

横浜型地域包括ケアシステムの  
構築に向けた

# 鶴見区アクションプラン

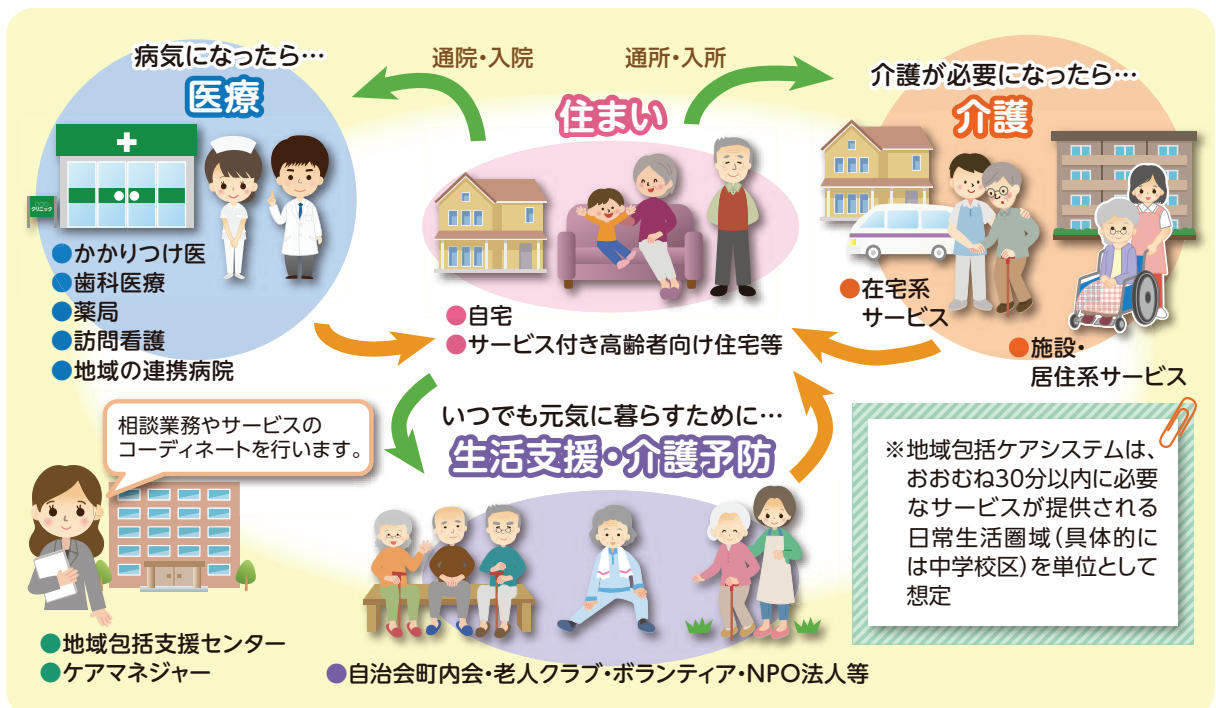


令和4年6月  
鶴見区

# 目次

1. 鶴見区アクションプラン策定にあたって .....	1
2. データで見る鶴見区 .....	2
3. 各分野における目標と取組	
(1) 介護予防 .....	6
(2) 多様な主体による生活支援の充実 .....	8
(3) 在宅医療・介護連携 .....	10
(4) 認知症対策 .....	12
(5) 権利擁護 .....	14
4. 令和7年(2025)年に向けて .....	16

## 地域包括ケアシステムのイメージ図



# 1. 鶴見区アクションプラン策定にあたって



## (1) 地域包括ケアシステムの構築

横浜市では「団塊の世代」が後期高齢者(75歳以上)となる2025年に向けて、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、住まいを中心に、介護、医療、生活支援、介護予防が一体的に提供される「地域包括ケアシステム」の構築を進めています。

## (2) 地域包括ケアシステムの構築に向けた区アクションプランの策定

2025年までに地域の特性に応じた「地域包括ケアシステム」を構築するには、介護、医療、生活支援、介護予防、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・地域ケアプラザ圏域(日常生活圏域)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。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、区毎の特性に合わせた戦略を立てることが重要です。そこで、平成28年度に策定した「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)」の内容を踏まえ、目指す姿や目標、取組事項などをわかりやすくサービスや支援を提供する関係者間で共有し、円滑な連携を図りながら充実した地域包括ケアシステムを構築していくことを目的として、「鶴見区アクションプラン」を策定します。

## (3) 高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画・認知症施策推進計画と区アクションプランの関係

高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画・認知症施策推進計画(以下、「よこはま地域包括ケア計画」という。)は、老人福祉法第20条の8に基づく老人福祉計画と介護保険法第117条に基づく介護保険事業計画を一体のものとし策定することとして、市町村に義務付けられた、高齢者に関する保健福祉事業や介護保険制度の総合的な計画です。また、「認知症施策推進計画」は、令和元年6月に国がまとめた認知症施策推進大綱に基づいて、横浜市が独自に策定するもので、これら3つの計画をあわせて『よこはま地域包括ケア計画』として位置付けています。

区アクションプランは、よこはま地域包括ケア計画を補足するものとして位置付けており、その内容を踏まえたものとする必要があるため、当該計画策定の翌年度に見直し・改定を行います。

### ＊ よこはま地域包括ケア計画と区アクションプランの関係

	よこはま地域包括ケア計画	区アクションプラン
考え方	横浜市の地域包括ケアの目指すべき姿を具体化し、中長期的な戦略を示すもの。	日常生活圏域ごとの特性や課題を踏まえ、区ごとの中長期的な戦略を示すもの。
位置づけ	法定計画 老人福祉法第20条の8 介護保険法第117条	よこはま地域包括ケア計画を補足する任意計画
期間	第8期は2021年～2023年 3年ごとに策定	2025年まで よこはま地域包括ケア計画策定の翌年度に見直し

## 2. データで見る鶴見区

### (1) 鶴見区の概況

鶴見区は、横浜市の北東部に位置し、昭和2年の横浜市の区制施行によって誕生しました。北西部の丘陵地、鶴見川流域の低地、臨海部の埋立地から形成されており、商業都市、住宅都市、工業地帯の顔を持っています。

