

令和3年11月28日
熊本県マンション管理組合連合会
マンション管理講座

集合住宅における 高齢者をめぐる問題

熊本市の地域包括ケアシステムの
進化推進に向けた取り組み



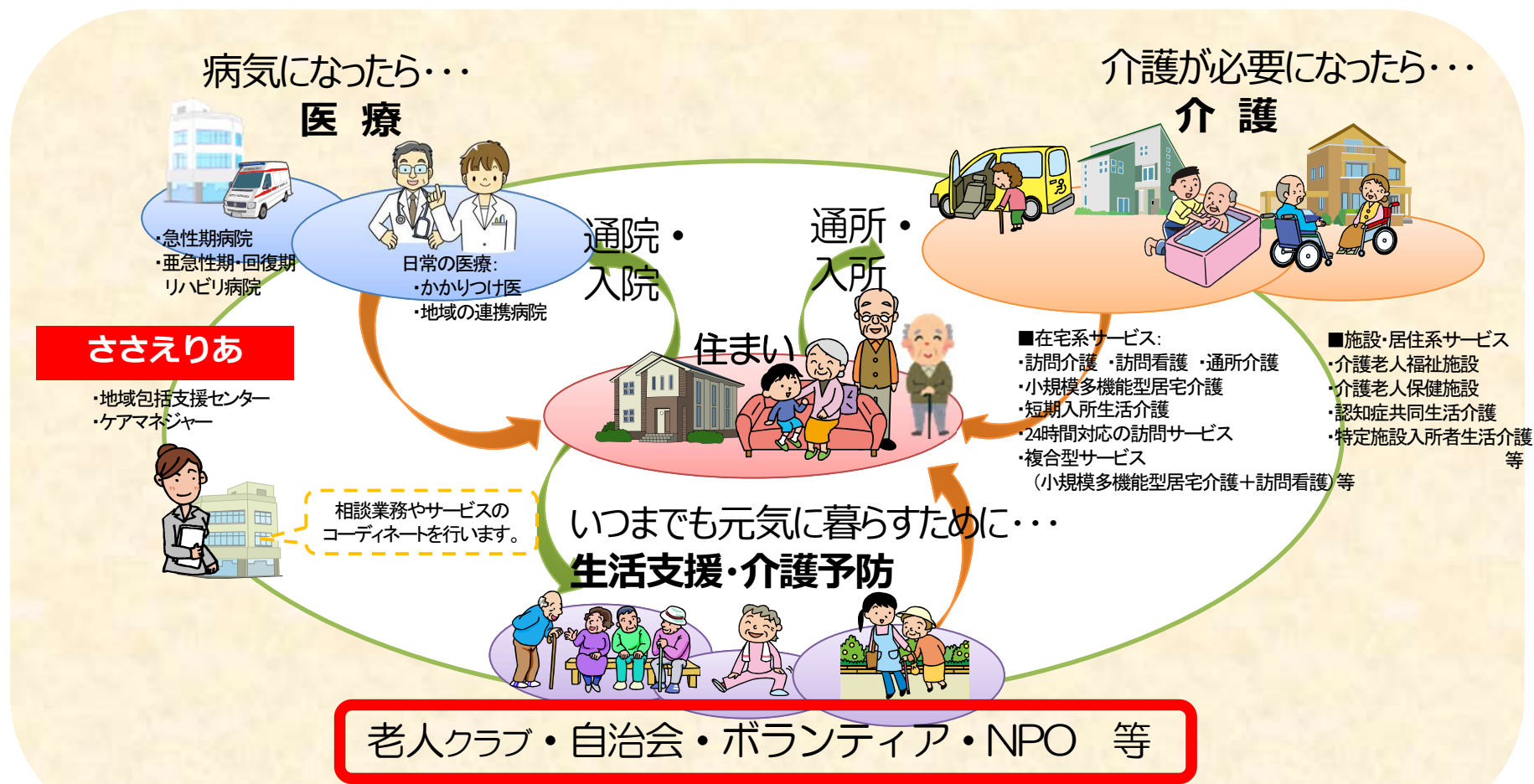
熊本市 健康福祉局 福祉部 高齢福祉課

本日の内容

- 熊本市の高齢化の現状と
「くまもと はつらっプラン」
- 高齢者の総合相談窓口「ささえりあ」
- 地域包括ケア推進体制について
- 「くまもと元気くらぶ」
- 「地域支え合い型サービス」

2025年問題と 地域包括ケアシステム

3 2025年問題と地域包括ケアシステム



団塊の世代が75歳以上となる2025年を目途に、重度な要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、医療・介護・予防・住まい・生活支援が一体的に提供される仕組みづくり

熊本市の高齢化の現状

5 高齢者人口、高齢化率の推移

現状

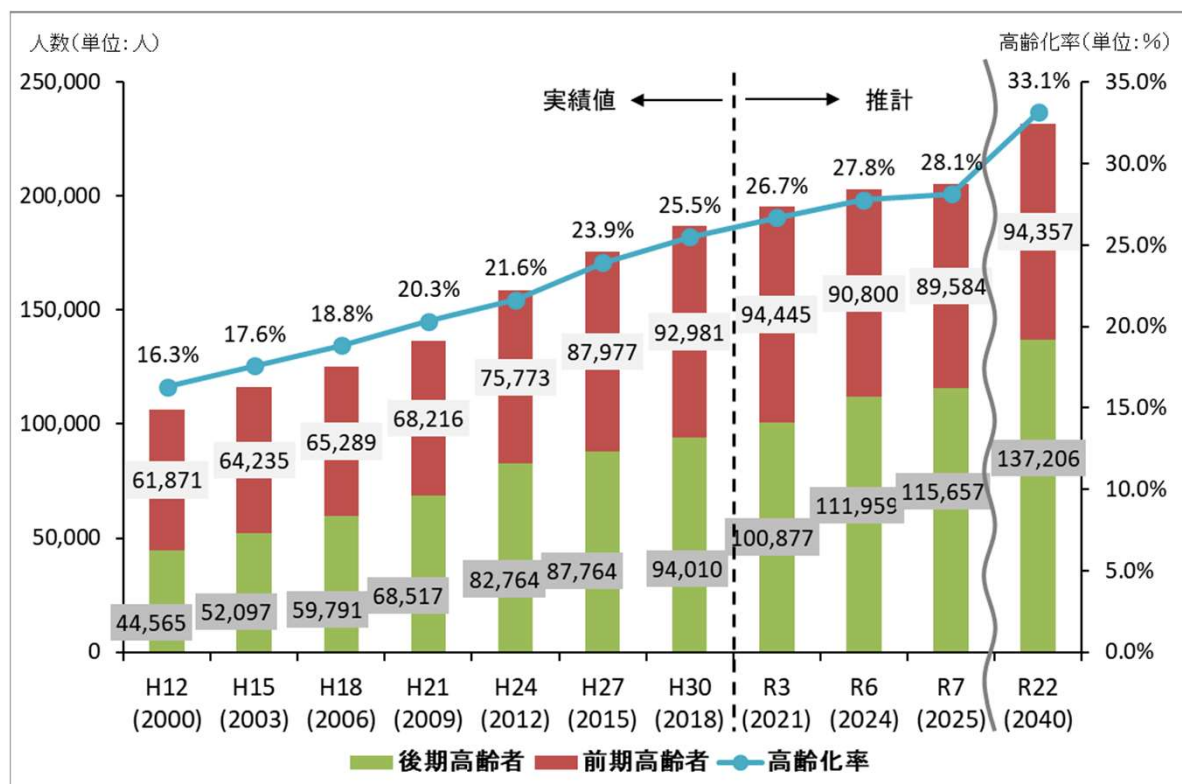
2000年から2020年度までに高齢者は約11万人から約19万人 **1.8倍**

高齢化率は16.3%から26.3% (+10ポイント)

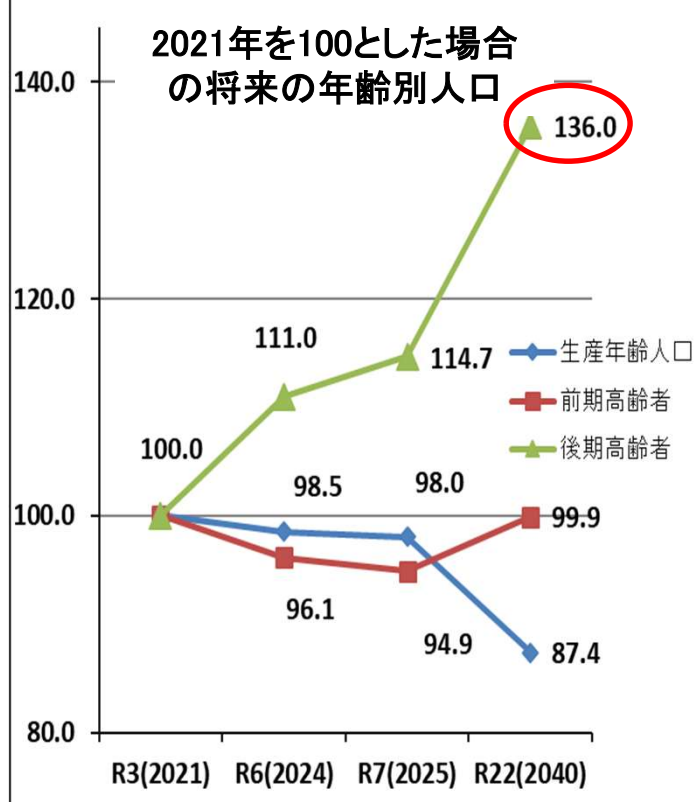
今後

2025年には高齢者は約21万人 (+2万人) 高齢化率**28.1%**(+1.8ポイント)
生産年齢人口や前期高齢者(65~74歳)は減少し後期高齢者(75歳以上)数が急増

■ 高齢化率の上昇 / 特に後期高齢者が増加



■ 今後後期高齢者が 36%増



出典：2020年住民基本台帳人口実績をもとに年齢段階別に社会保障・人口問題研究所の増減率を基に推計（人口は各年10月1日現在）

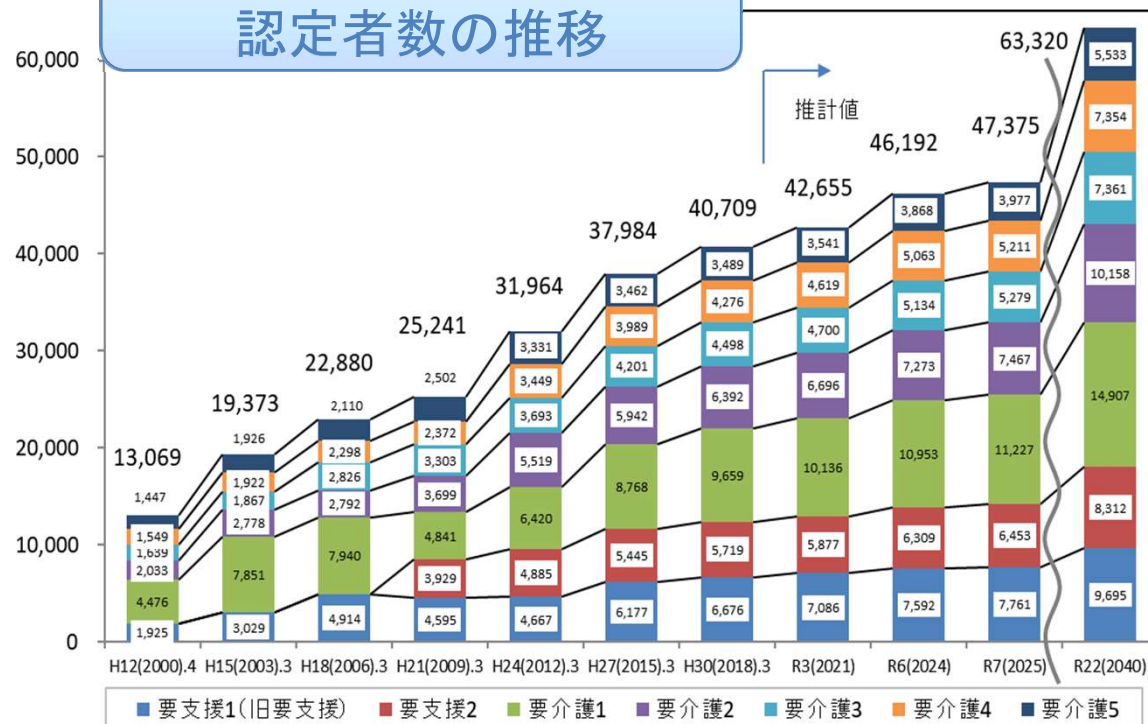
6

認定者数の推移

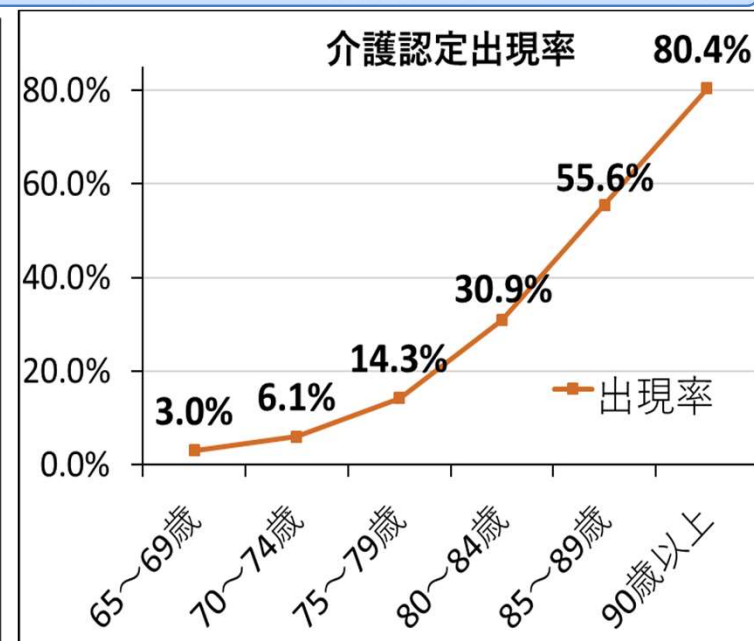
現状

2000年から2020年までに要介護(要支援)認定者は約1万3千人から約4万1千人 **3倍**要介護認定率 **21.2%**(2020.9月) 介護認定者の半数は「要支援1.2」「要介護1」

