

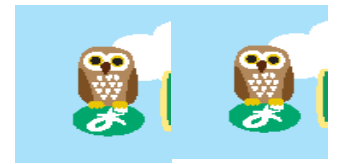
# 地域と共に取り組んだ見守りのしくみについて

～認知症ケアパス沖野版・  
ほのぼの沖野みまもりマップづくり～

沖野地域包括支援センター  
機能強化職員

(認知症地域支援推進員・生活支援コーディネーター)

及川洋子



# 圏域について

## 仙台市

- ・人口 1,063,717人      高齢者人口:253,131人(高齢化率23.80%)
- ・日常生活圏域数 63      包括支援センター数 52

## 沖野特徴

◎仙台市の東南部に位置し5つの行政区の若林区の中にある。

- ・人口 13,914人      高齢者人口 3,761人(高齢化率 27.03%)
- ・沖野包括支援センター      平成24年4月 沖野中学校区に新たに開設
- ・中学校1、小学校2、保育所3 市民センター1、老人福祉センター1

- ・古くはお城があった(沖野城)。以前は農村地帯、現在は圏域の東側に田園が広がり西に住宅地がある。アパートなど借家も多く、町内会によっては全世帯の4割を占める地区もある
- ・平坦で徒歩や自転車で行ける範囲に医療機関、スーパー、コンビニ、郵便局、銀行がある。
- ・独居、高齢者世帯が増加、認知症の問題や介護者が居ない事例の緊急対応、8050問題も課題。

☆東日本大震災では東部道路が防波堤になり被害を免れた。

# 認知症地域支援推進員の役割・取り組み

## ◆生活支援コーディネーター

- 生活支援体制整備事業の推進
- 地域包括ケアシステムの構築の推進

## ◆認知症地域支援推進員……認知症施策の推進

- 認知症高齢者の地域での生活を支える・基本は新オレンジプラン
  - ・認知所カフェの設置
  - ・認知症ケアパスの作成・普及啓発
  - ・認知症の人の見守りネットワーク構築
- 認知症初期集中支援事業
  - 事例検討、チームアプローチ、連携支援
    - 早期発見、早期対応、初期のアセスメントの重要性、専門職のアプローチ

# 平成28年度に取り組んだ事

## ◇機能強化職員配置の周知

- ・チラシの作成（若林区8包括合同）
- ・地域ケア会議の開催
- ・役割の説明と顔の見える関係づくり・・・地域訪問

◎得られたこと(課題も含む)→



## ◇認知症サポーター養成講座開催

- ・町内会
- ・郵便局
- ・サロン、小学校など 8地区全10回330名



◎得られたこと(課題も含む)→



# 平成29年度～30年の取り組み

## ◇ 認知症カフェの開設・地域の居場所作り



① 障害者施設コペル喫茶室

② みやぎ生協沖野店2階集会室



③ ホームズ珈琲店 (デイサービス主体・・・包括センター相談コーナー設置)

④ 特養萩の風 (特養主体・・・ //



◆ ほのぼの沖野みまもりマップ作り

◆ 沖野版認知症ケアパス作り

～高齢になっても認知症になっても  
安心して暮らし続けられる沖野をめざして～



# 認知症ケアパスづくり

◇仙台市より配置後2年以内に地域版のケアパス作成、提出を求められた。

取り組みのきっかけ



地域版ケアパス

# 活動の連携先

## ケアパス作成委員会を立ちあげた

→作成委員会メンバー13名選出

連  
携  
先

- ◇内科医 1名(圏域会議に参加など日頃から協力)
- ◇民生委員、児童委員 2名
- ◇認知症カフェボランティア1名
- ◇認知症家族交流会より2名
- ◇薬局 1名
- ◇介護保険事業所 6名

ケアパス作成委員会  
を立ちあげた

# 認知症ケアパスづくり(みまもりマップと両面印刷)

～認知症になっても安心して暮らし続けられる沖野を目指して～

☆物忘れが少しでも気になり始めた時の相談から、

地域にある支えの仕組みについての情報を8分割で掲載。

<掲載内容>

- |           |              |
|-----------|--------------|
| ①ケアパスの説明  | ② ものわすれチェック票 |
| ③相談先・受診要領 | ④カフェの紹介      |
| ⑤地域の病院・薬局 | ⑥圏域の介護保険事業所  |
| ⑦民生委員     | ⑧各町内会毎サロン紹介  |



