



こうめ圏域地域包括ケア計画

(令和6年度～令和8年度)
(案)

2024（令和6）年3月
こうめ圏域地域ケア会議

目次

第1章 日常生活圏域別地域包括ケア計画とは

1 高齢者支援総合センターと高齢者みまもり相談室.....	1
(1) 高齢者支援総合センター（地域包括支援センター）	1
(2) 高齢者みまもり相談室.....	2
(3) 地域ケア会議	2
2 作成の趣旨.....	3
3 計画の作成経過.....	4
4 計画作成に活用した調査	4
5 計画の実現に向けて	4

第2章 第9期地域包括ケア計画

1 こうめ圏域の概要	5
2 目指すべき将来像.....	7
3 重点的取組.....	8

第1章 日常生活圏域別地域包括ケア計画とは

1 高齢者支援総合センターと高齢者みまもり相談室

(1) 高齢者支援総合センター（地域包括支援センター）

高齢者支援総合センター（以下「センター」という。）は、保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどの専門職が在籍し、高齢者及びその家族の身近な相談窓口として、区内に8か所設置されています。

総合相談業務 高齢者やその家族の相談窓口として、介護予防、認知症、介護保険の認定申請や区の福祉サービスの申請等の相談に応じます。	権利擁護業務 成年後見制度の活用促進や、高齢者虐待への対応等を行います。
包括的・継続的ケアマネジメント支援業務 専門職との連携体制を構築しながら、地域のケアマネジャーへのサポート等を行います。	介護予防支援・介護予防ケアマネジメント 要支援・要介護状態になる可能性のある方に対する介護予防ケアプランの作成等を行います。

上記のほか、以下のような業務も行います。

- 介護予防、フレイル予防に関する活動の普及啓発
- 「通いの場」の把握や立ち上げ支援
- 地域リハビリテーション専門職との連携
- 在宅療養に関する医療機関と介護保険事業者などの連携の推進
- 認知症の人やその家族に関する支援、認知症サポーターの活用
- 高齢者の日常生活を地域で支える資源の開拓、支援を必要とする高齢者と地域資源を結び付ける取組
- 地域ケア会議の開催
- 介護をしている家族の支援
- 区独自の福祉サービスの申請、福祉用具・住宅改修の相談支援

(2) 高齢者みまもり相談室

高齢者みまもり相談室（以下「相談室」という。）はセンターに併設され、ひとり暮らし高齢者等が住み慣れた地域で安心して生活できるよう、地域と連携して見守りネットワークの充実を図ることを主な役割としています。そのほか、以下のような業務を行います。

- 実態把握訪問等を通じた、孤立しがちなひとり暮らし高齢者等の把握・支援
- 町会・自治会、老人クラブ、民生委員・児童委員等の関係機関と連携した見守りネットワークの構築、広報誌「みまもりだより」の発行、講座の開催等を通じた、見守り活動の普及啓発
- 見守り協力員の養成、地域の見守り活動の支援

(3) 地域ケア会議

地域ケア会議は、多様な関係者により、支援が必要な高齢者等が尊厳を保持してその人らしい生活を継続していくための支援方法の検討や自立支援に資するケアマネジメントの質の向上、支援ネットワークの構築、地域課題の把握等を行う「地域ケア個別会議」と、個別会議において確認した地域課題の共有や解決に向けた検討等を通じ、地域づくりや地域の資源開発、政策形成につなげていく「地域ケア推進会議」の二つに分けられます。センター・相談室では医療機関、介護サービス事業者、町会・自治会など地域の方々と地域ケア会議を通し、顔の見える関係を築き、高齢者の個別課題の検討や地域課題の解決に向けた取組を進めています。

