

横浜型地域包括ケアシステムの 構築に向けた南区アクションプラン



令和4年3月

目次

1	横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けた南区アクションプランの策定にあたって	2
	(1) 横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けた南区行動指針の改定(区アクションプラン)	2
	(2) 区アクションプランの目的・位置づけ	2
	(3) 区アクションプランの期間	2
	(4) 南区地域福祉保健計画との関係	3
	(5) 地域ケア会議及び協議体について	4
	(6) 地域包括ケアプロモーションについて	6
	(7) 感染症流行時における取組について	6
2	南区の特色	7
	(1) 南区の概況	7
	(2) 南区の高齢者を取りまく現状	10
3	南区の目指す方向性とこれまでの取組	16
	(1) 地域包括ケアシステム構築に向けたスローガンと目指す方向性	16
	(2) 5つの取組分野	17
	(3) これまでの取組について	17
4	南区アクションプラン～分野別の具体的取組について～	20
	1. 介護予防・健康づくり	20
	2. 生活支援の充実	23
	3. 在宅医療・介護連携	26
	4. 介護・権利擁護	28
	5. 認知症対策	30
5	推進体制	32
	用語集	33

1 横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けた 南区アクションプランの策定にあたって



(1) 横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けた南区行動指針の改定 (区アクションプラン)

団塊の世代が後期高齢者(75歳以上)になる令和7(2025)年には、高齢化が一層進むことが予測されています。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後まで続けるため、介護・医療・介護予防・生活支援・住まいが包括的に確保される体制(地域包括ケアシステム)の構築が求められています。

地域包括ケアシステムは抽象的な概念であるとともに、幅広い分野にわたって連携が求められるため、横浜市では目指すべき姿を明確にし、考え方をわかりやすく示すために「横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けた行動指針(平成29年3月策定。以下「市指針」という)」を策定しました。

一方で区ごとに地域の実情や特性が異なる横浜市においては、区の戦略を立てることが重要です。そこで、市指針で示された横浜市全体の考え方・施策を踏まえながら、区として特に重点において取り組むべき項目や、区独自の取組について整理した「横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けた南区行動指針(以下「区指針」という)」を平成30年3月に策定し、南区における地域包括ケアシステムの構築を進めました。

今回、「第8期横浜市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」(令和3年3月策定)の策定を受け、区指針について改定を行うこととなりました。その際、区での具体的な取組や目標値を盛り込むこと等に伴い、「横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けた南区アクションプラン(以下「区アクションプラン」という)」へ名称変更し、策定しました。

(2) 区アクションプランの目的・位置づけ

区アクションプランでは、地域包括ケアシステム構築に向けた各取組の位置づけを示し、区役所及び関係団体・機関が目指すべき方向性を共有すること等を目的とします。

(3) 区アクションプランの期間

地域包括ケアシステムを令和7(2025)年までに構築することから、期間を区行動指針と同じく令和7(2025)年までとし、必要に応じて更新します。

～地域包括ケアシステムイメージ～



「第8期横浜市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」より

(4) 南区地域福祉保健計画との関係

地域包括ケアシステムは、高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けることができるよう、ニーズにあった資源を組み合わせる様々な支援やサービスが連携し、一体的に提供される体制を目指すものです。

一方、地域福祉保健計画は、高齢者、障害者、子ども等をはじめとした区民の地域福祉保健にかかる理念、方針、地域の取組の推進方向等を明示し、区民全体の地域生活の充実を図ることを目指しています。地域包括ケアシステムの構成要素のうち、介護・医療・住まいについては、地域包括ケアシステムの構築を通じて充実させていくものですが、介護予防・生活支援については、地域福祉保健計画の高齢者を対象とした取組と連動して進めていくべきものです。

南区では、令和3年度から第4期南区地域福祉保健計画を推進しています。住民一人ひとりがつながりを意識し「健康で安心な地域づくり」を目指すため、住民が人や地域とつながりを持ち、

共に支え合い、健康で自分らしく、安心して笑顔で暮らせるよう、地域をはじめ、関係団体・機関、区が連携しながら、サロンやイベントの開催等様々な取組を行っています。

区アクションプランと南区地域福祉保健計画は、相互に情報共有を行うなど、常に連携して推進しています。特に高齢者を対象とする内容については、区アクションプランを中心に取組を進めていきます。

(5) 地域ケア会議及び協議体について

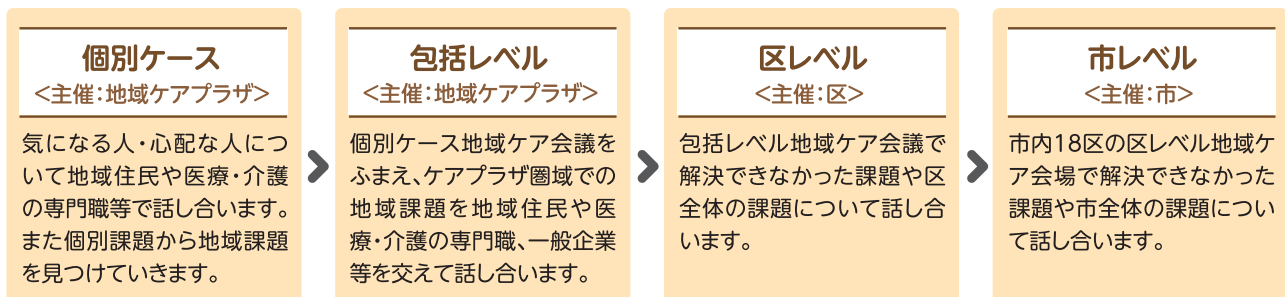
高齢者の支援を考え検討する場として、「地域ケア会議」と「協議体」があります。

地域ケア会議は、高齢者個人への適切な支援を図るために必要な検討を行い、高齢者が住み慣れた地域で自立した日常生活を営むために必要な支援体制(社会基盤の整備・地域づくり)に関する検討等を行う会議です。地域包括支援センター(地域ケアプラザ)や区役所が主催し設置・運営をしています。また、対象エリアにより個別ケース、包括レベル、区レベル、市レベルの階層構造をとっており、それぞれのレベルに応じた内容について検討しています。

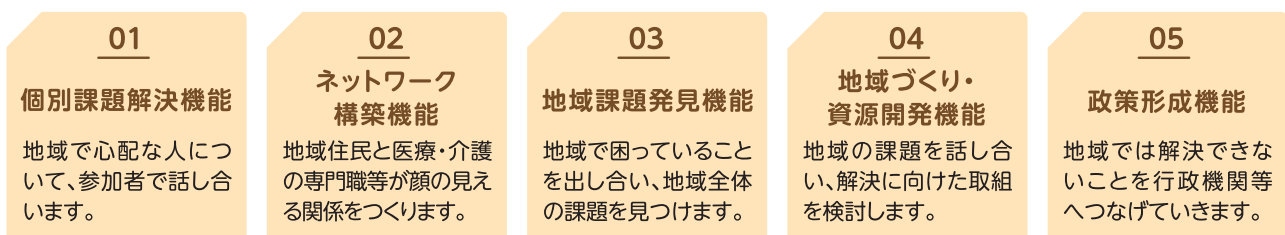
一方、協議体は高齢者への必要な生活支援・介護予防・社会参加に係る活動・サービスを創出、または継続・発展させるための具体的な企画立案を行うことを目的に開催する会議です。協議体も地域ケア会議と同様に、地域ケアプラザや区役所及び社会福祉協議会が主催し、実施します。

地域ケア会議と協議体はともに高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けるための仕組みづくり等を行うものであり、時に連携しつつ進めています。

4つの地域ケア会議



地域ケア会議の5つの機能



地域ケア会議と協議体の展開イメージ

1



買い物は
行きたい

ひとり
外出は不安

介護保険？

近所の人に
相談しようか？

南 風太郎さん(80歳)

2

さくら民生委員 地域ケアプラザ職員



太郎さんと同じような方、
隣の地域にも結構いるのよね…。
何かと心配で気になるの。

太郎さんの他にもいるのか…。
もう少し地域を広げて、地域
全体で、どのような支援がで
きるかな？

地域ケア会議【個別ケース】

本人に関わる医療・介護・福祉の専門職やご近所や友人など、様々な方が参加し、高齢者個人が、住み慣れた地域の中で、自分らしく自立した生活を続けるために話し合います。

3



買い物に
困っている人
多いね。

日用品なら、
自分の買い物と
一緒に、買ってきて
あげられるかも。

送迎があるお茶会
ってどうかな？

ご近所のできる
ことってないかな？

公園でラジオ体操
するのはどう？

地域ケア会議【包括レベル】

少し地域の範囲を広げて、様々な立場の方が参加し、話し合います。

4



子どもから大人まで誰でも
参加できるといいよね

2日間来なかった
人は、心配だから
訪問してみようか？

ラジオ体操なら、
みなっち公園がいいわ！

協議体（連携・協議の場）

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、あるいは継続・発展・拡充させるための具体的な企画立案を話し合います。

(6) 地域包括ケアプロモーションについて

地域包括ケアシステムを実現するためには、行政や介護・医療分野の関係機関、地域の取組はもちろん、一人ひとりが年齢を重ねる中で「その人らしい生活」を考え、健康づくりに取り組んだり、日頃から地域と関わるなど自発的な行動をすることが重要です。横浜市ではこういった備えのために“高齢期を自分事化”する広報活動、「地域包括ケアプロモーション」を進めています。

横浜市では、地域包括ケアシステムのキャッチコピーを「ヨコハマ未来スイッチ」とし、ロゴマークを定めました(下図)。さらにその考え方を映像にまとめたヨコハマ未来スイッチ動画を横浜市ホームページに掲載しました。特に、定年退職等のライフイベントが多く、自分の老後が具体的に気になり始める55～64歳の方をメインターゲットとしています。



南区においても、以下のような取組により、地域包括ケアプロモーションを進めていきます。

- ・ 高齢期の暮らしをテーマとした講座や研修等の企画・実施
- ・ 配布物やグッズ等へのロゴマーク活用による広報活動
- ・ ヨコハマ未来スイッチ動画を活用した広報活動

これらにより、メインターゲットとなる55～64歳の方を含め、区民の方が地域包括ケアシステムを身近に感じてもらえるよう、取組を進めていきます。

(7) 感染症流行時における取組について

令和元年度より新型コロナウイルス感染症が流行し、現在も収束には至っていません。この感染症は一般的に、高齢者や基礎疾患をお持ちの方について重症化するリスクが高いと言われており、高齢者においては、地域活動の縮小や、医療・介護を受けることを自粛する等の影響が出ています。

一方、高齢者が家に閉じこもりがちになったり、必要な医療・介護サービスを受けないことで、虚弱化や症状の悪化を招くリスクも指摘されています。

こういった感染症流行時においては、感染によるリスクと活動休止によるリスクを念頭に置きつつ、活動を行う際には、感染症予防のための必要な対策を取ったうえで各活動を進めていきます。

2 南区の特色



(1) 南区の概況

南区は、横浜市の中央部に位置し、面積は12.63km²で、西区について小さい区です。区の地形は平地部と丘陵部により、狭い範囲の中で起伏に富んだ変化のある環境が形成されています。

生活道路には狭い道路や坂道が多く、外出に支障をきたす高齢者もみられます。区の東部は早くから市街化が進み、区の南西部は昭和30年代に宅地開発され、市街地形成の過程等により様々な地域の特色が表れています。

