

# 横浜型地域包括ケアシステムの構築 に向けた青葉区行動指針

～あなたの力の1%を あおば の未来に～

平成30年3月  
青葉区



## 目 次

- 1 あなたの力の1%を あおば の未来に ソーシャル・キャピタルの醸成へ向けて
  - (1) あなたの力の1%を あおば の未来に
  - (2) ソーシャル・キャピタルの醸成を目指して
  - (3) 『住み続けたい・住みたいまち青葉』の実現に向けて
  
- 2 地域包括ケアシステムとは
  - (1) 地域包括ケアシステムの必要性
  - (2) 横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けた行動指針について
  - (3) 横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けた青葉区行動指針について
  
- 3 青葉区の現状 青葉区の特徴
  - (1) 青葉区の概要
  - (2) 人口
  - (3) 高齢者
  - (4) 地域のつながり
  
- 4 個別取組項目1 健康づくり・介護予防
  - (1) 目指す姿
  - (2) 課題
  - (3) 取組の方向性
  - (4) 取組推進のポイント
    - ア 健康づくり・介護予防連絡会
    - イ 高い主観的健康観
  
- 5 個別取組項目2 生活支援体制整備
  - (1) 目指す姿
  - (2) 課題
  - (3) 取組の方向性
  - (4) 取組推進のポイント
    - ア 生活支援コーディネーター（1層/2層）
    - イ 協議体
  
- 6 個別取組項目3 医療・介護連携
  - (1) 目指す姿

- (2) 課題
- (3) 取組の方向性
- (4) 取組推進のポイント
  - ア 青葉区在宅医療連携拠点
  - イ 顔の見える場づくり会議

7 個別取組項目 4 (各項目横断取組) 認知症施策

- (1) 目指す姿
- (2) 課題
- (3) 取組の方向性
- (4) 取組推進のポイント
  - ア 認知症初期集中支援チーム
  - イ 認知症関連医療機関連絡会

8 個別取組項目 5 (各項目横断取組) シニアの社会参加

- (1) 目指す姿
- (2) 課題
- (3) 取組の方向性

## 横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けた青葉区行動指針策定にあたって

これから私たちが経験する超高齢社会においては、より長く「健康寿命」を延ばし、高齢者お一人おひとりが自分らしい生活を人生の最期まで営むことができる地域づくりがますます重要になってくると考えます。

まだ若い区とされてきた青葉区にも、人口が減少し、急速に高齢化が進む、少子高齢化の波が押し寄せます。皆様の暮らし方やニーズも多様化してきます。

高齢者が住み慣れた地域で末永く暮らせるように、医療・介護連携、介護予防、生活支援体制整備など、多岐に渡る分野からなる地域包括ケアシステムを構築し、今のうちから超高齢社会への対策と、多世代に選ばれるまちの魅力づくりを、あわせて進める必要があります。

地域包括ケアシステムの実現のためには多様な事業者・専門職の連携と、区民の皆様お一人おひとりの助け合いが最も大事なカギとなります。

皆が少しずつ、例えば1%の力を地域や周りの方のために発揮し、助け合うことができれば、誰もが住みやすいまちとなり、それが、まちの大きな魅力ともなり、次世代に魅力ある青葉区を残していくことができます。夢物語のようですが、逆にこれが実現できないと、まちとして生き残れなくなるかもしれません。

皆さんと手を携えて、少子高齢化の大きな波を乗り切り、今後も「住みたいまち・住み続けたいまち青葉」を実現させていきたいと考え、この「横浜型地域包括ケアシステム構築に向けた青葉区行動指針」を策定しました。

引き続き区民の皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

平成30年3月 横浜市青葉区長 小池恭一

## 1 あなたの力の1%を あおば の未来に ソーシャル・キャピタルの醸成へ向けて

### (1) あなたの力の1%を あおば の未来に

青葉区では、区民お一人おひとりが自らの力の1%を、地域や周りの方に向けてることによって、さらに住みよい青葉区となることを目指していきます。高齢者が住み慣れた地域で安心した生活を続けられるよう、様々な活動やサービスが重層的なネットワークとして形成されるよう、取り組みを進めていきます。

年代を問わず、区内の様々な方が力の1%を出しあう「ソーシャルパワーの発揮」につなげます。

### (2) ソーシャル・キャピタルの醸成を目指して

地域全体の人間関係の豊かさや、地域力、社会の結束力・信頼関係を「ソーシャル・キャピタル」と呼び、ソーシャル・キャピタルが醸成され、高まるほど、健康、学力、暮らしやすさなどが比例して向上するといわれています。

高齢者が住み慣れた地域で安心した生活を続けられるためには、様々な活動やサービスが重層的なネットワークとして形成される必要があります。また、高齢者自身が、地域活動や地域との交流の活発化により、自身の健康増進につとめたり、地域の活性化を行うことで「ソーシャル・キャピタル」が醸成され、区民の健康や暮らしやすさにつながる取り組みを進めていきます。

### (3) 『住み続けたい・住みたいまち青葉』の実現に向けて

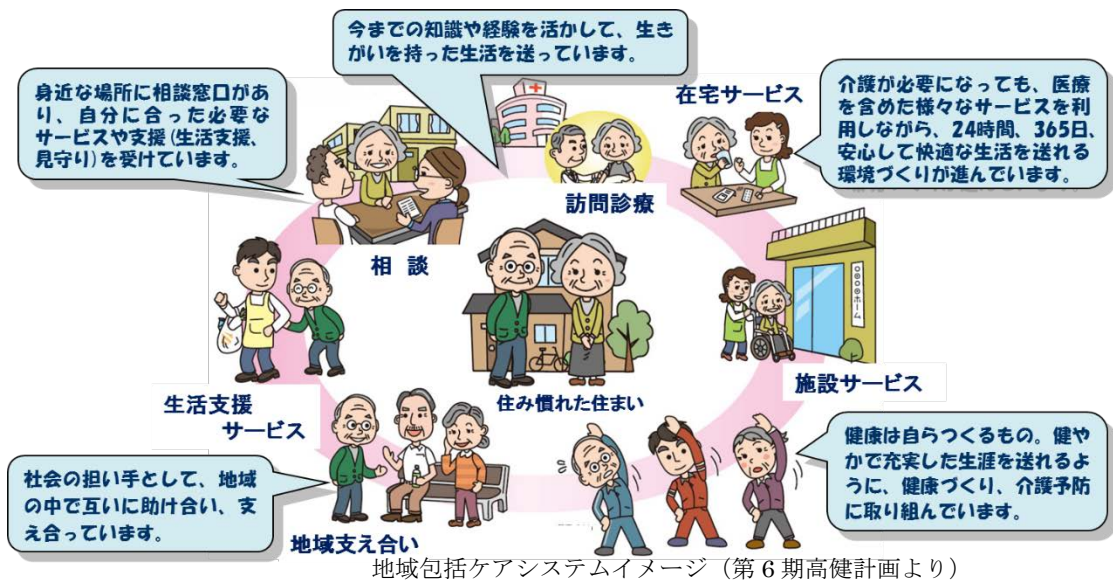
高齢者を支えるための施策は、高齢者やその関係者のみを対象にしているだけでは、展開が限られてしまいます。多世代の交流や、多世代に選ばれるまちの魅力づくりを、あわせてはかる必要があります。

