

令和8年3月26日(木)第5回地域ケア会議資料

地域ケア推進系の事業について

高齢者の介護予防を中心に



作成:東郷町役場 高齢者支援課 地域ケア推進係



地域ケア推進係の具体的な事業のご紹介



高齢者が住み慣れた東郷町で自分らしく暮らし続けられる仕組みづくり

一般介護予防事業

介護が必要な状態にならないように、元気で自立した暮らしが続くように支援する事業

- ・いこまい館等での運動教室
- ・低栄養、男性の料理教室
- ・地区のサロン等への出張講座、体力測定会 など

- 思い出の語り場
- 社会参加ポイント
- パワフル東郷・シニアリーダー
- 高齢者ボランティアポイント など

運動・栄養・口腔・フレイル予防
認知症等の介護予防の主要分野

社会参加・役割づくり・
生きがいづくりも含めた介護予防

在宅医療・介護連携推進事業

医療や介護が必要な状態になっても、できる限り自宅で暮らせるようにする事業

医療・介護の専門職には

- ・多職種カンファレンス等の研修
- ・医師を含めた様々な職種での座談会など

日ごろから連携しやすい関係づくり

住民には

- ・在宅医療・介護フェア
- ・出張講座 など

将来起こりうることと意識し、
どんな支援があるのか、
何を選択するのか考えるきっかけを

生活支援体制整備事業

生活のちょっとした困りごとを、地域の中で支えあえるようにしていく事業

- ・生活支援協議体

- ・地域支えあいコーディネーター
- ・サロン等地区の様々な活動

住民主体の互助を育てる
住民ならではの活動や協力者
を生み出す仕組みをつくる

コーディネーターが、地域情報を収集し、
人材・ノウハウ・資源・ニーズ等をマッチングし、
新たな活動を生み出していく

認知症総合支援体制整備事業

認知症になっても、安心して暮らしていけるようにする事業

本人・家族には

- ・認知症カフェ・本人と家族の一体的支援
- ・本人ミーティング
- ・認知症地域支援推進員
- ・認知症ケアパス など

相談や交流できる場、支援する体制を

住民には

- ・小・中学生の認知症サポーター養成講座
- ・地区、企業向けの認知症サポーター養成講座
- ・認知症月間での講演会やイベント など

認知症や認知症の人のことを正しく理解し、
暖かく見守る人・応援する人を増やしていく

地域包括支援センターの設置

高齢者の総合相談窓口を北部・南部の2圏域に設置

高齢者福祉計画の策定

介護・医療・予防・見守りを整え、高齢者の暮らしを支える計画を策定

家族介護支援事業

在宅介護をしている家族を対象に研修会や交流会等を開催

一般介護予防事業を紹介します
いこまい館や体育館で実施している教室



健康づくりリーダーの介護予防教室動教室

月2回いこまい館で開催。
10年近く続く教室です。毎回40人近くの方が参加しています。



他にも…

元気アップ教室
はつらつコース、いきいきコース
体力別の運動教室

転ばない元気な身体づくり教室
理学療法士による運動教室

低栄養料理教室
男性の料理教室
栄養に視点を当てた教室

地域で開催している教室など

TOGOまちかど運動教室



・10地区で開催中

諸輪・傍示本・祐福寺・白土・和合ヶ丘・
白鳥・春木台・北山台・清水・部田
※ 部田山地区でも、お試して教室を開
催中

・運動指導士による体操を
主に実施。

・年に1回フレイル予防、低
栄養、口腔、認知症予防の
ミニ講話を実施。

・サロンと同時開催の地区
もあります。



地域介護予防教室

地域の医療機関、歯科医院、薬局や企業の方に介護予防教室を月1回以上開催していただいています。



医療機関

東郷町受託事業 地域介護予防教室

なごやひがし整形外科健康教室

開催日時：2/13(金) 14:00~15:00

開催場所：部田山コミュニティセンター
(愛知県愛知郡東郷町兵庫1丁目3-1)

