

令和6年度 第2回 明石市地域総合支援センター運営協議会 要旨

日 時	2025 年（令和 7 年）1 月 31 日（金） 13：30～15：00
場 所	明石市医師会館 多目的ホール
出席者	委員 12 名 傍聴者 3 名

開会	
議事（１）指定介護予防支援等一部委託事業所について	
事務局（市）	資料１に沿って説明
質疑・意見	なし
議事（２）地域総合支援センター事業について	
① 魚住東中学校区まちなかゾーン会議の取組及び新々田自治会について	
② 早期に気づき相談しようプロジェクト	
藤原会長	すべての報告が終わってからご意見をいただく。
資料２に沿って２センターから説明	
委員	魚住東中学校区で開催されている男性向けの健康講座は非常に素晴らしい。どうしても男性は、女性よりも地域でのつながりが薄いと思うし、おそらく定年退職して地域から孤立しているパターンが多いと思われる。図書館へ行くと男性の高齢者の方が、一人で本を読んでいることが多いと思うので、こういう企画をいろんな地域でやっていただいたら、これをきっかけに、地域の行事に参加した時に、コミュニティに参加できるようになるのではないかなと思う。特によかったのはお酒を切り口としてテーマを設定したことで、いろんな所でこういうきっかけをやっていただけたらいい。
会長	今まで地域活動では、お酒やたばこ、麻雀等はちょっとタブー視されているところがあったが、それを突破してくれたのは、よかったと思う。みなさんからテーマを募って、お酒を切り口にして、しかも高年クラブの会長から酒造会社の人に講師に来てもらえるように手続きを取って、地域の方と一緒に作り上げていったというのは非常に良い。男性の高齢の方の孤立感は今後もまだまだ続いていくのではないかなという時に、何を切り口にするかが難しいが、14名、参加したというのは一定評価ができるのではないかなと思う。
委員	責任問題になったらイヤだとか考えると、自治会を動かすのは、すごく難しいと感じる。どのようにして、自治会をうまく動かされたのかをお聞きしたい。
事務局（センター）	自治会を動かすというのはおこがましい話になるが、担当コーディネーターが自治会の連絡会等、地域に出向く機会をかなり意識して、日頃から取り組んでいる。顔の見える関係づくりを丁寧に積み重ねていくことで、こちらの相談事も聞いていただけるネットワークが構築できたことにつけると考えている。
事務局（センター）	自治会長になられる方の熱意も年度毎に違う。意識しているのは、自治会長と話をする中でもここだと思った時に話を持って行くことで、一緒に動いてくださると感じている。また、自治会長と話をして

	いると、変わられた後も一緒に動いてくださることも多いので、繋がりやを絶やさずに作っておくことが重要だと感じている。
会長	地域総合支援センター全体としてもそうだが、コーディネーターが地域に出向いていける時間と力を割けるような雰囲気づくりをやっている。しかし、1人でできる範囲は限られているので、1つずつ細く長くつきあっていくというのがすごく大事になってくる。こうした事例を他のセンターやコーディネーターにも広げていっていただいて、こうした方が良いという方向性を示していくのはすごく大切になるのではないかなと思う。ここだと思ふ所がどこなのかを教えてほしいというのが、おそらく現場職員の要望だと思うが、感覚的な所があるので、今回はうまくいった事例ということで紹介いただいた。
委員	今回、フレイル予防の栄養に関して取り組まれたというのがすごくいいなと思った。病院でもそうだが、入院される高齢者の方はアルブミン値がかなり低い。治療はできるが、アルブミンが低いことによって予後が全く変わってくる。食事を摂っているからといっても簡単なものばかりだと、入院して治療後に栄養状態が改善するのはとても難しい。今回も特に料理や献立を考えるのが困る等、実際の意見を聞かれている。簡単に作ることができて高たんぱくな食事や、特に男性の方は、お酒のおつまみにちょっと栄養素を加えたものを摂る等、簡単にいいものを摂取できるような勉強会を開いていただくとよりいいかなと思う。残念ながら、治療ができて状態が悪くなるのは、元々の栄養状態が悪いことがすごく大きいので、こうした取り組みを今後も続けていただきたいと思う。
会長	自立支援とか社会参加というと外へ出ていくことを考えがちだが、出ていくためには体力が必要で、栄養がないと体力がつかない。栄養面とお酒等の趣味嗜好のものを合わせるというのはすごく重要なアイデアになるという話をいただいた。 続いて、ふたみ総合支援センターの実践報告については、意見・質問等、伺うがいかがか。
委員	『「認知症のおばあちゃんの希望をかなえるために」をテーマとして、子どもたちに自分たちができることを考え、発表してもらいました。』とあるが、子どもたちがどのように言葉を書いているのかをもう少し教えていただけたらと思う。
事務局(センター)	一番多かったのは、やさしく接するということと、怒らないということだった。教材で絵本を読んでいた時に、道で困っているおばあちゃんがいたら、声をかけてあげたい等の言葉もあった。
会長	子どもたちからこういう取り組みに接しておく等、硬い言い方をすれば啓発等になると思うが、ひとつの教育の機会として、子どもたちからしたら当たり前前にこういう取り組みと触れ合えるというのは非常に大切になるのではないかなと思う。
委員	高齢化率について、二見小学校区が前期高齢者と後期高齢者を合わせて30%と出ているが、高齢者人口が2227人とあるのはどういう形で出されたのか。高齢化率はもっと増加してくるのではないかな。様々

