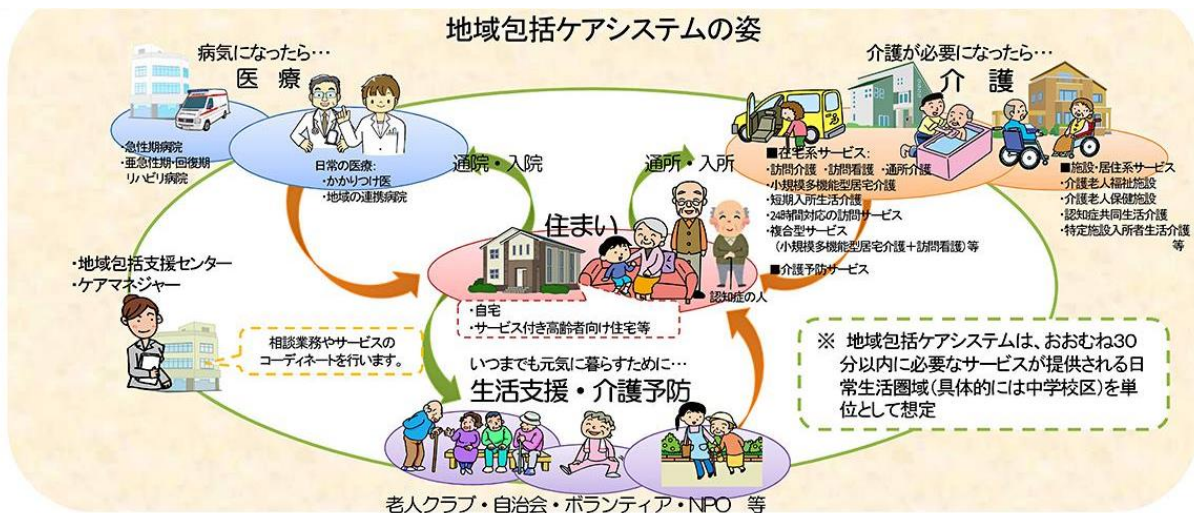


グループワークについて

地域包括ケアシステムと介護予防(社会参加)の重要性



地域包括ケアシステム:厚生労働省が推進する、高齢者の尊厳の保持と自立生活の目的のもとで、可能な限り 住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができる、地域の実情に応じた包括的な支援・サービス提供体制のこと。

しかしながら、人口動態推計値では、人口の減少が続く中、相対的に生産年齢人口が減少し、高齢者人口が増加する。結果として、認知症を含む要介護者の増加、支えての不足が深刻な課題になる。

将来人口推計値 (高梁市)

	2025年	2040年
人口	26,764人	19,786人
15-64歳	12,855人 (48%)	8,943人 (45%)
75歳以上	7,258人 (27%)	6,390人 (32.3%)

地域包括ケアシステムと介護予防（社会参加）の重要性

支えてが減少する中、可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けるためには、自分自身ができるだけ長く元気である、つまり介護状態となることを予防する取り組みが重要で、外出、社会交流を含む社会参加には大きな効果がある。

●社会とのつながりはフレイルや認知症のリスクを下げる。

週1回以上友人などとの交流をしているほうが活動能力障害や死亡リスクが低い。

自分とは異なる背景をもつ人との付き合いが多いほど、抑うつになりにくく、認知機能低下が起こりにくいとも言われる。



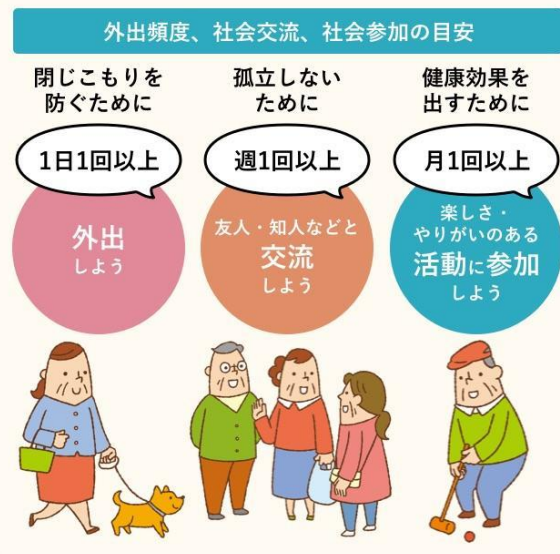
いろんな「**つながり**」が重要！！

多様な通いの場

(ミニデイ、認知症カフェ、コミュニティカフェ、サロン、元気なからだづくり隊 など)

通いの場への「誘出し」と「足」⇒ 通所付添サポート事業

支えられる側だけでなく、支える側が参加しやすい、続けやすい工夫が必要



キーマンは

生活支援コーディネーター
(地域支えあい推進員)

グループワーク

取組みを活発にするためには？

- 元気なからだづくり隊(グループ①)
- 通所付添サポート事業(グループ②)

グループワーク 記録

○グループ① 【元気なからだづくり隊】

- ・立上の時に市に登録することがハードルを上げているのではないか。気持ちとして、面倒、代表者に負担がかかるなどあるのではないか。
- ・利用者主体なら利用者のハードルを下げたほうがいいのではないか。
- ・2週に1回集まっている人や他の通いの場（ミニデイやカフェ）、農協移動販売や生協などで週に1回程度の外出、交流をしている人もいる。一つの取組みだけでなく、他の取組みと一緒に考える方がいいと思う。
- ・運営する人や特定の人だけに負担がかかるとその人が病気をしたら、活動が止まりやすいので、気軽に、気楽に取り組んで続けられる必要があると思う。
- ・歩ける距離に通いの場所があることが理想だが、人が減って、高齢者が多くなって、歩いていける距離で集まることは現実的にできない。

グループワーク 記録

○グループ② 【通所付添サポート事業】

- ・地域ではボランティアの不足、高齢化が深刻。通所付添サポーター養成講習は年齢に上限（75歳）がある。取り組もうとしても難しい。
- ・ボランティアの送迎となると事故のリスク管理が心配。
- ・ボランティアを増やすための工夫はないか。企業・法人など活用できないか
- ・小さい車を増やせば運転がしやすくなるのでは？
- ・認知症カフェ、ミニデイ、地区社協との連携の話し合いの場を設けてみては？
- ・乗り合いタクシーなど送迎に柔軟性があるといい。