南区には、下町らしい人情味あふれる人と人とのつながりがあります。自治会町内会加入率でみると市内6番目と比較的高く、地域活動が活発です。

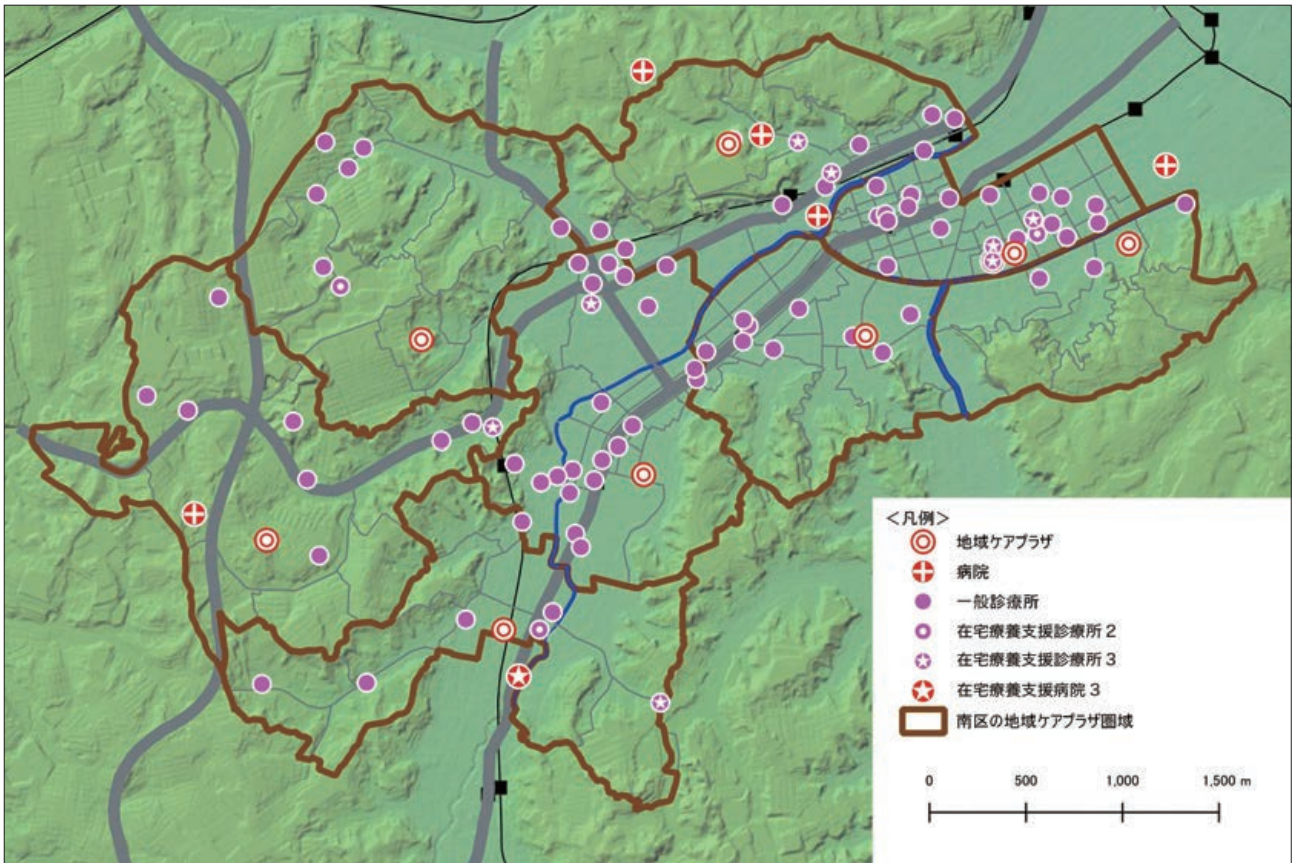
医療・介護関連の施設(事業所)について見てみると、どの種類の施設も横浜市都心部に近い地域、鉄道駅周辺や幹線道路沿いに集中しており、丘陵地に少ない傾向があります。特に医療機関でその傾向が強く出ています。

介護事業所では、訪問型介護サービス事業所は医療機関と同様の傾向がある一方、通所型介護サービス事業所や入所型介護サービス事業所などは、丘陵部も含め区全域に分散しています。

地域ケアプラザのエリアでみると、地形や道路などの状況で、エリアごとの医療・介護の資源が大きく異なっていることが分かります。



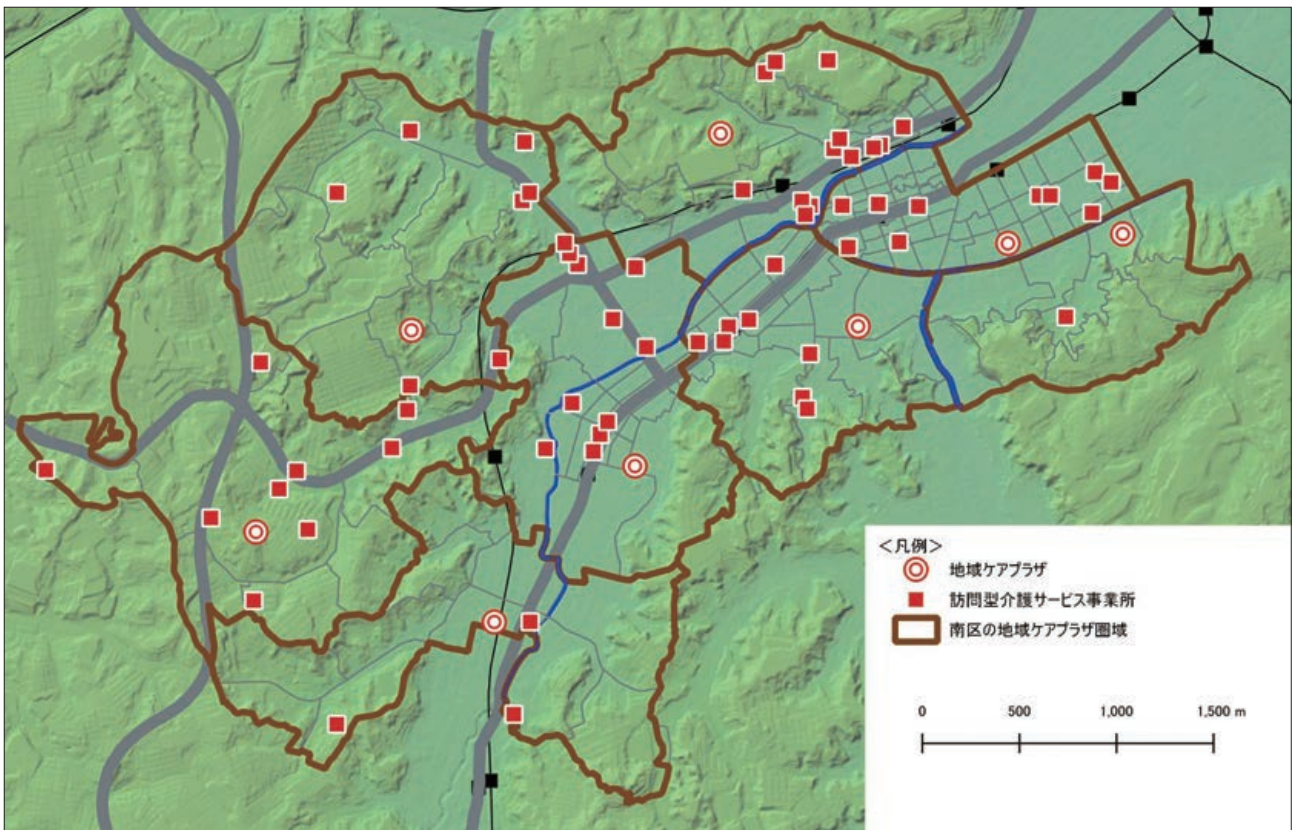
医療機関（病院、診療所）



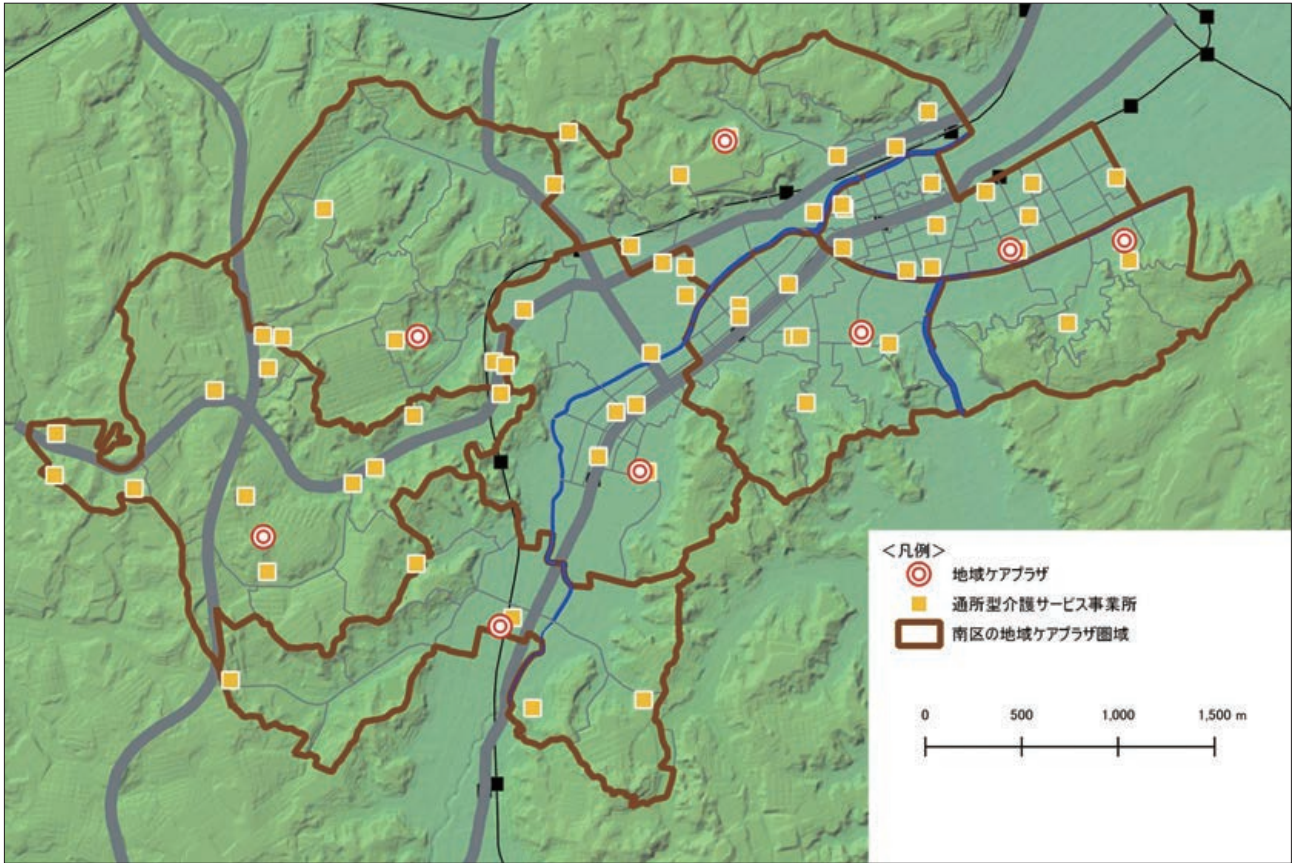
【在宅療養支援診療所2】次の要件を満たす診療所:24時間連絡を受ける体制、往診体制、訪問看護体制の確保。連携する医療機関で在宅医療を担当する常勤医師3人以上。過去1年の緊急往診が連携で10件以上かつ各々4件以上。過去1年の看取り等が連携で4件以上かつ各々2件以上等

