p>
<p>◎声かけ・見守り 嫌がられることを恐れずに「おせっかい」の声かけをしていく／セルフケアが必要な人への声掛け／声掛け時にパンフレット等を渡す／小学校区など小地域の見守り活動／地域の中で見守る仕組みづくり／コーディネーターの配置は行政に期待／誰でも頼って良いことを知らせておく</p>	<p>◎情報提供 身近で取り組みやすい情報、分かりやすい情報の提供／人が集う場でのアピール／SNSでの発信、有名人とコラボ／IT活用（モニタリングとアラームの自動化）／市民と直接接点を持つ（街頭、町内会等）</p>	<p>◎自覚・頑張る気持ちを促す 孫などのために頑張る気持ちを高める／健康寿命の大切さを伝え自覚を促す／ケアを楽しんでもらう／部活、競争・ゲーム化／セルフケアに努める市民へインセンティブ／家族で話し合う／健康講座への参加／フレイルチェックや認知機能チェックでやる気にさせる</p>	<p>◎その他 親族等の緊急連絡先をきいておく</p>

地域包括ケアからイメージすることは

<p>◎顔の見える関係づくり 気軽に集まり話し合える場づくり／自分の地域に何が必要か町会・ご近所で話し合う／隣近所での助け合い、災害時の取組の話し合い／地域のネットワークづくり／町会、自治会などで広報、勉強会、研修（具体例を示す）／日頃から周囲に気を配る／だれもが住みやすい地域／地域で暮らす全ての人が困っている人に対して手を差し出せるようになる社会／困りごとの聞きとり</p>	<p>◎専門力を活かす 自分の専門技術をいかに提供できるかを考えてもらう／様々な専門職の連携によるサービス／通院時ドクターから話してもらう、お医者様からは効果大</p>	<p>◎理解を深める、広める 地ケアの目的を各自が理解する（大義的理解）／高齢者の問題という意識をこわす＝自分事へ／普通の暮らしへの影響（誰もが実感できる様に）を広める</p>
<p>◎まちづくり 街づくり／色々な企業団体が地域のために行動するイメージ</p>	<p>◎ボランティア ボランティアのイメージが強い</p>	

セルフケアはどのような状況だと難しくなるか

<p>◎孤立化 人とのつながりの希薄化／外部と接点を持たない人、家族への介入が難しい／一人住まいの高齢者で家族とのつながりがない／単身高齢者／仲間がいない／その人が元気だった頃の地域とのつながり、薄い関係をさぐる、つなぐ</p>	<p>◎認知症 認知症が進行すると難しくなる</p>	<p>◎貧困 経済的貧困</p>	<p>◎時間的余裕 仕事が忙しいと難しいため、企業で働き方改革を実践して時間に「ゆとり」を作る／放置しない、時間が経つと難しくなる</p>
<p>◎健康への関心低い 健康への関心が低いとセルフケアを行わない</p>			