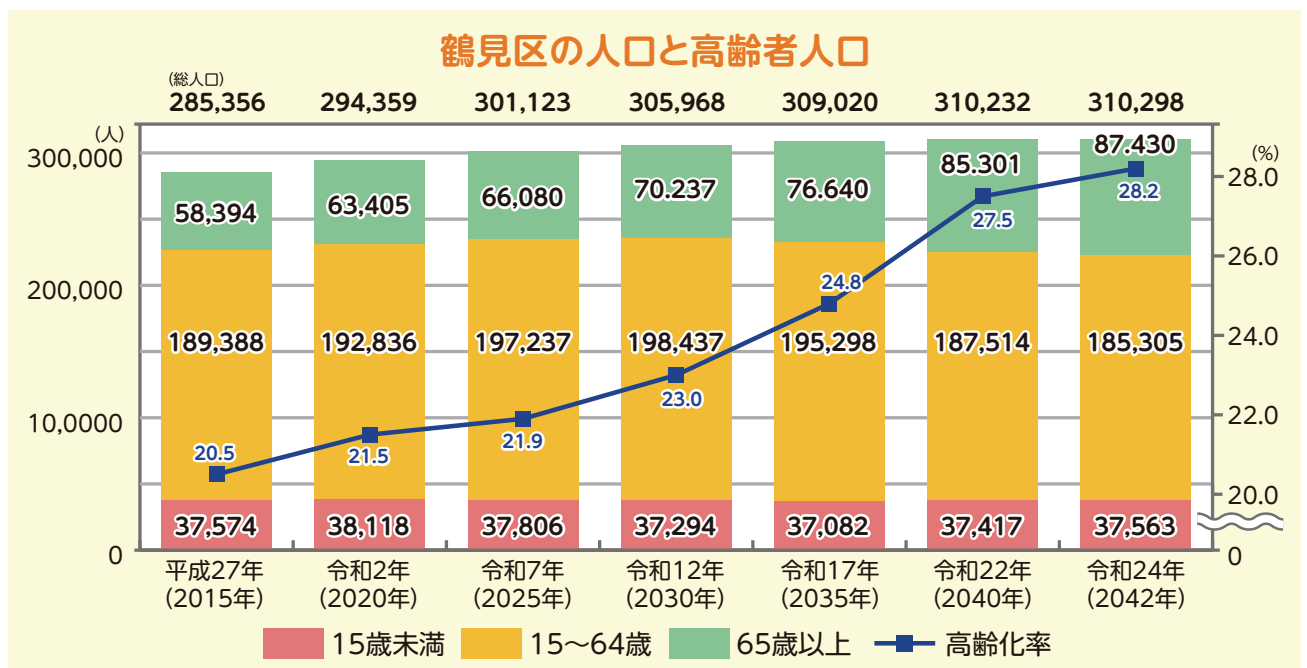
現在は、約29万人の人口を擁し、18区中3番目の人口となっています。また将来の人口は鶴見区以外の17区がすでに人口減少に転じていると推計されている令和24年(2042年)まで増え続けていくと予測されています。

人口	297,437人 (男性 153,438人、女性 143,999人)
世帯数	145,586世帯
65歳以上高齢者数	61,321人 (うち75歳以上 29,959人)
高齢化率	20.6% (75歳以上 10.1%)
要介護認定者数(令和3年3月)	12,146人 (うち1号被保険者 11,849人)
ひとり暮らし高齢者数	15,655人 (総世帯に占める割合 10.8%)
地域ケアプラザ(令和3年4月)	9か所
自治会町内会(令和3年4月)	126団体(自治会町内会加入率70.3%)

出典:令和2年国勢調査(総務省)等

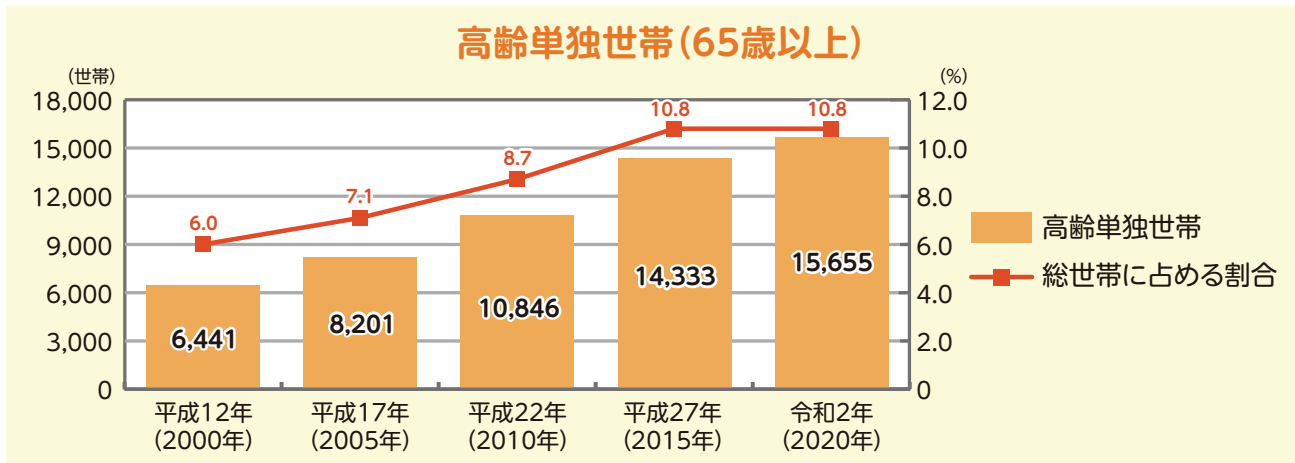
### (2) 鶴見区の高齢者

65歳以上の高齢者数は、令和7年(2025年)には約66,000人、高齢化率は21.9%になると予測されています。さらに、鶴見区が人口のピークを迎える令和24年(2042年)の高齢化率は28.2%となり、およそ「3人に1人が高齢者」となる見込みとなっています。



