

令和 8 年度 こうめ高齢者支援総合センター・高齢者みまもり相談室 事業計画

第 9 期日常生活圏域別地域包括ケア計画 目指すべき将来像

多世代の力を合わせて、高齢者が生きがいを持って暮らすことができる地域

これまで、高齢者が生きがいを持って生活することができるよう各種事業を推進してきました。令和 4 年度墨田区介護予防・日常生活圏域ニーズ調査において、生きがいがあると回答した高齢者は令和元年度と比較して 13.8%減少していました。人が生きがいを感じにくくなる要因のひとつとして、孤立があります。こうめ地域における高齢者の独居世帯率は 26.9%となっています。独居世帯の高齢者の孤立を防止するためには、家族内でのコミュニケーションだけでなく、社会的な交流が必要であるといえます。長い期間のコロナの影響や生活スタイルの変化により、社会的なつながりは希薄化しており、今後も社会的な孤立や孤独が増大する可能性があります。高齢者にとって孤立や孤独は健康への影響が大きいと言われています。地域のあらゆる世代が地域でつながり、高齢者の社会的孤立を防ぐことで、高齢者が生きがいを持って暮らすことのできる地域を目指していきます。

人口	高齢者人口	高齢化率	後期高齢者人口	高齢者人口に対する 後期高齢者人口
27,719 人	5,878 人	21.2%	3,400 人	57.8%

令和 8 年 2 月 1 日現在

<全センター・相談室共通業務>

1 総合相談支援

8 年度の 取組の視点	総合相談業務において ICF の視点に基づき、本人の強みや、それらを支える環境に着目し、住み慣れた地域でその人らしい生活が継続できるよう、介護保険サービスに限らず、地域の多様な資源を活用した支援につなげる。 医療・介護・福祉関係機関等や民生委員・児童委員、ボランティア等、多様な関係者とのネットワークを拡充し、重層的支援を行う。	
結果	新規相談件数 ○件（前年度 ○件）	継続相談件数 ○件（前年度 ○件）

2 権利擁護

8 年度の 取組の視点	8050 問題や消費者被害、精神疾患等のさまざまな課題が絡んだ相談が増えていることをふまえ、課題解決のために必要な関係機関と連携し、ガイドラインに沿って適切な対応を行う。また、高齢者の権利擁護につながる制度や知識等についての周知を図るため、地域住民向けの講座および専門職向けの研修を合わせて 4 回実施する。	
結果	虐待防止ネットワーク（研修、講座等） ○件（前年度 ○件）	権利擁護相談（虐待相談含む）件数 ○件（前年度 ○件）

3 包括的・継続的ケアマネジメント支援

8 年度の 取組の視点	多様な社会資源を活用したケアマネジメントを支援するため、介護保険サービスだけではなく地域の社会資源の周知を図る。自立支援・重度化防止に資するよう、居宅支援事業所と連携し、必要な
----------------	--

	社会資源の支援や開発にも取り組む。 医療介護の連携や他分野の知識、社会資源の利用促進を目的とし、こめケアマネジメント研修及び事例検討会を年 4 回実施する。実施後アンケートにて、理解度や活用度等を確認する。	
結果	ケアマネジャー向け研修 ○回（前年度 ○回）	事例検討会 ○件（前年度 ○件）

4 一般介護予防事業（※介護予防普及啓発事業、地域介護予防活動支援事業、地域リハビリテーション活動支援事業等）

8 年度の 取組の視点	地域での介護予防の取り組みが継続し活性化するよう、自主グループ活動を支援する。地域リハビリテーション活動支援事業を活用し、心身機能の向上だけでなく、参加の意識づけを図る。 自主グループ交流会を年 1 回開催し、グループ同士、地域の事業所や施設、担い手の交流をはかり、地域課題抽出、各自主グループの課題の共有や課題解決の検討を行う。	
結果	住民主体の通いの場の数 ○件（前年度 ○件）	

5 介護予防支援・介護予防ケアマネジメント

8 年度の 取組の視点	適切なアセスメントにもとづいた高齢者本人の強みを活かした目標を設定し、介護予防サービスのみならず、地域の社会資源等多様なサービスを活用して生活課題の解決を図る自立支援にむけたプラン作成を行う。	
結果	プラン件数（自己作成） ○件（前年度 ○件）	プラン件数（委託） ○件（前年度 ○件）

