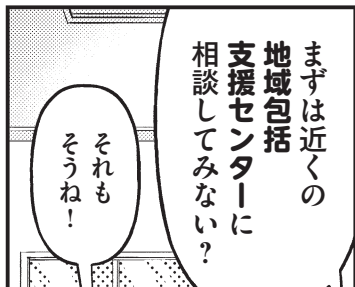




名前は聞いたことがあるけど具体的ななにをやっている所なの？



まずは近くの地域包括支援センターに相談してみない？

それもそうね！



パンフレットを持ってきたからこれで説明するわね

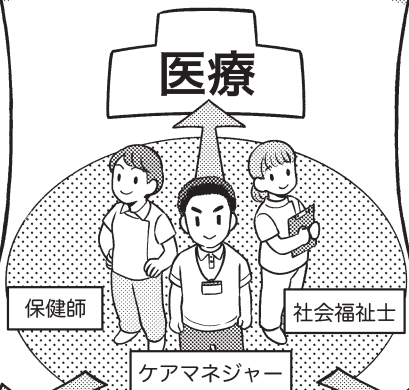
ガサツ



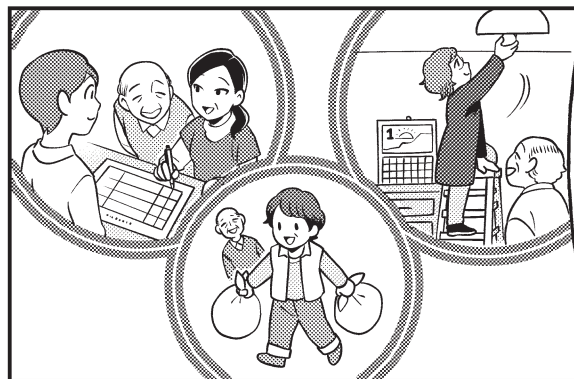
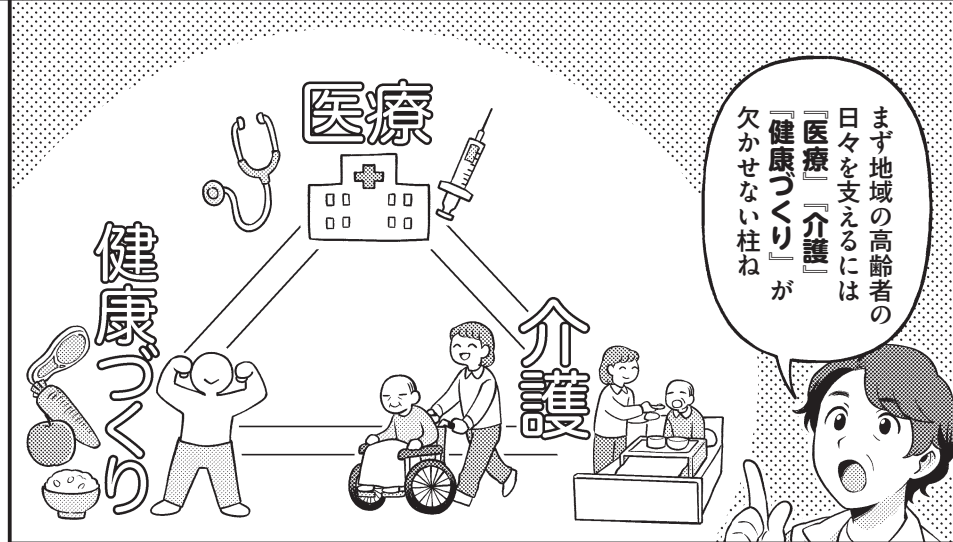
まとめて……ぞうだー！



地域包括支援センターは高齢者の暮らしを地域でサポートするための拠点として自治体などが設置しているのよ



保健師やケアマネージャー、社会福祉士（ソーシャルワーカー）などがいて、介護だけでなく医療や保健など様々な領域の関係機関と連携して高齢者の生活課題に対応してくれる機関なの



