

2040年の社会のイメージ

2035年：85歳以上の高齢者が**1000万人**

多様化する家族と住まい方

介護は必要なくとも、生活のちょっとした**困りごと**を抱える**高齢者の増加**

個人を単位とした**仕組みへの再編**

人生**100年時代**の到来を知り、準備できる世代

家族介護を期待しない
できない時代

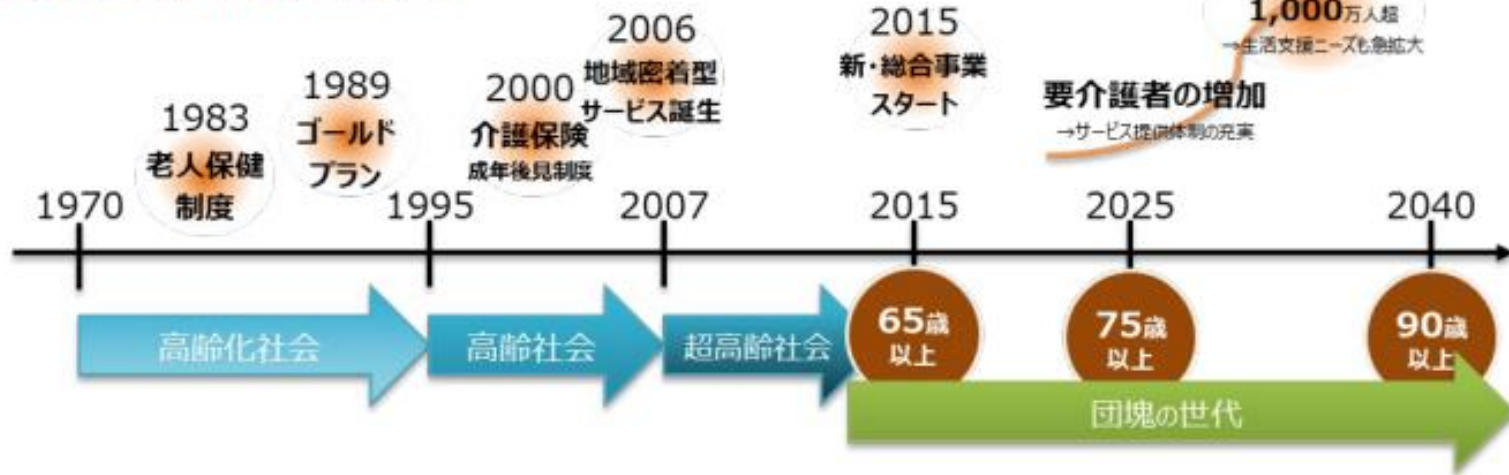
平均的な高齢者像では語れない
多様性と格差の時代

平均的な**地域自治**のイメージも
意味がなくなる

2040年：**団塊の世代**は**90歳**以上に

地域経営型自治を目指す方向も

2035
85歳以上高齢者が
1,000万人超
→生活支援ニーズも急拡大



諫早市における地域包括ケアの推進体制

諫早市地域包括ケア推進協議会【16名】

(地域包括ケアシステム構築のための有識者や関係機関、関係団体の代表者で構成)



地域
ケア
会議

在宅医療・
介護連携推進会議

【14名】

認知症対策
推進会議

【14名】

介護予防・日常
生活支援推進会議

【14名】

(市レベル)
—
(圏域レベル)

圏域別地域ケア会議 (中央部・北部・西部・南部・東部)

個別地域ケア会議 (中央部・北部・西部・南部・東部)



住民主体の活動組織 (自治会、民生委員等)

介護予防・日常生活支援推進事業の実施一覧

普及啓発

- 介護予防教室
- 短期集中予防サービス
- 介護予防と生活支援の「語るん場」
- 地域づくりフォーラム(パネル展)

