

皆で元気に！ 岸和田市の新しい取り組み

岸和田市役所 介護保険課 地域包括ケア推進担当



© Kishiwada City 2011

岸和田市の現状と今後の見通し

	平成27年度	令和7年度(推計)
65歳未満人口	145,849人	108,375人
65歳以上人口	50,035人	55,428人
高齢化率	25.5%	27.9%
認定率	21.2%	27.9%
介護保険料基準額	5,750円	8,000円台

介護保険の支え手が減る

少子化

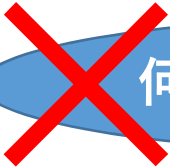
介護保険の利用者が増える

高齢化

介護保険法の理念

第一条（目的）	有する能力に応じ <u>自立した日常生活</u> を営むことができるよう、介護保険制度を設け、国民の保健医療の向上及び福祉の増進を図る
第四条（国民の努力義務）	加齢に伴って生ずる心身の変化を自覚して常に <u>健康の保持増進に努める</u> とともに、要介護状態となっても進んでリハビリ等により、 <u>能力の維持向上に努める</u> 。
第5条（国及び地方公共団体の責務）	市は、被保険者が自立した日常生活を営めるように、 <u>要介護状態等になることの予防、要介護状態等の軽減、悪化の防止のための施策を推進する</u> ように努める。

介護保険とは・・・

何かをやってもらう保険

自立した生活の方法を
一緒に考え、
元気になるための保険

◆岸和田市が目指すところ

①介護予防の強化

元気にすごせる！

- いきいき百歳体操
- フレッシュらいふ教室

②自立支援の促進

やりたいことができる！

- 自立支援型地域ケア会議
- 短期集中予防サービス

③介護人材の確保

必要時に適切に使える！

- 生活援助サービス従事者研修会

①介護予防の強化

●いきいき百歳体操を市域全域に広げる！



○高知市でつくられたおもりを使った筋力づくり運動。

○体操時間は基本編が約30分。応用編や口腔体操もある。

○体操と＋αの時間は自由

サロンやクロリティと組み合わせなど

○週1～2回継続する

○専門職による技術支援（R元年度）

①介入時に4回の技術支援、②半年毎に体力測定

○全国的に拡大し、現在、市内約120カ所で活動中

ポイント

- 地域の通いの場 → 歩ける範囲でいけること
- 住民主体の体操 → 長く続けられること
- 誰でも取り組める → 簡単な体操であること

①介護予防の強化

●フレッシュらいふ教室の開催

- 年6か所、町会館や市民センター等で行う
- 日頃から取り組める介護予防を専門講師から具体的に学ぶ
- 全5回、1話完結型
 - 例) 1回目：運動・いき百（介護保険課）
 - 2回目：低栄養予防（栄養士）
 - 3回目：認知症予防（大阪府認知症介護指導者）
 - 4回目：口腔機能の維持・向上（歯科医）
 - 5回目：まとめ・包括支援センターについて（包括）

