

別記様式（第4条関係）

会 議 録

会 議 の 名 称	令和5年度第1回宍粟市高齢者福祉計画及び介護保険事業計画推進委員会	
開 催 日 時	令和5年6月29日（木）午後1時30分～午後3時30分	
開 催 場 所	宍粟市役所 庁議室	
議長（委員長・会長） 氏 名	稲用委員長 森田副委員長	
委 員 氏 名	(出席者) 10名 稲用委員 森田委員 山中委員 縣委員 東委員 黒田委員 大坪委員 檀山委員 岡西委員 鳥居委員 (欠席者) 2名	
ア ド バ イ ザ ー	(欠席)	
事 務 局 氏 名	健康福祉部長 健康福祉部次長 健康福祉部次長（地域医療担当） 福祉相談課長 福祉相談課副課長 福祉相談課係長 地域包括支援係長 高年福祉課長 介護福祉係長	
策定支援業務受託業者	(株) ジャパンインターナショナル総合研究所	
傍 聴 人 数	なし	
会議の公開・非公開の 区分および非公開の 理 由	公開・非公開	(非公開の理由)
決 定 事 項 に つ い て	(議題及び決定事項) 1 宍粟市高齢者福祉計画及び第9期宍粟市介護保険事業計画策定方針 2 計画策定スケジュールについて 3 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査の結果報告について 4 在宅介護実態調査の結果報告について 5 計画骨子（案）について	
会 議 経 過	別紙のとおり	
会 議 資 料 等	別紙のとおり	

(会議の経過)

発言者	議題・発言内容
健康福祉部長	1 開会
事務局	2 あいさつ
委員長	3 委員の紹介、委嘱状の交付 (宍粟市高齢者福祉計画及び介護保険事業計画推進委員会条例第5条による委員長、副委員長選出を依頼) 委員長に稲用委員を選出 副委員長に森田委員を選出 (あいさつ)
委員長	4 議 題 それでは議題に入ります。 宍粟市高齢者福祉計画及び第9期宍粟市介護保険事業計画策定方針、計画策定スケジュールについて事務局より説明ください。
事務局	〈計画策定方針を「資料1」により説明〉 〈計画策定スケジュールを「資料2」により説明〉 本計画策定委員会においては、本日を含め、9月、10月、11月、2月に開催を計画しておりますので、ご協力をお願いします。
委員長	計画策定方針、スケジュールについて異議はありませんか。 (異議なし)
委員長	次に介護予防・日常生活圏域ニーズ調査の結果報告について、事務局より説明ください。
事務局	介護予防・日常生活圏域ニーズ調査の結果については、事前資料として送付させていただいているところではありますが、調査結果からの考察を主に報告させていただきます。 〈調査概要、調査結果からの考察と関連する調査結果内容を「資料3」により説明〉 〈調査結果による健康リスク別の判定状況を前回の計画策定調査時の

	<p>調査結果との比較について「資料5」により説明)</p> <p>比較する中で、大きくリスクが下がった傾向は見られませんが、調査項目にもありました「いきいき百歳体操教室」へ通われている方はどういった結果が現れているのかを、参加頻度と階段の昇降、椅子からの立ち上がり等動作との関係を集計しておりますので、資料4より説明させていただきます。</p> <p>宍粟市では平成26年1月から「いきいき百歳体操教室」を進めています。令和5年3月末時点で市内には120箇所の教室が開かれている状況です。今回の調査回答者の中で、通われている方と運動機能等の関係についてピックアップし集計しておりますので、その結果を報告します。</p> <p>〈資料4より説明〉</p> <p>今回の調査で、教室に通われている方と運動機能を示す項目とのクロス集計をした結果においては、その効果が数値に現れているかについては難しいところであります。</p> <p>ただ、教室に通われている方のアンケート回答では、通うだけで良い運動になる、身近なところで集まれるところが良い、教室の後のお喋りも楽しみ、みんなと会うことで元気がもらえるなど心の面での効果があるように感じます。</p>
委員長	<p>ご意見、ご質問はありませんか。</p>
	<p>各圏域での考察がありますが、いかがでしょうか。</p>
委員	<p>一宮圏域の考察にもありますが、私の周囲でも後期高齢者となる75歳を超えられても元気な方が多いように感じております。調査結果にもあるように「近隣（ご近所づきあい）」が活発で、「週4日以上仕事へ参加」されている方が多い傾向もわかる気がします。</p>
委員長	<p>地域づくりの観点や相談支援体制をテーマとして、調査結果から民生委員・児童委員の活動、その効果が示されているのがいかがか。</p>
委員	<p>民生委員においては、主に75歳以上の方へ声かけ等をしているところですが、その方々からお話を聞く中では、大きな支援を求めているわけではなく、声をかけてくれる、気にかけてくれているなど、小さな思いやりに感謝をいただいているところです。民生委員の皆さまには、大きなことはできなくても小さなことを積み重ねていくことを心掛けてい</p>

