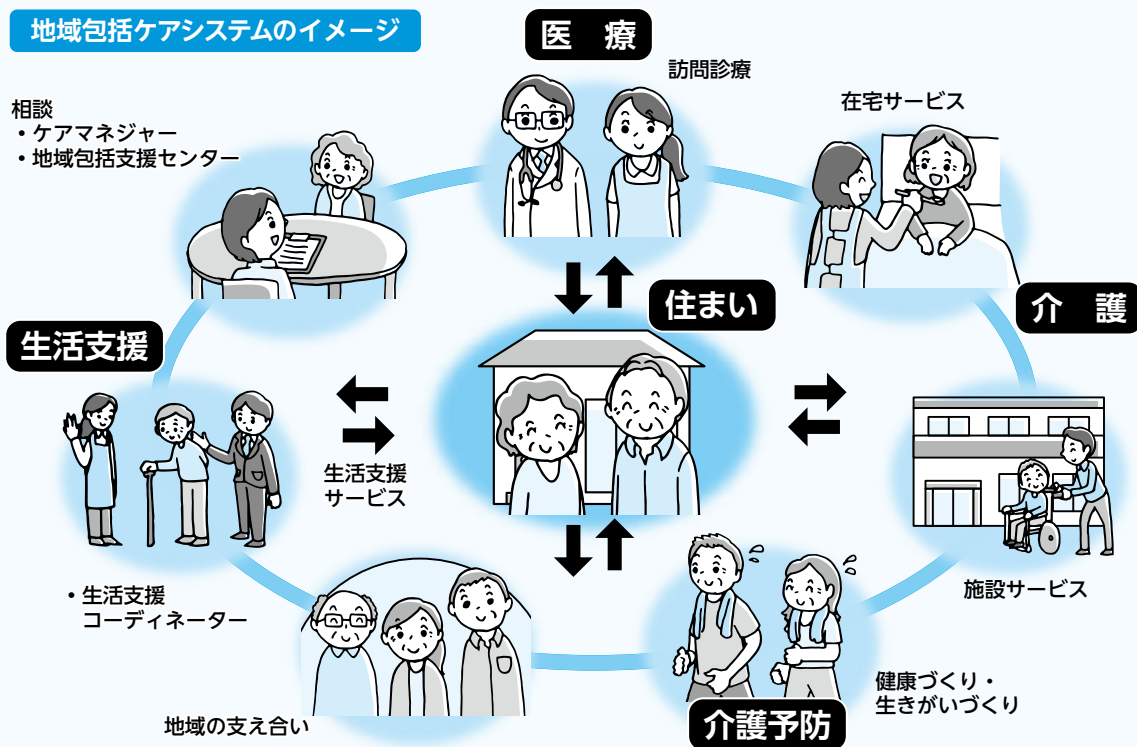


住み慣れた地域で安心して暮らせるように



わが国は、令和7年にいわゆる「団塊の世代」の全てが75歳以上となるなど超高齢社会が進んでいます。市では、住まいを中心に、医療・介護・介護予防・生活支援に関するサービスを一体的に提供する「地域包括ケアシステム」を推進し、さまざまな取り組みを行っています。

本市でも進む高齢化

本市の65歳以上の高齢者人口は3万1,919人で、高齢化率は24.2パーセントとなっています。また、高齢者の15.1パーセントに当たる4,806人が要支援・要介護認定を受けています(9月末日時点)。

国や県の平均は下回っているものの、今後、高齢者の割合は上昇することが見込まれています。

地域課題の解決へ地域ケア会議

地域包括ケアシステムを構築するためには、医療・介護の関係機関や地域の民生委員・地区社会福祉協議会・住民などの協力が欠かせません。

市では、関係者と一緒に地域の課題を共有し、解決策を話し合う地域ケア会議を行っています。

地域の課題は、一人暮らしの人の見守りや生活援助、買い物に不便を感じている人への支援や健康・居場所づくりなどさまざま、公的な介護保険サービスだけでは対応が難しいことも多くあります。