様々な取組と連携し、選ばれるまちづくりを継続していくことが重要であり、『住み続けたい・住みたいまち青葉』の実現につながっていきます。

## 2 地域包括ケアシステムとは

### (1) 地域包括ケアシステムの必要性

日本全国の多くの自治体が、高齢化率 21% を超え超高齢社会となる中、医療・介護需要の大幅な増加等の様々な課題に直面しています。そのような中、地域の実情と特性に応じた「地域包括ケアシステム」を構築し、高齢者が可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けるために、介護・医療・介護予防・生活支援・住まいが一体的に提供される、日常生活圏域ごとの包括的な支援・サービス提供体制（地域包括ケアシステム）の構築が必要となっています。



### (2) 横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けた行動指針について

地域包括ケアシステムの構築に向けては、介護・医療・介護予防・生活支援・住まいが一体的に提供されるよう、行政、医療・福祉関係機関、事業者、ボランティア等の地域住民らが連携しながら取り組んでいく必要があります。

しかし、地域包括ケアシステムは抽象的な概念であり、また、介護・医療・介護予防など、幅広い分野にわたることから、多くの関係者（行政、医療・福祉関係機関、事業者、ボランティア等の地域住民ら）の協力が不可欠です。

そこで、地域包括ケアシステムの目指す姿や取組項目などを可視化することで、関係者が共通認識を持ち、連携をより深めながら、地域包括ケアを進めていけるよう、平成 29 年 3 月「横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けた行動指針（以下、「市版指針）」が策定されました。

「市版指針」は、2025年の目指すべき姿について、具体的な方向性を解説し、関係者の協力をいただきながら実施するために、分野別（介護、医療、介護予防、生活支援、住まい）のあるべき姿、実現に向けた方向性、取組、評価指標を示した内容となっています。

### （3）横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けた青葉区行動指針について

地域包括システムの構築にあたっては、介護・医療・介護予防・生活支援・住まいの状況を把握し、市全体の考え・施策を示したうえで、区域・日常生活圏域（地域包括支援センター圏域）それぞれの地域特性に応じた仕組みを構築していく必要があります。

また、18区ごとに地域の実情や特性が異なる横浜市においては、各区が日常生活圏域ごとの特性を踏まえた、区の戦略を立てることが重要です。

そこで、市版指針で示した中長期的な戦略を踏まえ、区及び関係機関が、地域包括ケアシステムの目指す方向性を理解し、地域包括ケアシステムにおける位置づけを意識しながら業務を進めること、また、関係者と目指すべき方向性を共有しつつ、当区との連携が深まるよう関係者に働きかけることを目的として、「横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けた青葉区行動指針（以下「青葉区版指針」）」を策定します。

	市版指針	区版指針
考え方	本市の地域包括ケアの目指すべき姿を具体化し、分野別の中長期的な戦略を示す	日常生活圏域ごとの特性や課題を踏まえ、各区ごとの中長期的な戦略を示す
内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・目指す将来像と実現するための重点方針</li> <li>・分野別のあるべき姿、実現に向けた方向性、取組</li> <li>・地域包括ケアの実現に向けた視点</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地域包括ケアの実現に向けた区の方針</li> <li>・重点取組（介護予防、多様な主体による生活支援の充実、在宅医療・介護連携 等）</li> </ul>
期間	2025年まで	

青葉区では、「あなたの力の1%を あおば の未来に！」を青葉区版指針のサブタイトルに設定しています。

青葉区民一人ひとりが自らの力の1%を、地域や周りの方に向けることによって、さらに住みよい青葉区となることを目指していきます。

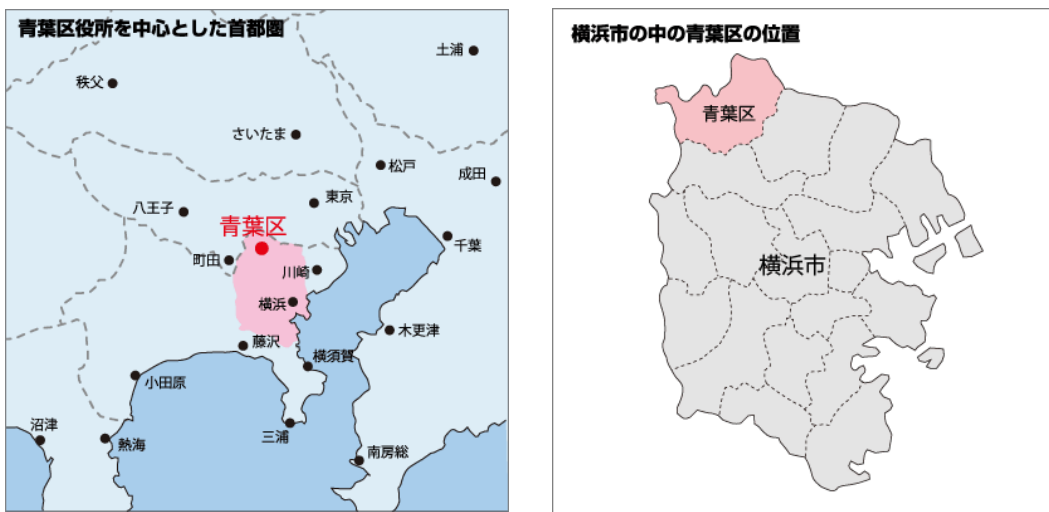


### 3 青葉区の現状 青葉区の特徴

#### (1) 青葉区概要

約50年前の田園都市線の開通を機に大規模な宅地開発が進み、急激な人口増加を経て、平成6年、港北区や緑区の一部から青葉区が誕生しました。

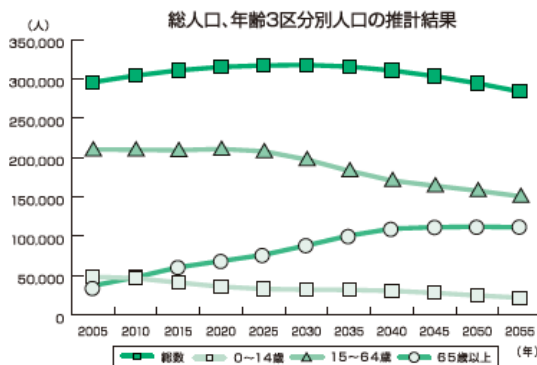
面積は、35.06平方キロメートルで、市内では、戸塚区に次いで2番目の広さとなっています。位置的には、横浜市の北西部にあり、東は都筑区、西は町田市、南は緑区、北は川崎市に接しています。地形的には「丘の横浜」と呼ばれるとおり、丘陵が多く、また、区の中央部を鶴見川が流れており、これに沿って田園風景が広がる緑豊かな景観が青葉区の特徴です。



#### (2) 人口

青葉区の人口は、今後も微増をつづけ、2030年ころには、約31万人となっており、人口のピークを迎えることが予見されています。

年齢三区分別にみると、15歳未満の年少人口は減少し続け、2030年の人口構成比は、10.8%になります。一方65歳以上の高齢者人口は、大幅に増加し、高齢化率は2030年で26.9%になると見込まれています。