保存版

認知症になって  
も地域とつなが  
りの中で生活が  
続けられます。

相談窓口が  
たくさん  
あります。

早めに病院に  
行き、相談する  
ことが大切です。

# 認知症ケアパス

沖野版

「ケアパス(支える仕組み・ガイド)」

認知症になって  
も安心して暮ら  
し続けられる  
沖野を目指して

—認知症は身近な病気です—

地域で暮らすみなさんの理解やちょっとした見守り、  
声掛けで住み慣れた地域で暮らし続けられます。

作成: 〇ほのほの沖野みまもりマップ作成委員会  
〇沖野版認知症ケアパス作成委員会  
〇沖野地域包括支援センター ☎294-0380



## 認知症がもしれないと思ったら...



もしかしら認知症かも...と不安になったら、  
ご自分で、ご家族でチェックしてみましょう。

- 1. 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
- 2. 同じことを何度も言う・問う・する
- 3. しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- 4. 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う
- 5. 料理・片づけ・計算・運転などのミスが多くなった
- 6. 新しいことが覚えられない
- 7. 話のつじつまが合わない
- 8. テレビ番組の内容が理解できなくなった
- 9. 約束の日時や場所を間違えるようになった
- 10. 慣れた道でも迷うことがある
- 11. 些細なことでも怒りっぽくなった
- 12. 周りへの気づかいがなくなり頑固になった
- 13. 自分の失敗を人のせいにする
- 14. 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた
- 15. ひとりになると怖かったり寂しかったりする
- 16. 外出時、持ち物を何度も確かめる
- 17. 「頭が突になった」と本人が訴える
- 18. 下着を替えず、身だしなみに構わなくなった
- 19. 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- 20. ふさぎ込んでなにをするのも億劫がりいやがる

もの忘れが  
ひどい

判断力  
理解力が  
落ちる

時間  
場所が  
わからない

人格が  
変わる

不安感が  
強い

意欲が  
なくなる



## 物忘れが気になったら

...心配や不安な事を相談できる場所は?

認知症の相談窓口は  
沖野地域包括支援センター ☎294-0380

「あれっ?」と思ったら、すぐに相談してください  
早めの受診が大切です。

何科を受診したらよいですか?

物忘れ外来のある医療機関や精神科、神経内科  
脳神経外科、老年内科などを受診するとよいでしょう。  
...かかりつけ医師からの紹介も大事。

医師に何を伝えたらよいのですか?

今心配に思っていることを伝えてください。

### <メモしておく>と良いこと>

- ♥ 気になる症状
  - ♥ いつから始まったか?
  - ♥ 普段の生活での困りごと
  - ♥ 現状、ほかに治療している病気
  - ♥ 飲んでいる薬 (持参)
  - ♥ これまでにかかったことがある病気
- \* 食欲や睡眠の状況などの質問もあります

## 民生委員 ~地域の身近な相談相手~

地域住民の皆さんの福祉に関する相談に応じ、行政や専門機関  
との調整をするなど、住民の皆さんの立場に立った支援を行っ  
ています。民生委員には守秘義務があり、相談  
した方の秘密は守られますので、高齢者や介護  
等での心配事や不安などがある場合は、お住ま  
いの地域の民生委員へお気軽にご相談ください。

