

令和 7 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	高齢花率	後期高齢者人口	高齢者人口に対する 後期高齢者人口
27,609 人	5,894 人	21.3%	3,392 人	57.6%

令和 7 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

7 年度の 取組の視点	課題の解決に向けて丁寧なアセスメントを行う。本人や相談者の課題だけでなく、できることや楽しみ等の強みに焦点を当て、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。	
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

7 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。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、権利擁護についての周知を図るため、地域向けの研修・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

7 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、介護保険等に関わる事業だけでなく、さまざまな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、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、地域の社会資源の周知を行う目的で、こう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。	
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）

7年度の 取組の視点	地域でウォーキングを通した介護予防に取り組むため、新たなウォーキングマップの作成やウォーキンググループの支援、及び新規設立を支援する。心身機能面だけでなく、参加についても意識して支援する。支援については、地域リハビリテーション活動支援事業の専門職と協力し実施する。 通いの場の支援については、自主グループ交流会を年 1 回開催し、自主グループにおける課題の解決やグループ同士の交流を図る。
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

7年度の 取組の視点	意思決定支援の視点から高齢者本人の意向を尊重するために、本人の強みを活かして、意欲向上を目指した目標を設定し、生活課題の解決を図る。地域の高齢者と介護予防・自立支援の意識を共有するため、地域住民向けのフレイル予防研修を 2 回実施する。	
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

7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

7年度の 取組の視点	個別会議で抽出された地域課題を推進会議において、地域住民・地域の専門職と共に検討し、圏域別第 9 期地域包括ケア計画と連動させながら、具体的な取り組みにつなげていく。 地域ケア個別会議を 6 回、推進会議を 5 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

7年度の 取組の視点	共通の趣味や楽しみを通し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。新たな集いの場を 2 か所設立する。また、地域の担い手を増やしていくため、地域の担い手創造研修を 1 回開催する。
---------------	--

結果	交流・通いの場 件（前年度 〇件）	

9 見守りネットワーク事業

7 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 〇件（前年度 〇件）	安否確認 〇件（前年度 〇件）

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	〇こづめつながる LINE LINE での情報発信を行うための準備を行った。運用規約の作成を行い、発信する内容については、こづめで実施する講座やイベント、地域で開催されている通いの場、町会・老人クラブの情報など、高齢者の参加につながる情報を主に発信することとした。年度途中に LINE の価格が改定され、予算上の課題が発生した。同時期に墨田区公式 LINE が活用できる準備が整えられたことで、課題が解消し、来年度から LINE での情報発信ができることとなった。 また、デジタル機器を活用できる高齢者を増やすため、「みんなチャレ」講座を開催し、5 名の方が参加した。デジタルでの情報取得が困難な高齢者に向けては、既存の「みまもりだより」の配布先を 3 件増やし対応した。 〇こづめみんなの勉強会 R6. 7 月、9 月、11 月、1 月と 2 か月に 1 回（奇数月の第 3 金曜日）の頻度で 4 回勉強会を対面で開催した。延べ 79 人が参加された。勉強会の様子は Youtube を活用して LIVE 配信し、会場に来ることが困難な方も参加できるよう対応した。実施した内容はそれぞれ、福祉用具体験会、趣味活動（楽器演奏）、高齢者施設の選び方、感染予防をテーマにし、関連した専門職や地域住民を講師に招き実施した。参加者からは、「とても楽しく、ためになった。」「専門職の話を聞くことができてよかった」などの感想を聞くことができた。	
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。	
	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や地域での交流が活性化する。

令和7年度の取組の指標と方向性	投入資源	〇こうめつながる LINE 墨田区公式 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見守り相談室職員）・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 の開設 ・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 ・地域の専門職と連携し、2 か月に 1 回（奇数月第 3 金曜日）定期的に対面での講座「こうめみんなの勉強会」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、こうめみんなの勉強会の開催（7 月、9 月、11 月、1 月、3 月 全 5 回）、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、ベンチの設置箇所は 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		○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の３ヶ所でそれぞれ 1 回ずつ体力測定会を実施した。延べ参加者は 24 名だった。小梅一丁目町会会館は新規に追加された会場である。今後も半年に 1 回の頻度で各会場で体力測定会を実施する。 ○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、R6.10 月に完成した。地域に 1500 部配布し、マップをもとにしたウォーキングイベントを R6.10.19 に実施し、15 名の方が参加した。運営に関しては、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実施した。R7.4 月からは地域住民と、デイサービス職員が連携し、月 1 回定期的に、ウォーキングでの介護予防の取り組みを実施していく予定である。 ○こうめイスプロジェクト 誰でも座れるベンチの設置箇所は 22 ヶ所となった。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。	
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 7 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（療法士 2 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（こうめ職員）、地域住民（地域	○こうめイスプロジェクト ベンチ、保険（椅子に付帯する保険）保険費用 10,000 円、ベンチ作成者、ベンチ設置協力者、ベンチ設置場所、ベンチ作成費用 50,000 円

