

第1～16回 尾道市自立支援型地域ケア会議 29事例の傾向と課題 (第1回：R3.6.18～第16回：R5.12.15)

令和6年1月31日
尾道市高齢者福祉課

第1～9回で抽出された地域課題に対する 令和5年度の動き

フレイル、疾病の重度化
を含めた予防のための
専門職の支援体制整備

- 通いの場での体力測定と専門職による個別フィードバックの仕組みづくりに着手

歩いて行ける距離にある
介護予防効果のある
通いの場づくり

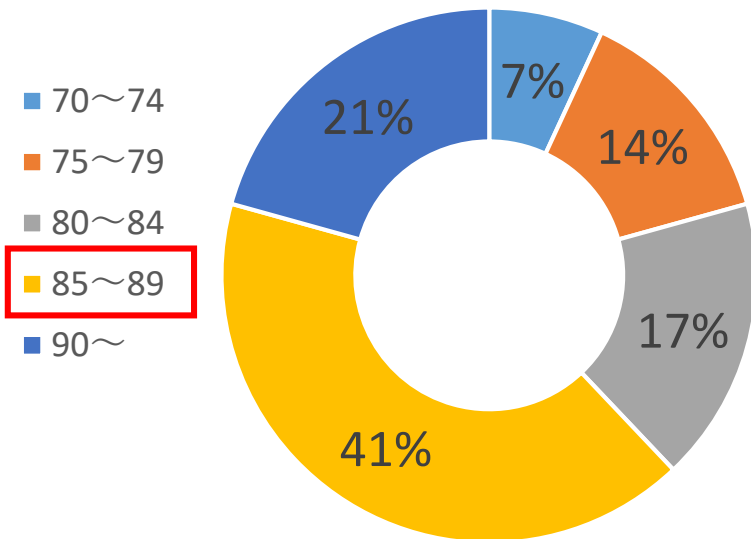
- 地域包括ケア連絡協議会の地域包括ケア推進部会にて、通いの場の増加に向けて協議し、マップ作りに着手

高齢者の“やりたいこと”の実現
に向けて、地域資源の活用や意欲を引き出し強みを活かすなどの「自立支援型ケアマネジメント」の多職種への普及

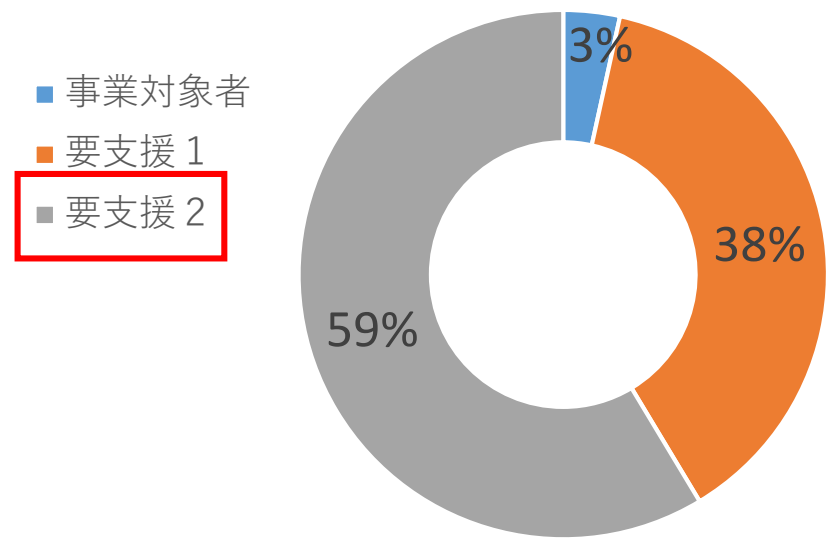
- 引き続き自立支援型地域ケア会議を6回/年開催。
(参加者延べ222名、傍聴者延べ658名)

