

多摩地域の在宅医療・介護・福祉・保健を支える



ふれあい通信

2023
8月号



Index

P2

特集

地域に暮らす高齢者の健康を応援！

たまふれあいグループ

「健康生活コンシェルジュ」

P6

ケアマネ相談室

File 12

たまふれあいグループ連携施設のご紹介

その13

P8

スタッフ紹介

たまレポ！

地域マネジメント部クラスマネジメント室 生活支援コーディネーター 川崎 千枝



たまふれあいグループ

Tama Fureai Group

3つの柱	コンテンツ	内容
(1) 常設の拠点事業	生活支援業務	基本的な生活に必要な情報サービスと、生活をより充実させるためのコンテンツ(調理教室、スマホ教室、終活講座など地域の人が参加できる講座)の提供
	相談業務	相談スペースや血圧測定のブースを設けて、たまふれあいグループのケアマネジャーや看護師、生活支援コーディネーターなどが日替わりで常駐
	紹介業務	老人ホーム紹介、ケアマネ紹介、配食サービス紹介
(2) 生活支援体制整備事業	相談業務	生活支援コーディネーターが地域住民の生活全般についての相談を受け、必要なサービスや社会資源につなげる体制整備を通して地域づくりを行う(川崎市委託事業)
	コミュニティー活動	たまふれあいグループの農園や地域交流室を活用した地域活動を通じて、地域住民の交流の場を創出
(3) まちの保健室事業	相談業務	在宅療養サービスを必要としない比較的健康な層に対して、健康管理・維持・向上に関するサービス(体力測定・健康相談・健康増進)を提供
	講演会	たまふれあいグループの医療・介護・保健の専門職による講演会の開催

特集

地域に暮らす高齢者の健康を応援!

たまふれあいグループ

健康生活コンシェルジュ

今月の特集では、たまふれあいグループでスタートした「健康生活コンシェルジュ」事業の概要と目指す姿についてご紹介いたします。2017年に健康相談の「まちの保健室」事業を開始し、2023年7月で18回目を開催することができました。今後はこれを発展させた常設型の相談窓口の設置など、これからの超高齢社会を見据えて、地域に根差した保健活動を「健康生活コンシェルジュ」と名付けて行っていきます。

「健康生活コンシェルジュ」の3事業について

たまふれあいグループは川崎市多摩区を中心に、地域で暮らす皆さんのヘルスケアを面で底上げすることをミッションに掲げ、医療・介護・福祉事業に統合的に取り組んでいます。一方で、これらのサービスをまだ必要としない人々に対して、健康寿命をできるだけ延ばせるように、さまざまな情報やサービスを提供する保健事業にも力を入れています。

今年度より、この保健事業を本格的にバージョンアップして、新たに「健康生活コンシェルジュ」事業をスタートさせました。現在、グループ内で委員会を立ち上げて、地域の高齢者を対象とするコンテンツづくりを進めています。



健康生活コンシェルジュは、(1)常設の拠点事業(2)生活支援体制整備事業(3)まちの保健室事業の3つを柱としています。

(1) 常設の拠点事業

活動の拠点として、多摩区内の一軒家やビルテナント1階の物件など、路面に接した建物を借りて常設型のコミュニケーションサロンを立ち上げます。相談スペースや血圧測定などのブースを設けて、たまふれあいグループのケアマネジャーや看護師らが日替わりで常駐し、ご相談に応じます。また、調理やイベントを行えるスペースを確保して、料理教室やパソコン教室など、技術のあるリタイア後の高齢者やボランティアさんの力をお借りしながら開催したいと考えています。

現在、物件を探しているところですが、皆さんの集いの場として地域に開

けた場所にと考えています。ぜひご利用いただければと思います。

(2) 生活支援体制整備事業

生活支援体制整備事業は、高齢者だけではなく障がい者や子ども、子育て中の親など、全ての市民を対象とした地域包括ケアシステムを国が構築する中で進められている地域づくりの事業です。地域住民に身近な存在である市町村が中心となって、高齢者が要介護状態になることを予防するとともに、多様な団体や住民同士が支え合いながら、誰もが安心して暮らせる生活を支援する体制を整備する事業です。