### (3) 高齢者

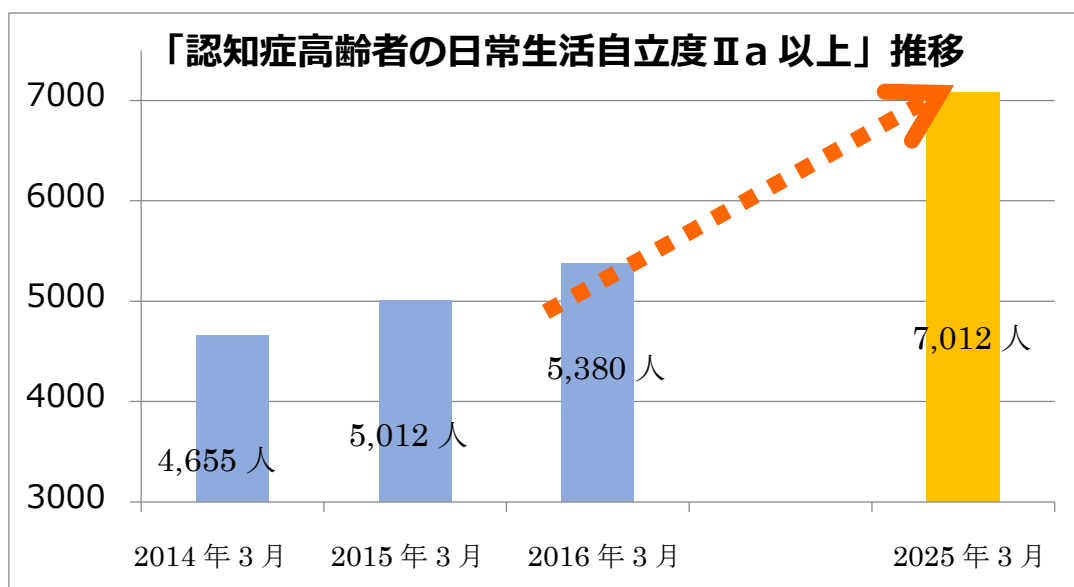
青葉区内の高齢者数は増加を続け、2045年ごろにピークを迎えます。

また、75歳以上の後期高齢者人口は、2010年比の2030年増加率が、18区中1位となります。

高齢者人口に占める介護保険・要介護要支援認定割合は、2016年3月末時点で15.7%と、市平均16.9%を下回っています。青葉区の介護保険認定者の特徴としては、比較的軽度な認定者の割合が高いことが挙げられます。

認知症高齢者も年々増加していきます。

介護保険認定申請において、認知症数の指標となる「認知症高齢者の日常生活自立度がⅡ以上」抽出数は、2025年度末には7,000人を超えることが予想されており、2016年3月より1.3倍となることが予想されています。



青葉区民の平均寿命は、全国屈指の高い値を誇っています。健康寿命を平均寿命に近づけていくことが、今後も継続的な課題として挙げられます。

#### [青葉区平均寿命推移]

	男性		女性	
	平均寿命(歳)	全国での順位	平均寿命(歳)	全国での順位
平成12年	80.3	3	85.8	—
平成17年	81.7	1	88.0	7
平成22年	81.9	8	88.0	20

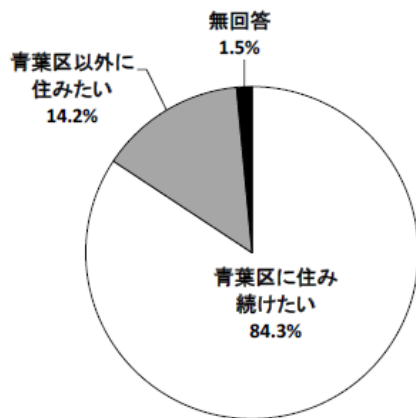
高齢化は、死亡者数の増にも直結します。青葉区の死亡者数は、2015年

に比べ、2025年は1.3倍、2035年は1.6倍になるという推計がでています。

最後まで住み慣れた自宅で過ごしたいという高齢者のニーズに加え、状況により在宅での療養を選択するケースを踏まえ、在宅療養患者数の増加と在宅における看取りへの対応が必要です。

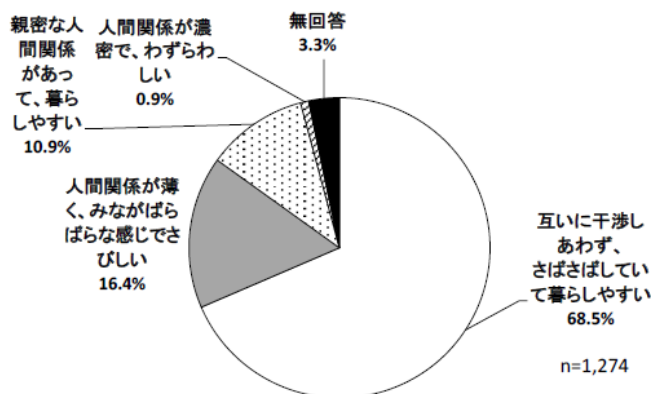
#### (4) 地域のつながり・生活利便性

平成28年度区民意識調査では、約85%の方が青葉区内に住み続けたいと回答されています。また、区内の自治会・町内会加入率は、平成28年度78.6%と、市平均とほぼ同様の値となっています。



青葉区の魅力を感じる項目の1位が「交通の利便性(56%)」である一方、青葉区外に居住したいと回答された方への、居住し続けたくするための必要項目1位が「交通の利便性(48%)」であるなど、交通の利便性に対する評価が二分化されている傾向が見て取れます。

地域の課題や問題として、「近隣の人とのつきあいの希薄化」「高齢化による介護問題の深刻化」が上位にあげられている一方、隣近所との付き合いは、「互いに干渉しあわず、さばさばして暮らしやすい」が約70%の回答となるなど、都市郊外ならではの居住者感覚が見て取れます。



また、市民後見人(※)バンク登録数 14人 と、18区中最多の登録数であるなど、豊かな知見を活かした社会貢献意欲の高さが見て取れます。

※市民後見人 市民による成年後見人です。認知症や知的障害などで判断能力が不十分になった人に親族がいない場合に、同じ地域に住む市民が、家庭裁判所から選任され、本人に代わって財産の管理や介護契約などの法律行為を行います。

#### コラム1 医療・介護連携

高齢者に、住み慣れた地域で末永く暮らし続けたいというニーズがあるとともに、超高齢社会に直面し、希望する施設入居や入院が叶わなくなることが予見されます。医療ニーズと介護ニーズを併せ持つ高齢者の在宅での療養生活で支えるには、医療関係者と介護関係者の連携が不可欠です。そのため、青葉区では、医師会・歯科医師会・薬剤師会等医療関係者と介護関係者等の多職種連携を推進し、在宅での療養者の医療ニーズ・介護ニーズに応える「医療・介護連携」に市内で先駆的に取り組んできました。

#### 青葉区の医療・介護連携尾先駆的な取組の主な項目

- ・多職種情報共有 ICT システムの導入（クラウドシステム）
- ・在宅患者向け病床確保（バックベッド）の仕組みづくり
- ・在宅医同士のサポート体制の検討
- ・在宅医療連携拠点の設置による支援及び区民啓発
- ・関係者の顔の見える関係づくりの構築



