

特集

新しい地域づくりがスタート

4月から「総合事業」を実施します！

平成27年の介護保険法の改正を受け、諏訪広域連合は「介護予防・日常生活支援総合事業」（以下「総合事業」といいます）の実施に向け、準備・検討を進めてきました。そして、いよいよ新年度から、総合事業が動き出すこととなりました。

総合事業は、これまでの介護サービスを再構築するものです。将来を見すえ、地域全体で高齢者を支えるしくみをつくることで、高齢者が住みなれた地域で暮らし続けることを目的としています。すでに要支援1・2に認定されている人や、これから介護サービスの利用を希望する人が利用できる「介護予防・生活支援サービス事業」と、65歳以上のすべての人を対象とした「一般介護予防事業」を両輪とし、みなさんの介護予防と日常生活の自立を支援します。

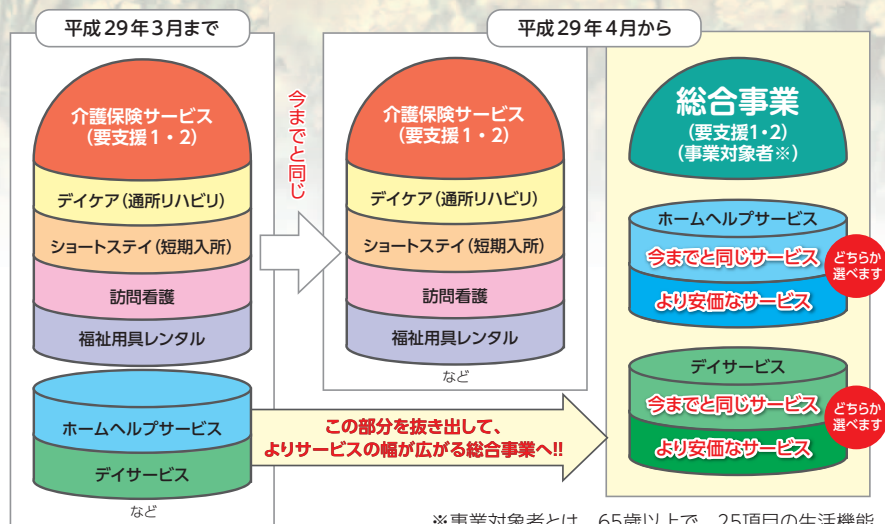


総合事業で 何が変わる？

- 要支援認定者のみなさんが、これまで利用してきたホームヘルプサービス（訪問介護）とデイサービス（通所介護）は、介護保険から総合事業へ移行します。

↓ **安心してください！**

ホームヘルプサービス・デイサービスとも、今までどおり変わらず利用することができます。また、より安価なホームヘルプサービスとデイサービスも選択できるようになります。



- 介護保険の申請など、窓口での対応が一部変更となります。

↓ **気軽にご相談ください！**

岡谷市地域包括支援センター（介護福祉課内）または担当のケアマネジャーがご案内します。

一般社団法人
地域ケア総合研究所
所長
竹重 俊文さん



昭和30年 旧北御牧村(現 東御市)生まれ。
旧北御牧村役場、特別医療法人恵仁会勤務を
経て、平成22年地域ケア総合研究所を設立。
「誰もが住み慣れた地域で暮らすこと」を支援する
ため、全国で講演活動を行うほか、医療・社会
福祉法人の顧問および行政機関・地域住民の相
談役などを務めている。

「地域をどうやってつくりあげるか」とい
うテーマで、日々活動しています。高齢者
支援のしくみづくりが、先進的に始まって
いる岡谷市には、3年前くらいから訪問し、
事業者や市の担当者、市民のみなさんと
勉強会や講演などでお会いしています。

総合事業って？



国の介護政策の流れは？

岡谷市のこれからは？

わたしたちは



何をするの？…

高齢者支援のしくみづくりに向け、ア
ドバイザーを務める、竹重俊文さんに聞
きました。

Q 「介護が必要になれば、介護保険制度
を利用することができる」という、いまま
での制度に変えて、なぜ「総合事業」を始
めるのですか？

A 国のいちばんのねらいとしては、社会保
障費の抑制というものがあると思います。

高齢となっても、住み慣れた地域で自
分らしい暮らしを続けていく…それには、
医療や介護、生活全般に及ぶさまざまな
ケアが必要ですが、超高齢化が進むなか、
莫大な費用のすべてを介護保険でカバー
するのが、不可能となってきたというこ
とがあります。そこで、支え合いの地
域づくりを推進し、介護予防活動など、
地域住民のみなさんによる自主的な取り
組み、活動を、行政が幅広く応援するこ
うスタイルに変えていく…というのが、
総合事業です。