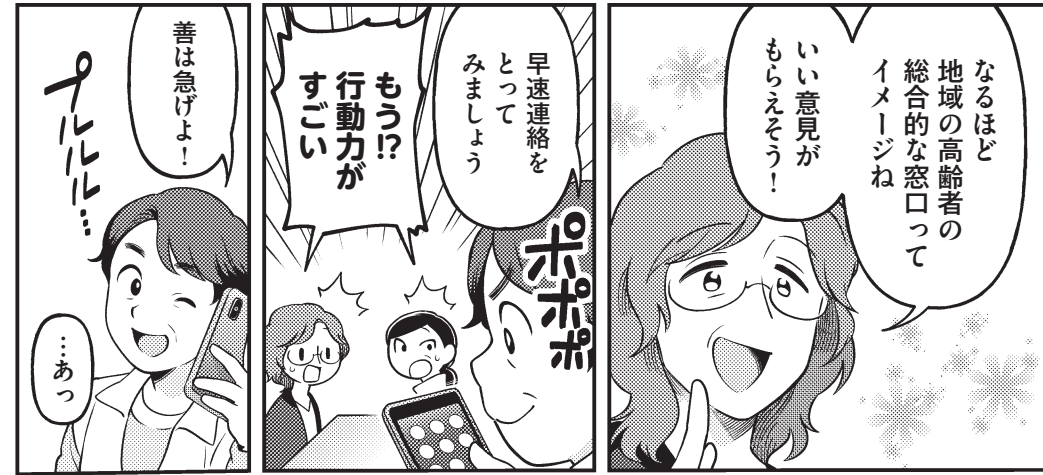
ぞうね
病院の付き添い、買い物、移動支援、見守り、ゴミ出し、電球の取り替え、役場の手続きなんかの日々の支援はスマイル・ホームのような地域での支え合いが大きなカギになっていると思うわ



互助を手厚くするにはご近所付き合いの他に町内会・老人クラブ・社協なんかがあるけどそれではできないところまでケアしていきたいわよね

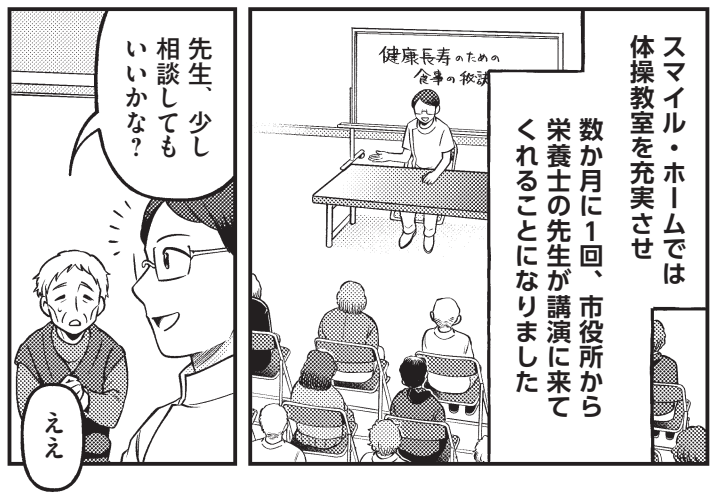
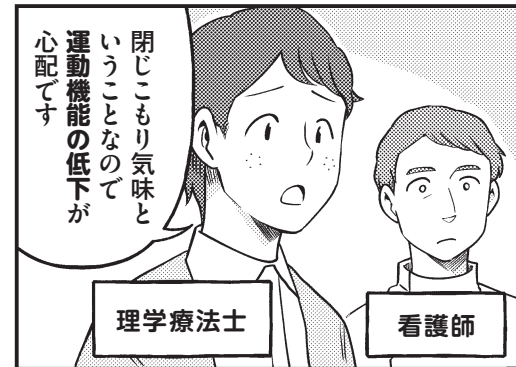
それが目下の課題ね深山さんのように奥様を亡くされて生活していくのが大変な人もおられるし