	<p>くことが大切であると話しております。</p> <p>また、声かけをする中で困ったことがあれば行政へ連絡、連携し迅速な対応を心掛けています。</p>
副委員長	<p>資料4のクロス集計において、いきいき百歳体操への参加が週4回以上との回答があるが、教室をそれだけ開催されているのですか。</p>
事務局	<p>教室については、週1回から2回を推奨しているところです。回答項目は国が示している内容を調査項目として活用しておりますが、4回以上と回答いただいた方の中にはミニデイサービスやデイサービスなどでされた体操の回数を含め回答された可能性はあります。</p>
副委員長	<p>いきいき百歳体操へ参加している方の概ねが週1回かと思います。機能訓練の視点で見た場合、週1回の機能訓練で足りるのかなと思うところもあり、これを日常へつなげていくことがポイントかと思えます。百歳体操をきっかけとして日常へつなげていくという捉え方についてはどうでしょうか。</p>
事務局	<p>筋力アップを考えると週2回が効果的との見解もありますが、週2回の開催はなかなか難しく、筋力アップまでつながっているかといえれば難しいところもある現状です。ただ、教室が「楽しみ」というご意見も多く、「行く場所がある」、「顔が見られる」、「誰かとつながり合える」、「支え合える」、「地域づくり」といった場所にもなっており、精神面での効果も大きいと感じています。この精神面での効果も合わせ、教室に通うことで筋力のアップにつなげていければとは考えています。</p>
副委員長	<p>精神的な面も理解できますが、分析では運動機能とつながっているので、そこを考えるのであれば日常生活につなげていくような取組、プログラムの見直しも必要なのではと思ったところです。</p> <p>もう一点、考察「地域づくり活動等への参加促進」の中で、「是非参加したい・参加してもよい」が55.6%であるが、「参加につながっていない」要因として、世話役になるのが不安ということが示されています。要因はそれだけなのか少し疑問に思うので、説明をお願いしたい。</p>
事務局	<p>いきいき百歳体操だけにに関する回答だけではなく、スポーツ、老人クラブ、自治会活動なども含めたアンケートの中での考察として行うところでもあります。いきいき百歳体操をみると、世話役さんが入院した場</p>