出典:横浜市政策局「横浜市将来人口推計」

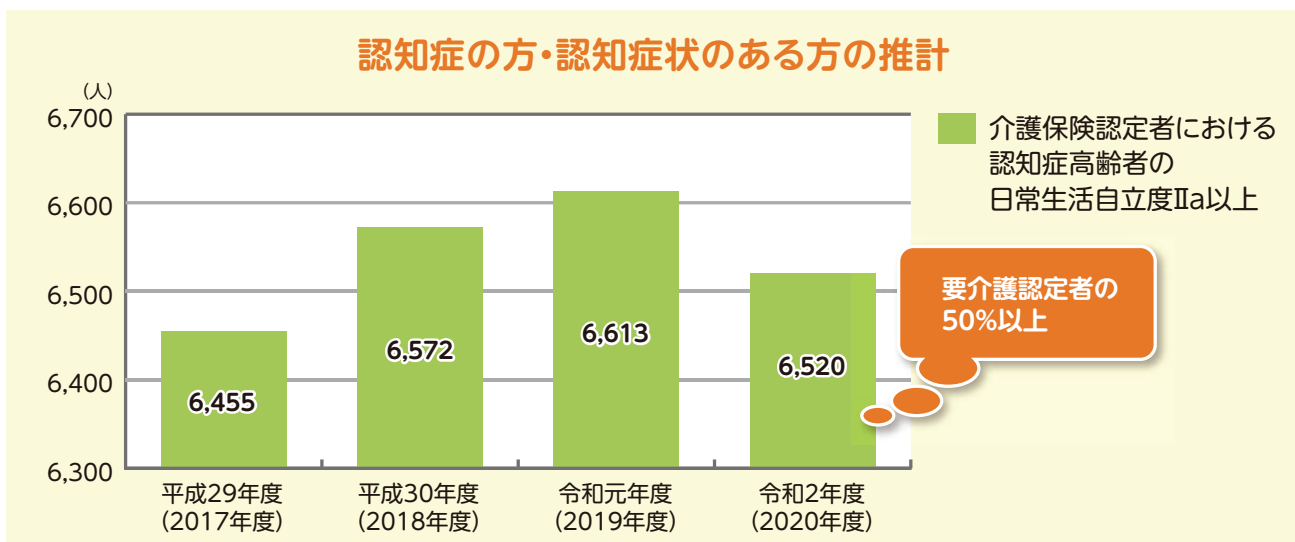
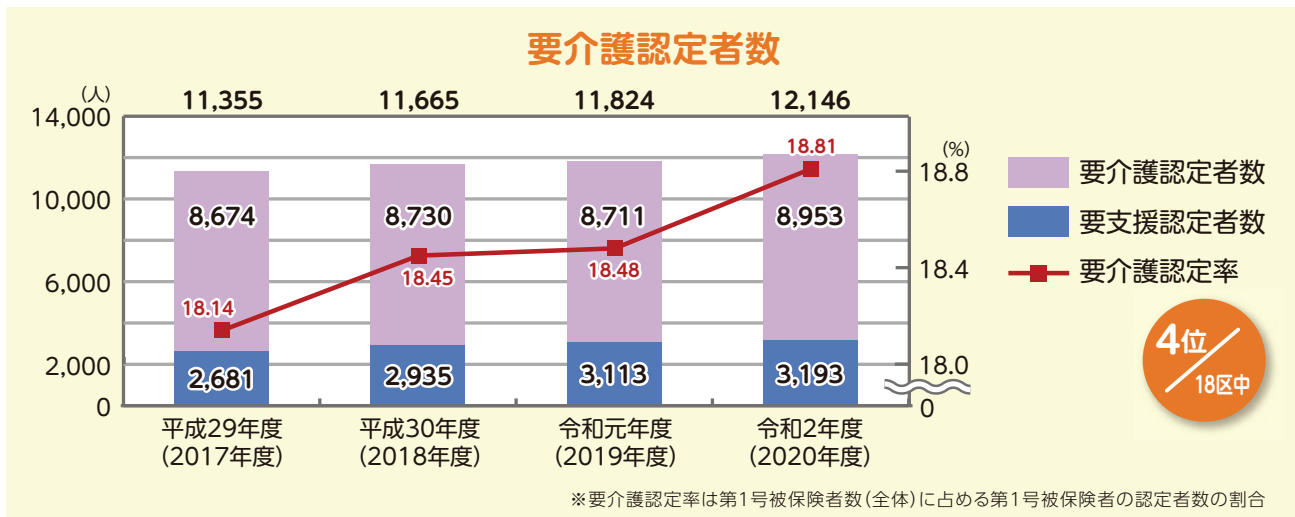
高齢者数の増加に伴い「高齢単独世帯」も大幅に増加しています。平成12年と比較して、令和2年では、高齢単独世帯は約2.4倍となっており、総世帯に占める割合は約11%まで増加しています。



出典:令和2年国勢調査(総務省)

### (3) 鶴見区の要介護認定者数

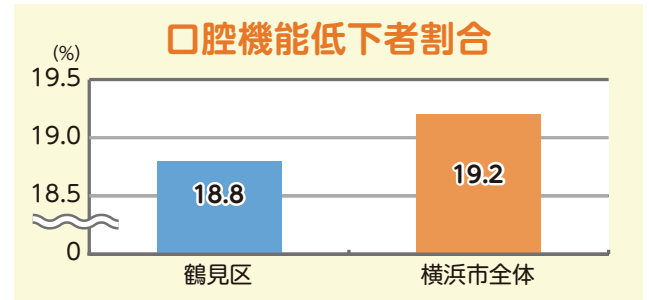
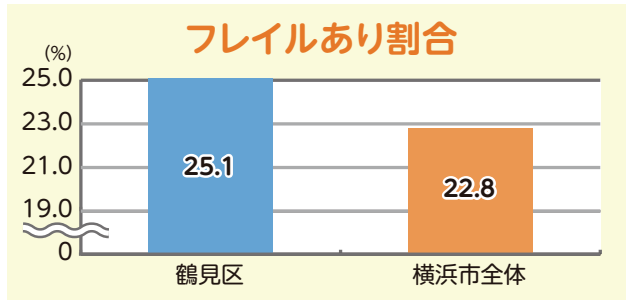
要介護認定者数は年々増加傾向にあり、令和3年は12,146人で、18区中4番目の認定者数となっています。また、要介護認定者の半数以上に、認知症状が見られます。



出典:横浜市介護保険システム

#### (4) 鶴見区の要介護リスク

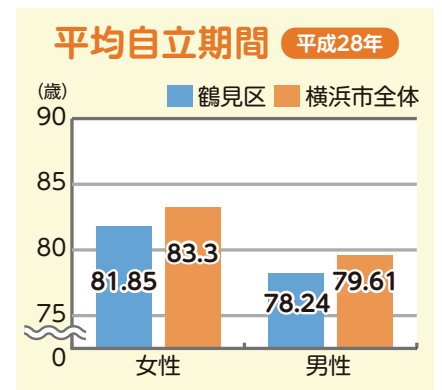
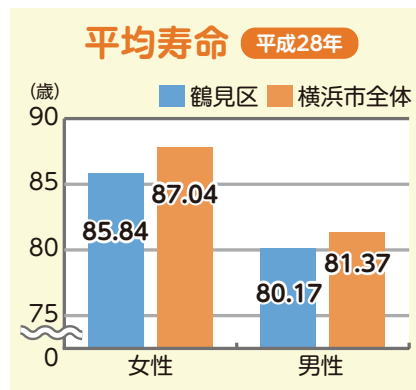
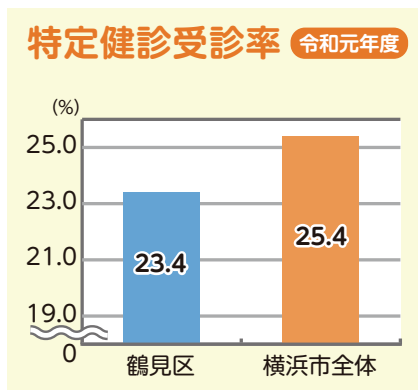
65歳以上の要介護リスクの状況について、「健康とくらしの調査(横浜市JAGES2019調査)」では、フレイルあり割合(\*)は25.1%と市内でも3番目と高い数値となっています。また、口腔機能低下者割合は18.8%と市内では12番目となっています。