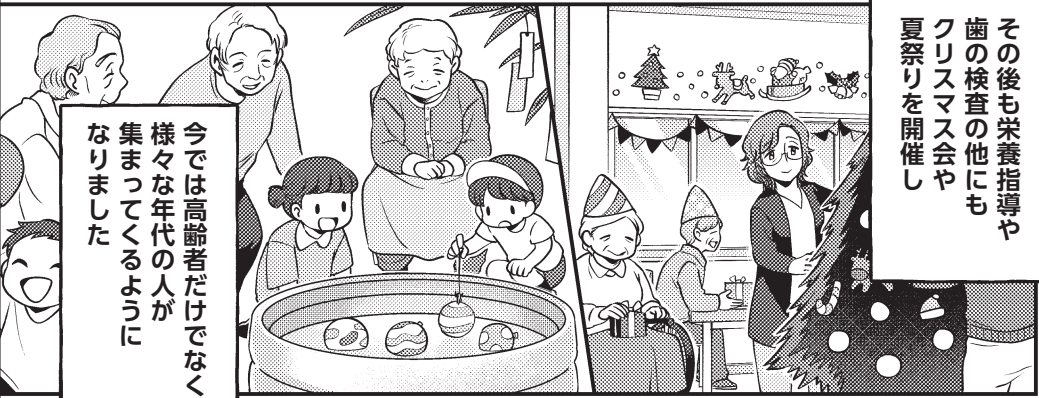
病院に行くほどじゃなくても普段の食事やお口の悩みを持つている人もいたりするわ





*フレイル…加齢により心身が老い衰えた状態





その後も栄養指導や
歯の検査の他にも
クリスマス会や
夏祭りを開催し

今では高齢者だけでなく
様々な年代の人が
集まってくるように
なりました



以前メタボに気をつける
ように言われてから
お肉なんかを食べないように
してるんだけど
最近元気が出ない気がして…

それはいけませんね
粗食になってしまうと
栄養素が摂れず骨密度や
筋肉量が減ったりするなど
体にもいろんな弊害が
ありますからね

年齢にあわせて食事の
摂り方も工夫が必要です
ちなみに朝食は
毎日食べていますか？



佐藤さん
ちよつといい
かしら？

どうしました
山田さん？

あなたたちを見ていたら
自分にも手伝えることが
あるんじゃないかと
思ったの

誰もがいずれ
人の助けが
必要になるんだから
体が動くうちに
できることをしたいのよ



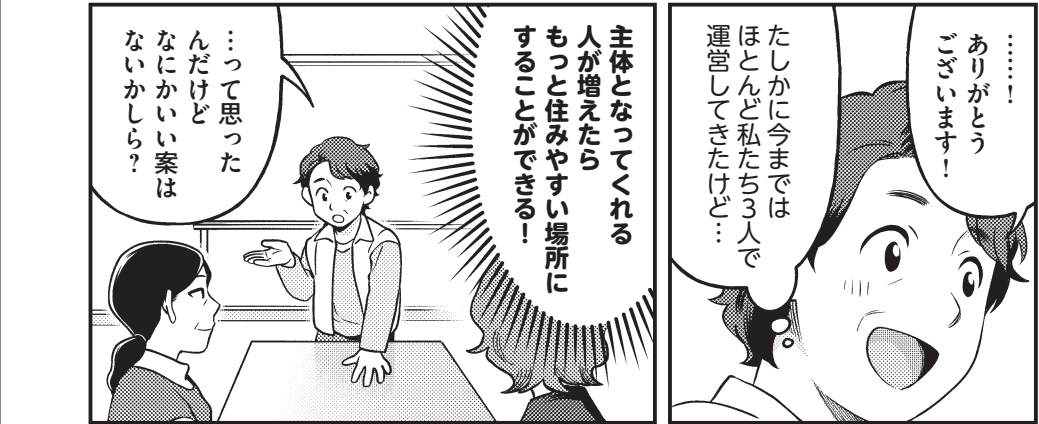
いやあ…
なにを作るか考えるのも
調理するのも
億劫になる時があるので
バナナなんかで済ます
ときもあります