6 認知症支援

8 年度の 取組の視点	地域の住民に向けて、認知症の方を支えるために具体的な対応方法等の普及啓発を行い、地域の対応力向上を目指す。具体的な対応方法を記載した広報誌を 1 種類発行し、認知症普及啓発講座を地域住民向け 8 回、専門職向け 3 回実施する。 本人・家族が安心して生活できるよう、本人の意思決定支援、家族支援を実施する。ピアカウンセリングを主体とした認知症家族介護者教室を年 6 回開催する。	
結果	認知症サポーター数 ○人（前年度 ○人）	家族介護者教室 ○回（前年度 ○回）

7 地域ケア会議

8 年度の 取組の視点	個別会議で抽出された課題を一般化し、推進会議において地域住民・地域の専門職と共に課題解決にむけて検討する。圏域別第 10 期地域包括ケア計画策定にむけて、具体的な取り組みを検討する。地域ケア個別会議を 4 回、推進会議を 3 回実施する。	
結果	地域ケア個別会議 ○回（前年度 ○回）	地域ケア推進会議 ○回（前年度 ○回）

8 生活支援体制整備事業

8 年度の 取組の視点	共通の趣味や楽しみを通じた集いの場を拡充し、地域住民が自主的に運営できるよう支援していく。また、集いの場同士が連携し、地域の高齢者の交流が活性化することを目指す。 さまざまなかわり方で、地域活動に参画できる働きかけを行い、その周知を図る。	
結果	交流・通いの場 件（前年度 ○件）	

9 見守りネットワーク事業

8 年度の 取組の視点	圏域の高齢者を対象に実態把握を 600 件行う。実態把握においては、高齢者本人の強みに視点をあて、地域の活動につながるよう働きかけを行い、住民同士のネットワークの構築を進める。	
結果	実態把握 ○件（前年度 ○件）	安否確認 ○件（前年度 ○件）

取組名 地域の情報を皆さまに届けます		目指すべき姿：必要に応じて生活支援サービスなどを利用しつつ社会参加して支え合っている
背景となる現況・課題		8 期計画では、人と人とのさまざまなつながりを作るため、学びや趣味を通じた地域での活動の機会を作ってきた。事業実施後のアンケート結果では各事業への参加者のうち約 45%がチラシを見て参加したとの回答があった。その反面、事業が開催されていることを知らなかったとの声も聴かれており、情報が届いていない高齢者が存在していることが分かった。 令和 4 年度ニーズ調査の結果では、スマートフォン、タブレット、パソコン等の ICT 機器の保有率は 80.3%となり、LINE 等 SNS の利用も 44.6%となっている。 そこで、事業チラシだけでなく、さまざまな媒体を用いて地域の情報や生活に必要な情報を高齢者に届け、高齢者の社会的孤立の予防や解消に向けて、地域の取り組みが効果的に実施されるよう、その情報を高齢者に活用していただくことが必要である。
計画策定段階の前年度の事業実績		〇こうめつながる LINE 4 月から毎週金曜日 12 時に配信している。R8.2.1 現在、こうめ圏域の登録者数は 93 名である。会議や集いの場など、あらゆる機会でも周知し、登録を勧めている。 8/21 開催の地域の担い手創造研修において、LINE をみて応募した方が 1 名いた。 デジタルでの情報取得が困難な高齢者に向けては、引き続き「みまもりだより」の配布を行う。新たに「みまもりだより」の配布先を 6 件増やした。 〇こうめみんなの勉強会 R7 年 5 月（34 名）、7 月（12 名）、9 月（6 名）、11 月（32 名）、R8 年 1 月（18 名）に勉強会を開催した。延べ 102 名が参加された。勉強会の様子は Youtube を活用してライブ配信した。実施した内容はそれぞれ、コンサート 2 回、心のケア、フレイル予防、自助具の紹介をテーマに、地域住民や専門職を講師に招き実施した。
第 9 期計画における目的		高齢者が地域の情報や生活に必要な情報を知ることができる。
令和 8 年度の取組の指標と方向性	目標	デジタル媒体を用いた情報発信を開始し、高齢者やその家族、関係する専門職等に生活に必要な知識や地域の情報が届き、高齢者がその情報を活用することが促進される。発信された情報をもとに、学びの場や通いの場などへの参加が促され、地域での交流が活性化する。高齢者が情報を有効に受信し、行動変容につながっている。情報を有効に受信するため、地域住民向けの普及啓発を行う。
	投入資源	〇こうめつながる LINE LINE、パソコン、事業所ホームページ、運用開始のチラシ、担当職員（定期的な情報発信を行う）チラシ作成費用 3,000 円（1,000 枚作成と仮定） 〇こうめみんなの勉強会 講座会場（すみだ福祉保健センター等）・開催周知用チラシ・講座講師（地域の専門職、こうめ高齢者支援総合センターみまもり相談室職員）・勉強会運営スタッフ（職員）・パソコン・プロジェクター・スクリーン・マイク・オンライン配信用機器（カメラ、パソコン、こうめ Youtube チャンネル）
	活動計画	〇こうめつながる LINE ・こうめつながる LINE の地域（地域住民・専門職等）への周知 ・お友達登録、LINE アプリ登録の支援（個別対応、講座等） ・こうめつながる LINE での定期的な地域の情報発信（週 1 回、年 5 2 回） 〇こうめみんなの勉強会 ・地域リハビリテーション活動支援事業や専門職と連携し、地域住民向けに認知症、権利擁護、介護予防等に関する講座を開催する。 ・こうめみんなの勉強会実施計画の作成、講師の依頼、勉強会開催の地域への広報、勉強