地域包括ケア計画策定に向けた地域ケア推進会議の主な参加者は以下のとおりです。

- 介護サービス事業者：居宅介護支援事業所、訪問介護事業所、通所介護・通所リハビリテーション事業所、訪問看護事業所、福祉用具貸与事業所、小規模多機能型居宅介護、認知症グループホーム、特別養護老人ホーム、都市型軽費老人ホーム
- 医療関係者等：医師、歯科医師、薬剤師、訪問看護師、医療相談室相談員、作業療法士、理学療法士及び言語聴覚士、管理栄養士
- 町会・自治会、老人クラブ、民生委員・児童委員、介護サービス相談員及び見守り協力員、介護予防サポーター、自主グループ活動者等
- 社会福祉協議会、配食サービス事業所、児童館
- 官公庁：警察署、消防署、保健センター等

2 作成の趣旨

日常生活圏域別地域包括ケア計画（以下「地域包括ケア計画」という。）は、「墨田区高齢者福祉総合計画・第9期介護保険事業計画」の策定に合わせて、日常生活圏域ごとに、高齢者が住み慣れた地域で安心して過ごすことができるよう、策定するものです。

地区の課題や特性を踏まえて、高齢者支援総合センター・高齢者みまもり相談室が中心となって、地域で活躍する方々とともに第9期中に重点的に推進していく内容を、地域ケア推進会議における地域の関係者の意見を踏まえて定めた計画です。地域の現況や課題から、3年間の取組により達成を目指す目的を設定し、その目的に対して取り組む内容を記載しています。

「墨田区高齢者福祉総合計画・第9期介護保険事業計画」において設定している5つの目指すべき姿である「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」「多様な介護サービスを必要に応じて利用している」「切れ目のない円滑な医療・介護連携により必要な在宅療養を受けている」「身体状況の変化と本人の希望に応じて住まい方を選択している」「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」のいずれかにつながる内容としています。

各圏域において、最終的には本計画の基本理念である「人と人がつながり、高齢者が住み慣れた地域で、自分らしく生きがいをもって生活することができるまち」の実現を目指しています。

■地域包括ケア計画の位置づけ

基本理念

人と人がつながり、高齢者が住み慣れた地域で、
自分らしく生きがいをもって生活することができるまち

～地域包括ケアシステムの充実～

以下の5つの目指すべき姿を設定し、地域包括ケアシステムの充実を図ることにより、基本理念の実現を目指します。

- ・ 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
- ・ 多様な介護サービスを必要に応じて利用している
- ・ 切れ目ない円滑な医療・介護連携により必要な在宅療養を受けている
- ・ 身体状況の変化と本人の希望に応じて住まい方を選択している
- ・ 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

第9期計画	施策の方向性	1 自立支援と支え合いの推進
		2 介護サービスの充実
		3 医療と介護の連携強化
		4 高齢になっても住み続けることのできる住まいの確保
		5 認知症施策の推進
	各圏域の地域包括計画	

3 計画の作成経過

2015（平成27）年3月、墨田区高齢者福祉総合計画・第6期介護保険事業計画の策定に際し、地域ケア会議の検討を踏まえた圏域ごとの「地域包括ケアシステム」実現を目指すための取組を「地域包括ケア計画」として策定することとしました。そして、第7期から第8期にかけても、地域ケア会議において継続的に課題や取組の成果を確認しつつ、地域の方々と共に取組を推進してきました。また、年3回程度実施している「墨田区地域包括支援センター運営協議会」において、毎年単年度の事業計画と実績を報告し、事業の評価や残された課題の検討を行ってきました。

第8期までの取組を踏まえ、2023年（令和5）年6月から9月にかけて、各高齢者支援総合センターにおいて計画策定のための地域ケア推進会議を実施し、地域からの意見聴取や課題解決に向けた意見交換会を行い、策定を行いました。

4 計画作成に活用した調査

第9期地域包括ケア計画の作成にあたっては、区が令和4年度に実施した「墨田区介護予防・日常生活圏域ニーズ調査（以下「ニーズ調査」という。）」の結果を活用しました。調査の概要は以下のとおりです。