一度歯科の検査も
受けることを
オススメします
歯が健康な状態であれば
食べる楽しみも
出てくると思いますよ

そうだ、手軽で
栄養バランスもいい
献立をいくつか
お教えしますね

それは助かるわ
ありがとう

なるほど…
たしかにバナナは
やわらかくて
食べやすい
ですもんね



……！
ありがとう
ございます！

たしかに今までは
ほとんど私たち3人で
運営してきたけど…

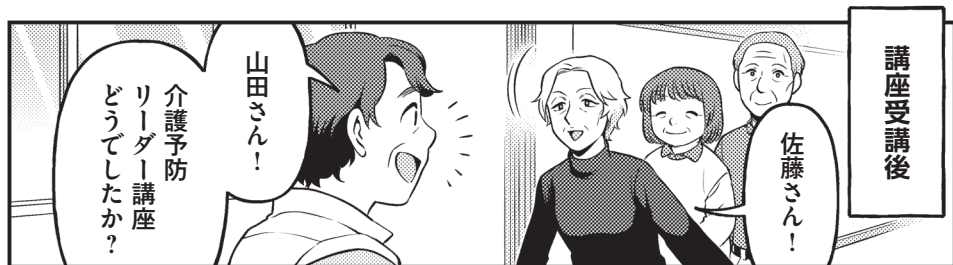
主体となってくれる
人が増えたら
もっと住みやすい場所に
することができる！

……って思った
んだけど
なにかいい案は
ないかしら？



さすが
専門職の方は
アドバイスが
的確ね！

思いきって
相談して
よかった



講座受講後

佐藤さん！

山田さん！

介護予防
リーダー講座
どうでしたか？



佐藤さんに
声をかけてもらって
受講してみたけど
講座を通して
新しい仲間ができて
うれしかったわ

わかるわかる！
それに
講座終盤になると
自分の住んでる
街にたいして
興味が出てきたわ

それは
ボクもですよ
今まで仕事ばかりで
地域のことは
妻に任せっきりでしたが
色んな社会背景が
他人事ではなく自分事に
なってきたことに
驚きました

健康への関心が高まって
自分にながでできるのか
考えるようになりました



講座に参加したこと
色々な気づき
あったんですね

そう
なんです！

今までは高齢者は
『支えられる側』だと
思っていたんですが

『支える側』にもなれると
わかったことが
一番うれしかったです

まだまだ自分も
やれるんだ！
ってね

介護予防 リーダーとは？

高齢者を中心とした
サロンなどの交流の場で
運動とレクリエーションを
通して、介護予防の普及・
啓発活動をしていく
ボランティアのこと

介護予防サポーターとは
身体などを通して、地域の健康づくりをお手伝いし、
地域を元気にする人です。
健康づくり・地域づくりに関心のある人はぜひご参加
ください。地域も自分も元気になる素敵な活動を
一緒に楽しみましょう！

令和3年3月 4月5,6,12,19,20日
午後10時-4時
会場：市立老人福祉センター
運動公園 3階 500m
内容：口腔ケア・栄養指導など、介護予防
啓発つくりに関する研修(講話と実習を主)

