

知立市
Chiryu city

知立市
Chiryu city

知立市
Chiryu city

知立市
Chiryu city

資料2-3

くまち、
んなの
りゅう

輝くまち、
みんなの
ちりゅう

輝くまち、
みんなの
ちりゅう

生活支援コーディネーター・協議体につ いて

輝くまち、
みんなの
ちりゅう

輝くまち、
みんなの
ちりゅう

知立市
Chiryu city

知立市
Chiryu city

知立市
Chiryu city

知立市
Chiryu city

輝くまち、
みんなの
ちりゅう

輝くまち、
みんなの
ちりゅう

ちりゅう

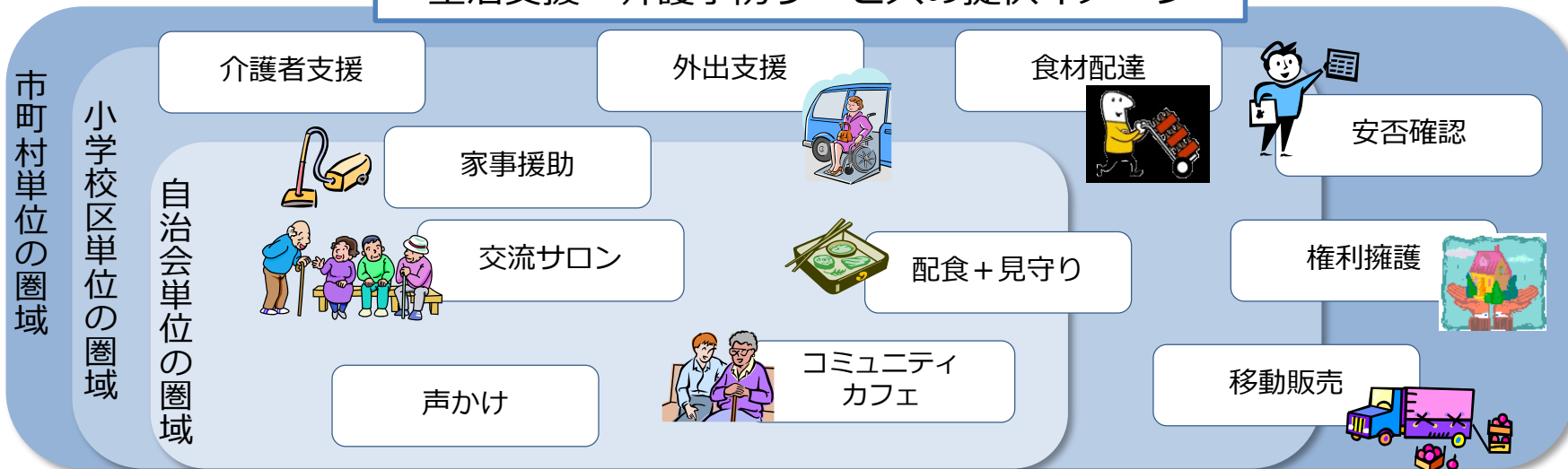
知立市役所・長寿介護課
地域支援係

多様な主体による生活支援・介護予防サービスの重層的な提供

○高齢者の在宅生活を支えるため、ボランティア、NPO、民間企業、社会福祉法人、協同組合等の多様な事業主体による重層的な生活支援・介護予防サービスの提供体制の構築を目指す

- ・介護支援ボランティアポイント等を組み込んだ地域の自助・互助の体制づくり
- ・「生活支援コーディネーター（地域支え合い推進員）」の配置や協議体の設置

生活支援・介護予防サービスの提供イメージ



事業主体

民間企業

N P O

協同組合

社会福祉法人

ボランティア

等

バックアップ

市を核とした支援体制の充実・強化（コーディネーターの配置、協議体の設置等を通じた住民ニーズとサービス資源のマッチング、情報集約等）

➡ 民間とも協働して支援体制を構築

生活支援・介護予防の体制整備におけるコーディネーター・協議体の役割

(1) 生活支援コーディネーター（地域支え合い推進員）の配置 ⇒多様な主体による多様な取組のコーディネート機能を担い、一体的な活動を推進。コーディネート機能は、以下のA～Cの機能があるが、当面AとBの機能を中心に充実。

(A) 資源開発	(B) ネットワーク構築	(C) ニーズと取組のマッチング
○ 地域に不足するサービスの創出 ○ サービスの担い手の養成 ○ 元気な高齢者などが担い手として活動する場の確保 など	○ 関係者間の情報共有 ○ サービス提供主体間の連携の体制づくり など	○ 地域の支援ニーズとサービス提供主体の活動をマッチング など