第1～16回 29事例の状況

年齢



介護度



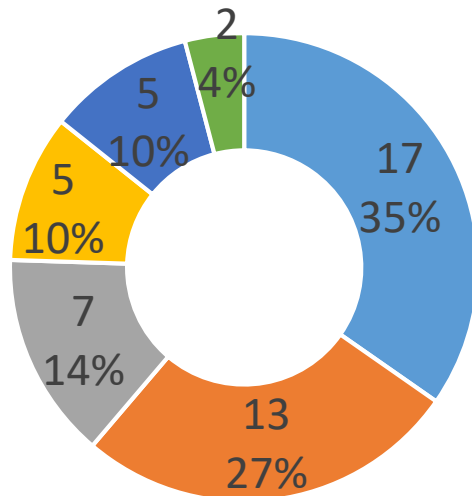
☞ 80歳代が半数以上、介護度は要支援2の事例が多い

検討事例の利用サービス

フォーマルサービス
(公的サービス)

28事例

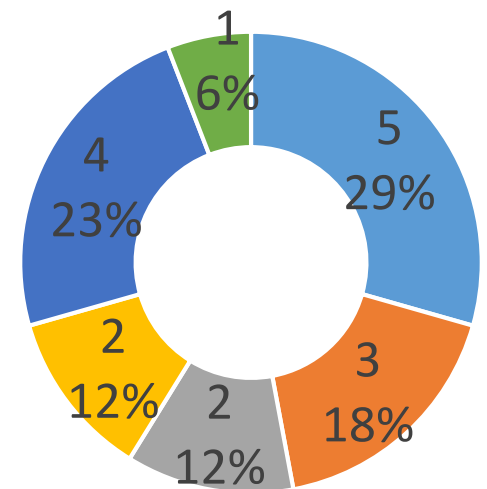
- 通所型サービス
- 介護予防福祉用具貸与
- 訪問型サービス
- 介護予防通所リハビリテーション
- 介護予防住宅改修
- 介護予防短期入所生活介護



インフォーマルサービス
(地域の支え合い)

11事例

- 家族からの支援
- 通いの場等の利用
- 友人・知人の訪問など
- 民生委員の訪問など
- その他インフォーマルサービス
- 配食サービス



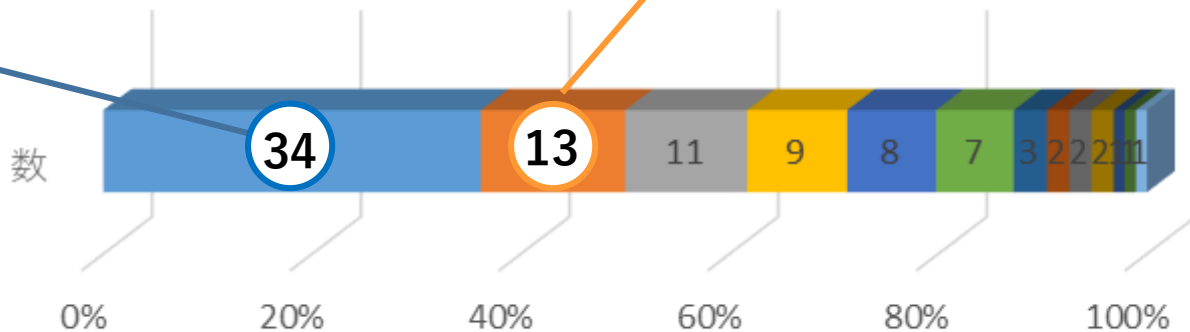
☞ フォーマルサービスでは通所型サービスの利用が多い
インフォーマルなサポートがある事例は11事例