出典:横浜市JAGES2019年調査

#### (5) 鶴見区の健康

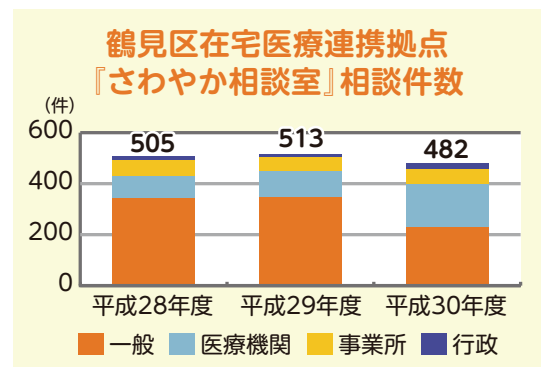
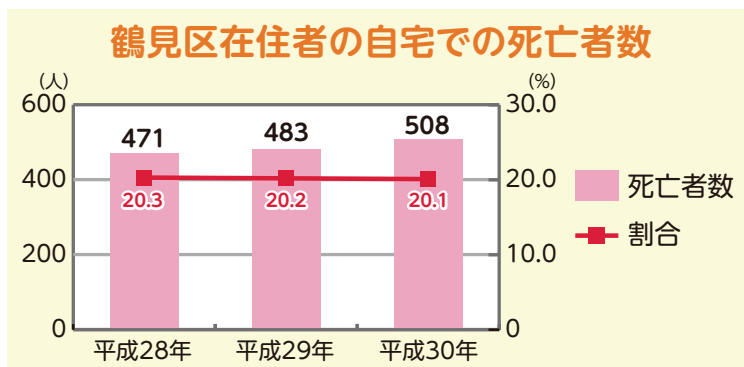
鶴見区の令和元年度の特定健診受診率(横浜市国民健康保険対象者)は、23.4%で、横浜市全体の25.4%より低く18区中16番目となっています。また、平均寿命及び平均自立期間(\*\*)は、男女共に市全体よりも低い数値となっています。



出典:特定健診実施状況(令和元年度法定報告)、第2期健康横浜21中間評価報告書(令和元年8月改訂版)

#### (6) 鶴見区の在宅医療

鶴見区在住者の自宅での年間死亡者数は平成30年で508人であり、横浜市平均の339人より多くなっています。また、鶴見区在宅医療連携拠点『さわやか相談室』の相談件数は年間500件前後で推移しており、主に一般の方や医療機関からの相談が多くなっています。



出典:横浜市在宅医療・看取りに関する調査等

注

※フレイル…加齢に伴い心身の活力(筋力、認知機能、社会とのつながりなど)が低下した状態、「虚弱」を意味します。

※平均自立期間…日常生活に介護を要さない期間の平均を指したもので、健康寿命の考え方のひとつ。

### 3. 各分野における目標と取組

鶴見区では地域包括ケアシステムを構築していくために、「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」、「認知症対策」、「権利擁護」と大きく5つの分野ごとに取組を進めていきます。

- (1) **介護予防**…介護が必要な状態にならないように、また、介護が必要になっても心身の機能を維持・改善できるようにしていくための取組です。
- (2) **多様な主体による生活支援の充実**…高齢者の生活を地域で支えていくために、医療・介護のみならず、日常生活上の課題に対する生活支援が提供されることを目指す取組です。
- (3) **在宅医療・介護連携**…多職種協働により、在宅医療・介護を一体的に提供できる体制を構築し、将来不足する病床機能の確保を見据えて、地域の関係機関の連携体制強化を目指す取組です。
- (4) **認知症対策**…認知症の方やそのご家族を支援し、また、認知症になっても本人の意思が尊重され、できる限り良い環境の中で暮らし続けることができる地域づくりを目指す取組です。
- (5) **権利擁護**…高齢者一人ひとりが、自らの意思で自身の生き方を選択し、地域で生きがいを持ちながら、人生の最期まで自分らしく生きることができるための取組です。



## (1) 介護予防

## 令和7(2025)年の目標

- 自発的・継続的に介護予防や健康づくりに取り組む様々な活動グループが、身近な場所にあります。
- 高齢者がフレイル予防に関する知識を得て、継続的に予防に取り組むことができます。
- 高齢者が孤立することなく、介護予防や健康づくりに取り組む活動グループに継続的に参加し、地域とのつながりを持てるようになっています。
- 地域のサロンや趣味活動等の通いの場を充実させ、高齢者がこれからも生き生きと健康で自分らしく暮らし続けることができるよう、参加者の増加を目指していきます。

## 現状と課題

- ✿ 鶴見区の要介護認定者数は高い水準にあり、18区中4番目となっています。また、フレイルあり割合が高く、フレイルの予防啓発は重要な課題となっています。特にオーラルフレイル(口腔機能低下)予防については、鶴見区歯科医師会との協働による、区内70歳の高齢者に横浜市歯周病検診(無料)の受診勧奨に加え、地域ケアプラザとともに普及啓発に努めています。
- ✿ 令和2年度末時点における地域のサロンや趣味活動等の通いの場の参加人数は1,499人、参加率(参加人数/区内65歳以上人口)は約2.3%です。元気づくりステーション<sup>(※)</sup>(令和4年3月現在で21か所)を含めた住民運営の活動グループは年々増加していますが、より参加しやすい場づくりへの取組が必要です。鶴見区では、ひざ痛対策として「ひざひざワックン体操」を取り入れる活動グループを増やしたり、活動内容の充実を図っています。
- ✿ 地域ケアプラザは、幅広く介護予防を普及啓発するために、出張講座をすることで地域の施設や拠点を活用した介護予防の取組を進めています。
- ✿ 地域人材の固定化・高齢化等により、介護予防に関する人材が少なく、担い手不足が課題となっています。平成22年からひざひざワックン体操を普及啓発するために毎年運動指導者の育成に取り組み、研修を受けた方は、元気づくりステーションや地域の活動の場で体操を指導しています。
- ✿ 区役所と地域ケアプラザが協働し、ひざひざワックン体操をはじめとする介護予防の取組を通じて、ロコモティブシンドローム<sup>(※)</sup>予防やフレイル予防の普及啓発を行っています。

## 注

※**元気づくりステーション**…高齢者が元気に生活できることを目的とした身近な地域で自主的に活動を継続するグループ。

※**ロコモティブシンドローム**…加齢に伴う筋力の低下や骨・関節の疾患などの運動器の障害が起こり、「立つ・座る・歩く」などの移動能力が低下する状態のこと。



## 方向性と取組

### 1 介護予防に取り組むための意識の醸成を目的とした普及啓発

- (1)元気づちから関心を持って介護予防、フレイル予防等に関する知識を得て予防に取り組むことができるようにするため、介護予防普及啓発講演会や出張講座等を実施します。
- (2)地域における集いの場等の機会を捉え、健康教育や個別相談を実施することで、元気づくりステーション等の介護予防活動の場への参加を促し、必要に応じて生活習慣の改善等への助言を行います。
- (3)ロコモティブシンドローム予防の啓発として、ひざひざワックン体操やハマトレ<sup>(※)</sup>の普及啓発をします。

### 2 元気づくりステーションを含めた住民運営の活動グループの充実

- (1)元気づくりステーション等の活動グループの立ち上げを支援します。
- (2)元気づくりステーション等の活動グループの自主的な運営を支援します。

### 3 地域活動支援・介護予防人材の育成及び支援

- (1)既存の地域の介護予防グループを把握し、継続的に支援します。
- (2)ひざひざワックン体操指導者等の育成、支援を行います。
- (3)リハビリテーション専門職を地域グループや地域ケア会議<sup>(※)</sup>へ派遣し、介護予防を推進します。

#### コラム 1 ひざひざワックン体操誕生

◆鶴見区ではひざの痛みの影響で生活に支障をきたし、要介護認定を受ける高齢者が多いことから、平成21年に「ひざひざワックン体操」を考案しました。

令和元年には「ひざひざワックン体操」が誕生してから10周年を迎え、今後さらに、広く住民に周知され、日頃の活動の中に取り入れてもらえるよう、区役所において

【誕生10周年記念ひざひざワックン体操講座】を開催しました。

医師によるひざ痛や体操に関する講義や、健康運動指導士によるワックン体操の実践を行うなどし、参加者からは大変好評を博しました!



