

令和 8 年度 ぶんか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

お隣同士、声を掛け合い、助け合い、絆生（いきいき）と暮らす。
～咲かせよう、文花・立花の花～

下町人情が残る温かいまち、文花・立花。

情報を集める方法の多様化や情報量の増加により、高齢者からは「大変だ」という声をよく耳にします。自分にとって有用な情報を得る、選ぶ、活用することは誰もが迎える『老い』の不安を軽減し、自分らしく暮らし続けることに繋がります。

高齢期に身体的、精神的、社会的変化が起こっても、その変化を「出来ない」「わからない」「立ち向かえない」という困難にならぬように情報を活用でき、高齢者本人をはじめ、家族、住民、専門職で支え合えるまち。お互いを尊重し合う共生社会を目指します。

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
31,783 人	8,373 人	26.3%	5,223 人	62.4%

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	○介護保険、高齢者施策、医療、認知症、権利擁護制度等の相談のほか、心身の機能の変化や環境変化（自宅や家電の老朽化、収入の変化、家族やペットの変化など）から生じる日常生活の困難さに幅広く対応できるよう、社会資源や制度などの情報収集に努める。 ○分かりやすく情報提供を行い、情報選択が円滑になるように支援していく。 ○ぶんか祭を開催し、高齢者支援総合センター（以下「センター」という）・高齢者みまもり相談室（以下「相談室」という）の周知につなげる。 ○早期に様々な関係機関と連携をとり、統一した支援方針のもと支援が行えるようにする。 ○複合的かつ複雑化する相談に多面的視点で対応ができるよう所内で定期的に事例検討をする。 センター・相談室で日頃の相談支援や様々な事業において連携する。	
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	○弁護士を交えた事例検討会を年 4 回実施する。 ・虐待防止ネットワーク推進のため、介護サービス事業所が困難を感じる事柄について、法的視点からの助言を受け、支援に活かせるようにする。 ○事業所向けに権利擁護講座を行い、自己決定支援の啓発を行う。 ○地域住民、専門職向けに人生会議トランプを実施。ACP について考える機会を作る。 ○消費者被害の防止のため、住民向けの啓発をみまもりだよりへ掲載、または講座を行う。	
結果	虐待防止ネットワーク（研修、講座等） ○件	権利擁護相談（虐待相談含む）件数 ○件

	(前年度 ○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	○事例検討会・研修等を年4回以上開催する。 ・開催にあたっては、研修アンケート・個別会議の結果・日頃の介護支援専門員支援状況から居宅支援事業所の課題やニーズをふまえ、高齢期の変化の理解・権利擁護・社会資源活用・介護予防・認知症支援等、介護支援専門員に必要とされる知識・技術の習得や向上のため、各職種と連携、協働して実施する。 ○地域包括ケアシステム構築に向けた取組として、地域の主任介護支援専門員と定期的な地域課題の把握や解決方法について検討の機会を持つ。	
結果	介護支援専門員向け研修 ○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	○推進事業の「足早プロジェクト」を通じて、住民が健康増進や介護予防に関する知識を習得でき、ウォーキングや運動の習慣化に繋がるよう促していく。 ○地域リハビリテーション活動支援事業を、推進事業の「足早プロジェクト」や地域ケア個別会議、認知症事業の講座で活用する。そして、住民への介護予防活動に繋がるようにする。 ○介護予防普及に向けて、地域住民の要望に基づいた出前講座を年2回は開催し、正しい知識の普及と運動習慣の改善を推進していく。 ○住民主体の通いの場を把握し、後方支援をしていく。	
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	○高齢者がやりがいや意欲をもって暮らしていけるよう、住民が介護予防や重度化予防の知識を深め、意識化と行動化を促すよう働きかける。 ○介護支援専門員をはじめとする、介護サービス事業者に対して、介護予防や重度化予防の視点を強化し、インフォーマルなサービスを含む多様な援助計画を作成できるよう働きかける。 ○予防プランの再委託率 40%以上を維持する。 ○自立支援についての意識を高めるため、居宅介護支援事業所へ個別ケア会議への参加や事例提供を促す。 ○社会資源の活用に向けて、生活支援コーディネーターと連携して居宅介護支援事業所等に情報を発信する。	
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	○住民向け認知症普及啓発講座を年8回開催し、正しい認知症の知識の理解を促す。 ・認知症予防を含めた認知症の正しい知識の普及により、生活習慣・ライフスタイルの改善に関する講座を開催する。 ・推進事業「伝わる・分かる・支えあう」のコンセプトに沿い、地域での支えあいの重要性を伝える講座を開催する。 ○認知症サポーター向け勉強会（オレンジ勉強会）を年3回開催し、認知症を正しく理解し、地域に認知症の人とその家族の支援のネットワークを広げる。 ・認知症の人とそのご家族からの発信を勉強会に取り入れる。認知症の人とその家族への理解を深め、どのような支援ができるのかについて考える勉強会とする。 ○ぶんか・みかんの会カフェ（認知症の人・家族・住民を対象としたカフェ）を年6回開催する。 ・認知症サポーターのカフェなどでのボランティア活動の支援をする。 ・認知症の人とその家族、そして地域をつなぐカフェとして充実させていく。 ○認知症サポーター養成講座を開催する。	
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 12回）