	要支援1	要支援2	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5	計
人数	6,897	5,672	10,014	6,620	4,729	4,470	3,299	41,701
割合	16.5%	13.6%	24.0%	15.9%	11.4%	10.7%	7.9%	100.0%

要介護(要支援)
認定者数の推移

加齢とともに介護認定率が上昇

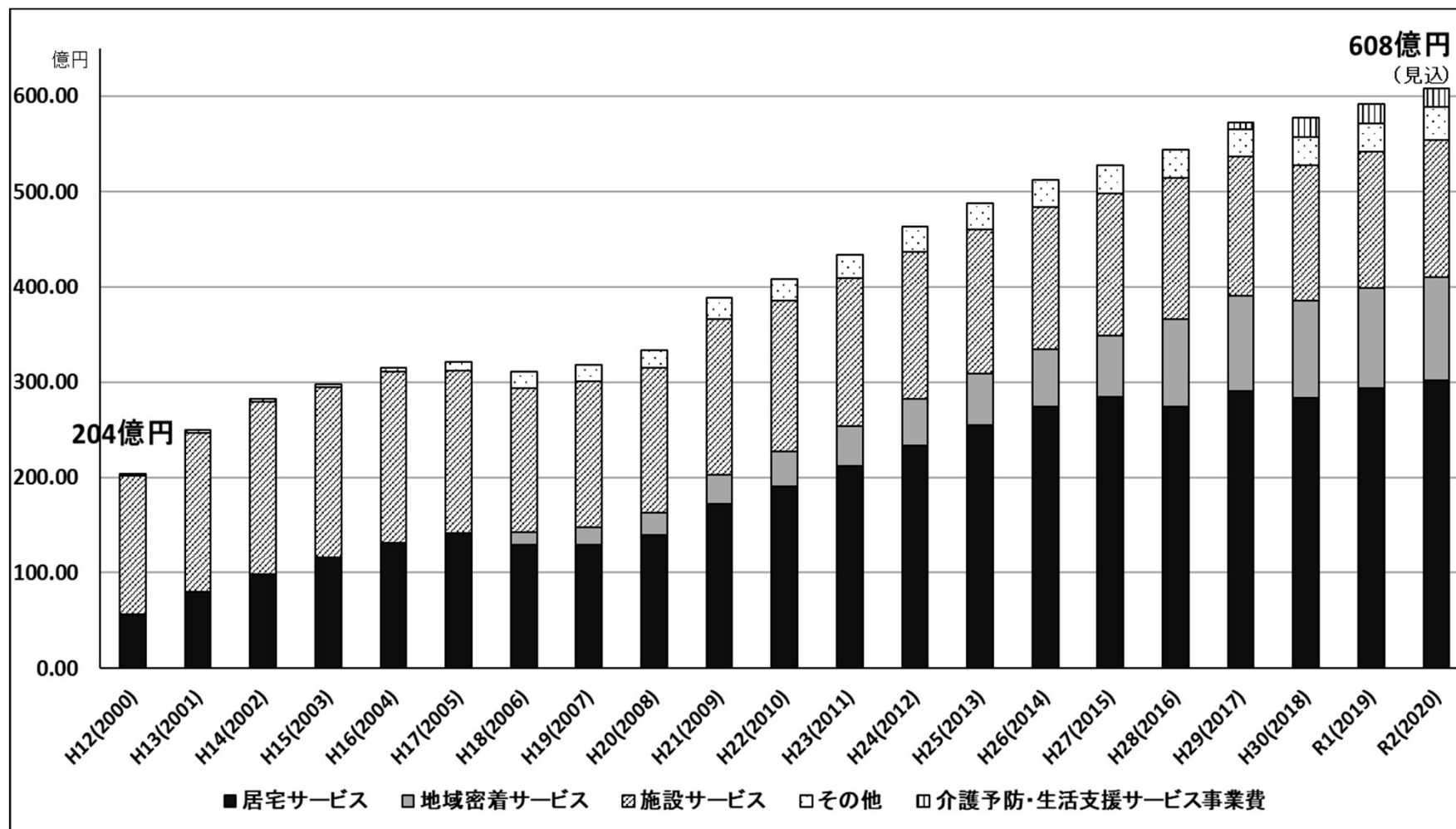
※認定率等は速報値活用のために小数点など変更する
場合がある

7

介護保険の現状

介護サービスの保険給付費等は年々増加し、制度開始当初の約204億円から、令和2年度見込みでは、約608億円と約3倍に増加。

介護サービスの保険給付費等の年次推移

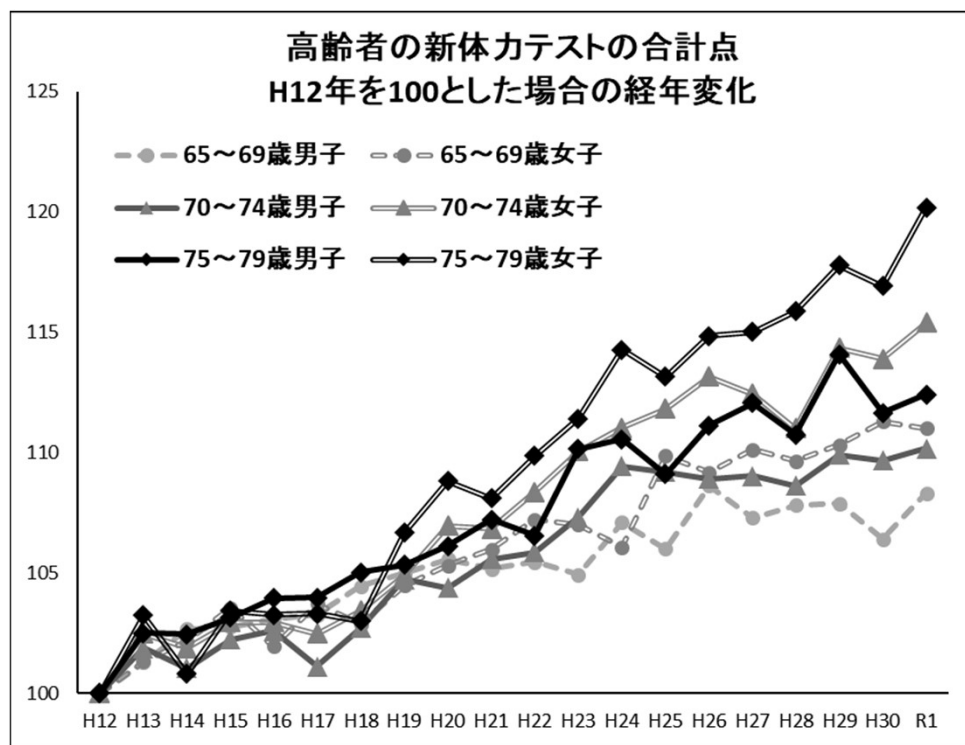


8

各種調査等から見える高齢者の現状

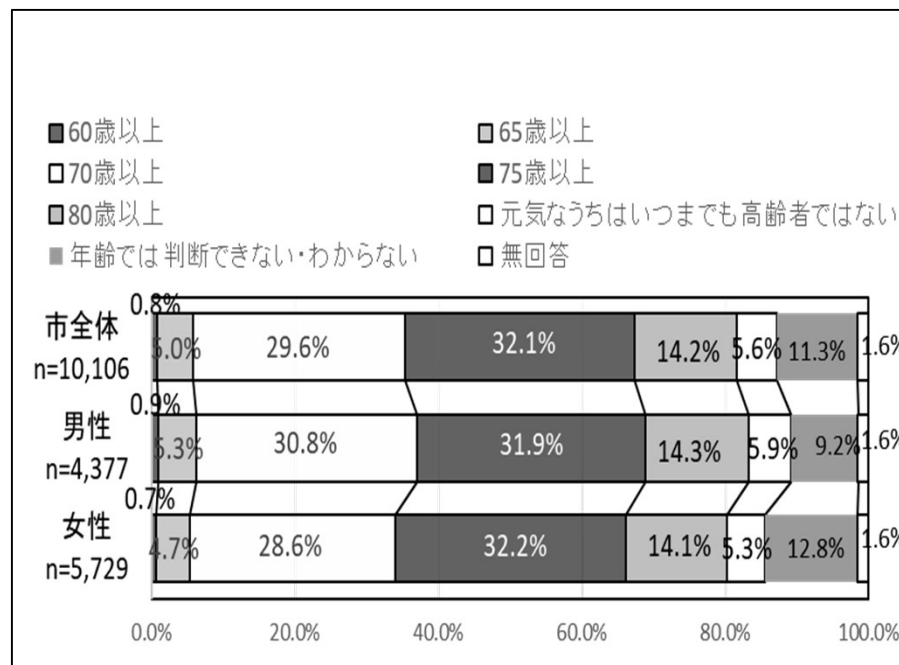
高齢者の体力・運動能力は上昇傾向。
高齢者と思う年齢は「75歳以上」が最も高い。

体力・運動能力



スポーツ庁「体力・運動能力調査」

「高齢者」と思う年齢



熊本市介護予防・日常生活圏域二エズ調査（令和2（2020）年3月）

9

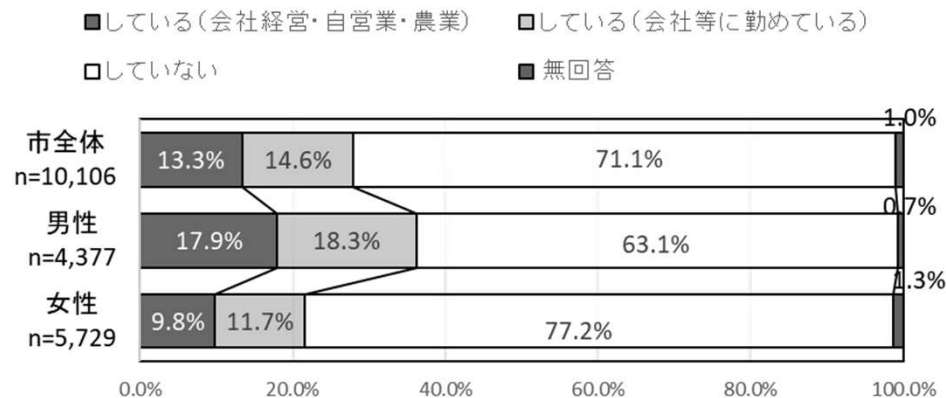
各種調査等から見える高齢者の現状

高齢者の約3割は就労している。

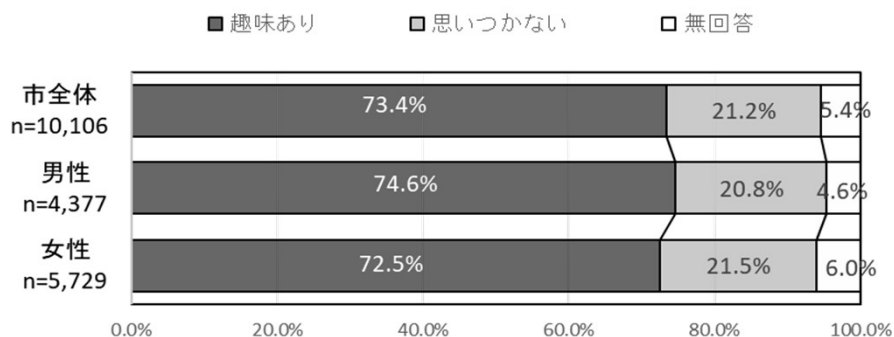
(なお、年齢別にみると、65～69歳の男性は6割近くが就労し、会社経営や自営業、農業に従事している方は、年齢が高くなっても一定程度就労を継続。)

