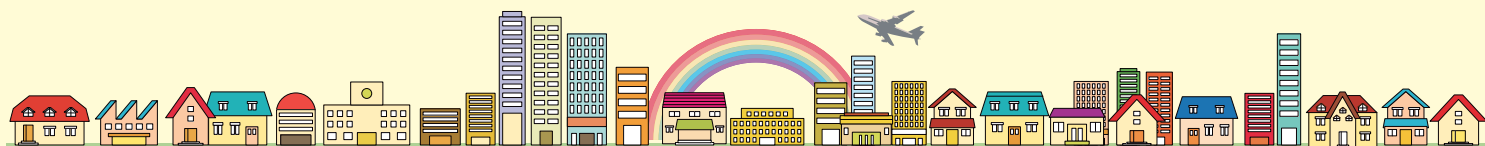


「誰もがいつまでも安心して暮らせる瀬谷」  
～いきいきシニアライフ～

横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けた  
**瀬谷区行動指針**



平成 30 年 3 月  
横浜市瀬谷区



# 誰もがいつまでも安心して暮らすために

横浜市では、平成 25（2013）年に超高齢社会を迎え、団塊世代の方が 75 歳以上高齢者（以下、後期高齢者）となる平成 37（2025）年には、65 歳以上高齢者が約 100 万人（高齢化率：28.9%）に達すると見込まれています。そのため、医療・介護・介護予防・住まい・生活支援が包括的に確保される「横浜型地域包括ケアシステム構築に向けた行動指針」が策定されました。

瀬谷区の状況としては、高齢化率が 26.7%と市の平均を上回り、その中でも後期高齢者の高齢化率は 13.5%と他区と比較して高くなっています。平成 37（2025）年には、さらに高齢者が増加するとともに、生産年齢人口が減少することが見込まれています。このような状況を意識し、関係者（行政、医療・福祉関係機関、ボランティア等）がそれぞれの立場で目指すべき方向性を共有するとともに、地域活動団体又は自治会・町内会等住民と連携し、取り組むための瀬谷区行動指針を策定します。

高齢者の方でも“誰もがいつまでも安心して暮らせる瀬谷”を目指し、瀬谷区らしい地域包括ケアを推進していきます。

## 目次

1	横浜型地域包括ケアシステム	1 ページ
2	行動指針	
(1)	目的	1 ページ
(2)	位置付け	1 ページ
(3)	市行動指針と区行動指針の関係	1 ページ
(4)	期間	1 ページ
3	瀬谷区の概要	2 ページ
4	瀬谷区の高齢者をめぐる社会状況	3 ページ
5	分野別の現状と課題、目指す姿、実現に向けた方向性や取組	
(1)	介護予防	5 ページ
(2)	生活支援	8 ページ
(3)	在宅医療・介護連携	12 ページ
(4)	認知症対策	17 ページ
6	資料編	21 ページ

※ 一部、略称を使用している部分があります。

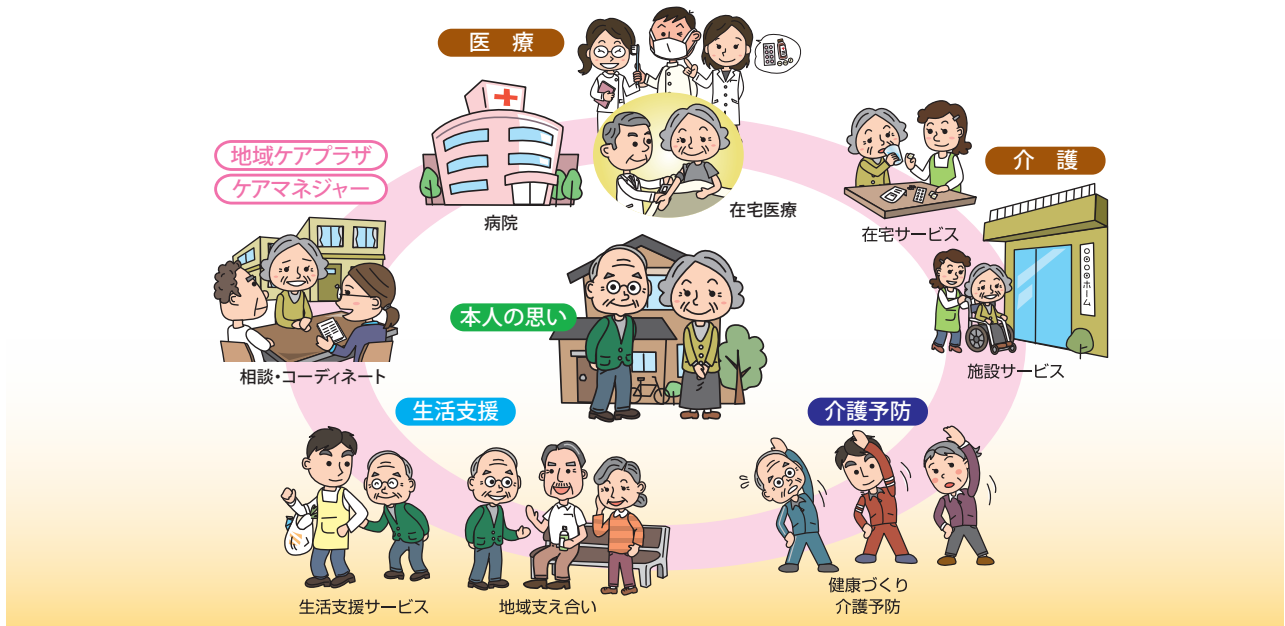
区役所：区、区社会福祉協議会：社協、区内地域ケアプラザ：CP、区在宅医療相談室：相談室

# 1 横浜型地域包括ケアシステム

「横浜型地域包括ケアシステム」とは、横浜市域において「介護・医療・介護予防・生活支援・住まい」が一体的に提供される、包括的な支援・サービスの提供体制のことで、地域ケアプラザ（地域包括支援センター）を中心に、日常生活圏域ごとに進めていくものです。

具体的には、

- ① 活発な市民活動と協働します。
- ② 「介護予防・健康づくり」、「社会参加」、「生活支援」を一体的に推進し、健康寿命の延伸につなげます。
- ③ 医療・介護の連携など、多職種連携の強化を進めます。
- ④ 高齢者が「地域を支える担い手」として活躍できる環境整備を進めるとともに、医療や介護などの人材確保・育成に取り組みます。



## 2 行動指針

### (1) 目的

地域包括ケアシステムは抽象的な概念のため、目標を分かりやすく示すことが重要であるとともに、介護・医療・介護予防・認知症など幅広い分野の関係者（行政、医療・福祉関係機関、ボランティア等）の連携促進を目的としています。

### (2) 位置付け

本指針は、平成 37（2025）年の目指すべき姿について、具体的な方向性を解説し、区が単独で、又は関係者の協力をいただきながら実施するために、分野別（介護予防、生活支援、在宅医療・介護連携、認知症対策）のあるべき姿、実現に向けた方向性、取組を示すものです。

### (3) 市行動指針と区行動指針の関係

横浜市は、平成 28 年度に「横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けた行動指針（市版）」を策定しました。そのことを踏まえ、区の特性を踏まえた区行動指針を作成します。

	市版	区版
考え方	本市の地域包括ケアの目指すべき姿を具体化し、分野別の中長期的な戦略を示す。	日常生活圏域ごとの特性や課題を踏まえ、各区ごと中長期的な戦略を示す。
内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・目指す将来像を実現するための重点方針</li> <li>・分野別のあるべき姿、実現に向けた方向性、取組</li> <li>・地域包括ケアの実現に向けた視点</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地域包括ケアの実現に向けた区の方針</li> <li>・重点取組（介護予防、生活支援、在宅医療・介護連携 等）</li> </ul>

### (4) 期間

平成 37（2025）年まで

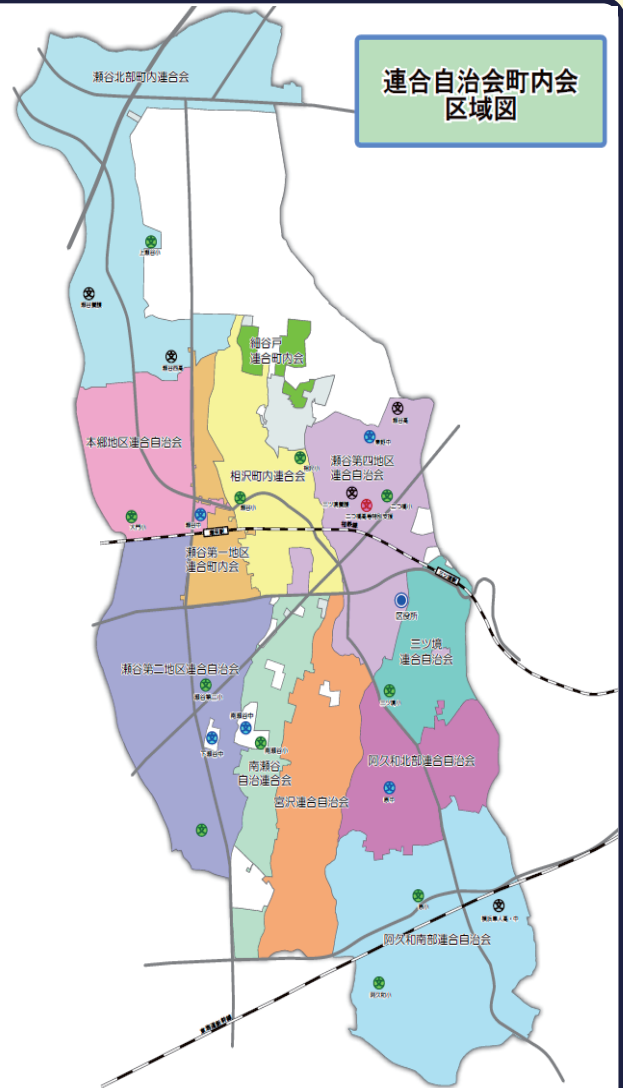
### 3 瀬谷区の概要

区域は、南北に長く、東西にわたり相鉄線2駅があります。農地や樹林が多く、和泉川沿いの水辺空間なども含め、自然に恵まれた環境にあります。高齢化率は、26.7%と横浜市平均よりも高く、高齢化が先行しています。

公営住宅の割合(平成27年国勢調査)は、12.6%と、横浜市の割合のほぼ倍と高く、高齢化率は40%を超えているエリアもあります。

平成17年度には、全区に先駆けて地区支援を行うため「地区支援チーム」を編成し、社会福祉協議会、地域ケアプラザとともに地区支援を行っていることもあり、地域の自立性が高く、様々な福祉保健の取組が行われています。