7 地域ケア会議

8年度の 取組の視点	○自立支援に向けた地域ケア個別会議を計画的に開催（年5回以上）するほか、住民や専門職からの相談に応じて適宜開催し、地域課題を抽出する。 ○住民、専門職、関係機関と共に共有し、対応を協議していく地域ケア推進会議を開催する。（年2回以上）。 ○地域ケア会議や事業を通して把握した地域課題と地域ケア会議の開催趣旨や意義を、地域住民や専門職に周知する。	
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	地域課題の把握及び整理を行い、課題解決、改善に向け、以下の取組を行う。 ○社会資源リーフレットの周知と共に地域について関心を深めてもらう機会とする。 ○社会資源リーフレット等の地域情報を届ける人や場所を増やし、ホームページやSNS等を活用し、広く情報提供をする。必要な情報が届きやすく、自身で選択し活用できるようにする。 ○住民主体で地域のことを話せる場、知る場をつくり、より地域や地域住民への関心を深められるようにする。また、活躍したい方の創出に取り組み、様々な繋がりができる機会を作る。 ○生活支援サービスネットワーク連絡会に参加し、他センターの情報収集と圏域の課題、墨田区の課題の把握、検討を行う。	
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	○救急通報システムの設置勧奨と合わせて、ひとり暮らし高齢者の実態把握訪問を 1,000 件実施する。 ○R7 年度に実施した実態把握で、社会的孤立が疑われると判断した高齢者及び面会ができず把握できなかった高齢者に対して、引き続き把握に取り組む。社会的孤立の状況を分析し、社会的孤立の対策を検討する。 ○圏域内におけるマンション、民間集合住宅等のオーナー・大家・管理人等に働きかけを行い、異変の気づきから、安否確認や認知症等の早期支援につながるようネットワークを拡充する。 ○R7 年度に取り組んだ集合住宅管理会社との連絡会を継続し、引き続きネットワーク作りに重点的に取り組む。 ○町会・自治会の活動状況を把握し、地域の課題の発見に取り組む。	
結果	実態把握件 〇件（前年度 〇件）	安否確認 〇件（前年度 〇件）