疾患

- ・変形性膝関節症（14件）
- ・脊柱管狭窄症（6件）
- ・骨折（6件）

など

- ・糖尿病（8件）
- ・脂質異常症（3件）



■ 筋骨格系及び結合組織の疾患

■ 内分泌、栄養及び代謝疾患

■ 循環器系疾患

■ 腎尿路生殖器系疾患

■ 心疾患

■ 脳血管疾患

■ 耳及び乳様突起の疾患

■ 新生物

■ 精神及び行動障害

■ 消化器系疾患

■ 呼吸器系疾患

■ 甲状腺疾患

■ 神経系疾患

☞ 筋骨格系と生活習慣病が全体の半分を占める

生活課題

■ 運動・移動
■ 健康管理

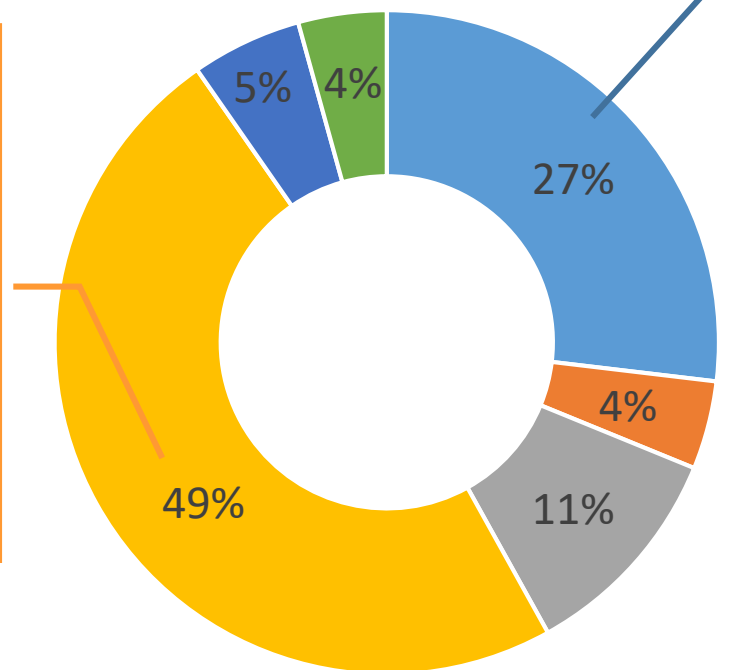
■ 日常生活
■ その他

■ 社会参加
■ 自由記載

歩行能力の低下
(25件)

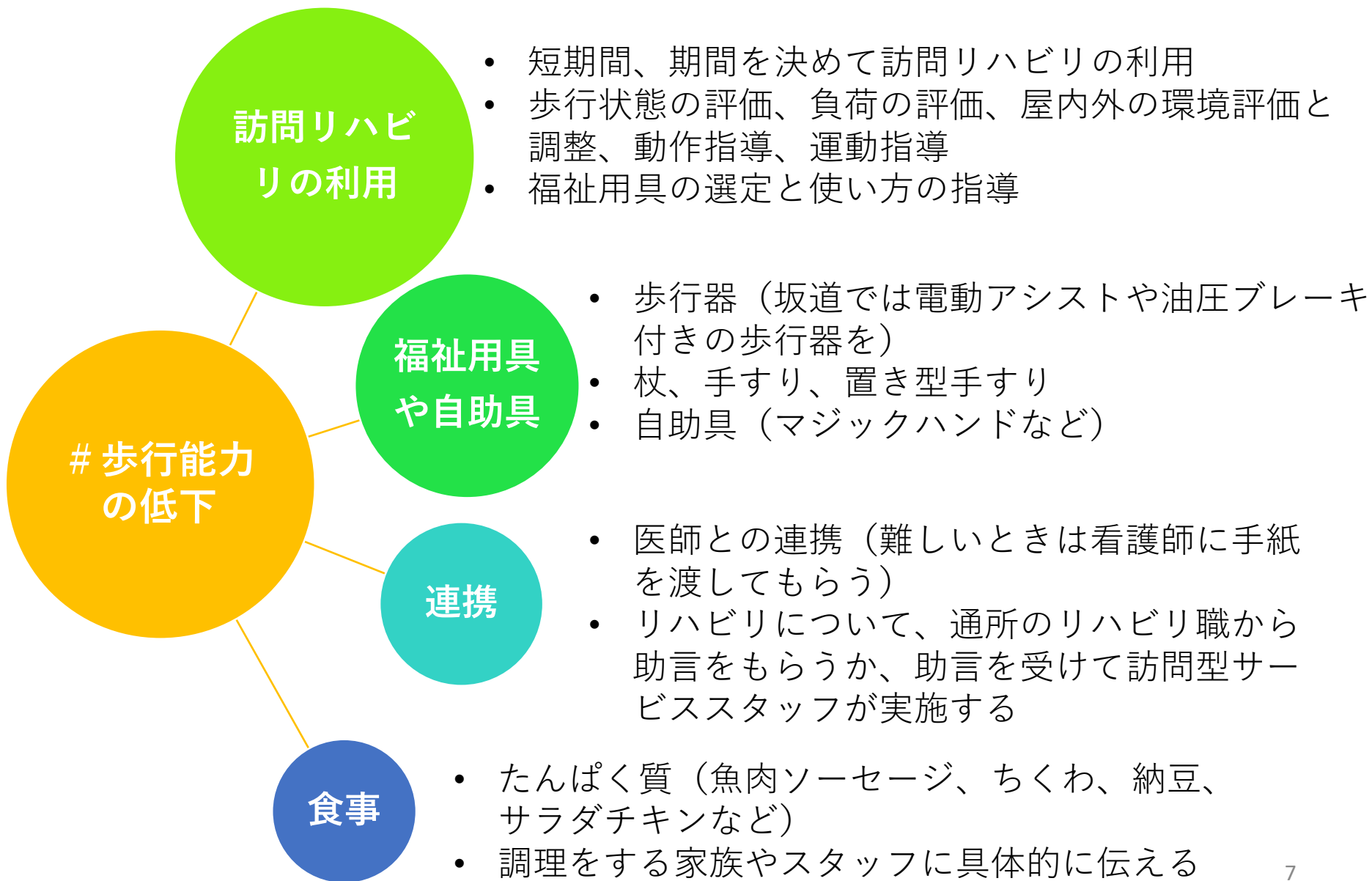
- ・ 食事バランス不良 (11件)
- ・ 痛みのコントロール不良 (8件)
- ・ 慢性疾患コントロール不良 (7件)
- ・ 体重コントロール不良 (4件)