ならこの間
市役所でチラシを
もらってきたんだけど
地域の介護予防の
リーダー育成の講座を
受けてきてもらうのは
どうかしら？

座学

こうして
数名の利用者さんが
12時間(4~6日)の
座学と実習の講座を
受けてきてくれました

へえ
そんなのあるんだ！
自分の介護予防の
知識にもつながるし
それを他の人にも
伝えてくれれば
地域の健康寿命も
アップしそうね

体力測定

いいわね！
早速興味があるって
言ってきた人に
声をかけてみるわ

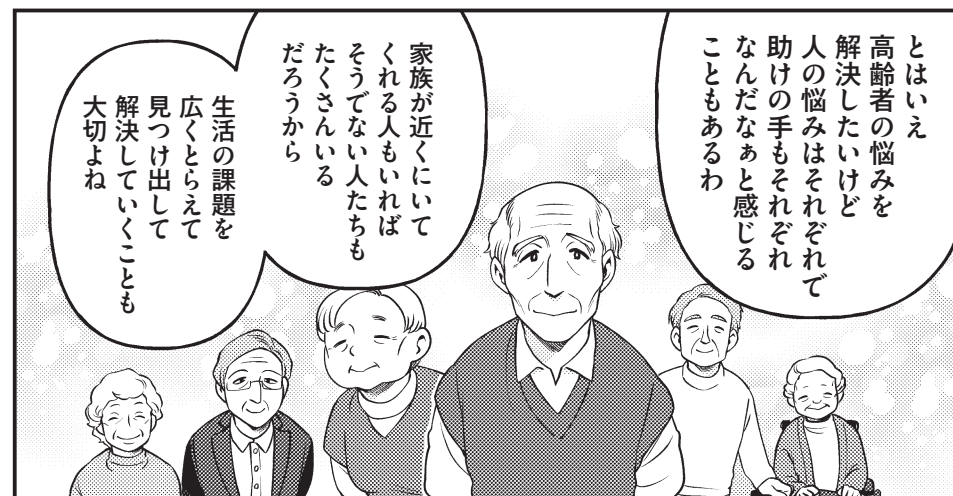
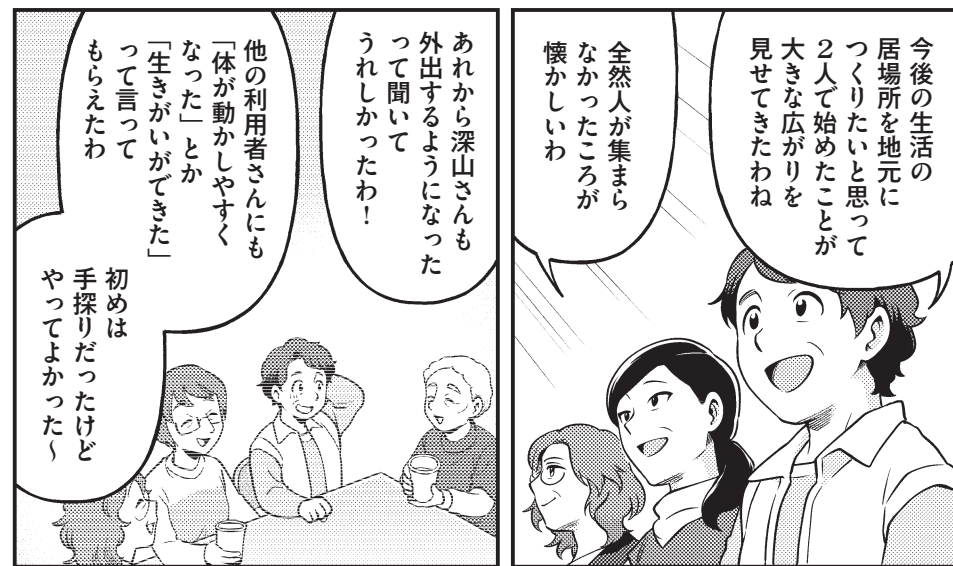
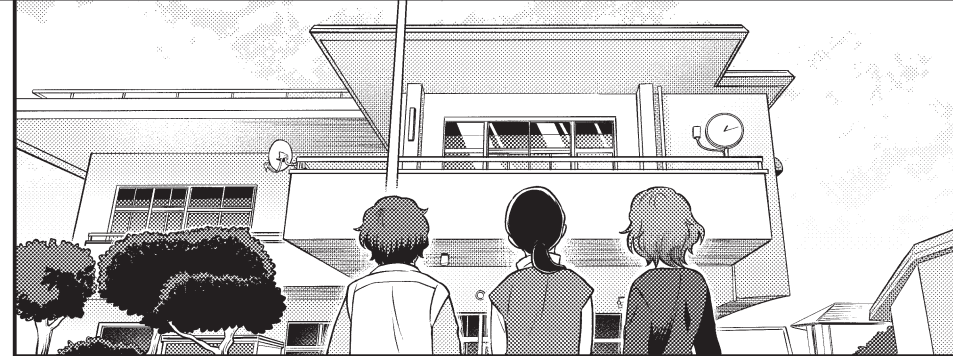
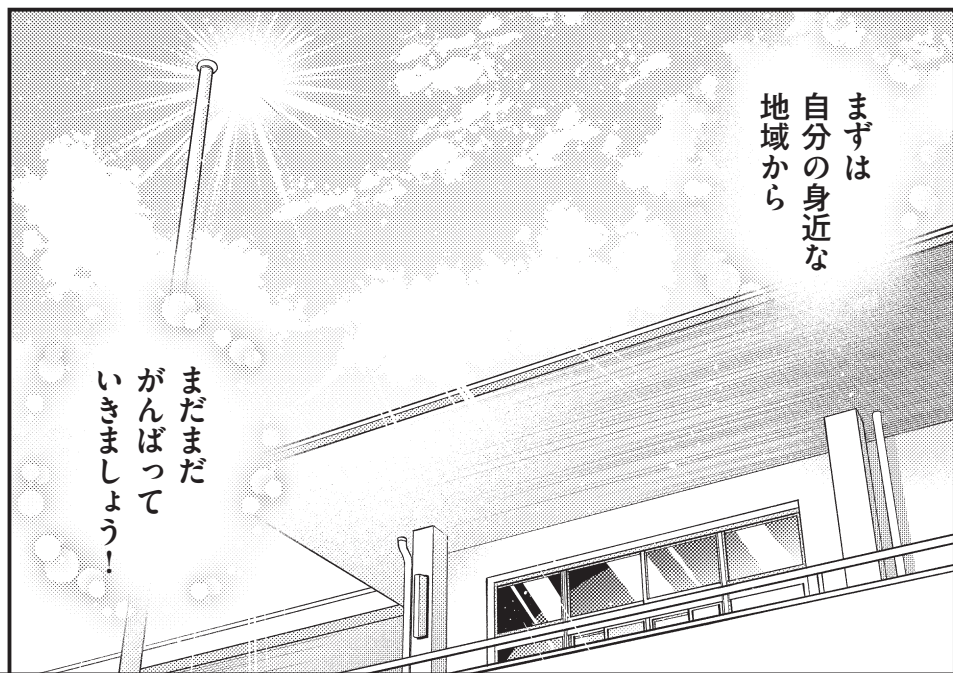
次の日