取組名	伝わる、分かる、支えあう		目指すべき姿：地域における認知症に対する理解が進み、認知症の人が安心してその人らしく暮らしている
背景となる現況・課題	ニーズ調査によると、「認知症状があっても住みやすい地域である」と回答する人の比率が他圏域と比較して低い結果となっている。認知症普及啓発事業において実施したアンケートでは、認知症予防に最も関心が高い傾向にあり、「認知症になりたくない」「認知症になったらもう終わりだ」という参加者の声を耳にすることもあった。その発言の背景には認知症への理解不足、偏見があると考えられる。 一方、介護支援専門員向け研修のアンケートでは、「本人主体の支援ができていないか」という問いに対して半数が「どちらでもない」と回答している。また、「できている」と回答した介護支援専門員からは「より考えていきたい」という感想があった。その他の研修や弁護士事例検討会等からも、認知症があっても疾患にとらわれることなく、個別性を理解し、本人の思いを尊重する支援が重要であることが分かった。 厚生労働省の「認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）」にはわが国の認知症高齢者の数は2025（令和7）年には約700万人、65歳以上の高齢者の約5人に1人に達することが見込まれることが示され、ぶんか圏域においても今後ますます認知症高齢者が増えたと予測される。認知症の有無に関わらず、本人らしい暮らしを実現できる、住みやすい地域を目指すことが課題と考えられる。		
計画策定段階の前年度の事業実績	①「ぶんか・みかんの会カフェ」 ・4/8（火）男性4、女性18、計22人参加 ケアマネジャーによる二胡演奏 ・6/10（火）男性3 女性15、計18人参加 手芸やちぎり絵が得意な地域の高齢者による、折り紙の壁飾り制作 ・8/26（火）女性3、計3人 熱中症対策のため、モーニングカフェとして10：00～11：00の開催。酷暑の中、9名のキャンセル。2グループに分かれてサポーターと一緒に会話に参加。中盤から参加者が活動している手話の話題になり、最後は全員で手話をしながら「ふるさと」を合唱。 ・10/14（火）男性2、女性10、計12人参加 カフェ参加者によるウクレレ演奏 ・12/9（火）男性3、女性11、計14人参加 自主グループ「ちよ紙の会」の協力で、クリスマスリース作り ②普及啓発講座（一般） ・7/22（火）「認知症の人への対応を学ぶ」男性3、女性13、計16人（地リハ活動支援事業） ・1/27（火）「認知症ケアパスの使い方」男性2、女性6、計8人 ③普及啓発講座（専門） ・11/5（水）介護した家族の体験談を聞く座談会、男性4 女性10 計14人	① 普及啓発講座（一般） ・9/30（火）「血管年齢と認知症の関係」（高齢者の保健事業と介護予防の一体化事業）男性1、女性19、計20人 ・10/21（火）「口腔ケアと認知症」（高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施化事業）男性2、女性13、計15人 ・11/25（火）「役割と認知症」（地域リハビリテーション活動支援事業）男性3、女性4、計7人 ・12/23（火）「運動と認知症」（地域リハビリテーション活動支援事業）男性6、女性11、計17人 ② ケアマネジャー向け研修（地域リハビリテーション活動支援事業活用） ・10/17（金）、「認知症のステージを理解した支援へ（軽度～中等度）」男性4、女性12、計16人 ・11/18（火）、「認知症のステージを理解した支援へ（中等度～重度）」男性3、女性12、計15人 ③ 見守り協力員勉強会 6/19（木）「人生トランプを通じて ACP をどう伝えるか」という内容で実施。9名参加。2グループに分かれて人生トランプをババ抜き方法で行い、意見交換をした。 ④ 専門職向け権利擁護研修 1/20（火）ケアマネジャー、医療職、事業所向け権利擁護研修「意思決定支援について」を実施。ケアマネジャー、医療職、介護職員等23名参加。動画を視聴後、グループワークを行った。	