副委員長	<p>合には、代理の方が開催されるのではなく休止される教室があります。老人クラブにおいても担い手がなく、解散しているクラブもあります。様々な相談を受けるなかで、世話役というのが負担となっている現状はあります。活動の継続を考えた場合に、世話役の負担の軽減、参加者での助け合いなどが必要になると考えています。</p> <p>例えば、世話役の負担が軽減されれば、参加をしたいという意向の方は参加されるのでしょうか。考察にもう少し補足が必要ではないでしょうか。</p>
事務局	<p>ご意見のとおり、例えば、「会場が自分には少し遠く行きにくい」といった考察も必要かとは考えましたが、他の調査項目において、外出や公共交通に関する項目もあるので、この考察の視点としては、いきいき百歳体操に参加し続けるためには、教室が存続し続けることが大切であると思います。では、存続し続けるためには何が必要かと考えた時に、世話役の負担というものが浮き上がってきます。体操教室の立上げに行政が携わってくれるのであれば始めようかな、でも行政が離れたら困るという意見もあり、考察に示しているところです。ご意見いただいた内容については、他の調査項目で補っているところもあり、確認しながら見ていただければと思います。</p>
副委員長	<p>ここだけの文章を見れば、考察が足りないように感じたところです。考察したことに対する対策がポイントになるのかなと思いますので、意見を述べさせていただきました。</p>
委員長	<p>意見のあった部分の考察内容については、市の方で再度検討いただきたいと思います。他に意見はありませんか。</p> <p style="text-align: center;">(意見なし)</p>
委員長	<p>次に在宅介護実態調査の結果について、事務局より説明ください。</p>
事務局	<p>〈調査概要、調査結果からの考察と関連する調査結果内容を「資料6」により説明〉</p>
委員長	<p>在宅介護実態調査の結果、考察についてご意見ありませんか。</p>

委員	<p>調査結果からの考察にもありますが、認知症の症状に対する対策は重要だと考えます。初期、中期等それぞれの症状があるかと思えます。普段は大丈夫であっても何かの拍子に症状がでることもあるかと思えます。認知症の症状に対してどう対応したらよいのか。勉強会、講演会にも参加して学んでいますが、地域共生社会を考えた場合には、まず初めに地域の皆さんが認知症についてよく理解していただくことがポイントになると思えます。そのため、先日も地域包括センターが開催された「認知症の理解と予防」の講演会などをできるだけ開催していただき、学べる機会を広げてほしいと考えます。</p>
委員長	<p>地域全体で理解していくことが重要であるというご意見ですが、市の考え方はどうですか。</p>
事務局	<p>認知症になると全てのことが出来ないということではなく、出来ること、支えがあれば出来ることなどが沢山あり、理解を深めるための啓発は重要と考えます。</p> <p>啓発活動においては、講演会の開催もありますが、相談を受けたり、身近なところでは健康教育やいきいき百歳体操のミニ講座を活用して啓発しているところであり、引き続き取り組んでまいりたいと考えます。</p> <p>また、認知症を正しく理解して、本人や家族を支援する認知症サポーター養成講座も実施しています。令和2年からの3年間はコロナ禍において活動しにくい状況でありましたが、コロナ禍前は年間で20講座500人程が養成講座を受けており、本年度においては警察署からも講座の相談を受けているところです。</p> <p>これからも様々な活動を通して、啓発に取り組んでいきたいと考えます。</p> <p>また、予防の観点からは早期発見に努めているところです。令和2年度からは特定健診の会場で70歳から74歳の方に対して、兵庫県版認知症チェックリストを用いて認知症予防健診をしております。毎年1300人程の方が受けられていますが、その中で社会機能、生活機能が低下しているような方があれば、主治医の先生や認知症初期支援チームにつなぎ対応をしているところもあります。</p> <p>認知症の予防は、「認知症にならない」という意味ではなく、「認知症になるのを遅らせる」、「認知症になっても進行を緩やかにする」とことと捉えています。そのため、早期発見の取組も進めていきたいと考えます。</p>

