

会 議 録 (概要)

会議の名称	令和2年度 第3回 佐渡市地域包括ケア会議
開催日時	令和3年1月28日(木) 14時00分開会 16時00分閉会
場所	金井コミュニティセンター ホール
議題	高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施について
会議の公開・非公開 (非公開とした場合は、その理由)	公開
出席者	<p>参加者 (公務員除く)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・関係団体 14名 (公務員) ・佐渡警察署 生活安全課 課長 市井 天 ・新潟地方法務局佐渡支局 総務係長 佐藤 強 ・新潟県佐渡地域振興局 地域保健課 保健師 和泉 あかね ・佐渡市消防本部 予防課 課長補佐 小林 直樹 ・市民生活課 健康推進室 保健係 係長 渡辺 桂子 ・社会福祉課 援護係 係長 兵庫 研司 ・ときわ荘 保健係 主任栄養士 大地 明美 <p>事務局</p> <ul style="list-style-type: none"> ・市民生活課 健康推進室 統括保健師 川上 由美子 ・市民生活課 保険年金係 係長 菊地 憲一 ・市民生活課 保険年金係 主任 丹穂 沙耶香 ・高齢福祉課 高齢福祉課係 主任保健師 飯田 真由美 ・高齢福祉課 地域包括ケア推進室 室長 出崎 弘美 ・高齢福祉課 地域包括ケア推進係 係長 関口 小百合 ・中央地域包括支援センター センター長 伊藤 紀美子 ・中央地域包括支援センター 社会福祉士 土賀 恵心 ・高齢福祉課 地域包括ケア推進係 主任 柴原 祥二 ・高齢福祉課 地域包括ケア推進係 生活支援コーディネーター 金子 弘樹 ・各地域包括支援センター 3名
会議資料	<ul style="list-style-type: none"> ・資料 No. 1 「第3回 佐渡市地域包括ケア会議について」 ・資料 No. 2 「高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施について」 ・資料 No. 3 「KDBデータ等から見る佐渡市の現状」 ・資料 No. 3-2 「フレイル健診・質問票の回答傾向について」 ・資料 No. 4 「佐渡市の高齢者の様子」 ・資料 No. 5 「佐渡市における現在の取組」 ・資料 No. 6 「佐渡市の方向性について」 ・資料 No. 7 「事前調査まとめ (医療・福祉機関)」 ・資料 No. 8 「事前調査まとめ (関係機関)」 ・フロー図「養護者による高齢者虐待対応の対応手順」
傍聴人の数	0人
備考	

会議の概要（発言の要旨）	
発言者	議題・発言・結果等
地域包括ケア推進係係長	1. 開会
座長 A 氏	2. 議題『高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施について』 佐渡市は東京 23 区より広く、また高齢者が多いため難しいところがある。現在、施設入所待ちが 400 人おり、施設を増やす努力はしているが、手を挙げるところはなく断念している。人口減少、少子化、高齢化の現状により、高齢者の方に少しでも健康寿命を延伸していただく方向に向かわざるをえない。皆様の知恵をいただき、今後の佐渡の方向性を示す一因になればと思う。
地域包括ケア推進係主任	(1) 「第 3 回 佐渡市地域包括ケア会議」について 資料 No. 1 により説明。質疑なし。
保険年金係主任	(2) 制度概要説明 資料 No. 2 により説明。質疑なし。
保険年金係主任	(3) 佐渡市の現状 ① K D B データ等から見る佐渡市の現状 資料 No. 3 により説明。質疑なし。
健康推進室統括保健師	② フレイル健診・質問票の回答傾向について 資料 No. 3-2 により説明。質疑なし。
高齢福祉係主任保健師	③ 佐渡の高齢者の様子 資料 No. 4 により説明。質疑なし。
健康推進室統括保健師	(4) 佐渡市の方向性 ① 健康推進事業 資料 No. 5（表面）により説明。質疑なし。
高齢福祉係主任保健師	② 介護予防事業 資料 No. 5（裏面）により説明。以下、質疑。
委員 B 氏	介護予防教室、令和元年 1,866 回、延べ 21,838 人とあるが、こんなにいるのか。単純に割り算すると凄い回数になる。
高齢福祉係主任保健師	委託が 8 事業者と直営の教室もあり、1 人で様々な教室を掛け持ちしている方もいる。1 つの教室で毎週開催している教室