川崎市では、小地域(中学校圏内)における住民などの協働により、地域の生活課題の解決や閉じこもりの予防に取り組むため、小規模多機能型居宅介護(小多機)か看護小規模多機能型居宅介護(看護多機)を持つ介護事業所を事業の受託要件としています。令和5年4月現在、たまふれあいグループをはじめ19の事業者が委託を受けて、この事業で配置するように位置づけられた「生活支援コーディネーター」が活動しています。

たまふれあいグループでは兼任者3名に加えて、専任の生活支援コーディネーターを配置しました(5ページ参

たまふれあい
クリニック院長
すずき ただし
鈴木 忠

(3) まちの保健室事業

照)。健康生活コンシェルジュ事業の一つの柱として、日常生活の困りごとや地域の生活課題の解決に向けて、皆さんと一緒に考えていきたいと思っています。

高齢者の病気の中には、健康なうちから注意しなければ防げる病気や、早期発見すれば悪化させずに済む病気が少なくありません。たまふれあいグループの一般社団法人たまふれあいの森による「まちの保健室」事業は、地元自治会などにご協力いただき、たまふれあいクリニックの各種専門職が健康相談やお悩み相談をお受けする取り組みを通じて、地域の方々と顔の見える関係を築きながら、健康増進、疾病予防を目指しています。

これまでは年数回のペースで出張相談会を実施していましたが、今後は常設拠点でいつでも相談いただける取り組みを進めるとともに、出張相談会や講演会を積極的に行っていききたいと思います。



健康生活コンシェルジュが目指す姿

たまふれあいグループはこれら3事業を通じて、地域住民が健康な生活を営み、豊かな人生を送れるように、それぞれのライフサイクルや生活環境に適した情報とサービスを提供します。

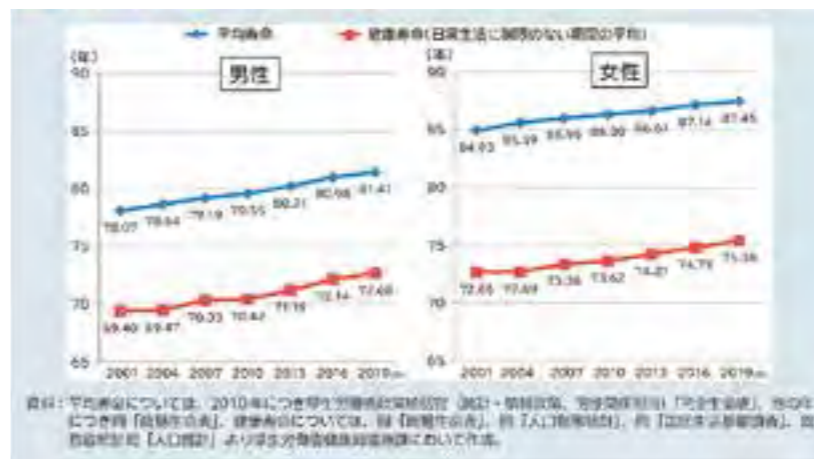
令和4年版「厚生労働白書」によると、日本人の平均寿命が2019年時点で男性81・41歳、女性87・45歳に対し、健康寿命は男性が72・68歳で約9年、女性は75・38歳で約12年の差がありました。周りの人の助けがなく生活できる期間を健康寿命といいますが、年齢とともに体力・気力が低下することで心身の活力が低下したフレイル高齢者になり、健康寿命を失いやすい状態になります。

フレイルは身体的な要素だけでなく、独居や外出減少、孤立などの社会的要素も含む概念です。そのまま放置すると要介護状態に移行しやすい反面、早期に見出し適切な対策をすれば再び健康な状態に戻れることが分かっています。健康で過ごせる時間をできるだけ延ばすために、必要な情報やサービスを提供することは、私たちの大切な使命だと考えています。

健康生活コンシェルジュ事業を通じて、地域

の皆さんが孤立することのない環境を生み出し、フレイルの予防と健康寿命の延伸に寄与したいと思います。

平均寿命と健康寿命の推移



厚生労働省ホームページより引用

生活支援 コーディネーターを ご紹介いたします!