▲講座の様子

#### 注

※ハマトレ…ロコモティブシンドロームを予防するため、横浜市が高齢者の「歩き」に着目して開発した「家の中でも簡単にできる」トレーニングです。

※地域ケア会議…地域で暮らす高齢者が、介護等が必要になっても住み慣れた地域で暮らしつづけることができるために、地域の支え合いについて、高齢者、その家族、医療・福祉関係者、地域で暮らす人などで話し合う会議。

## (2) 多様な主体による生活支援の充実

## 令和7(2025)年の目標

- 住み慣れた地域で、自分でできることは自分で行いながら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生活支援の機会があります。
- 高齢者自身が孤立することなく、生きがいや役割を持って、自分らしく、元気に暮らし続けられるよう、気軽に社会参加ができる様々な機会が充実しています。
- 介護予防・生活支援サービス補助事業(サービスB)活動団体の数及び住民主体の地域の活動数について、地域のニーズに合った適切な数が維持できるよう支援や働きかけを行います。
- 高齢者の生活支援のため、より多くの方が地域活動、ボランティア活動に参加しています。

## 現状と課題

- ✿ 令和2年度末時点における、サービスB活動団体の数及び住民主体の地域の活動把握数(ヨコハマ・地域活動サービス検索ナビ公開数)については、それぞれ6団体、174件です。
- ✿ 介護予防等に関する取組や生きがいにつながる活動が、自治会町内会等の地域が主体となり、地域ケアプラザや地区センター、自治会町内会館等で行われています。一方、地域ケアプラザ等の活動拠点から離れたところに住んでいる住民が、気軽に参加しにくい状況も見られます。
- ✿ 自治会町内会、民生委員、地区社会福祉協議会、ボランティアによる配食サービス等の事業を行っている地域がある他、小売店やスーパー等の店舗が近隣に少なく、買い物に不便なエリアでは、NPO法人、民間企業、関係団体と連携し、野菜等の出張販売の取組を始めた地域もあります。今後は、区域全体を対象に、担い手の充実や様々なニーズを解決する仕組みづくりが必要です。
- ✿ 住民主体の活動を拡充、継続するためには、新たな担い手の養成や確保が重要になるため、関係団体や住民向けに講座や啓発等を実施、充実していく必要があります。

コラム  
2

## ヨコハマ地域活動・サービス検索ナビ

◆『ヨコハマ地域活動・サービス検索ナビ』とは、地域の方々を中心となって行うサロンや趣味活動の場、日常生活のちょっとした困りごとをお手伝いする活動の情報を「見える化」したデータベースシステムです。

## 《HPへのアクセス》

横浜 地域活動ナビ

検索



URL: <https://www.city.yokohama.lg.jp/kurashi/fukushi-kaigo/koreisha-kaigo/care-system/chiikinavi.html>

## 方向性と取組

### 1 多様な支援・サービスの提供

- (1)介護予防・生活支援サービス補助事業(サービスB)等の活用に向けた支援を行います。
- (2)地域の特性に合ったサービスBが展開できるよう支援します。
- (3)『ヨコハマ地域活動・サービス検索ナビ』について内容の充実や周知を図り、地域の方々に活用していただくことで、ニーズに沿ったサービスの提供を目指します。

### 2 支援主体・関係者間のネットワーク構築

- (1)地域、区役所、区社会福祉協議会、地域ケアプラザ等の関係機関が連携し、生活支援等の活動やサービスについて検討していきます。
- (2)高齢者が孤立することなく地域と気軽に交流できる機会をつくるため、関係機関や民間企業と連携を深めていきます。

### 3 居場所づくりの支援

- (1)地域のニーズや特性を把握し、地域に必要とされる居場所づくりにつなげていきます。
- (2)地域主体で居場所づくりに取り組む活動団体へ支援を行っていきます。

#### コラム 3

#### 介護予防・生活支援サービス補助事業 サービスB団体による活動

◆サービスBとは、ボランティアを始めとした地域住民の方々が、要支援者等の方に向けた介護予防・生活支援の活動を行う住民主体のサービスで、通所型支援、訪問型支援、見守り支援等の活動が行われています。

#### 【サービスB活動例（うしおだチャレンジ）】

◆平成30年10月からサービスBの通所型支援として活動を開始した「うしおだチャレンジ」では、要介護状態にならないよう、週に1回、体力づくり・栄養管理・創作活動を中心としたプログラムを、地域の矢向連合町内会、民生委員、NPO法人等と連携する他、リハビリテーション専門職にも協力いただきながら実施しています。



▲活動の様子

### (3) 在宅医療・介護連携

#### 令和7(2025)年の目標

- 高齢者が疾病を持ちながらも、住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるよう、在宅医療に関する相談・支援を受けられる機会があります。
- 在宅医療・介護を担う医師や看護師、歯科医師、薬剤師、ケアマネジャー、訪問介護、通所介護等の多職種が連携し、高齢者本人や家族を支援しています。
- 多職種での円滑な連携による充実した支援が切れ目なく行われるよう、引き続き強固なネットワーク構築に努めます。

#### 現状と課題

- ✦ 鶴見区では現在、鶴見区医師会や鶴見区歯科医師会、鶴見薬剤師会が連携して、在宅医療、訪問診療をさらに進めるため、勉強会・研修会等が実施されています。
- ✦ 医療・介護間による円滑な連携により安心安全な在宅ケアを提供するため、鶴見区医師会在宅部門が中心となり、鶴見区内の医療・介護の関係者が集まり、多職種連携・地域連携について考えるネットワークとして平成22年2月に「つるみ在宅ケアネットワーク」が発足しました。人生の最期を在宅で迎える方も年々増加している中で、職種間の連携体制はさらに充実していく必要があります。
- ✦ 平成29年度～令和元年度までの3か年における「在宅におけるチーム医療を担う人材育成研修」の受講者数は平均で91名となっており、医師・看護師・ケアマネジャー・地域ケアプラザ職員など多くの関係者に受講いただいています。
- ✦ 鶴見区医師会では地域における医療と介護をつなぎ、より円滑に病院・施設から在宅へ継続した関わりが持てることを目的とした鶴見区在宅医療連携拠点「さわやか相談室」を運営しています。平成28年には、さわやか相談室を済生会横浜市東部病院に出張開設しました。
- ✦ 鶴見区歯科医師会では、自宅・施設・病院で療養されて歯科に通院できない方への訪問診療相談窓口「つるつるのお口の相談室」を平成29年に開設し、訪問診療の手配や、お口や歯科に関する全般的な相談を受け付けています。
- ✦ 鶴見薬剤師会では、他職種や患者家族に薬剤師会の取組(かかりつけ薬剤師・薬局や薬剤師在宅訪問の推進等)を伝え、在宅訪問を希望する患者さんを増やすための情報提供を行っています。
- ✦ 鶴見区内には、介護事業者間の連絡会「鶴見事業者連絡会つばさねっと」があり、介護事業者間のつながりや地域ケアプラザとの協力関係があります。さらに医療との連携や多職種連携を強化していく必要があります。