		会の様子をオンライン配信（講師の希望により配信しない場合もある） ・開催後対面での参加者に向けてアンケートを実施し、希望する講座内容や講座の感想、参加のきっかけ、参加者間での交流、その他運営内容について確認する。
	アウトプット指標	〇こうめつながる LINE こうめつながる LINE 情報受け取り希望者数 こうめつながる LINE での情報発信数 LINE 活用のための講座の開催数・個別支援数 〇こうめみんなの勉強会 勉強会の開催数・参加者数 勉強会で連携した専門職人数 参加者へのアンケート結果（希望する講座内容、感想、参加のきっかけ、参加者間の交流）
	アウトカム指標	〇こうめつながる LINE こうめつながる LINE での情報をもとに活動や参加に至った人数 ケアマネジャーが担当する高齢者に地域の情報を提供した数（ケアマネ事業所訪問時に確認する） 〇こうめみんなの勉強会 参加者の講座内容への理解度（アンケートで確認する） 講座内容の日常生活での活用度（アンケートで確認する）
実施結果	活動の実績（アウトプット）	
	成果（成果指標を用いた目標の達成状況）	
備考		

取組名 一歩踏み出し、皆と交流を深めよう		目指すべき姿：必要に応じて生活支援サービスなどを利用しつつ社会参加して支え合っている
背景となる現況・課題	令和 4 年度ニーズ調査の結果外出を控えていると回答した高齢者は令和元年度と比較して 10.6%増加している。外出を控えている理由は、「足腰などの痛み」がこうめ地区を含め、すべての地区で最多となっている。 8 期計画で実施してきたウォーキンググループの立ち上げや誰でも休めるベンチの設置の結果、圏域内で 4 団体のウォーキンググループが設立され継続的に実施されている。また、ベンチの設置個所は 15 ヶ所となり、地域に気軽に休める場所が増加した。ベンチ設置協力者へのモニタリングでは地域の高齢者が休憩するためにベンチが使用されていることが分かった。 高齢者の外出がさらに気軽なものとなるために、8 期での取り組みを拡大していくとともに、高齢者の心身機能の向上を促す取り組みが必要となる。	
計画策定段階の前年度の事業実績	〇地域での体力測定会 すみだ福祉保健センター、押上三丁目伸成町会会館、小梅一丁目町会会館、押上集会所の 4 ヶ所で体力測定会を実施した。延べ参加者は 79 名だった。押上集会所は新規で住民からの希望で行った。すみだ福祉保健センター、押上三丁目、小梅一丁目は今後も	