<プログラム>

1. ミニ講話
「その肩の痛みの原因は...?!」

【講師】

なごやひがし整形外科・脊椎クリニック
院長 鶴飼 淳一

【肩の痛みについて】

肩の痛みは、加齢や生活習慣、姿勢などさまざまな要因によって引き起こされます。本講話では、肩の痛みの原因を分かりやすく解説し、無理なく続けられる予防法や、痛みを和らげるための日常的な工夫をご紹介します。

2. 体操
リハビリ専門職による運動
支援の実践

社会参加ポイント付与、
対象の教室です。
社会参加ポイント手帳を
ご持参ください。



【問合せ】なごやひがし整形外科・脊椎クリニック
電話 052-680-8375

歯科医院

とうごうみらい歯科健康教室

社会参加ポイント
たまる!

7月 レクリエーション大会

楽しい催し物がたくさん

- レクリエーション：人生ゲーム
お口の体操やストレッチを交えた新感覚ボードゲーム
あの人生ゲームがとうごうみらい歯科オリジナルバージョンで登場!
- 講演：栄養と口腔の関わり

日時 7月25日(金) 10:30~11:30

場所 とうごうみらい歯科・矯正歯

定員 10名(当院に通われていない方も大

参加費 無料

~お問い合わせ先~
とうごうみらい歯科・矯正歯科
TEL:0561-76-1782
住所：愛知県愛知郡東郷町春木申下9



薬局

キョーワ薬局東郷店

ふれあいサロン

彩り手まり寿司

ふれあいサロンとは介護予防を目的とした
大人向けの料理教室です

5/8(木)①14:00-15:00
②15:30-16:30

5/22(木)③14:00-15:00
④15:30-16:30

野菜や鮭フレークなどを使用して
彩り豊かな手まり寿司を
作ります!

持ち物 エプロン・三角巾
持ち帰り容器(タ
社会参加ポイン

場所 キョーワ薬局東
〒470-0162
東郷町春木北野

参加費 無料
アレルギー 卵、大豆、鮭



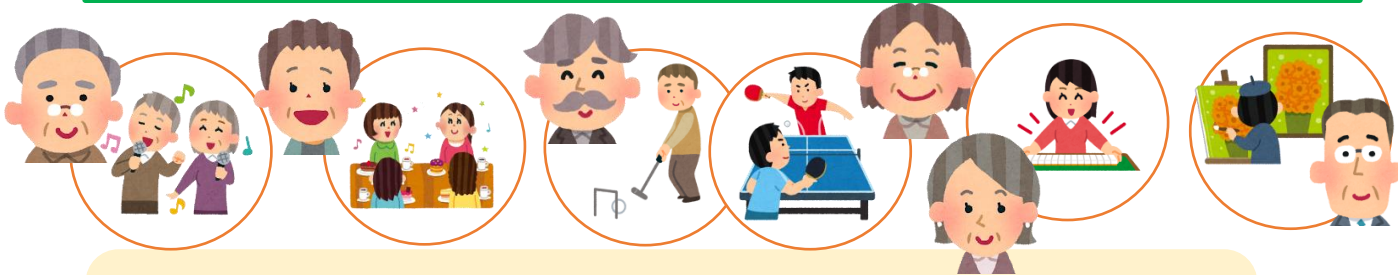
民間企業

紫雲殿
写経教室



住民主体の様々な活動の支援

地区主催のサロンや老人クラブの活動、住民主体のサロンや趣味の活動など
 様々な地区で、様々な人たちが、様々な活動を行っています。



住民主体の活動を支援するため、

町の「思い出の語り場助成事業」や
 社会福祉協議会の「サロン助成」も実施しています。

また、介護予防や在宅医療介護、認
 知症サポーター養成講座等の出張講
 座を行っています。



東郷町イメージキャラクター
トッピー



地区のサロンの様子



体操 & 茶話会で楽しんでいます！

名称	場所と開催日時	活動内容と費用	地区外 見込可
清水コミセン「いそいそサロン」 ＆ TOGOまちかど運動教室 毎月第2金曜日 【TOGOまちかど運動教室】 午前9時30分～10時 【清水コミセン「いそいそサロン」】 午前10時～正午	清水コミュニティセンター 清水4丁目1番地8	体操・収束 1,500円/月	○