## 方向性と取組

### 1 在宅医療・介護連携体制の構築

- (1) 鶴見区医師会、鶴見区歯科医師会、鶴見薬剤師会をはじめ、医療機関、介護事業所、地域ケアプラザ等の多職種による、一層の連携、ネットワークの構築を推進します。
- (2) 診療所間の連携、病院間の連携、病院と診療所の連携、訪問看護ステーション間の連携など相互の連携体制を固めることで、診療所医師が在宅医療に参画しやすい環境を整備します。
- (3) 地域ケア会議等の実施により、在宅医療・介護の課題検討を行うとともに、地域ケアプラザと医療機関等の連携を推進し、在宅医療・介護の円滑な連携が行える体制を整備します。

### 2 在宅医療・介護連携に関する相談体制の周知、普及啓発

- (1) 「さわやか相談室」や「つるつるお口の相談室」といった各団体の相談機能や役割を、区民や介護事業所へ周知していきます。
- (2) 「つるみ在宅ケアネットワーク連携ノート(通称:イエローノート)」について、緊急搬送時、災害時等だけでなく、在宅主治医・訪問看護師・ケアマネジャーなど多職種連携における情報共有にも役立つよう、在宅療養の在宅医療を受けている方に広く普及啓発していきます。
- (3) つるみ在宅ケアネットワーク等が行う区民や地域に向けた講演会等の開催を支援します。

### 3 在宅医療・介護を担う人材の育成

- (1) つるみ在宅ケアネットワーク、鶴見事業者連絡会つばさねっと、地域ケアプラザ等が行う、事業所や専門職に向けた医療知識(栄養管理、口腔ケア、在宅看取り等)に関する研修の開催を支援します。
- (2) 「在宅におけるチーム医療を担う人材育成研修」を実施し、顔の見える関係づくりを強化し、医療と介護の相互理解・連携推進と質の高い在宅医療・介護を提供できる人材を育成します。



#### コラム 4 つるみ在宅ケアネットワーク連携ノート(通称:イエローノート)

◆在宅療養や外来診療を受けている方が、病状が悪化した時や緊急搬送時、災害時などでも、安心・安全な医療を受けることができるよう考案された、ご自身の医療・介護の情報を共有するためのツールです。



## (4) 認知症対策

### 令和7(2025)年の目標

- 認知症になっても本人の意思が尊重され、地域で暮らし続けることができます。
- 認知症の方や家族が参加しやすい認知症カフェなどの居場所や機会が、身近な場所にあります。
- 認知症の方の見守りにかかわる協力機関が増加し、SOSネットワーク<sup>(※)</sup>の充実など、連携体制が強化されています。また、必要とする方が確実にSOSネットワークに登録できるよう、当該事業の周知を継続します。
- 認知症についての正しい理解の普及啓発を実施し、認知症の予防を進めるとともに引き続き認知症サポーター<sup>(※)</sup>養成者数の増加を目指していきます。
- 認知症初期集中支援チーム<sup>(※)</sup>において、認知症の症状などでお困りの方に対し、迅速・的確な支援につなげられるよう努めます。

### 現状と課題

- ✿ 令和3年の鶴見区の要介護認定者数は12,146人となっており、18区中4番目の多さとなっています。また、要介護認定者のうち半数以上に認知症状が見られており、今後も要介護認定者が増えてくることから、認知症の方も増加することが考えられます。
- ✿ 住民や家族の認知症についての理解の不足から適切な対応ができないケースがあります。そのため、認知症に関する正しい知識の普及啓発を進め、認知症への社会の理解を深めることで、できる限り認知症の方やその家族の支援ニーズに合った具体的な支援へとつなげる仕組みが必要です。
- ✿ 平成27年9月に、横浜市内ではじめて認知症初期集中支援チームが、うしおだ診療所に設置され、有効に機能しています。また、済生会横浜市東部病院に認知症疾患医療センターが設置され、鶴見区役所を含めたエリアの医療機関との連携が強化されています。
- ✿ 地域における認知症の方の理解者となる認知症サポーター数は18,075人、サポーター養成講座の講師となるキャラバン・メイト<sup>(※)</sup>数は324人になっています(令和2年度末時点)。サポーター養成講座を受講した人数は増加していますが、受講後の具体的な取組が必要です。
- ✿ 平成28年4月から鶴見区認知症高齢者等SOSネットワークを開始し、徘徊高齢者の事前登録や徘徊時の発見協力機関への連絡体制の充実に努めています。令和2年度末時点で117人の登録があり、近年は横ばいで推移しています。
- ✿ 認知症カフェ(令和4年2月時点で6件)は、地域の方や医療機関、高齢者施設等によって自主的に運営されています。今後増加が予想される認知症の方やそのご家族の不安を少しでも解消できる場として認知症カフェの増加が必要である一方、参加者が固定化され、新規参加者が少ないなどの課題があり、周知や人材育成も含めた運営の支援が課題になっています。

#### 注

- ※SOSネットワーク…行方不明の認知症の方の情報を発見協力機関に伝え、協力機関が発見保護に協力する仕組み。
- ※認知症サポーター…「認知症サポーター養成講座」を受講した、認知症やその家族の方の応援者となる人たちのこと。

## 方向性と取組

## 1 認知症高齢者等の早期診断・早期対応

- (1)認知症初期集中支援チームによる支援を行います。
- (2)認知症の予防や早期発見・早期診断の普及啓発を行います。
- (3)介護予防の取組における認知症予防を積極的に導入します。

## 2 認知症の方と家族がともに安心して過ごせる居場所づくりや介護者支援の充実

- (1)認知症カフェや介護者の集い等の地域活動を把握します。
- (2)認知症カフェや介護者の集い等の地域活動の運営等を支援します。

## 3 認知症への理解を深めるための普及啓発の推進と地域の見守りネットワーク構築

- (1)認知症サポーター養成講座を支援し、また、キャラバン・メイトの育成を行います。
- (2)認知症サポーターやキャラバン・メイトのフォローアップ講座や連絡会等を推進します。
- (3)SOSネットワーク等見守り体制の周知の継続を図ります。