エリアとしては、第1層の市町村区域、第2層の日常生活圏域（中学校区域等）があり、平成26年度は第1層、平成29年度までの間に第2層の充実を目指す。

- ① 第1層 市町村区域で、主に資源開発（不足するサービスや担い手の創出・養成、活動する場の確保）中心
- ② 第2層 日常生活圏域（中学校区域等）で、第1層の機能の下で具体的な活動を展開

※ コーディネート機能には、第3層として、個々の生活支援・介護予防サービスの事業主体で、利用者と提供者をマッチングする機能があるが、これは本事業の対象外



(2) 協議体の設置 ⇒多様な関係主体間の定期的な情報共有及び連携・協働による取組を推進

生活支援・介護予防サービスの多様な関係主体の参画例

NPO

民間企業

協同組合

ボランティア

社会福祉法人

等

※1 コーディネーターの職種や配置場所については、一律には限定せず、地域の実情に応じて多様な主体が活用できる仕組みとする予定であるが、市や地域包括支援センターと連携しながら活動することが重要

実際の事例

○短期集中リハビリ(サービスC)卒業からまちかど運動教室に繋がったケース

経 緯: サービスC卒業時の訪問の際にSCも同席。

新林町のまちかど運動教室を紹介

支援方法: 本人の自宅からまちかどの会場まで一緒に歩いていくことを提案。

SCが同行して家からまちかどまで一緒に歩く。

→本人が自分で歩いて行けることを実感。

そ の 後: 一人で通うことが出来ている。

生活支援コーディネーターにご相談ください

○介護保険外サービス等の生活支援や社会参加の場の情報がほしい時は、各圏域の生活支援コーディネーターに連絡ください。

一覧は「知立市高齢者活動ささえあいガイド」でも確認できます

「知立市高齢者活動ささえあいガイド」(知立市ホームページ)