参加費 無料
 内容 【TOGOまちかど運動教室】
 シニアリーダー・健康運動指導士に
 による体操＆筋トレ
 【清水コミセン「いそいそサロン」】
 茶話会、カラオケ、卓球、囲碁、
 ボッチャ
 対象 町内の方 ・障害なし
 ・洋式トイレあり

清水地区の64歳以上の人が参加しています。
 平成30年度から、自治会代表や民生委員が
 中心となり、清水「いそいそサロン」推進委員
 会を立ち上げ、地域住民間での交流の場として、
 活動しています。
 ● 最近の場所では、笑顔で和歌づくりや生きがい
 づくりを行い、地域でいつまでもいそいそと暮
 らすことを目指しています。
 ● チラシを作って、気にかかるところを貼るこ
 とで、参加される方も増えています。
 ● 「TOGOまちかど運動教室」で体操が楽し
 めるだけでなく、カラオケで前向きな気持ちに
 するのを楽しんだり、卓球、ボッチャ、囲碁、
 カラオケを楽しんだり、自由に過ごしています。

39

サロンに行って
みませんか？

とーごう
サロンの
ようす

公開情報もあるよ
散歩・ウォーキング
活用してみませんか？

地域支え合いコーディネーターが地域の活動を把握。冊子を作成

社会参加ポイント手帳で介護予防を後押し



- ・登録された活動に参加すると1日1ポイント獲得。15ポイントごとに500円のクオカードと交換できる。(年間上限:60ポイント)
 - ・町の介護予防教室、老人クラブの活動、地区のサロン、趣味のサークルなど
- 令和6年度 登録団体125団体 ポイント交換人数929人



高齢者社会参加ポイント制度登録団体一覧

地区	種別	教室名	場 所	開催日	時 間	活動内容	負担金
●緑地地区	○	健やか教室	諸輪公民館	毎月第2・4月曜日	13時30分～15時30分	茶話会・体操・勉強会	200円/回
	×	諸輪グラウンドゴルフ愛好会	諸輪公民館、慶知地グラウンド	毎週水・土曜日(8月休み)	8時～12時	グラウンドゴルフ	無料
	×	餅の会	諸輪憩いの里ホール	毎月5日	9時～11時	茶話会	100円/回
	○	諸輪卓球同好会	諸輪公園卓球場	毎週火・木曜日	9時～11時30分	卓球	2,000円/年または200円/回
	×	諸輪ゲートボール愛好会	白鹿神社 ゲートボール場	週6回	7時～9時	ゲートボール	4,000円/年
	○	3B体操 諸輪	諸輪公民館	月3回金曜日	10時～12時	健康のための体操	500円/回
○	お寺サロン	清安寺	毎月20日	9時30分～11時30分	音楽鑑賞、情報交換等	200円/回	
●和合地区	×	和合グラウンドゴルフ同好会	和合地区知々堂グラウンド	毎週土・日、毎週水曜日	8時～10時	グラウンドゴルフ	1,500円/年
	○	ゆっぴりあるごう会	和合南辺及び和合公民館2階	毎月第2・4金曜日	13時30分～15時30分	軽い体操・ウォーキング・ポッチャス・ストレッチ等	無料
●傍本地区	○	傍本サロン	傍本公民館2階ホール	毎月第1木曜日	9時30分～11時30分	茶話会・体操・食事会・レクリエーション・ポッチャ・雑談げ・合摺	100円/回
	×	JAさわやか楽部(傍本地区)	傍本公民館	毎月第4火曜日(8・1月休み)	9時30分～11時30分	茶話会	200円/回
	×	傍本グラウンドゴルフ	傍本公民館	毎週月・水・金曜日	13時～15時 夏季 9時～11時	グラウンドゴルフ	1,000円/年
●祐祖寺地区	○	祐友会	祐祖寺地区グラウンド	毎週月・水・木・土曜日	7時～9時	ゲートボール	無料(年会費あり)
	×	祐祖寺グラウンドゴルフ愛好会	祐祖寺地区グラウンド	毎週火・金曜日	午前中	体操・グラウンドゴルフ	無料
●部田地区	×	部田グラウンドゴルフ	部田運動公園	毎週火・木・土曜日	6～9月 7時30分～10時30分 10～5月 8時30分～11時	グラウンドゴルフ	無料
	○	部田G.B(ゲートボール)愛好会	部田運動公園	毎週月・水・金・日曜日	4～10月 8時～10時 11～3月 8時30分～10時30分	ゲートボール	無料