高齢者の多くが趣味や生きがいを持っている。

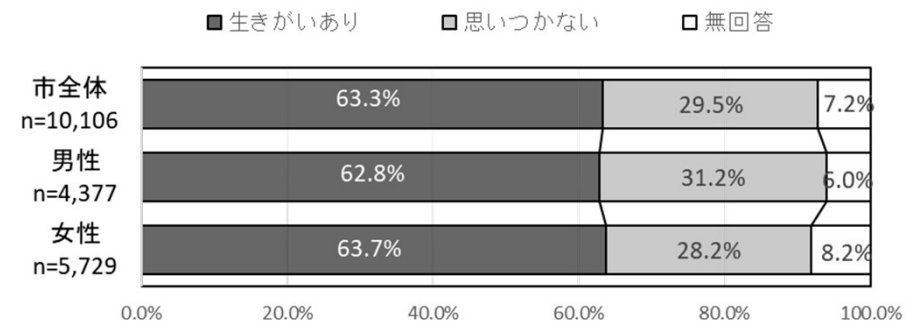
就労状況



趣味の有無



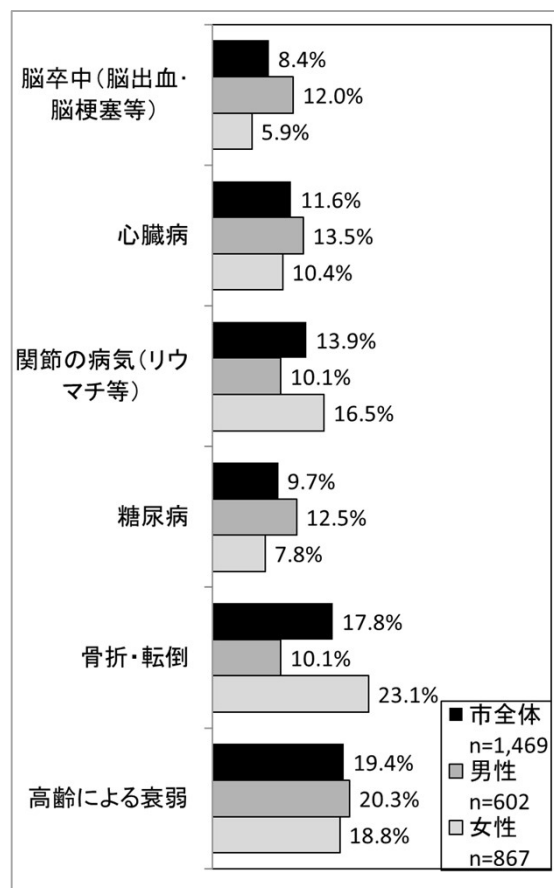
生きがいの有無



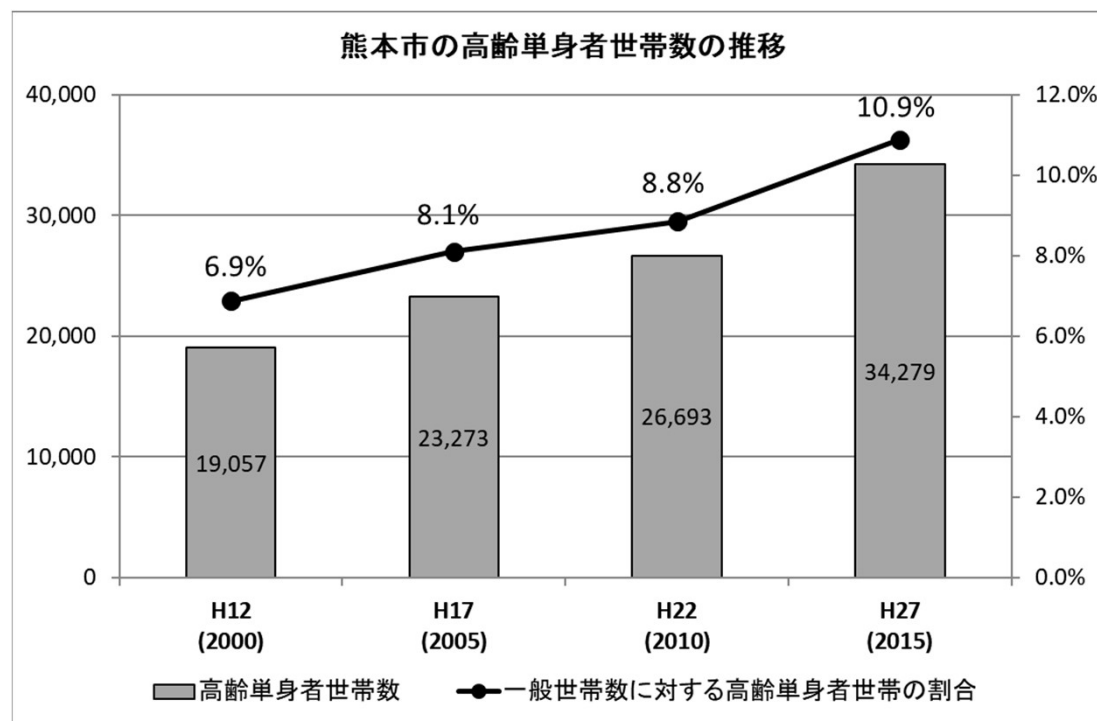
10 各種調査等から見える高齢者の現状

介護・介助が必要になった主な原因は、高齢者全体では「高齢による衰弱」の他、男性は「脳卒中」、女性は「骨折・転倒」が多い傾向。
ひとり暮らし高齢者は年々増加傾向、一般世帯数のうち約1割を超える。

介護・介助が必要になった主な原因



ひとり暮らし高齢者の状況



総務省「国勢調査」

熊本市介護予防・日常生活圏域二一ズ調査（令和2（2020）年3月）

11

くまもと はつらっプラン

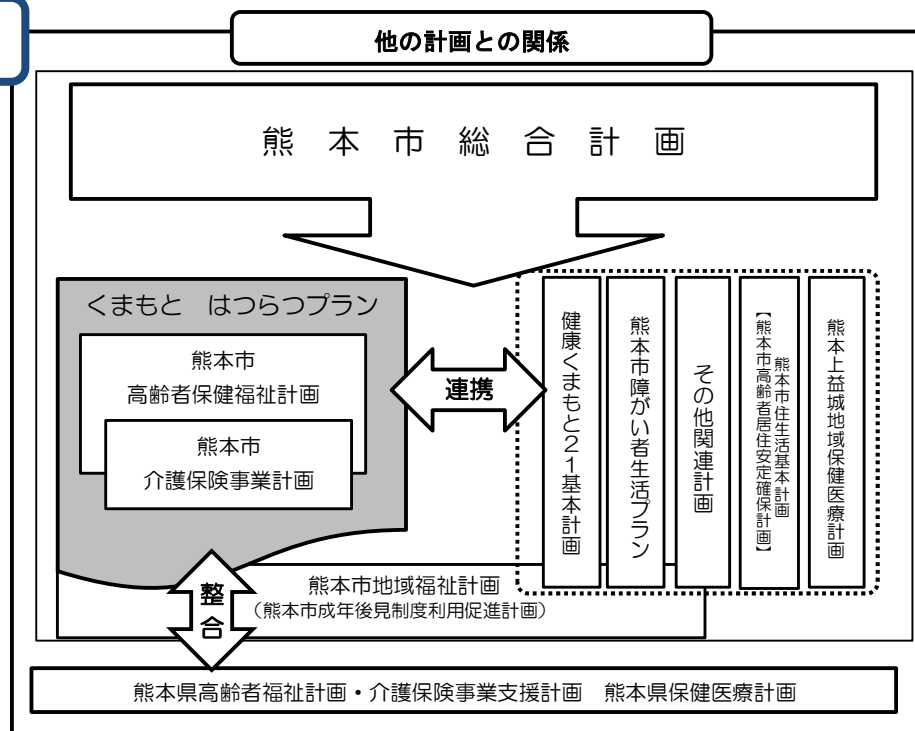
(熊本市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画)

1. 計画策定の趣旨

高齢者一人ひとりが生きがいと尊厳を持って、その人らしく健康に安心して暮らすことができるよう、高齢者保健福祉施策の体系的な推進を図るとともに、要介護者等の介護サービス給付量等を見込み、介護保険事業の円滑な運営に資することを目的とする。

2. 計画の位置付け

令和3（2021）～令和5年（2023）年度の計画期間において必要となるサービス量を適切に見込み、サービス全般にわたる方策を定め、それに基づき保険料を設定するとともに、団塊の世代が75歳以上に到達する2025（令和7）年や団塊ジュニアの世代が高齢者となる2040（令和22）年を見据え、「地域包括ケアシステム」を推進するための計画として位置付ける。



12 くまもと はつらつプラン 基本的な考え方

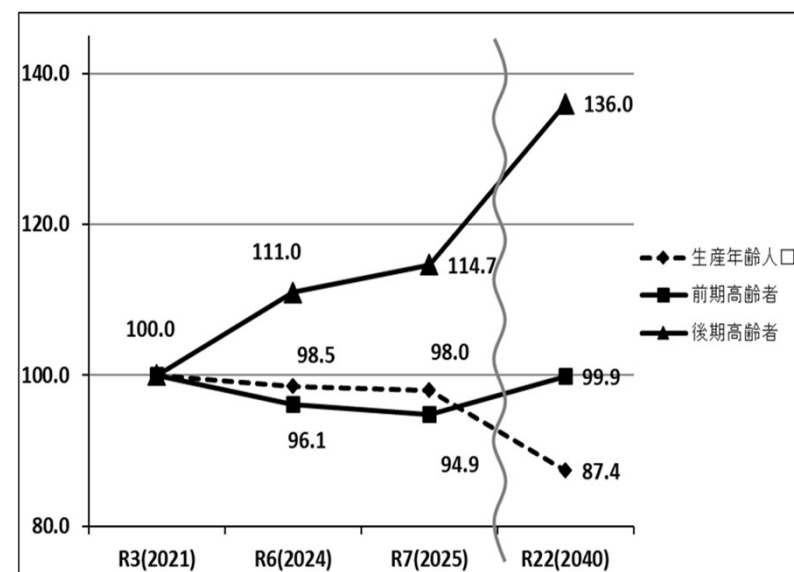
1. 基本理念

「高齢者の人権と自立が尊重され、みんなで支え合いながら、住み慣れた地域で、健康でいきいきと、その人らしく安心して暮らせる社会」の実現。

2. 計画の目標

指標名	第7期 実績		第8期 目標
	H30年度 (2018)	R元年度 (2019)	R5年度 (2023)
65歳以上の 元気な高齢者 の割合	78.15%	78.31%	78.46%

参考 令和3（2021）年を100とした場合の
人口推移（再掲）



今後、要介護・要支援の認定率が高い後期高齢者の増加が見込まれる中、要介護・要支援の認定を受ける方の増加を抑えることで、その割合を維持していくことを目標とする。

くまもと はつらつプラン 重点方針 (熊本市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画)

人生100年時代の到来に向けて…

①「生涯現役」として活躍し続けられる、 多様な社会参加の機会の創出

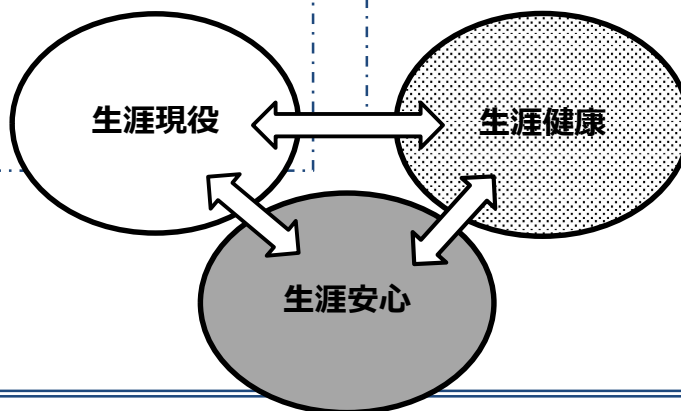
【主な取組】

- 健康保持や生きがいとしての短時間就労等の高齢者ニーズと、企業の人材確保ニーズとのマッチング支援等
- 介護、育児等の人手不足分野や現役世代を支える分野における就業機会の開拓等
- 高齢者の生きがいづくりや健康づくり等を一層促進するための支援策の検討