## 4 個別取組項目 1 健康づくり・介護予防

### (1) 目指す姿

高齢者が人とつながりながら、健康で生きがいのある活動的な生活が送れる地域の姿を実現できるよう、地域包括ケアシステムの構築を目指します。

- ア 自主的・継続的に、介護予防に取り組む多様なグループ活動が身近な場所にあります。
- イ 地域には、加齢に伴い心身機能が低下してきても、継続して参加できる介護予防活動があります。
- ウ 元気な高齢者は、自ら担い手として地域活動に参加しています。

### (2) 課題

介護予防は、高齢者が要介護状態等になることの予防又は要介護状態等の軽減若しくは悪化の防止を目的とする取組です。また、単に心身機能の改善だけを目指すのではなく、日常生活の活動を高め、家庭や社会への参加を促し、一人ひとりの生きがいや自己実現のための取組を支援して生活の質の向上を目指すものです。

高齢化が進展する中、高齢者が住み慣れた地域で、健康でその人らしく暮らし続けるためには、多様な啓発活動や地域で行われる様々な介護予防活動の参加を契機に、より多くの方が介護予防の取組を継続できることが重要です。

青葉区は、「丘の横浜」と呼ばれるとおり、山坂が多く、心身機能の低下は、外出困難に直結し、社会参加の途絶へと進むおそれがあります。

そのため、若年期・中年期・壮年期から老年期への切れ目のない健康づくり・介護予防に取り組む必要があり、また、要介護認定に至らしめないための、最も重要な要素の一つです。

- ア 区内は山坂、階段等の起伏が多く、外出困難に陥りやすい傾向があります。
- イ 起伏が多いため、膝や腰の痛みにより、閉じこもりに移行しやすい傾向があります。
- ウ 近隣との関係の希薄化が進み、周囲に相談できる体制が構築されていない傾向の地域があります。
- エ 身体機能の低下や認知症等が重篤になってから、周囲に把握・認識されるケースが多くみられます。
- オ 積極的に遠方に出かける反面、虚弱になると近所に知り合いもなく、一気に閉じこもりがちになりやすい傾向があります。
- カ 区別市内最多の約 30 か所の「元気づくりステーション」が開設されていますが、より効果的な内容とする必要があります。

キ 区役所及び各地域ケアプラザでの介護予防プログラムの青葉区民への認知度が30%前後となっており（H28 区民意識調査）、周知啓発面に課題を残しています。

### （3）取組の方向性

#### 【健康づくり・介護予防への意識醸成】

ア ハマトレ（※1）の普及と効果検証を行い、身体機能の低下抑制による介護予防に資していきます。

イ フレイル（※2）の普及による、虚弱予防等の展開を行います。

ウ 健康づくり・介護予防の重要性の意識づけ・機運醸成のため、区民への周知啓発を継続的にはかります。

エ ウォーキングの推進を行い、若年世代から、誰もが気軽に健康づくりに参加できる機運醸成を図ります

オ 食生活の改善、正しい生活リズム等の周知啓発を幅広く行い、若年期からの生活習慣病予防に資します。

カ 区医師会等と連携し、健康診断受診率向上をはかり、早期受診に繋げることによる健康維持を推進します。

キ 青葉区歯科医師会と連携し、青葉区在宅歯科医療連携室の区民周知に取り組むとともに、80歳で永久歯を20本以上残すことを目標とした「8020運動」を展開及び展開支援をはかります。【医療・介護連携項目参照】

※1 ハマトレ 横浜市が高齢者の「歩き」に着目して開発した、筋トレとストレッチを組み合わせたトレーニングです。ご自宅で手軽にできるロコモ予防トレーニングで、無理のない範囲で生活に取り入れることができる構成となっています。

※2 フレイル 高齢になることで筋力や精神面が衰える状態をさす言葉です。転じて高齢者が要介護とならないよう予防していくことを目的とする概念となっています。

#### 【地域の多様な活動への支援】

ク 誰もが気軽に参加できる介護予防の場として、「元気づくりステーション」を、区内各小学校区に設置するとともに、各ステーションの開催頻度増加等、量的質的充実を併せてはかります。

ケ 健康づくり・介護予防の視点が活動に盛り込まれるよう、既存活動団体へ継続的に働きかけます。

コ 社会参加機会の増加による健康づくり・介護予防が展開されるよう、シニア世代を中心に社会参加機会の増加を推進します。【シニアの社会参加項目参照】

サ 認知症予防及び認知症重度化予防に取り組みます。【認知症施策項目参照】

#### (4) 取組推進のポイント

##### ア 健康づくり・介護予防連絡会

従来、年齢別に分けて推進していた「健康づくり」と「介護予防」の垣根を取り払い、一体的に取り組むこととして、平成28年度から「健康づくり・介護予防連絡会」を立ち上げ、必要施策の検討・推進に取り組んでいます。

医療関係者・関連民間事業者・地域ケアプラザ職員・学識経験者・行政委嘱委員・ボランティア団体等からの代表者が集い、青葉区民の健康寿命の延伸を目指して、展開しています。

具体的な検討・取り組み事項として、

○ウォーキングの推進（健康づくり 生活習慣病予防）

○ロコモ予防の推進（介護予防 効果的な介護予防の推進）

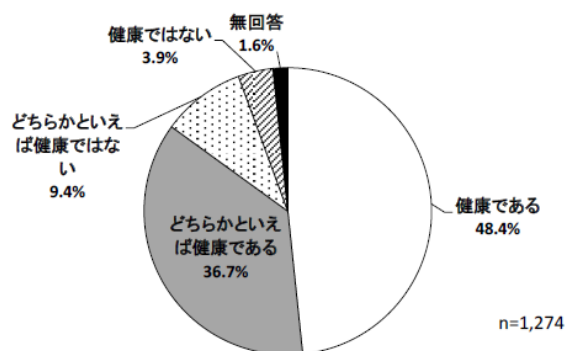
○元気づくりステーションの充実（介護予防 効果的な介護予防の充実）

に、取り組み、横断的に、地域で健康づくり・介護予防を担う人材の育成に取り組めます。また、フレイル普及による虚弱化予防、認知症予防、地域づくりの視点をもって進めます。

##### イ 高い主観的健康観

平成28年度の区民意識調査では85%を超える方が、「健康」若しくは「どちらかといえば健康」と回答しており、区民の健康意識の高さがうかがえます。

しかし、地域の課題として「身近な健康づくりの場の不足」を挙げる回答が、徐々に順位を上げており、また、地区によっては、最上位の回答結果となるなど、課題となっています。



## コラム 青葉区版エンディングノート「わたしノート」



「エンディングノート」と聞くと、老い支度・人生の終盤に向けての準備・・・などのイメージを抱く方がいるかもしれません。

青葉区版エンディングノートは、どの様に年齢を重ねてきたのかを振り返りつつ、これからの人生をどのように生きていきたいか、考えていくきっかけにしてもらうためのツールです。