民生委員・児童委員氏名	電話番号	受持区域
鈴木 徳 郎	☎285-5275	沖野6丁目
相 澤 邦 雄	☎286-1180	沖野3丁目、6丁目
湯 目 實	☎286-3700	沖野1丁目、2丁目、7丁目
菅 井 敏 子	☎286-8436	上飯田1丁目、2丁目
尾 形 あさ子	☎285-6057	沖野4丁目、5丁目
渡 邊 美 智子	☎080-6033-1095	上飯田1丁目、2丁目
武 藤 智 子	☎286-8352	沖野2丁目、3丁目、4丁目
染 谷 恵 司	☎282-2005	沖野7丁目、北門、高野、館東
三 塚 妙 子	☎285-2880	沖野1丁目、2丁目
濱 田 美 和子	☎285-0853	沖野6丁目、7丁目、上飯田1丁目
牛 坂 雅 子	☎286-6418	沖野6丁目
文 屋 俊 英	☎285-2830	沖野3丁目
高 沼 淳 子	☎282-1531	沖野中学校校区主任児童委員

民生委員マーク  
四つ葉のクローバーをバックに  
民生委員の「み」の文字と児童  
委員を示す双葉を組み合わせた  
マークです。



## ほっこりカフェ

ご本人やその家族・知人、医療や福祉の専門職、そして  
地域の人々誰もが気軽に訪れる事が出来る場所。なごやかな  
雰囲気の中で交流を楽しみ、認知症への理解を  
深め「分かり合う」ことが出来るカフェです。

※認知症の相談が出来ます。

- つどいの家・コベル  
喫茶ボラーノ(2階)**  
(上飯田1-17-58)  
毎月第2火曜日  
13:30~15:30
- みやぎ生協沖野店  
集会所(2階)**  
(沖野3-13-15)  
毎月第3木曜日  
13:30~15:30
- 萩の風  
(上飯田天神1-1)**  
毎月第1土曜日  
13:30~15:30
- すだちの里  
ほーむす珈琲**  
(沖野1-40-1)  
毎月第4水曜日  
13:30~15:30

申込みは不要です!飲み物代  
として100円をご持参下さい。  
裏面の地図の ☎マークがほっこりカフェです。

## 病院・薬局は?

### 地域の「かかりつけ医」をもみましょう!

- もの忘れの不安は、まず地域のかかりつけ医に相談しましょう!
- 沖野内科医院 ☎285-8266
  - 荻城内科クリニック ☎289-3322
  - やへ内科クリニックおきの ☎285-3151
  - おきのメディカルクリニック ☎352-3126

### 地域の「かかりつけ薬局」をもみましょう!

- 「薬がたくさん余っている」「薬の数が多くて大変」等の困りごとや、  
健康相談は調剤薬局ならいつでもお気軽に問い合わせください。
- おきの中央薬局 ☎343-9500
  - おきの調剤薬局 ☎285-6683
  - すずらん薬局 ☎285-5160
  - フレント薬局沖野 ☎781-3538
  - ミニ薬局 ☎282-7080

### 「認知症医療センター」について

- 仙台市の指定を受け、認知症の診断や治療を専門的に行っている  
病院です。ご本人の想いを大切にしながら、かかりつけ医・福  
祉サービスとの連絡、調整をおこないます。
- いずみの社診療所(東区松島) ☎341-5850
  - 仙台西多量病院(太白区駒取本町) ☎245-2122
  - 東北医療薬科大学病院(宮城野区榴葉) ☎070-5093-3615
  - 東北福祉大学せんたんホスピタル(青葉区泉ヶ丘) ☎303-0133

## 各種介護サービス

~安心して暮らせる沖野地区を、共に支え合います~

- ☆地域の相談窓口  
・沖野地域包括支援センター
- ☆ケアマネージャー  
・沖野居宅介護支援センター  
・居宅介護支援事業所憩いの園  
・萩の風居宅介護支援センター  
・うくいすケアセンター沖野
- ☆訪問介護・看護  
・かいごや/うくいすケアセンター/憩いの園  
・ファーストケア仙台(看護)
- ☆通所系サービス(デイケア・デイサービス)  
・沖野内科医院通所リハビリテーション(デイケア)  
・nagomi沖野店/萩の風/沖野デイサービス  
・穂の郷/憩いの園すみれ/オリカ/すだちの里

沖野地区には、  
どんな介護サービスが  
ありますか?