②「生涯健康」でいきいきとした生活が送れる、 地域の健康づくりや介護予防の促進

【主な取組】

- 医療情報や介護情報等を活用した保健事業と介護予防の一体的な実施
- 健康ポイント事業や「くまもと元気くらぶ」等による運動習慣の定着等の推進

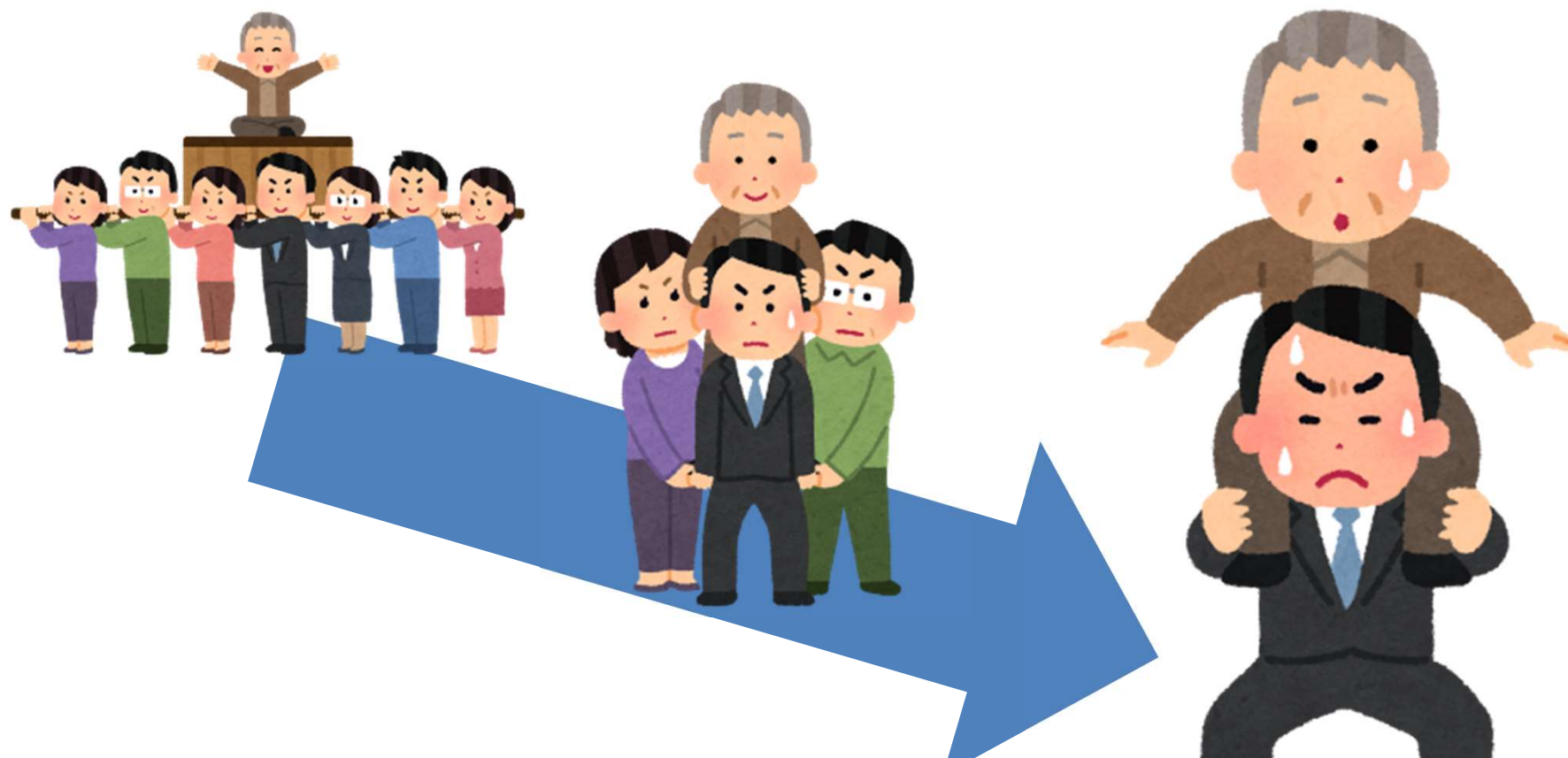


③「生涯安心」して暮らせる、支援体制の確保・強化と自立支援・重度化防止の理念の普及

【主な取組】

- 地域ケア会議の開催や市民向けの情報発信等を通じた自立支援・重度化防止の理念の普及
- 介護職の離職防止や人材確保に向けた取組の推進
- 相談者の属性等にかかわらず支援する体制（重層的支援体制）の整備に向けた検討

14 高齢者をささえるイメージ



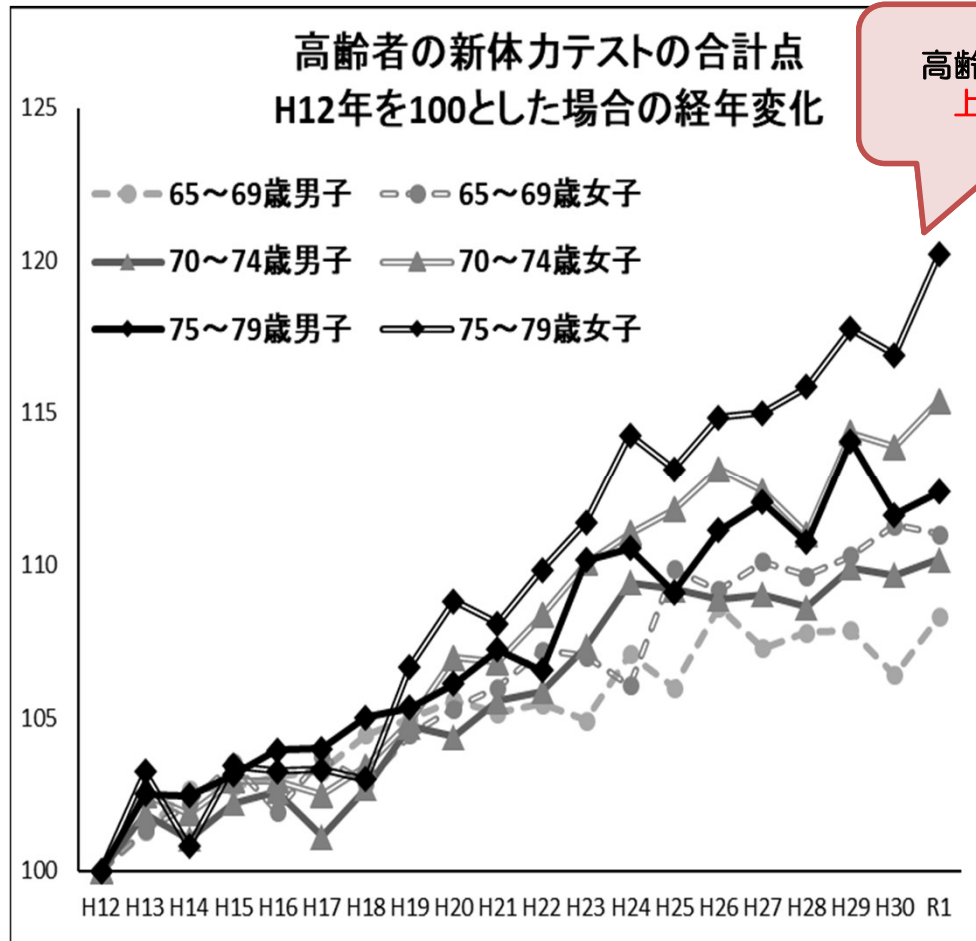
おみこし ⇒ 騎馬戦 ⇒ 肩車

要介護者増・生産年齢人口減少



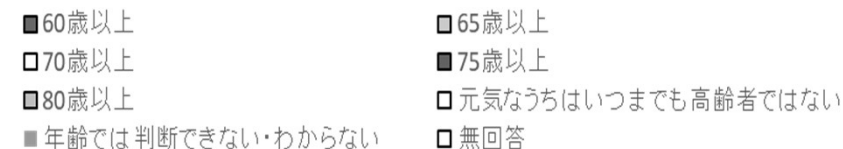
介護事業費増・保険料増、介護人材不足

15 “お互い様”、“支援を受ける側から支援する側へ”



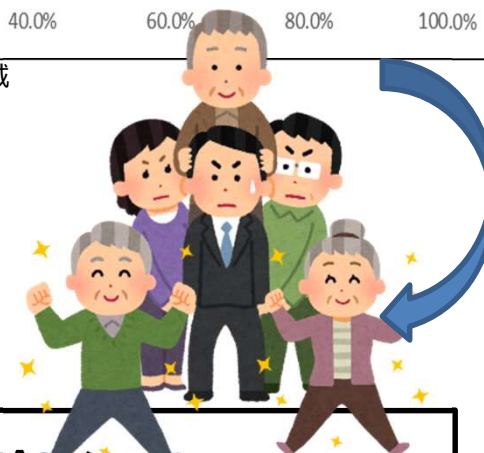
高齢者の体力は
上昇傾向！

「高齢者」と思う年齢



熊本市介護予防・日常生活圏域
二一ズ調査（令和2（2020）
年3月）

スポーツ庁「体力・運動能力調査」（令和元（2019）年度）より



65歳以上 ≠ 支援を受ける高齢者
元気なうちは、支援する側として能力を活かせる環境づくり

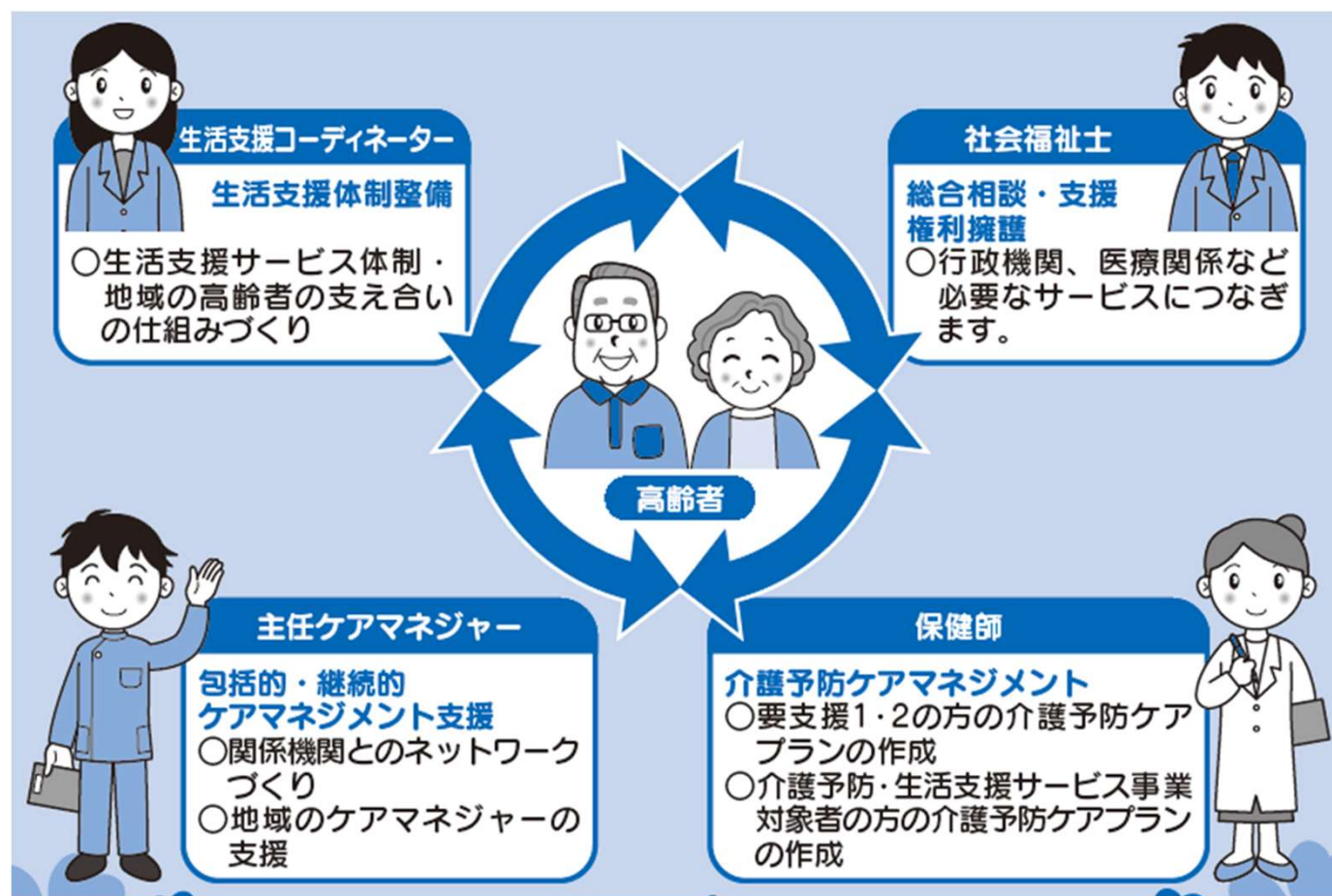
地域包括支援センター

17 地域包括支援センター

熊本市では通称「高齢者支援センターささえりあ」

高齢者の方が住み慣れた地域で尊厳のある生活を継続することができるよう、要介護状態になっても高齢者のニーズや状態の変化に応じて必要なサービスを切れ目なく提供する役割を担う地域の中核機関。