二部構成になっており、前半「〇〇ノート」は、ご自身の心と体の健康を維持しつつ、これからのことを書き綴っていきます。

後半「もしもノート」は、予告なく訪れるもしもの時に備えて、考えをまとめて準備を進めるために記していきます。

## コラム よこはまウォーキングポイント

よこはまウォーキングポイント事業は、18歳以上の横浜市民の方に歩数計を持って楽しみながら健康づくりを進めていただく事業です。

歩数に応じたポイントが付与され、ポイントに応じて抽選で景品が当たります。



## コラム 元気づくりステーション

おおむね 65 歳以上の方たちが、健康づくりや介護予防のために自主的・継続的に行うグループ活動です。筋力トレーニングやウォーキング、体操などさまざまな活動を行っています。自治会町内会館や公園など、身近なところを活動場所としているため、地域の仲間の輪が広がり、楽しく続けることができます。

青葉区では、市内最多の約 30 か所の元気づくりステーションが活動を続けています。仲間と楽しく、自分のペースで活動を続けることができ、みなさんの健康長寿につながります。ぜひご参加ください



## 5 個別取組項目 2 生活支援体制整備

### (1) 目指す姿

高齢者一人ひとりが、出来ることを大切にしながら暮らし続けられるために、多様な主体が連携・協力する地域となるよう、地域包括ケアシステムの構築を目指します。

ア 自分でできることは自分で行いながら住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、支援を要する高齢者への様々な主体による重層的な生活支援の機会があります。

イ 高齢者自身が生きがいをもち、できるだけ元気に暮らし続けられるよう、様々な社会参加の機会があります。

### (2) 課題

平成 12 年に、高齢者を社会で支える介護保険制度が創設されました。しかし、高齢者の生活は様々な側面から成り立っており、介護保険制度だけで成立するものではありません。また、介護保険のサービスが入ることで、地域とのつながりの希薄化や、必要以上に支援に頼ってしまうなどの逆効果も懸念され、結果的に孤立にもつながりかねません。

高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けるためには、ご近所や友人等とつながり、ともに活動し、助け合いながら生活できる地域が基盤となり、そのうえで、必要な時に、必要な医療・介護・その他の生活支援サービスが受けられる状態であることが重要です。

生活支援体制整備事業は、こうした人と人とのつながり・支えあいのある地域づくりに依拠して、多様な主体と連携を図りながら、重層的な、生活支援・介護予防・社会参加のある地域づくりを進めていきます。このことは、不足する介護人材の有効活用にもつながります。

H28 区民意識調査では、全世代及び全連合自治会町内会地区別で、「近所づきあいが互いに干渉せず、さばさばしていてよい」と回答した割合が最多となっています。地域での関係の希薄化が問題として取り扱われることが多いですが、濃厚な関係性を希望していない傾向もみてとれます。

このような青葉区の傾向にマッチした体制を構築する必要があるほか、高齢者の日常生活に適応した介護保険サービスが供給されるよう、公的サービスとのバランスを考慮しつつ、民間企業を含めた、地域の多様な主体による生活支援の取り組みを進めていく必要があります。

ア 要支援認定者、事業対象者等の増加によるサービスニーズの増加に対応する必要があります。

- イ 高齢独居世帯及び高齢者のみ世帯の増加による、サービスニーズの増加に対応する必要があります。
- ウ 商業施設撤退等、生活圏域での生活必需品等の購買が困難な地域が出始めています。
- エ 自治会町内会・地区社会福祉協議会・地区民生委員児童委員協議会等による支え合い活動の担い手不足及び後継者不足が顕在化してきています。
- オ 地域での繋がりが希薄化してきています。
- カ 地域での支え合いより事業者サービスを選択する傾向があります。
- キ 独居生活時の地域の情報把握の困難さに陥らないよう、独居になる前からの、地域の支え合いの関係づくりを活発化させる必要性があります。

### (3) 取組の方向性

#### 【区役所・区社協・地域ケアプラザによる支援】

- ア 生活支援コーディネーターが中心となって地域活動交流コーディネーター及び地域包括支援センター三職種等と連携し展開する、地域の活動支援・介護予防活動団体の把握及び団体発掘・育成並びに活発化を推進します。
- イ 生活支援コーディネーターが中心となって地域活動交流コーディネーター及び地域包括支援センター三職種等と連携し開催する連携・協議の場等を通じて、地域情報等の把握・共有化に努め、地域での課題解決に向けた取り組み推進に繋がります。
- ウ 地域ケア会議及び地域福祉保健計画地区別推進会議等を通じて、地域情報等の把握・共有化に努め、地域での課題解決に向けた取り組み推進に繋がります。

#### 【多様な主体による重層的な取組の展開】

- エ 住民主体による支援等を展開・充実させるために、住民主体による支援等に対する補助事業につながる団体支援等を推進していきます。
- オ 社会福祉法人の社会貢献活動を取り入れて、生活支援体制構築を推進します。
- カ その他民間事業者の事業活動等を取り入れて、生活支援体制構築を推進します。

### (4) 取組推進のポイント

#### ア 生活支援コーディネーター（1層/2層）

団塊の世代が後期高齢者となる 2025 年に向けて、高齢者が自分らしく地

域で暮らし続けるために、多様な主体による高齢者の生活支援・介護予防の体制整備という明確な視点を持って地域づくりを支援することを目的としています。

平成27年度の地域ケアプラザ業務量調査では、「地域への会合への参加」や「相談・支援」、「イベントなどの事業」などの達成度が高い一方、「NPO・企業との連携」「アウトリーチ」「インフォーマル活動支援」「地域包括ケア」といった長期的な視点にたった取組の達成度が低い傾向がありました。理由は、「職員数の不足」「他の業務より優先順位が下がる」「業務手法が未確立」などであり、人員と人材育成の不足により地域ケアプラザの役割の達成が厳しい現状が分かりました。そこで青葉区では、各ケアプラザ圏域の課題等に対応するべく、区内12か所の地域ケアプラザに第2層生活支援コーディネーターが、区域の問題に対応するため及び2層生活支援コーディネーターの総括役として青葉区社会福祉協議会に第1層生活支援コーディネーターが、配置されています。

各ケアプラザにおいて、地域包括支援センター三職種、地域活動交流コーディネーター及び生活支援コーディネーターが連携して、生活支援体制整備推進事業をはじめとする地域包括ケアシステムを本格的に推進していく体制となっています。

## イ 協議体

生活支援体制整備推進事業において、協議体は地域の支え合いによる活動の一つとして支援主体間の連携体制の中、必要な生活支援・介護予防・社会参加にかかる活動・サービスを創出し、または継続・発展させるための具体的な企画立案を行うことを目標として、地域ケアプラザが開催しています。

