

I 令和3年度西区支部地域ケアに関する研修会（西区在宅ケア連絡会261回例会と合同開催）

テーマ：「地域ケア会議から西区の課題を考える」 開催：11月11日 18:30～ Hybrid形式（西区民センター大ホール）
地域ケア会議は、高齢者個人に対する支援の充実と、それを支える社会基盤の整備とを同時に進めていく、地域包括ケアシステムの実現に向けた手法であり、平成27年に介護保険法に位置づけられています。

西区では、住民の関心が高いのは認知症であったため、地域ケア会議で数年間にわたり認知症を主要なテーマとして取り上げ、令和元年度には西区地域ケア推進会議において住民向け認知症リーフレットを作成し配布について取り組みました。支部としても昨年10月の研修会でリーフレットの活用について意見交換しています。

令和3年2月と10月に西区地域ケア推進会議が開催され、長く続くコロナ禍において、筋力低下、認知症の進行、つながりの希薄化、社会との孤立等が生じていると共有されました。今回の研修会は地域ケア会議の内容についてご報告を受け、地域の現状や課題をご理解いただくことを目的として開催しました。

～プログラム～

開会挨拶：札幌市医師会西区支部 太田秀造支部長

報告：西区保健福祉部保健福祉課 坂本静香さん 長谷川唯さん

意見交換：進行 在宅療養部 吉澤朝弘

閉会挨拶：西区在宅ケア連絡会幹事

西区役所の保健師さんから報告された内容の概要を紹介します。

○「地域ケア会議」5つの機能 ①個別課題解決②ネットワーク構築③地域課題発見④地域づくり・資源開発⑤政策形成

○札幌市では4層の地域ケア会議 個別地域ケア会議－地区地域ケア会議－区地域ケア推進会議－市地域ケア推進会議

○コロナ禍での地域の現状と課題について（令和2年度第2回、令和3年度第1回西区地域ケア推進会議より）

- ・ コロナ禍における高齢者の状況：基本チェックリスト該当者割合に変化が生じた（全国調査による）
- ・ 西区連絡会議<地域ケア会議のバックアップ機能>での事例報告と現状共有
- ・ 個別地域ケア会議から地区地域ケア会議へのつながり、地区地域ケア会議の開催 新たな通いの場の立ち上げという資源開発、ネットワーク構築として心配高齢者の相談先として包括や予防センターの役割周知

○見えてきた地域住民の課題

今まで自立していた高齢者が、コロナの感染予防として外出自粛や人との関わりを避けることで身体機能、認知機能の低下につながっていること、それによりさらに閉じこもりがちになってしまい、転倒や認知症のリスクが高まるなど、在宅生活が脅かされていくという課題が明確になった。それに対して、いつまでも住み慣れた地域での生活を継続しているためには新しい生活様式の中で、高齢者自身のセルフケアを促進していくことが重要ではないか。

○コロナ禍における介護予防及びセルフケアの推進

- ・ 地域住民がいつまでも元気に生活していくために介護予防やセルフケアの推進が重要と共有
- ・ 介護予防センター、地域包括支援センター、西区の介護予防の取り組みを紹介

○エコーココ！やまべエ誰でも体操 平成24年度体操制作：札幌市初の介護予防体操

- ・ 介護予防センター、札幌医科大学、西区役所職員＋西区住民が制作に参画
- ・ 地域への普及活動 DVD制作、インターネット動画配信、普及員養成講座開催、地域行事で体操披露

○「やまべエ体操」を継続することによる効果検証 国立長寿医療研究センター協力で解析しエビデンスを確認した

- ①立ち座り動作がしやすくなる②転倒予防に効果的③健康づくりや社会参加への意欲の維持につながる

○関係機関と情報共有しながら、今後の介護予防及びセルフケア推進に向けた取り組みを継続したい

II 今後の予定

○262回例会 令和3年12月9日（木）18:30～ Hybrid開催の予定

「地域ケア会議から西区の課題を考える part2」

261回例会で確認した“コロナ禍における西区高齢者の現状と課題”を、個別地域ケア会議或いは地域の多職種が担当した事例レベルで持ち寄り、リアルな状況として再確認し合う内容です。多くの支部会員の皆様のご参加を期待いたします。

○263回例会 令和4年2月10日（木）18:30～ Hybrid開催検討中

○連絡会の連絡会 令和4年1月25日（火）オンライン 18:30～20:00 “対談”とZoom懇親会”

○令和3年度市民健康教育講座（歯科）

「フレイル予防はいつから始める？」～歯科医師が勧める口腔機能発達不全・口腔機能低下の改善法～

日時：11月24日（水）10:30～11:30 会場：Zoomを活用したオンライン形式

対象：定員：札幌市にお住まいの方、先着100名 参加料：無料

申込み：西区在宅ケア連絡会ホームページ内に登録用フォームを用意しました

主催：札幌歯科医師会西支部・西区役所