https://www.city.chiryu.aichi.jp/kenko_fukushi/korei/1543558589379.html

○本人が望む生活の中で、諦めてしまっていることがありましたらご相談ください。

地域住民やボランティア、民間サービス等と生活支援コーディネーターが繋げることで引き続きやれる・参加できる、新しく始めることができるものもあるかもしれません。

くまち、
んなの
りゅう



輝くまち、
みんなの
ちりゅう



輝くまち、
みんなの
ちりゅう



介護予防の取組について

Chiryu city

Chiryu city

Chiryu city

Chiryu city

Chiryu city



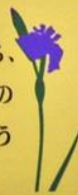
輝くまち、
みんなの
ちりゅう



輝くまち、
みんなの
ちりゅう



くまち、
んなの
ちりゅう



輝くまち、
みんなの
ちりゅう

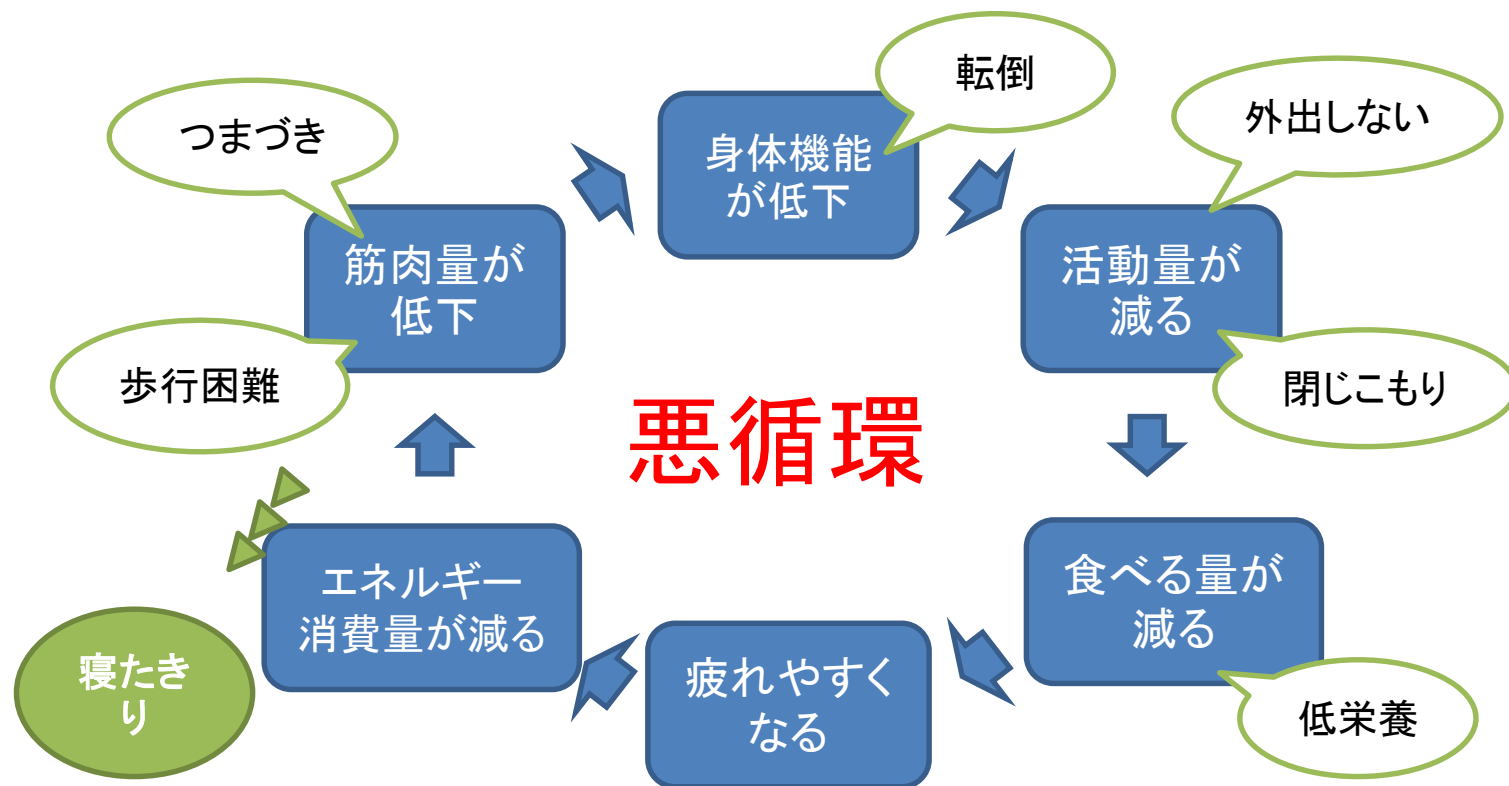


輝くまち、
みんなの
ちりゅう