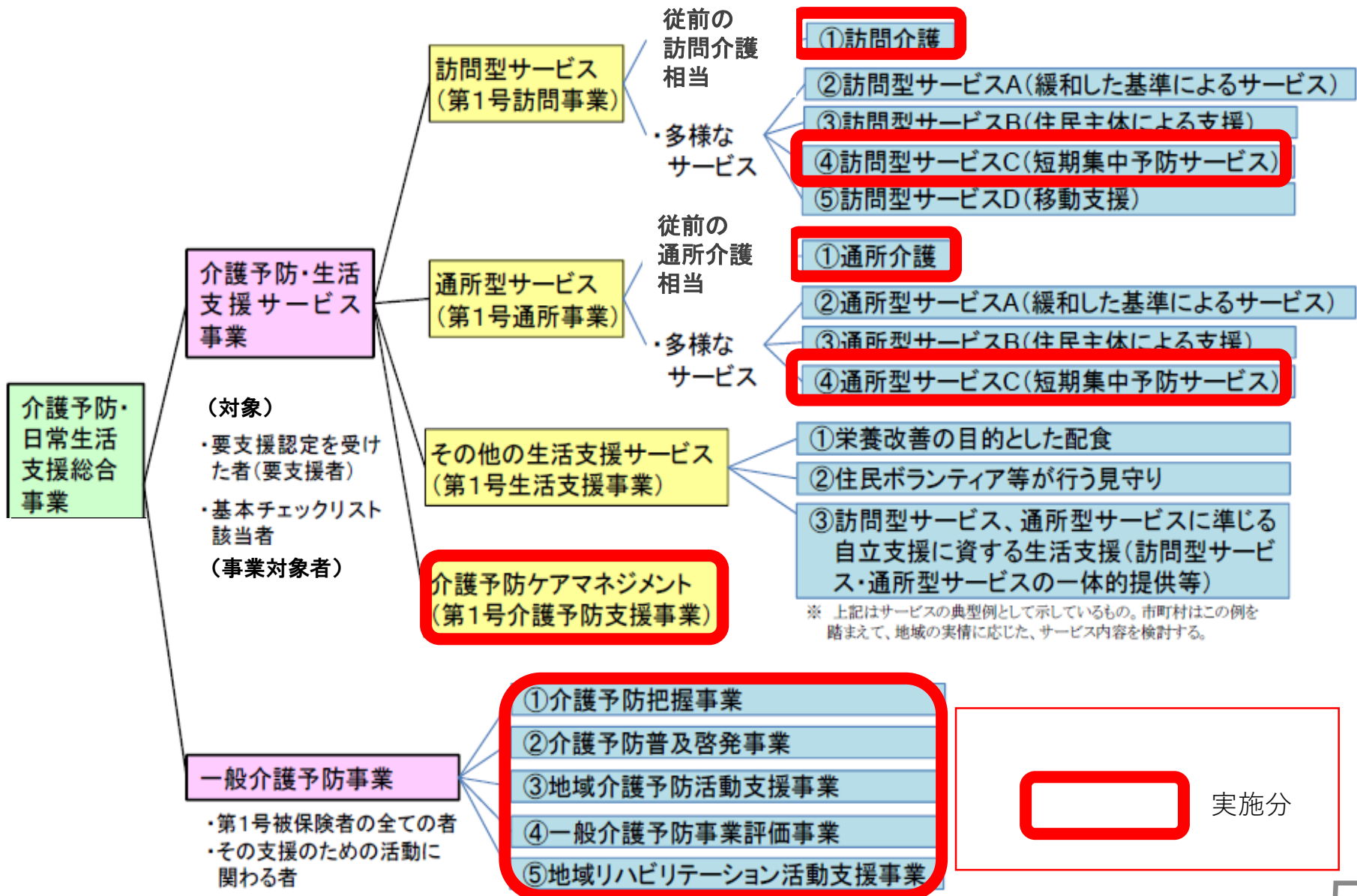
活動支援

- 若返り体操サークル
- ふれあいいいきいきサロン
- 体力測定及び評価分析
- 地域リハビリテーション活動支援

住民発信 支援

- 介護予防と生活支援の「語るん場」
- 地域づくりフォーラム(パネル展)