など



👉 健康管理に関する課題が半数を占める
課題別に見ると、歩行能力の低下が最多

「歩行能力の低下」への助言



「食事バランス不良」への助言

食べ方の工夫

- 血糖値が上がりにくいベジファーストを意識して
- たんぱく質を優先して食べ、残すなら炭水化物
- 食事量を減らすことに抵抗がある人には、まず1口から減らす、量が多く見える形のお茶碗を選ぶ

メニュー内容

- お惣菜でも買うのは、わかめの酢の物、ひじきの煮物、切り干し大根、色の濃い野菜など
- 朝ごはんのパンにはツナやゆでたまごを付けて
- 副菜を足して、品数を増やす。大豆や卵が入ったカップスープなど
- 減量は、ゆで卵、魚肉ソーセージ、0 kcal食品、きゅうりなどを常備しておくで長続きできる
- 豆腐、さば缶、プリン、魚肉ソーセージ、ヨーグルト、ゆで卵など

調理方法

- **1食の量を増やすのが難しければ、油をつかって炒め物や揚げ物でカロリー確保**

食事バランス不良

嗜好品について

- 水分補給にコーヒー、紅茶は含まれない。カフェインで栄養が体外に出ていってしまうので要注意！
- コーヒーに含まれるタンニンは、鉄吸収を阻害するので要注意！

「痛みのコントロール不良」への助言

受診と服薬

- 整形外科を受診し痛み止めの処方を受ける
- 貼り薬も含めていい薬があるので、痛み止めを服用することに対しての本人の認識が変わるような働きかけを

リハビリ

- 自己流ではないリハビリを
- 膝が痛い方は、椅子に座って膝を曲げ伸ばしする大腿四頭筋を鍛える運動がよい
- 日常的に取り組める体操や運動習慣をつける

環境調整

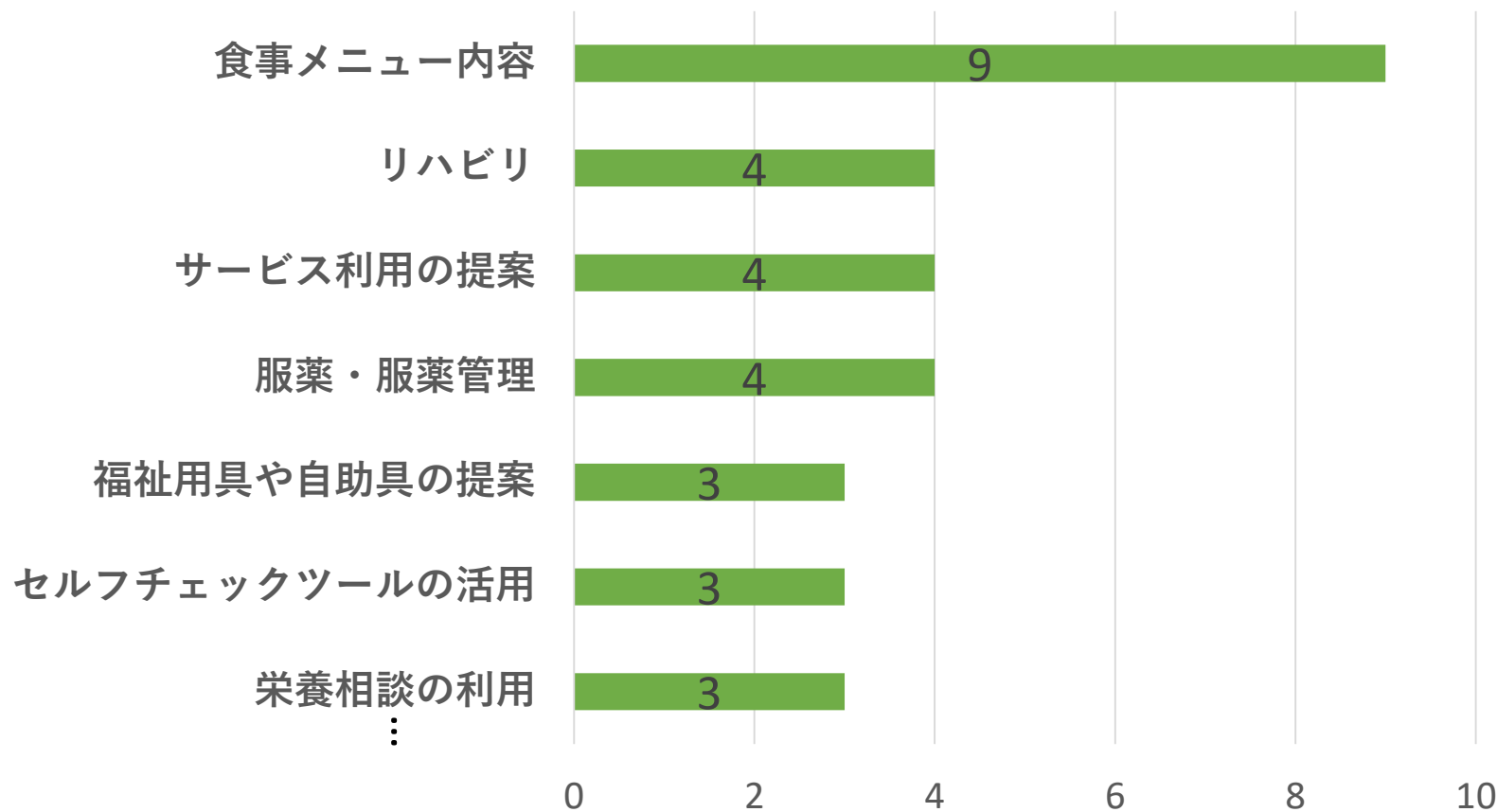
- 姿勢の乱れから膝の負担が大きくなることもあるので、歩行器や椅子などの高さの調整も必要
- 正しい姿勢に近づけば、膝の負担の軽減に