【在宅療養支援病院3・在宅療養支援診療所3】次の要件を満たす病院・診療所:24時間連絡を受ける体制、往診体制、訪問看護体制の確保等

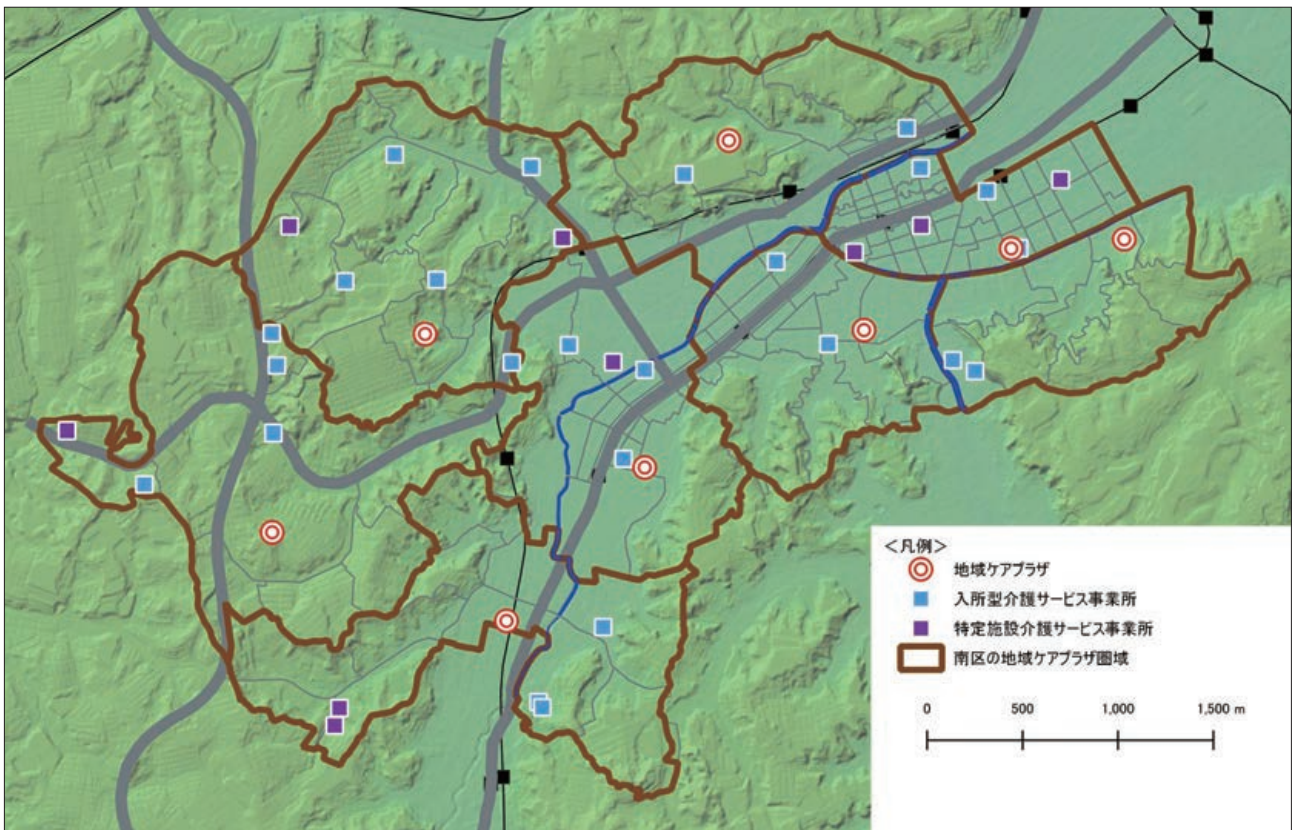
訪問型介護サービス事業所



通所型介護サービス事業所



入所型介護サービス事業所等



(2) 南区の高齢者を取りまく現状

ア 高齢者の人口・世帯の動向と特徴

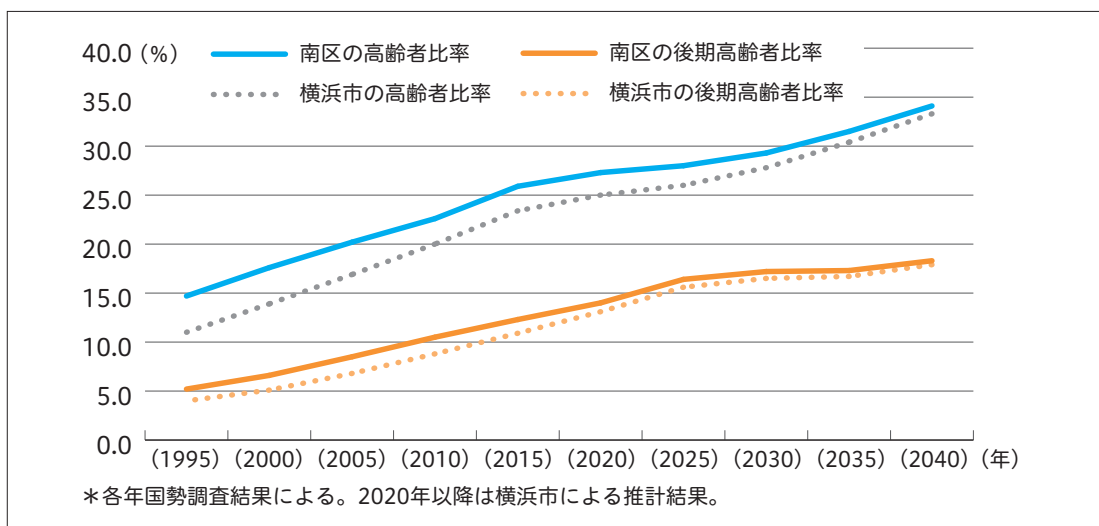
令和2年現在、65歳以上の人口は約5万3千人、高齢化率27.3%で市平均の25.0%を上回っています。2025(令和7)年には高齢化率は上昇し、28.0%になることが予測されています【表1】【図1】。

【表1】南区の人口予測

	平成22年 (2010)	平成27年 (2015)	令和2年 (2020)	令和7年 (2025)	令和12年 (2030)	令和17年 (2035)	令和22年 (2040)
総数	196,153	194,827	193,069	189,864	185,581	180,290	174,376
65歳以上	44,395	50,538	52,788	53,135	54,387	56,805	59,421
うち75歳以上	20,505	23,906	27,028	31,103	31,833	31,225	31,831
高齢化率(%)	22.6	25.9	27.3	28.0	29.3	31.5	34.1
後期高齢者の人口比(%)	10.5	12.3	14.0	16.4	17.2	17.3	18.3

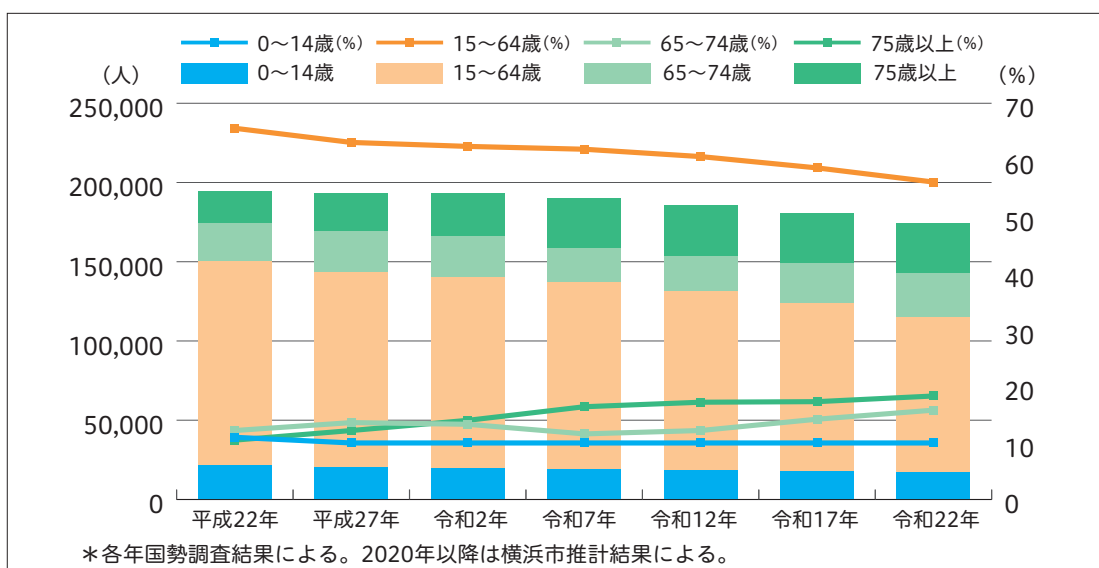
*各年国勢調査結果による。2020年以降は横浜市による推計結果。

【図1】高齢者比率の動向と予測



区の人口は平成22年以降緩やかに減少し、今後も減少傾向は続くことが予測されていますが、中でも15～64歳の世代の人口減少の割合が大きく、75歳以上の後期高齢者の人口は増加していきます【図2】。

【図2】年齢4区分人口と人口比率の動向と予測



全世帯の増加率が約3%であるなかで、高齢者のいる世帯は約10%増加しています。特に、ひとり暮らし高齢者は約20%増加しており、見守りが必要な世帯も増加していると予測されます【表2】。

【表 2】 南区の高齢者のいる世帯（国勢調査）

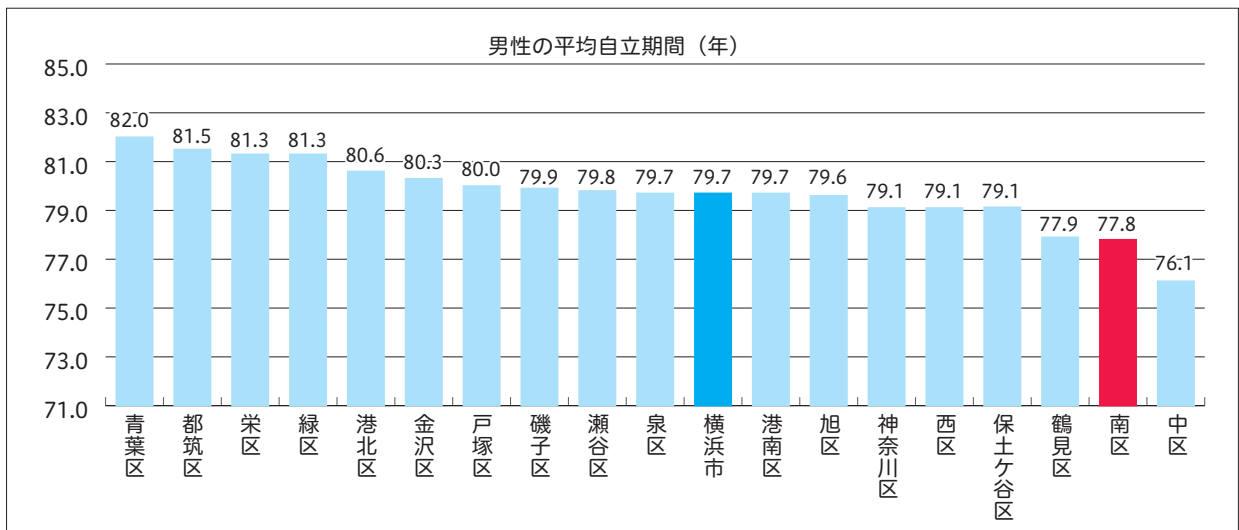
	世帯総数	施設等を除いた世帯数	65歳以上のいる世帯	うち高齢夫婦世帯	うち単独世帯
平成 22 年	92,352	92,226	31,701	8,116	10,866
平成 27 年	95,528	95,134	35,200	8,952	13,020
増加率	3.43%	3.15%	11.03%	10.30%	19.82%

