



松戸プロジェクト パートナー ニュースレター

地域活動で

介護予防!



通いの場
地域住民が主体となって、定期的集まり、体操、スポーツ、茶話会、趣味の活動等を行う場のことです。

元気応援くらぶ
松戸市が通いの場推進・支援のために実施している「元気応援くらぶ事業」に、住民主体の通いの場として応募し、採択となった団体のことです。

連載インタビュー

「巡るヒト、つながるヒト」

川鍋 愛美さん

松戸市福祉長寿部地域包括ケア推進課課長

松戸プロジェクトを担う『地域包括ケア』が、「室」から「課」に昇格に過ごせるようサポートできる市役所へ

保健師の資格を活かせる職業として、松戸市役所を選択された理由と云いますか……。

川鍋 そうですね。私は看護学校を卒業して、保健師の資格を取得するために、保健師の養成学校に進みました。



保健師といっても働き先は多岐にわたり、医療機関、福祉施設、保健所、市町村、企業等があります。私は、子どもの頃からたくさんの方々に見守られて育ちました。恩返しも含め、幅広い世代の人たちがいつまでも健康で安全な生活を送ることができるような予防活動をしたい、地域の方々に笑顔にしたいと思い、行政保健師を目指しました。「人が好きなんです」

それと身近に看護師が多く、そういった職業への親しみと憧れのような思いもあり、保健師の道を選んだのですが、看護師の知識を元に更に一歩進んで地域住民の「健康」「予防」に視点をおき、地域を捉えた健康づくりに関わりたいと考え、県よりも住民に近い市で、そして都会に近いが地縁的なつながりを残す特色がある松戸市役所で働きたいと思いました。

たいと思いました。

看護師と保健師の違いですが、看護師は臨床での治療ですね。一方、行政保健師は市民と共に健康を考える地域社会が現場ですね。

川鍋 看護師は病人やけが人に寄り添い治す仕事ですが、保健師は病気やけがを負った人だけでなく、健康な人も含めて全ての人が、健康で暮らし続けていけるようサポートしていくことが仕事です。行政保健師は、地域特性を踏まえて、地域の方々に寄り添い、対話を通して健康づくりを行っていくことになります。

さて、地域包括ケア推進の担当「室」から今年度より「課」に昇格し、地域包括ケア推進課になったわけですが、高齢化社会を背景に「地域包括ケア」という概念が導入され事業化され久しい。しかし、高齢者を主な対象としていた「地域包括ケア」が対象を広げたということですね。

川鍋 高齢者支援課内の地域包括ケア推進担当室から、包括的な相談支援等の強化を図っていくために独立した課になりました。

松戸市においても、地域包括ケアの考え方に基き、高齢者になっても住み慣れた地域で自立した生活を最後まで送ることができるよう、必要な医療や介護、さらには住まいや生活支援を一体的に提供し、すべての世代で支え・支えられるまちづくりを進めています。

この地域包括ケアを定着させるために中核的な役割を担う地域包括支援センターを15の日常生活圏域に設置し、住民の身近な場で高齢者等の支援を行っています。そこで多くの方から相談を受け、訪問等を行っている中で「8050問題」(80代の親が50代の子どもを生活を支える)「介護と育児のダブルケア」など複合的な課題を抱える世帯が見えてきました。

このような背景から、地域包括支援センターにおいても高齢者支援の中で、高齢者だけではなく複合的な課題を把握し、必要な支援につなげる多

世代型対応が求められていると考えております。

複合的な課題に応えるために、重層的な支援体制が必要になってくるのですね。

川鍋 正確な事業名としては「重層的支援体制整備事業」(社会福祉法第106条の4)となります。三つの大きな柱として、まさにこれまで以上に包括的な支援体制を構築するため、①相談支援、②参加支援、③地域づくりに向けた支援を一体的に実施する事業になります。

少し補足しますと、①の相談支援は高齢者障がい者、子ども、困窮者、その他という包括的相談支援。②の参加支援は、社会とのつながりを回復しようという居場所づくり。③の地域づくり支援は、通いの場としての介護予防、子育て支援拠点、生活支援体制整備事業、共助の基盤づくり、地域活動支援センターなどになります。

重層的支援を支える予算の確保に、国の一体的な交付金

関わる課は少なくとも10課を越えますね。ところで、包括推進課になった、そのことの一番の特徴というと、やはり重層的な支援。お年寄りだけでなく、障がい者も、子ども、生活困窮も含めて、そういった横のつながりですね。ただ、つながれる予算の確保が必要ですが……。