その他

- 根本的な治療として、手術という選択肢にも前向きになれるような働きかけ
- 温熱、冷却などの対症療法
- サポーターの活用

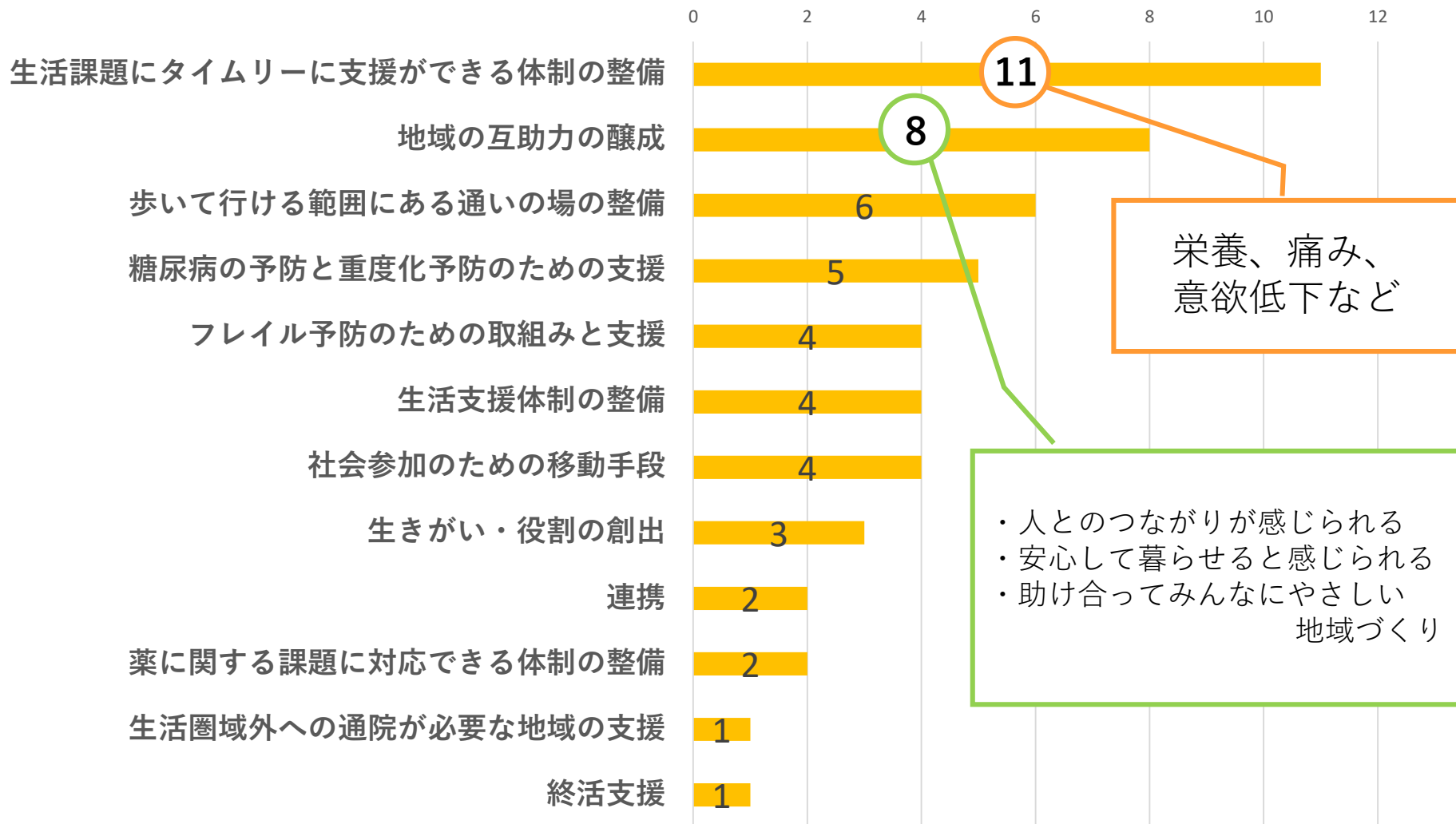
痛みのコントロール不良

事例の行動変容に繋がった内容

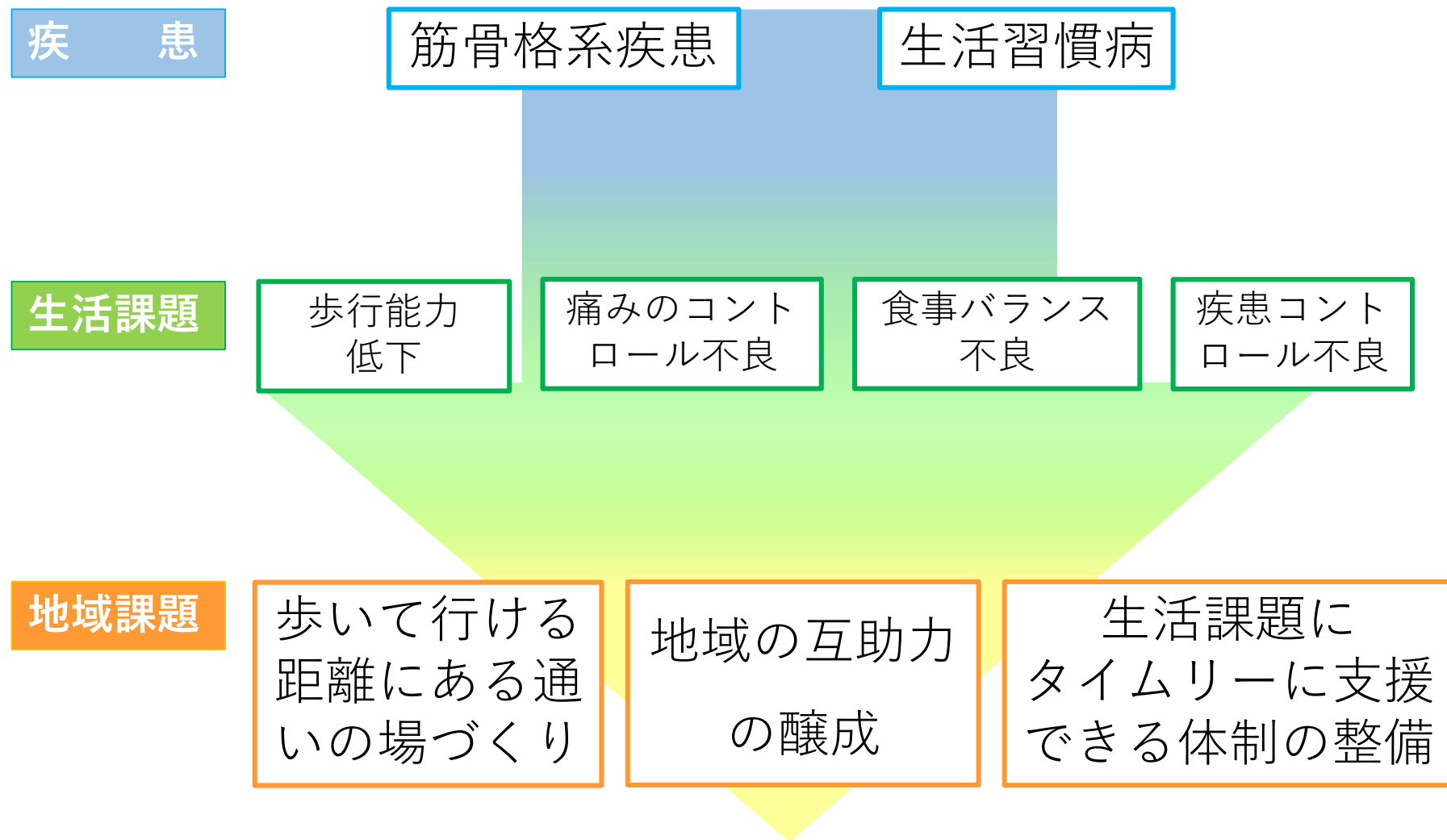


👉 食事内容についての助言が多く行動変容に繋がっている

地域課題



第1～16回の傾向と課題のイメージ



まとめ

- 筋骨格系と生活習慣病に関連した生活課題を抱える事例が多い傾向
- 関連して、「課題にタイムリーに支援ができる体制の整備」が事例から予想される地域課題として最多
- 同時に、「地域の互助力の醸成」や、「歩いていける範囲にある通いの場の整備」も進めていくことが必要

第1～16回で抽出された地域課題と 取り組みの方向性（案）

地域課題	方向性	取り組み内容
生活課題にタイムリーに支援ができる体制の整備	<ul style="list-style-type: none">・ 栄養、痛み、意欲低下などのアセスメント力の向上・ 生活課題に気付いた支援者と課題への対応ができる支援者がつながる	<ol style="list-style-type: none">① 介護支援専門員連絡協議会、地域包括ケア連絡協議会等の研修② 圏域ネットワーク会議や地域ケア会議等での協議
地域の互助力の醸成	<ul style="list-style-type: none">・ 通いの場を核としたつながりづくり・ お互い様のところを育む	<ol style="list-style-type: none">③ ふれあいサロン、シルバーリハビリ体操教室、その他通いの場の充実④ 生活支援体制整備事業の協議体の充実
歩いて行ける範囲にある通いの場の整備	<ul style="list-style-type: none">・ 動機付けのアプローチ・ 既存の通いの場の周知と活用	<ol style="list-style-type: none">⑤ 元気づくりマップ作成・活用と関係機関との協働⑥ 短期集中型通所サービスの周知と地域リハビリテーションの普及