社会福祉士、保健師、主任介護支援専門員等の専門職を配置している。



18

地域包括支援センター⇒ 高齢者支援センターささえりあ

圏域	対象校区	通称	圏域	対象校区	通称
中央1	壺川、城東、慶徳、一新、五福	熊本市高齢者支援センターささえりあ 熊本中央	南1	富合	熊本市高齢者支援センターささえりあ 富合
中央2	本荘、春竹、向山	熊本市高齢者支援センターささえりあ 本荘	南2	田迎、田迎南、田迎西、御幸	熊本市高齢者支援センターささえりあ 幸田
中央3	碩台、黒髪	熊本市高齢者支援センターささえりあ 子飼	南3	力合、力合西、城南、川尻、日吉、日吉東	熊本市高齢者支援センターささえりあ 熊本南
中央4	白川、大江、白山	熊本市高齢者支援センターささえりあ 白川	南4	飽田東、飽田西、飽田南	熊本市高齢者支援センターささえりあ 飽田
中央5	出水、出水南、砂取	熊本市高齢者支援センターささえりあ 水前寺	南5	銭塘、奥古閑、川口、中緑	熊本市高齢者支援センターささえりあ 天明
中央6	託麻原、帯山、帯山西	熊本市高齢者支援センターささえりあ 帯山	南6	杉上、隈庄、豊田	熊本市高齢者支援センターささえりあ 城南
東1	尾ノ上、東町、健軍東、山ノ内、月出	熊本市高齢者支援センターささえりあ 尾ノ上	北1	植木、山本、田原、菱形、桜井、山東、吉松、田底	熊本市高齢者支援センターささえりあ 植木
東2	西原、託麻西	熊本市高齢者支援センターささえりあ 保田窪	北2	川上、北部東、西里	熊本市高齢者支援センターささえりあ 北部
東3	託麻東、託麻北、託麻南、長嶺	熊本市高齢者支援センターささえりあ 託麻	北3	高平台、清水	熊本市高齢者支援センターささえりあ 清水・高平
東4	画図、健軍、泉ヶ丘	熊本市高齢者支援センターささえりあ 江津湖	北4	城北、麻生田	熊本市高齢者支援センターささえりあ 新地
東5	秋津、若葉、桜木、桜木東	熊本市高齢者支援センターささえりあ あさひば	北5	龍田、武蔵、弓削、龍田西、楠、楡木	熊本市高齢者支援センターささえりあ 武蔵塚
西1	城山、高橋、池上	熊本市高齢者支援センターささえりあ 三和	全27センター		
西2	城西、花園、池田	熊本市高齢者支援センターささえりあ 井芹			
西3	古町、春日、白坪	熊本市高齢者支援センターささえりあ 花陵			
西4	芳野、河内	熊本市高齢者支援センターささえりあ 金峰			
西5	小島、中島	熊本市高齢者支援センターささえりあ 熊本西			

19 高齢者見守り事業

目的

熊本市では、身体機能の低下や認知症の進行による生活状況の悪化等、高齢者を取り巻く問題の早期発見を行うため、地域での見守り体制の構築を目的として実施。

事業内容

原則、現在70歳以上の高齢者の実態把握を行う。
民生委員や地域包括支援センター等において実態把握できていない高齢者に対して個別訪問を行い、生活状況や周囲との係わり等の調査を行い、見守りが必要な方について、継続的に見守りを行う。

集合住宅（特にオートロックのマンション）
では個別訪問が難しく、実態把握が難しい…



20 相談対応事例



管理人の方からの相談…

お一人暮らしの高齢者が転居してきた。物が無くなった等の訴えがあり、これまで何度かパトカーが来ている。認知症かもしれない。今後、どのような対応をすればいいか教えて欲しい。

地域住民からの相談…

お一人暮らしの高齢者。最近姿をみないし、郵便物や新聞がたまっている…



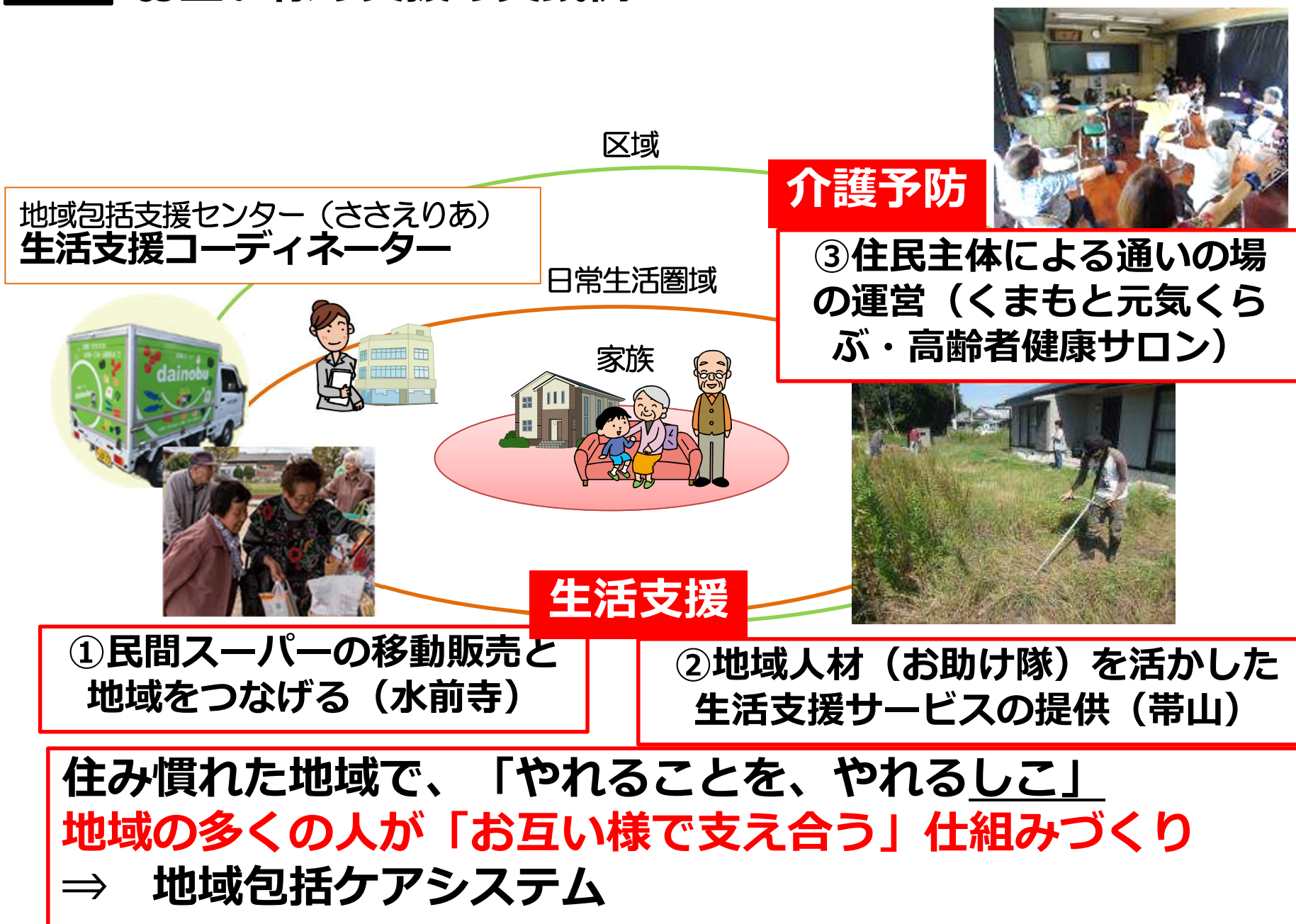
21 相談対応

- ・ 高齢者の健康のこと、介護のこと等で心配なことがあれば、まず、ささえりあ（地域包括支援センター）へ相談を。
- ・ 緊急時の対応について確認しておく。
緊急時に連絡を取ってもよい、家族や親族の連絡先を確認しておく。



地域包括ケア推進体制

23 お互い様の支援の実践例



24 熊本市地域包括ケアシステム推進方針の策定

平成29（2017）年4月策定

市民や事業者等の関係32団体及び行政を対象としたアンケート調査を実施し、地域包括ケアシステム構築にあたっての課題（取り組むべきこと）やその課題に対する各団体の取り組みを取りまとめて策定。

基本方針

高齢者の人権と自立が尊重され、みんなで支えあいながら、
住み慣れた地域で、健康でいきいきとその人らしく安心して暮らせる社会

取り組みの方針

1 介護予防・生活支援

高齢者がいつまでも元気で自らの力を発揮できるまちづくり

2 在宅医療・介護連携

医療と介護が充実し、在宅（地域）で生活する市民が
安心して暮らせるまちづくり

3 認知症対策

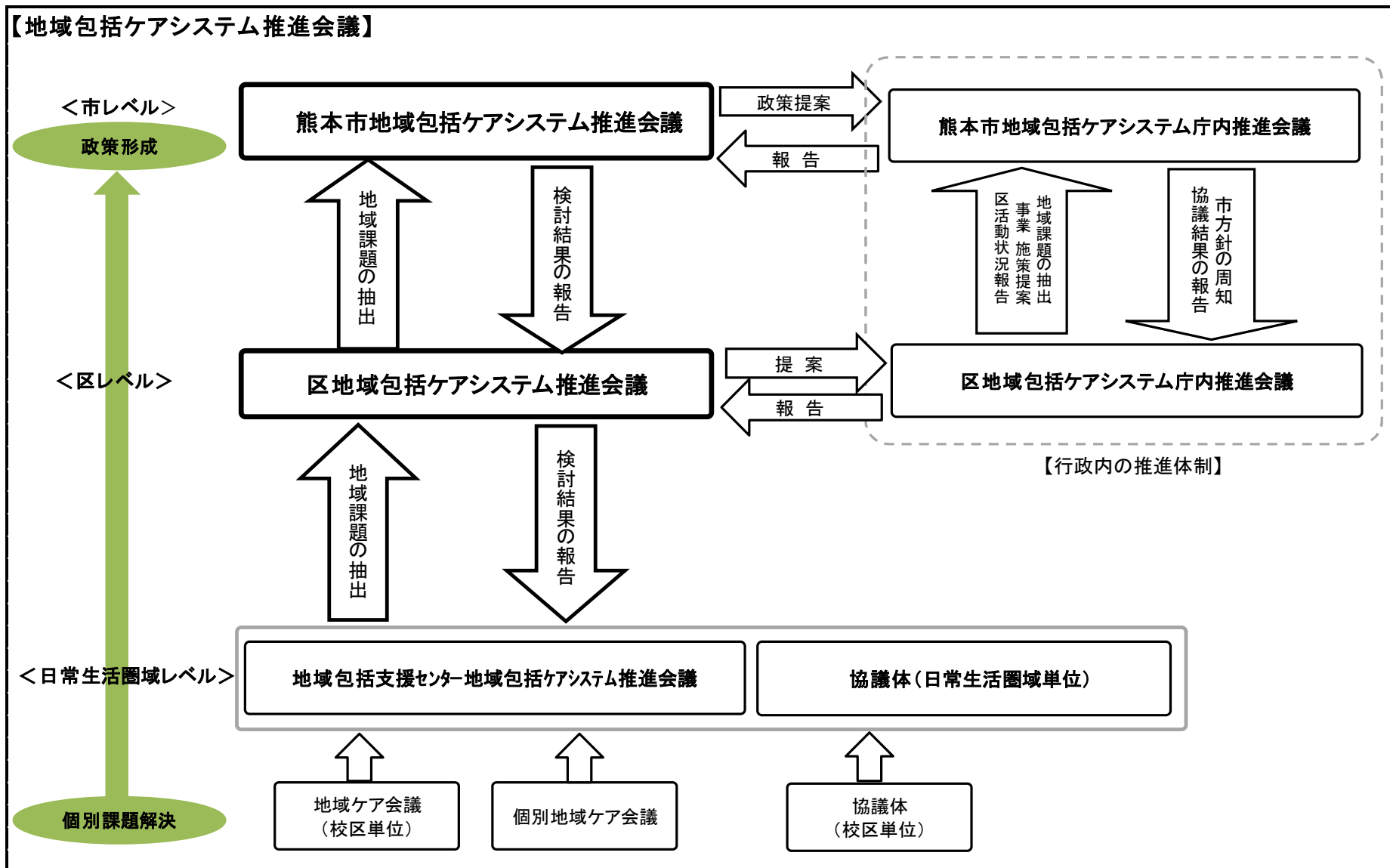
認知症の人とその家族が地域で安心して暮らせるまちづくり

4 高齢者のすまい関連

高齢者が自らに合った暮らし方を選択できるまちづくり

25 熊本市地域包括ケアシステム推進体制の整備

平成29（2017）年5月設置



具体的方策

体操等の「通いの場」が、まちを変える。

- 参加すること、体操することで、元気になる
- 集まることで、地域がつながる
- つながる地域が、まちを変える



地域の「通いの場」

⇒できるだけ「週1回」の
通いの場の創出を目指す



まずは体操等の「通いの場」づくりから

身体を動かしたりする身近な場所…これをたくさん用意する

- 週1回集まって、30分~60分程度の軽い体操+お茶を飲む
- 歩いて5~10分で行ける身近な場所
- 中心は70代~90代の人。誰でも参加可能
- 週1回の軽い体操以外に、健康教室、料理教室、サロンなどのメニューももちろんOK。無理のない範囲で実施を
- 住民がお客さん(客体)ではなく、主体となることも重要