イ 平均自立期間と要介護認定者の状況

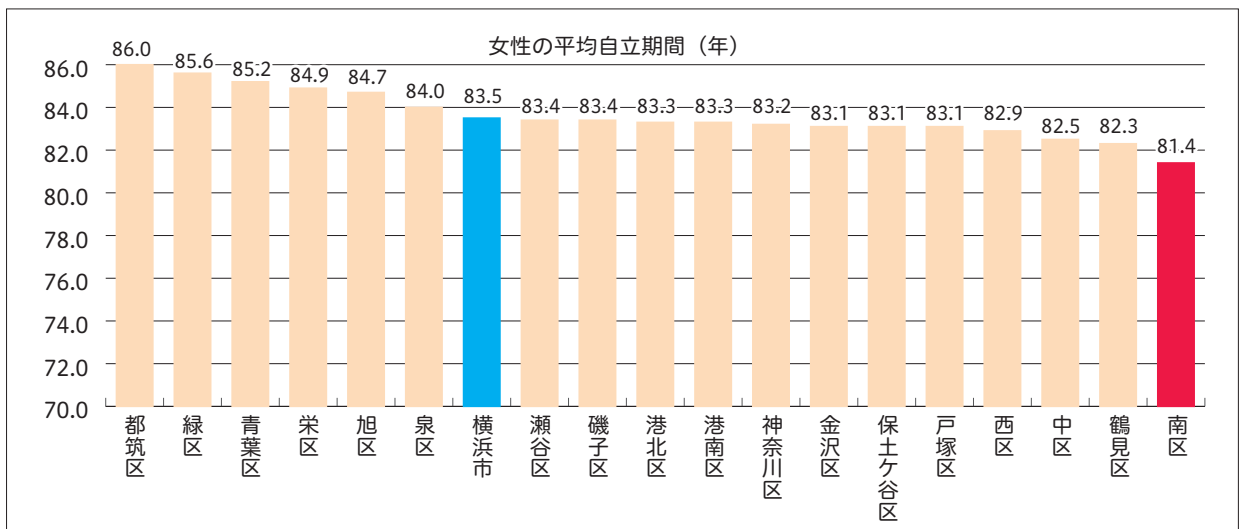
南区民の平均自立期間は、男性77.8歳、女性81.4歳で、いずれも市平均より短くなっています【図3】。

【図 3】 平均自立期間
（横浜市衛生研究所健康疫学データ保健統計データ集）（平成 27 年）

男性



女性



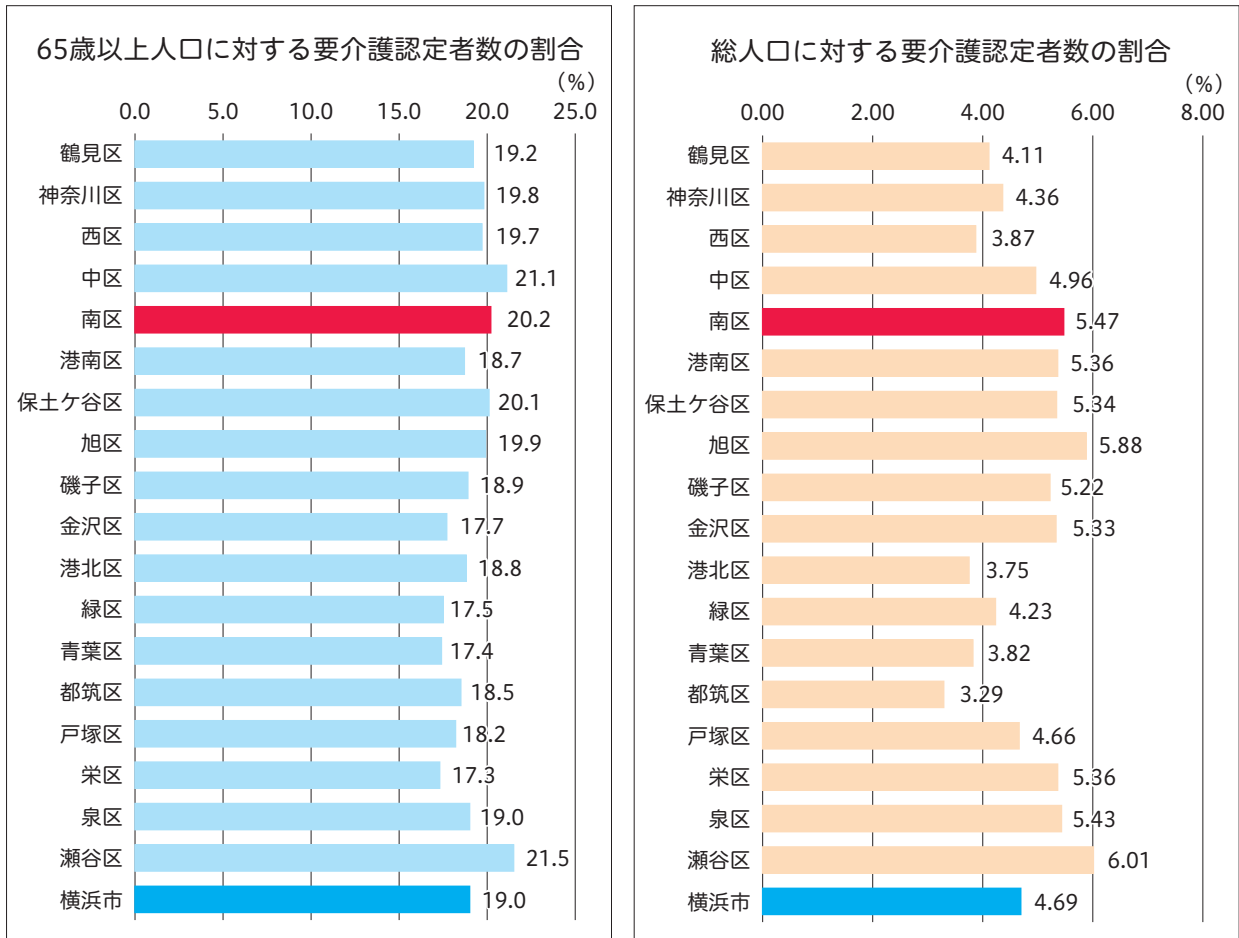
南区の要介護認定者は、年々増加しており、令和3年3月時点で10,897人です。これは65歳以上高齢者の20.2%を占め、区の総人口の5.47%になっています【表3】【図4】【図5】。

【表3】 南区の要介護認定者の状況

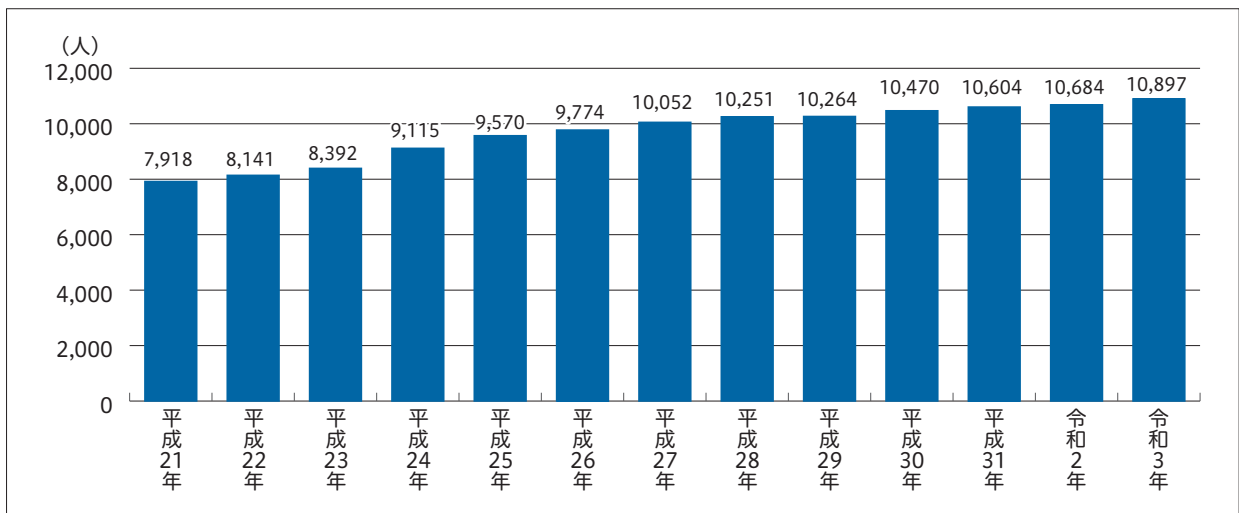
	要支援1	要支援2	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5	合計
南区	1,400	1,480	1,855	2,283	1,533	1,364	982	10,897
横浜市	22,375	28,450	27,521	37,334	24,025	21,670	14,995	176,370

*「区別要介護認定者数」横浜市健康福祉局による。2021年3月末時点

【図4】 要介護認定者数の割合



【図5】 南区の要介護認定者の推移



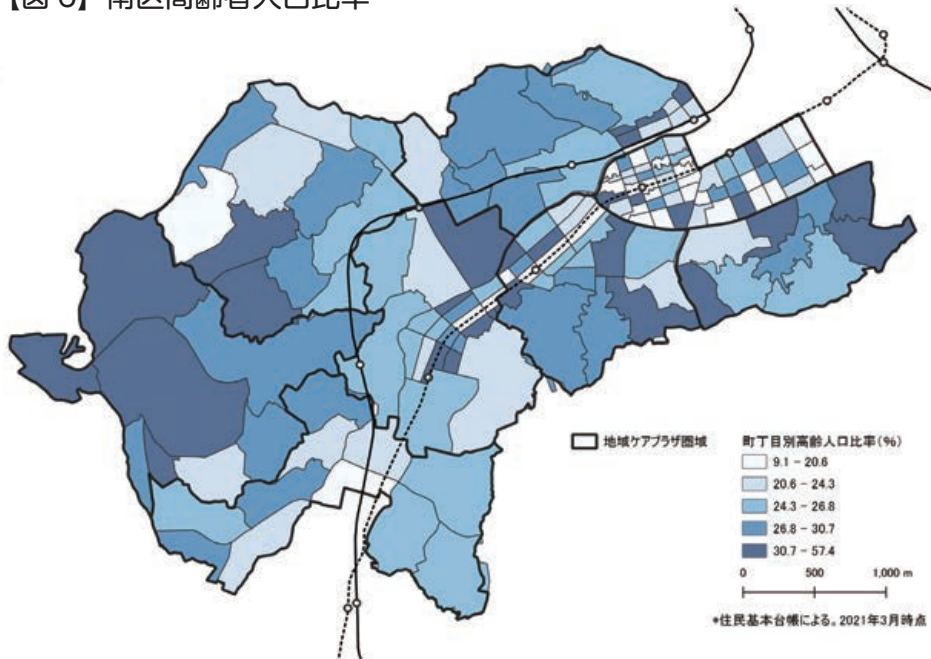
ウ 高齢者の居住地と高齢者比率

南区における高齢者の人口比率をみると、横浜市都心部に近い地域と、鎌倉街道や地下鉄路線に沿った平地部分で高齢者の比率は低く、周辺の丘陵地で高くなっています【図6】。