体重減少や筋力低下などの身体的な衰えの結果、日常生活が制限されるようになると、精神の活動能力も発揮しにくくなる可能性があります。

身体機能も精神機能も使わないと衰えるという点は共通しており、それらが社会的な孤立につながることもあります。



やるっ
ぴ！
シニア元
氣塾

健やかプ
ログラム

運動機能、筋肉の維持・
向上
口腔機能の維持・向上
栄養改善
認知症予防
生きがいづくり

健康づくり事
業

まちかど
運動教室

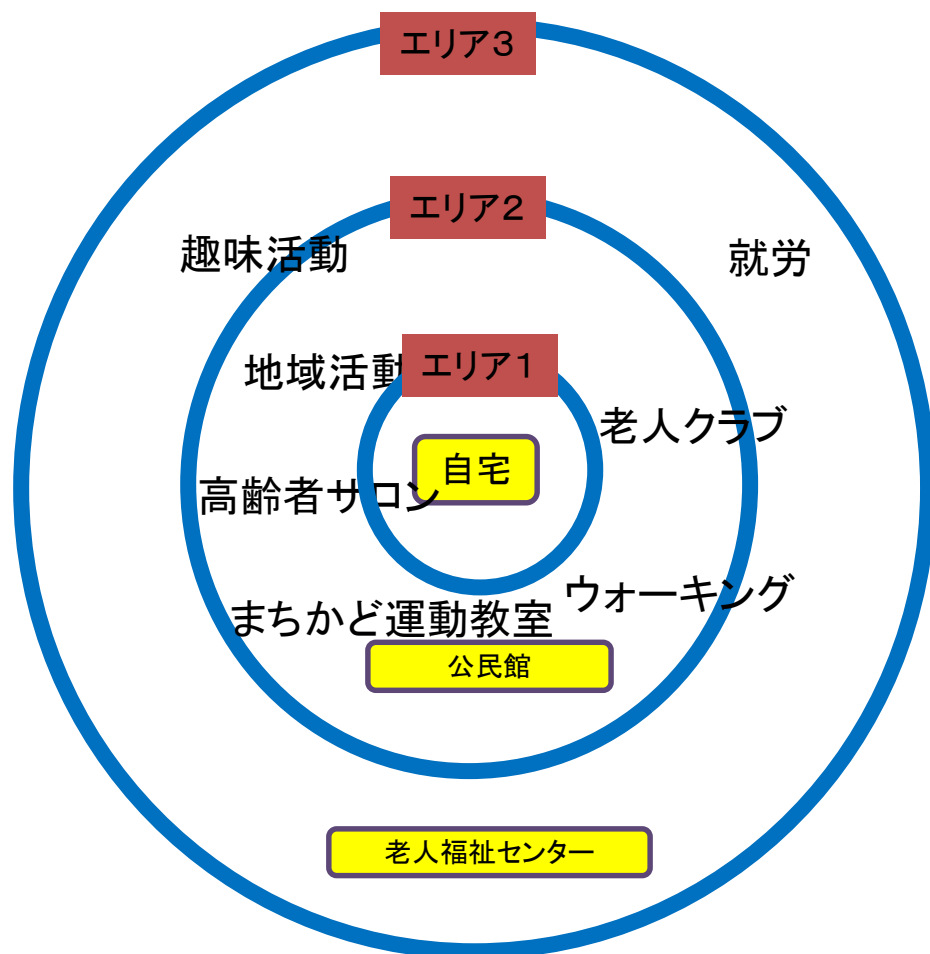
高齢者サ
ロン

目的

介護予防

介護予防拠点の位置づけ

距離ごとに分けて施策を展開していく



エリア1 自宅でできる健康づくり

オンラインまちかど運動教室
家でできる体操メニュー
新健やかプログラム

エリア2 地域でできる健康づくり

歩いて通える場の充実とリハビリ専門職の関与の推進

エリア3 出かけて行う健康づくり

- ・老人福祉センターを介護予防の拠点にしていくために各種体操以外に、測定会、健康相談、教養講座（口腔ケア、栄養、薬の飲み方、スマホ、終活）
- ・シニア元気塾（口腔・栄養、運動講座）
中央公民館等で開催