<p>委員 B 氏</p>	<p>もあるし、社会福祉協議会さんだと 10 地区で各 1 つずつではなく、2 つ 3 つと教室をやっていただいたり、高千の里さんも 6 教室を月 2 回ずつやっていただいたりしているため、それを全て足すとこの数になる。</p> <p>素晴らしい回数だと思う。</p>
<p>保険年金係主任</p>	<p>③ 佐渡市の方向性について 資料 No. 6 により説明。質疑なし。</p> <p>(5) 意見交換 ～それぞれの立場より、高齢者への支援を考える～ 資料 No. 7、資料 No. 8 により出席者より説明。</p>
<p>座長 A 氏</p>	<p>足腰がしっかりしていると認知が進まない気がする。健康寿命が長い方は社会的で何か趣味を持ち、しっかりした方。健康教室やデイサービスに行っている方は比較的良い気がする。デイサービスに行きたがらない人は、落ち込むのが多いと聞いている。何か目的や生きがいを持ち行動している方は、将来寝たきりにならない、というふうに啓発していくことが、我々にできることかと思う。</p>
<p>委員 C 氏</p>	<p>座長の感覚と一緒に。フレイル予防には、栄養支援・運動支援・社会参加を促す、これが 3 本柱だと思う。支援も自分の体・健康に関心のない人には何も響かない。毎日の生活に張りを持ち、生きがいを感じるような老人を応援することが大切だと思う。</p>
<p>委員 B 氏</p>	<p>資料 No. 2 の 2 頁目、三角形の真ん中のフレイルのところをいかにして左側（健康）に持っていくかを重心に考えていくべきかと思う。限りある資源をどう分配して、どう力を入れていくのか、俯瞰的な目で見てやっていくのが大事なポイント。それには KDB データが非常に有効で、膨大なデータをどう分析し、どう繋げていくか、一番大事なところだと思う。</p>
<p>委員 D 氏</p>	<p>佐渡市ではこれから独居の高齢者が非常に増えてくると思う。病院の入院も独居の方が増え、退院が年々難しくなっている。一人暮らしになっても、きちんと生活が出来るような生活支援は急務だと考える。独居の方が急に体調不良になったときの介護問題や、車の運転ができなくなると佐渡では非常に生活そのものが難しくなり、買物難民対策が一番必要ではないかと思っている。</p> <p>サルコペニアやフレイルは、40 代から 60 代定年になった直</p>

	<p>後位までに、運動習慣を確保していかないと防ぐことはできない。筋力低下は50代以降急激に進むので、運動習慣をつけておくことが大事。70代・80代になってから「運動しましょう」と言われても定着するのは非常に難しい。リタイア世代頃から運動習慣・栄養を学ぶことが重要。高齢者は定期的な体力測定と栄養相談を行う事も必要と思う。</p>
委員 E 氏	<p>高齢者の体調の変化をすぐに発見できる体制の構築をする。医療機関と地区民生委員との関係強化を図る。早めに発見し早めに治療することが重要。</p> <p>資料No.2の4頁目、連携が重要だという事で、「自助・共助・公助」がある。「自助」は、独居のお年寄等は自分でやろうと思ってもなかなかやれず、どうしても引きこもりがちになるので、やる気が出るような仕組み作りが重要。「共助」は近年、人と人との関係が希薄であり、見守りの仕組みを作っていければ、集落で体調の変化をすぐに発見できるような体制の構築が出来るようになるのではないか。</p>
委員 F 氏	<p>組織的にどのような支援が必要かという点、高齢になってからではなく、50代から60代にかけて始めていかなければいけない。現役世代の後半あたりから始めるのがポイントだと思う。</p>
委員 G 氏	<p>若い世代、50代・60代の方が脳梗塞・脳出血によって施設や訪問の利用をお願いしたい、というケースが増えている。高齢者だけではなく、もう少し若い世代から健康に関心を持ってもらえるように、力を入れていけると良いのではないか。</p> <p>また50代から70代位の特に男性に、肥満傾向がかなり強い方が多く、BMI28の方も中にはおり、なかなか自分で起きられない、健診などに入っていけないケースも多くなっている印象も受ける。こういったケースもなかなか対応は難しいかもしれないが、どうにか改善し早めに関係するサービスに繋ぐという事をやっていけると良いかなと思う。</p>
委員 H 氏	<p>経験上、職務で付き合う高齢者の方というと、後見人を利用している方。そういった方は、自分で何かをしようと自ら健康になっていく、そういうことも自分で考えられない。かといって後見人である私が一人ひとり決めていくのはちょっと難しい部分があるので、一緒になって考えてくれる専門家がいてくれるとありがたい。</p>
委員 I 氏	<p>資料にあるように、「自助・共助・公助」の連携が重要と思う。</p>