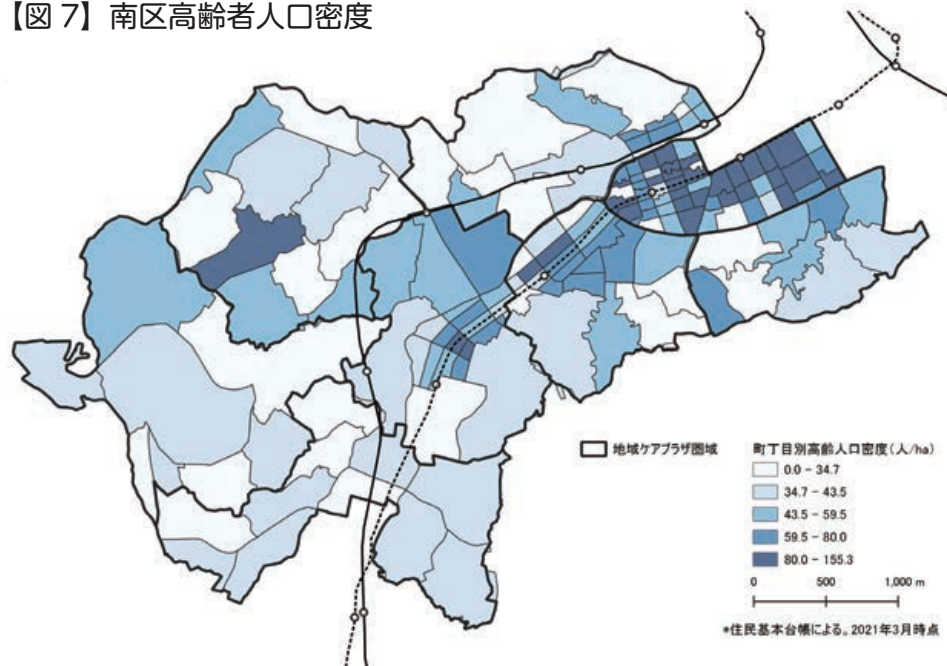
しかし、「密度」(1ha当たりの人数)でみると、高齢者比率の低かった平地部分で高齢者の密度が高くなっています。横浜市都心部に近い地域や交通利便性の高い地域では若い世代が多く住むため、高齢者は比率では低くなりますが密度は高く、これらの地域でも実数では多くの高齢者が住んでいることがわかります【図7】。

また、丘陵地を中心とした多くの地域で高齢者密度が低くなるなかで、中高層の団地を抱える地区では、高齢者密度も高く、高齢者が集中して住んでいることがわかります。

【図6】 南区高齢者人口比率



【図7】 南区高齢者人口密度

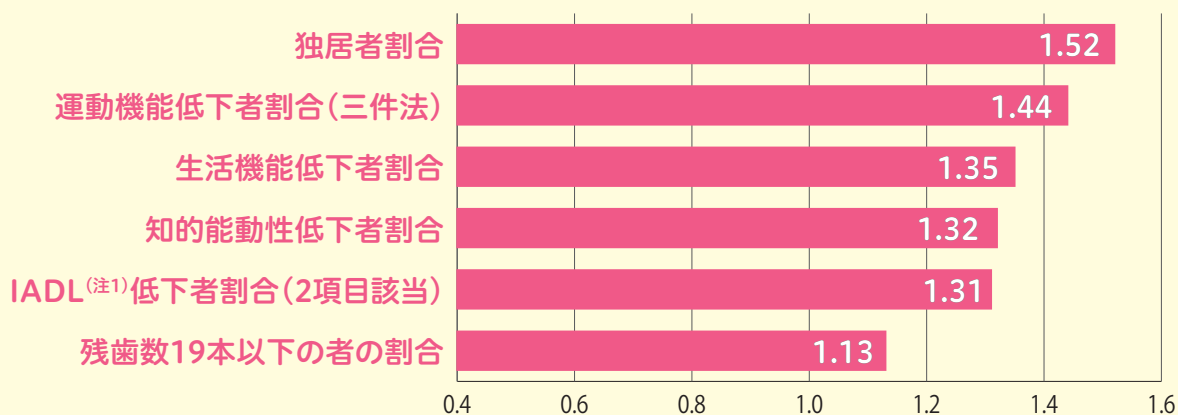


エ データ (JAGES) から見る高齢者の状況

JAGES(日本老年学的評価研究)は、一般社団法人 日本老年学的評価研究機構による、健康長寿社会をめざした予防政策の科学的な基盤づくりを目的とした研究で、30万人を超える高齢者を対象に行われています。

このJAGES研究データのうち、生活習慣や世帯構成、社会とのかかわり等の診断項目(67項目)について、横浜市全体の値と南区の値を比較しました。横浜市全体の値を1とした場合の南区の数値を見ると、その値が大きいものについては、以下の項目が挙げられ、横浜市全体よりも南区の値が大きい(高い)ことが分かります。また、「残歯数19本以下の者の割合」も比較的高い値となっています。

JAGES2019 診断項目別南区の特徴 (横浜市平均 (1.0) に対する数値)

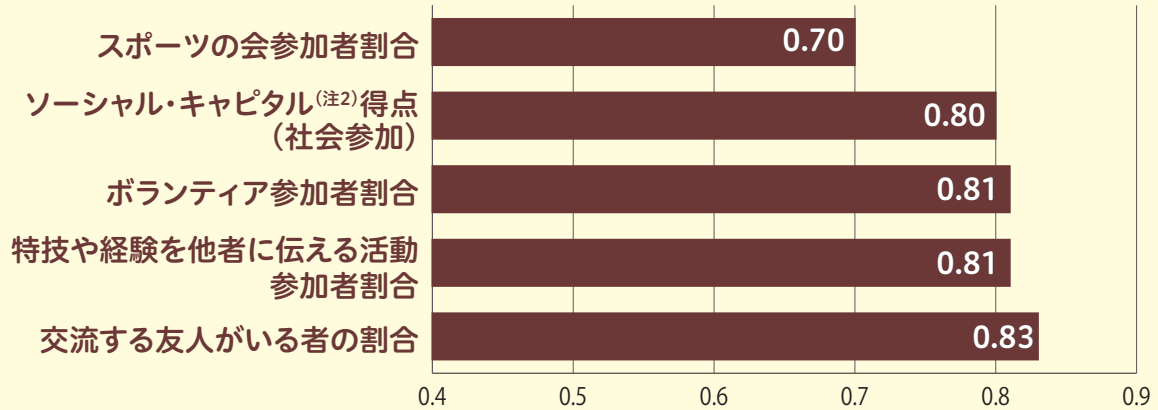


注1 IADL…Instrumental Activities of Daily Livingの略。買い物や家事などの動作がどのくらいできるかを示すもの



また、値が小さいものについては以下の項目が挙げられ、横浜市全体に比べ南区の値が小さい(低い)ことが分かります。

JAGES2019 診断項目別南区の特徴（横浜市平均（1.0）に対する数値）



注2 ソーシャル・キャピタル…人々の協調行動を活発にすることによって、社会の効率性を高めることのできる、「信頼」「規範」「ネットワーク」といった社会組織の特徴(厚生労働省資料より)

以上の状況から、南区においてはオーラルフレイル^[用語1]予防や運動機能・栄養状態の改善などの介護予防の取組が重要であり、加えて今後更なる高齢化や、「独居者割合」が増加することが見込まれることから、生活支援の必要性が高まるとともに、居場所づくりや社会参加、つながりの充実が求められると言えます。



JAGES 調査「健康とくらしの調査」とは

JAGES(日本老年学的評価研究)は、一般社団法人 日本老年学的評価研究機構による健康長寿社会をめざした予防政策の科学的な基盤づくりを目的とした研究です。

2019年度には、全国の64市町村と共同し、要介護認定を受けていない約37万人の高齢者を対象にした調査を行い、全国の大学・国立研究所などの30人を超える研究者が、多面的な分析を進めています。

南区 JAGES 調査「健康とくらしの調査」概要

○対象者:調査実施直前で65歳以上のもの ○対象者数:1,200人

○調査期間:令和2年1月20日～令和2年2月10日

○集計数(率):835票(69.6%)

○調査方法:サンプリング調査

3 南区の目指す方向性とこれまでの取組

(1) 地域包括ケアシステム構築に向けたスローガンと目指す方向性

南区では区指針を策定するにあたり平成29年度に区民意見募集を実施し、いただいたご意見を参考に、「スローガン」、「目指す方向性」を定めました。これは南区の地域包括ケアシステムの構築に向け、目指す姿や方向性を示すものです。

今回、区アクションプランへ改定しますが、目指す方向性は変わっていないことから、これらの内容を引き継いでいきます。

スローガン ずっと一緒にこの街で 未来へつなごう 南の風

目指す方向性

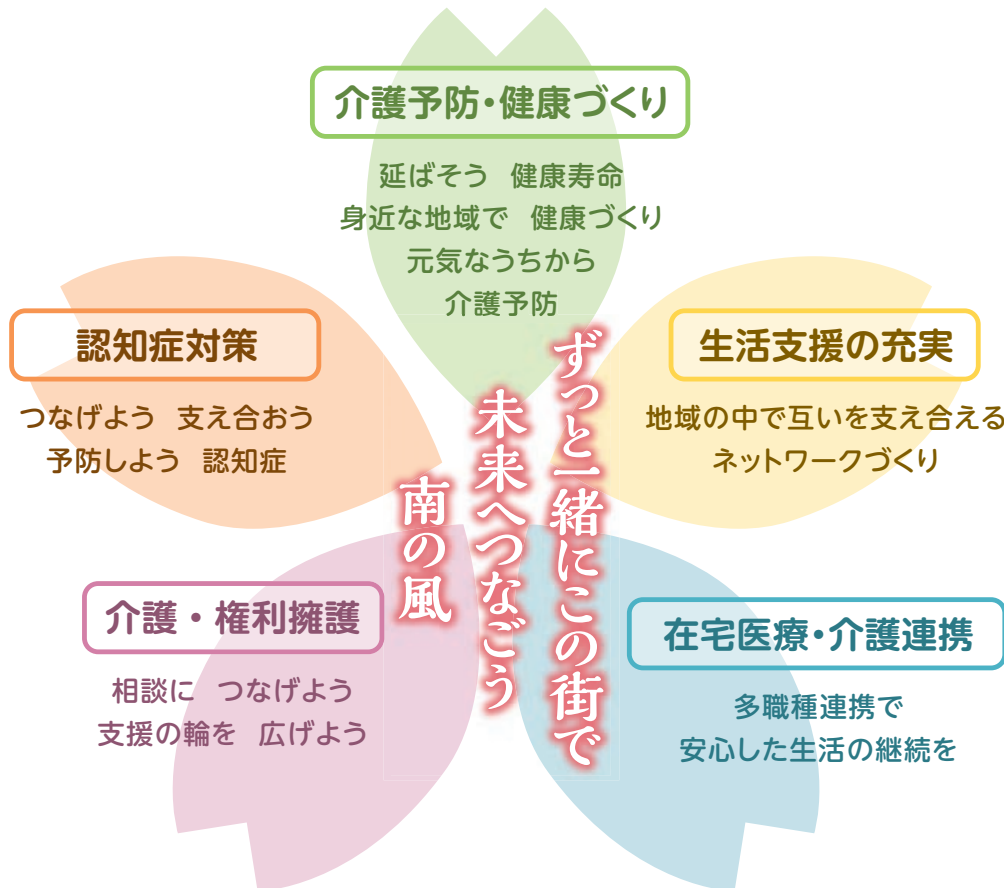
- 支援や介護が必要になっても地域とつながりながら暮らし続けられる地域づくりを推進します。
- 地域の見守り・支え合いの取組を、多様な主体(関係団体・機関、事業者、ボランティア等)に広げながら充実させていきます。また、支援が必要になったときに早期に相談につながるよう地域と医療・介護専門職のネットワークをつくります。
- 高齢者自身も、介護予防に取り組み、生きがいを持って暮らし続けられるよう、それらに資する活動を支援します。



(2) 5つの取組分野

目指す方向性を受け、区指針においては「介護予防・健康づくり」、「生活支援の充実」、「在宅医療・介護連携」、「認知症対策」の4分野に加え、介護保険制度を利用しながら生活している高齢者が多い南区の特性を踏まえ、「介護」を加えた5分野において取組を進めました。

アクションプランではこれを踏襲しつつ、「介護」の内容に、近年さらに重要度を増す成年後見制度や、エンディングノートの普及啓発等についても明示するため、名称を「介護・権利擁護」とし、取組内容をまとめています。なお、5分野におけるスローガンについても指針の内容を引き継ぎ、次のとおりとなります。