団塊の世代が75歳以上となる2025
年までに、制度頼みではない地域独自の
身近な支援体制をつくり、あるべき姿に
戻していく動きともいえます。高齢者を
支えるしくみを、自治体と地域住民が、
協力してつくっていく、ということです。

Q そうした地域づくり、自立支援のしく
みづくりに、わたしたちは、どうかかわ
ればいいのでしょうか？

A まず、自分自身の人生を考える、とい
うことです。高齢期をどう生き、人生の
ゴールをどう迎えたいか、心構えという

か、暮らし方をイメージしてみることが
から始めませんか。高齢となり、生活上の
障害も増えるなか、必要なのは、ホーム
ヘルプやデイサービスなどの支援だけでは
なく、生きがいを持って参加できる活動
だと思っています。

一人ひとりが地域や家庭のなかで役割
を果たしながら、できるだけ自立して生
活する、つまり、30年、50年後を視野に、
若い世代も巻き込んで、住民参加型の介
護予防だとか、そういった支援のしくみ
を、地域のなかに確立し広めていくこと
が大切です。コミュニティで役割を担うこ
と、それが第一歩ではないでしょうか。

Q 自分らしく地域で暮らし続けるために、
具体的には何をすればいいですか？

A こつなつたらいなということや現状の
課題を挙げてみるというのはどうでしょ
う。自分自身ができること、まわりの人
とならできること、そしてみんなでやれる
こと…メモに書き出して、持ち寄って話し
合えば、問題解決の糸口も見つかります。
そのうえで、すぐできることから始めて
みて、長期的に夢を実現するプランにつ
なげていくということです。必ずしも
考えることはありません。元気なうち
から備えること、支え合いの仲間づく
りです。歩いて行かれる範囲に集まる場
所をつくること、こういうことができた
ら、こういうものがあつたらという思いを、
かたちにしていくことです。

総合事業の両輪

1 「介護予防・生活支援サービス事業」

要支援1・2認定者、事業対象者が利用できるサービス



※入浴や食事の提供は、事業所によって異なります。

ホームヘルプサービス		
	今までと同じサービス	安価なサービス
内容	生活援助 + 身体介護 [買い物・調理 掃除・洗濯など] + [オムツ交換 入浴介助など]	生活援助のみ [買い物・調理 掃除・洗濯など]

どちらか
選べます

デイサービス		
	今までと同じサービス	安価なサービス
内容	体操や同年代との交流などができる 通いのサービス	比較的短い時間の体操や同年代との 交流などができる通いのサービス

どちらか
選べます

2 「一般介護予防事業」

総合事業のめだま…65歳以上のすべての人を対象としたサービス
元気なうちに、みんなで取り組んで、現状維持以上へ！



事業名	内容	申込時期
ねこまめ先のぴんぴんキラリ★教室 (通所型介護予防事業)	運動だけでなく、認知症予防など、介護予防について幅広く学べる通いの教室です。 ※無料送迎あり!	3月から スタート(予定)
ねこまめ大使養成教室	介護予防の知識や技術を習得し、地域を元気にするリーダーを養成します。 ※65歳以上に限らず参加可能です。	秋頃から 実施予定
生きがいデイサービス事業 ほっとサロンモデル事業	公会所などで実施。参加者同士の交流により、心身のリフレッシュや介護予防についても学べます。	通年

※一部、要介護・要支援認定をお持ちの人は利用できないサービスもあります。詳しくはお問い合わせください。

次ページでは、4月から一般介護予防事業となる市の取り組みから、おかやに根づき、広がりを見せている高齢者の通いの場「生きがいデイサービス」と「ねこまめ大使」の活動に注目。活動を支えるキーパーソンにお話を聴きました。



西堀区 生きがいデイサービス
代表
新村 邦武さん

市営住宅加茂団地
「ほっとサロン」サポーター
ねこまめ大使
小口 悦子さん



生きがい デイ サービス

西堀区生きがい
デイサービス代表の
新村邦武さんは、平
成12年より活躍中です。

Q 西堀区の生きがいデイサー
ビスについてご紹介ください。

A 今年度は、区の高齢者130
名ほどが参加し、14グループ
が生きがいづくりの活動をして
きました。援助員は9名で、
ボランティアのみなさんと各グ
ループの運営をしています。新
年度は、参加者が200名を
超え、グループも18に拡大予
定です。