- ☆訪問・通所・泊り  
・小規模多機能型居宅介護憩いの園さくら  
・看護小規模多機能型居宅介護包括ケアステーションソエル
- ☆入所系施設  
・特別養護老人ホーム萩の風(ショートステイ含む)  
・グループホーム憩いの園  
・グループホームすだちの里

## ふれあい・集まりの場

### 各町内会毎サロン活動紹介 <2018年3月現在>

名称	対象・町内会	会場	活動日
スマイルサークル	やよい	やよい集会所	第1-3 金曜日 10:00~11:30
夢クラブ	中河原	中河原日庵	第1-3 火曜日 12:00~15:00
永楽会	中楯	沖野コミュニ ティセンター	第2 水曜日 10:30~12:30
三ツ橋サロン	三ツ橋	三ツ橋好日庵	第3 木曜日 13:30~15:00
ひまわり会・コスモス会	横堀東	横堀集会所	年3回 都立会館へ案内
横堀西はつらつ・つどい	横堀西	横堀集会所	月1回 10:00~12:00
龍いきいきクラブ	龍	沖野老人福祉 センター	年数回 都立会館にて案内
上飯田第一サロ	上飯田第一	上飯田第一 集会所	第3 木曜日 10:00~11:30
沖野老人クラブ連合会	龍いきいき 横堀東	市民センター	年4回 都立会館へ案内

他にも、自主グループの活動や、市民センター・老人福祉  
センター・コミュニティセンター・生協等でさまざまな活動があります。

- ・運動 ・お茶飲み会 ・カラオケ ・六和功 ・絵手紙
- ・コーラス ・手芸 ・パークゴルフ ・パソコン
- ・歴史探訪 ・体操 ・卓球 ・絵本の読み聞かせ etc

詳細は沖野地域包括支援センター(☎294-0380)まで  
お気軽にお問い合わせください。

裏面に「みまもりマップ」があります。

- 続いてマップづくりについての紹介です



# ほのぼの沖野みまもりマップづくり

～高齢になっても認知症になっても安心して暮らし続けられる沖野を目指して～

ほのぼの沖野みまもりマップとは

- ◇急速に進みつつある高齢化に備え、お互いに支え合うための**見守りの仕組みを地図にしたもの**→5, 500部全戸配布。
- ・見守り活動に協力する個人を**‘ほのぼの沖野みまもりたい員’**その他を**‘ほのぼのみまもり登録所’**とし地図上に番号で表記。
- ・登録場所には名札(ステッカー)を掲示。
- ・名簿は別途作成、登録者同士で持ち合っている。

○個人登録者 112名

○事業所数 94先



ほのぼの沖野みまもり  
マップ作成委員会を立  
ちあげた

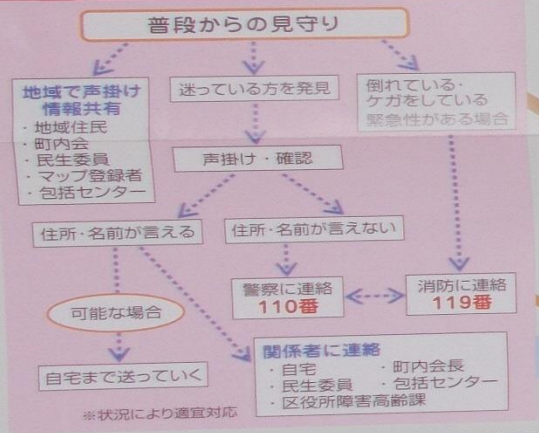


# ほのぼのの沖野みまもりマップ

高齢者が住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けることができるように、地域が連携してサポートしていきます。

- 陸上自衛隊 霞目飛行場
- 公共機関**
- 仙台南警察署六郷交番 ☎289-2054
  - 仙台市若林消防署六郷分署 ☎289-4365
  - 若林区役所障害高齢課 ☎282-1111
  - 沖野地域包括支援センター ☎294-0380