在宅医療・介護連携では、様々な関係団体の協力のもと、平成19年度から始まった瀬谷区在宅高齢者サポートネットワーク事業により、多職種連携が進んでいます。



#### <瀬谷区のデータ>

人口	125,342人	(男性 61,616人、女性 63,726人)
世帯数	55,741世帯	
65歳以上高齢者数	33,408人	(うち75歳以上 16,902人)
高齢化率	26.7%	(75歳以上 13.5%)
要介護認定者数	6,405人	(うち1号被保険者 6,240人)
ひとり暮らし高齢者数 (平成27年国勢調査)	5,641人	
地域ケアプラザ	5か所	二ツ橋地域ケアプラザ、阿久和地域ケアプラザ 中屋敷地域ケアプラザ、下瀬谷地域ケアプラザ 二ツ橋第二地域ケアプラザ
地区連合自治会町内会	12地区連合	

※ 各データの基準日については、平成29年3月末時点としています。



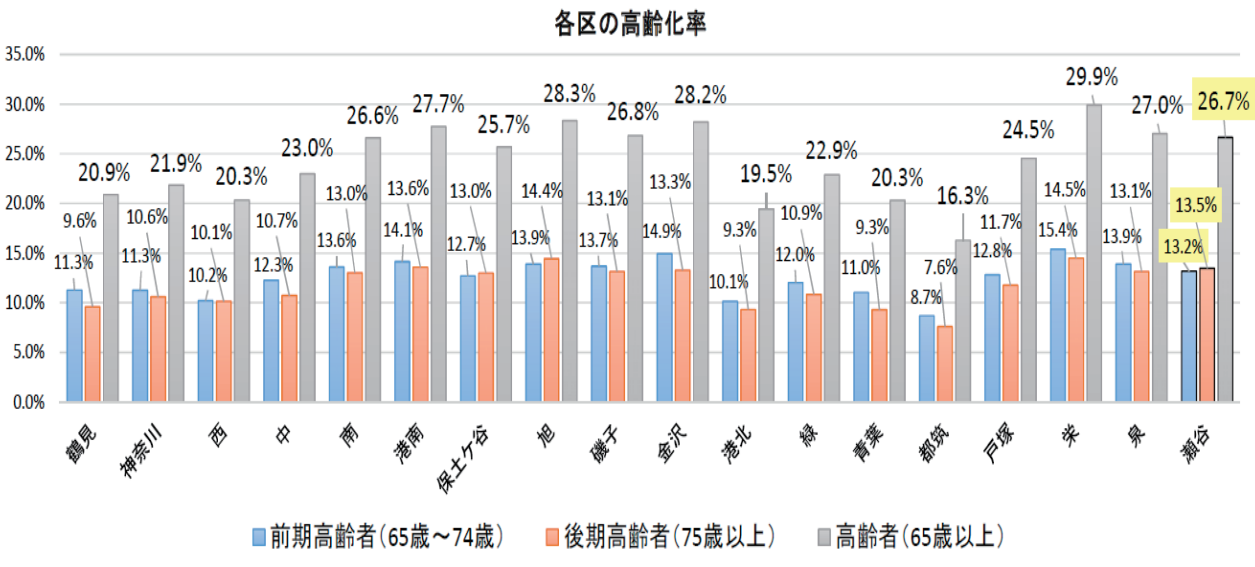
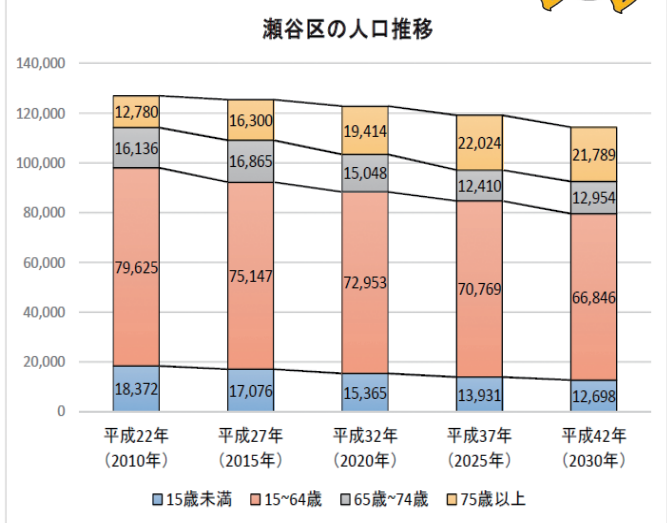
# 4 瀬谷区の高齢者をめぐる社会状況



## <瀬谷区の総人口は減少、75歳以上高齢者が増加>

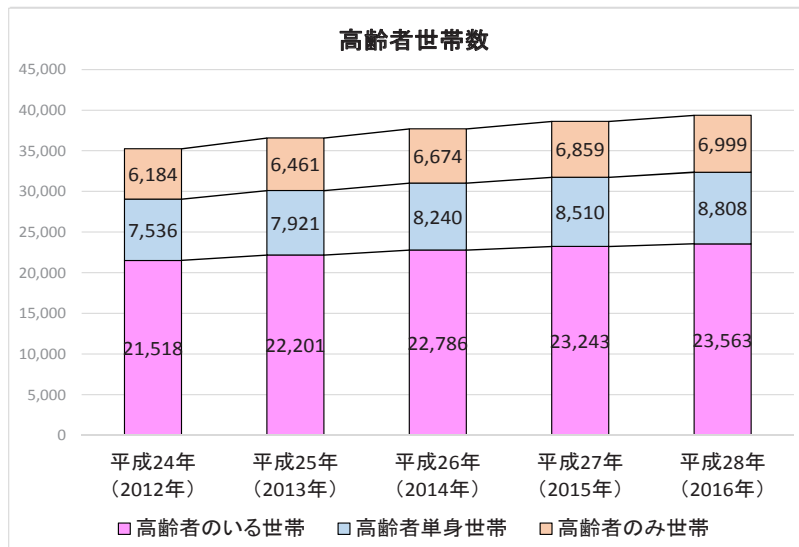
瀬谷区の総人口は、年々、減少しています。平成 37（2025）年には総人口が 119,134 人となり、平成 27（2015）年と比較すると約 6,300 人減となっています。65 歳以上高齢は、34,434 人で約 1,300 人の増加、75 歳以上高齢者では約 5,800 人の増加が予想されています。

各区の高齢化率では、平成 29 年 3 月現在で 75 歳以上高齢者の割合が 13.5%と 18 区で 4 位となっています。



## <高齢者単身世帯が増加>

高齢者世帯数は全体的に増加傾向です。高齢者単身世帯は、平成 24（2012）年からの 5 年間で約 1,300 人の増加となっています。



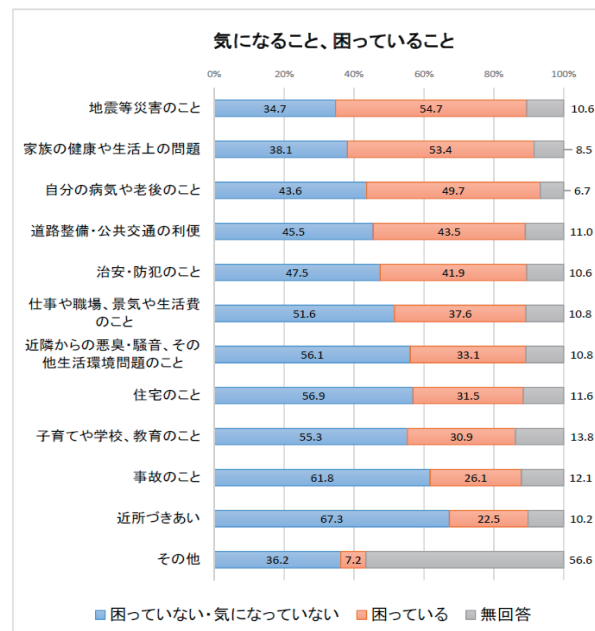
### <自分の病気や老後のことが気になる>

平成 29 年度区民意識調査の「気になること、困っていること」の質問項目に対して、「自分の病気や老後のこと」が 49.7%の方が困っていると感じています。

### <スーパー・コンビニ・生協等の配達サービスのニーズが高い>

平成 29 年度に実施した介護保険の要支援 1、要支援 2 等の方を対象としたアンケート調査では、「介護保険以外のサービスを利用していますか」との質問項目に、利用していると回答した方は全体の 37.4%でした。

そのうち、「スーパー・コンビニ・生協等の配達サービス（食材・日用品）」がもっとも多く利用されていました。



### <介護保険以外で利用しているサービスの割合>

第 1 位	スーパー・コンビニ・生協等の配達サービス	24.4%
第 2 位	移送支援サービス	6.6%
第 3 位	ふれあい収集	3.4%



## コラム

### 【地域包括ケアシステムと地域福祉保健計画】

地域包括ケアシステム構築のため、特に住民主体で行う高齢者を対象とした取組については、地域福祉保健計画に位置付けられた様々な取組と連動させながら、中長期的な視点で進めています。

地域包括ケアシステムの介護・医療・介護予防・生活支援・住まいの5分野のうち、特に、介護予防・生活支援分野については、地域福祉保健計画の中でも、自治会・町内会等住民と協働で取り組んでいるものが多くあります。

一方、介護・医療分野においては、専門職間の連携や多様な主体によるサービス・支援の提供体制の構築が、施設・住まい分野においては、行政や民間事業者、NPO 法人等と連携した取組が必要になります。

これまで、地域福祉保健計画の推進により築いてきた、様々な福祉保健活動は横浜の財産です。こうした礎をもとに、地域包括ケアシステムの構築に向けた取組を進めることで、地域活動が活性化し、双方の充実が図られることを目指します。

### 【地域福祉保健計画】

誰もが安心して自分らしく健やかに暮らせる地域づくりを目指し、住民、事業者、公的機関が福祉保健などの地域の課題解決に協働して取り組み、身近な地域の支え合いの仕組みづくりを進めることを目的とし、市計画・区計画・地区別計画を策定しています。