## 5 認知症カフェ

- ◆認知症カフェとは、認知症の方やその家族、地域住民、医療や福祉などの専門職など誰でも気軽に集まれる場所のことです。
- ◆鶴見区では認知症の方が増加していく中で、認知症になっても、本人の意思が尊重され地域で自分らしく暮らし続けることができるよう認知症に関する取組を行っており、その取組の一環として、「みんなが気軽に集えるカフェがあります。」を作成し、配布しています。



## 《冊子の内容》

- 区内で認知症の方やその御家族などが集う『認知症カフェ』の紹介記事や、区役所における予約制の認知症相談、認知症の専門知識を持つ認知症初期集中支援チーム・若年性認知症支援コーディネーターの御案内を掲載しています。

## 《冊子の主な配布場所》

- 鶴見区区役所、区内地域ケアプラザ、区内地区センター など

## 《デジタル版》

- 冊子のデータは区ホームページからもダウンロードできます。

## URL:

[https://www.city.yokohama.lg.jp/tsurumi/kurashi/fukushi\\_kaigo/koreisha\\_kaigo/ninchi/20200302171359122.html](https://www.city.yokohama.lg.jp/tsurumi/kurashi/fukushi_kaigo/koreisha_kaigo/ninchi/20200302171359122.html)



## 注

- ※**認知症初期集中支援チーム**…医療や介護につながっていない認知症やその疑いのある方の自宅を訪問し、医療機関の受診や介護サービスの利用支援をしたり、認知症の状態に応じた助言等を行う専門職で構成するチーム。
- ※**キャラバン・メイト**…「認知症サポーター養成講座」を開催し、講師役を務めていただく人たちのこと。

## (5) 権利擁護

## 令和7(2025)年の目標

- 高齢者が自らの意思で自身の生き方を選択し、人生の最期まで自分らしくいけることができるよう、これまでの人生を振り返り、これからの生き方を考える機会があります。また、その内容や思いを他者へ伝える手段があります。
- 高齢者本人や家族、支援者等、高齢者を取り巻くあらゆる人のエンディングノートや成年後見制度などの意思決定支援や虐待防止など、権利擁護に関する制度への理解が進んでいます。
- 区民の多くがアドバンス・ケア・プランニング(ACP)について正しく理解し、自らが希望する医療・ケアを受けるために、大切にしていることや望んでいることを周囲の信頼する人たちと自発的に話し合い、共有することができるためのきっかけづくりができています。

## 現状と課題

- ✿ 区役所や地域ケアプラザの窓口等において、職員やケアマネジャーが成年後見制度を高齢者本人やその家族に説明をしても、制度利用の必要性や経済的な負担などの面において理解が得られない場合があります。
- ✿ 地域ケアプラザ職員やケアマネジャーが成年後見制度に対する知識を得る機会が十分ではないため、高齢者やその家族から相談を受ける際に回答に悩むことがあります。

コラム  
6

## アドバンス・ケア・プランニング(ACP)

◆アドバンス・ケア・プランニング(ACP)とは、自らが望む人生の最終段階における医療・ケアについて、前もって考え、家族や医療・ケアチーム等と繰り返し話し合い共有する取組のことで、愛称は「人生会議」です。

## 「医療・ケアについての『もしも手帳』」

- 「人生の最終段階」での医療やケアについて、自分の考えを残しておくために、元気なうちから考えるきっかけとなることを目的として作られました。本人の考えを家族等の信頼のおける人や、医療・介護従事者などと話す際の手助けとなるよう、区役所や地域ケアプラザ、薬局等で広く配布しています。



《詳細はHPにも掲載しています》

URL: <https://www.city.yokohama.lg.jp/kurashi/kenko-iryu/iryu/zaitaku/acp/moshimo2021.html>



- ✦ 高齢者本人が判断能力のあるうちから希望する生き方やケアについて備えることができれば、支援方法についても複数の選択肢を考えられる場合があります。
- ✦ 高齢者の介護についての知識や理解の不足による誤った対応が、高齢者虐待につながる可能性があります。そのため、地域での見守り活動や声掛けの推進、早期対応による医療との連携、介護者への支援が課題となっています。

## 方向性と取組

### 1 成年後見制度に関連した普及啓発

- (1) 区役所、区社会福祉協議会や地域ケアプラザではエンディングノートの常時配布を実施し、関連する各種講演会や書き方講座等の機会を捉え広く普及をさせます。また、ACPの正しい理解促進のため、区役所、地域ケアプラザや薬局等で、もしも手帳を配布します。
- (2) 支援者への成年後見制度に対する理解促進を目的として、区役所における市民向けエンディングノート啓発講演会の開催や地域ケアプラザによる書き方講座等を実施します。

### 2 高齢者虐待防止の啓発

- (1) 介護事業者や地域ケアプラザ等、高齢者福祉に関わりの深い関係者が、高齢者虐待に関する法律を理解し、早期支援・介入についての対応スキル等を身につけることを目的とした研修会を実施します。
- (2) 地域住民に向けた研修会等を実施し、高齢者虐待防止の啓発に取り組みます。

## コラム 7 エンディングノート(わになるノート)

◆エンディングノートはこれまでの人生を振り返り、これからの人生をどう歩んでいきたいか、自分の思いを記すノートです。自分らしい生き方を選択し、大切な人と共有するきっかけとなるように、鶴見区では区役所や地域ケアプラザ、地域の大学等でエンディングノートの書き方講座や講演会を行い、普及・啓発に努めてきました。平成26年度の初版発行から、より良い内容となるようリニューアルを重ね、令和元年度には、第三版を発行しています。



#### 《配布について》

鶴見区のエンディングノート(わになるノート)は、鶴見区役所高齢・障害支援課、鶴見区社会福祉協議会、地域ケアプラザの窓口にて説明をしながら配布しています。

#### 《エンディングノートに書けること》

(例):自身のプロフィール、大切なもの、もしものときの医療・介護の希望、財産のこと など

URL: [https://www.city.yokohama.lg.jp/tsurumi/kurashi/fukushi\\_kaigo/koreisha\\_kaigo/torikumi/tsurumiendingnote.html](https://www.city.yokohama.lg.jp/tsurumi/kurashi/fukushi_kaigo/koreisha_kaigo/torikumi/tsurumiendingnote.html)

## 4. 令和7(2025)年に向けて



鶴見区には、平成6年に初めて、地域の身近な相談機関として、潮田地域ケアプラザが設置されました。現在、9カ所の地域ケアプラザにおいて、地域情報や個別課題の把握、地域のネットワークづくりを推進するとともに、地域や行政と連携し、精力的に課題解決に向けた活動を進めてきたことで、地域包括ケアシステムの土壌が、地域に着実に根付いています。

在宅医療・介護連携については、鶴見区医師会、鶴見区歯科医師会、鶴見薬剤師会等による在宅医療、訪問診療に向けた研修会・勉強会等の実施や、地域の中核病院である済生会横浜市東部病院と地域の医療機関などが連携した医療提供体制の構築、高齢者施設、介護事業所等も含めた多職種連携の取組が精力的に行われ、医療・介護連携の基盤づくりも着実に進んでいます。