<p>ときわ荘主任栄養士</p>	<p>一人ひとりが自ら取り組み、その上で地域に暮らす人たちが一緒に取り組む。地域力の向上や自立が必要になる。現在、コロナ感染症拡大で一人ひとりが閉塞的な日常になっており、高齢者が落ち込む傾向にあるように思う。孤立を防ぎ地域での見守りや集いの場を増やし、必要であれば医療関係機関へ繋ぐような一連の仕組みができればいい。</p> <p>健康寿命を延ばすためには、食事・運動・睡眠の3つが重要で規則正しい生活を送ることだと思っている。支援としてはフレイル予防と共通する点が多く、運動教室・料理教室等、趣味活動を充実させ、社会との繋がりを持てるようにすると良いと思う。</p> <p>栄養士会としては、栄養ケアステーションの登録者が佐渡市にはいないため、訪問栄養を行えない状況だが、個人としてはいろいろな食事のフォローをしていき、相談にのり支援をしていきたいと思っている。</p>
<p>委員J氏</p>	<p>私たちは高齢者の方たちが内に籠らず外に出てもらえれば、と考える。集まれる場所を用意すること。なかなか会場へ行くのが大変な人が増えてきており、それを手助けする仕組みを作らないといけない。会場ではいろんなことを、サロンでも予防教室でもやれることをやれば良いと思う。スポーツも大事で、出来れば助成金等もいただき盛んにしてもらいたい。</p> <p>私たちは地域において見守りをし、相談にのり、困りごとに対応するのが役割。それに加え他の人達にもお願いをし、地域の人にも協力をしていただきたい。</p>
<p>委員K氏</p>	<p>人と人が交流することができる場所・機会を可能な限り作っていくことが大事だと思っている。ただコロナ禍で今までのようなことはなかなか難しく、集まる機会から少し距離を取り、アウトリーチの方に力を注ぐ見守り活動みたいなものが、凄く大事になってくると思う。例えば配食サービスでお弁当を単に配って終わりではなくて、ちゃんと顔を見て「大丈夫だった？」「元気だった？」という確認ができるような取り組みを、特に今は皆さんにお願いしている。そういう意味では民生委員の皆さんからボランティアで協力をしていただき、いろんな活動を協力しながらやっている。</p> <p>我々だけではなかなかやりきれないので、いかにボランティアの皆さんから協力していただくか、ということをお共は大事だと思っている。「ボランティアの育成」も支援活動の中に、いろいろな柱として含みおいていただきたい。</p>

<p>委員L氏</p>	<p>あとは様々な活動を行う中で情報は必ずあり、その情報をいかに次に繋げていくか。包括の方に、「あそこの誰々さん、ちょっと心配なんだけど、訪問する機会があったら行って見てもらえますか」というような情報交換がきちんとできていければ、と思っている。</p> <p>高齢化が進み閉じこもりになっている方が多く、フレイルや栄養不足という状況が増えている。なかなか在宅まで支援していくのは難しいが、まずは地域の元気な高齢者が外に出られない高齢者のところへ行き、話相手や出来ることをしてもらえたら。また、民生委員さんや包括にその人たちの状況を伝えていくことも大切だと思う。</p> <p>地域のリハビリテーション活動では高齢になっていくと、閉じこもりや、「体が動かないから行きたくない」、「予防教室にも行きたくない」ということもあり、家から少しでも出てもらうような支援が必要かと思う。またそういうところで栄養の状態や、「どういう食事をしているの」と聞いてもらって、食事のレシピ集で、「こういうのを作ったら」という助言をしてはどうか。また、ちょっとしたフレイル予防の運動を簡単に出来るような、パンフレットみたいなものがあると予防教室で使えて良いかなと思う。</p>
<p>佐渡警察署課長</p>	<p>地域の茶の間等で、特殊詐欺の防止講話等をさせていただいており、その際、「こういう時はどうですか」と、皆さんと一緒に考えてもらっており、頭を使っただくことは良いことかなと思う。また詐欺で騙されてしまうと精神的に非常にダメージをおってしまい、佐渡ではないが詐欺が原因で精神的な病気になってしまう方もおり、そういった犯罪に合わない事も健康寿命の延伸のために必要なことであるのは間違いないと思う。</p> <p>佐渡ではこのまま引き続き、コロナを何とか抑えこんで、来年度もそういった講話が出来ると良いなと考えている。</p>
<p>新潟地方法務局総務係長</p>	<p>必要な支援については、家に籠りがちな人が多いと思うので、健康づくりに繋がる教室や相談所の開設等で、外に出てもらう機会を増やすことが必要だと思う。</p> <p>私共の立場としては、なかなか積極的にそういった方に関与することは難しいが、人権相談所という相談所を開設しており、来ていただいた方に必要なアドバイス、話を聞くだけでも気楽になる方もいるので、問題を抱えこまないようにする、ということができると思う。</p>