		・11/12（水）「認知症サポーター」とは何か考える座談会、男性4女性7計11人 ④認知症サポーター養成講座 ・いきいきプラザ 9/3（水）男性3女性12計15人 ・立花ゆうゆう館 9/9（火）男性2女性7計9人 ・東吾嬬小学校 9/18（木）13：30～14：15 男性20女性24計44人	
第9期計画における目的		支援のネットワークができることで認知症の人にも情報が届きやすくなる。	様々な人が自ら発信する機会をつくることで、お互いに尊重し、支えあう地域になる。
令和8年度の取組の指標と方向性	目標	「自分ができること」を住民と専門職と一緒に共有し、今後の取組につなげる気付きを得ることができる。	ACPの理解を深めるため、自分が大切にすることや思いを住民と専門職で話し合い、共有することができる。
	投入資源	人：オレンジ勉強会参加者、みかんの会参加者、認知症サポーター、専門職、相談室・センター職員等 場所：ぶんか高齢者支援総合センター 物：アンケート、案内チラシ、文具等 経費：印刷費 カフェお茶菓子代（ボランティア及び参加者用）（約8,000円） 紙代（約2,000円）	人：住民、専門職（リハビリ、保健師、相談室・センター職員等） 場所：ぶんか高齢者支援総合センター 物：人生会議トランプ、アンケート、案内チラシ、文具等 経費：印刷費・紙代等（約2,000円）
	活動計画	・R7年度に行った講座を踏まえて、「できること」を地域住民及び専門職と一緒に話し合う地域ケア推進会議を行う。 ・ぶんか・みかんの会カフェ（年6回） ・認知症普及啓発講座（一般）年8回 ・認知症普及啓発講座（専門）年3回 ・認知症サポーター養成講座	・人生会議トランプを活用し、高齢期の変化について参加者同士の気づきや考えを共有、意見交換をする場を作る。 ・リラックスできる雰囲気のあるぶんか・みかんの会カフェ実施や認知症普及啓発講座（専門）の場で住民と専門職と一緒に人生会議トランプを利用し、意見交換を行う。 ・権利擁護事業の講座の開催（意思決定支援）
	アウトプット指標	参加人数・実施回数	参加人数
	アウトカム指標	アンケート 議事内容等 できることの内容 講座の理解度	アンケート 議事内容等 意見交換の内容 講座の理解度
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 手から手へ つながる情報		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	平成 26 年から地域の情報をまとめた社会資源リーフレットを発行し、住民に向けて情報発信を行っている。「体操編」、「在宅療養編」など計 11 種類があり、毎月 300 部ほどが活用されている。約 50 か所に設置しているが、その場所に行くことができない場合もあり、リーフレットを届けるネットワークの構築が求められる。さらに、どのような情報を必要としているのか、多様なニーズに応える取り組みが必要となる。 ニーズ調査から地域で問題と感じている事に対し「適切な情報が得られない、あることを知らない人がいること（17.3%）」、「誰に頼めばいいかわからない（10.9%）」が区内で一番多くなっている。日常の相談から、どこにどのような情報があるのかわからない、知っていても行くことができない、頼める人がいないという課題がある。	
計画策定段階の 前年度の事業実績	○地域ケア推進会議（2 回）地域住民、民生委員、ボランティア、専門職等で、現在配布中のリーフレットについて検討。 ①6/13「認知症支援」：25 か所・42 名出席。結果を基に内容改定と、新たに「物忘れが気になったら」を作成。 ②10/29「見守り（機器編）・見守り等」：16 か所・25 名出席。結果を基に内容改定検討中。 ○リーフレット折りボランティアグループ「折り部」 リーフレットを届ける担い手となっていただけるよう、リーフレット折りをしながら、地域の情報交換や交流を定期的に実施。（9 回、登録 10 名、延べ 36 名参加）	
第 9 期計画における 目的	高齢者が知りたい、使いたい情報を届ける支援のネットワークをつくり、その情報を活用して住み慣れた地域で本人らしい暮らしを続けることができる。	
令和 8 年度 の取組 の指標 と方向性	目標	地域の社会資源情報を知り、必要な人に届ける手（人）や方法（配布方法・設置場所等）が増える。
	投入資源	人：住民、折り部（ボランティア）、認知症サポーター、民生委員・児童委員、見守り協力員、専門職 場所：ぶんか高齢者支援総合センター他 物：案内チラシ、社会資源リーフレット、ホワイトボード等 経費：コピー用紙代 2000 円
	活動計画	・リーフレット等情報の発信や、リーフレットを届ける担い手について検討する地域ケア推進会議を開催（年 1 回） ・リーフレット折りボランティアグループ「折り部」活動の継続（月 1 回）
	アウトプット 指標	・地域ケア会議実施回数、参加者数、アンケート ・リーフレット折りボランティアグループ「折り部」活動回数、登録・活動人数 ・リーフレット、案内チラシ等の配布・紹介先の増加場所、数の変化

		・LINE での情報発信数、ぶんか圏域の登録者数の変化
	アウトカム 指標	・参加者数 ・アンケート結果 ・折り部活動回数、活動人数 ・リーフレット配布先の場所、数 ・LINE 登録者数 ・民生員やボランティア、地域ケア会議参加者へのインタビューなど
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 足早プロジェクト		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	地域ケア会議では、必要な相談先や必要・有用な情報を入手するために「心身ともに動ける、出かけられる」ことが重要という課題が確認された。 ニーズ調査から介護・介助が必要となった主な原因は、墨田区全体では「高齢による衰弱（19.4%）」次いで、「骨折・転倒（14.0%）」となっている。ぶんか圏域では、現在治療中の病気は「筋・骨格の病気」の割合が他の圏域に比べて多く、「出かけられる」ために、フレイル予防は重要課題に位置付けられている。また、老研式活動能力指標で「やや低い」「低い」と答えた割合は最も多い。さらに、生きがいとしてやってみたいことで「健康づくり・介護予防」「ボランティア活動・社会貢献」と答えた方の割合は他の圏域より多い状況である。	
計画策定段階の 前年度の事業実績	【足早プロジェクト全体で取り組んだ内容】 R7 年 9 月 4 日～11 月 27 日の期間で、7 回に渡り開催。 <足早チャレンジ> 1. 事前、事後、三カ月アンケートを実施した。 2. 区報とチラシ、区の公式ライン、法人のホームページで周知。 実参加者 12 名（男性 3 名、女性 8 名）、延べ参加者数 52 名/7 回 平均年齢 81 歳（年齢内訳：60 代 1 名、70 代 3 名、80 代 7 名、90 代 1 名、範囲 69 歳～93 歳） 3. 体力測定 2 回実施 1・2 回目共に体力測定受けた人数 6 名（この 6 名の事業参加率は 85.7%） 体力測定後、それぞれの結果をグラフ化して配布した。リハビリ職から結果の説明とアドバイスが行われた。 4. ミニ講座 QA 含めて 20 分間×4 回実施	