川鍋 重層的支援体制整備事業を実施することで、体制づくりとしての交付金が一括して一体的に交付されることとなり、各制度で定められた相談支援機能を超えた対応が可能となり、ここが一番のポイントとなります。

重層的支援体制整備事業として一体的に実施する体制を構築することで各機関の連携がより強化され、相談者が適切な支援につながりやすくなります。また、新設の参加支援事業で多様な社会参加の実現を目指し、さらに地域づくりが

地域包括支援センターの機能強化

地域住民の複雑化・復号化した支援ニーズに対応する包括的な支援体制を構築するため、相談支援、参加支援、地域づくりに向けた支援を一体的に実施する重層的支援体制整備事業を推進し、地域包括ケアシステムの深化・推進を図ります。

15ヶ所の地域包括支援センター

属性や世代を問わない相談窓口

子ども・障害・生活困窮分野についても
相談を受け止め支援機関との連携を図る

共生の視点を持った地域づくり

地域資源の育成と有機的活用

支援機関とのネットワークを活用し、相談支援し、相談支援体制を構築していく

相談
報告

機関型地域包括支援センター

総合調整
広報支援

多分野相談機関との連携強化
福祉相談機関連絡会や福祉まるごと
相談窓口の活動等を通じた連携強化

事業評価を通じた機能強化
各センターの事業評価分析や、
好事例の横展開を通じて質の向上を図る

ICTを活用した業務の推進会議等に
おいて積極的にICTを活用し
業務の簡素化・効率化を検討

評価指標

地域の予防活動等社会資源の
新規立ち上げ数

評価指標

包括事業評価の平均点

図の典拠：いきいき安心プランⅦまつど(第9 期松戸市高齢者保健福祉計画 第8 期松戸市介護保険事業計画)
<https://www.city.matsudo.chiba.jp/matsudodeikiki/mokuteki/sonota/annsinnpurann6.html>

進むことで、課題を抱える住民に対する気づきや支援も生まれ、早期の解決につながると考えております。

最後に新課長としての抱負みたいなことをお聞かせください。

川鍋 今年度より、いきいき安心プランⅦまつど(令和3～5年の計画を推進していきます。高齢者がいつまでも元気に暮らせるまちを目指し、可能な限り高齢者の社会参加を促進し、健康寿命の延伸につながるようフレイル予防や介護

予防を推進し、事業の再編、整理も含めたさらなる事業の最適化に取り組んでいきます。

また、生活基盤として、誰もが支え合う地域共生社会の実現のため、複雑・多様化する地域ニーズに対し、地域包括支援センターの多世代型対応への深化を進めていきます。また、すべての人が年齢や環境を問わず、その人に応じた適切な支援が受けられるよう、庁内組織の横断的連携体制を整え、支援機関との連携を強化していきます。

連載インタビュー

「地域を支える人と活動」

高橋 亮さん
こがねはら子ども食堂代表

子ども食堂は、地域資源

地域力で地域社会を支えたい



松戸市で最初の子どもの食堂ということで、高橋さんは、普及活動として多くの講演会に応えてきたと思いますが…。

高橋 貝の花小学校の前の居酒屋「よっけ」に『こがねはら子ども食堂』を立ち上げ、今年で6年目になります。ただ、当初、貧困家庭の子どもに食事を、というマスコミ報道、学校サイドからも「学校に給食を食べに来ている子ども」などという声が聞こえ、そこに子ども食堂のイメージが先行した感があります。

確かに現実の一面です。塾に通えない子どももいる。そこで、小金原は食事だけでなく勉強も教えることにしました。わたしは、子どもの孤立化を心配していました。

なるほど、「コロナ感染の影響はどうなんですか。

高橋 松戸には現在、21か所の子ども食堂がありますが、多くの食堂がコロナの影響で休止に

追い込まれています。但し、小金原は休むことなく週1回で続けています。特に、昨年の学校の休止期間には給食もない居場所もないわけなので週1を週3にして対応しました。

それはすごい。居場所という言葉がでしたが、現在、地域社会の一つのニーズとして居場所づくりが問われています。子ども食堂も居場所なわけですね。

高橋 そうです。子どもがくる。食事をつくるお年寄りもくる。勉強を教える学生もくる。子ども食堂は地域みんなの居場所です。地域資源です。地域を支える資源だと思っています。

「子ども食堂は地域資源」、良い表現ですね。何だか、高橋さんのこころざしのいったんを垣間見た気がします。さて、コロナ禍の状況を受けて、子ども食堂の活動の幅が広がったようですが。