(3) これまでの取組について

南区では平成30年3月に区指針を定め、区内における取組を進めてきました。ここでは、5つの取組分野ごとの主な取組や、地域ケア会議・協議体における取組を示します。

ア 区指針の取組

介護予防・健康づくり

介護予防・健康づくりの普及啓発として、毎年介護予防セミナーや「お元気で21健診」^{【用語2】}を行っています。お元気で21健診は、「かいご予防サポーター」^{【用語3】}が中心となって行っています。また、身近な地域の中で誘い合って受診に結びつけています。

介護予防に取り組む区民を増やしていくため、身近な介護予防に取り組める場として「元気づくりステーション」^{【用語4】}や「脳トレウォーキング(公園などを利用)」など介護予防に

資するグループの活動支援を行っています。また、担い手の育成として、かいご予防サポーター講習会や脳トレウォーキングボランティア研修を行うことで、担い手が活躍する身近な地域での介護予防の場が広がっています。

生活支援の充実

区内で活動する「ちょこボラ(生活支援ボランティア)」団体等が集まり、顔の見える関係作りや意見交換の場として「ちょこっとボランティア交流会」を開始しました。また、南区内の生活支援コーディネーターを中心に「生活支援みなみプロジェクト」を立ち上げ、「生活支援体制整備事業」^{【用語5】}を広く知っていただく活動を進め、掃除の便利グッズ紹介等も行いました。

平成30年度より、「横浜市介護予防・生活支援サービス補助事業」^{【用語6】}(以下「サービスB」という)の補助を受けた団体が区内で活動を開始し、現在2団体が活動しています。

在宅医療・介護連携

南区在宅療養支援ネットワーク会^{【用語7】}総会において、区民講演会や研修会が開催され、一般区民、専門職に向け在宅医療に関する啓発が行われました。

医療・介護職の連携を深め、互いの役割を理解し支援の充実を図ることや、地域の見守り・支えあいと連携を進めるため、事例検討会や「在宅におけるチーム医療を担う人材育成研修」、地域ケア会議等が行われました。

介護

介護者に対する介護知識・技術の情報提供として、講演会(平成30年度)や介護技術講座(令和元年度)を行ったほか、交流会や居場所の紹介として「ケアラー通信」を発行しています。また、啓発の一環としてリーフレットを発行しました。さらに高齢者虐待防止に向け、ケアマネジャーや事業所向け研修会を開催しました。

成年後見制度やエンディングノートの普及啓発を目的に、映画上映会(平成30年度)や、南区内の地域包括支援センター・社会福祉協議会・基幹相談支援センターとの共催による全5回の講座(令和元年度)を開催しました。また、成年後見制度の利用促進を図るため、「成年後見サポートネット」^{【用語8】}を開催し、関係機関のネットワーク構築に努めました。

※区指針における取組のため「介護」となっています。

認知症対策

認知症の「予防」や「正しい理解」と、認知症と共に生きる「共生社会」をテーマとして、毎年、区内の各地域において講演会を実施しました。

区内の認知症キャラバン・メイト^{【用語9】}による認知症サポーター養成講座が小学校や金融機関など様々な場所で行われ、認知症サポーター^{【用語10】}が1万6千人を超えました。これにより地域の中で認知症への理解・普及啓発が進みました。また、認知症の相談先や使える制度等を紹介する「南区認知症はやわかりガイド」を作成し、一人ひとりのご相談に活用しています。

イ 地域ケア会議及び協議体における取組

地域ケア会議は平成26年度から実施され、令和2年度までに、個別ケース109回、包括レベル44回、区レベル6回が開催されています。

各地域包括支援センターで開催された個別ケース地域ケア会議においては、独居、認知症、障害等に付随する課題、多問題を抱える世帯(独居世帯で認知症を発症している事例や家族にも疾病があり介護ができない事例等)が取り上げられました。

平成29、30年度においては、包括レベル地域ケア会議の場を活用し、地域課題の整理、医療・介護関係者や地域との合意形成を行うため、区内全16地区で事例検討を実施しました。その際、地区診断を実施し、日常生活圏域ごとの地域特性や課題等の整理を行いました。

令和元年度以降は、地域包括支援センターが主催する地域ケア会議がより効果的になるよう、地域ケア会議の運営や職員向けの研修に講師を派遣する「地域ケア会議サポート事業」を行っています。

個別ケース・包括レベルの地域ケア会議においては、「見守り」についての必要性が多く取り上げられ、専門機関だけでなく地域の多種多様な関係者との連携が重要との声が多く挙げられました。共助による見守り・支え合いの推進、孤立している高齢者への関わり方の検討、支援が必要になったときに専門的支援につながるができる仕組みづくりが課題として挙げられています。

区レベル地域ケア会議においては、生活に支障をきたし始めた独居高齢者について、自治会、民生委員等「多様な主体」による見守りが実施されてきている一方で、接する機会の多い民間事業者(店舗等)については、「高齢者の見守り」に加わってもらうことが難しい面もあるとの報告がありました。これを受け、区より民間事業者等に声掛けし、「高齢者の見守り」をテーマに説明、議論を行う「高齢者見守りに関する区・事業者連携会議」(協議体)を実施しました。

協議体は、令和2年度までに区内で計110回が開催されました。区域や連合町内会エリア、単自治会町内会エリアなど様々な地域で「課題解決に向けた話し合いの場」が実施されています。

話し合いの主なテーマとして、「新たな集いの場」や「生活支援ボランティア活動」の立ち上げや継続運営、「要援護者」の見守り、企業や店舗も巻き込んだ「地域全体での見守りの仕組みづくり」等があり、地域の様々な立場の方と専門職が協働で話し合いを行い、具体的な取組の実施につなげています。

本事業が始まる前から、南区では「生活支援ボランティア活動」を行う団体が既に存在しており、活発に活動していました。団体同士の横のつながりをつくること、さらに各団体が安定して活動していくための情報提供、活動者間の情報交換を目的に、「ちょこっとボランティア交流会」を開催しました。この中で、「生活支援ボランティア活動」が、地域の高齢者の困りごとを解決するだけでなく、ボランティア活動者自身の「社会参加の機会」や「生きがい」になっていることが分かりました。また、新たな地域で、活動が立ち上がるきっかけも作りました。



4 南区アクションプラン

～分野別の具体的取組について～



各取組分野においてはそれぞれ「方向性」を定め、達成に向けた取組例を示すほか、取組分野ごとに目標値を置く項目及びその目標値を定めています。

1. 介護予防・健康づくり

延ばそう 健康寿命 身近な地域で 健康づくり
元気なうちから 介護予防

方向性

①介護予防・健康づくりの普及啓発を行います。

- ・ いくつになっても健康的に生活できる区民を増やすことを目指し、介護予防・健康づくりに関する知識の普及啓発を行います。
- ・ 南区地域福祉保健計画の推進により地域の関係団体・機関と連携した健康づくりの風土を醸成します。
- ・ 自身の健康状態・生活機能の状態の把握の必要性を周知するとともに、セルフケアに向けた相談ができる体制づくりを推進します。

達成に向けた取組例

- ▶ 介護予防・健康づくりに関する講座の実施や情報の周知
- ▶ かいご予防サポーターとの協働による介護予防に関する知識の普及啓発(フレイル・口コモ^{【用語11】}・栄養・口腔・コグニサイズ)等の推進
- ▶ 地域包括支援センターと協働した、区民への介護保険理念の啓発や、介護予防事業の紹介、ケアマネジャー向け介護予防支援・介護予防ケアマネジメント^{【用語12】}研修の充実
- ▶ 南区医師会、南区歯科医師会、南区薬剤師会と連携した健康づくりの推進
- ▶ オーラルフレイルに関する普及啓発の推進
- ▶ 保健活動推進員や食生活等改善推進員(ヘルスマイト)による健康づくりに関する普及啓発
- ▶ 健診受診率向上に向けた啓発
- ▶ お元気で21健診の推進、お元気21出前講座の地域展開の拡大

②介護予防・健康づくりに資する活動への参加を促進します。

- ・ 高齢者が介護予防・健康づくりに資する活動(介護予防事業、通いの場への参加、地域活動や趣味活動)に積極的に参加できるような働きかけをします。

達成に向けた取組例

- ▶ お元気で21健診の推進、お元気21出前講座の地域展開の拡大(再掲)
- ▶ 住民運営の通いの場の情報収集、運営支援
- ▶ 元気づくりステーション、脳トレウォーキング等の介護予防に資する場のPRと積極的参加への働きかけ
- ▶ 介護予防活動グループ情報誌の作成
- ▶ 保健活動推進員による地区ウォーキング、健康講座の実施

③介護予防の担い手を養成し、通いの場づくりをすすめます。

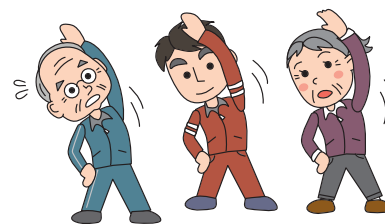
- ・ 介護予防の担い手を養成していきます。
- ・ 歩いて通える場に自主的な活動による介護予防・健康づくりの場をつくります。
- ・ 地域の活動に、介護予防・健康づくりの視点を取り入れてもらうよう働きかけます。

達成に向けた取組例

- ▶ 地域活動の支援
- ▶ 地域ケアプラザ等と協働したボランティア育成、担い手の発掘
- ▶ かいご予防サポーターの養成、活躍の場の拡大
- ▶ 住民運営の通いの場の情報収集、運営支援(再掲)
- ▶ 介護予防に資するグループの育成・支援(元気づくりステーション支援、地域リハビリテーション活動支援事業の活用等)

目標値

項目	令和2年度末	令和7年度末
通いの場の参加人数	3,065人	維持
通いの場の参加率(高齢者人口に対して)	5.71パーセント	維持
お元気で21健診 健診回数 参加者	7回 71人	15回 200人





かigo予防サポーターの活動が17年目を迎えました！ 社会参加は元気の秘訣！

かigo予防サポーターは、介護予防について学び、自ら取り組むことに加えて、お元気で21健診の運営や介護予防の取組・必要性などを地域や周囲の方へ伝えていく活動を行う南区独自のボランティアです。平成17年度から募集を始め、現在では120名を超える仲間がいます。その約半数が75歳以上で構成されており、約8割の方が活動に効果を感じています。

お元気で21健診では日常生活を振り返る18項目の問診と3つの体力測定を行い、運動機能や認知機能の低下などの“健康寿命に影響するサイン”を見つけ、いきいきとした生活を続けられるよう介護予防の取組などをお伝えしています。より多くの方に受診していただけるよう、かigo予防サポーターで話し合い、周知方法や会場の工夫を重ね、地域住民の介護予防のきっかけづくり・振り返りの機会になればと取組を続けています。さらには出前講座や介護予防グループへの支援等、様々な取組を行い、コロナ禍でも感染症対策を行いながら介護予防の輪が地域に広がっています。

ポイント! 趣味の活動や、ボランティア活動、町内会活動など、人と繋がる地域活動は、地域の力を高めるだけでなく、活動に関わる高齢者の健康にもよい影響を与えることが近年の研究でも分かっています。



▲お元気で21健診 体力測定の様子



▲お元気で21健診 問診の様子



▲介護予防グループでのお元気で21健診の様子

2. 生活支援の充実

地域の中で互いを支え合えるネットワークづくり

方向性



① 高齢者の見守り体制を充実させます。

- ・ 地域ケア会議等を活用し、地域での高齢者の見守り意識を醸成します。
- ・ 民生委員・児童委員の高齢者宅等への定期的訪問を支援し、高齢者の見守りを推進します。
- ・ 高齢者のちょっとした変化を意識してもらえるように企業や商店等多様な主体に働きかけを行います。
- ・ 既存の活動の場が、高齢者の「見守り」の役割を果たせるように、通いの場の運営を支援します。
- ・ 高齢者のちょっとした変化に気付き、関係機関に知らせる等、様々な見守りの目が増えるような支援を進めていきます。