	なことを実践していてすごいと思うが、自治会といってもたくさんある。どんな自治会がどういう活動をなさったのか、回数や箇所数、活動がどのように影響があり、その後どうなったのかがわかりにくいので教えていただきたい。
事務局(センター)	データについて二見小学校区と二見西小学校区の高齢者人口が逆になっている。間違っているデータで申し訳ない。二見小学校区の高齢化率は30%で間違いない。昔から住んでいる方が多い地域なので二見で一番高齢化率が高くなっている。二見全域で昨年度、自治会や高年クラブ、厚生館等で健康教室を全部で10件実施した。主に介護保険の話等を骨密度測定を通じて、サテライト相談会を行っている。また、最近、ACPに関する講話も増えている。もしばなカードと呼ばれる、余命半年となった時に何を大切にしますかというカードゲームを使って、もしもの時にどうしたいかを考えていただいている。その時に、高齢者の方が一人で困らないようにということで、明石市にあるもしもの時の備えシートや緊急連絡板等、情報提供も一緒に行っている。二見北小学校区で福里自治会を対象としたのは、二見北小学校区で一番大きい自治会であり、センターからも一番遠い地域になる。センターにお越しいただくことが少し難しいと想定しており、福里の方に行っても、まだまだ地域総合支援センターとは何かと仰る方もいる。こちらから出向いて積極的に、高年クラブの会長と話をしながら、健康教室を行っており、大体年間2件くらい福里自治会からは講座の依頼をいただいている。
事務局(センター)	一番左が二見小学校区で、高齢化率が30%、真ん中が二見西小学校区で、高齢化率が21.5%、ともにグラフも誤りがあるので、また訂正したものを改めてお届けさせていただく。※資料訂正済
会長	センターを設置する時に、センターから離れた地域について、対応に差が出ないようにと私が言ったことを汲んでいただいたのかわからないが、センターの認知度を上げることを含めて、ある種のアウトリーチをしている実践事例として健康教室をしているという事例だったのではないかと思います。
会長	今の発表のトレンドかもしれないが、データを使って説明を行う際に、データは読み方によって違う捉え方ができてしまうので、気をつけないといけない。今回の2つのセンターに限らず、これからデータを使って説明する際は、データと実践が一致するという所をピックアップしないといけない。例えば、うおずみ総合支援センターの総合相談の集計グラフの場合、新々田地区が2023年度1件と件数だけでみるとすごく低いですが、一方で世帯数が40である。他の地区の世帯数やこの1件がどれだけ重いのかかわからないが、データの関連性を精査して考えたり、割合で見ないといけない。相談件数が上がるということは困っている人が増えているということなので、新々田地区の1件が多いと捉えるか、少ないと捉えるかでアプローチが変わってくる。件数で見ることの大切さはあるが、データを使う上で、見方に注意しないといけない。根拠とかエビデンスとか様々な言葉をみなさんよく