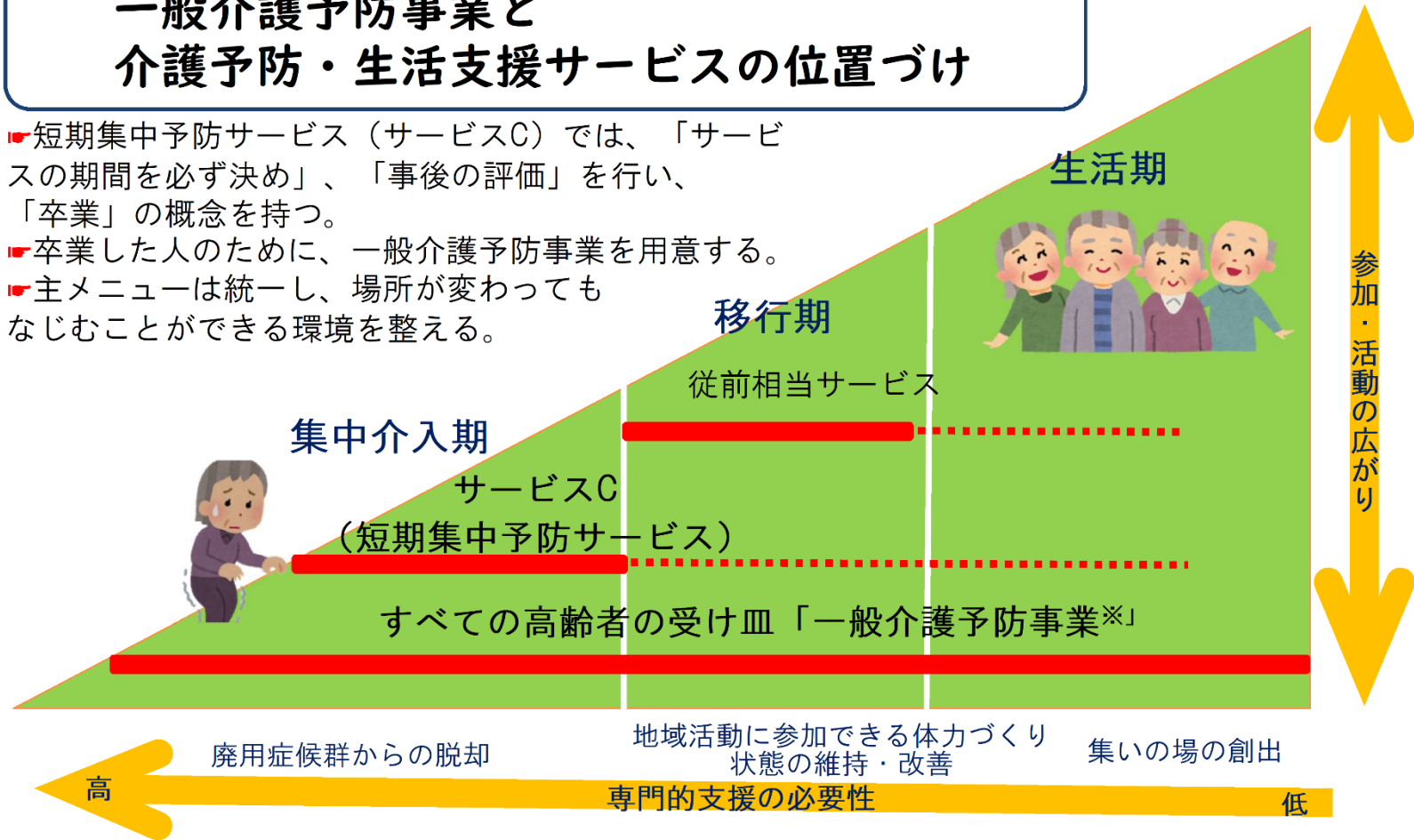
介護予防・日常生活支援総合事業の構成



諫早市の介護予防・日常生活支援総合事業の枠組み

一般介護予防事業と 介護予防・生活支援サービスの位置づけ

- 短期集中予防サービス（サービスC）では、「サービスの期間を必ず決め」、「事後の評価」を行い、「卒業」の概念を持つ。
- 卒業した人のために、一般介護予防事業を用意する。
- 主メニューは統一し、場所が変わってもなじむことができる環境を整える。