達成に向けた取組例

- ▶ 地域ケア会議の実施による地域での見守り意識醸成
- ▶ 民生委員・児童委員等による高齢者等への定期訪問実施の支援
- ▶ 社会福祉法人、民間事業者等との連携の推進
- ▶ 高齢者サロン、老人クラブなどの既存の活動継続の支援と見守り機能の充実

② 高齢者の通いの場を増やします。

- ・ 高齢者が集える場、虚弱になっても通い続けられる場が増えるよう支援します。
- ・ 仲間づくりを支援します。
- ・ 多世代交流の場が増えるよう支援します。

達成に向けた取組例

- ▶ 地域資源や趣味活動について紹介できるリスト、マップづくり
- ▶ 高齢者の経験を生かせる場づくり(地域のボランティア活動や、NPO法人等の活動支援)
- ▶ 虚弱になり外出に支援が必要になっても通い続けられる方法の検討
- ▶ 区内施設との連携の推進
- ▶ 常設型を含めた地域の拠点設置に向けた支援
- ▶ 地区社会福祉協議会等と連携した地域住民主体の取組の支援(南区地域福祉保健計画の推進)
- ▶ IT技術やSNSを活用した取組の支援

③高齢者の地域での社会参加を応援します。

- ・ 高齢者が、これまで仕事や趣味活動で培った能力が生かせるボランティア等の担い手となるように働きかけます。
- ・ 生きがいづくり・社会参加のきっかけとなるような機会を提供します。
- ・ シニアボランティア登録制度の啓発などを通じて、実際の活動の場につなげるとともに、社会参加・活動継続の定着を支援します。

達成に向けた取組例

- ▶ 高齢者の経験を生かせる場づくり(再掲)
- ▶ ボランティアの育成(養成講座の開催、南区地域福祉保健計画の推進等)
- ▶ ボランティア同士の交流の促進
- ▶ シニアボランティアポイントの啓発
- ▶ IT技術やSNSを活用した取組の支援(再掲)

④生活支援の取組を充実させます。

- ・ 地域の中で互いを支え合うネットワークを作っていけるように、地域や関係団体等を支援します。
- ・ 高齢者一人ひとりが、できることを大切にしながら暮らし続けるために、多様な主体が連携・協力する地域づくりを推進します。
- ・ サービスB団体の活動を支援します。

達成に向けた取組例

- ▶ ボランティアの育成(特にちょっとボランティアの担い手)
- ▶ ボランティア同士の交流の促進(再掲)
- ▶ 外出支援、買い物支援の充実に向けた多様な主体への働きかけ
- ▶ 地区社会福祉協議会等と連携した地域住民主体の取組の支援(南区地域福祉保健計画の推進)(再掲)

目標値

項目	令和2年度末	令和7年度末
住民主体の地域の活動把握数	358件	拡充
住民主体の地域の活動把握数のうち、交流・居場所の数	329件	拡充
要支援者等にも配慮した住民主体の支え合い活動の数(サービスB)	3件	拡充



地域で活動するサービスB団体について

【団体1 「NPO 法人おもいやりカンパニー」】

中心メンバーは中村地区在住の子育て世代のママたちと活動を応援して下さるご高齢者です。

主な活動内容は、パンと野菜の販売会「ママ・マルシェ」の開催、空き家を活用した多世代交流拠点「おもいやりハウス」の運営、横浜市介護予防・生活支援サービス補助事業(サービスB)として買い物代行や通所プログラムの提供や子ども向けのカレー無料配布等を行っています。

平成24年7月にママ友仲間と子育てサークル「たまっこくらぶ」を立ち上げました。その後、目標であった地域の子ども達向けのハロウィンパーティーを盛大に開催したことがきっかけで、もっと地域の方との交流を増やしたいと思うようになりました。

その後、横浜市の「まち普請」等の各種助成金、地域住民の方のご協力、クラウドファンディング等で活動資金を調達し、現在の多世代交流拠点「おもいやりハウス」の運営に繋がっています。

コロナ禍で様々な活動が制限されていますが、この活動を継続して行くことが何よりも大切なことだと思っています。



【団体2 「株式会社コンパス」(庄子薬局を運営)】



平成30年10月より「横浜市介護予防・生活支援サービス補助事業(サービスB)」として弘明寺商店街近くにある庄子薬局にて「1/f ゆらぎサロン」がスタートしました。

サロンスタッフの他、地域ボランティアのご協力で今年3年目をむかえます。

薬局横のフリースペースを地域の方が気軽に立ち寄れるようにリフォームをし、週替わりで「ヨガ」や「脳トレ」「フラワーアレンジメント」等の介護予防プログラムを含めた、様々な内容で実施しています。サロンでは、参加者の声をプログラムへ活かし、皆さんが主体的に関われるように工夫をしています。現在は、出欠のお知らせや情報提供などにSNSで連絡を取り合える様仕組みをつくりました。また、関係機関との連携も活かし、健康相談や生活の困りごとの声は必要なサービスにつなぎ、包括的にアドバイスを行っています。

今後も、住み慣れた町でいきいきと！健康で自立した毎日を過ごせるようなプログラム作りを目指します。

3. 在宅医療・介護連携

多職種連携で安心した生活の継続を

方向性



①在宅医療に関する普及啓発を行います。

- ・在宅療養を支える制度や地域の体制について普及啓発をしていきます。
- ・かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬剤師を持つ区民が増えるよう普及啓発をしていきます。
- ・一人ひとりの状態に応じた搬送手段の活用による救急車等の適正利用を推進します。

達成に向けた取組例

- ▶ 南区医師会、南区歯科医師会、南区薬剤師会、南区在宅医療相談室^{【用語13】}、南区在宅療養支援ネットワーク会と連携した区民意識啓発(在宅医療・介護、在宅看取り等)
- ▶ 往診医、訪問医、在宅療養歯科支援診療所、かかりつけ薬局等の情報の共有
- ▶ 民間の患者搬送車や介護タクシーの利用等の搬送手段の周知
- ▶ 救急相談センター(#7119)や救急受診ガイドの周知
- ▶ 地域ケア会議の活用(普及啓発、参加者の拡大、ネットワーク構築、会議結果の施策への反映等)
- ▶ 南区内の医療・介護・福祉従事者を対象としたアドバンス・ケア・プランニング(以下「ACP」という)^{【用語14】}の理解を深めるための研修会の開催

②医療・介護専門職の連携・地域との連携を強化します。

- ・早期受診・早期治療につながるよう連携を促進します。
- ・「適切なケアと医療の提供」の体制づくりを進めていきます。
- ・専門職が互いの役割をより深く理解できる機会を増やします。
- ・地域の見守り・支え合いの取組がケアプラン等に反映され、相互に支援が行える連携関係を築いていきます。
- ・介護保険サービスの導入の有無にかかわらず、高齢者が地域の中でつながりながら暮らすことを支えていきます。

達成に向けた取組例

- ▶ 南区在宅医療相談室が実施する事例検討会、研修会の開催支援
- ▶ 南区在宅療養支援ネットワーク会の支援
- ▶ 在宅におけるチーム医療を担う人材育成研修の開催
- ▶ 福祉制度の理解の推進
- ▶ 地域ケア会議の活用(普及啓発、参加者の拡大、ネットワーク構築、会議結果の施策への反映等)(再掲)

③ ACPの普及・啓発に向けて取り組みます。

- ・ ACPに関する基本的な知識や考え方を正しく理解できるよう、取組を進めていきます。
- ・ 医療・介護・福祉従事者へ、ACPについての基本的な知識や考え方の理解を深めてもらうとともに、区民にACPについて適切に伝えてもらえるよう、取組を進めていきます。

達成に向けた取組例

- ▶ 各機関による「もしも手帳」^{【用語15】}の配布
- ▶ 南区内の医療・介護・福祉従事者を対象としたACPの理解を深めるための研修会の開催（再掲）

目標値

項目	令和2年度末	令和7年度末
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	53人	100人



コラム

支援者同士で顔の見える関係づくり

南区では、在宅で療養する本人やその家族が住み慣れた地域で生活しつづけるために、医療・介護関係者の連携が重要であると考えています。そこで、医療・介護関係者の顔の見える関係づくりやお互いの専門性の理解を目的に「在宅におけるチーム医療を担う人材育成研修」を実施しています。研修では医師、歯科医師、看護師、薬剤師、ケアマネジャー、介護事業所職員、地域包括支援センター職員、福祉用具相談員等の多職種が集まり、医師による講演や事例検討を行っています。令和2年12月の研修では53名が参加し、研修後のアンケートで「他職種の考え方や方法を知ることができた」「連携は必要で重要と再認識できた」という意見があり、各職種の視点の共有、連携の重要性を深めることができました。今後も地域の中で最後まで安心して暮らしていけるよう、医療と介護の結びつきを強化していきます。



在宅におけるチーム医療を担う人材育成研修▶

4. 介護・権利擁護

相談に つなげよう 支援の輪を 広げよう

方向性

①相談支援体制の充実を図ります。

- ・適切な介護サービスを受けて自分らしい生活を送ることができるよう支援します。
- ・早期に適切な相談ができる支援体制を整備します。

達成に向けた取組例

- ▶ シニア大学等での介護保険制度の普及啓発
- ▶ 地域包括支援センターと連携した相談支援体制の周知・充実
- ▶ ケアマネジャー支援、介護予防支援・介護予防ケアマネジメント研修等によるケアマネジメントの推進
- ▶ 成年後見制度の普及啓発

②介護者支援・高齢者虐待防止啓発の取組を推進します。

- ・介護者の健康が保たれるように、介護生活を支援します。
- ・関係団体・機関で連携し、介護者を支えるネットワークづくりを支援します。
- ・地域・医療・介護の連携のもと、高齢者虐待防止の啓発、取組を進めます。

達成に向けた取組例

- ▶ 介護者サロン^[用語16]の充実
- ▶ 講座や広報による介護に関する知識の情報提供
- ▶ 介護を終えた方が、その経験を生かせる場づくり
- ▶ 高齢者虐待防止研修・高齢者虐待防止啓発の実施

③権利擁護に関する制度の取組を促進します。

- ・成年後見制度、権利擁護に関する制度の普及啓発を行います。
- ・地域の権利擁護団体・機関と医療・福祉の専門職とのネットワークを強化し、困難事例の検討や権利擁護の普及啓発を進めていきます。

達成に向けた取組例

- ▶ 成年後見制度の普及
- ▶ 成年後見サポートネットの充実



④エンディングノートに関する普及啓発を行います。

- ・大切な思いや自分自身のことを振り返ることで、これからの人生を自分らしく豊かに過ごしていくきっかけとするために、エンディングノートの普及啓発を進めていきます。

達成に向けた取組例

- ▶ 南区版エンディングノートの増刷、配布
- ▶ エンディングノートや終活に関する講演会等の実施
- ▶ 地域包括支援センターと連携し、地域の集い等での普及啓発の実施

目標値

項目	令和2年度末	令和7年度末
講演会等の普及啓発の回数	0回	2回
エンディングノートの配付数	630冊	1,000冊



今書く！すぐ書く！ココで書く！

みんなで書こう **南区版エンディングノート**

現在、エンディングノートを始めとした「終活」に対する関心の高まりが見られます。ご自身のことを振り返ることで今後の人生を豊かなものにしてほしいという思いから、南区でも平成29年1月に「南区版エンディングノート」を作成しました。南区版エンディングノートは薄くて手に取りやすく、初めての方でも書き始めやすいことが特徴です。自分自身についての整理を行う際のツールにもなります。エンディングノートは何度でも書き直しが可能です。自分と大切な家族のために、まずは南区版エンディングノートを書いてみませんか？南区役所や南区内の地域ケアプラザにて無料でお配りしていますので、ぜひお手に取ってみてください。

また、終活について学びたいという方向けにエンディングノートや終活をテーマとした講演会等も実施しており、区民の方からは「大変勉強になった」「さっそく帰ったら取り組みたいです」などのご感想をいただいています。