たまふれあいクリニック
地域マネジメント部クラスマネジメント室
生活支援コーディネーター
かわさき ちえ
川崎 千枝

生活支援コーディネーターは、地域の方が住み慣れた場所で暮らし続けるための支援をする仕事です。高齢者だけではなく、お子さんから障がいのある方、子育て世帯などの、日常生活の困りごとを発見し、「暮らしやすいまち」にするためにどうすればいいか解決策を探していきます。

地域を良くしていくためには、若い人に早いうちから福祉や地域の活動に関わってもらうことも大事だと考えます。生きづらさを抱えている人に寄り添い、それぞれが垣根なく支え合えることが、地域共生社会の実現です。これは、専門職だけが頑張ってもつくるこ

とはできず、住民が参加するからこそ地域づくりができると思います。学生や核家族で高齢者に触れ合えない若い世代に、地域の交流を通じて高齢者に関心を持っていただき、高齢者が彼らとの交流を通じて役割や生きがいを持って生き生きしていただけると思います。

たまふれあいグループとして生活支援コーディネーターの活動を始めたばかりですが、地域カフェや保育園・学校ともつながり始めています。まずは手始めに皆さんに参加していただけるイベントを通じて、認知症への理解や孤立した親子をなくす取り組みから進めたいと思います。



生活支援コーディネーター活動例

1. 特技や趣味を生かす

生活支援コーディネーターを配置している看多機・小多機の地域交流スペースを活用した「お習字教室」。先生をお願いしているのは、書道が得意な90代の地域の方。

2. 独りの「不安」を和らげる

買い物の不便さを感じる地域において、地域の関係機関や団体との話し合いを重ねて、事業所の地域交流スペースでの野菜販売や移動パン屋さんなどを定期的に開始。

3. 将来の「困った」に備える

一人暮らしの高齢者や引っ越してきて日が浅い子育て世代のお父さん・お母さんなどが困ったときに、「困った」と言えるご近所同士のつながりのため、事業所で開催しているスマホ教室などを通じて多世代が知り合うきっかけをつくり、10年先に続く顔の見える関係を築く。

(川崎市「生活支援コーディネーターを知っていますか?」パンフレットより抜粋)

たまふれあいグループ・生活支援コーディネーターの取り組み例

地域の生徒さんと一緒に夏祭りを開催

たまふれあいの家 登戸新町で、近くにあるカリタス学園の生徒さんに参加していただき、夏祭りの準備を進めています。



農園活動を通じて食育を応援!

