

from

# ほうかつ

令和6年4月発行

令和6年度  
スタート!

地域の身近な総合相談窓口

## 進む！檜葉町地域包括支援センター新年度事業！

檜葉町地域包括支援センターは、高齢者や障がいのある方の総合相談窓口です。私たちは、住民の地域での暮らしを支える「地域包括ケアシステム」（住まい・医療・介護・予防・生活支援を一体的に提供する仕組み）を目指し、住民や町、関係機関と連携しながら様々な業務を行っています。今回は、地域包括支援センターの主な業務及び今年度より新たにスタートする「チームオレンジ」の取組みについて深掘りしてお届けします！

### 地域包括支援センターの6つの主な業務

#### 1. 介護予防支援・介護予防ケアマネジメント

要介護認定で「要支援1」「要支援2」と認定された方または「事業対象者」となった方から依頼を受けて、介護予防及び日常生活支援を目的としたケアプランの作成等を行います。

##### 事例紹介

Aさん

要支援2のAさん(80才・独居)は、体力低下による転倒や服薬管理の不安(薬の飲み忘れ)があります。そこで地域包括支援センターでは、Aさんの意向を伺いながらAさんに合ったケアプランを作成しました。

- 通所型の介護予防教室の利用により運動機能向上に取り組む
- 薬剤師による在宅での服薬に関するアドバイスや服薬管理指導を行う

Point! 地域包括支援センターでは、ご本人やご家族の意向を伺いながら、その方に合ったケアプランを作成し、健康づくりや介護予防支援を行います。また定期的なモニタリング(ご本人の状況やサービスが合っているかの確認)を行い、必要に応じてサービスの見直し等もを行います。

#### 2. 総合相談支援業務 障がい者相談支援事業

高齢者や障がいのある方を対象とした相談対応を行っています。健康・介護・医療や、生活困窮、成年後見制度利用等、福祉に関する様々な課題の相談に応じる総合相談機能の強化を図り、継続的な支援と新たな問題発生を予防するべく、地域におけるネットワーク構築を強化していきます。

Point! 地域包括支援センターでは、専門職(主任ケアマネジャー、保健師、社会福祉士等)が関係機関と連携を図りながら、高齢者や障がいのある方を総合的に支援しています。

介護や福祉についていつでもご相談ください

地域包括支援センター

地域包括支援センターは保健福祉会館にあります！

地域包括支援センター

相談

#### 3. 権利擁護業務

高齢者や障がいのある方が地域において尊厳ある生活を維持し、安心して日常生活を送ることができるよう、①成年後見制度等の活用 ②老人福祉施設等への措置 ③高齢者等虐待への対応 ④消費者被害の防止等の支援を行います。

Point! 高齢者や障がいのある方の権利侵害や財産管理等の不安について相談を受け、被害の防止や救済、各制度の紹介等を行います。

Point! 地域包括支援センターは、町の地域福祉計画の基本理念「みんなで支え合い 幸せを実感できるまち」の実現に向けて、様々な業務を実施しているんだね！

#### 4. 包括的・継続的 ケアマネジメント業務

多職種が連携し、高齢者や障がいのある方ひとりひとりの状況や変化に応じて包括的かつ継続的に関わられるよう、①町の課題解決に向けたワーキンググループの開催 ②ケアマネジャー等の資質向上を目的とした事例検討会等の実施 ③ケアマネジャー等からの相談に関する支援 ④支援者や住民を対象とした学習会や座談会等の開催、情報提供の場づくりを行います。

Point! 関係機関が集まり、町の課題解決に向けて協議するワーキンググループ開催のほか、住民の皆さんに向けて、介護や認知症に関する出前講座等も行っています。

認知症地域支援推進員 江尻がご紹介します！

#### 「チームオレンジ」が今年度スタートします！

チームオレンジとは、町に暮らす私たちがひとつの「チーム」となり、認知症になっても安心して暮らしを続けられるように地域の皆さんと一緒に作りあげる「支え合い」のネットワークです。

認知症サポーター養成講座やステップアップ講座を受講した方を中心として地域の皆さんが「オレンジサポーター」となり、チームオレンジの一員として、認知症の方の見守りや声掛け、話し相手、外出支援等、孤立しないためのサポートを行います。もちろん、認知症の方自身もチームの一員です。

チームオレンジは、地域での見守りや困りごとを相談できる身近な体制として、認知症の方やご家族、地域の方が安心して暮らし続けられる地域づくりを推進していきます。是非皆さんにもチームの一員になっていただきたいと思っています。皆さんのご参加をお待ちしています！

#### 5. 認知症総合支援事業

認知症地域支援推進員を中心に、認知症になっても本人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域で安心して暮らしを続けられるよう、①認知症初期集中支援チームの活動 ②認知症サポーター養成講座の開催 ③認知症カフェ「なごめ〜る」の開催 ④認知症ケアパスの活用等を通して支援を行います。

Point! 認知症ケアパスは、認知症の方やご家族が「いつ」「どこで」「どのような」医療や介護サービスが受けられるのか等のサービス提供の流れをまとめた冊子です。冊子は、役場や地域包括支援センターで配布しています。

#### 6. 地域包括ケアシステム深化推進業務 生活支援体制整備事業

誰もが住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けられるよう、①地域共生ケア会議の開催 ②地域の社会資源やニーズの把握、開発 ③檜葉町地域包括ケアシステム構築推進シンポジウム「ならばコミュニティコレクション(ならコレ)」の共催 ④住民への啓発活動(情報紙『fromほうかつ』の発行)等を行い、地域包括ケアシステムの更なる充実を目指します。

Point! 檜葉町地域包括ケアシステム構築推進シンポジウム「ならばコミュニティコレクション(ならコレ)」は、高齢者から子育て世代まで幅広いテーマを取り上げ、毎年パワーアップしています！

#### 高齢者・障がい者の総合相談窓口

TEL:0240-25-4155 FAX:0240-25-4156

〒979-0604 檜葉町大字北田字鐘突堂5-5 (檜葉町保健福祉会館3F)

Email: naraha-houkatsu@car.ocn.ne.jp

お気軽にご相談ください。

地域づくりの  
今!