ア 多様な主体間の情報共有・連携体制の構築

イ 地域が把握している情報（地域ニーズ）や課題の把握

ウ 地域づくりにおける意識の統一を図ること

エ 主体的な取組に向けた地域・団体等へ働きかけ（地域課題についての問題提起、課題に対する取組の具体的協力依頼、他団体の参加依頼等）

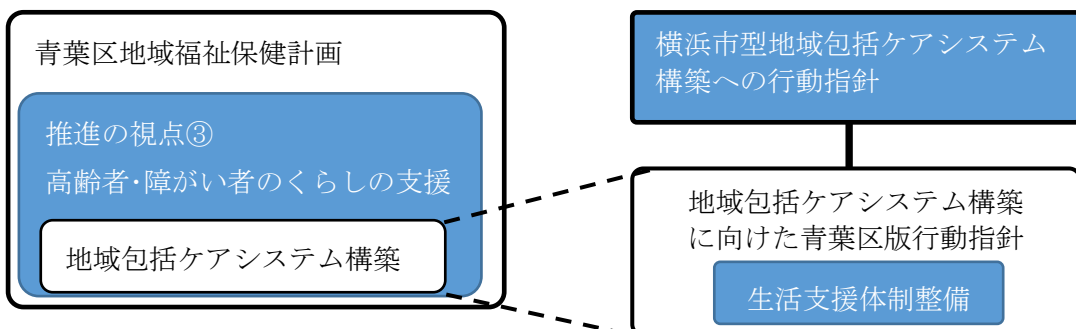
等の取組について話し合わせ、地域の課題解決や、担い手の創出等につなげています。

**コラム 青葉区地域福祉保健計画と地域包括ケアシステム、生活支援体制整備推進事業**

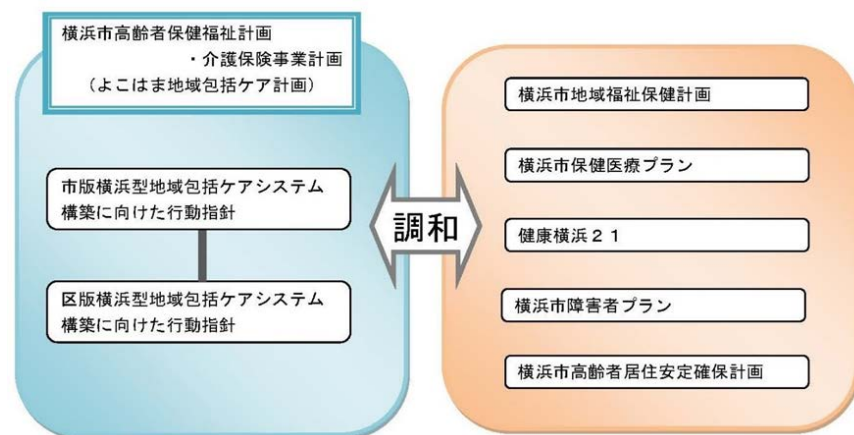
青葉区地域福祉保健計画（青葉かがやく生き生きプラン）は、「誰もが安心して自分らしく健やかに暮らせる地域づくり」を目指し、身近な支え合いの仕組み作りを進めることを目的として、区計画及び各地区別計画が策定・推進されています。

平成 28 年度から 32 年度を計画期間とする第 3 期青葉区地域福祉保健計画においては、「推進の視点③高齢者・障がい者等の暮らしの支援」の中で、地域包括ケアシステム構築が重点取組として列記されています。この重点取組である地域包括ケアシステム構築を、詳細にわかりやすくまとめたものが、地域包括ケアシステム構築に向けた青葉区版行動指針です。

なかでも、身近な支え合いの仕組み作りを進める地域福祉保健計画と、地域での高齢者の生活を支えるための仕組みをつくる生活支援体制整備推進事業は、非常に共通点が多く、連動して取り組みを進めていく必要があります。



「横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けた行動指針（市版指針）」においても、市版地域福祉保健計画との関係が示されており、連携・調和して取組を進めることにより、両者の充実が図られることを目指しています。



## 6 個別取組項目3 医療・介護連携

### (1) 目指す姿

高齢者が自らの意思で自分の生き方を選択し、人生の最期まで自分らしく生きることができるように、地域包括ケアシステムの構築を目指します。

- ア 疾病を持ちながらも、高齢者が住み慣れた地域や自らが望む場で安心して暮らし続けることができます。
- イ 在宅医療を担う医師や訪問看護、ケアマネジャーなどの多職種が連携して本人及び家族を支援し、24時間365日安心して在宅療養生活を送ることができます。

### (2) 課題

未永く住み慣れた自宅で療養しながら暮らしたいというニーズがある一方、高齢者人口の増加により、病院病床の許容量を超え、やむなく在宅での療養生活を選択せざるをえないケースが頻出することが予見されています。

また、高齢者人口の増加は多死社会へとつながり、在宅での療養生活を選択した場合、在宅での人生の最終段階への対応及び在宅での看取りに対応する必要が生じます。

青葉区における推計では、2015年に比し2025年に、75歳以上の年間死亡者数2,600人と、約2倍になることに加え、在宅での看取り数も3.5倍以上の900人になることが予見されています。

これら諸要因を捉えた上で、医療関係者と介護関係者が有機的に連携し、高齢者が安心して在宅での療養生活を送れることを支えるための、仕組み作りが求められています。

- ア 経緯や背景を理解したうえで、高齢者の在宅での療養生活を支える、医療関係者と介護関係者の連携による対応が必要です。
- イ 在宅での人生の最終段階を迎える高齢者への対応及び在宅での看取りに対する医療関係者と介護関係者の連携による対応が必要です。
- ウ 青葉区在宅医療連携拠点機能の充実により、安心してかかりつけ医が確保できる制度の維持拡充が必要です。
- エ 青葉区在宅医療連携拠点機能の充実により、安定した在宅患者向け病床確保（バックベッド）の体制が必要です。
- オ 異常発見等による、早期受診等につながる医療・介護の連携深化を図る必要があります。
- カ 医療・介護に加え、救急隊との連携及び救急の適正利用についての検討及び啓発が必要です。

キ 高齢独居世帯、高齢者のみ世帯、認知症世帯等の、救急搬送時等の、円滑・適切な救急情報の伝達ができる仕組みが必要です。

ク 病院と診療所間、病院と介護関係者間の連携の仕組みづくりが必要です。

### (3) 取組の方向性

#### 【医療・介護関係者間の取組等による連携深化】

ア ICT を利用した連携ツール（クラウドシステム等）利用による、医療・介護関係者間の情報即時共有による連携を推進拡充し、在宅療養者支援体制を構築していきます。

イ 在宅療養者を支える、医療関係者と・介護関係者の連携深化（顔の見える関係づくり）をはかります。連携深化に資する顔の見える場を作る会合等にて、医療・介護連携に資する諸問題の検討及び施策提案等を継続的に行っていきます。

ウ 医療関係者及び介護関係者の各職種連絡会等を通じた活動支援を行うとともに及び各連絡会間の連携の活発化をはかります。

#### 【区民に向けた周知・意識啓発等の取組】

エ 青葉区在宅医療連携拠点の運営支援を行い、また在宅医療連携拠点の区民への周知等に取り組みます。

オ 医療・介護・救急連携ツール「青葉区医療・介護連携ノート」の展開を拡充し、在宅療養者の容態急変時の情報共有に資するとともに、救急隊の現場滞在時間短縮等に役立てます。

カ 青葉区版エンディングノート「わたしノート」及び医療・介護・救急連携ツール「青葉区医療・介護連携ノート」の普及を契機に、人生の最終段階における希望する医療等の区民周知・啓発に取り組みます。

キ 青葉区歯科医師会と連携し、青葉区在宅区歯科医療連携室の区民周知に取り組みるとともに、80歳で永久歯を20本以上残すことを目標とした「8020運動」を展開及び展開支援をはかります。