調査対象：日常生活圏域各500人の計4,000人。うち要支援・要介護認定を受けていない高齢者が3,760人、要支援1～要支援2までの要支援認定者が120人

抽出方法：65歳以上の要支援・要介護認定を受けていない高齢者を、住民基本台帳による無作為抽出。要支援認定者を、介護保険台帳から無作為抽出

調査方法：郵送配布・郵送回収又はインターネット回答（礼状形式の督促1回実施）

調査時期：2022（令和4）年10月3日～10月17日

回収率：60.0%（インターネットでの回答率4.3%）

5 計画の実現に向けて

地域包括ケア計画は、センター・相談室が中心となって、地域の住民や事業者等とともに推進していきます。毎年度、センター・相談室において事業計画に各事業の目標を設定するとともに、事業の達成状況や評価を行い、地域ケア会議、墨田区地域包括支援センター運営協議会への報告を通して区民・関係者の方々に周知していきます。

第2章 第9期地域包括ケア計画

1 こうめ圏域の概要

こうめ圏域は、墨田区のほぼ中央に位置し、向島、押上の地域です。圏域の面積は 1.38k㎡で、墨田区全体の 10.0%を占めています。区の施設として、すみだ共生社会推進センターやすみだ郷土文化資料館、すみだ福祉保健センターがあります。

圏域内には、近年新たな商業施設なども開業し、さらなる地域の発展が期待される一方、向島には江戸時代から続く料亭街や、それに関連する商店等があり、伝統と歴史が感じられます。周辺の路地には木造住宅などもまだ多く残っています。新しいものと古きよきものが融合し、新たなこうめ圏域の風土が作られてきています。鉄道に関しては、東武スカイツリーラインのとうきょうスカイツリー駅や京成押上線、東京メトロ半蔵門線の押上駅が立地しています。