## 地域ミニデイ情報交換会を開催しました!

～ 話し合いから生まれたアイデアとミニデイの横のつながり ～



生活支援  
コーディネーター  
小林

3月中旬、「令和5年度 地域ミニデイ情報交換会」を開催しました。各地区のミニデイ代表者や世話人の皆さん、町役場保健福祉課の担当者や社会福祉協議会、地域包括支援センターの職員が集まり、グループに分かれてミニデイの活動事例やミニデイ運営上の楽しさ、悩みについてざっくばらんに話し合いました。

各グループからは、新しいアイデアやミニデイを超えた横のつながりも生まれました。今回は情報交換会の様子と生活支援コーディネーターとしての気づきをご紹介します!

### 地域ミニデイのかたちは地区の数だけある



地域ミニデイは、主に各地区の集会所を拠点として地域の方たちが茶話等を行いながら楽しく過ごす集いの場です。情報交換会では約30名の皆さんが集まり、普段のミニデイでどのような活動をしているかを話し合いました。地区によって活動は様々で、介護予防体操、ものづくり、茶話、医療や福祉に関する出前講座等、多岐にわたる活動が紹介されました。

「普段交流がなかったミニデイ同士でも、季節行事の時に合同開催できないか」といった新しいアイデアや、ミニデイのさらなる推進に向けて町や社協への要望・提案が出され、活発な意見交換となりました。

### 地域ミニデイを楽しく続けるコツとは!?



ミニデイの代表者や世話人の皆さんは「ミニデイを楽しみにしている人たちがいるから続けられる」と言います。ミニデイは参加者のみんなで活動内容を話し合い、自分たちらしい活動をするのが「楽しく続けるコツ」なのだと思われました。

### “いつものミニデイ”が一番!!



皆さんからは「何はなくても集まっておしゃべりすることが大事!」「みんなに会えるのが元気の源」「ミニデイは気軽に集まれる居場所」といった前向きな意見が多く出されました。グループワークを通して“いつものミニデイが一番”と再確認できた情報交換会となりました♪

感想



今回、参加者の皆さんからたくさんの意見が出され、時間が足りないくらい熱のこもった情報交換会となりました。「ミニデイの良さは何か?」との問いに「みんなで顔を合わせる事、それが一番!」という意見が多かったのが印象的です。季節行事や体操、出前講座等の様々な活動を展開しながらもなお、「活動のマンネリ化に悩む」という運営上の相談が寄せられることがありますが、お互いに顔を合わせて近況を語り合うこと、みんなの元気な姿に会える場であることがミニデイの最大の魅力だと感じます。

今年度も各地区のミニデイにおじゃまし、地域づくりの様子をご紹介したいと思います。よろしくお願いいたします!

## fromほうかつ ころむ

主任介護支援専門員  
兼認知症地域支援推進員 江尻 しのぶ



### メリットあるところにデメリットあり!!

最近“スマホ認知症”という言葉を目にしました。若い世代(30~50代)に多い令和の病気だそうで、スマホ依存による脳の過労が原因で人や物の名前が出てこない、簡単な計算ができない、料理が手際よく作れない、集中力が続かない・・・など、症状はアルツハイマー型認知症と似ているものの、MRIなどの画像検査では脳の萎縮などの異常が見られないのが特徴のようです。

分からないことがあるとすぐスマホで検索してしまいがちですが、何気なく見ている動画やネットニュースでも脳は入ってきた情報を処理するために働いてしまう訳ですから、脳が疲れきって新しい情報を取り込んだり元々持っている情報を引き出したりする機能が低下してしまうのは当然ですね。

スマホ認知症の症状は一時的で、脳の疲れをしっかりと取れば回復することが多いとのことですが、放っておけば若年性認知症につながる可能性もあります。

令和の時代、多くの方がスマホはとても便利で手離せないものになっていますが、便利の裏には必ず弊害があることを忘れてはいけません。



### ～ みんなのつばやき ～



センター長 磐城

無事に定年退職を迎えることができました。これからは、居宅介護支援事業所でお世話になります。



社会福祉士 渡邊



去年の今頃と違って花粉症? のつらさを実感しています。令和6年度もよろしくお願いいたします。



生活支援コーディネーター 小林

今年度も、町の福祉を分かりやすく紙面でお届けしていきたいと思っております。是非ご意見をお聞かせください!



### 素朴な疑問コーナー



Q.「チームオレンジ」の一員になるには?

A. 認知症サポーター養成講座やステップアップ講座を受けて、社会福祉協議会に登録いただくと、チーム員としてのスタートラインです。一緒にチームオレンジとして活躍しましょう♪