		内容：第2回「生活習慣と運動」、第3回「栄養」、第4回「認知症の予防」、第5回「お口について」 講師：リハビリ職 講座に関するアンケート：開始前と終了時で施行。 5. ウォーキング体験実施 リハビリ職がウォーキングについて説明後、2グループに分かれ、それぞれに近隣でウォーキング体験を35分程実施した。 6. グループワークで貯筋通帳を用いながら、お互いの運動習慣を共有した。 ＜思いやり（一日一善）チャレンジ＞ 1. 貯筋通帳（自宅で生活習慣・食習慣・口腔ケア・運動習慣・一日一善を日々記録する用紙）に各自で記載して頂いた。会の開催毎に貯金通帳を基に3～4名のグループワークに分かれて話し合った。 2. 参加者がより記入しやすくなるように、今年度は貯筋通帳内の文言にもあった「思いやりチャレンジ」を「一日一膳」へと変更し、初回には実際に一緒に記入した。 3. 今年度は特に、「他者への関心を深めるため仲間づくりができる」という目標に注力し、グループワークを強化した。毎回15分、リハビリ職がファシリテーターとなりグループごとに、貯金通帳を基に前週行ってきたことの報告をし合い、お互いに質問をした。 次回の参加を促すため、また、仲間づくりを意識するため、みんなで声出しを「ダンス頑張るぞー」「えいえいおー」等を行った。	
第9期計画における目的		＜足早チャレンジ＞ ウォーキングの効果に加えて、健康増進・介護予防に関する知識を得られるとともに、自らの心身の状態を客観的に把握し、ウォーキングや運動の習慣化に役立てる。	＜一日一善チャレンジ＞ ウォーキングなどの個人的な取り組みの中でも、自分が地域の役に立てること（困っている人への声掛けや周囲への見守りなど）に気づき、自分の暮らす地域や共に生きる人々への関心を深めることにつなげる。
令和8年度の取組の指標と方向性	目標	・参加者が健康増進、介護予防に関する正しい知識を得て習慣化することができる。 ・参加者がウォーキングや運動の習慣を身につける。	・足早プロジェクトを通じて、自身が思いやりの気持ちを持っていることに気づき、他者への思いやりを育んでいく。 ・他者への関心を深めるため仲間づくりができる。
	投入資源	人：前年度参加者、リハビリ職、包括職員3名 場所：ぶんか高齢者支援総合センター 物：パソコン、DVD、記録用紙、アンケート用紙、貯筋通帳（自宅で生活習慣・食習慣・口腔ケア・運動習慣・一日一善を日々記録する用紙）、マイク、カメラ、各講座資料、切手、返信用封筒 広報：案内チラシ、区報、区LINE、ホームページ等 経費：コピー代 2,000 円、郵送代 8,000 円	人：前年度参加者、リハビリ職、包括職員3名 場所：ぶんか高齢者支援総合センター 物：パソコン、DVD、記録用紙、アンケート用紙、貯筋通帳（自宅で生活習慣・食習慣・口腔ケア・運動習慣・一日一善を日々記録する用紙）、マイク、カメラ、各講座資料、切手、返信用封筒 広報：案内チラシ、区報、区LINE、ホームページ等 経費：コピー代 2,000 円、郵送代 8,000 円

	活動計画	・R8 年 9～10 月木曜午後（毎週連続 4 回、9 0 分間）開催 ・ぶんか高齢者支援総合センターで実施 ・講師によるミニ講座を 3 回（栄養、口腔ケア、認知症）実施 ・事前、終了時、三か月後にアンケートを実施する。	・参加者が貯筋通帳を日々記入し、その記入した内容を開催時に参加者同士でグループワークをして共有する。 ・グループワークで共有した内容の内、どこに思いやりの言動（一日一善）があったのか、参加者がお互いに確認し伝えあう。 ・事前、終了時、三か月後にアンケートを実施する。
	アウトプット指標	・参加人数 ・実施回数 ・アンケート調査	左記に同じ
	アウトカム指標	・アンケート調査	・アンケート調査 ・貯筋通帳の記録 ・各回のグループワークでの話し合い内容と感想
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			