これらの課題について、民生委員や自治会などによる声掛けのほか、地域の見守りを含めた移動スーパリーの運行や、住民同士で介護予防活動を行う居場所づくりなど、地域が行う取り組みを通じて解決につなげています。

高齢者の総合相談窓口 地域包括支援センター

高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らすための総合相談窓口として、地域包括支援センターを市内7カ所に設置しています(5ページ)。保健師・社会福祉士・主任介護支援専門員などが連携し、介護保険サービスの導入や生活上

の困り事・悩み事などの相談・支援を行っています。なお、電話での相談や来所が難しい場合は、職員が自宅などに訪問することもできますので、気軽に相談してください。

新たな施設の整備も

在宅で介護が必要な高齢者に、通い・宿泊・訪問介護・訪問看護のサービスを一体的に提供する看護小規模多機能型居宅介護事業所が、来年度に開設予定です。

また、入所者に介護サービスを提供する特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、認知症グループホームなどの整備が進んでいます。今後も介護保険サービスのさらなる充実を図っていきます。

※くわしくは介護保険課(☎20・1545)、施設の整備については高齢者福祉課(☎20・1537)へ。

市内の地域包括支援センターの一覧

名称	所在地・連絡先	担当地区
西部南地域包括支援センター	新町1037-63(新町デイサービスセンター玲光苑内) ☎23-7151	成田・中郷地区
西部西地域包括支援センター	公津の杜6-5-16 ☎36-4981	公津地区 (はなのき台を除く)
西部北地域包括支援センター	橋賀台1-16-3(橋賀台ショッピングセンター内) ☎29-5005	ニュータウン地区・ はなのき台
西部北地域包括支援センター (押畑支所)	押畑896-4(特別養護老人ホーム玲光苑内) ☎20-3655	八生・豊住地区
南部地域包括支援センター	本三里塚226-1(介護老人保健施設セントアンナーシングホーム内) ☎35-6081	遠山地区
東部地域包括支援センター	猿山1600(下総地域福祉センター内) ☎80-7007	久住・下総地区
東部地域包括支援センター (大栄支所)	松子413-1(大栄支所内) ☎94-5664	大栄地区



新川ふれあい体操
リーダー
すぎはら ふみや
杉原 文哉さん

小さな地域の共生社会を目指して

過疎化が進む中で地域の住民が元気に100歳まで生きるお手伝いをしたいという思いから、歌を歌いながら椅子を使った体操を行う、なりたいいき百歳体操のグループを立ち上げました。毎週10人前後で楽しく活動しています。体操の後は、近隣住民と一緒に移動スーパーで買い物をして、昼食やおしゃべりを楽しんでいます。おしゃべりを楽しみに参加している人も多く、住民同士のコミュニケーションの場にもなっています。会話の中でも地域の情報を共有するなど、問題の解決につながっています。この活動のやりがいは参加者が楽しく過ごしている姿を見ることです。

今後、地域包括支援センターや社会福祉協議会、周りの地域とも協力をして一人でも多くの高齢者が地域で元気に生活できるようお手伝いをしていきたいです。



楽々うんどうクラブ
指導者
いしだ しげお
石田 茂夫さん

日々元気な体のために

退職後に運動をしたいと思っていたところ、公園にある遊具を使用して運動を行う、うんどう教室を広報なりたで知りました。令和元年度から教室に参加し、「高齢者体力づくり支援士」を取得しました。教室に参加した人から「教室終了後も運動を継続したい」と希望があったことから、「楽々うんどうクラブ」を有志で立ち上げ、私は指導者として参加しています。教室で学んだ正しい運動の方法を指導し、無理せず、けがをしないことに重点を置いた活動を行っています。参加者から「腰の痛みが和らいだ」「腕が上がるようになった」との声を聞くと、運動の効果が出ていることを実感しうれしく思います。

これからも、心も体も健康でいること、クラブ会員と同じ目線で活動することを心掛けながら活動していきたいです。