		半年に 1 回の頻度で体力測定会を実施、今後は行ったことのない会場で体力測定会を実施することで、活動参加のモチベーション維持やフレイル予防のための新たな活動参加の意欲を高めていく。 ○ウォーキングマップを活用した介護予防 小梅一丁目町会で新たにウォーキングマップを作成し、同地域にあるデイサービス事業所とサービス付き高齢者住宅と連携し、R7.4 月より【ワサビ歩こう会】が活動開始。月 1 回定期的に、ウォーキングでの介護予防の取り組みと地域住民間の交流が継続できている。 ○イスからつながるプロジェクト ベンチ 22 ヶ所の設置者へのモニタリングでは、実際に高齢者が休憩のために活用しているとの回答が得られた。ベンチ本体やラベルの劣化があり、チームうめわかと連携して修繕を行っている。	
第 9 期計画における目的		高齢者が地域の活動の場に行くことができるよう、心身機能を維持・向上することができる。	地域の環境が整い、高齢者が安心して外出できる。
令和 8 年度の取組の指標と方向性	目標	高齢者が心身機能を維持・向上する意識づけにつながる。押上文花会地域でウォーキングを通した介護予防の取り組みを行う。	長距離を歩くことが大変な高齢者が安心して外出できる。
	投入資源	○地域での体力測定会 体力測定会場（押上三丁目伸成町会会館、小梅一丁目町会会館、すみだ福祉保健センター）、測定機器（握力計、ストップウォッチ、メジャー等）、運営ボランティア（地域住民）3 名、地域リハビリテーション活動支援事業（理学療法士 1 名、作業療法士 1 名）、こうめ職員、チラシ、測定結果シート、 ○ウォーキングマップを活用した介護予防 ウォーキングマップ（1500 部）、作成スタッフ（地域リハビリテーション活動支援事業療法士：理学療法士・作業療法士、こうめ職員）、地域住民（地域の情報提供）、ウォーキングイベントチラシ、ウォーキングイベント運営者（地域リハビリテーション活動支援事業：理学療法士・作業療法士、こうめ職員、ボランティア等）	○イスからつながるプロジェクト（チームうめわか）の活動のうち、ベンチ修繕材料費 10,000 円 チラシ印刷。
	活動計画	○地域での体力測定会 体力測定会を圏域内 3 ヶ所（押上三丁目伸成町会、すみだ福祉保健センター、小梅一丁目町会）で実施する。 ・押上文花町会でのウォーキングマップの打合せやウォーキングイベント開催について地域住民とともに行う。その際に、地域住民が運営者として参加できるよう促す。 ・体力測定実施のチラシの作成、地域住民への広報を行う。 ・実施結果は、測定結果、アンケート結果とともに集計し、次回以降のデータと比較できるよ	○イスからつながるプロジェクト ・チームうめわかの後方支援を行う。 ・誰でも座れるベンチを必要な人のために必要な場所に設置する活動を周知するため、ベンチについての広報を地域住民、関係機関向けに行う。 ・チームうめわかのメンバーとして活動できる協力者を募集し、活動につなげる。 ・ベンチのモニタリングを実施し、ベンチの利用状況について把握する。補修等が必要な場合は対応する。

		うにする。 ○ウォーキングマップを活用した介護予防 マップを活用したウォーキングイベントやウォー キンググループの立ち上げ支援を行う。	
	アウトプット 指標	○地域での体力測定会 体力測定会開催数・参加者人数 測定結果（アンケート結果含む） ○ウォーキングマップを活用した介護予防 マップ作成数・発行数 ウォーキングイベント参加者数	○イスからつながるプロジェクト ・周知媒体の数（チラシ作成、事業での 紹介） ・周知した場所、機会 ・周知に協力した団体、個人の数 ・メンバー募集の回数、説明の回数、新 規登録者数、修理・点検に参加した延 べ人数 ・モニタリング実施の有無、聞き取り件数、 使用の把握
	アウトカム 指標	○地域での体力測定会 測定結果の分析による高齢者の心身機能課 題抽出結果の推移 ○ウォーキングマップを活用した介護予防 ウォーキンググループ参加者・運営者へのア ンケート結果（参加状況や運営状況）	○イスからつながるプロジェクト ・「プロジェクトを知っている」「理解してい る」「目的を理解している」人の存在 ・活動に関心を示す人の把握
実施結果	活 動 の 実 績 （アウトプッ ト）		
	成 果（成 果 指 標 を 用 いた 目 標 の 達 成 状況）		
備考			