委員長	<p>様々な取組をしていただく中で、更に踏み込んで何かをするというのは非常に難しいことかと思いますが、引き続き知恵を出し合いながら取り組んでいただきたいと思います。</p> <p>他に意見はありませんか。</p> <p>(意見なし)</p>
委員長	次に計画骨子案について、事務局より説明ください。
事務局	〈計画骨子案を「資料7」、「資料8」、「資料9」により説明〉
委員長	<p>計画骨子案、基本理念「つながり、支え合い」、基本目標などについて、ご意見はありませんか。様々な方と接する機会も多いかと思いますが、その中で感じることも含めご意見をいただければと思います。</p>
委員	<p>基本目標2にある「閉じこもり・・・」に関することで感じていることがあるのですが、例えばデイケアに通うことが必要ではと思っても、本人が行かないと言い出すとなかなか難しい状況になることもあり、誰か近くに背中を押してあげる方がいればと感じることがあります。基本理念にある「つながって」は、そんな時に背中を押してあげられるようなシステムづくりができればと感じています。</p>
委員	<p>基本理念、目標にはいろいろ掲げてはあるものの現実の介護の面では難しいことが多々あるかと思っています。周りの方が気を付けて協力していく、例えば普段家に居られるのは高齢者が多いかと思いますが、お互いが声かけし合うような生活をしていくと、地域とつながり、協力し合える環境が整ってくるのかと感じます。</p>
委員長	<p>協力するためには自分自身が元気でいなければいけなし、協力を受ける方も健康、体力を保つためのある程度の努力が垣間見れば、協力は易い環境もできるのかと思いますが、本日の資料がその参考となりましたでしょうか。</p> <p>例えば、調査結果資料の椅子からの立ち上がりについての設問があるが、これはどの程度の足の力の弱さを表しているのかイメージできるでしょうか。調査内容から自ら何も持たずに両足で立ち上がれないという回答は、既に医療が必要、病院へ行って医療的治療を受ける必要</p>

	<p>があるほど弱っている方を示すものと考えます。この設問の次には 15 分歩けるかどうかを問う調査内容となっており、医療的治療を要する方と 15 分以上歩ける方に関し、並んで報告されていることに違和感を覚えます。</p> <p>また、階段の昇降ができますかの設問においては、自宅の幅員が狭い階段部分での昇降はあるかとは思いますが、外での経験はどうか。生活環境上、都市部ではそういう機会が多いかと思いますが、市内では市役所などに行ってしか経験する機会も少ないと考えます。</p> <p>資料 4 の内容を見た時に、この内容だけでフレイル予防が必要かどうかの判断をすることは適切でないように感じるがどうでしょうか。</p>
事務局	<p>例えば 40 c m の椅子からの立上りができないということで筋力の低下がうかがえ、医療の必要性の指標にならないかというご意見も伺っているところですが、介護予防・日常生活支援総合事業に取り組む中で、アセスメントの項目にも同様の項目があり、活用しながらプラン作成に役立てているところではあります。</p> <p>ただ、全ての方々にこの内容を実施するのかというところがあり、いきいき百歳体操の会場や軽度者への評価には活用しているところではあります。</p>
副委員長	<p>早期フレイルの発見、対応が必要ということにつながってくるのかと思いますが、介護予防日常生活圏域ニーズ調査報告からの考察にある健康づくり活動や趣味等のグループ活動等に参加の意向が高い中で、参加につながっていない結果となっています。関心を持つ方をどのように参加へ促せられるのか、いきいき百歳体操であれば週 1 回参加者のさらなるフレイル予防をどうするのかを考えた場合、インセンティブとして、例えば体操カードのようなものを発行して、今日は何々を何回したようなスタンプを押印することで、体操へ行くなかでモチベーションとなり、日常へつなげるような何かを考案をできないかと思うのですが。</p> <p>介護保険事業だけで予防は困難かと思しますので、共助の体制でいかに予防するかが大切かと思えます。いきいき百歳体操は、参加者の心、気持ちの面でのサポートにもなっていることは事務局からの説明でも分かりましたが、運動機能のフレイル予防という点に着目した継続的な予防活動という点で、週 2 回が効果的であるならば、自宅での取組につなげるインセンティブなど改善の余地があるように思います。</p>