佐渡地域振興局保健師

元気な高齢者が役割を明確に持ち、退職等した後も周りから頼られながら活躍できる場を増やしていけるような仕組みや取り組みがあるといい。生き生きと自分らしく過ごす原動力があればフレイルに一時的になったとしても、元に戻りたいと思うようになってくれると思う。特に子育て分野や教育分野等、人に教えること、頼られることで役割が明確になる。そういった分野とも繋がって連携できるといい。

高齢者や退職前後の方々が、老いやフレイルを前向きに捉え、自ら対応していけるよう研修等の機会を設ける。現段階で、今後どういう状態が自分に起きるかが分かることにより、もうちょっと年を取ったら頑張っていこうかな、というところにも繋げていけるのかと思う。若年層向けであれば、親世代の今後について心構えをする為の何か取り組みがあるといい。働き盛り世代には、退職後や子どもの自立後に目的を持って生活が出来るような仕組み作り等について、考えられる場があるといいと思う。

心の健康の方について、コロナウイルスの流行から外に出たくないような方には、閉じこもる理由が出来てしまった、という声もある。そうすると鬱々した気分がより鬱々するので、気になっているところでもある。

資料No.3-2や資料No.5等で市の保健師さん達が説明してくれていたように、いろいろな取り組みもされているという事だったので、より強化していただけたらいいかと思う。

委員M氏

私の勤めている地域の人たちとのことを考えてみた。

高齢者の方は、出たくないし、出る方法がないし、で困られていると思う。郵便局としては、ワンストップサービスが提供できるような仕組みが何かできればと考えている。例えば、局でリモートを使い、健康増進コンテンツ等を見たり、健康相談等ができる等。それに伴い、セニアカーのレンタルで、うちの局と農協の店舗と行政サービスセンターと、この辺をぐるぐる回っていただけるような、足づくりをした方がいいのかな、と思っている。

高齢者の学校等、遠足を企画し、例えば、郵便局は佐渡島内に32局あり、各地域の「こういった所を見てください」というものを各局で出し合って、そこを見学して回っていただけるようなツアーを組んだりとか、お互いに行き来したり、そういった企画の援助をしていただけたらありがたい。

実際に「見守りサービス」という商品を販売している。大体は、島外にいるお子さんが、「うちの親の見守りをしてくれ」というのが多い。最近はお自分の方で、「自分を見守りに来てくれ」