体操等の「通いの場」を作っても、最初は人が集まらないこともありうる。口コミで徐々に利用者を増やすなど、地道に取り組むことが大事。交流会やポイントへの反映、表彰を行うなど工夫や仕掛けも考える。人々の集まりは、「互助」の基盤にもなる。

「通いの場」を地域の拠点とした介護予防活動



①地域に「通いの場」を立ち上げ 高齢者をつなげる

⇒くまもと元気くらぶ
地域支え合い型通所サービス
高齢者健康サロン 等

加齢による機能低下



②通いの場の活動の活性化

⇒地域の介護予防活動の受け皿
として高齢者間のつながり創出
し、支え合い活動や見守り活動へ

★ポイント★
地域へ帰す！



③短期集中予防サービス や 通所リハビリテーション活用

⇒早期の機能回復によって
もとの地域活動への復帰を目指す

一般介護予防事業 「くまもと元気くらぶ」

29 地域の通いの場の種類・比較

	高齢者健康 サロン	元氣くらぶ 一般介護予防事業	地域支え合い型通所サービス (通所B)
主体	住民等	住民等	住民等
頻度	月1～2回程度	週1回以上	週1回以上
人数要件	無	原則10人以上	下記利用者が5人以上
開設時間/回	2時間程度	1時間程度	3時間以上
利用者	だれでも	だれでも	総合事業対象者または 要支援者 が5人以上
活動内容	原則、自由	市が推奨する運動 等	体操・運動等の活動 趣味活動等を通じた日中の居場所 づくり
支援	(社協等)立ち上 げ運営への助 言・相談	活動費助成 リハ職派遣 立ち上げ支援スタッ フ派遣	運営費・設立更新費を助成 (総合事業)
参加料	0～500円程度/ 回	0～200円程度/回	食材費やサービススタッフ人件費 等を任意で設定

30 一般介護予防事業（くまもと元気くらぶ）創設

平成29（2017）年7月開始

- ・ **住民主体**の通いの場として週1回の介護予防活動に支援。
支援内容：活動費助成（1/2）、リハビリテーション専門職の派遣

年度		中央区	東区	西区	南区	北区	計
H30 (2018)	団体数	7	11	16	8	5	47
	参加人数 (団体登録時点)	168	254	346	230	160	1,158
R1 (2019)	団体数 (うち地域支え合い型サービス と併用)	9	12 (1)	18	12	9	60 (1)
	参加人数 (団体登録時点)	174	290	374	356	279	1,473
R2 (2020)	団体数 (うち地域支え合い型サービス と併用)	11	12 (4)	17 (1)	12 (1)	11	63 (7)
	参加人数 (団体登録時点)	186	274	351	322	318	1,451



H30年度 6割以上の参加者に運動機能向上の効果あり！

5つの運動機能評価項目（握力・開眼片脚立位時間・TUGテスト・5m通常歩行時間・5m最大歩行時間）の測定を2回受けた人（460人）のうち、3項目以上が同値以上に改善・維持した人（300人）の割合（65.2%）

31 くまもと元気くらぶ

「住民主体」で「身近な場所」に集まり、「仲間と一緒に」、「運動を取り入れた活動」に「継続的」に取り組む高齢者のグループの支援。

くまもと元気くらぶの主な要件

- ①参加者の半数以上は65歳以上で構成するグループ
- ②毎回の参加人数はおおむね10人以上
- ③市が推奨する運動をおおむね週1回以上行っていること
- ④定期的に運動の効果を測定すること
- ⑤安心して活動できるよう傷害保険に加入すること

興味のある方はささえりあへご相談ください

市が推奨する運動とは？

○いきいき百歳体操

介護予防に効果があると認められた、おもりを使った筋力運動の体操（高知市考案）。おもりを手首や足首に巻きつけ、DVDの映像に合わせて、ゆっくりと手足を動かしていくことで、筋力・バランス能力を高めることができます。

○よかばい体操

地域リハビリテーション広域支援センター 青磁野リハビリテーション病院が考案したストレッチ、座位トレーニング、立位トレーニング、リズム体操（サンバおてもやん）で構成される体操。

○かたんなっせ体操

地域密着リハビリテーション 朝日野総合病院が考案した上肢筋トレ・ストレッチ、下肢筋トレ・ストレッチ、体幹筋トレ・ストレッチ、転倒予防で構成される体操。

市が推奨する運動とは？

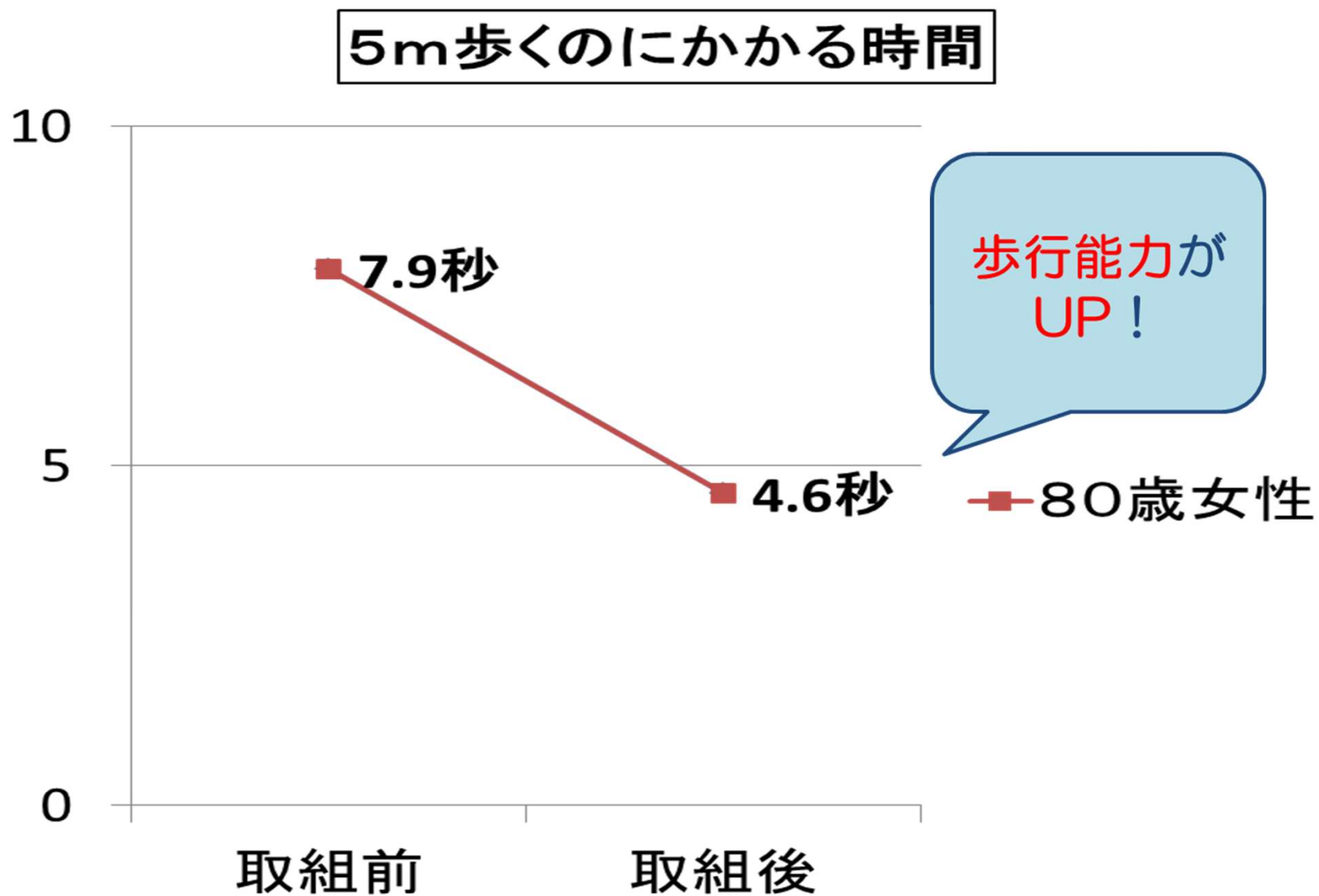


○その他の運動機能の向上が見込まれると区が認める運動

⇒地域で考案した体操を行うことも可能⇒運動の効果を測定

※詳しくは各区役所福祉課 高齢福祉班 または 熊本市高齢者
支援センター「ささえりあ」へ相談してください！

34 くまもと元気くらぶの効果



自主的運営可能

支援メニュー①

活動支援補助（補助率1/2）

- ①物品購入費（上限58,000円、1回限り）
- ②活動費（上限74,000円/年度）

支援メニュー②

リハビリテーション専門職（理学療法士等）
の派遣（上限6回/年度）

支援メニュー③

「くまもと元気くらぶ」立ち上げ支援

- ①立ち上げ支援スタッフを派遣（12回限り）
- ②リハビリテーション専門職を派遣
（6回限り）

自主的運営が
不安

地域住民主体の支え合いの仕組み 地域支え合い型サービス

37 地域支え合い型サービスについて

【目的】

今後も高齢者が増加する中、住み慣れた地域でいつまでも暮らすことができるように、「**住民主体による**」**地域の支え合い体制を創出し、持続可能**なサービスとして運営できるように介護保険事業の**総合事業の一環**として支援

【対象者（補助算定上）】

- ① ささえりあ・区役所で実施する「**基本チェックリスト**」で一定の項目数に該当した人（**=事業対象者**）
- ② **要支援 1** または **2** に該当する人

【利用するには】

ささえりあによる**ケアプランの作成が必要**
⇒各ささえりあにご相談ください

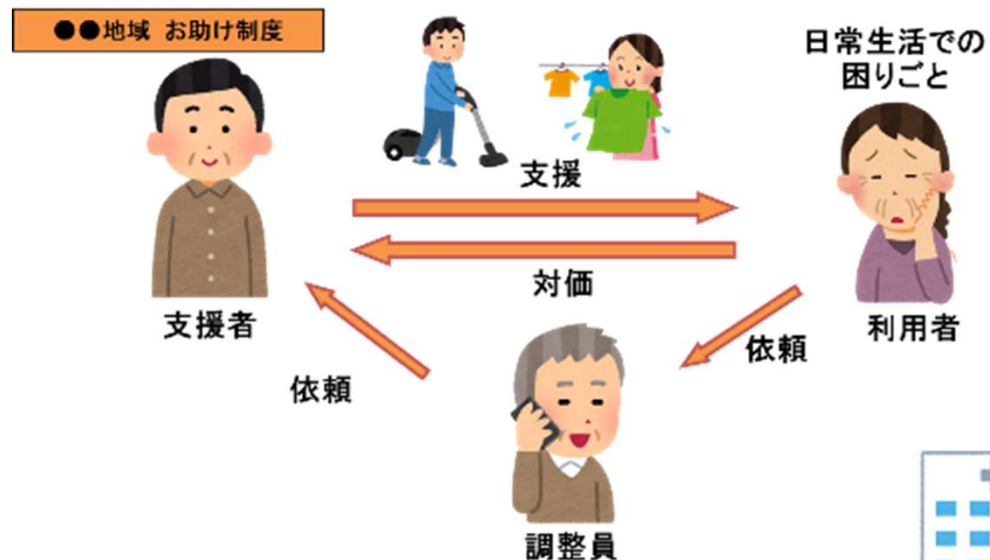
38 基本チェックリスト

No.	質問項目	回答 (いずれかに○を お付け下さい)	
1	バスや電車で1人で外出していますか	0.はい	1.いいえ
2	日用品の買い物をしていますか	0.はい	1.いいえ
3	預貯金の出し入れをしていますか	0.はい	1.いいえ
4	友人の家を訪ねていますか	0.はい	1.いいえ
5	家族や友人の相談にのっていますか	0.はい	1.いいえ
6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	0.はい	1.いいえ
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ちあがっていますか	0.はい	1.いいえ
8	15分くらい続けて歩いていますか	0.はい	1.いいえ
9	この1年間に転んだことがありますか	1.はい	0.いいえ
10	転倒に対する不安は大きいですか	1.はい	0.いいえ
11	6ヵ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	1.はい	0.いいえ
12	身長 cm 体重 kg(BMI=) (注)		
13	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	1.はい	0.いいえ
14	お茶や汁物等でむせることがありますか	1.はい	0.いいえ
15	口の渇きが気になりますか	1.はい	0.いいえ
16	週に1回以上は外出していますか	0.はい	1.いいえ
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	1.はい	0.いいえ
18	周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあるといわれますか	1.はい	0.いいえ
19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	0.はい	1.いいえ
20	今日が何月何日かわからない時がありますか	1.はい	0.いいえ
21	(ここ2週間)毎日の生活に充実感がない	1.はい	0.いいえ
22	(ここ2週間)これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	1.はい	0.いいえ
23	(ここ2週間)以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	1.はい	0.いいえ
24	(ここ2週間)自分が役に立つ人間だと思えない	1.はい	0.いいえ
25	(ここ2週間)わけもなく疲れたような感じがする	1.はい	0.いいえ