高橋 確かに、コロナ禍でフードバンクへとうかつ草の根フードバンクへの活動のニーズが増えました。コロナ禍で生活困窮者が顕在化したのです。そこで、子ども食堂の「地域力」が地域社会の生活支援につながりました。

また、子ども食堂は災害時における一つの居場所です。全国から寄付として送られてくる食料品を中心とした物資は、災害備蓄でもあるのです。

今の視点、いいですね。地域資源であり、地域力なのです。また、子ども食堂が災害時(コロナも災害)に防災拠点であり、備蓄でもあるという…。

高橋 全国的にも、子ども食堂と防災の関係が注目されています。松戸はその点は遅れているので、現在、市内にある21か所の子ども食堂を50か所に増やしたいと思っています。子ども食堂は地域みんなの居場所です。地域資源です。地域を支える資源だと思っています。

コロナ感染は一つの災害と考えられます。災害

時なですね。こういった時には、地域社会のニーズ、要請が先行します。どうしても、行政の力が後追いになるのです。地域力が必要になると思います。

高橋 地域資源としての地域力、また、様々な市民活動が、行政の力をカバーするのです。子ども食堂の持つポテンシャルもコロナ禍のなかで地域社会の一つの支えとして浮上してきました。子どもを支えるということは、家族を支える、地域社会を支える。そこにつながるのです。子ども食堂を50か所に増やしたいと思っています。子ども食堂は地域みんなの居場所ですし、地域資源です。地域を支える資源だと思っています。

(聞き手／情報発信・広報チーム 所 正明)

リレーインタビュー

「主役は、元気応援くらぶ」

認知症カフェくるみの会 坂本ゆかりさん

くるみの会代表

地域コミュニティとして、カフェ・居場所を考えたい



認知症カフェくるみの会立ち上げの動機についてお聞かせください。

坂本 三年半ほどの2017年に、松戸市の高齢者支援課の呼びかけに応じたことがきっかけです。特に、認知症の方の集

う居場所を通じて予防につながれば、という考え方は当時はそれほどなかったと思います。ただ、わたしの母が若年性の認知症というところもあり、そういった若年性認知症の皆さんの手助けになるかなという意識は持っていたと思います。

カフェの場所は市役所のすぐ横ですね。わたしが訪ねたのは二年半ほど前になりますが、会場としては狭いという印象が残っています。

坂本 あの会場は、カフェ開始と同じ頃に市役所へ活用希望があった場所を利用させていただいています。会場としては確かに狭く6〜7人でいっぱいですが、ほとと出来る大きさで目的には合っていると思います

なるほど。それと、現在はカフェの運営はコロナ感染の影響で休止されているのです。

坂本 そうです。2020年は緊急事態宣言明け6・7月に再開しましたが、8月以降ずっと休止しています。もう少し広いと感染対策がしやすいと思いますが、ごんまりした良さと資料の安さもあり驚きは言えません。

通いの場合は、当初から立ち上げるのはいが、会場はあるのかという課題があり、会場の提供を企業などと呼び掛けていました。会場という課題がコロナ禍でまた浮上してきたのです。再開の予定はあるのでしょうか。

坂本 実は5月からの再開を考えています。アルコール消毒、体温測定、マスク、蜜にならないように人数制限をする、こういったルールをきちんと守って開催したいと思っています。

また、再開後には、コミュニティ広場のようないメージを実現できないかと考えています。

コミュニティ広場とは…。

坂本 年齢のくくりを設けない地域の方が交流できる場所です。とはいえ、若年性認知症や高次

脳機能障害の方の居場所であることは変えません。皆さんに交流していただく中で、若年性認知症や高次脳機能障害がどういう事なのかを知り、人のつながりや地域のコミュニティの中に自然に入れるキッカケを作っていけたらと思います。

オンラインカフェのような選択肢はないのですか。

坂本 オンライン化を導入しようと思っています。開催までもなくから脳トレの意味でも手話を取り入れているので、まずは月に1回はやってみようと考えています。

認知症はもとも若年性という言葉があるよう

に高齢者だけの問題ではありません。また、包括ケアという言葉の本来の意味、高齢者だけではないという視点があつたと思います。認知症カフェも、もっと縦のつながりの中で運営できればいいとおもいますが…。

坂本 確かに、松戸プロジェクトも介護予防という視点だけではないと聞いています。縦（赤ちゃん〜年配の方）のつながりの中で地域を支えていくということが求められていると思います。

今後は、より広い視野で縦と横（他の認知症カフェや介護活動）の力を借りながら、共助をサポートしていきたいと考えています。

(聞き手／情報発信・広報チーム 所 正明)