## \* みまもりマップ対応フローチャート \*



A	特別養護老人ホーム萩の風	(代表) ☎289-8555
B	憩いの園	(代表) ☎286-7976
C	すだちの里	(代表) ☎781-2382
D	沖野デイサービス・沖野居宅	(代表) ☎282-0539
E	穂の郷	☎253-6266
F	デイサービスオリカ	☎294-1060
G	nagomi沖野店	☎355-4981
H	うくいずケアセンター	☎354-1062
I	かいごや	☎282-1082
J	訪問看護ファーストケア仙台	☎355-6358
K	沖野内科医院通所リハビリテーション	☎253-6310
L	包括ケアステーションソエル	☎369-3726

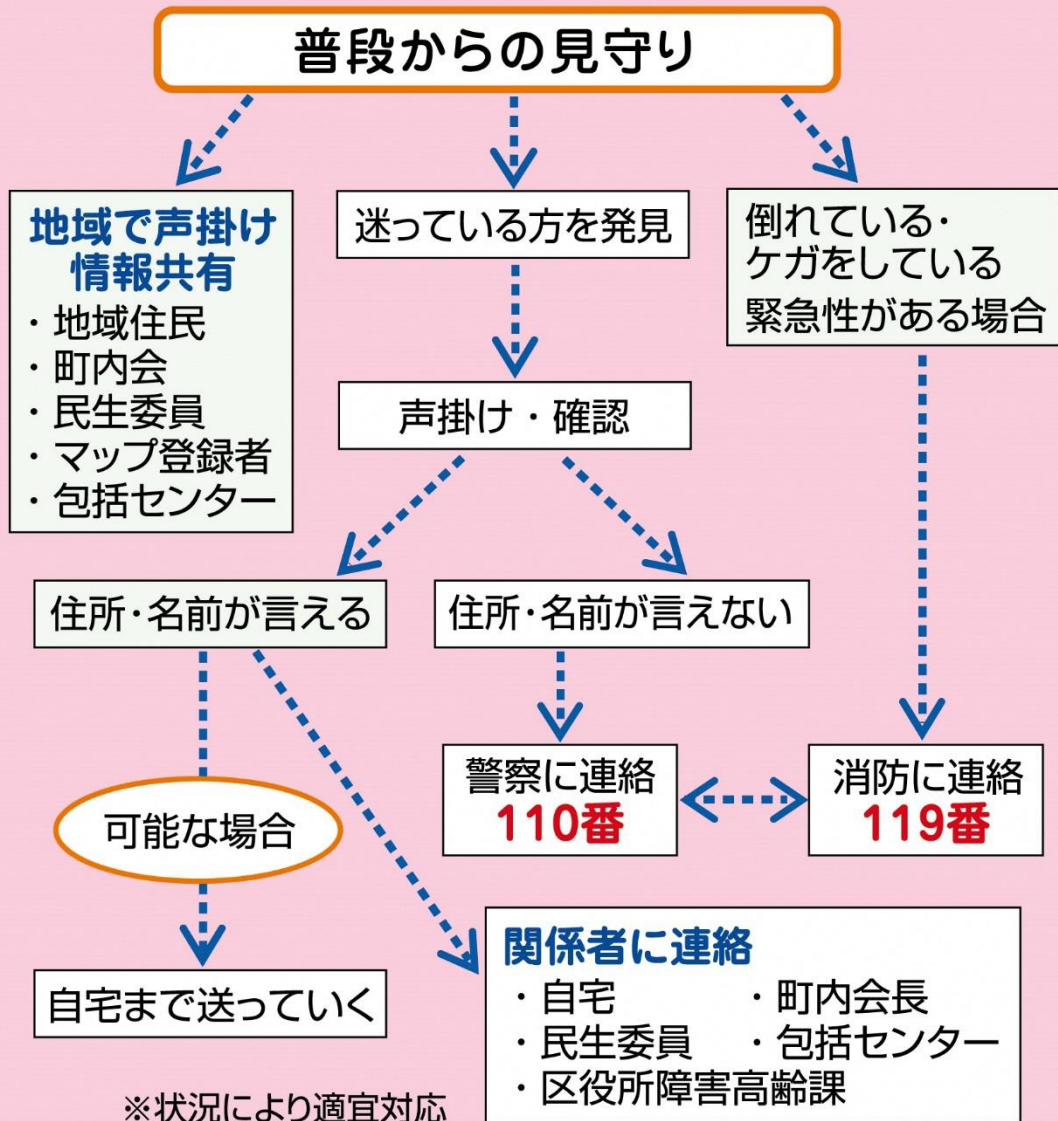
- 医療・福祉施設
  - 公共施設
  - 商店・企業 (みまもり登録所)
  - ほっこりカフェ
  - バス停
  - 公衆電話
  - AED設置場所
- 丸数字は町内会毎のみまもりマップ登録者です。