住民のメリット:自分の活動が見える化できる

町のメリット:住民主体の活動を把握できる

元気な人は、より元気に！元気なうちに地域とのつながりを

今、力を入れている「自立支援」の取り組みの紹介
「自立支援応援事業」、「自立支援リハビリサービス（短期集中リハ）」

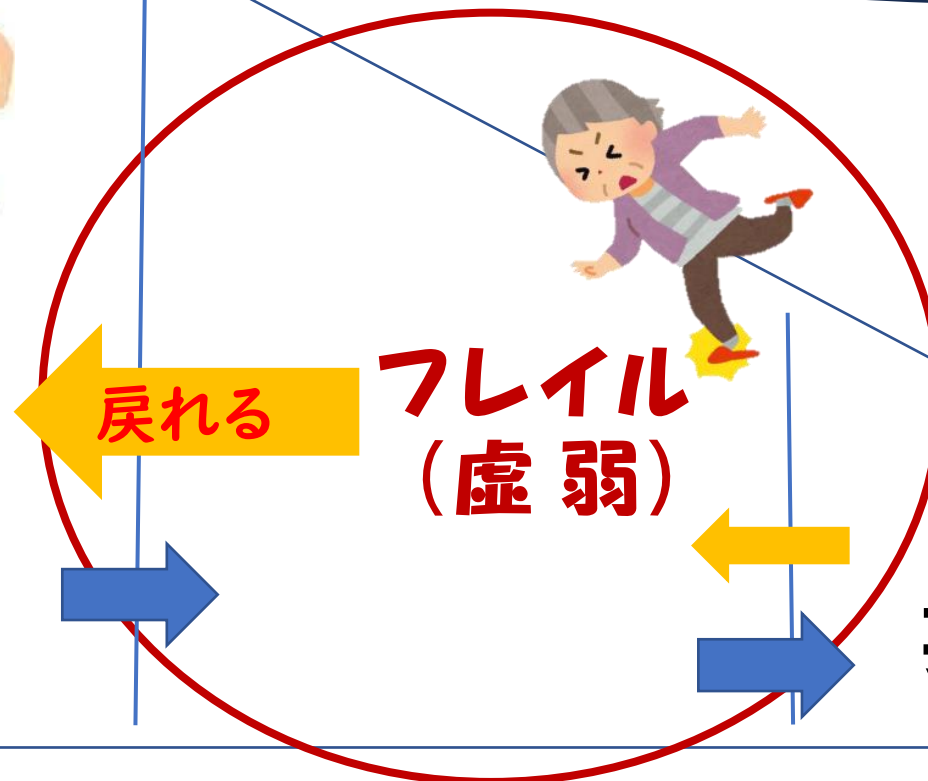


よくなる可能性がある人を見逃さない！

健康な状態



要支援の人はどこにあたるのでしょうか？



要介護状態

今、力を入れている「自立支援」の取り組みの紹介
「自立支援応援事業」、「自立支援リハビリサービス（短期集中リハ）」



よくなる可能性がある人を見逃さない！

健康な状態



要支援の人



ほとんどの人がフレイルに該当

**フレイル
(虚弱)**

要介護状態



要支援者の現状



令和7年3月31日時点

- ・高齢者数 : 10,041人
- ・要介護認定者数 : 1,811人 (要介護認定率17.4%)
うち、要支援者数 : 681人 (37.6%) 前年度+34人
- ・令和6年度の新規申請者数 : 374人
うち、要支援1、2に認定された人: 186人