<主なコメント>

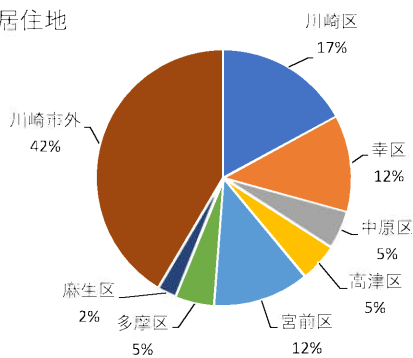
- より多くの市民への啓発には、人が集う場での啓発活動、IT活用等も必要だろう。学校医を兼任する中で、学校としての生徒への認知症サポーター養成講座の受講等を促しているが、時間枠を確保することは中々厳しいようで、「母と子の認知症サポーター養成講座」等が開催できれば、より地域に浸透するのではないかと。
- 働き盛りの世代を狙い、地ケアの理解を広めることも重要。地ケアの広告を通勤電車や駅構内に掲示したり、役所等にある電子広告板の活用等、人々の目に触れる場を増やすという積み重ねが必要かと思う。
- 講習会等に参加されるのは高齢者ばかり。川崎市では子どもから大人までの地ケアを考えているので、若い世代向けの講習会等の実施や開催時間帯を考慮する等、全世代型の講習会等を実施できるとよいと思う。
- 市民全てに広めるにはもう一段階のアイデアが必要。この連絡協議会も、例えば駅前広場や動物園で実施する等、もっとオープンにした方がよいのでは。ターゲットとなる人に対して如何にオープンに情報提供できるのかがポイントだと思う。多職種で構成している連絡協議会だからこそ、何かアイデアが出せるのではないかと。
- 例えば、市バスに「住み慣れたまち」といった行き先をたまに掲げて人々の注意を向け、そこに地ケアの情報を示す等といったアイデアもあるのではないかと。
- 地ケアの第一段階は高齢者、特に要介護高齢者に対して、切れ目のないサービスを医療介護連携で取り組むということでスタートしたが、今は全市民対象に変わってきた。堅い講演会だけでなく、アンパンマンショーのついでに組み込んだり、コンサートとセットにする等、若者向けにイベント等に組み込んでいくのは大きなステップだと思う。
- 地域包括ケアシステムの第一歩は、ワンストップショッピングのような形態で、無料で相談できるという点がポイント。相談を受ける側も、全部自分たちで解決しなければならぬと考えるのではなく、解決策が提供できる所に繋ぐようにすればよい。
- 「地域包括支援センター」は言いづらく分かりにくいので、川崎市でもっとよい愛称を公募してください。

<主なコメント>

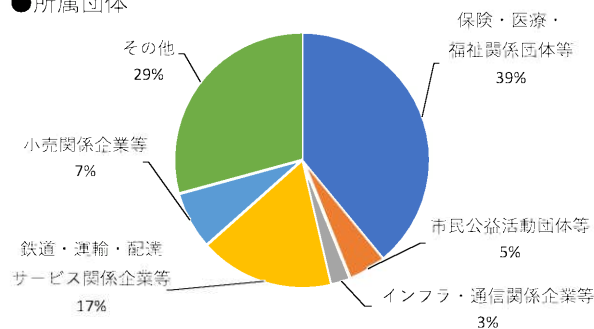
- セルフケアのために健康診断は定期的に受診してほしい。川崎市の国民健康保険特定健康診査は今年から無料になった。本来、健康診断は健康な人が受診するものだが、健康診断に対する認識の乖離があるので、より一層の説明が必要だろう。
- 認知症の人は「認知症」という言葉に拒否反応を示す場合が非常に多い。如何に「認知症」という言葉を出さずにソフトにアプローチして早期発見・ケアするかが、今後求められると思う。
- 男性は引退後に引きこもってしまう人が多く、女性は比較的社交的で外に出て行こうとする人が多い。働き盛りの人々が趣味や健康意識にも目が向くように、早い段階からの喚起が必要。それがセルフケアにも繋がっていくのではないかと。
- 高齢者の会食会、いこい喫茶等の参加者はほとんど女性で、男性の参加は皆無に近い。セルフケアのための地域での居場所づくりが重要。お祭りに関わってもらうなど、若者を取り込んで地域を活性化させることがセルフケアの一つになるのでは。
- 地域との関係づくりの前に、まずは家族との関係づくりが重要。最近「子ども食堂」から「地域食堂」と名称が変わりつつあり、最初は無理矢理連れて行かれても、足を運ぼううちにハマる男性が結構いるが、連れて行く奥さんがいないと行かない。
- 「川崎らしさ」を考える中で、どの地域でも「女性の参加が多い」等の類似した特徴が上るので、例えばスポーツクラブにいる元気な方々に焦点を当てる等、もっと発想を転換した方がよい。このテーマの主体は「地域コミュニティ・自治体」だが、働いている人等も市民だということも踏まえると、もっと色々なアプローチができるのではないかと。どんどん発想を転換する必要がある。
- 広報の場面で、社会に向けて何をメッセージにするのかという点をいつも考える。お祭り等にも若者を取り込もうとすると「徹底的に働かされる」という印象を持つように、「担い手になってくれ」という広報の仕方はあまりよくない。「自分の健康のための活動の一つになるとよいのでは」というようなメッセージが伝えられると、恐れを持たずに色々なことに関われるかと思う。
- 「市民が気軽に相談できる場が地ケア」ということをもっと広めてもよいのではないかと。市内バス停や、市役所等のデジタルサイネージを活用したPR等、広告のためにできることはもっとあるのではないかと。段差解消や休憩場所の確保等、川崎市が誰でも暮らしやすいまちになるためにできる仕組みはまだまだあると思うので、地ケアをきっかけに進めていければと思う。
- 歩きにくいという悩みに対して、医療相談ではなく、住宅改造によって解決することもある。出先にベンチがあるとか、街中にトイレがある等といったことで、外出したいが難しい人等の悩みが随分解決する。