マップ上のアルファベットと対応しています。

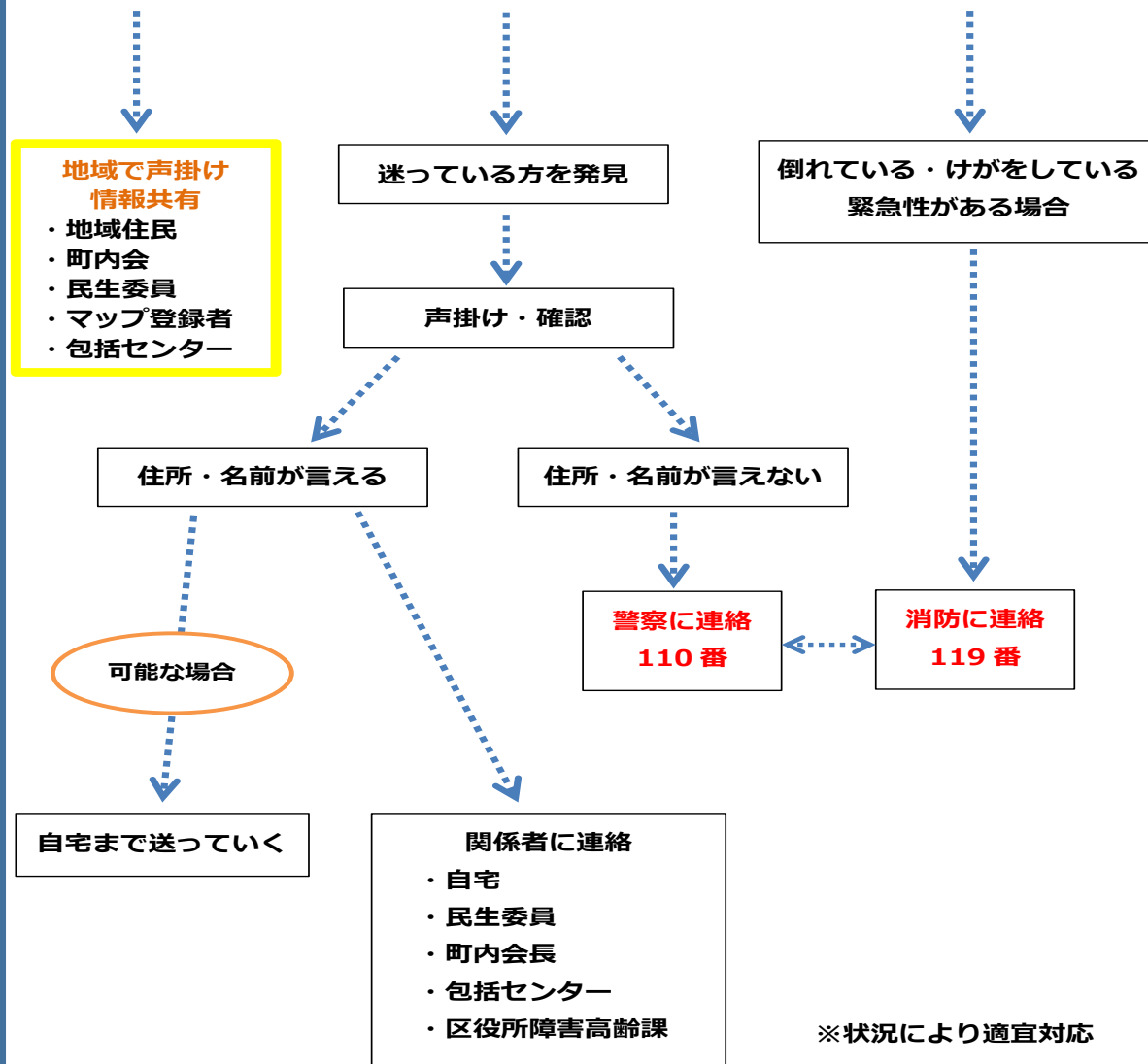
# みまもりフローチャート

## \* みまもりマップ対応フローチャート \*



## みまもりマップ 対応フローチャート

### 普段からの見守り



# 活動のきっかけ

- ◇ 認知症の相談件数の急激な増加
- ◇ 緊急対応も求められた！
- ◇ 機動的な対応を迫られ  
→ 地域の力が必要な状況に変化！！
- ☆ 無力感を味わう事例が発生！！
  - 包括センターって、なに？
  - 認知症地域支援推進員って？

# 活動の連携先

## ◇圏域 9町内会、1自治会(会長、会長代行)

- ・やよい会、沢田、中河原、中柵、三ツ橋、横堀東、
- ・横堀西、館、上飯田第一、沖野団地自治会、

## ◇民生委員、児童委員 13名

- ◇老人クラブ      ◇サロン代表者      ◇社会福祉協議会
- ◇沖野商店会      ◇病院、医院      ◇薬局      ◇介護保険事業所
- ◇六郷交番/若林消防署六郷分署      ◇沖野老人福祉センター
- ◇若林区役所

\* これまでのケア会議のメンバーに商店会が加入  
→作成委員会メンバー13名選出

# 具体的な活動

- ・ケア会議を開催・・・マップ作成の了承→ネーミング決定
- ・委員会の立ち上げ・・・メンバー、活動内容、スケジュール検討
- ・地域への発信・・・地域の皆様へ文書配布、登録状況報告
- ・見守り登録者募集・・・登録依頼書作成・配布・回収
- ・登録者集計・確定・・・名簿作成