▲みなみの終活入門塾
～自筆証書遺言をいっしょに書いてみよう

5. 認知症対策

つなげよう 支え合おう 予防しよう 認知症

方向性



① 認知症の正しい知識・理解の普及に取り組みます。

- ・ 認知症を我が事ととらえ、認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、あらゆる世代に向けて、認知症に関する正しい知識を普及し、社会の理解を深めます。

達成に向けた取組例

- ▶ 講演会や広報等にて、認知症本人と家族の視点を取り入れた啓発を実施
- ▶ 認知症キャラバン・メイト研修会・連絡会等を開催し、活動を支援
- ▶ 認知症サポーター養成講座の推進。特に学校・老人クラブ・商店街・企業等に向けた認知症サポーター養成講座の充実
- ▶ 認知症サポーターの地域における活躍の支援
- ▶ 相談窓口、受診先や認知症の取組の周知
- ▶ 若年性認知症の支援のための研修や普及啓発

② 認知症予防や高齢者にやさしい地域づくりを推進します。

- ・ 認知症予防の取組を進めていくとともに、認知症があっても通える・活躍できる場づくりや地域の中で見守り続ける風土づくりをしていきます。

達成に向けた取組例

- ▶ 認知症カフェ^{【用語17】}の支援
- ▶ 南区認知症高齢者あんしんネットワーク^{【用語18】}の啓発拡充
- ▶ 介護予防・健康づくりの場で軽度認知症(MCI)を含めた認知症予防の取組の推進

③ 医療・介護との連携強化に取り組みます。

- ・ 認知症が重症化する前に、早期発見・早期対応につながるよう、医療・介護との連携を図ります。

達成に向けた取組例

- ▶ 認知症初期集中支援チーム^{【用語19】}の効果的な活用、区域検討会の開催
- ▶ 認知症サポート医^{【用語20】}との連携
- ▶ かかりつけ医ヘリーフレット等で認知症事業に関する情報提供を実施
- ▶ 介護事業者と共催での研修実施

目標値

項目	令和2年度末	令和7年度末
認知症サポーター養成数	16,902人	18,700人
認知症SOSネットワーク登録者数	158人	180人
認知症カフェ数	4か所	維持
認知症初期集中支援チームの支援件数	15件	25件



認知症の方とその家族の 応援者になってみませんか？

南区では認知症になっても安心して暮らせる地域を目指し、認知症サポーター養成講座を地域住民や企業向けに実施しています。「認知症サポーター」は、認知症を正しく理解し、認知症の方やその家族を温かい目で見守る、困っていたら声をかけるなど、ご自身にできることから実践していきます。

令和2年度は感染症の影響により、今までのような対面での寸劇を用いた講座などができない中、小学校の児童向け講座で校内放送の利用、寸劇ではなくスライドショー紙芝居の活用など認知症キャラバン・メイトが工夫を凝らし、着実に幅広い世代の仲間を増やしてきました。

高齢者の4人に一人が認知症もしくはその予備群と言われている時代です。みなさんの身近にも認知症の方がいらっしゃるかもしれません。「認知症サポーター」になり、できることから始めてみませんか。



寸劇を写真紙芝居にした
一場面▶

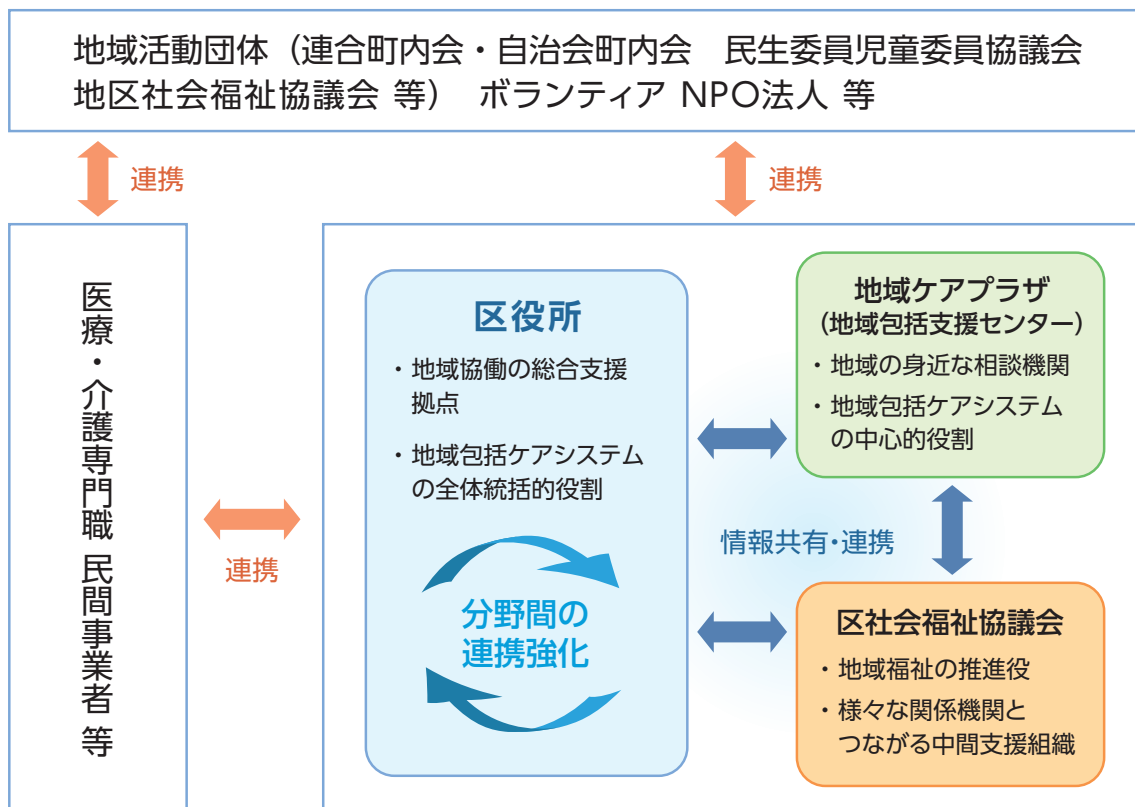


▲認知症サポーター養成講座受講者に配布されるサポーターの証「認知症サポーターカード」(令和3年4月から有料配布となったオレンジリングから変更)

5 推進体制



地域包括ケアシステムの構築に向けては、関係団体・機関の連携が不可欠ですが、特に、区役所、区社会福祉協議会、地域ケアプラザ(地域包括支援センター)がそれぞれの得意分野・強みを生かしながら、それぞれの役割を果たすことが重要です。今後も連携強化に努めていきます。



南区の地域支援の考え方

南区では、地域の実情に応じた地域活動を支援することで、地域の力を応援し、地域の皆様と一緒に地域の活性化に取り組んでいます。地域包括ケアシステムの構築に向けても、地区ごとの特徴、魅力を最大限に生かしつつ、区役所各課、区社会福祉協議会、地域ケアプラザ(地域包括支援センター)と連携しながら推進していきます。

また、地域包括ケアシステムの構築に向けた取組が、担い手不足、地域活動への関心の低下等地域の様々な課題解決にもつながるよう、共感と信頼、横のつながりを育みながら、区役所一丸となって取組を進めていきます。特に、南区地域福祉保健計画の取組とは密接な関係にあり、相互に調和を図り、推進していきます。



1 フレイル／オーラルフレイル

フレイルとは、加齢に伴い心身の活力(筋力、認知機能、社会とのつながり等)が低下した状態をいい、「虚弱」を意味する。ロコモティブシンドローム^{【用語11】}より広い概念としてとらえることができる。オーラルフレイルは、嚙む力など口の機能が衰える状態。オーラルフレイルになると食べられる食品が減り、低栄養や体力の低下につながると言われている。

2 お元気で21健診

生活の様子を振り返る「問診」と「3つの体力測定(握力・開眼片足立ち・5m歩行)」を行うもの。運動や認知機能の低下等、“健康寿命に影響するサイン”を早期に見つけ、いくつになっても自立した生活を送ることができるよう、具体的な予防の取組を伝えている。

3 かいご予防サポーター

介護予防(ロコモ・認知症予防等)について学習し、自ら取り組むことに加えて、ロコモ予防・認知症予防の取組・必要性等を地域や周りの方へ伝える活動やお元気で21健診の運営を行っている。サポーターになるには一定の講座の履修が必要。南区独自のボランティア

4 元気づくりステーション

身近な地域で、参加者本人と仲間、そして地域も元気にする自主的な活動グループ。体操や脳トレウォーキング等様々な活動を通じて参加者の交流や介護予防・健康づくりに取り組んでいる。

5 生活支援体制整備事業

高齢者が住み慣れた地域で自分らしく生き生きと暮らし続けられるように「生活支援・介護予防・社会参加」を推進していく事業

6 横浜市介護予防・生活支援サービス補助事業(通称サービスB)

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場合に、その活動に係る費用に対して、補助金を交付する事業

7 南区在宅療養支援ネットワーク会

南区内の医療・介護の関係者が集まり、多職種間の連携等を目指し立ち上げられた会議体

8 成年後見サポートネット

行政機関・福祉・法律の専門家が集まり、必要な方が適切に成年後見制度を利用できるよう、またより良い支援が展開できるよう検討しているネットワーク会議。18区それぞれで定期的開催している。

9 認知症キャラバン・メイト

認知症キャラバン・メイト養成研修を受講し、認知症サポーター養成講座を開催するボランティア講師

10 認知症サポーター

認知症サポーター養成講座を受講し、認知症を正しく理解し、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

11 ロコモティブシンドローム(略称ロコモ)

加齢に伴う筋力低下や骨・関節の疾患等の運動器の障害が起こり、立つ・座る・歩く等の移動能力が低下する状態

12 介護予防ケアマネジメント

本人が住み慣れた地域で自立した生活が送れることを目標に、必要なサービスを利用し、介護予防・健康づくりに取り組めるよう必要な援助を行うこと

13 南区在宅医療相談室

南区医師会に設置されている在宅療養支援のための相談機関。かかりつけ医や在宅医療に関すること等の相談支援、在宅医療における多職種連携支援をしている。

14 アドバンス・ケア・プランニング(ACP)

万が一のときに備えて、どのような医療やケアを望んでいるかについて、本人を主体として家族や信頼のおける人、医療・介護従事者たちがあらかじめ話し合うプロセスのこと

15 もしも手帳

「人生の最終段階」での医療やケアについて、自分の考えを記載できるようにしたもの。市内の各区役所福祉保健センター、在宅医療連携拠点、地域ケアプラザ等で配布している。

16 介護者サロン

家族を介護している人、介護の経験のある人、同じ悩みを抱えている人同士で情報交換・交流をして気持ちを共有するサロン。各地域ケアプラザ(地域包括支援センター)で定期的実施している。

17 認知症カフェ

認知症の本人や家族、介護者や地域住民の方が気軽に集える場。交流や相談などを通じて、お互いがつながれる場となっている。

18 南区認知症高齢者あんしんネットワーク

認知症の高齢者が行方不明になった際に、できるだけ早く発見・保護するために、事前登録を行い、南警察署・南区役所・地域包括支援センター・交通機関・介護事業所等が、協力して取り組む仕組み

19 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の人や疑いのある人に対し、自宅を訪問し、認知症の状態に応じた支援や助言を行う専門職チーム

20 認知症サポート医

認知症対応に熟練した、認知症サポート医養成研修を修了した医師。かかりつけ医への助言等の支援を行う。



ヨコハマ
未来スイッチ
Positive Aging

●事務局・問合せ先

南区役所高齢・障害支援課 地域包括ケア推進担当

電話 045-341-1139 FAX 045-341-1144

所在地 〒232-0024横浜市南区浦舟町2-33

令和4年3月発行