【参加者のアンケート結果】（n=41）

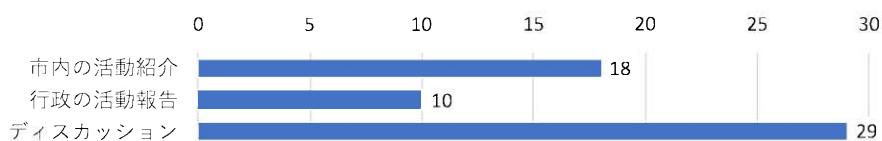
●居住地



●所属団体



●参考になった内容（複数選択あり）



●今後の連絡協議会で行ってほしい内容等

- (1)市内の活動紹介（紹介してほしい分野など）
 - ・地域包括ケアに関する活動（企業、町内会・自治会）
 - ・市民による地元で根ざした継続的な活動が知りたい
 - ・認知症対策
 - ・居場所、相談先（医療に限らず）、児童相談
- (2)行政からの活動報告（聞きたい内容など）
 - ・小中高の学校での広報活動
 - ・市民の参加をどうやって促しているのか
 - ・各区での取組状況、各地域のニーズや課題
 - ・色々な事例の報告
- (3)ディスカッション（希望するテーマなど）
 - ・他業種の各活動、連携について
 - ・広い年代（学生、社会人、高齢者等）の意見交換
 - ・子どもと老人との遠くなった距離の縮め方
 - ・健康寿命を延伸する手法
 - ・高齢者の財産管理
- (4)その他
 - ・現場で活動している人も参加するとつながりができる
 - ・時代にあったイベントなどで興味を引けないか
 - ・地域包括支援センターのネーミングの検討
 - ・地域包括ケアシステムの全体像が把握できるように説明してほしい
 - ・サポートを受ける側の人々の意見を聞きたい
 - ・相談できる場所を紹介してほしい

●グループディスカッションに対する意見、感想など

- ・若い方々に頼るのではなく、高齢者同士で助け合う仕組みの強化を進める事が最善ではないか
- ・色々な意見・発想の活用のため、もっと具体的な話ができる場で、92団体に課題解決を検討させてはどうか
- ・「地域包括ケアシステムとは何か」「自分は地域包括ケアシステムにどのように関わることができるのか」を様々なところから発信し、理解、周知することが重要
- ・教育の場からも発信して子どものうちから地域ケアを知ると良い
- ・動物園・広場等での連絡協議会開催はとても良いアイデア
- ・大学生にモニター参加を促すなどしてもよいのでは
- ・個人ワークの時間が、5分追加であった方が良い
- ・グループ内での意見交換の時間があると良かった

●川崎市地域包括ケアシステム連絡協議会についての意見・希望

- ・行政報告などの報告資料は事前配布にして、ディスカッション等に時間を活用してほしい
- ・時間がタイトなので、項目を盛り沢山にするよりテーマを掘り下げる方が理解が深まるのでは

懇親会（交流会）の御報告（同日 19：30～）

連絡協議会終了後、ソリッドスクエア地下1階ホールにおいて交流会を開催しました。歓談中は、ディスカッションでは話きれなかったことを参加者同士で振り返っていただきながら、自己紹介・活動紹介や意見交換などが行われ、和やかな時間があっという間に過ぎました。

次回連絡協議会でも交流会を開催しますので、ぜひご参加ください。