ク 青葉区薬剤師会と連携し、訪問薬剤師活動等地域医療連携の取組についての区民周知及び周知支援をはかります。

ケ 栄養ケアステーションの周知及び周知支援をはかります。

コ 救急の適正利用等に向けた区民周知をはかります。

### (4) 取組推進のポイント

## ア 青葉区在宅医療連携拠点

多くの方が病気を抱えても住み慣れた自宅等で療養し、自分らしい生活を続けたいと望んでいます。そのためには、医療と介護の連携が必要なのは、上述のとおりです。

市民の皆様が安心して、継続的な在宅医療・介護を受けることができるように青葉区医師会と横浜市が協同して、在宅医療支援のために、青葉区在宅医療連携拠点を設置しています。

青葉区在宅医療連携拠点では、区民の皆様が住み慣れた地域で安心して在宅療養ができるよう、病院・かかりつけ医・行政・地域包括支援センターと連携し、医療・介護事業所間のコーディネート、各機関への調整・支援・情報提供などを行っています。

## イ 顔の見える場づくり会議

青葉区役所主催の医療・介護等関係者多職種連携会議「顔の見える場づくり会議」を毎月開催しています。

参加者は青葉区医師会、青葉区歯科医師会、青葉区薬剤師会や各介護関係者団体等から約40名の出席をいただいています。

平成28年度からは、救急搬送の観点から青葉消防署が、認知症初期集中支援チームとして二次救急医療機関である横浜総合病院が、新たに会議メンバーとして参画する等、連携のすそ野が拡大しています。

この会議において、「青葉区医療・介護連携ノート」の開発検討を行うなど、連携深化の中心の一つとして機能しています。

### コラム 医療・介護・救急連携ツール「青葉区医療・介護連携ノート」

在宅で療養生活を送る中、急に具合が悪くなり、救急車を呼ぶこともあります。そんな時、救急隊や搬送先病院に自身の病状や、緊急連絡先に円滑に情報を伝えるため、青葉区内の医療・介護関係者と救急隊が検討・開発したノートです。

自身の病名や関係者の連絡先、服用している薬の情報を集約し、病状が悪化した時や緊急時、さらに災害時などに安心して医療が受けられることを目的として、平成30年度より運用しています。



(1) 目指す姿

認知症になっても本人の意思が尊重されて暮らし続けることができる地域となるよう、地域包括ケアシステムの構築を目指します。

- ア 認知症に関する理解者が増え、認知症の人が参加や活躍できる場が増加しています。
- イ 認知症の見守りに関わる協力機関が増加し、連携が取れています。
- ウ 認知症に早期に気づき、本人や家族、地域等が受診や必要な支援につながり、状態の変化に応じて切れ目ない医療や介護サービスを受けることができます。
- エ 必要な人が権利擁護事業や成年後見制度に適切に結びついています。

(2) 課題

65歳以上の約4人に一人が認知症、または認知症予備軍と言われており、「誰が認知症になってもおかしくない」と言えます。青葉区でも、2025年には認知症高齢者数が7,000人を超えることが予見されています。

急速な高齢者人口増は、認知症高齢者の急増につながり、そのため、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の良い環境で暮らし続けられる支援体制を構築するため、認知症の正しい理解と対応の普及啓発に取り組むことが急務です。

あわせて、認知症高齢者の介護への理解や支援も重要です。介護者の負担を軽減することは介護者の心身の状態を改善するだけではなく、認知症の人の生活の質の改善となります。認知症の人とその家族が暮らしやすい地域づくりは高齢者全体にとって暮らしやすい地域づくりに繋がります。

また、認知症高齢者は、介護者をはじめとする周囲からの虐待の対象となる傾向が多いほか、権利侵犯の被害に遭うおそれが高まります。虐待防止と権利擁護からの円滑かつ迅速な支援の構築も必要となってきています。

- ア 早期に診断の受けられるかかりつけ医を増やす必要があります。
- イ 認知症サポート医の増加を図る必要があります。
- ウ 認知症関係の病院と診療所の連携をさらに進化させる必要があります。
- エ 認知症高齢者及びその家族への地域での支援体制を構築するため、地域での認知症理解を促進する必要があります。
- オ 認知症高齢者及びその家族の地域での居場所を確保する必要があります。
- カ 介護者のスキルアップや、適切なサービス提供の必要があります。
- キ 認知症高齢者等への適切かつ円滑な権利擁護をはかる必要があります。



ク 若い世代にも認知症について周知啓発を行い、理解を深めていく必要があります。

### (3) 取組の方向性

#### 【認知症高齢者等に対する早期対応及び権利擁護等】

ア 認知症徘徊 SOS ネットワーク（※）の参加機関の拡大をはかり、徘徊発生時の早期発見等に資します。

イ 青葉区版エンディングノート「わたしノート」の普及に力を入れ、自己意思の尊重につながる自己決定に資します。【個別取組項目 1 にコラムあり】

ウ 認知症初期集中支援チームによる支援を継続的に展開する一方、区民周知をはかり、認知症初期段階での支援体制の充実化につなげます。

エ 成年後見制度の普及啓発を行い、適切かつ円滑な権利擁護へとつなげます。

#### 【認知症理解への普及啓発と予防の展開】

オ 認知症予防を展開し、認知症発症を可能な限り遅らせるとともに、重度化予防に取り組めます。

カ 認知症への理解、周知啓発を行い、認知症高齢者及びその家族の地域での支援体制を整えます。

キ 認知症理解を深め虐待予防に資するとともに、虐待早期発見のため、地域での見守り体制を整えます。

ク 認知症サポーター及び認知症キャラバンメイトを養成し、地域での認知症支援機運を高めます。

ケ 認知症カフェ等認知症高齢者及びその家族の居場所づくりを進めます。

### (4) 取組推進のポイント

#### ア 認知症初期集中支援チーム

認知症になっても認知症の人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域のよい環境で暮らし続けられるために、認知症の人やその家族に早期に関わる「認知症初期集中支援チーム」を設置し、認知症の早期診断・早期対応に向けた支援体制を構築しています。

「認知症初期集中支援チーム」は、医師等医療保健福祉専門職で構成され、医療や介護につながっていない認知症の人や疑いのある人の自宅を訪問し、医療機関の受診や介護サービスの利用支援など、認知症の状態に応じた助言等を行い、安定的な支援につなげています。

青葉区では、平成 28 年 9 月より医療法人社団緑成会「横浜総合病院」に設置されており、認知症の専門医をはじめ看護師、精神保健福祉士等の認知症の専門知識をもつ専門職で活動しています。

## イ 認知症関連医療機関連絡会

今後増加の一途が予見される認知症高齢者への対応等を推進するため、平成 28 年より認知症関係医療機関が集い、施策検討を行っています。

### 【主な取組・協議事項】

- ア 医療機関の認知症対応力の向上に関すること
- イ 関係医療機関のネットワークの強化に関すること
- ウ 区民への認知症の啓発に関すること
- エ 青葉区多職種連携会議（顔の見える場づくり会議）への提言に関する  
こと

## コラム 認知症サポーターと認知症キャラバンメイト

認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、偏見をもたず、認知症の人や家族を温かく見守り、自分のできる範囲で活動する「応援者」のことで、「認知症サポーター養成講座」を受講することで、認知症サポーターになることができます。