## 5 分野別の現状と課題、目指す姿、実現に向けた方向性や取組



### (1) 介護予防

#### 現状と課題

##### I 介護予防活動

瀬谷区には健康体操を含め介護予防の活動を行う団体が多数ありますが、会場が歩いて行ける距離にないエリアもあり、参加しにくい現状があります。

若い世代からの生活習慣を見直すなど、健康づくり・介護予防の連携が必要です。

##### II 地域活動グループ

介護予防のボランティア活動を行っている地域団体の高齢化が進み、新しい運営者、後継者の発掘・育成が必要です。

##### III 介護予防の普及・啓発

介護予防の講座に参加したことがない高齢者に参加してもらえるよう、介護予防の普及・啓発が必要です。

#### 目指す姿

- 健康寿命の延伸を目指します。
- 若い世代から健康づくり・介護予防の活動に取り組んでいます。
- 介護予防に関する区民の意識を高め、活動参加者を増やします。

#### 実現に向けた方向性と取組

地域のつながりを強めながら、安心して健康な生活を送ることができるように地域づくりを推進します。

##### I 介護予防活動

区

- 瀬谷区ウォーキング情報等、豊かな自然を活かしたウォーキングを推進します。
- 地域のニーズに合わせた介護予防講座を実施します。

CP

- 横浜市元気づくりステーションのようなエリアに関係なく参加できる活動を地域に広めるとともに、身近な場所で気軽に参加できるよう活動を支援します。
- 区民運動の習慣として、ラジオ体操を広めていきます。
- フィットネスエクササイズなど、高齢者向けスポーツを世代交流に活用し、定着した場所で定期的開催できるよう支援します。
- 年代・性別に合わせた介護予防講座を開催します。
- 介護予防講座に、自ら活動効果が実感できるよう体力測定を取り入れ、やりがいや健康意識向上へとつないでいきます。
- 夏の体験学習のスポーツとして、「ねんりんピック」の種目を取り入れることにより、小中学生が青少年ボランティア等に参加するなど、若い世代から健康づくり・介護予防への取組を推進します。



## II 地域活動グループの支援、人材育成

社協・CP

- 新しい地域の人材を発掘するため、講座、事業等を展開します。
- 育成した人材が、地域活動に向けて知識・技術を身に付けられるよう、継続的なフォローアップ講座を実施します。



## III 介護予防の普及・啓発

区、CP

- 高齢者が自ら介護予防に取り組めるよう、ロコモ（ロコモティブシンドローム）予防や介護予防活動の普及・啓発を行います。



### 用語

#### 【元気づくりステーション】

身近な地域で、参加者本人と仲間、そして地域も元気にする自主的な活動グループです。瀬谷区では、現在、10か所の元気づくりステーションが活動中です。

ロコモ予防体操、軽スポーツ、ウォーキングなど様々な活動を通じて、健康づくりと参加者の交流を図っています。

#### 【ロコモティブシンドローム】

ロコモティブシンドローム（ロコモ）とは、筋肉、骨、関節、軟骨、椎間板といった運動器のいずれか、あるいは複数に障害が起こり、歩行や日常生活に何らかの障害をきたしている状態をいいます。

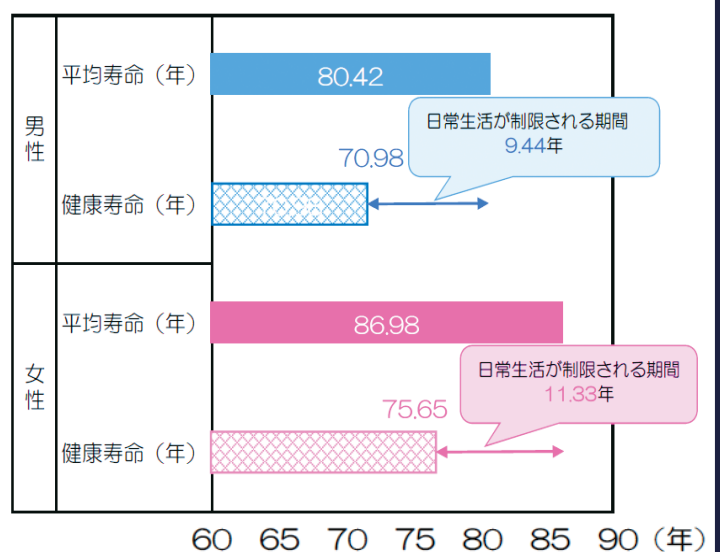
#### 【健康寿命と平均寿命】

健康寿命（健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間）は、厚生労働省が3年ごとに実施している、国民生活基礎調査における横浜市分のデータを元に、人口と死亡数から算出しています。

横浜市の平成22（2010）年の健康寿命は、男性70.98年、女性75.65年であり、全国と比較すると、男女とも全国値（男性：70.42年、女性：73.62年）よりも高い値となっています。平均寿命と健康寿命の差（日常生活が制限される期間）は、男性は9.44年、女性は11.33年となっています。

今後の保健施策の中で、単に寿命を延ばすだけでなく、健康寿命を延ばすことが重要です。

#### <横浜市>



## 用語

### 【平均自立期間】

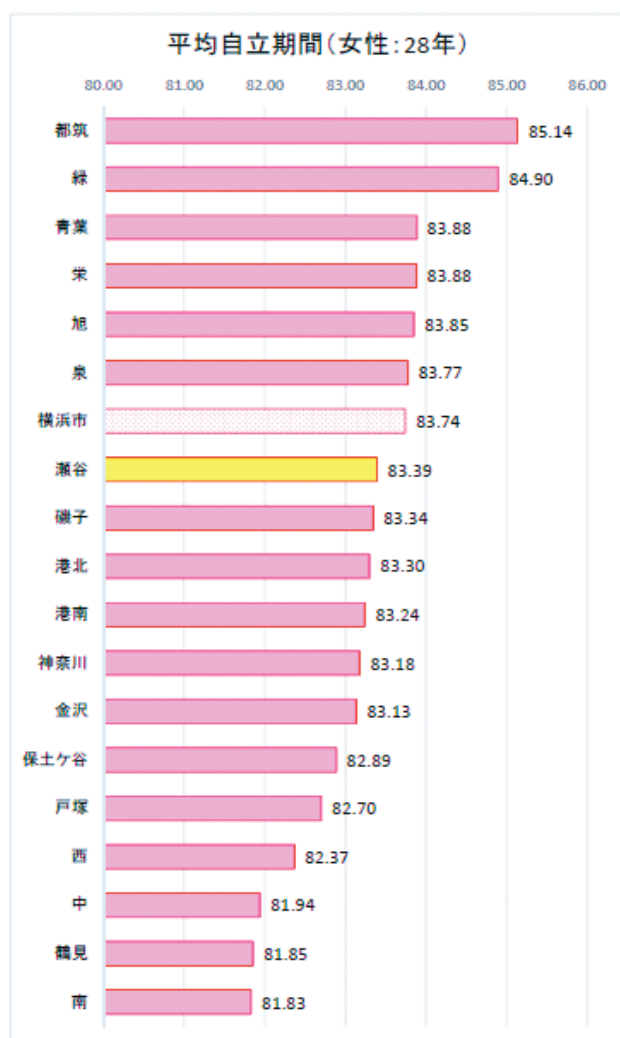
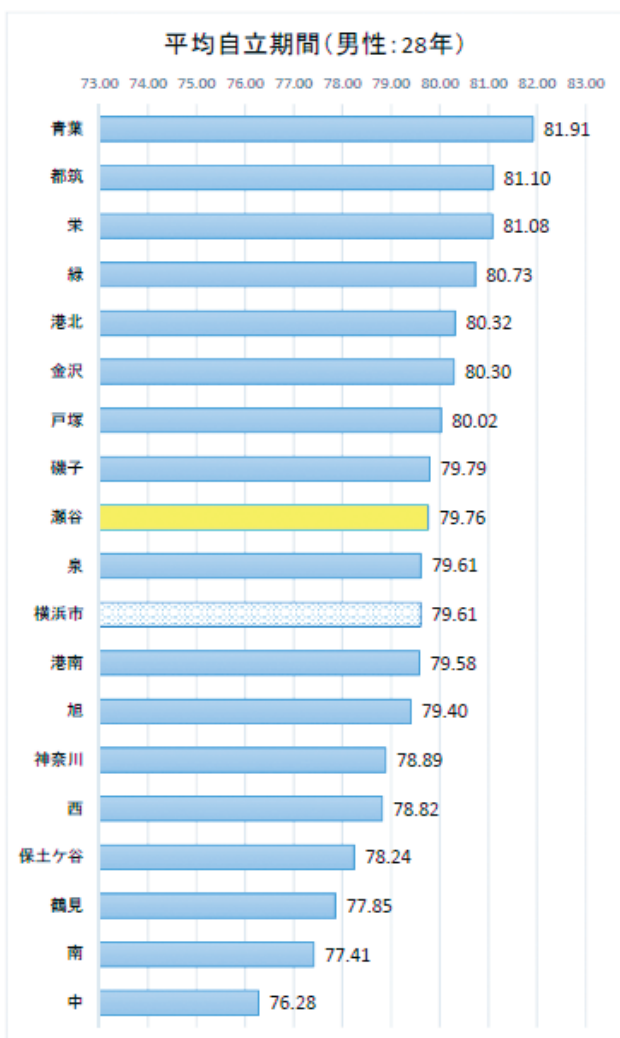
横浜市全体の健康寿命は、国計画同様に国民生活基礎調査の結果を活用した、「日常生活に制限のない期間」を使用していますが、行政区ごとの健康寿命の算出は、調査数が少なく困難です。

そのため、類似する指標で、かつ行政区ごとの算出が可能な「平均自立期間」を参考値として算出しています。

平均自立期間とは「日常生活に介護を要しない期間の平均」、このあと何年は自立した生活ができるかを示したもので、健康寿命の考え方のひとつです。

横浜市では、平均自立期間を平成 18（2006）年 4 月に改正された介護保険法の要介護認定における「要介護 2～5」を、介護を要する状態として算出しています。

瀬谷区の平成 28（2016）年の平均自立期間は、男性：79.76 歳、女性：83.39 歳で男性は 18 区中 9 位、女性は 18 区中 7 位となっています。





## (2) 生活支援

### 現状と課題



#### I 地域活動サービス・グループ

第1期地域福祉保健計画から地域サロンの創設を進めていたため、複数のサロンで運営者の高齢化が進んでいる現状もありますが、一方、第1期から継続しているため、活動者の生きがいや介護予防につながっています。