(注)BMI(=体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m))が18.5未満の場合に該当とする。

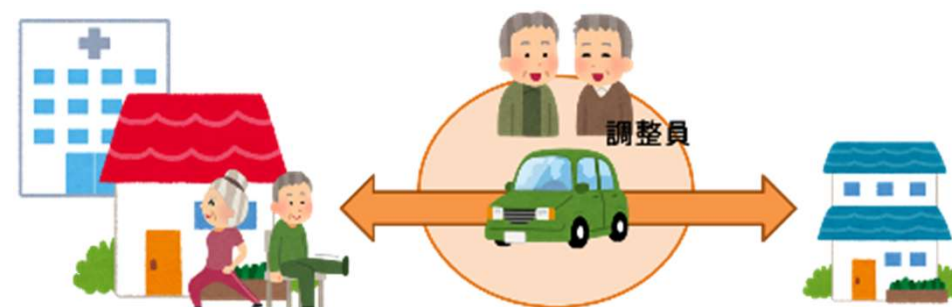
39 地域支え合い型サービス (総合事業 B・D)

訪問サービス

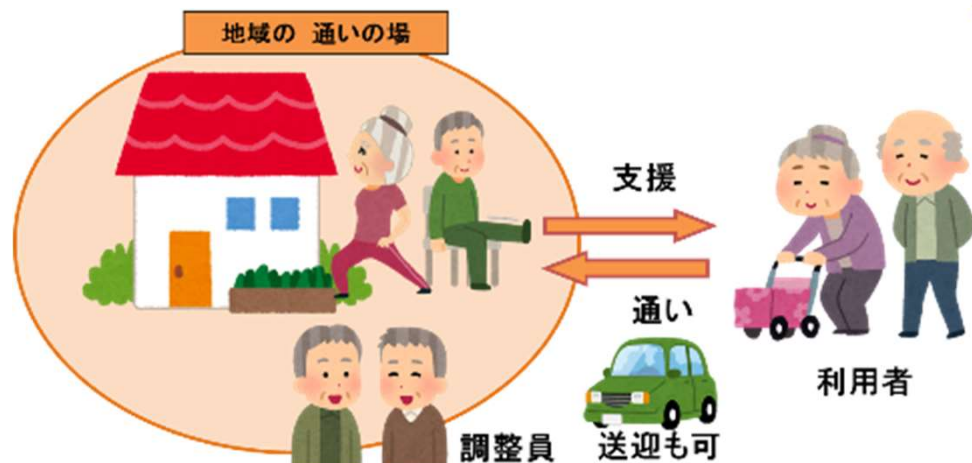


住民主体による
地域の支え合いサービスの
創出と持続に向けた支援

移動支援サービス

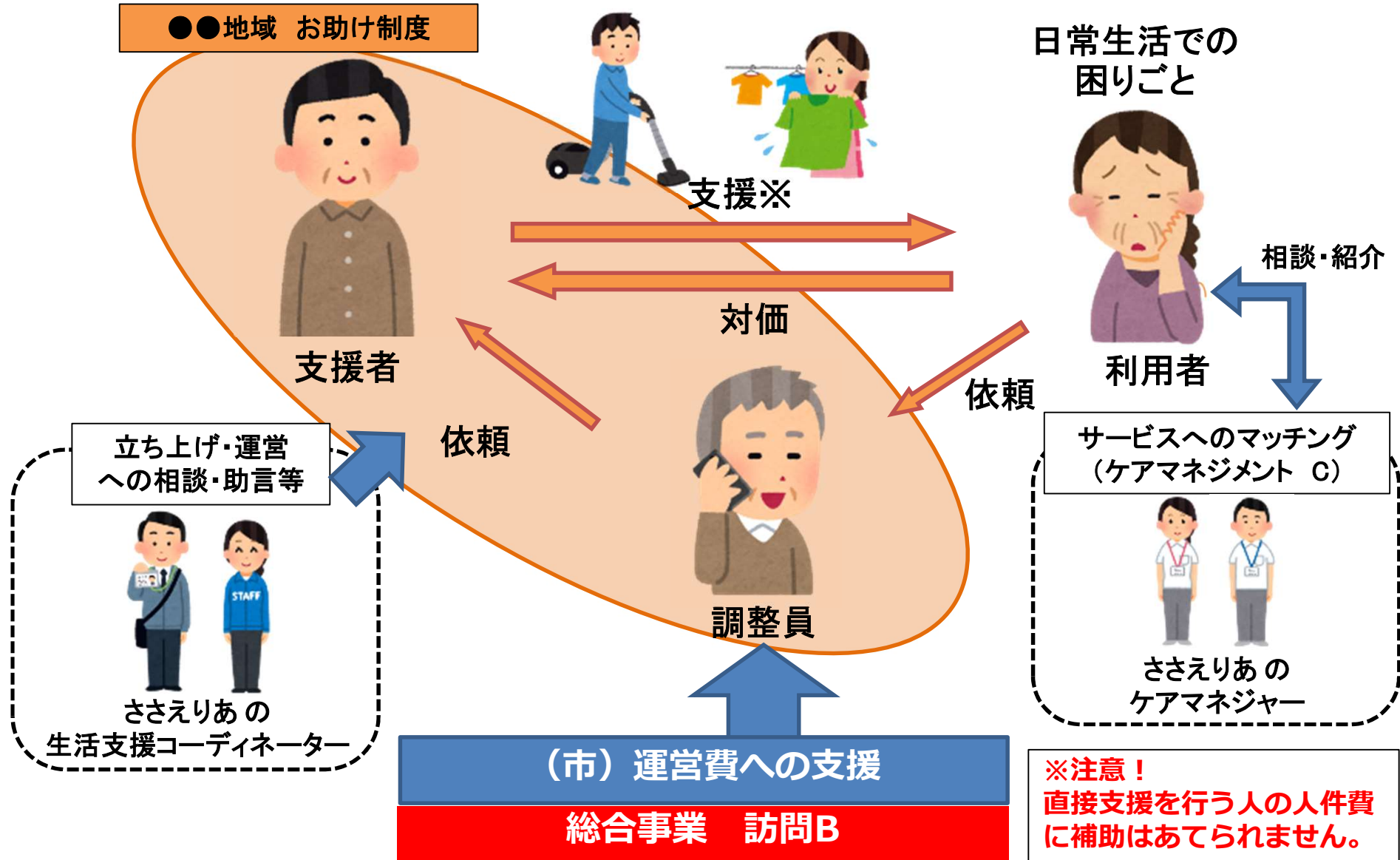


通所サービス



住民主体で行う生活援助等の多様な支援

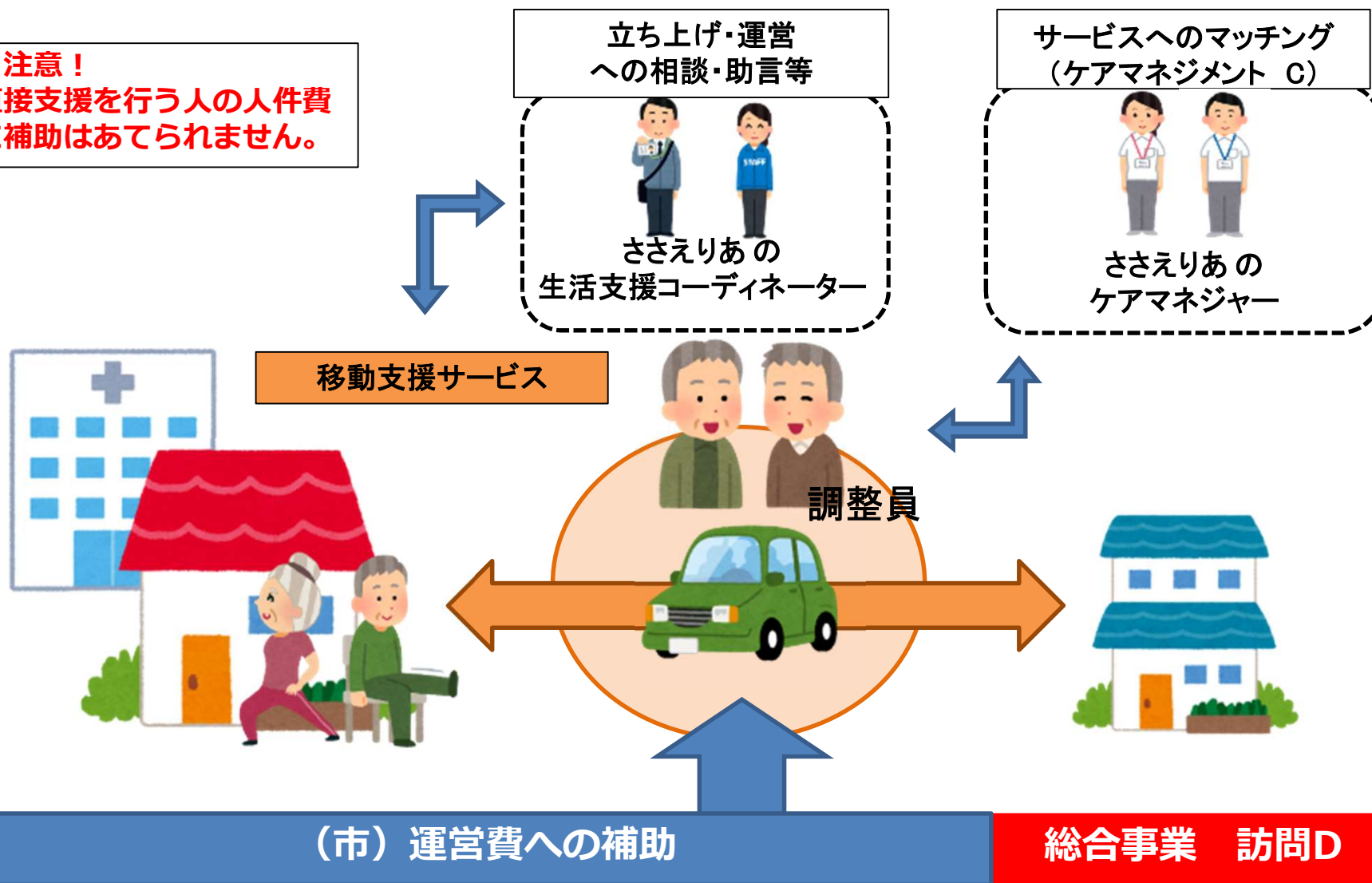
●●地域 お助け制度



41 地域支え合い型 移動支援サービス（訪問型サービスD）

住民主体で行う通院や買い物・通いの場等の送迎前後の付き添い支援

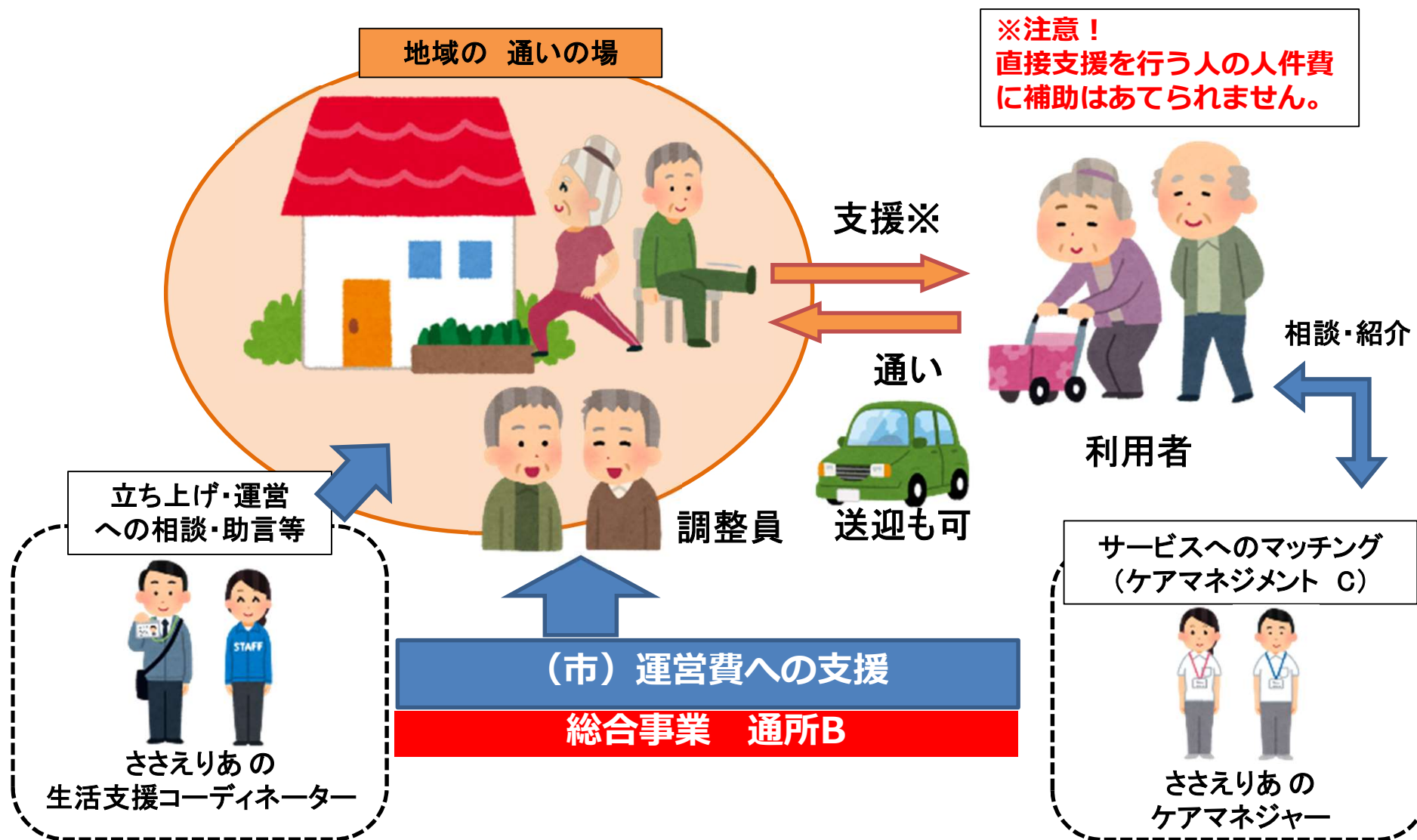
※注意！
直接支援を行う人の人件費
に補助はあてられません。



R2年度から損害保険料等リスク軽減に係る経費について補助を拡充しています。

42 地域支え合い型 通所サービス（通所型サービスB）

定期的な利用が可能な自主的な通いの場の運営及び送迎



43 地域の通いの場の種類・比較

	高齢者健康サロン	元気くらぶ	通所B
主体	住民等	住民等	住民等
頻度	月1～2回程度	週1回以上	週1回以上
人数要件	無	原則10人以上	下記利用者が5人以上
開設時間/回	2時間程度	1時間程度	3時間以上
利用者	だれでも	だれでも	総合事業対象者または 要支援者 が5人以上
活動内容	原則、自由	市が推奨する運動 等	体操・運動等の活動 趣味活動等を通じた日中の居 場所づくり
支援	(社協等)立ち上げ 運営への助言・相談	活動費助成 リハ職派遣 立ち上げ支援スタッ フ派遣	運営費・設立更新費を助成 (総合事業)
参加料	0～500円程度/回	0～200円程度/回	食材費やサービススタッフ人件 費等を任意で設定
運営要件			送迎を実施する場合は研修受 講

44 地域支え合い型サービスの補助限度額

事業名	補助区分	対象者※のうち、 当該月の利用者数	補助限度額
地域支え合い型 訪問サービス (訪問型サービスB)	運営費	【小】 1～4人	月額 2,000円
		【中】 5～9人	月額 8,000円
		【大】 10人以上	月額 12,000円
	設立・更新費	—	1回 50,000円 (3年度に1回限り)
地域支え合い型 移動支援サービス (訪問型サービスD)	運営費	【小】 1～4人	月額 2,000円
		【中】 5～9人	月額 8,000円
		【大】 10人以上	月額 12,000円
	設立・更新費	—	1回 50,000円 (3年度に1回限り)
	リスク軽減費	—	年額 300,000円 (別途車両修理費あり)
	特定研修費	—	年額 30,000円
地域支え合い型 通所サービス (通所型サービスB)	運営費	【小】 5～9人	月額 30,000円
		【中】 10～19人	月額 48,000円
		【大】 20人以上	月額 72,000円
	設立・更新費	—	1回 50,000円 (3年度に1回限り)
	リスク軽減費	—	年額 60,000円 (別途車両修理費あり)
	特定研修費	—	年額 30,000円

※対象者…総合事業対象者または要支援者

45 地域支え合い型サービスの「ねらい」

【参加者・運営者の視点】

- ・ 近所の顔見知りによるサービスの方が安心・楽しい
- ・ 参加者・運営者の生きがいづくり
- ・ 通所や生活上の足の確保による自立した生活の維持や閉じこもりの防止（D）

【介護関係者（ケアマネ等）の視点】

- ・ 利用者への多様なサービス・受け皿の提案
- ・ 活動量の増加による自立支援の促進
- ・ 介護人材不足の緩和

【制度上の視点】

- ・ より安価なサービスによる介護保険制度の持続可能性の確保
- ・ 保険料上昇の緩和

46 地域支え合い型サービスの実施状況 (R3.11.1現在)

No.	区	サービス運営者名	訪問	移動支援	通所	送迎	取組内容
1	東	暮らし支援協力隊	○	○			訪問：生ゴミ出し、買い物代行、電球交換、掃除、調理 等 移動支援：各種介助、通院、買物、役所手続 等
2	西	二本木ボランティア会			○		百歳体操 等
3	東	だっでんかってん寄んなっせ			○	○	・健康体操・趣味活動（カラオケ）・茶話会 等 ・移送支援あり
4	東	みんないっしょクラブ		○			いきいきサロン、おしゃべり会への移動支援
5	西	古町さくら会			○		健康体操（ストレッチ、筋力アップ、嚥下体操など）、銭太鼓を使った踊り、ゲーム（棒サッカー、テーブルホッケー、ポッチャ）、カラオケ、コーラス。出前講座、茶話会