※一般介護予防事業の主な事業

- ①介護予防(活動)把握事業 ②介護予防普及啓発・リーダー育成事業 ③地域介護予防活動支援 ④一般介護予防事業評価事業 ⑤地域リハビリテーション活動支援事業

介護予防・日常生活支援総合事業の概要

介護予防・
生活支援サービス事業

介護予防普及啓発・
リーダー育成事業

地域介護予防活動支援事業

要支援認定者・事業対象者
(要ケアプラン)

全ての高齢者

期間限定・集中的な介入

市内各地で市主催にて毎月開催

地域での自主活動を応援

短期集中予防サービス

フレイル予防教室

サークル

- 通所型 (サービスC)
- 訪問型
- ・3～6か月の期間限定



- 【従前相当のサービス】
- 通所型 (デイサービス)
 - 訪問型 (ヘルパー)

【筋トレ】

【脳トレ】

【手ばかり栄養】

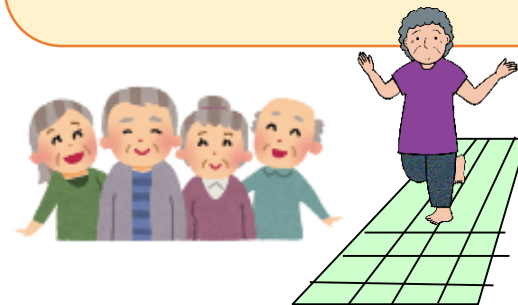
【口(くち)トレ】

若返り体操教室

・のんこの節にあわせたステップで体と脳が若返り！

【サロン・老人クラブ
趣味の会・新規立上】

- ・年2～3回専門職派遣
- ・月1回10分～15分程度



【若返り体操サークル】

- ・立ち上げ時に7回専門職派遣
- ・自主化後は月2回程度
90分の体操に取り組む

専門職の支援

介護予防と生活支援の「語らん場」が目指すもの



住み慣れた地域で自分らしく、
いつまでもいきいきと暮らせる地域づくり

地域住民の
《気付き》
《やる気》
を応援する

行政の役割

機会・場を提供

地域住民が一堂に会し顔の見える関係を築く

情報を提供

高齢者を取りまく状況をわかりやすく提供し、地域に必要な活動を産み出すきっかけを作る

介護予防施策に反映

語らん場の情報をもとに、地域住民が利用しやすい介護予防教室を組み立てる

好事例を市全域に広げる

各地域の取り組みが円滑に進められるよう横の繋がりを作る

「語らん場」は住民と共に地域の状況を共有する場



年をとっても、住み慣れた我が家で同じ年代を生活した隣人とつながってほしいなあ...