よくある申請理由

お友達がデイサービスに行っているから私も行きたい



新規申請で要支援1になった人がデイサービスを利用
→翌年度の更新申請で要支援2や要介護になった人が4割

お風呂の跨ぎが大変だから、福祉用具が欲しい
ふらつくから、手すりが欲しい



生活環境は、整えられるが…
→身体機能へのアプローチがない

回復しないことを疑問に思わない

なぜ？ 年を取れば悪くなるのは当たり前 維持しているだけでもよいことだと思っているから

要支援の人は、フレイルの人がほとんど
よくなる可能性のある人を見つけて早期に・集中的に介入



健康な状態



集中的に介入



今までの暮らし
に戻る



要介護状態



具体的な取り組み例



東郷町イメージキャラクター
トッピー

今までの暮らし
今までの楽しみ
やりたいことの実現



自立支援リハビリサービス

・訪問リハビリ(2~3回)と通所リハビリ(24回)を組み合わせた3~6か月以内の短期間集中。本人と一緒に目標をきめ、その達成に向けた個別プログラムの実施。



フレイルには食事も重要
管理栄養士が訪問し、
食事量や食品の選択、調理の工夫などのアドバイスを実施。



やりたいけど...



できない...

何に困っているのだろう？
本当は何がしたいんだろう？

ケアマネジャー
本人

ケアマネジャー 理学療法士
本人

自立支援応援事業

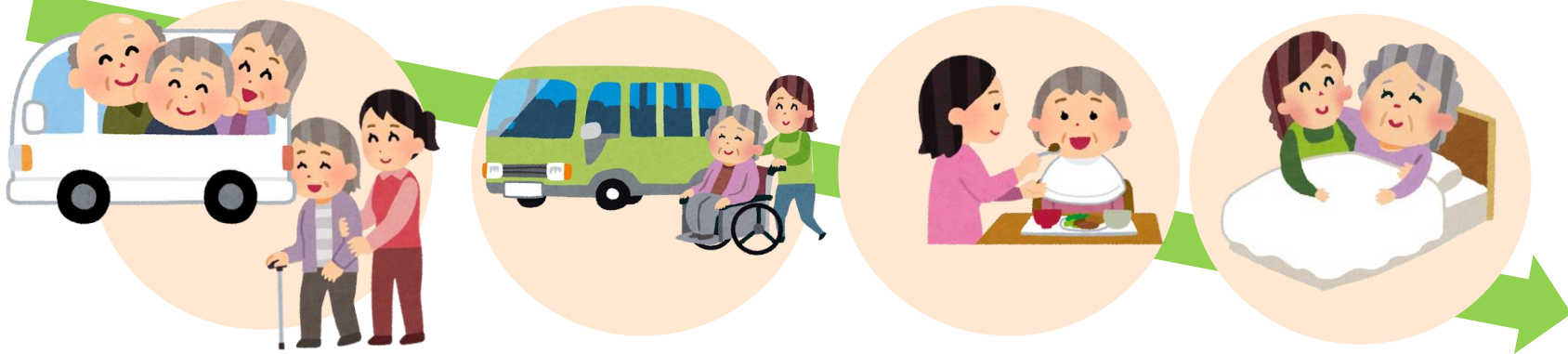
リハビリ職が、訪問し、専門職の視点でよくなる可能性を評価。アドバイスや動機づけを実施。

よくなる可能性
はないのかな？

デイサービスに
行かせたい

ケアマネジャー
地域包括支援センター

デイサービスの
手続きしましょう



やりたいことをつなげる・増やす取り組みの紹介



東郷町イメージキャラクター
トッピー

最近のあった事例！

麻雀



要支援者
A地区

包括支援センター



新たな
参加者

麻雀



社会福祉協議会
地域支えあいコーディネーター



A地区



A地区長

要支援のおじいちゃんの
発言から新しい活動が開始！

やりたいことをつなげる・増やす取り組みの紹介



最近のあった事例2



手芸が得意な
要介護のおばあちゃん

特技を発揮できる場づくり
やりがい・生きがいを支援



地区の人

作り方をレクチャー



地域支えあいコーディネーター



作ってみたい!!



ある地区のサロン



ご清聴ありがとうございました

東郷町イメージキャラクター
トッピー