- ・マップの具体化・・・掲載内容、サイズ、紙質、配布手段
- ・フローチャート作成
- ・ステッカー作成
- ・マップ配布・・・町内会の協力
- ・説明会の開催



# 活動過程での工夫

- ・最初に担当圏域ケア会議を開催し、目的をマップ、ケアパスつくりと位置づけた。
- ・ケア会議のメンバー『町内会長、民生委員、各サロン・老人クラブ代表者、市民センター、老福センター、介護保険事業所、開業医、薬局、警察、消防、若林区』と新たに**商店会が加入**、会議開催を参加可能な時間帯に設定。
- ・委員会のメンバーをケア会議の席上で選出したことで地域から認められた。
- ・マップのタイトル名、シンボルマークも事前募集し投票で決定した。
- ・見守り募集用紙を全戸配布。取りまとめ役を各町内は会長、商店会は責任者としたことにより登録数の意識強化になった→包括だよりで随時進捗状況を報告した。
- ・メンバーに写植の専門家がいたことで大きな力となった。

# 振り返り・気づき

- 細かい事も全員で検討したい・・・が裏目に→計画も頓挫しかけた。
  - 時間を空けて戸別訪問し再開にこぎつけた。・・「一人一人は協力的しかし・・
- 決定事項が翻ったり、議題があともどりした→会議を録音、議事録を作成、  
交付。前回の振り返りと進捗の確認を励行した。(専用ファイルを作成、各自に配布)
- 会議参加を全てとせずフォローの訪問を実施。
- フローチャートの作成過程で紛糾→警察、消防署の助言で解決した。
- 印刷費で予算が消化、ステッカーの資金が足りず。
  - 社会福祉法人の地域貢献で協力頂いた。
- 会議室の利便性、駐車場の確保、携帯メールの活用。