「わが町・わが地域」で必要な介護予防と生活支援

もともとあるもの

今なくて困っているもの

今後なくて困るもの

とても機能している

弱体化している

自分たちでつくる必要がある

市やコーディネーターに相談

継続必要

再構築

拡大

どんな方法が将来的に必要か

今、どんな手立てが必要か

どんな方法でつくるのか

連携

地域ケア圏域会議

在宅医療介護連携

認知症対策

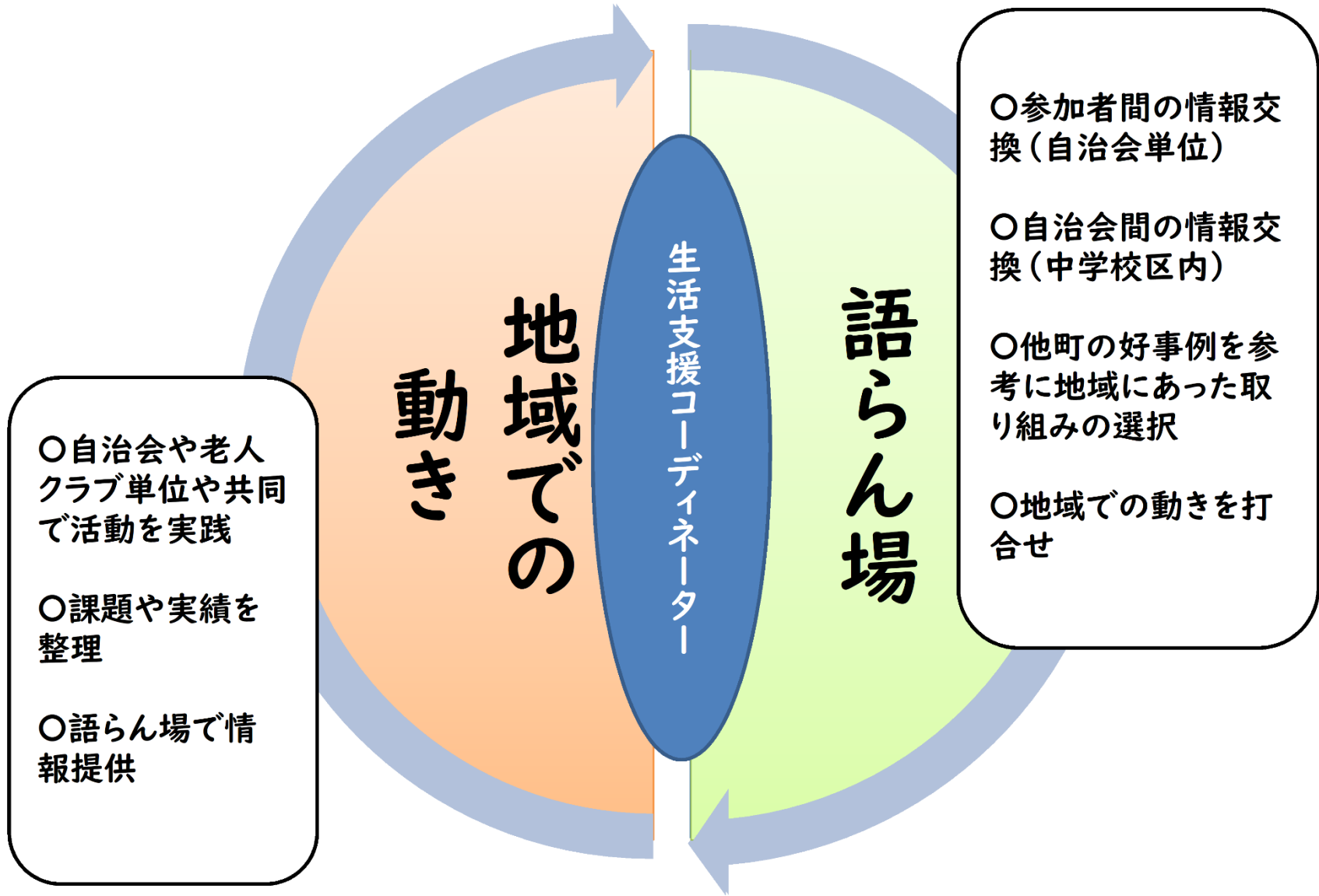
介護予防・日常生活支援

地域包括ケア推進協議会

情報共有・連携推進・協働推進

この部分を深めていくための語らん場

《語らん場》と《地域の動き》の循環



「語らん場」の実施経過

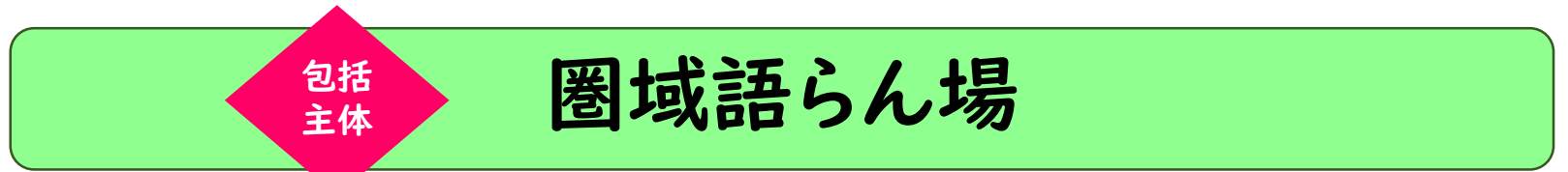
包括圏域	中央部		北部		西部			南部			東部										
	北諫早	中央	明峰	真城	西諫早	真津山	飯盛	多良見	小栗	小野	有喜	森山	長田	高来	小長井						
日常生活圏域	北諫早小校区	上諫早小校区	諫早小校区	上山小校区	御館山小校区	本野地区	真城中校区	西諫早小校区	真津山小校区	飯盛地域	多良見東地区	多良見中地区	多良見西地区	小栗地区	小野地区	有喜地区	森山地域	長田地区	高来地域	小長井地域	
地域福祉推進圏域	北小校区社協	上諫早地区社協	諫小地区社協	上山地区社協	御館山校区社協	本野地区社協	西諫早地区社協	西諫早小学校区社協	真津山小校区社協	飯盛地区社協	多良見東地区社協	喜々津地区社協	多良見西地区社協	小栗地区社協	小野地区社協	有喜地区社協	森山地区社協	長田地区社協	高来地区社協	小長井地区社協	
地区社協名																					
H28			○				○														○
H29	○					○				○					○	○				○	
H30	↓			○	○	↓				○	↓	↓		○	○	↓	↓		○	↓	↓
R1~	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	○	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓

開催回数
207回

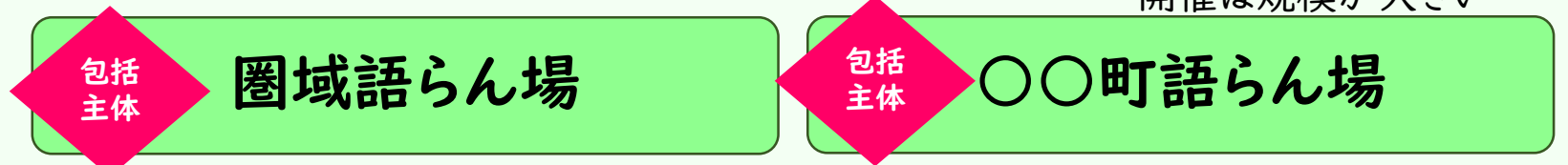
延べ
参加者数
6,282人

R5年1月末
現在
11

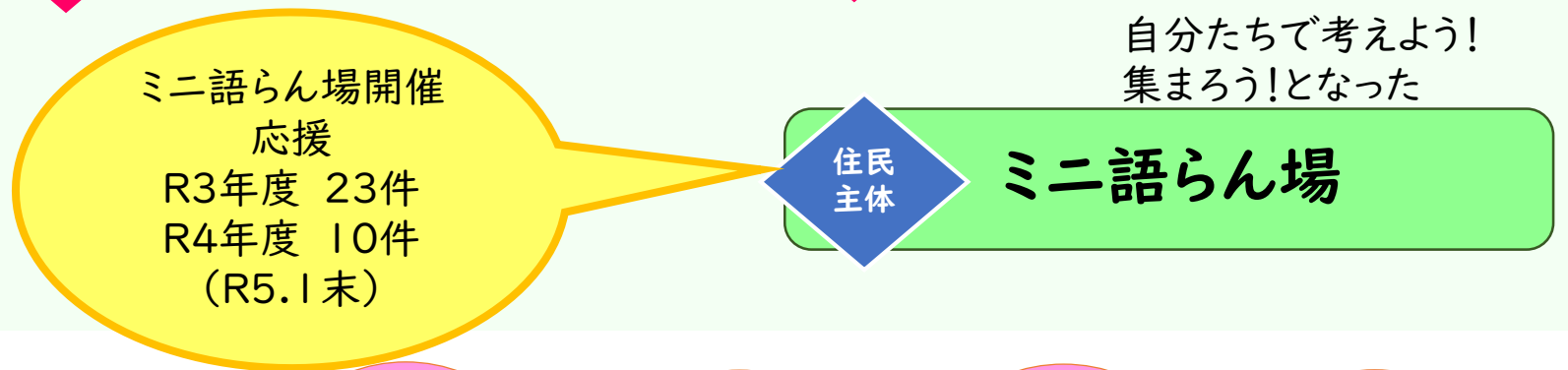
コロナ禍における「語らん場」の変化



コロナ禍で圏域単位での開催は規模が大きい



自分たちで考えよう！
集まろう!となった



- 介護予防活動の実践
- 集いの場づくり
- ゴミ捨て・買い物の手伝い
- 地域の実態把握
- お互い様の見守り



圏域語らん場・〇〇町語らん場で情報交換