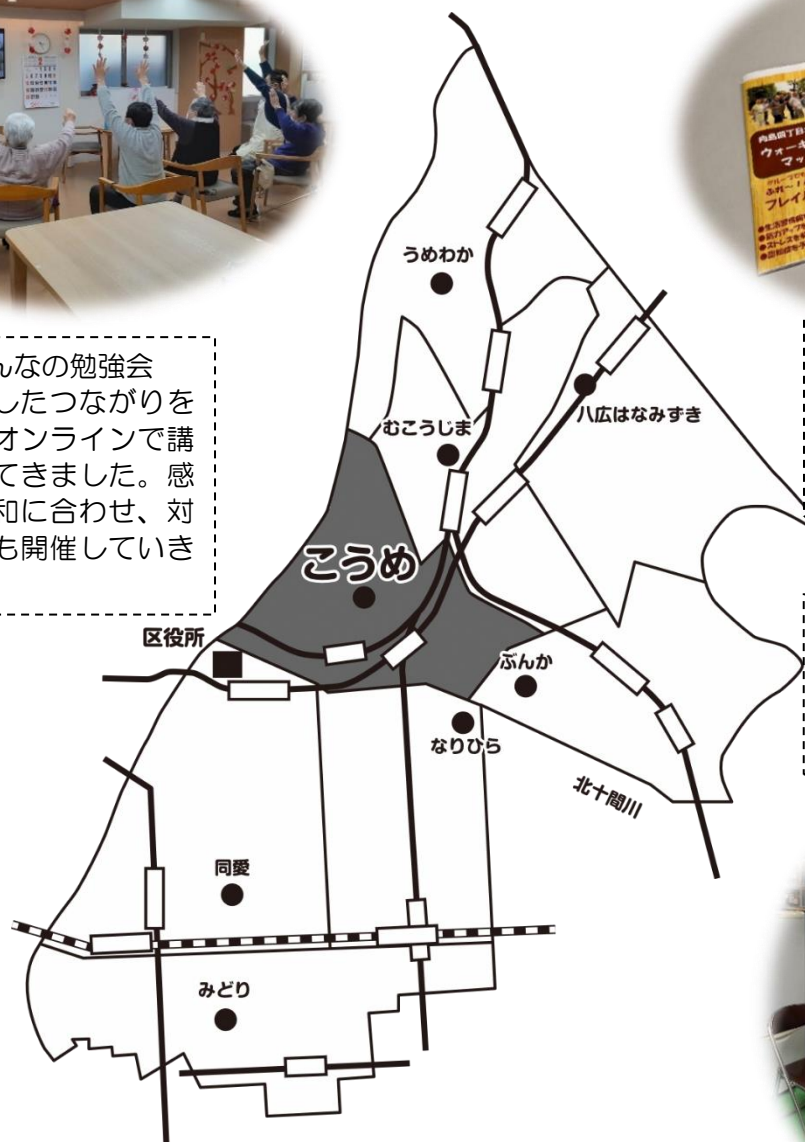


▲こうめみんなの勉強会

学びを通じたつながりを作るため、オンラインで講座を開催してきました。感染対策の緩和に合わせ、対面での講座も開催していきます。



▲ウォーキングマップの作成
地域の方とともに、ウォーキングマップを作り、歩くことでの介護予防と地域の魅力発信を行っています。



▼体力測定会

介護予防に取り組むきっかけになるよう、地域ごとに体力測定会を行っています。



●：高齢者支援総合センター・高齢者みまもり相談室

■日常生活圏域別高齢者人口などの現状

圏 域	人 口	高齢者人口	高齢化率	うち75歳以上	後期高齢化率
全体	283,931 人	59,941 人	21.1%	33,604 人	11.8%
みどり	55,768 人	7,831 人	14.0%	4,068 人	7.3%
同愛	45,041 人	7,956 人	17.7%	4,336 人	9.6%
なりひら	35,103 人	7,033 人	20.0%	3,860 人	11.0%
こうめ	27,472 人	5,947 人	21.6%	3,265 人	11.9%
むこうじま	34,392 人	8,210 人	23.9%	4,751 人	13.8%
うめわか	28,637 人	7,997 人	27.9%	4,717 人	16.5%
ぶんか	31,803 人	8,617 人	27.1%	4,986 人	15.7%
八広はなみずき	25,715 人	6,350 人	24.7%	3,621 人	14.1%