また、地域においては、平成17年に策定された「鶴見・あいねっと(鶴見区地域福祉保健計画)」による「たすけあい・支えあい・人と人のネットワーク」を基本理念として、各地区や団体による身近なところからの地域福祉保健活動により、誰もが住みやすいまちづくりが進められています。

一方で、新型コロナウイルス感染拡大の影響により、地域活動の休止も多く見られ、これまでのような地域の取り組みが困難な状況となっている中で、新しい生活様式を取り入れながら、地域活動を再開・継続するにあたり、支援者として何ができるか、工夫できることは何かを検討しながら進めていく必要があります。

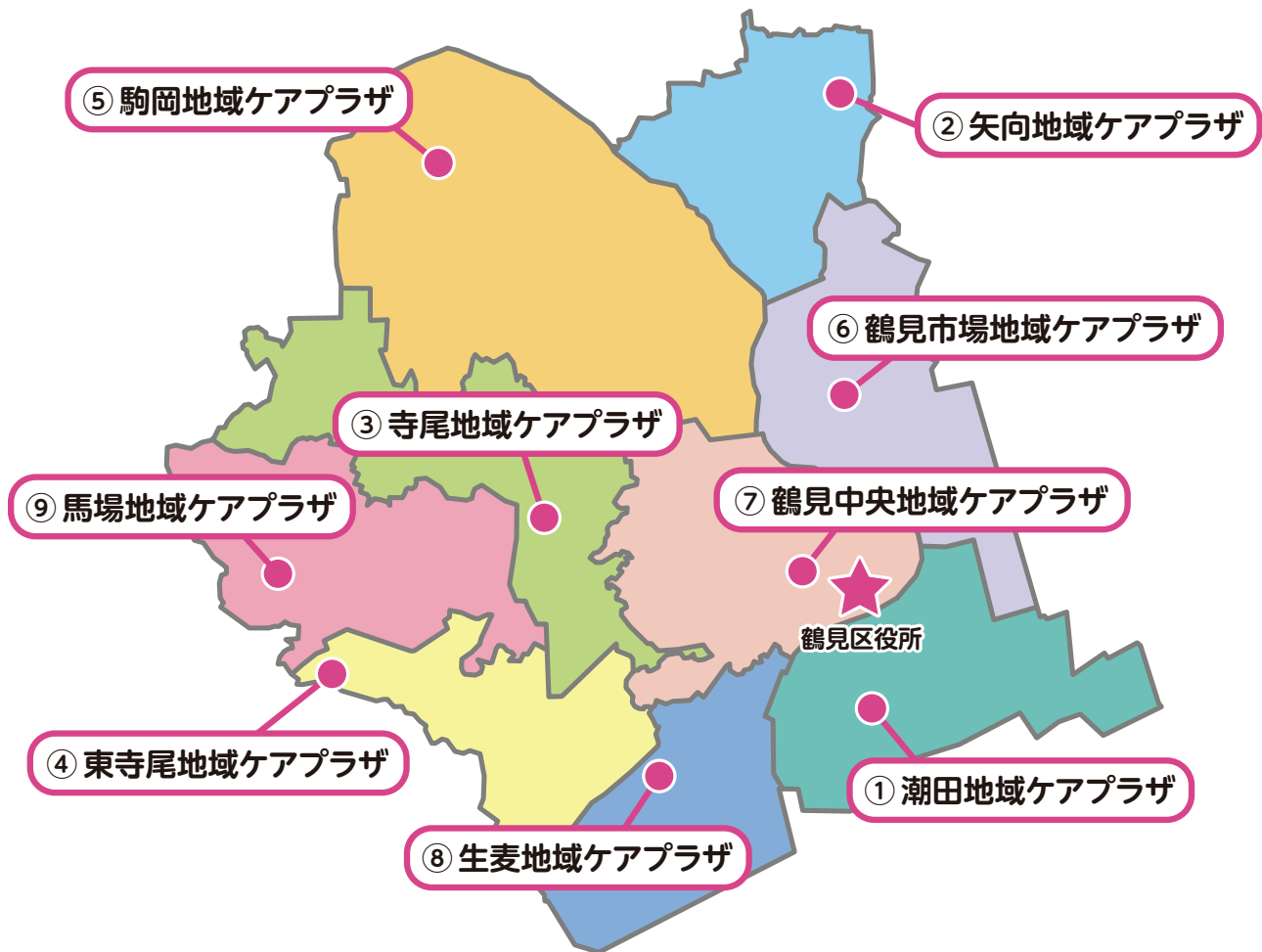
こうした状況を背景に、鶴見区においては、これまでの取組や地域の実情に応じ、取組をさらに拡充・発展させていくことが重要であり、今後はより戦略的に取り組んでいく必要があります。

令和7(2025)年に向けて、鶴見区民が住み慣れた地域において、人生の最期まで自分らしい暮らしを続けることができるよう、地域ケアプラザ、鶴見区社会福祉協議会をはじめ、鶴見区医師会、鶴見区歯科医師会、鶴見薬剤師会、介護事業者、NPO法人、自治会町内会、民生委員等の多くの関係機関と協力・連携しながら地域包括ケアシステムの構築に向けて取り組んでいきます。



## 地域ケアプラザ

地域ケアプラザは、「地域の身近な福祉保健の拠点」として、「地域づくり」「地域のつながりづくり」を行うとともに、地域及び行政と連携し、地域の中での孤立を防ぎ、支援につなげていきます。鶴見区では、区内を9つの日常生活圏域に分け、それぞれを9つの地域ケアプラザが担当し、きめ細かい取組を行っています。



地域ケアプラザ名	住所	連絡先	
① 潮田地域ケアプラザ	本町通4-171-23	TEL: 507-2929	FAX: 507-2930
② 矢向地域ケアプラザ	矢向4-32-11	TEL: 573-0020	FAX: 573-0027
③ 寺尾地域ケアプラザ	東寺尾6-37-14	TEL: 585-5566	FAX: 585-5737
④ 東寺尾地域ケアプラザ	東寺尾1-12-3	TEL: 584-0129	FAX: 570-6202
⑤ 駒岡地域ケアプラザ	駒岡4-28-5	TEL: 570-6601	FAX: 570-6602
⑥ 鶴見市場地域ケアプラザ	市場下町11-5	TEL: 504-1077	FAX: 500-6677
⑦ 鶴見中央地域ケアプラザ	鶴見中央1-23-26	TEL: 508-7800	FAX: 508-7808
⑧ 生麦地域ケアプラザ	生麦4-6-4	TEL: 510-3411	FAX: 510-3018
⑨ 馬場地域ケアプラザ	馬場7-11-23	TEL: 576-4231	FAX: 576-4233



ヨコハマ  
未来スイッチ  
Positive Aging

【編集・発行】

横浜市鶴見区役所 福祉保健センター 高齢・障害支援課  
〒230-0051 横浜市鶴見区鶴見中央3-20-1  
TEL:045-510-1776 FAX:045-510-1897