6	南	t e a m輪			○		昼食会、健康体操、健康ヨガ、趣味活動（小物づくり、英会話、編み物等）、脳トレ 等
7	東	広木よかばい元氣くらぶ			○		百歳体操、カラオケ
8	北	麻生田5町内地域交流がたらん会			○		健康100歳体操、バンド体操、趣味活動（マージャン、オセロ、トランプ、百人一首、チャレンジ脳トレ体操）、出前講座、手品講習、茶話会
9	西	石神水曜くらぶ			○		健康体操（屋外レクリエーション）、法話、ビデオ鑑賞（DVD）、趣味活動（手芸、折り紙、パズル、将棋等）、出前講座、調和、茶話会
10	中央	黒髪4町内地域お助け隊	○				樹木の剪定、雑草刈り、ゴミ出し分別、包丁研ぎ、屋根清掃、布団カーペット日光干し、タンスやベッド等の移動（比較的軽易作業）
11	西	なかよしクラブ			○		健康体操、脳トレ、レクリエーション、出前講座、茶話会
12	南	白藤団地元気カフェ			○		百歳体操、茶話会、サロン、脳トレ、ベタンク、輪投げ、ポッチャ、手話体験、折り紙、手芸、歌、出前講座、お菓子づくり実演会
13	南	とみあいば支え合い隊			○	○	脳の健康教室、健康体操、趣味活動（折り紙、絵画、おじゃめ遊び、コーラス等）、出前講座、茶話会等 移送支援あり
14	南	上近見健康カフェ			○		百歳体操、趣味活動（折り紙、トランプ、輪投げ等）、映画鑑賞、茶話会等
15	東	画図元気クラブ			○		健康体操、茶話会、カラオケ、グラウンドゴルフ、園芸
16	東	秋津1町内元氣くらぶ			○		健康体操、趣味活動（お花・囲碁・将棋・手芸・カラオケ等）、出前講座、茶話会等
17	西	銀杏会いきいきくらぶ			○		いきいき百歳体操、かみかみ百歳体操、ゴムバンドストレッチ、おしゃべり会、歌謡カラオケ
18	東	桜木東元氣くらぶ			○		健康体操（百歳体操、脳トレ等）、趣味活動（手芸、工作、歌）、健康・認知・歯科等の講話、茶話会
19	西	あかつき会			○		健康体操、脳トレ、レクリエーション、出前講座、カラオケ、茶話会等
20	中央	和会			○		健康体操（いきいき百歳体操）、趣味活動（手芸、生け花、食事会）、調和、茶話会
21	中央	八王寺すこやかクラブ			○	○	ストレッチ、百歳体操、カミカミ体操等の健康増進、機能回復体操、歌、ゲーム、出前講座（お口の健康等）、情報提供（豆知識）、仲間づくり、交流会
22	北	大和地区生活支援サポートセンター	○				家事支援（ゴミ出し、掃除、洗濯、料理、買い物、衣類の整理等）、外出支援（買い物や散歩の付添等）、軽作業（電灯交換、電池交換、じゅうたん敷きや収納等）、その他（草取り等）
23	西	岳本村げんき会			○		百歳体操、趣味活動（小物づくり・カラオケ・脳トレ等）、出前講座、茶話会 等
24	南	会富町いきいき元気クラブ			○		いきいき百歳体操、筋トレ、脳トレ、出前講座、趣味活動（伝承遊び及び四季行事等）、茶話会 等
25	中央	黒髪西地域お助け隊	○				樹木の剪定、雑草刈り、ゴミ出し分別、電球交換、比較的軽易な作業
26	中央	出水南校区6町内いきいきクラブ			○		健康体操（いきいき百歳体操）、趣味活動（スマートローリング・健康麻雀・手芸・生け花・囲碁・将棋）、講話（出前講座）、茶話会
27	北	堀川うごこう会			○		健康体操、趣味活動（カラオケ、囲碁、将棋、手芸等）、スマホ教室、美容教室、出前講座、茶話会、その他介護予防のための啓発活動
28	中央	世安クラブ			○		健康体操（百歳体操、カミカミ体操他）、カラオケ、映画鑑賞、童謡合唱、ゲーム、仲間づくり、出前講座、古新聞アルミ缶回収支援
29	東	ふれあい会			○		健康体操（百歳体操、ロングプレス、お手玉体操）、DVD鑑賞、笑いヨガ、カラオケ、茶話会

	サービス運営者名	訪問	移動支援	通所	送迎
区別サービス数	中央区	2		4	1
	東区	1	2	6	1
	西区			7	
	南区			5	1
	北区	1		2	0
	計	4	2	24	3

47 短期集中予防サービス 通所・訪問C

プログラムの種類		内容（原則3ヶ月、6ヶ月まで延長可）
通所型	運動機能向上	筋力向上運動等 【リハセンター・スイミングクラブ等】
	口腔機能向上	口腔清掃の自立、咀嚼・嚥下機能訓練・発声訓練等 【リハセンター等】
訪問型	栄養改善	個別（家族を含む）の栄養改善指導 【熊本県栄養士会】

元気くらぶ・
通所B 等
週1回以上の通いの場

フレイル等・
自立支援型
地域ケア会議

短期集中予防
サービス



◆2025年（あと4年後）問題とは

「団塊の世代（ベビーブームの1947～1949年生まれ）」がすべて75歳以上となり、社会保障費（医療・介護・福祉・年金等）の増大、医療や介護の人材不足、労働力人口の減少などが懸念される。

◆2025年問題に対応するために

- 介護予防が重要！
- 元気な高齢者は支援する側へ！
- 地域で支え合う仕組みづくり！

◆高齢者に関するご相談は

- ささえりあ（地域包括支援センターへ）