(注) 令和5年10月1日現在である。

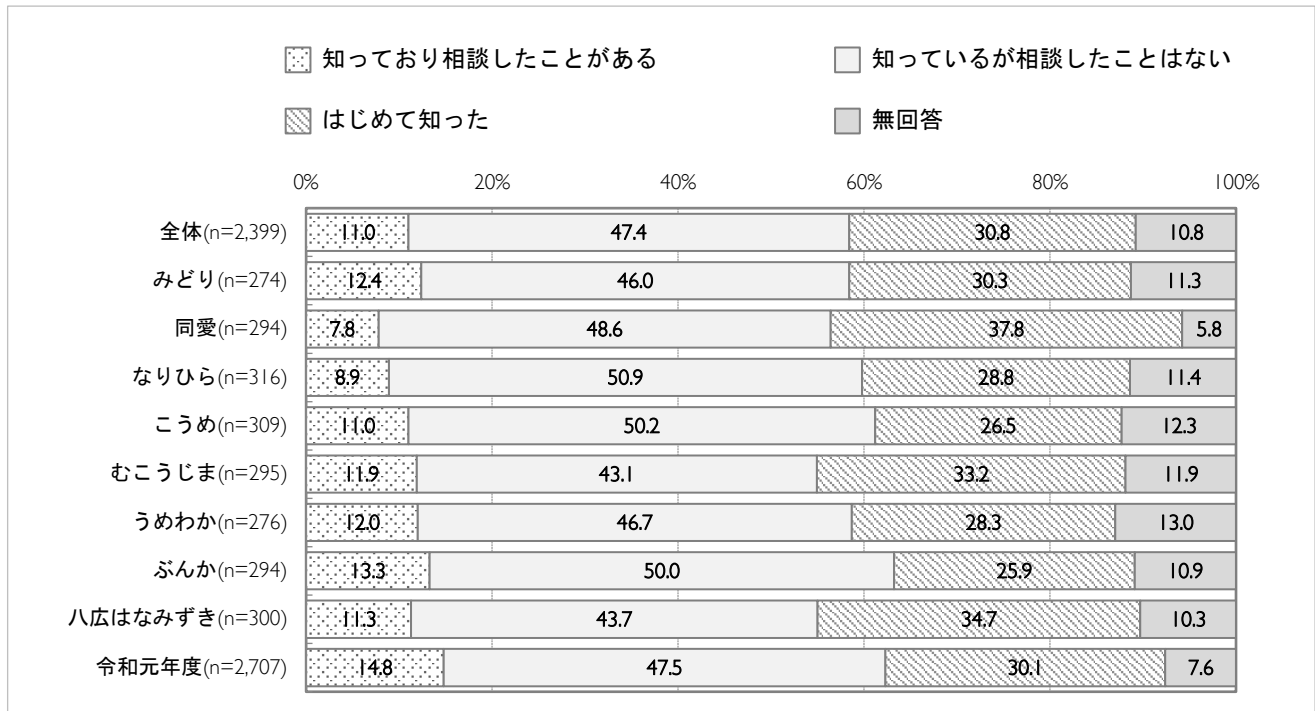
資料：墨田区住民基本台帳

	全体	みどり	同愛	なりひら	こうめ	むこう じま	うめわか	ぶんか	八広はな みずき
ひとり暮らし 高齢者人口	23,007 人	2,940 人	2,894 人	2,707 人	2,307 人	3,350 人	3,069 人	3,285 人	2,455 人
ひとり暮らし 高齢化率	38.4%	37.6%	36.4%	38.5%	38.8%	40.8%	38.4%	38.1%	38.7%

(注) 令和5年10月1日現在である。

資料：主管課データ

■高齢者支援総合センター・高齢者みまもり相談室の認知度（日常生活圏域別）



資料：令和4年度墨田区介護予防・日常生活圏域ニーズ調査報告書』令和5年3月

2 目指すべき将来像

—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

これまでも、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（以下、ニーズ調査とする）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。

3 重点的取組

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」
ニーズ調査や地域ケア会議出席者の意見等に基づく現況・課題	
こうめ地域では、集いの場や各種講座などが多く存在しています。こうめ高齢者支援総合センター・高齢者みまもり相談室が、令和4年度に主催した地域住民向け事業のうち、参加のきっかけを確認した16事業では、45%の参加者がチラシを見て参加していました。その反面、「事業のことを知らなかった」という地域の声もあり、情報が届いていない高齢者が存在しています。社会的孤立や孤独の解消に向けて、地域の取組が効果的に実施されるよう、高齢者に地域の活動に関する情報を届け、活用できる環境が必要です。また、ニーズ調査では、こうめ地区では「スマートフォン、タブレット、パソコンの保有状況」が80.3%でした。使用状況としては、電話が最も多いですが、LINE等SNSの活用も44.6%となっています。	

目的	取組内容
○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。	○ LINE を活用した「こうめつながる LINE」を開設し、登録した地域の高齢者に向けて、定期的に地域情報を発信します。また、LINE で事業の申し込み等をできるようにし、興味を持った事業に高齢者がスムーズに参加できる環境をつくれます。 ○ ICT 機器を持たない高齢者も地域の情報を得られるよう、これまで地域に配布、回覧を行ってきた「こうめまもりだより」の配布先を拡大し、衣食住の場（理美容店、スーパー、コンビニ、銭湯など生活に必要な場所）での配布を積極的行います。 ○専門職が地域活動の情報を知ること、関わっている高齢者に情報を届けることができます。知っている人から聞いた情報は印象に残りやすく、その高齢者に合わせた情報を届けることができます。専門職同士の顔の見える関係構築と情報の共有を行います。 ○コロナ禍において、これまでオンラインで続けてきた「こうめオンライン講座」を対面での開催に切り替え、「こうめみんなの勉強会」として定期的を開催します。地域の専門職と連携し、生活に必要な知識を高齢者が気軽に勉強でき、また対面で参加することで参加者間の交流、専門職との交流を促進します。