たまふれあいの家 枳形が近隣の農園で育てている野菜を使って、地域の皆さんとぬか漬作りを計画。ボランティアを募っています。



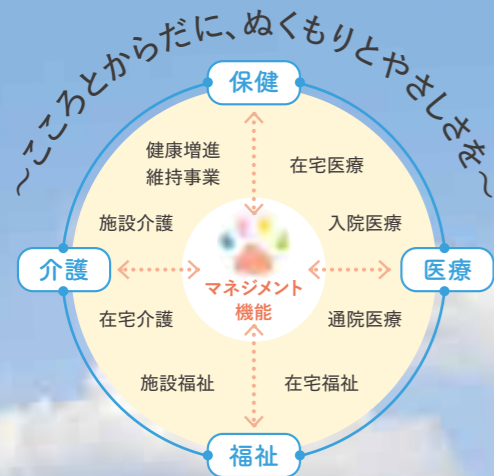
地域で暮らし、 地域で生きる ということ。

人々は地域で暮らし、地域の中で生きています。

世の中がどれほど発達したとしても、
人々の暮らしは地域の中にあります。

そして、たとえどんなに科学技術が進んだとしても、
人が人へ伝えるぬくもりや、やさしさを
超えることはできないと考えています。

だからこそ、私たちは地域に徹底した
こだわりを持ち続けます。



地域の人々の、
よりよい生活と人生のために



たまふれあいグループは、医療・介護・福祉・保健事業を
統合的に展開する医療法人グループです。

- たまふれあいクリニック
訪問診療／専門外来／訪問リハビリテーション
- たまふれあい訪問看護ステーション
- たまふれあい居宅介護支援事業所
- たまふれあいの森
健康相談／セミナー／健康チェック
川崎市多摩区登戸1763 ライフガーデン向ヶ丘2F
- たまふれあいグループホーム 枳形（医療・看取り対応型）
- ナース&ケアハウス ふれあい（看護小規模多機能型居宅介護）
川崎市多摩区枳形6-19-8
- たまふれあいグループホーム 登戸新町（医療・看取り対応型）
川崎市多摩区登戸新町186
- デイサービスふれあい
川崎市多摩区生田3-18-2 アボードベア1F
- たまフレ！（障がい者就労支援事業所）
川崎市多摩区登戸2519-1 ヨシザワ10ビル4F

ケアマネジャーの質問に多職種スタッフが答えます！

ケアマネの 気づき

地域における認知症ケアの拠点として、グループホームでも制度上は緊急シヨートの受け入れが可能だと知りました。地域密着型サービスについても勉強が必要だと気づきました。

ケアマネ
ご利用者のAさんについて相談させていただきます。Aさんの息子さんですが、息子さんが事故で救急搬送されたら連絡がありました。Aさんは認知症もあり、お一人での生活は難しいため、特別養護老人ホームと介護老人保健施設の緊急シヨートを探したのですが空気がなく困っています。

Kさん
地域密着型サービス（看護小規模多機能型居宅介護・小規模多機能型居宅介護・グループホーム）の緊急シヨートはどのようにしたか？ たまふれあいグループの看多機でも緊急シヨートに対応していますよ。

ケアマネ
知りませんでした。

Kさん
緊急時の宿泊ニーズは高まっていて、看多機と小多機では「登録者のサービス提供に支障がないこと」を前提に、宿泊室に空きがある場合には「算定可能とする」となっています。宿泊室に空きがあれば緊急シヨートを受け入れてもらえるとあります。たまふれあいグループ内の看多機も、グループ外の居宅介護支援事業所からの緊急シヨート要請を受け入れています。

Kさん
緊急シヨートを行って看多機・小多機を事前に把握しておく、いざというときの選択肢が広がりますよ。

いつもありがとうございます！ たまふれあいグループ連携施設のご紹介

ディーフェスタ溝の口

☎044-870-4181 サービス付き高齢者向け住宅（サ高住）



神奈川県川崎市高津区上作延542-1
2016年2月開設
事業主体：東京海上日動
ベターライフサービス株式会社

地域とつながり、自立した生活が送れる安心の住まい

たまふれあい
クリニック
鈴木 忠院長より
おすすめ
ポイント

自立度の高いご入居者も多く、ご入居者同士で出掛けるなど仲がよくて施設内の交流が活発に行われている施設です。

ディーフェスタ溝の口は、当社の訪問介護事業所「みずたま介護ステーション溝の口西」を併設する介護サービス付きの住宅です。JR南武線津田山駅より徒歩約12分と便利でありながら、自然豊かな落ち着いた住宅街にあります。隣に小学校があり、感染症拡大前は運動会などの行事に呼んでいただいていた。今もPTAのお手伝いや地元町会、老人会のイベントなどにも参加しています。賃料・共益費に加えて生活支援サービス費を設定し、毎日の安否確認や生活相談、体調不良時のごみ回収のお手伝い、24時間常駐のスタッフによる緊急時対応など、生活全般の支援を行っています。