ポイント

- 地域で行う→歩ける範囲でいけること
- 地域の繋がりづくり→地域力の強化

◆岸和田市が目指すところ

①介護予防の強化

元気にすごせる！

- いきいき百歳体操
- フレッシュらいふ教室

②自立支援の促進

やいたいことができる！

- 自立支援型地域ケア会議
- 短期集中予防サービス

③介護人材の確保

必要時に適切に使える！

- 生活援助サービス従事者研修会

サービスを受けるまでの流れ（１）

①市役所の窓口へ「要介護認定」の申請をする。

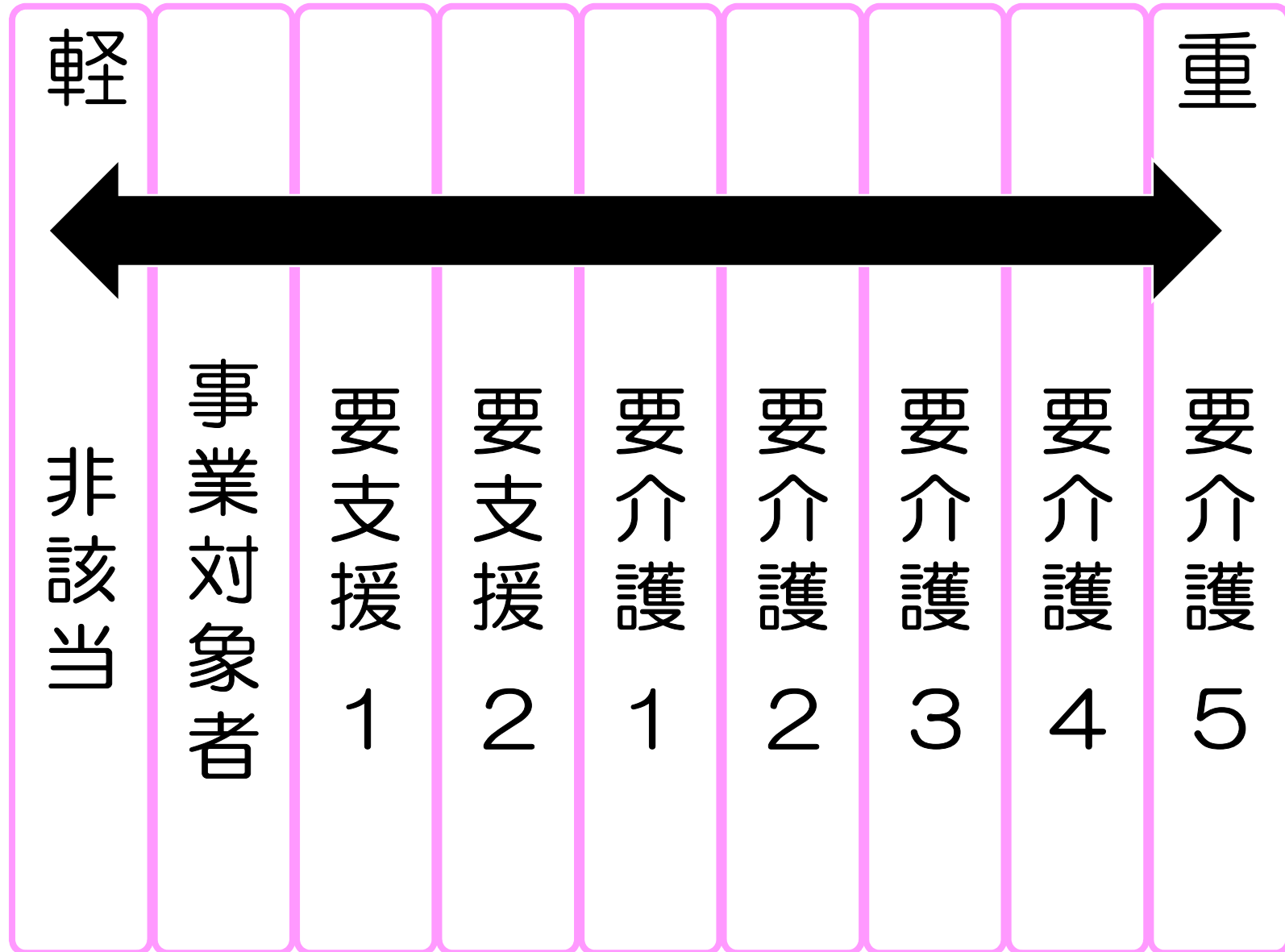


②認定調査…（１）訪問調査
（２）主治医の意見書



③審査・判定…②の資料をもとに、コンピューター判定後、医者や介護の専門家などからなる「介護認定審査会」にて審査・決定。

サービスを受けるまでの流れ（２）（認定結果）



サービスを受けるまでの流れ（３）

④ケアプラン（介護サービス計画）の作成

ケアプランとは？

介護を受ける人が適切なサービスを利用できるように、心身の状態や家族の状況などを考えて、サービスの種類・内容・担当者を定めた計画のこと。

では、どのようにしてケアプランを作成するのか？



基本的にはケアマネジャー（介護支援専門員）が作成

外出機会が減って、買い物ができない

機能低下するケアプラン

シニアカーを
レンタルする

歩かなくて
いいから楽
やわ～

歩行機会が一層減る



転倒のリスクが
高まる

元気になるケアプラン

リハビリで
歩行訓練

歩いてAスー
パーに行き
たいから、
頑張るぞ！

身体機能の向上



歩いて外出
できるようになる

②自立支援の促進

自立支援型地域ケア会議の取り組み（平成30年8月から）

「できないことを代わりにする」プランから
➡「できないことをできるようにする」プランへ

【実施頻度】

月2回、1ケース30～40分程度、
1回あたり3ケース

【会議の対象者】

要支援や事業対象者で、生活が不活発な方

【構成メンバー】

（司会・書記）岸和田市介護保険課職員

（助言者）理学療法士、作業療法士、歯科衛生士、管理栄養士、
地域包括支援センター職員

（事例提供者）担当ケアマネジャー、サービス事業所など



②自立支援の促進

短期集中予防サービス事業の開始（平成30年12月から）

- ・ 期 間：週2回、全24回（約3カ月間）
- ・ 対象者：要支援者、事業対象者。特に生活の中でのできない動作を練習して改善したい気持ちがある方。
例）10分以上の立位がしんどくてできないが、立てるようになって、もっと料理を作りたい。
- ・ 内 容：体力測定、筋力運動、持久力運動、リハ職の自宅訪問、自宅での自主練習や動作の指導、栄養士による栄養改善指導など
- ・ 利用者負担：なし（モデル実施のため）

○通所介護（デイサービス）とどう違うの？

- ・ 買い物、掃除、調理、洗濯など応用的な日常動作の課題解決に取り組めます。
- ・ リハ職が自宅に訪問して生活課題の解決に向けた助言を行います。
- ・ 期間（原則3か月）を設定して、短期集中的に専門職が関わります。
- ・ 短期集中して関わることを利用者が理解した上で行うことで、目標が明確化されます。
- ・ 終了後は、地域活動（いき百、リビング、趣味の活動など）に参加できるよう調整します。

◆岸和田市が目指すところ

①介護予防の強化

元気にすごせる！

- いきいき百歳体操
- フレッシュらいふ教室

②自立支援の促進

やいたいことができる！

- 自立支援型地域ケア会議
- 短期集中予防サービス

③介護人材の確保

必要時に適切に使える！

- 生活援助サービス従事者研修会

③介護人材の確保（新たな担い手確保）

●生活援助サービス従事者研修会の開催

- 現状のヘルパー（初任者研修修了者）よりも簡易的な資格
- 市町村単位で認定
- 生活援助（家事中心）のみのヘルプ（身体介護はできない）

平成28年度	平成29年度	平成30年度	合 計
研修修了者 40人	研修修了者 77人	研修修了者 171人	研修修了者 288人

今後の取り組みテーマ

「地域の中での助け合い」

電球の取り換え、草刈り、散歩、お話相手など介護保険制度で対応できない部分へ、ボランティア等の制度を模索中・・・

15