取組名 地域の担い手創造		目指すべき姿：必要に応じて生活支援サービスな どを利用しつつ社会参加して支え合っている
背景となる現況・課題	高齢者が活動するための通いの場には、活動の担い手が必要となる。現在、さまざまな人が担い手として通いの場を運営している。地域の高齢者が通いの場などの地域の活動に参加しやすくなるためには、身近な場所に活動の拠点がさらに増え、高齢者が長距離を移動しなくても気軽に参加できるようになることが必要である。そのためにもさらに多くの担い手が必要となる。 令和 4 年度のニーズ調査において、地域づくりに世話役としての参加意向は、「ぜひ参加したい」「参加してもよい」の回答を合わせると 30.5%となり、他の地域と比較してこづめ地域は最	

		多であった。地域には潜在的な担い手の方が多く存在している。 地域の潜在的な担い手が、地域活動を始めるきっかけを作る必要がある。また、自主グループ交流会では、担い手の高齢化などの課題も挙げられている。担い手を増やすためには、高齢者に限らず、地域の多様な人材に協力を求める必要がある。
計画策定段階の前年度の事業実績		○地域の担い手創造研修 全 3 回実施。1 回目 8/21 は活動紹介とともに地域リハビリテーション活動支援事業療法師士による講座を実施。2 回目は活動希望者それぞれが地域活動に参加。3 回目に振り返りを実施。活動継続へつなげている。 ○食を通した通いの場の開設 うめわか高齢者在宅センター・すみだ福祉保健センターが実施している会食サービスや地域の配食事業所と連携し、お弁当を活用して、すみだ福祉保健センター、ケアハウスこまち墨田館を会場に「こうめみんなの食事会」を令和 7 年度は 8 回実施。延べ 89 名の方が参加し、ともに食事と会話を楽しんだ。「いつも一人で食事をしており、みんなと食事することは楽しい。これからも参加したい。」との感想があった。 さらに今年度は、千葉大学グリーンズとも連携し、水耕栽培の野菜を活用して収穫体験・調理・試食が体感できる会を、ケアハウスこまち墨田館にて入居者を対象に実験的に 3 回開催している。今後は、水耕栽培の環境をケアハウスこまち墨田館に整備していき、入居者と地域住民がともに参加できるよう検討している。
第 9 期計画における目的		高齢者を支える地域の担い手を増やす。
令和 8 年度の取組の指標と方向性	目標	高齢者や地域住民が、主体的に地域の担い手として、さまざまな通いの場で活動・参加するきっかけを得ることができる。
	投入資源	○多世代がかかわることのできる通いの場・活動の場をつくる こうめ職員（通いの場の企画）、地域住民、保育園、運営者募集のチラシ、地域ケア会議（通いの場設立のための会議）、通いの場チラシ ○食を通した通いの場の開設 こうめ職員（通いの場の企画）、会食用弁当、会場提供協力施設、飲食店、飲食店職員、チラシ、通いの場運営ボランティア
	活動計画	○多世代がかかわることのできる通いの場・活動の場をつくる 多世代が関わるることのできる通いの場として、保育園の協力を得て「ゴミ拾いウォーキング」などの環境整備活動を企画する。地域住民が運営者として参画できるよう、地域住民とともに企画する。 ○食を通した通いの場の開催 現在実施している「こうめみんなの食事会」を男性向けの企画を考案し、実施する。 開催にあたっては、チラシを作成し、地域住民に周知（区報、こうめつながる LINE 等を活用）を行う。
	アウトプット指標	○多世代がかかわることのできる通いの場・活動の場をつくる 多世代がかかわる通いの場の企画書、開催数、運営スタッフとしての協力者数、通いの場の設立数、通いの場の内容、高齢者以外の参加者数 ○食を通した通いの場の開設 食を通した通いの場の企画、食を通した通いの場の設立数、集いの場実施回数、通いの場の広報のためのチラシ配布数（デジタルや区報等での周知についても実施する予定であり広報手段の種類も併せて確認する）、運営者として協力した地域住民の人数、通いの場参加者数

	アウトカム 指標	○多世代がかかわることのできる通いの場・活動の場をつくる 参加者へのアンケートによる多世代交流の状況の確認 ○食を通した通いの場の開設 参加者、協力した関係機関等へのアンケート・ヒアリングにより交流の状況の確認
実施結果	活動の実績 (アウトプット)	
	成果（成果 指標を用い た目標の達 成状況）	
備考		