個別処方型の運動プログラム（新健やかプログラム）

○事業ポイント！

・体組成測定とライフスタイルアンケート、身体の痛み等総合的に判断し、参加者ごとに筋トレメニューが提供できる。

⇒効果的な運動メニューの提供

・取組状況や日々の活動量・歩数を活動量計で記録

⇒スマホで確認でき、自身の身体の状態の見える化

○参加者
33名



○事業の詳細

・月に1回筋トレ講座を実施

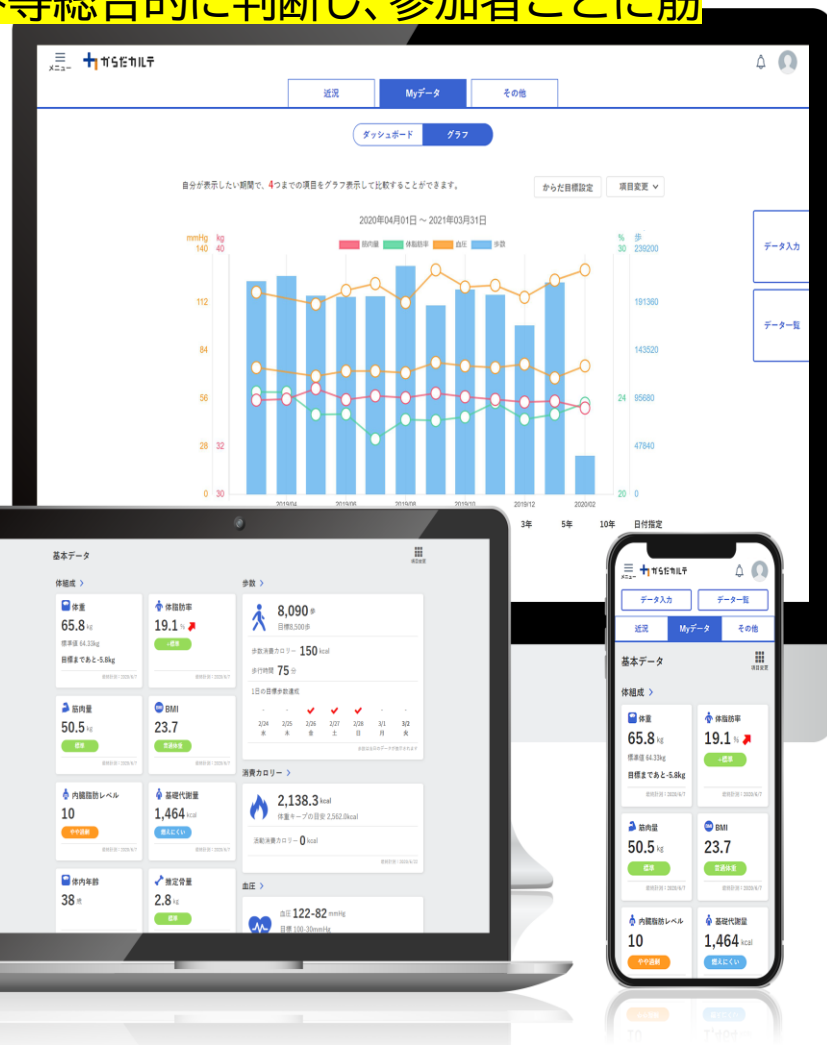
・実績レポートの配布

⇒定期的に人の目を入れ、モチベーションの維持

○効果

・年度末に体力年齢や筋肉率等で評価を実施

・老人福祉センターを初めて使った人、しばらく使っていない人も3分の1程度おり、早い段階から繋がるきっかけになっている。



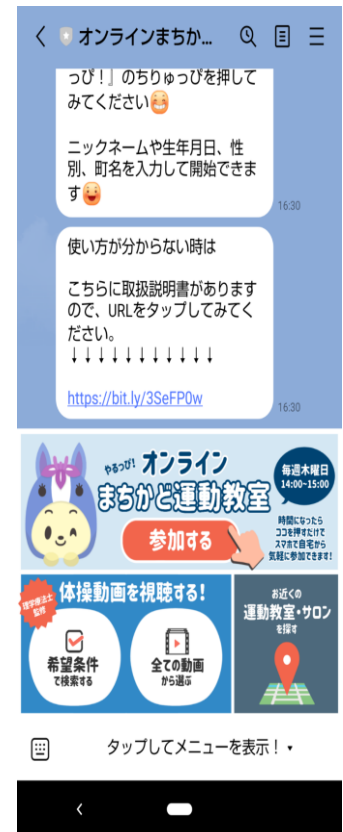
オンラインまちかど運動教室

①メリット：コロナの流行に影響されことなく、安心して参加できる
会場に出て行くことが苦手な方など新たな参加者層の獲得

②オンライン動画配信媒体：運動教室のLINEからZOOMと連携して配信

③内 容：

- (1) オンラインまちかど：まちかど運動教室公式LINEを導入。
参加者に友達登録していただくことで、トーク画面上から
1タップで体操教室に接続（面倒な設定などが不要）
- (2) 動画配信：youtubeチャンネルで配信している動画を配信。
LINEから鍛える部位や運動種類など選択することで希望に
あった動画を見ることができる。
- (3) 通いの場の情報：現在地周辺のサロンやまちかど運動教室
が地図上に表示されます。
- (4) その他：週の始めやオンラインまちかど開催日前日などに
メッセージを配信します。



まちかど測定会

概要：まちかど運動教室に通っていることでの効果を測るとともに、一定の基準を下回る参加者について、短期集中リハビリを進める等適切なサービスに繋げれるようにする。

開催頻度：年2回（半年に1回）

会場：各まちかど運動教室の会場

内容：握力、**TUG**、**CS-30**、チェックリスト、アンケートの実施

結果：**TUG**や**CS-30**において、測定結果基準以下の人で介護の認定持っていない人6～8名いた。基準を下回った方の中でも理学療法士の見立てで短期集中に行ったほうが良い人は包括に繋いでいく。

まちかど運動教室

テーマ

歩いて
通える
場所で

地域での
つながりを
大切に

身近な
憩いの
場づくり



内容

- ・地域と市が連携して開催
- ・週1回、1時間実施
- ・介護予防のためのストレッチ、筋力アップ体操など
- ・理学療法士等が講師を担当

会場

場所：市内21会場（牛田、八橋、新林、弘法、中山、谷田、
長篠、山町、来迎寺、上重原、西中、逢妻、山屋敷、
谷田町コミュニティセンター、西丘、プラザ昭和、
アサヒ乃湯、福祉の里ハツ田、老人福祉センター、八橋大流）
※アサヒの湯は中止中



やるっぴ！シニア元気塾

- 内容** 口腔器機能、栄養改善の知識と技術(トレーニング)を学び将来要介護状態になることを予防します。初日及び最終日にあたまの健康チェックを行い、認知機能の状態を測っています。
- 回数** 運動器機能、口腔ケア(講話、体操等)2回、栄養(講話)1回、運動(ストレッチ、運動等)5回、脳の健康チェック2回 全12回
- 申込** 前期・後期で年2回募集を実施