<p>佐渡市消防本部課長 補佐</p>	<p>と申し込む等いろいろある。そこに関しては、タブレットを持って行って、いろいろな相談や脳トレができるとか、買い物支援等、サービス拡充を務めていくことが大事だと思う。</p> <p>うちの地区で、「ふるさと食堂」をやっている。今日もやるが、ふるさと会で特産品、柿・米・ワカメ等を発送して収益で得た分を、ここの食堂に補填している。「今日は200円でカレーライスと天ぷらが食べられます」、その足りない分も、ふるさと会組織で補填していく。要は集まっていただき話をしながら、高齢者に食事をしてほしい、というのが趣旨で、そういうところの補助をしていただけると、非常にありがたい。</p> <p>健康づくりに参加されるような高齢者、あまり声をかけなくても出てくれる方は、それほど心配する必要は無いと思う。それ以上に、参加されない方がいっぱいいる。積極的に声をかけ、参加を誘ってくれる地区のまとめ役的な方の支援が必要だと思う。民生委員さんより、もっと身近な、集落のボランティア的なことを、やってくれる人に協力を受けられれば、より一層参加してくれると思う。</p> <p>高齢者を支えるために、高齢者世帯の防火訪問で、火災予防の支援ができると考えている。</p>
<p>健康推進室係長</p>	<p>保健師として、介護予防事業・健康づくり事業、いろんなことに取り組んでいる。今度もどんどん続け広げていかなければならないと思うが、課題が物凄く大きく、いろんなところと手を繋ぎ市民と一緒に動いていかないといけない。</p> <p>健康長寿延伸では、いろんな職種や立場の人たちと連携し取り組む必要がある。いろんなデータ分析が出来るようになってきた。それにプラス、「市民がどう思っているか」「地域で動くためには何が必要なのか」を地域の人と一緒に考え、「じゃあ、何ができるんだろう」「これ動きたいな、ちょっとやってみたいな」という人を後押しできるような地域とかが必要なのかなと。どうしても地域だと、「何かやったら足引っ張られる」「あのもんばっかりがやっとなし嫌」等、いろんな声もある。そこを皆で考えながら、気持ち動いた人が、少しお節介できる位のことがあったらいいな、というのを日頃思っている。</p> <p>子どもの頃から生活習慣、佐渡は肥満が多く運動習慣が凄く少ないという現状があり、いろんな生活習慣病も率としては高い。子どもの頃から、働き盛りの人、余裕が無く自分の健康に目を向けられない世代の人たちに対しての働きかけや、高齢者も元気で活躍できるようなことを、いろいろ取り組んでいきたい。保健師・栄養士が話をするとき、なかなか繋がれない世</p>

<p>社会福祉課係長</p>	<p>代の人達もおり、出前講座、市の現状はこういうふうになっているので一緒に考えたいとか、食事のこと、運動のこと、健康づくりのこと、全般のことについてもお話をする場があれば、私も出向いて行くので、是非ご協力お願いしたい。</p> <p>私共の係では生活保護をしており、受給されている方は、高齢者が多く有病率も高い。稀に社会保険に加入されている方もいるが、それ以外の方の医療費は全額公費で賄われている。また、健康診断を受けている方の割合も少ないのが現状。これまではレセプトデータを活用した支援が出来ておらず、まずは健康診断の受診を勧奨し、そのデータとレセプトデータを検証し支援策を立て実施していきたいと考えている。その際に地域包括ケア会議で検討し取り組んでいることを取り入れて行ければと思う。</p>
<p>座長 A 氏</p>	<p>セニアカーのレンタルについて、もう少し詳しくお話を聞きたい。事業化してやるのか。</p>
<p>委員 M 氏</p>	<p>やるのではなく、私の頭の中にあっただけ。地域のお年寄りが買い物やいろんな用事を足すのに、局にワンストップで来てくれるためにはどうしたらと考え、セニアカーのレンタルをしたらいいのかなと思った。</p>
<p>座長 A 氏</p>	<p>それぞれの立場で、いろんな活動をしているのが分かった。お話を聞いていると、やっぱりマンパワーが不足しているのが、少し垣間見えたような気がする。</p> <p>フレイル問題は、フレイルになりそうな人たちだけでなく、それよりも若いうちからの指導が必要で、引きこもりは、出てくるような場所の提供、機会をうちだしていくいい。これからやっていくことが今日の課題に繋がると思う。</p> <p>言葉は悪いが、佐渡としては、支援事業に関わっているところに付加価値を付け、ボランティアに引き込んでいくのがマンパワー不足を補う、という考え方をしていけないといけないのではないか。</p> <p>また、職場の方に帰ったら、今日話し合ったことを、少しでもこれから展開していくような方向になればいい。皆さんのこれからの協力をお願いしたい。</p>
<p>中央地域包括支援センター社会福祉士</p>	<p>3. その他</p> <p>「養護者による高齢者虐待対応の対応手順（フロー図）」</p> <p>高齢者虐待に準じた対応が必要と判断した場合、地域ケア個</p>

地域包括ケア推進係 主任	<p>別会議を開催し、関係者で対応検討を行う等、改訂したことを報告。(第2回地域包括ケア会議での提案により改訂)</p> <p>「来年度地域包括ケア会議について」</p> <p>今年度は年4回開催計画だったが、新型コロナウイルスの関係で5月に実施できなかった。来年度は5月、8月、11月、1月の4回開催予定。新型コロナウイルス感染症の状況により、開催の延期、開催方法の変更も想定される。</p> <p>4. 閉会</p>
-----------------	--