これに加えて、食事や生活サポートのオプションメニューをご用意しています。併設以外の訪問介護事業所ももちろんご利用いただけます。地域の医療、介護、生活支援・介護予防が高齢者の暮らしを支える、地域包括ケアシステムの理念を体現するのがサ高住です。いこの家や老人会など地域とつながりながら、一人一人が自立して主体的に生活することで介護予防にもなります。今年には地域の夏祭りも再開されるので、こまごま盆踊りの練習会を行えることが楽しみです。高齢者人材を活用したお互いの知見を交換し合う場として、皆さんと盛り上がりたいたいです。

サ高住を中心に地域包括ケアシステムを構築することにやりがいを感じています



支配人
(介護支援専門員・
介護福祉士)
にとう ひまよし
仁藤 久喜さん



インタビュー

地域マネジメント部
クラスタマネジメント室
生活支援コーディネーター
(精神保健福祉士、
社会福祉士、ケアマネジャー)
かわさき ちえ

川崎 千枝



地域相談室によるスタッフ紹介

たまレポ!

今月のインタビュー

地域相談室 相談員

しんどう ゆり
進藤 優里



地域づくりは専門職だけではなく
住民が参加してこそ。生きづらさ
を抱える人を地域で支える「地域
共生社会」の実現を目指します。

こんにちは! たまふれあい地域相談室です。

今回は5月に入职した川崎をご紹介します。川崎が所属する地域マネジメント部には私たち地域相談室とクラスタマネジメント室の2つがあります。どちらも地域の皆さんの窓口となり、さまざまなサービスにつなぐ役割を担っています。

川崎は、大学で心理学を学び、卒業後は社会ニーズの高まりを見越してシステムエンジニアとして働いた後、転職して成年後見センターの立ち上げから法人後見のワーカーをしましたが、制度が活用されるためには、もっと地域に入る必要があると感じて社会福祉協議会(社協)へ転職したという、異色の経歴の持ち主です。

この社協でさまざまな業務を兼務しながら、生活支援コーディネーターを5年間務める中で、地域づくりに特化した仕事をしたい気持ちが強まったそうです。ちょうどその時期にたまふれあいグループでは健康生活コンシェルジュ事業の立ち上げに向けて、地域に根差した支援の形を模索していました。川崎市から生活支援体制整備事業の委託を受けたことから、専任の生活支援コーディネーターを設置しようと募集を始めたタイミングで川崎と出

会い、両思いになりました!

現在、健康生活コンシェルジュ事業の一翼を担い、生活支援コーディネーターとして住民同士のつながりや団体間のつながりを広げていくために、地域カフェなどに顔を出して多世代の交流など地域づくりにつながるようなイベントの企画を考えている川崎が、日常生活の困りごとや地域の生活課題の解決に皆さんと一緒に取り組みます。

自己ベストは「225」。さらなる上達を目指して週1回、地元のリーグでマイボールを投げています!



お料理を家事ではなく趣味として楽しんでいるそうです!

地域相談室

イケダのっふやき



暑い日が続きますね、皆さま水分はたくさん取っていますか? 夏バテにお気を付けてください。さて、今回は健康生活コンシェルジュ事業についての特集です。たまふれあいグループとしても初の試みではあり



ますが、地域の方々との交流の機会が増えることを一同楽しみにしております。どうぞよろしく願います(^_^)

(地域相談室 相談員 池田あゆ)



いけだ 池田あゆ



ご相談は下記の地域相談室までお電話ください

044-931-0220

〒214-0014 神奈川県川崎市多摩区登戸1763
ライフガーデン向ヶ丘2F