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」
ニーズ調査や地域ケア会議出席者の意見等に基づく現況・課題	
ニーズ調査において、「外出を控えている」と回答した高齢者は墨田区全体で 29.5%存在し、令和元年度と比較して 10.6%増加しています。外出を控えている理由は、「足腰などの痛み」がこうめ圏域を含め、すべての圏域で最多となっています。外出の控えは閉じこもり等のリスクがあるため、介護予防の取組を実施し、高齢者が不安なく外出できるようになることで、社会的な交流が促進され、生きがいを持った暮らしにつながります。 また、第8期こうめ圏域地域包括ケア計画で実施してきた「こうめイスプロジェクト」により、地域に気軽に休めるベンチが増加しました。長距離を歩くことが困難な方が、ベンチで休みながら、安心して移動することができる環境が整備されつつあります。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との回答がありました。高齢者が外出を気軽なものとするために、心身機能の維持向上と地域の環境整備が必要です。	

目的	取組内容
○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。	○体力測定を受け、自身の心身機能の状況を把握することで、介護予防に取り組むきっかけをつくるとともに、取組を継続する意欲を促します。また、身近な地域で体力測定を行うことで、参加しやすい測定会にします。 ○これまでに、地域の協力のもと4町会のウォーキングマップを作成し、3つのウォーキンググループが活動を行っています。引き続きマップづくりをきっかけにした地域での介護予防の取組を活性化していきます。
○地域の環境が整い、高齢者が安心して外出できる。	○「こうめいプロジェクト」として、地域の協力のもとベンチを設置し、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環境を整えます。 ○認知症の高齢者が、「開催する日時がわからなくなった」との理由で、地域活動に参加できなくなる場合があります。声掛けを通じて、認知症を有しても社会的な交流を維持し、生き生きとした暮らしができるよう環境を整えます。

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」
ニーズ調査や地域ケア会議出席者の意見等に基づく現況・課題	
現在、こうめ圏域では町会関係者や民生委員・児童委員、見守り協力員やボランティア、高齢者に携わる専門職など多くの方が地域の担い手になっています。現状よりも、高齢者の地域活動への参加を容易にするためには、身近な場所に活動の拠点が増え、高齢者が歩いて移動できる範囲で気軽に参加できることが求められます。そのため、担い手も多く必要になります。 ニーズ調査において、地域づくりの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」との回答を合わせると30.5%となり、他の圏域と比較して最多でした。潜在的な担い手が多く存在しており、これらの方が、地域活動を始めるきっかけづくりが必要です。現在は、高齢者が担い手になることが多いですが、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おり、地域の多様な人材に協力を求める必要があります。 また、地域ケア会議では通いの場に男性高齢者が参加する割合が少ないという課題が挙げられています。お祭りや町内会の活動で地域の人が集まって食を楽しむ機会が多い地域であり、そこには、男性が多く参加していましたが、長引くコロナ禍でそうした機会も減少しています。社会的孤立・孤独の課題の中には、孤食という課題も含まれ、孤食は栄養バランスの偏りやうつ病の発症割合の増加など、健康への影響があると言われています。	

目的	取組内容
○高齢者を支える地域の担い手が増える。	○地域の担い手となるための「地域の担い手創造研修」を実施します。また、受講者が担い手として活躍できるよう、継続的な支援を行います。 ○高齢者だけでなく、多くの世代が地域の活動に参加することで、より多くの人が高齢者を支える担い手となることができます。SDGsと介護予防を組み合わせた「ゴミ拾いウォーキング」や、世代間での知恵の交換の場など、内容や日時を工夫し、楽しく多世代交流ができる場をつくれます。 ○男性高齢者も気軽に参加できる通いの場をつくるため、食を通した通いの場を開設します。新たな地域の担い手として、地域の飲食店等の協力を求め、地域の人が集まり楽しく食事をする場をつくることで、高齢者の社会的孤立、孤独の解消を目指します。

こうめ圏域地域包括ケア計画

2024（令和6）年3月発行

発 行 こうめ圏域地域ケア会議

編 集 こうめ高齢者支援総合センター
東京都墨田区向島三丁目36番7号
☎03-3625-6541

監 修 墨田区福祉保健部高齢者福祉課
東京都墨田区吾妻橋一丁目23番20号
☎03-5608-6175