地域にはサロンが多くありますが、一方で活動の少ないエリアもあり、地域ニーズに合わせた活動支援が必要です。

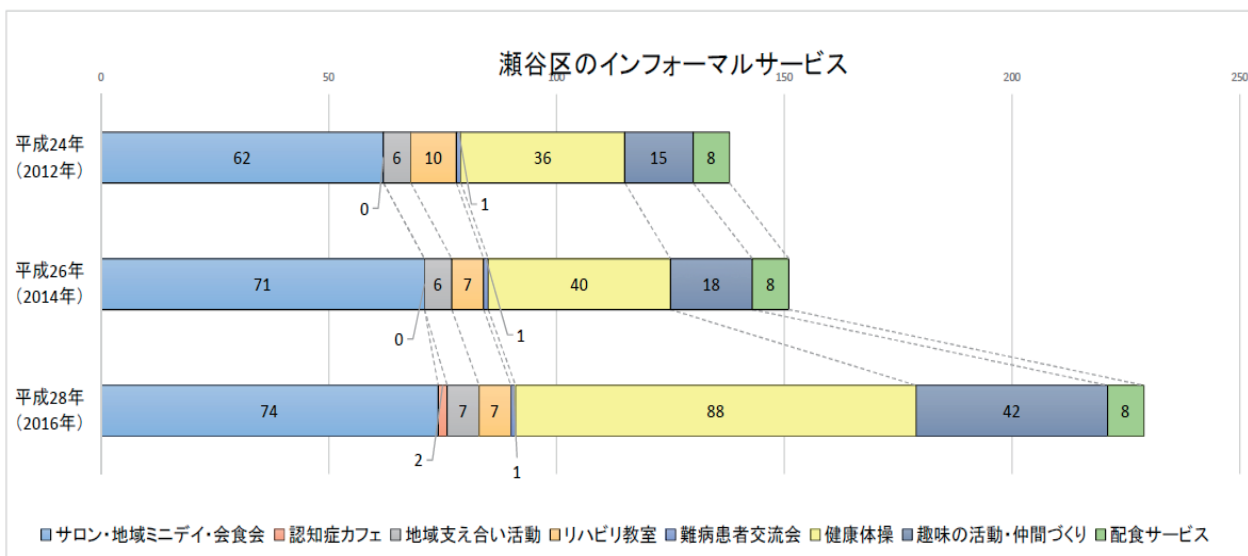
#### II 関係者・支援者等のネットワーク

地域の身近な場所で、地域サロンや生活支援サービスの利用ができるよう、基盤体制整備を進めていく必要があります。



#### III 専門職とインフォーマルサービスの連携

サロン・地域ミニデイ・会食会が74か所、体操教室が87か所ありますが、ケアマネジャーに広く知られていないところがあります。今後の必要性も考慮し、ボランティア、NPO、民間企業等、多様な主体が高齢者を支援できるようにインフォーマルなサービスが必要です。



(上記インフォーマルサービス数は、主に高齢者を対象としたサービスとしています。)

### 目指す姿

- 区民が自分の将来像を描くとともに、高齢になっても支えられる側ではなく、自分のできる範囲で支える側になるという意識を持っています。
- ボランティアやNPO等による多様な主体が生活支援に取り組み、サロンなどの活動拠点が充実しています。
- 高齢者の方が孤立することなく、生きがいや役割を持って、自分らしく暮らし続けられるよう、様々な介護予防・社会参加の機会が充実しています。

## 実現に向けた方向性と取組

地域特性・ニーズを踏まえた活動支援・創出やネットワークの構築等により、高齢者自身の力を活かした地域づくりを目指します。

さらに、様々な世代・主体による日常の生活支援から介護予防・日常生活支援総合事業にわたりサービスや活動の充実を図ることによって、様々な生活支援が受けられる地域づくりを進めます。



### I 地域活動サービスの充実

区、社協、CP

○地域で行っている生活支援等の活動を、横浜市介護予防・日常生活支援総合事業（通いの場、生活支援、配食、見守り等）へつなげることにより、地域サービスの充実を図ります。

○地域ニーズによって、地域活動サービスのマッチングを行います。



<移動スーパーによる買い物支援>

社協、CP

○区域エリアのボランティア、地区・単町エリアのボランティアの育成により、技術を要する活動やゴミ出し・電球交換など日常的な活動サービスの充実を図ります。

社協

○ボランティアセンターと連携した人材を発掘します。  
○社会福祉法人、企業の地域貢献活動を推進します。  
○各種助成金制度を活用した地域活動を支援します。



<コーヒーボランティア「おもてなしカフェ」>

CP

○サロン・ミニデイ、配食サービス、体操サークルなど既存の活動が継続できるよう支援するとともに、楽しく参加できるレクリエーション講座を開催するなど、多角的に人材発掘やプログラムの充実を図ります。

○地域住民へのアンケート調査等による、地域特性・地域ニーズを踏まえた活動支援・創出を行います。

○家事支援ボランティアの支援や生活圏域内の通いの場を創設します。



<区内病院の協力によるストレッチの実践>

## II 関係者・支援者等のネットワークの構築

区、社協、CP

○地域アセスメントにより、生活支援につながる活動、サービスの創出及び活動支援・発展に向けて、地域住民・専門職・関係団体等が情報共有・連携等が行えるネットワークを構築します。

社協、CP

○様々な世代の地域住民、高齢者、地域で活動する団体、企業や商店等多様な主体に働きかけることにより、地域福祉の力を増やす取組を推進します。

社協、CP

- 地域をテーマとした勉強会や座談会を開催するなど、地域の話し合いの場をつくることによって新たな人材を発掘します。
- 団体同士のネットワークを深めるため、関係者や支援者による連絡会を開催します。
- よこはまシニアボランティアポイントの普及や団体への参画を推進します。



<地域課題についての話し合いの場>

このような取組も行っています！

- ・交流の場がない地域への通いの場を創設、自治会への若い担い手の発掘、見守りの仕組みづくりなど、地区単位、単位町内会エリアを目安とした生活課題を解決するため、地域住民・関係者との情報共有を図っています。

## III 地域活動グループの支援、人材育成

社協、CP

- 活動団体の広報活動を行うなど、活動支援を実施します。
- 活動団体への訪問や参加をすることにより、地域課題を把握し、課題解決のための協議体へつなげていきます。
- スキルアップ講座を開催によって、生活支援ボランティアの育成を図ります。
- 各ボランティアグループが抱えている課題を踏まえた人材育成を進めます。



<コミュニティ・カフェ「カフェ・アロハ」>



<サロン・ミニデイ連絡会>

#### IV 専門職とインフォーマルサービスの連携

- インフォーマルマップによって資源を可視化します。
- ケアマネジャーをはじめとした専門職、ボランティア、NPO等との情報交換等を行い、連携推進を図ります。



社協、CP

CP

- 地域包括支援センターが主催する地域ケア会議に関係者や専門職等が参画することによって、専門職とインフォーマルサービスの連携促進を図ります。

### コラム

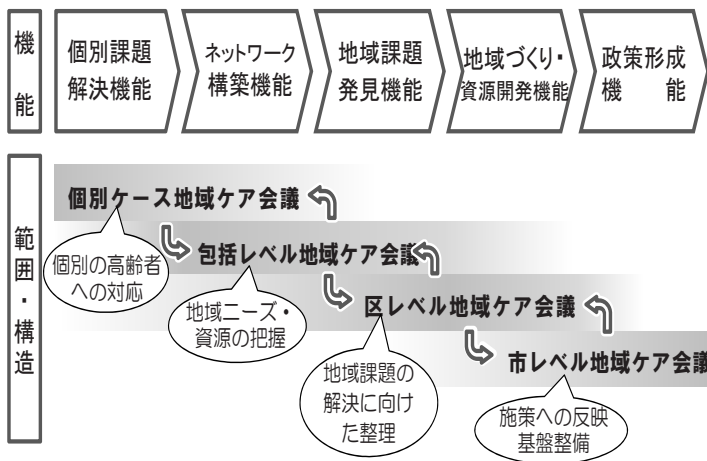
#### 【横浜市介護予防・日常生活支援総合事業】

介護保険制度の改正に伴い、横浜市では平成28年1月から総合事業がはじまりました。総合事業は、家事などの生活を支えるサービスや、住民同士のつながりを中心とした健康づくりの教室などを利用し、地域全体で高齢者の生活を支えるとともに、高齢者自らが能力を最大限に発揮して、その人らしい暮らしをつくっていく仕組みです。

### コラム

#### 【地域ケア会議】

地域ケア会議は、個別ケースの検討を行う会議を始点として、包括レベル、区レベル、市レベルの地域ケア会議で重層的に構成されます。各レベルで解決できない課題は、より広域レベルで検討し、その結果をフィードバックすることによって、資源開発や政策形成にまでつなげていく仕組みです。



### 用語

#### 【フォーマルサービスとインフォーマルサービス】

フォーマルサービスは、公的機関や専門職による制度に基づくサービスで、インフォーマルサービスは、上記以外のサービスでボランティア、非営利団体（NPO）などの制度に基づかないサービスです。