	ご存じだと思うが、根拠やエビデンスが数字として落とし込まれていく場合、気を付けておかないといけない。ふたみについては、資料最後のページの「生きるとは・・・」というところがすごく大切ではないかと思っている。病気を治すことがその人にとって幸せな場合もあれば、その人自身をしんどくするケースが出てくる。その人にとって、幸せに生きるとはどういうことなのかを考えた上で支援をしていかないといけない。よくあるのが、ヘビースモーカーの人が体調を崩した場合、専門職が煙草をやめないとだめだという話をする。でも、この人からたばこを取ったら、この人の生きがいを奪いかねないことになる。すごくお酒をたしなむ方が体調を崩された場合、このお酒の量が多いとなった時に、減らしたり、やめないといけないということになると、この人の楽しみを取ってはいけなくなる。生きるとはという所で、本人にとって幸せな生き方を今一度ふり返っていただきながら、センターひとりひとりの職員が大切にしている一方で、これからも大切に続けてほしいかなと思う。地域で活動していると、孤独死や孤立死を防ぎたいという思いがある一方で、本人にとって幸せな生き方を考えなければならないケースというのは当然ある。その時に、孤独死や孤立死を防ぐことの大切さとその人自身が今の状態、高齢者の一人暮らしを考えた時に、この（独居の）まま亡くなったときに孤独死や孤立死になり得ることを考えていく必要がある。酒やたばこを嗜好する独居高齢者に関わるケースが出てきた時に、このまま酒やたばこを続けると孤独死や孤立死に繋がることを言わないといけないかもしれない。本人がそれでもこのまま酒やたばこを続けて孤独死や孤立死になってもいいということが起こり得る。その時に、もしもを起こさないだけでなく、もしもが起こった時に本人が納得するかをこれからも大切にしていきたい。そのために ACP を活用するという観点で進めていただければと思う。
委員	地域総合支援センターは、かなり障害者の方と関わってもらっていますが、集計に出ていないので、何らかの形で記録が必要かなと思っています。2024 年明石市人口が約 306,000 人で、そのうち身体障害者手帳（療育手帳含む）保有者は約 18,000 人。施設に入ったり、寝たきりの人を入れればかなりの人数になる。それをセンターで賄うのはマンパワー的に難しい。高齢者の居場所も必要だが、障害者の居場所も考えてほしい。障害者は一歩踏み入れられない、情報が入らないという点がある。丁寧に対応していただいているが、さらにもう一歩障害者についてもよろしくお願いします。
会長	障害者かつ高齢者という属性は増えているので、集計の難しさもまた出てくると思われる。地域総合支援センターとうたっているので、65 歳未満の障害者の方の対応もこれから出てくる。地域づくりで高齢者の介護予防と障害者でバランスを見ながら進めていく。障害者の方が、こうした取り組みで関わってくれましたというのがもしあれば、運営協議会でぜひ報告していただけるとありがたい。

委員	母が3週間ぐらい体調を崩したことがあった。私は普段働いているため対応できないことから父が対応する。父は元気で、買物とかできるが、ごはんを用意しない。スーパーとかコンビニに行けば食材を見ているから知っているけれども、作り方がわからないから結局買わない。本人がどこまでできるかなと思ってしばらく放っていたんですけど、ごはんと自分の好きなおかずと卵をかけて食べている。ご飯を作れるようになりたいという意識はあるけど実際出来ないということがすごく多い。出来合いを活用して食事を用意できるような取り組みがあれば家族の者としては非常にありがたい。
事務局(センター)	この講座では実際料理を作ったわけではない。管理栄養士からレシピの紹介を参加した男性の年齢層は大体70～80代。
会長	今、コンビニはすごく便利である。お金はかかるが、そういったもので栄養をどれだけ補えるのかという所も、生きる知恵として、コンビニも兼ねてもらえると。
委員	ふたみ総合支援センターの報告で、介護保険の要支援認定申請の相談方法は来所相談が75%とある。色々な地域総合支援センターがある中で、来所の相談はこの地域総合支援センターもこのくらい多いのか。地域総合支援センターで受けている相談は全体的に増えているのかとか、地域的に東部が高めであるとか傾向がわかれば教えていただきたい。
事務局(センター)	具体的な数字は持ち合わせていないが、市の方の介護機関の認定調査員も不足していると聞いており、要支援の認定申請について、包括支援センターでも手一杯になっている。確実に申請の方も認定の方も数字としては増えていっている。
会長	来所の75%は多いのか？
事務局(センター)	具体的な数字はわからないが、センターの位置にもよるかと思う。
事務局(センター)	ふたみ総合支援センターは、ふれあいプラザあかしにしが拠点であり、様々な取組を行っている。例えば、健康教室に来られた方が、終了後に「ちょっとええか」という形で来られ、最近介護保険が気になってという話をされる。そういう話の中から相談になるケースが結構あると思われる。また、余暇生活として集まる場になっている方々が、そういえば介護保険を使うかどうかわからないけど、申請しておきたいみたいなことで相談される場面もわりと多いと思う。
会長	立地やセンターが入っている建物の特性も兼ねてですかね。
その他、事務局(市)からの連絡	
閉会	