Q 新村さんの日ごろの活動内
容は？

A 年間約24回の活動を計画、
実施するなか、わたしは、全
体のとりまとめをする役目を
頂いているので、グループの受
け持ちはありませんが、ピンチ
ヒッターでさせてもらうことは
あります。

楽しく運動したり、得意分
野を生かした活動で発表の場
をつつたり…仲間と会って話
をするだけでも、自然と元気
になります。高齢者の知恵や
技術を若い人に伝えていくこと
も、していきたいと考えていま
す。

Q どんなところにやりがいを感
じますか？

A まずは「デイサービス」に対す
る意識を変えることから始め
ました。出てきてもらえれば、
間違いなく喜んでもらえるの
で、対象者の家庭を何度も訪
問し、「一度出かけてみようか」
と思えるまで通って理解を広
め、男性にも参加してもらえ
るように工夫してきました。み
なさんの元気な姿、いきいきし
た笑顔が見られることが喜び
です。

地域づくりは、人づくりだ
と感じます。地域の活動に参
加することは、自分を高める
ことでもあります。自分の行
く末を考える歳になり、未来
の目標となるようなすばらしい
先輩に出会えるなど、いい勉強
になっています。

Q これから生きがいデイサービ
スに参加しようという人へひと
ことお願いします。

A 支え合いとは、心をつなぐこ
とではないでしょうか。人間同
士がつながっていないければ、か
たちだけつくっても機能しませ
ん。生きがいデイサービスで、
いい仲間をつくっていきましょ
う。

ねこまめ 大使

今年度始まった、市営
住宅加茂団地の通いの場
「ほつとサロン」の活動をサ
ポートしている小口悦子さん
は、ねこまめ大使第2期生です。

Q 「ねこまめ大使養成教室」に参加し
たきっかけは？

A 介護が必要となった身内を前に、素
人の思いこみではなく、きちんとした
知識を身につけたいと思ったからです。

Q どんなことを学びましたか？

A 高齢者の生活全般、食事から身体
の特徴、気をつけるポイントなどが幅
広く勉強できました。介護予防という
観点での学びにより、実際に地域の役
に立っていることをうれしく思います。

Q 「ほつとサロン」の運営に携わっての
感想は？

A ひとり暮らしの高齢者も多いので、
ここで人と接し、生きがいを見つけて
もらえるようお手伝いしたいですね。
外に出る、声を出す、身体を動かす
…きっかけづくりの場になっているこ
とを張りあいを感じながら、わたした
ちも楽しく学ばせてもらっています。

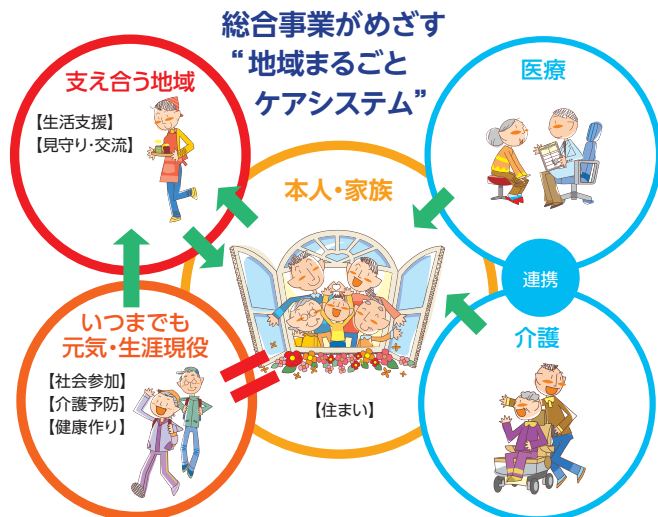
Q 「ねこまめ大使」をめざす人へひと
ことをお願いします。

A 自分の尺度ではなく、高齢者の気
持ちに寄り添うことがだいじだと思い
ます。希望がぐみ取れて喜んでもら
えると、すごく励みになりますよ。

岡谷市がめざす地域づくり

要支援者に対する効果的かつ効率的な
支援と、支え合いの体制づくりをいっそう
推進します。

元気な高齢者を含めた幅広い世代の市
民のみなさん、NPOやボランティア、事
業者など、多様な人や団体とともに、介
護予防など、自立支援に資する取り組み
と、地域で高齢者を支える活動の充実を
図ります。また、豊かな地域づくりにつ
なげるため、集いの場やサービスにアクセ
スしやすい環境も整備していきます。



問合せ ● 介護福祉課

(内線1273～1278)

岡谷市地域包括支援センター

☎23-23336(直通)