### (3) 在宅医療・介護連携

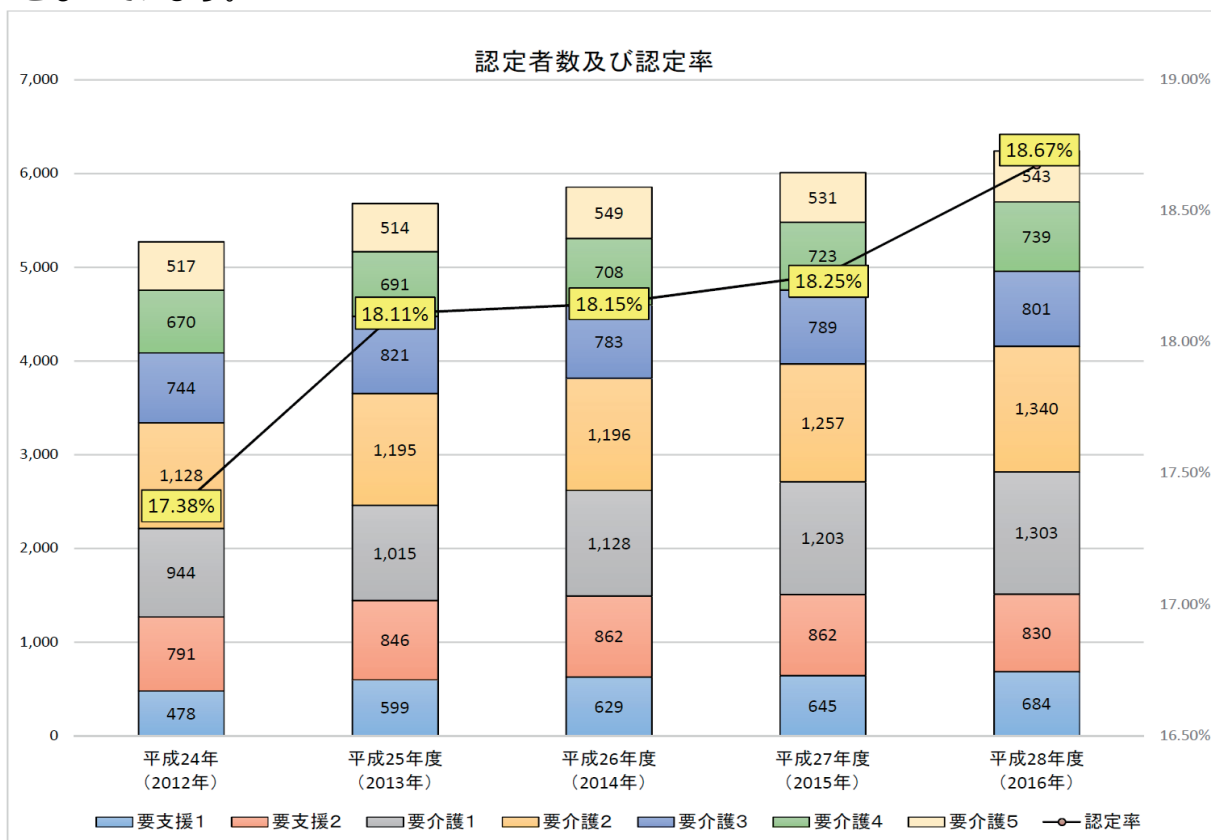


#### 現状と課題

##### I 要介護高齢者等の増加

高齢化の進展により介護保険の認定者が増加するとともに、高齢者単身世帯や高齢者のみの世帯の増加が予想されています。

瀬谷区の介護保険の認定者数、認定率は、65歳以上の認定者数：6,240人（認定率：18.67% 18区で3位）で、40歳から64歳の認定者数：165人（認定率：0.40% 18区で1位）となっています。



##### II 在宅医療・介護連携の促進

高齢者のいる世帯や高齢者単身世帯が増加することにより、認知症高齢者等の要介護者や医療ケアの必要な高齢者も増加することが予想されているため、在宅医療・介護連携が切れ目なく連携して提供される体制づくりが必要です。

在宅医療等を必要とする患者が増加することが予想される中、在宅での看取り増加を踏まえた在宅医療・介護連携体制の構築が必要です。

救急搬送時において、高齢者を円滑に医療機関に搬送するため、医療、介護、救急等の多職種が連携し、高齢者の身体状況や医療情報など、緊急対応の前提となる必要な情報を共有する資源の活用が必要です。





### Ⅲ 在宅医療の普及・啓発

在宅で受けられる医療や介護、在宅での看取り、それを支える職種の役割などについて、区民へ適切に情報提供する必要があります。

また、今後増加する高齢者の救急搬送に適切に対応するため、横浜市救急相談センター（#7119）や救急受診ガイドを区民に周知する必要があるほか、消防署の救急車に限らず、事業所などが保有する患者等搬送用自動車など、緊急性に応じた様々な搬送手段を活用する必要があります。

#### 目指す姿

- 多職種連携連絡会等により、在宅医療に向けたネットワークが構築され、医療・介護の従事者間の連携ができています。
- 在宅に移行する際、様々な医療福祉サービスが整備され、在宅医療に向けた支援体制が構築されています。
- 看取りについて、エンディングノートなどにより元気なうちから自己決定が進むとともに、終末期の対応や看取りについての介護者支援体制が整備され、本人・家族を含めた区民の理解が進んでいます。

#### 実現に向けた方向性と取組

瀬谷区在宅高齢者サポートネットワーク（多職種連携連絡会）等によって、区医師会、区歯科医師会、区薬剤師会、区在宅医療相談室、地域ケアプラザ（地域包括支援センター）等が連携し、近隣区も含めた医療・介護の連携を進めます。

在宅での看取りを希望する人が、自宅で穏やかな最期を迎えることができるよう、区民に向けた在宅医療の普及・啓発や支援体制づくりを進めます。



区、相談室、CP

#### I 在宅医療・介護連携の促進

- 多職種連携連絡会、多職種交流会等を通じて、地域の在宅医療・介護従事者間の顔の見える関係を構築します。
- 地域ケア会議や事例検討会等を通じて、在宅医療に関する課題を関係者間で情報共有し、課題解決に向けた取組を実施します。



<多職種交流会（せやまるカフェ）>

相談室

- 各医療・介護系連絡会との共同研修や講演会の開催、区医師会、区歯科医師会、区薬剤師会との意見交換会等により医療・介護の連携を促進します。
- 医療依存度の高い方の退院時支援のほか、在宅医療を行う往診医の紹介や、地域の在宅医療・介護資源の情報提供等、在宅医療と介護の相談支援を実施します。
- 在宅医療相談室（専門職からの相談）、地域包括支援センター（地域からの相談）と相互で連携を図りながら進めます。

**このような取組も行っています！**

**【瀬谷区在宅高齢者サポートネットワーク】**

平成 19 年度から瀬谷区在宅高齢者サポートネットワーク（多職種連携連絡会）により、区医師会、区歯科医師会、区薬剤師会、区在宅医療相談室、地域ケアプラザ（地域包括支援センター）等が近隣区も含めた医療・介護連携を促進しています。



＜瀬谷区在宅高齢者サポートネットワーク＞

**【多職種交流会を積極的に実施！】**

様々な団体との交流会を多数実施しています。

- ・医師、ケアマネット、在宅医療相談室、地域包括支援センターとの交流会
- ・病院の医療ソーシャルワーカー、ケアマネット、地域包括支援センターとの交流会 等

**区、医師会、相談室、社協、CP**

○在宅医療、看取り、健康維持増進等、本人・家族、区民にあわせた講演会や研修等を開催します。

**消防署**

○区民に横浜市救急相談センター（#7119）、救急受診ガイドの周知や救急車等の適正利用に関することについて普及・啓発を行います。



**相談室**

- 区民向けの在宅医療・終末期医療の講演会や相談会を行うとともに、介護中の区民に対する支援・相互扶助、分かち合いなどの機会を設けることで、区民に向けての健康維持増進、終末期の医療・介護についての啓発を実施します。
- 区民だよりや広報などにより、在宅医療相談室の取組、研修会、家族会、講演会の開催情報などを、広く周知します。
- 区医師会、区歯科医師会、区薬剤師会や専門職による、疾患別勉強会や介護者研修を開催します。
- 区民対象の介護や医療にまつわる講演会、相談会なども随時開催します。
- 区内外から講師を依頼してのスキルアップ研修、区内での医師や専門職による講演会、研修を実施します。

**このような取組も行っています！**

- ・現場スタッフの意識の向上、モチベーションの維持やメンタル面でのサポートも行えるよう、メンタルヘルスケアの講座等を実施しています。

### Ⅲ 医療・介護関係者のスキルアップ

区、相談室

○在宅医療を担う関係者間の連携を促進するとともに、知識、サービスの質を確保する目的で研修等を開催します。



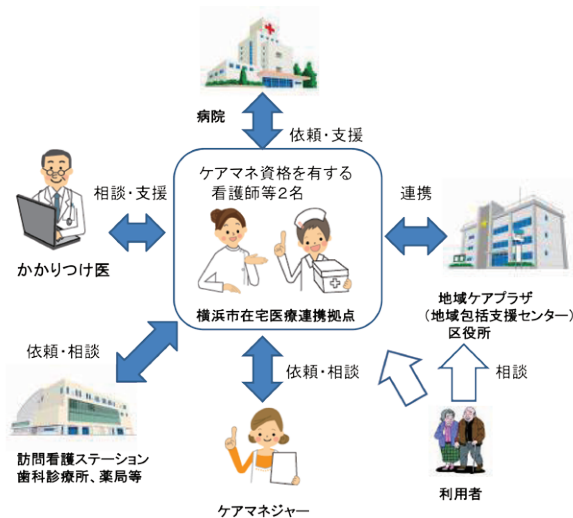
〈在宅におけるチーム医療を担う人材育成研修〉

### コラム

#### 【在宅医療連携拠点】

医療ニーズの高い患者が、退院後に在宅療養へスムーズに移行できるよう、病院とかかりつけ医を結び付け医療・介護事業者間のコーディネートを行うことを目的として、在宅医療連携拠点が設置されています。

瀬谷区においては、在宅医療相談室（在宅医療連携拠点）として、平成27年度から開設しています。



### コラム

#### 【横浜市救急相談センター】 【#7119】

横浜市救急相談センターとは、急な病気やけがで医療機関へ行くか救急車を呼ぶか迷うときの相談窓口です。合わせて、そのとき受診可能な医療機関案内も実施しています。



### 横浜市救急相談センター

急な病気やけがで受診の相談をしたいときは…

# 7 1 1 9

(携帯電話、PHS、プッシュ回線の固定電話)

または ☎045-222-7119 (すべての電話でご利用いただけます)

どこで受診したらいいの？

病院や診療所へ行った方がいいの？  
救急車を呼んだ方がいいの？

音声案内が流れ始めたら…

電話機の 1 を選択

電話機の 2 を選択

● 受診できる病院・診療所を知りたいとき

**医療機関案内**  
そのとき受診可能な病院・診療所の案内を行います。  
年中無休 / 24時間対応  
☎045-212-3808 (聴覚障害者専用)  
FAX受付に病院・診療所と調剤の上、呼びます。

● 急な病気やけがで、病院・診療所に行くか、救急車を呼ぶか迷ったとき

**救急電話相談**  
症状に基づく緊急性や受診の必要性についてアドバイスします。  
年中無休 / 24時間対応

緊急度が低ければ…  
そのまま119番へ転送

緊急度が高ければ…  
病院や診療所を案内

※必要に応じて、救急隊は医師・救急士を合わせてから到着します。

緊急時はすぐに119番で救急車を呼びましょう！



## 用語

### 【介護支援専門員（ケアマネジャー）】

介護支援専門員（ケアマネジャー）は、介護保険制度においてケアマネジメントを実施する有資格者のことです。要支援・要介護認定者およびその家族からの相談を受け、介護サービスの給付計画（ケアプラン）を作成し、自治体や他の介護サービス事業者との連絡、調整等を行います。

### 【瀬谷区ケアマネット】

瀬谷区に在勤・在住の介護支援専門員（ケアマネジャー）が中心となって、質の高い介護サービスを提供するため、介護支援専門員（ケアマネジャー）や介護保険に関わる人材の資質向上を目的に、研修や学習会の実施、情報交換会を開催している団体です。