# 活動の効果

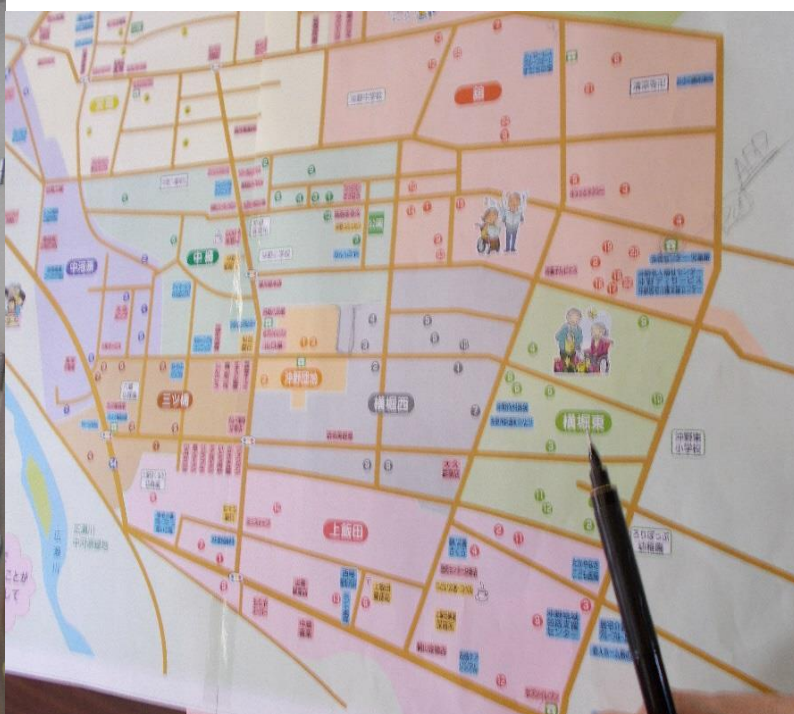


- ◇みまもり活動で無事に保護した事例 →延べ16件。  
→みまもり、支え合い、認知症への関心が高まりつつある。
- ◇ケアパスの活用で、初期での気づきと相談支援への繋がり。
- ◇地域ごとのみまもりの意識の広がり、福祉委員活動、サロン活動へ波及。
  - ◇コンビニ、スーパー、金融機関との関わりが気さくになった。
  - ◇ステッカーが子供たちの話題に・・・フクロウが可愛い、これってなに？
  - ◇ケアパス、マップの連携で介護保険事業所が認知症カフェを立ち上げた(2カ所)









A 登録名簿の番号を町内毎の番号に  
E AEDの記載 / マップとケアパス両面にするのほうなのか  
B 名札を確定したい。○ ←裏面はケアパスなどの記載を。  
G 南警察署六郷交番と記載してほしい。  
C マップのタイトルはこのままでよい。  
バス停の記載、介護保険事業所の電話番号  
D みまもりマップは原案通り  
I マップの裏面がケアパスになる  
二つ折で配布 折り方は個々にまかせた方がよい  
公園があった方が  
H サロコを載せる必要があるか？





# 今後の活動・取り組み

◇ほのぼのの沖野見守りマップ&ケアパスだより」の発行。

☆第3号まで発行済み

◇認知症の研修会の開催・・・

☆認知症の理解と支え合い→「認知症サポーター養成講座」

☆認知症は怖くない:認知症情動療法のすすめ→「サポータースキルアップ講座」

◇町内会毎の登録者の懇談会開催→情報交換と連携の強化

→連絡網の作成、支え合いの体制づくりへの足掛かり

◇ステッカー掲示のアルバム作成

☆みまもり登録者を増やす。

◎「見守られたい人」の登録と両者のマッチング。

◎行方不明者を探す模擬訓練の実施。



# 活動を通して伝えたいこと

- ◇地域には力があり、人材もいる。繋がり方次第で大きく動き出す。
- ◇地域の課題は住民自身が気づき、自らが言葉で発信し  
関係機関と繋がることで解決に向かう。
- ◇推進員は地域に足を運び、地域の声をひろい「既に地域に根付いていて、住民が資源として気づかずにいる、人、風習、習慣、気遣いなど宝物のような物への気づきと、実際のつながりを支援することも大切！



# ご清聴ありがとうございました！！

むすび丸甲冑 4



沖野地域包括支援センター



沖野地域包括支援センター