山田さん
じつはこういう
講座があるん
ですけど
いかがですか？

へえ、ありがとう
行ってみるわ

体操の実践

体力測定





新しい地域支援事業の全体像

(厚生労働省 HP より)

改正されて
より地域の支え合いと
公的な支援が
協同していくのね



改正前

改正後

財源構成

国	25%
都道府県	12.5%
市町村	12.5%
1号保険料	22%
2号保険料	28%

財源構成

国	39%
都道府県	19.5%
市町村	19.5%
1号保険料	22%

介護給付 (要介護 1~5)

介護予防給付
(要支援 1~2)

訪問看護、福祉用具等

訪問介護、通所介護

地域支援事業

介護予防事業

又は介護予防・日常生活支援総合事業

■二次予防事業 ■一次予防事業

介護予防・日常生活支援総合事業の場合は、上記の他、生活支援サービスを含む要支援者向け事業、介護予防支援事業。

包括的支援事業

■地域包括支援センターの運営

- 介護予防ケアマネジメント ○総合相談支援業務
- 権利擁護業務 ○ケアマネジメント支援

任意事業

■介護給付費適正化事業 ■家族介護支援事業
■その他の事業

改正前と同様

介護給付 (要介護 1~5)

改正前と同様

介護予防給付 (要支援 1~2)

事業に移行

地域支援事業

介護予防・日常生活支援総合事業

(要支援 1~2、それ以外の者)

■介護予防・生活支援サービス事業

- 訪問型サービス ○通所型サービス ○生活支援サービス (配食等) ○介護予防支援事業 (ケアマネジメント)

■一般介護予防事業

多様化

全市町村で実施

包括的支援事業

■地域包括支援センターの運営

左記に加え、地域ケア会議の充実

■在宅医療・介護連携推進事業

■認知症総合支援事業

認知症初期集中支援事業、認知症地域支援・ケア向上事業等

■生活支援体制整備事業

コーディネーターの配置、協議体の設置等

充実

任意事業

■介護給付費適正化事業 ■家族介護支援事業 ■その他の事業

支え合い活動の充実のために



【生活支援コーディネーター】

高齢者の生活支援・介護予防サービスの提供体制を構築するため、地域に不足するサービスの創出や担い手の養成、ネットワークづくり等を推進するコーディネーターです。市町村が、第1層：市町村区域、第2層：中学校区域に配置します。