## コラム

### 【エンディングノート】

認知症などで意思疎通ができなくなった時や亡くなった時のために、自身の思いを書き留めておく「覚書」です。エンディングノートがあるとこれからの人生を「考える・書き留める・語り合う」ことがしやすくなります。

#### <エンディングノートの効果>

自分にとって

- ・これまでの人生を振り返る
- ・これからを大切に生きる
- ・自分のことを自分で決めることができる

家族にとって

- ・本人の意向、希望がわかる
- ・本人の希望に沿うことができる
- ・どうすべきか悩まなくなる

#### <瀬谷区版エンディングノート>

区社会福祉士部会（区地域ケアプラザ（地域包括支援センター）社会福祉士、区社会福祉協議会、区高齢・障害支援課）では区民アンケートをもとに平成27年10月に瀬谷区版エンディングノートを作成しました。

区内各所で、書き方のポイントなどを伝える「瀬谷区版エンディングノート書き方講座」を実施しています。



## (4) 認知症対策



### 現状と課題

#### I 認知症高齢者の増加、認知症に関する普及・啓発

厚生労働省の推計では、65歳以上の高齢者における認知症高齢者数は7人に1人（瀬谷区では約4,000人）とされ、平成37（2025）年には、約5人に1人（瀬谷区では約7,000人）に達すると予想されています。

地域に認知症高齢者の増加が予想されるため、「認知症高齢者への対応」、「認知症リスク予防」等、認知症に関する普及・啓発が必要です。

区医師会、居宅介護事業者、地域包括支援センター、区役所との定期的な会議である認知症医療連携検討会によって、認知症の早期発見・早期治療のために、体制づくりを進めています。

#### II 認知症高齢者に対する支援・見守り体制

認知症キャラバンメイトによる認知症サポーター養成講座を積極的に進め、認知症に対する地域の理解を広める必要があります。

瀬谷区認知症高齢者はいかいネットワークなどによって、徘徊高齢者への気づき、見守り、連絡ができるよう、ネットワークを広げることや、独居で暮らす認知症の方を見守る体制が必要です。



### 目指す姿

- 本人の状態に応じて適切な支援が受けられるよう、医療・介護サービスの適切な提供、連携を推進するとともに、地域の見守りやインフォメーションサービス等も含めた、切れ目のない支援体制の構築を目指します。
- 認知症高齢者に対しての区民理解が進むとともに、徘徊したとしても早期に発見できる仕組みにより、認知症高齢者の本人・家族が孤立せずに安心して暮らせる地域を目指します。
- 認知症になっても、自分のできる範囲で活躍し、役割をもって暮らしていけるような地域を目指します。

#### 用語



【オレンジリングとは】

「認知症サポーター養成講座」を受講することで、認知症サポーターになることができます。認知症サポーターには、認知症の人やその家族を支援する「目印」として、オレンジリングをお渡しします。



## 実現に向けた方向性と取組

認知症医療連携検討会により、区医師会、地域ケアプラザ（地域包括支援センター）、区内居宅介護支援事業所が連携し、近隣区の診療所・病院を含めた認知症医療体制づくりを推進します。

認知症サポーター養成講座の充実により、認知症の理解促進を図ります。

瀬谷区認知症高齢者はいかいネットワークの見守り協力機関を増やすとともに、早期発見につながる仕組みを構築することにより、安心して暮らせるまちを目指します。

### I 認知症高齢者の増加に伴う認知症に関する理解促進

区、CP

○軽度認知障害、初期認知症の理解促進を継続的に実施します。

区

○学校や企業、自治会の集まりなど、様々な機会を積極的に活用した、認知症サポーター養成講座を継続開催し、さらなる普及・啓発を図ります。

CP

○区内小学校で認知症サポーター養成講座を行うことにより、子どもから大人まで認知症の普及・啓発を図ります。

○認知症サポーター養成講座をキャラバンメイトとともに実施します。

○地域包括担当圏域の病院・クリニックにヒヤリングを行い、課題等の抽出と対応策を検討します。

### このような取組も行っています！

- ・ケアプラザ協力医と協働し、認知症ミニ講座を地域に出向き開催しています。
- ・分かりやすい認知症理解促進のためのガイドブック・DVD等を活用し、小学校、地域等へ普及・啓発をしています。



### II 認知症高齢者に対する支援・見守り体制の充実

区、CP

○認知症医療連携検討会等を通じ、医療・福祉・行政の連携促進を図ります。

○キャラバンメイトの活動を支援したり、瀬谷区認知症高齢者はいかいネットワークの見守り協力機関を増やす取組を行うことによって、見守り体制を充実します。

○行方不明となった認知症の人の早期発見と身元不明対策を目的とした見守りツールを導入します。



<認知症医療連携検討会>

- 地区社会福祉協議会や地域団体が、地域に認知症の研修を行う際、支援します。
- 地域ケア会議を通じて、日頃から見守り支援をしている民生委員や介護事業所との連携を促進し、見守り体制の充実を図ります。
- 地域の方が、若年性認知症の方やそのご家族、認知症が少し気になる方など、気軽に誘うことができるような場の充実を図ります。



### このような取組も行っています！

#### 【瀬谷区認知症医療連携検討会】

「認知症になっても孤立しない瀬谷」をつくるため、平成24年度から区高齢・障害支援課、区医師会代表、地域ケアプラザ（地域包括支援センター）及び区ケアマネット代表が集まり、医療、保健、福祉関係者が連携、支援していく仕組みづくりについて検討しています。

#### 【瀬谷区認知症高齢者はいかいネットワーク】

認知症高齢者が、徘徊（はいかい）で行方不明になった時に、できるだけ早く、発見・保護するためのシステムです。

徘徊があった時に、瀬谷区福祉保健センター、警察、地域包括支援センター、泉区・旭区福祉保健センターが情報を共有し、発見協力機関と連携して対応します。



#### <見守り機関の充実に向けた取組例>

認知症高齢者が行きやすい場、立ち寄りやすい場（商店など）を、見守り協力機関として登録できるよう、働きかけています。

### Ⅲ 認知症高齢者本人・家族・支援者が参加する「集いの場」の充実

- 介護をしている家族等が集える場を設け、認知症の症状や特徴について理解を深めるとともに、日頃から気になっていることなどを情報共有し、介護をしている家族等の負担軽減を図ります。

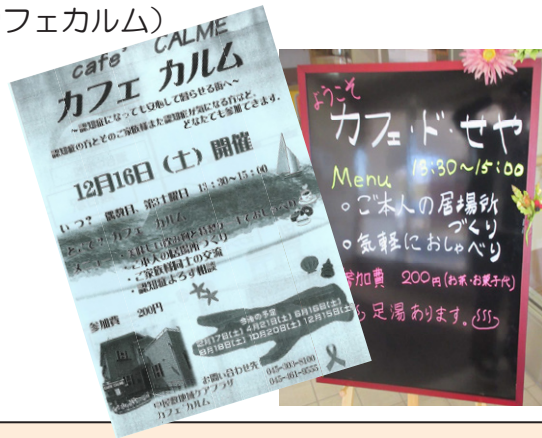
- 認知症カフェや介護者の集い等、家族同士が集える場の充実を図ります。
- 当事者を含めた家族の会の充実を図ります。
- 認知症サロンの強化の実施します。



このような取組も行っています！

【認知症カフェ】（決められた日に実施しています）

- ・カフェ・ド・せや（会場：ファミリーイン瀬谷）
- ・セレーナカフェ（会場：サロン・ド・せや）
- ・カフェ アロハ（会場：下瀬谷地域ケアプラザ）
- ・カフェ カルム（会場：でっかいそらカフェカルム）



## 用語

【認知症サポーター】

認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、偏見をもたず、認知症の人や家族を温かく見守り、自分のできる範囲で活動する「応援者」のことです。

【認知症キャラバンメイト】

認知症キャラバン・メイトとは、「認知症サポーター養成講座」を行うボランティア講師のことです。

【認知症カフェ】（厚生労働省ホームページより）

厚生労働省は、認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）の中で「認知症の人やその家族が、地域の人や専門家と相互に情報を共有し、お互いを理解し合う場」としています。

【認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）】（厚生労働省ホームページより）

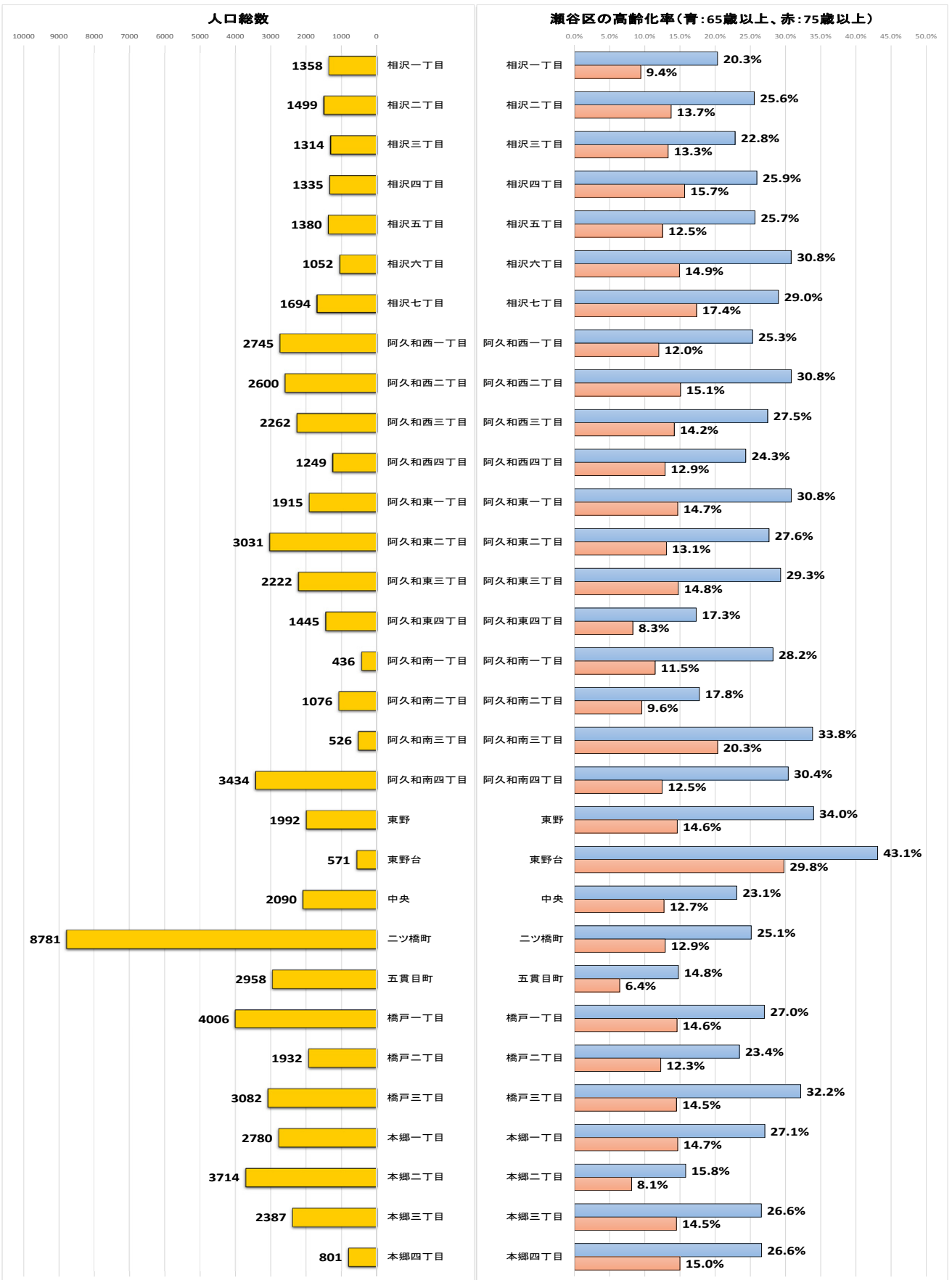
認知症の人が住み慣れた地域の良い環境で自分らしく暮らし続けるために必要としていることに的確に答えていくことを旨としつつ、以下の7つの柱に沿って、施策を総合的に推進していくこととしています。