横浜市では、地域、職域、学校などさまざまな場所で認知症サポーター養成講座を開催しています。認知症サポーターには、認知症の人やその家族を応援する「目印」として、オレンジリングをお渡ししています。

認知症キャラバンメイトは、「認知症サポーター養成講座」を行うボランティア講師のことです。「認知症キャラバンメイト養成研修」を受講することで、認知症キャラバンメイトになることができます。

青葉区の認知症サポーター	13,004 人
認知症キャラバンメイト	224 人

(2017 年 9 月末時点)



#### コラム 認知症徘徊 SOS ネットワーク

認知症になると、外出中に自分がどこにいるのか、自分の家がどこなのかわからなくなり、行方不明になってしまうことがあります。認知症の人の行方不明は、命にかかわるような危険を伴う可能性があり、できるだけ早く発見・保護することが必要になります。横浜市では、地域の関係者や公共交通機関等関係機関にご協力いただき、行方不明になった認知症の人の早期発見・保護を目的とした認知症高齢者等 SOS ネットワークの取組を実施しています。

## 8 個別取組項目 5 (各項目横断取組) シニアの社会参加

### (1) 目指す姿

社会参加の意欲を持つ高齢者が、これまでに培ってきた能力や経験を活かして生涯現役で活躍し続けられる社会環境の整備・機会を創出できるように、地域包括ケアシステムの構築を目指します。

- ア 高齢者の経験やノウハウを活かして、子育て支援や介護分野における人材不足等の福祉的課題に対応する仕組みが構築されています。
- イ 高齢者が身近な地域の課題解決に向け、主体的に地域活動に取り組んでいます。
- ウ 定年退職後の高齢者が、体力やライフスタイルに合わせて柔軟に働きながら、趣味の活動や仲間づくりを楽しむなど、豊かなセカンドライフを送っています。
- エ 高齢者が、地域での社会貢献活動に取り組むことが、介護予防、社会参加、生きがいにつながっています。

### (2) 課題

少子高齢化により生産年齢人口が減少するなかで、都市の活力を高める観点からも、シニアの活力を十分に活用するとともに、活躍の場を創出する必要があります。

団塊世代を始めとするリタイアされた層が、地域に活動の場を移しつつある中、就業や社会参加の意欲を持つ方たちが、豊かなセカンドライフを送るために、これまで培った能力や経験を生かし、ライフスタイルにあわせて働くことで地域貢献することができる就労・就業形態を、社会参加の一形態として進めていくことが求められています。

特に青葉区は、ノウハウ・知見を豊富に有したシニア層が多く居住され、シニア層に力を発揮していただくことが、魅力ある青葉区につなげるためには、大変重要です。

また、社会参加は、高齢者自身の生きがいづくりにつながるばかりでなく、社会参加的介護予防となります。社会参加の増大が自立期間の延伸につながるデータ等もあることから、重要な取組の一つとなります。

- ア 高齢者自身が、地域活動や子育て支援・介護等の分野において担い手となり、生活支援ニーズに応じて地域課題の解決に貢献するなど、自分らしく生き生きと社会参加できるような仕組みづくりが必要です。
- イ 高齢者の活躍の場を創出するためには、就労のほか、ボランティア活動や子育て支援、介護分野などの幅広い分野に活動領域を拡大する必要があります。

ウ かがやきクラブ青葉の魅力を高め、広報等を積極的に行い、活動を周知していく必要があります。

### (3) 取組の方向性

ア シニアパワーの発揮による地域包括ケアシステム推進事業について

青葉区は、「通勤通学が東京の割合 18 区中 1 位」「昼夜間比率 18 区中 18 位」と、東京への関わり合いが非常に強い区民性があります。また区内医療関係者からは、初期段階の検診や治療は都内の大学病院で行い、東京への通院が困難になってから、青葉区内の医療機関を検討するという声も聞こえてきます。

青葉区には、シニアの方々の知見や経験を基に、解決に結び付けたい福祉課題や地域課題が多くあり、それらについて、しっかりと考える機会を持っていただくことが重要です。

また、地域の課題解決に向けて考え行動し、社会参加することは、自らの介護予防にもつながります。

そのため、青葉区では平成 29 年度より「シニアパワーの発揮による地域包括ケアシステム推進事業」に取り組み、活力あるシニア層を新たに発掘・育成し、地域課題の解決に繋げる、新たな青葉区版地域課題解決モデルを試行します。

イ かがやきクラブの活動活発化に向けて取り組みます。

ウ 区内シニア層を中心とした、担い手意識の醸成に努めます。

## コラム サードエイジの充実

イギリスの歴史学者の Peter Laslet は、自らの論文「The Emergence of the Third Age」のなかで、一人の人間の一生を、以下の4つの段階に区分して整理しています。

ファーストエイジ 養育・学習・未熟	セカンドエイジ 独立・成熟・責任・就労	サードエイジ 個人の達成・充実	フォースエイジ 最終依存
----------------------	------------------------	--------------------	-----------------

上図のサードエイジは先進国にのみ出現し、人生の全盛期だと肯定的に捉えられており、サードエイジのフレーズは、首相の年頭記者会見で取り上げられたこともあります。

しかし、長寿化にともなう超高齢社会の到来は、4区分の構成を変えつつあります。

ファーストエイジ 養育・学習・未熟	セカンドエイジ 独立・成熟・責任・就労	サードエイジ 個人の達成・充実	フォースエイジ 最終依存
----------------------	------------------------	--------------------	-----------------

サードエイジにあたるシニア世代（55～74歳）の価値観を研究したところ、約27%もの方が「役に立ちたい」「つながりたい」という欲求はあっても一歩が踏み出せずにおり、その方たちを「セカンドライフモラトリウム」と名付けました。特に男性のセカンドライフモラトリウムが自ら動き出すことは難しく、やがて「そのままがいい」というあきらめに移行してしまいます。（ビデオリサーチひと研究所編著「新シニア市場攻略のカギはモラトリウムおじさんだ！」（ダイヤモンド社、2017年））

社会参加による人とのつながりが、健康寿命の延伸に資し、介護予防につながることは有名です。青葉区にも社会参加意欲、社会貢献意欲、高い知見を有したサードエイジの方々が、たくさんおられます。

ファーストエイジ 養育・学習・未熟	セカンドエイジ 独立・成熟・責任・就労	サードエイジ 個人の達成・充実	フォースエイジ 最終依存
----------------------	------------------------	--------------------	-----------------

横浜市及び青葉区のサードエイジの方々は、まだまだ就労・ボランティア等、活躍する機会を求めておられます。（H27 元気で輝く高齢期を迎えるための意識調査）

このサードエイジの方々が、サードエイジとして活躍いただくことは重要

ですが、再びセカンドエイジとして、社会の担い手になっていただくことの仕組み作りも必要です。

サードエイジひいては、セカンドライフモラトリウムの方々へのアプローチ、活躍機会の創出等、シニアの社会参加は、地域包括ケアシステム構築に向けて、非常に重要な取組の一つです。



横浜市 青葉区役所 高齢・障害支援課  
〒225-0024 横浜市青葉区市ケ尾町31-4  
Tel : 045-978-2449 Fax : 045-978-2427  
E-mail : [ao-korei@city.yokohama.jp](mailto:ao-korei@city.yokohama.jp)  
平成30年3月発行