【協議体】

多様な介護予防・生活支援サービスを提供する主体や生活支援コーディネーター等が参画し、情報提供及び連携・協働による地域資源の開発等を推進するための場として、中核となるネットワークです。

【地域ケア会議】

地域包括支援センター等が主催し、医療、介護等の多職種が協働して高齢者の個別課題の解決、個別ケースの課題分析等を重ね、地域の課題を明確化し、資源開発や地域づくり、政策形成につなげます。個別課題の解決等を図る「地域ケア個別会議」と、市町村レベルで地域づくり・資源開発等を行う「地域ケア推進会議」が行われています。

新型コロナウイルス感染症について

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止を図りつつ、高齢者の方々が居宅においても健康を維持するため、また、安心して通いの場の活動を続けていただくための情報をお知らせしています。

新型コロナウイルス感染症への対応について（高齢者の皆さまへ）（厚生労働省HP）

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/kaigo_koureiisha/yobou/index_00013.html

きょうとお達者体操（介護予防体操）—健康長寿のために—（京都府HP）

<http://www.pref.kyoto.jp/kaigo/1196300653582.html>

京都市介護予防総合プログラム構築事業（京都地域包括ケア推進機構HP）

<https://www.kyoto-houkatucare.org/kaigo-yobou-manual/>

京都市介護予防総合プログラム—おてがる編—（同上）

<https://www.kyoto-houkatucare.org/kaigo-yobou-manual/preventive-care-easy/>



介護予防・日常生活支援総合事業 （新しい総合事業）の構成

1 介護予防・生活支援サービス事業（サービス事業）（指針の第2）

○対象者は、制度改正前の要支援者に相当する者。

1. 要支援認定を受けた者
2. 基本チェックリスト該当者（事業対象者）

訪問型サービス	要支援者等に対し、掃除、洗濯等の日常生活上の支援を提供
通所型サービス	要支援者等に対し、機能訓練や集いの場など日常生活上の支援を提供
その他の生活支援サービス	要支援者等に対し、栄養改善を目的とした配食や一人暮らし高齢者等への見守りを提供
介護予防ケアマネジメント	要支援者等に対し、総合事業によるサービス等が適切に提供できるようケアマネジメント

●事業対象者は、要支援者に相当する状態等の者を想定。 ●基本チェックリストは、支援が必要だと市町村や地域包括支援センターに相談に来た者に対して、簡便にサービスにつなぐためのもの。 ●予防給付に残る介護予防訪問看護、介護予防福祉用具貸与等を利用する場合は、要支援認定を受ける必要がある。

2 一般介護予防事業（指針の第3）

○対象者は、第1号被保険者の全ての者及びその支援のための活動に関わる者。

介護予防把握事業	収集した情報等の活用により、閉じこもり等の何らかの支援を要する者を把握し、介護予防活動へつなげる
介護予防普及啓発事業	介護予防活動の普及・啓発を行う
地域介護予防活動支援事業	住民主体の介護予防活動の育成・支援を行う
一般介護予防事業評価事業	介護保険事業計画に定める目標値の達成状況等を検証し、一般介護予防事業の評価を行う
地域リハビリテーション活動支援事業	介護予防の取組を機能強化するため、通所、訪問、地域ケア会議、住民主体の通いの場等へのリハビリ専門職等による助言等を実施

注「指針」：「介護予防・日常生活支援総合事業の適切かつ有効な実施を図るための指針（平成27.3.31厚生労働省告示第196号）」

支え合いの地域づくり

2021年3月 第1版第1刷発行

発行：京都府健康福祉部 高齢者支援課 介護予防・認定係

〒602-8570 京都市上京区下立売通新町西入 京都府庁

TEL：075-414-4570 FAX：075-414-4572

マンガ作画：濱田咲乃

制作・編集：京都精華大学（京都国際マンガミュージアム）事業推進室

※本冊子は京都府と京都精華大学との包括協定のもと制作しました。

※本書の無断複製・転写・転載などは著作権法上での例外を除き、お断り申し上げます。

©京都府2021