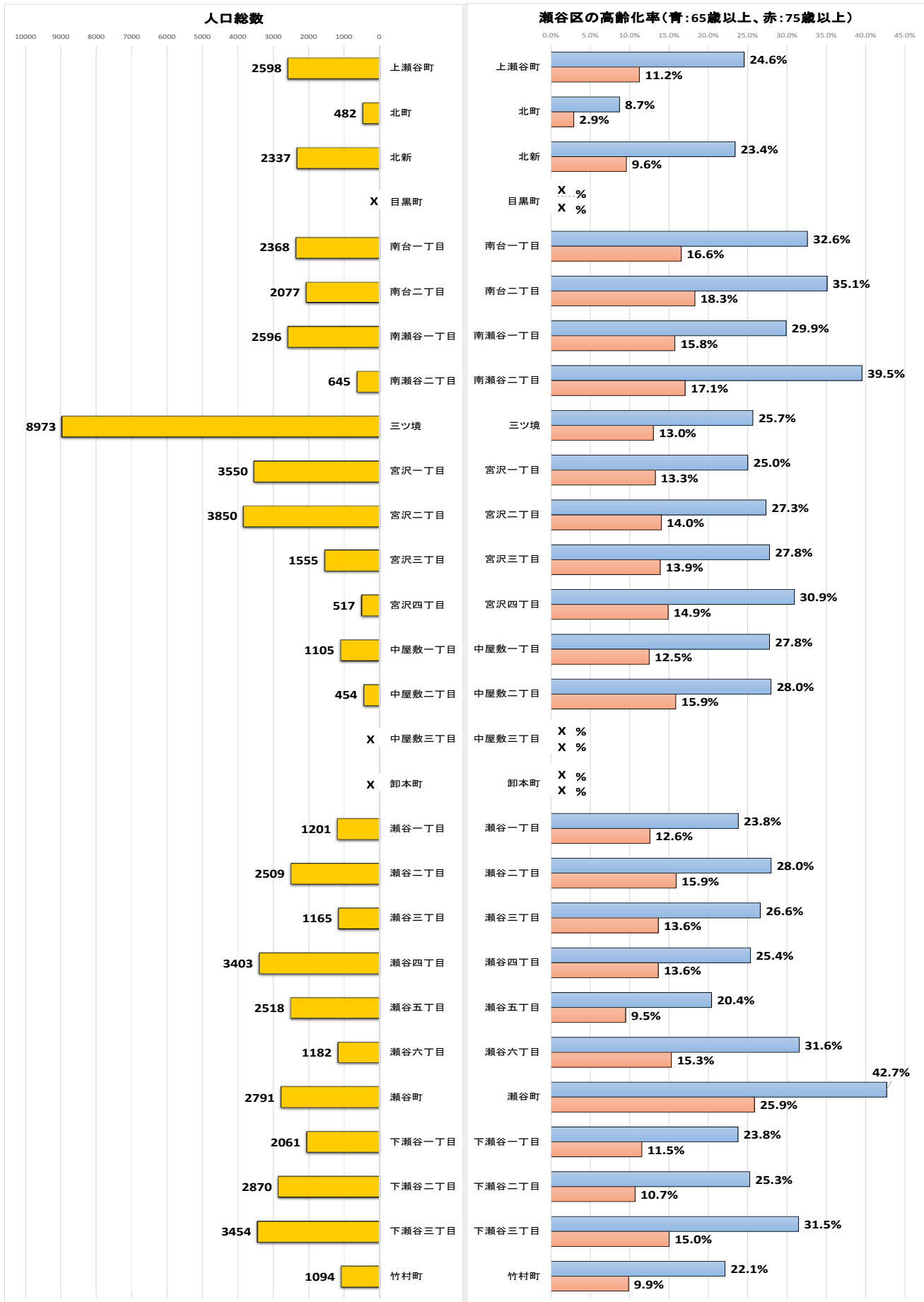
- 1 認知症への理解を深めるための普及・啓発の推進
- 2 認知症の容態に応じた適時・適切な医療・介護等の提供
- 3 若年性認知症施策の強化
- 4 認知症の人の介護者への支援
- 5 認知症を含む高齢者にやさしい地域づくりの推進
- 6 認知症の予防法、診断法、治療法、リハビリテーションモデル、介護モデル等の研究開発及びその成果の普及の推進
- 7 認知症の人やその家族の視点の重視

# 6 資料編

## 【住所別人口数及び高齢化率】

65歳以上高齢化率は、東野台に次いで瀬谷町が高い結果となっています。





※ 「横浜市統計ポータルサイト」のデータが0~2名の場合は、数値が0となっているため、データ算出はしていません。



【地区連合自治会町内会の参考データ】

横浜市が発表している町別に集計された数値をもとに集計をしているため、実際の地区連合自治会町内会の区域と一致しない区域があります。**あくまでも目安としての数値です。**

＜阿久和北部連合自治会＞（阿久和西一丁目、阿久和西二丁目、阿久和東一丁目、阿久和東二丁目）

単位：人

人 口	合 計	～14歳	15～64歳	65歳～	高齢化率	うち後期高齢（75歳～）			
		10,291	1,260	6,107	2,924	(28.41%)	1,398	(13.58%)	
要介護認定	合 計	認定率	内 訳	要支援		要介護1・2		要介護3～5	
	464	(15.87%)		102	(3.49%)	220	(7.52%)	142	(4.86%)

＜阿久和南部連合自治会＞（阿久和西三丁目、阿久和西四丁目、阿久和東三丁目、阿久和東四丁目、阿久和南一丁目、阿久和南二丁目、阿久和南三丁目、阿久和南四丁目）

単位：人

人 口	合 計	～14歳	15～64歳	65歳～	高齢化率	うち後期高齢（75歳～）			
		12,650	1,734	7,555	3,361	(26.57%)	1,618	(12.79%)	
要介護認定	合 計	認定率	内 訳	要支援		要介護1・2		要介護3～5	
	689	(20.50%)		152	(4.52%)	284	(8.45%)	253	(7.53%)

＜三ツ境連合自治会＞（三ツ境）

単位：人

人 口	合 計	～14歳	15～64歳	65歳～	高齢化率	うち後期高齢（75歳～）			
		8,973	1,079	5,591	2,303	(25.67%)	1,168	(13.02%)	
要介護認定	合 計	認定率	内 訳	要支援		要介護1・2		要介護3～5	
	457	(19.84%)		125	(5.43%)	190	(8.25%)	142	(6.17%)

＜瀬谷第一地区連合町内会＞（瀬谷四丁目、中央、本郷四丁目）

単位：人

人 口	合 計	～14歳	15～64歳	65歳～	高齢化率	うち後期高齢（75歳～）			
		6,294	691	4,045	1,558	(24.75%)	850	(13.50%)	
要介護認定	合 計	認定率	内 訳	要支援		要介護1・2		要介護3～5	
	291	(18.68%)		76	(4.88%)	124	(7.96%)	91	(5.84%)

＜本郷地区連合自治会＞（本郷一丁目、本郷二丁目、本郷三丁目）

単位：人

人 口	合 計	～14歳	15～64歳	65歳～	高齢化率	うち後期高齢（75歳～）			
		8,881	1,343	5,565	1,973	(22.22%)	1,056	(11.89%)	
要介護認定	合 計	認定率	内 訳	要支援		要介護1・2		要介護3～5	
	370	(18.75%)		71	(3.60%)	160	(8.11%)	139	(7.05%)

＜瀬谷北部町内連合会＞（卸本町、五貫目町、上瀬谷町、竹村町、中屋敷一丁目、中屋敷二丁目、中屋敷三丁目、北町、目黒町）

単位：人

人 口	合 計	～14歳	15～64歳	65歳～	高齢化率	うち後期高齢（75歳～）			
		8,691	1,357	5,541	1,793	(20.63%)	814	(9.37%)	
要介護認定	合 計	認定率	内 訳	要支援		要介護1・2		要介護3～5	
	388	(21.64%)		57	(3.18%)	173	(9.65%)	158	(8.81%)

<瀬谷第二地区連合自治会> (下瀬谷一丁目、下瀬谷二丁目、下瀬谷三丁目、橋戸一丁目、橋戸二丁目、橋戸三丁目、瀬谷五丁目、瀬谷六丁目、北新)

単位：人

人 口	合 計	～14歳	15～64歳	65歳～	高齢化率	うち後期高齢 (75歳～)			
		23,442	2,966	14,215	6,261	(26.71%)	2,976	(12.70%)	
要介護認定	合 計	認定率	内 訳	要支援		要介護1・2		要介護3～5	
	1,085	(17.33%)		264	(4.22%)	463	(7.39%)	358	(5.72%)