事務局	<p>いきいき百歳体操については、少し補足説明させていただきます。国においては財政的インセンティブを示しているところであり、市においてはご意見をいただきましたように手帳を作成し、参加すればスタンプを押印、スタンプは1回50円、一教室50,000円を上限とするインセンティブにも取り組んでいるところです。貯められたポイントは、会場代や光熱水費、参加者での楽しみごとに充てられたりしています。また、手帳には体操での取組内容も記載できるようになっており、ご意見にあったことも記入できるようになっております。平成26年から取り組んでいる事業ではありますが、ここまで広がってきた事業であり、色々なご意見を賜りながら、推進していきたいと思っております。</p> <p>また、調査結果にもあるのですが、外出しない理由に足腰の痛みという回答が多いのですが、男性の方では楽しみがないからと回答される方も多くなっています。いきいき百歳体操に参加されている方からは「何をしても続かないが、これだけは続くんや」というご意見をいただくこともあります。集う場所がある、声をかけ合える、支え合える、楽しみができるといった環境ができれば、継続につながってくるのかなと感じているところでもあります。継続や参加につながるご意見をいただければ、今後の活動に役立てていきたいと思っております。</p>
委員長	<p>リハビリ、いきいき百歳体操に関わらず体を動かすことが楽しいと感じて初めて筋力も付いてくるし、生活機能の向上にもつながってくるのかなと思っております。まず参加をしてもらい、体を動かして楽しさを感じてもらえるよう今後の活動にも努力をお願いしたいと考えます。</p> <p>他にご意見ありませんか。</p>
委員	<p>資料5の今回の調査結果を見るといきいき百歳体操の効果が前回と比べると低くなったように感じます。やはりコロナ禍が高齢者に与える影響が大きかったのではないかと感じているところです。</p> <p>また、考察にもありますが山崎圏域と北部圏域では、地域性が見えてきたのではないかと考えます。地域特性を骨子案にも反映させていただければと思います。アンケートで見えてきた数字をもとにその地域についての特性を考察し、それに応じた解決策を検討しなければならないように思います。大きな計画は具体性が見えにくくなるのですが、みんな身近なところがきちんと施策に反映されているかを気にしています。例えば、北部では、老人クラブやふれあい喫茶などの世話役について、前期高齢者が減少に向かう今、そこを担う世代の負担感は大きく</p>

	<p>なっているように感じますので、具体的な支援策を考える必要があるように思います。</p> <p>そこで、次回本委員会までをお願いしたいこととしまして、地域ケア個別会議、自立支援サポート会議などの事例から見えてきた課題を市は掴んでいると思いますので、この会議で示していただきたい。</p> <p>また、認知症初期集中支援チームも、相談が多いケースの傾向を把握していると思いますので、併せて提供していただきたいと思います。それらの傾向から見えてきたものが当市の認知症対策の課題解決につながっていくものだと思いますので、そこから認知症施策を検討し、骨子案に示すことが必要かと思えます。</p> <p>コロナ禍でのいきいき百歳体操の取組について、説明させていただきます。新型コロナウイルス感染症対策の方針の中で、集っての活動は自粛していたところではありますが、しそチャンネルでの「コマちゃん体操」のお知らせや家庭での体操を啓発、推進はしてきたところです。</p> <p>しかしながら、やはり一人、自宅での継続は難しかったようで、再開に向けてアンケートをしたところ、みんなの顔が見たかった、会わなかったら寂しかった、お喋りしたかったというご意見も多く、教室での開催の意味を考えさせられたところでもあります。</p> <p>また、地域ケア個別会議、自立支援サポート会議内容におけるご意見をいただきましたが、地域ケア推進会議ではどういった宍粟市であれば良いのかを協議しているところもありますので、地域課題も含め資料を考えていきたいと思えます。</p> <p>認知症施策に対するご意見もいただきましたが、併せて資料を示せるよう考えたいと思えます。</p>
事務局	
委員長	<p>その他にご意見はありませんか。</p> <p>他にご意見等がないようでしたら、閉会の挨拶にうつります。</p> <p style="text-align: center;">(意見なし)</p>
副委員長	<p>5 閉会 (15 : 30)</p> <p>(閉会あいさつ)</p>