		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療法士、こころめ職員、ボランティア等)、ウォーキンググループチラシ	
	活動計画	○地域での体力測定会 ・半年ごとの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作成やウォーキングイベント開催の提案を地域住民に行う。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、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うにする。 ○ウォーキングマップを活用した介護予防 ・新たに1地域(押上文花町会を想定)でウォーキングマップを作成する。作成に当たっては、地域住民と地域の課題や魅力を話し合う地域ケア会議を開催し、マップに掲載する内容を決める。 ・完成後は、1500部マップを印刷し、地域住民に配布。また、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を行う。	○こころめイスプロジェクト ・誰でも座れるベンチを新たに圏域内に3か所設置するため、ベンチについての広報を地域住民、関係機関向けに行う。 ・設置協力者を募集し、ベンチを設置する。設置した際には、新たにベンチを設置したことを地域に広報し、周知を図る。 ・ベンチ設置者への定期的なモニタリングを実施し、補修等が必要な場合は対応する。また、ベンチの利用状況について把握する。
	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 ウォーキンググループ設立数	○こころめイスプロジェクト ベンチ設置数 ベンチ設置場所
	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)	○こころめイスプロジェクト ベンチ設置者へのモニタリング結果(活用状況、ベンチを通じた交流の状況等)
結果実施	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う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、担い手の高齢花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 R7 年度に研修を開催するため、地域リハビリテーション活動支援事業療法士と打合せを実施し、研修内容の企画を行った。当初 4 日間の研修を想定したが、参加しやすい研修とするため、2 日間の会場研修と 1 日間の活動場所見学のカリキュラムに変更した。開催時期は、学生も参加できるよう、R7.7 月～8 月とした。 ○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が実施している会食サービスと連携し、会食用のお弁当を活用して、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延べ 2 回「こうめみんなの食事会」を実施した。延べ 8 名の方が参加し、ともに食事と会話を楽しんだ。開催にあたっては、すみだ福祉保健センター所属の管理栄養士やケアハウス職員と協力した。参加者のうち 2 名は継続して参加しており、「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。	
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 7 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	○地域の担い手創造研修 こうめ職員（研修内容の企画）、研修資料、講師（地域住民（担い手として活動されている方）、地域リハビリテーション活動支援事業療法士）、チラシ、区報への掲載、通いの場（見学場所） ○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）、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	○地域の担い手創造研修 全 3 日間程度の研修を企画する。地域の通いの場等の運営者として活躍するために必要な知識を学べる場として、必要なカリキュラム内容に沿った研修資料や講師の選定、見学先となる地域の通いの場の確保を行う。令和 7 年夏の研修実施に向けて、チラシを作成し、区報、こうめつなぐる LINE への参加者募集広告を掲載する。 ○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 多世代がかかわることのできる通いの場として、「ゴミ拾いウォーキング」等を企画する。運営者として地域住民も参加できるよう、運営者の募集を行い、一緒に設立に向けて検討をしていく（地域ケア会議の開催）。検討した内容で、通いの場を設立し、プレイベントを年度内に 1 回実施する。 ○食を通した通いの場の開設 現在実施している「こうめみんなの食事会」を隔月（計 4 回）開催する。 飲食店等を会場にした食を通した通いの場を企画し、企画内容を地域の飲食店に説明し、協力を求めていく。協力に同意した飲食店等のスタッフや地域住民とともに、設立に向けて準備を行う。開設にあたっては、チラシを作成し、地域住民に周知（区報、こうめつなぐる LINE 等を活用）を行う。
	アウトプット指標	○地域の担い手創造研修 研修企画書、研修資料、連携した講師人数、実習先の通いの場数、周知用チラシ発行数、研修への参加人数 ○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、プレイベント開催数、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（飲食店等を会場にして、飲食を伴う通いの場）、地域の飲食店等への企画説明数、協力に同意した関係機関（飲食店等）、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や飲食店スタッフ等の人数、通いの場参加者数
	アウトカム指標	○地域の担い手創造研修 研修修了者が地域に関わる担い手につながった人数 ○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		