<細谷戸連合町内会> (瀬谷町)

単位：人

人 口	合 計	～14歳	15～64歳	65歳～	高齢化率	うち後期高齢 (75歳～)			
		2,791	367	1,233	1,191	(42.67%)	722	(25.87%)	
要介護認定	合 計	認定率	内 訳	要支援		要介護1・2		要介護3～5	
	317	(26.62%)		73	(6.13%)	130	(10.92%)	114	(9.57%)

<瀬谷第四地区連合自治会> (東野、東野台、二ツ橋町)

単位：人

人 口	合 計	～14歳	15～64歳	65歳～	高齢化率	うち後期高齢 (75歳～)			
		11,344	1,357	6,858	3,129	(27.58%)	1,594	(14.05%)	
要介護認定	合 計	認定率	内 訳	要支援		要介護1・2		要介護3～5	
	620	(19.81%)		179	(5.72%)	253	(8.09%)	188	(6.01%)

<南瀬谷自治連合会> (南瀬谷一丁目、南瀬谷二丁目、南台一丁目、南台二丁目)

単位：人

人 口	合 計	～14歳	15～64歳	65歳～	高齢化率	うち後期高齢 (75歳～)			
		7,686	956	4,198	2,532	(32.94%)	1,291	(16.80%)	
要介護認定	合 計	認定率	内 訳	要支援		要介護1・2		要介護3～5	
	521	(20.58%)		148	(5.85%)	222	(8.77%)	151	(5.96%)

<宮沢連合自治会> (宮沢一丁目、宮沢二丁目、宮沢三丁目、宮沢四丁目)

単位：人

人 口	合 計	～14歳	15～64歳	65歳～	高齢化率	うち後期高齢 (75歳～)			
		9,472	1,301	5,639	2,532	(26.73%)	1,304	(13.77%)	
要介護認定	合 計	認定率	内 訳	要支援		要介護1・2		要介護3～5	
	486	(19.19%)		118	(4.66%)	181	(7.15%)	187	(7.39%)

<相沢町内連合会> (瀬谷一丁目、瀬谷二丁目、瀬谷三丁目、相沢一丁目、相沢二丁目、相沢三丁目、相沢四丁目、相沢五丁目、相沢六丁目、相沢七丁目)

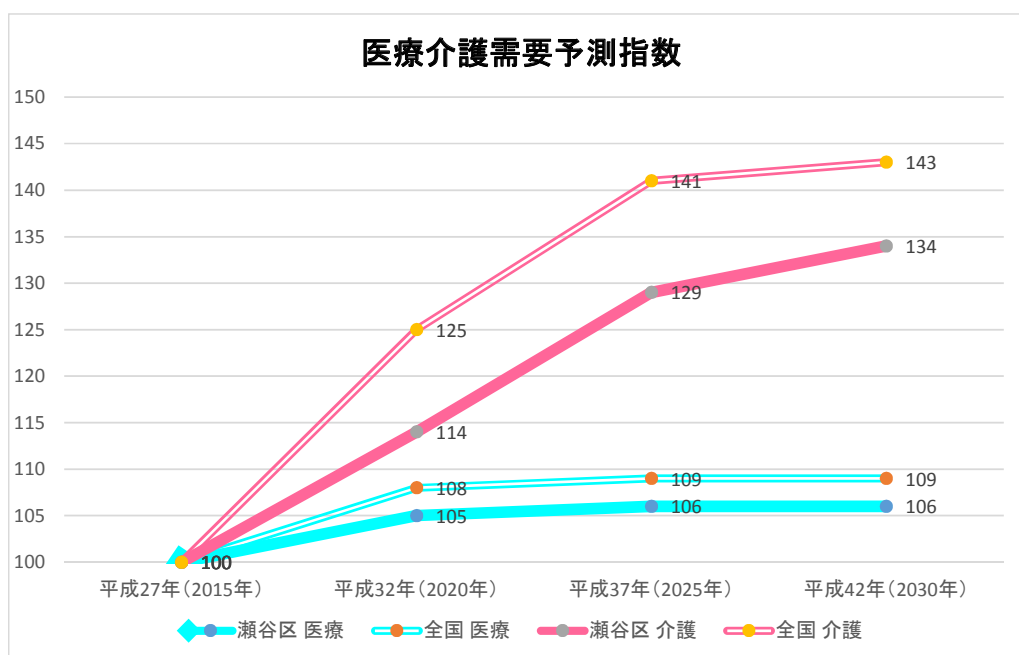
単位：人

人 口	合 計	～14歳	15～64歳	65歳～	高齢化率	うち後期高齢 (75歳～)			
		14,507	1,770	8,965	3,772	(26.00%)	2,051	(14.14%)	
要介護認定	合 計	認定率	内 訳	要支援		要介護1・2		要介護3～5	
	717	(19.01%)		183	(4.85%)	304	(8.06%)	230	(6.10%)

【医療介護需要予測指数】

2015年に総務省が行った国勢調査に基づく需要量を「100」として指数化をしています。需要が高い場合は、「100」よりも数値が高くなります。

		平成 27 年 (2015 年)	平成 32 年 (2020 年)	平成 37 年 (2025 年)	平成 42 年 (2030 年)
医療	瀬谷区	100	105	106	106
	全国	100	108	109	109
介護	瀬谷区	100	114	129	134
	全国	100	125	141	143



【「地域医療情報システム」ホームページの医療介護需要予測より】

【瀬谷区認知症高齢者はいかいネットワーク】（平成 29 年 3 月現在）

＜登録者数＞

	平成 27 年度	平成 28 年度
登録者数	99	136
新規登録者数	30	37

＜発見協力機関＞

鉄道、バス、タクシー事業者等 7 団体

＜見守り協力機関＞

商店、クリニック、個人等 232 機関

## 【介護保険利用者アンケート調査】（平成 29 年）

瀬谷区民の方で介護保険を利用している方を対象に、介護保険サービスの利用状況、介護保険以外のサービスの利用等について伺い、今後の地域包括ケアシステムの構築を進めるために区役所、区社会福祉協議会、区内地域ケアプラザ等と協働でアンケート調査を実施しました。

### <調査の概要>

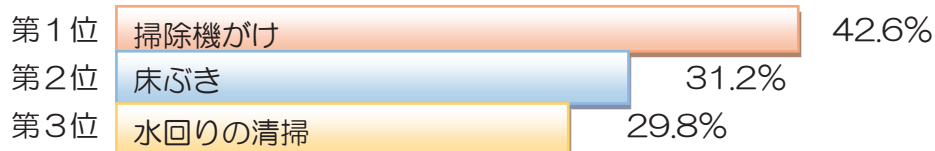
対象：区内に居住していて介護保険の要支援1、要支援2、事業対象者の方で「訪問介護」、「通所介護」を利用している602人

期間：平成29年9月上旬～11月下旬

有効回収数：439件（回収率：72.9%）

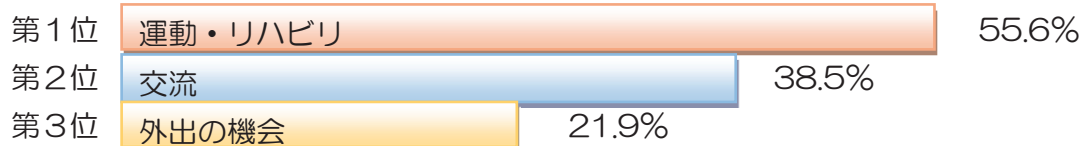
### <訪問介護（ヘルパー）の利用目的>

介護保険のサービスの訪問介護（ヘルパー）の利用目的を伺いました。利用している方は、全体の50.1%でした。そのうち「掃除機がけ」がもっとも多く利用されていました。



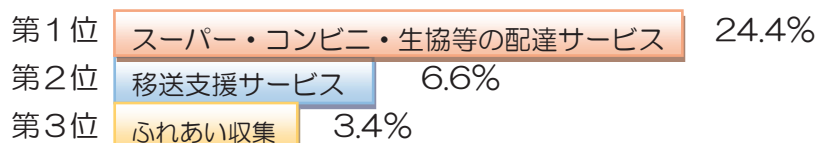
### <通所介護（デイサービス）の利用目的>

介護保険のサービスの通所介護（デイサービス）の利用目的を伺いました。利用している方は、全体の64.2%でした。そのうち「運動・リハビリ」がもっとも多く利用されていました。



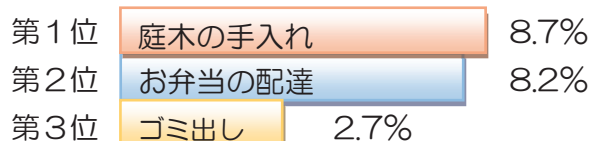
### <介護保険以外で利用しているサービス>

介護保険以外で利用しているサービスを伺いました。利用している方は、全体の37.4%でした。そのうち「スーパー・コンビニ・生協等の配達サービス（食材・日用品等）」がもっとも多く利用されていました。



### <地域の方やボランティアの方をお願いしているサービス>

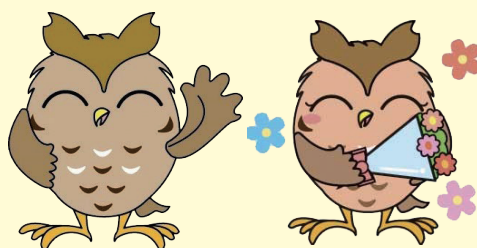
地域の方やボランティアの方をお願いしているサービスを伺いました。利用している方は、全体の21.4%でした。そのうち「庭木の手入れ」「お弁当の配達」が多く利用されていました。







## 瀬谷区マスコットキャラクター



せやまる

このは

### 横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けた瀬谷区行動指針

発行年月：平成 30 年 3 月

発行：横浜市瀬谷区役所

横浜市瀬谷区二ツ橋町 190 番地

電話：045-367-5716（高齢・障害支援課）

協力：瀬谷区社会福祉協議会 瀬谷区二ツ橋町 469

（せやまる・ふれあい館 2階）

二ツ橋地域ケアプラザ 瀬谷区二ツ橋町 83-4

阿久和地域ケアプラザ 瀬谷区阿久和南 2-9-2

中屋敷地域ケアプラザ 瀬谷区中屋敷 2-18-6

下瀬谷地域ケアプラザ 瀬谷区下瀬谷 2-44-6

二ツ橋第二地域ケアプラザ 瀬谷区二ツ橋町 469

（せやまる・ふれあい館 1階）

瀬谷区在宅医療相談室 瀬谷区橋戸 1-36-1

