私がわたしらしく豊かで安心して暮らせる小諸市を目指して！！

地域ケア会議 NEWS☆LETTER

vol.23
2025. 3

令和6年度 第4回地域ケア推進会議を開催！

区の介護予防活動における負担感の軽減について

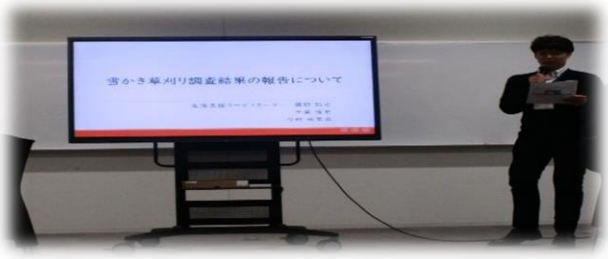
高齢者の介護予防を目的とした様々な活動のことを介護予防活動と言います。具体的にはサロン活動、健康達人区らぶ、給食会、世代間交流等があります。しかし、介護予防活動の担い手がいない・協力者が得られない、活動の負担が偏っている等、活動について課題の声があり、「介護予防活動運営に負担があるのではないか？」ということで介護予防活動にかかわりのある事務局と協議をしました。そこから区長会、民生・児童委員協議会、保健推進員、介護予防ささえ愛サポーターへアンケート調査を実施し、319 名の方から回答いただきました（回答率 80%）

介護予防への「負担感がある」と回答した割合は約３割で、具体的に負担感を感じるのは「企画立案」や「参加者集め」があげられました。負担感がないと答えたのは約７割で、その理由としては、「大切な活動だから」「役割分担できているから」等活動の意義を理解すること、役割分担を明確にすることが負担軽減につながるのではないかとのことでした。

また、今まで区の活動に参加してこなかった人のうち「今後活動に協力できる」と回答した方も７割いるため、協力意向を示す人と活動をマッチングすることで負担軽減となるのではと考えています。アンケートを受け課題整理ができたため、今後も課題に対して皆で考えながら介護予防活動の継続を目指します。

介護予防活動を運営している皆さん
いつもありがとうございます！！！

雪かき草刈り調査結果の報告について



前回、「雪かき草刈りは誰の問題なのか？」という課題の種に対して情報収集していくという話で会議を終えました。市内の居宅支援事業所 10 カ所のケアマネジャーと地域包括支援センター職員から情報収集をしたところ、雪かきや草刈りも「困っているという相談はない」という結果になりました。理由として、雪かきでは「同居家族や近所の人、デイサービスやヘルパーが対応してくれています」草刈りでは「ご本人ができる範囲で除草剤をまいています」等が挙げられました。

その調査の中で、電池交換や灯油の補給、障子の張替え等自分では大変だけど専門家に頼むほどでもない「ちょっとしたこと」で困るという声がありました。今後、「ちょっとした困りごと」について区長、民生・児童委員、シルバー人材センター、ボランティアセンター、小諸市役所、介護保険サービス提供事業所等に調査を進めニーズ把握をしていくこととなりました。それを踏まえて今回の地域ケア推進会議でも「ちょっとした困りごと」についてグループワークを行いました。

グループワークテーマ 「ちょっとした困りごとについて」

1グループ

・物置の扇風機やストーブ等の出し入れ
・ペットの世話（ペットフードを買う、狂犬病等の予防接種）
・行政から届く郵便物の確認や期限のある書類の記入やポストへの投函が大変

2グループ

・ボタン電池どれを買ったらいいかわからない
・スマホの使い方がわからない
・テレビのリモコンの操作
・不安解消として見守りに来てほしい

3グループ

・ 灯油について団地だと 1 階までは届けてくれるが 2 階や 3 階に上げてくれないので上げる作業が大変
・ スマホや電化製品のトラブルについての相談

4グループ

・ハクビシンや畑の害虫、蜂の駆除
・路面凍結の際の塩カルをまく
・訪問販売業者の対応

グループワークではほかにもさまざまな意見を出していただきました！
この意見をもとに地域の中で誰がなにをできるのかなど今後の検討内容の方針を決めていきたいと思います！

委員の皆さんから一言ずついただきました

・最初に会議に参加した時は何を話したらいいか分からなかったが、細かなところまで色々な問題を取り上げていて素晴らしいと思いました。
・高齢者の問題という切り口ではあるが、例えば障害の方や生活困窮の方でも同じような苦しみを抱えているかもしれないので、困り事を地域全体の困りごととして見ていくような土台を作っていきたいなと思っています。
・地域の中の声っていうのがなかなか聞こえてこないというところも現実にあるので、協議を重ね、問題を出し合って点が線になって繋がっていけばいいかなと思います。
・高齢になって足腰が悪くなったら、高いところに登れなくなったら等今自分が当たり前にできていることができなくなったらと想像し考えることが大切だと思いました。

今年度最後の地域ケア推進会議でした。
委員の皆さん1年間ありがとうございました。