松戸プロジェクト パートナーからのお知らせ

事業者・専門団体連携推進チーム



栄養相談 そろばん 健康づくり

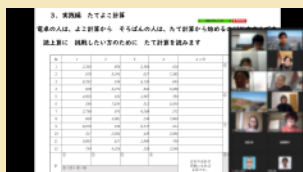
シニア向けにZoomを使った
オンラインイベントを開催しています



コロナ禍でなかなか外に出る機会も減ってしまった…。という方も少なくないのではないのでしょうか？私たちのチームでは、どのような状況の中でも社会とつながり続けられる方法のひとつとして、オンラインでのイベントを開催しています。今年の2月からスタートし、私たちのチームに所属している管理栄養士、そろばん講師のお二人によるサロンをそれぞれ行いました。どなたでもご参加いただけますので、関心のある方がいましたらお問合せください。

「栄養相談サロン・健康になる食事のとり方〜お塩の話〜」2月27日開催

健康を維持するために大切な食事の基本的な知識から始まり、特に塩分のことについてふれていきました。シニアの方々10名に参加していただき、各々が気になっていることを相談する時間もありアンケート満足度の高い内容でした。



「そろばんまたは電卓で脳と指先のトレーニング」3月12日開催

ピンポイントなテーマの企画でどういった方が参加してくれるか不安もありましたが、当日は9名が参加。包括からの紹介もあり、珠算検定1級で女学校時代に全国大会に出られた70代の方も。数字を読み上げる声を聞くと「懐かしい〜!」という声が漏れ聞こえて、オンラインではありますが心が通う瞬間を感じられるひと時になりました。

お問合せ先

050-5472-9839 (担当: 阿部) abe@matsudo-npo.org

小金原地区

「元気応援くらぶ」で、
学んで×歩いて×つながる

2021年3月31日、小金原団地の一角、小金原地区6丁目7番住宅組合で出前医歩を行いました。この住宅組合で、「元気応援くらぶ」を運営されている川面寿子さんから「ぜひ、出前医歩を」の声をかけていただいたのがきっかけでした。

7年続けていた医歩もコロナ禍で中止を余儀なくされていましたが、久しぶりの開催で感無量の中、地域の皆さんの笑顔に触れることができました。(当日は、32名の参加がありました、感謝！)

医歩、メディカルウォーキングは、最新の医学の知見に基づき、病院や施設、薬局にいる医療者がまちの中で住民のみなさんといっしょに、健康の維持と増進のために行う取り組みです。

医療者は病院の外に出て社会の役に立つべきというのがわたしの持論ですが、その新しい実践スタイルとして、この出前医歩＝まちかど医歩探検！を始めました。なお、出前医歩は私の勤務の都合もあり、水曜日の午後に限定にさせていただきます。毎月、皆さんの地域に押しかけたく思っています。どうぞよろしくお願い致します。

東葛クリニック病院 副院長 秋山 和宏

※当日の様子を動画にまとめました。ぜひ、ご覧ください。

<https://www.youtube.com/watch?v=qUM1RzdOZp8>



松戸プロジェクト・トピック

『元気応援くらぶ』交流会を開催

コロナ禍だから交流会！多くの皆さんの参加を期待

令和3年6月20日(日)、松戸プロジェクトが二期目に入り、「元気応援くらぶ」の運営者の皆さんを対象に最初の交流会が予定されています。

新型コロナの感染者が、世界で1億5000万人を突破という猛威を振るい、人の集まりが中止に、人の流れが分断されています。そして「ステイホーム」、このまことしやかなキャッチほど松戸プロジェクトに相反するものはないと思います。松戸プロジェクトは、まさに人が集まることを呼び掛けることによってスタートしたのです。

ステイホームとは、高齢者にとっては「引きこもり」と同義語なのでしょうか。多くの「元気応援くらぶ」がコロナの影響で中止を余儀なくされました。再開の目途が立っていないくらぶもいまだにあります。

だから、「コロナ禍だから」交流会なのです。オンでもオフでも交流なのです。

交流会の目的は、普段はなかなか会うこともない、松戸プロジェクトのもとに参集している多くの「元気応援くらぶ」のみなさんが、一同に会し、交流し、活動情報の交換、共有を通して、一歩、二歩と前進するための機会を持つことと思います。

当日の詳細は以下の通りです。

日時 令和3年6月20日(日)13時～15時(開場12時45分)

会場 松戸市民会館 301会議室

方式 ハイブリッド(リアル&オンライン)

内容 ① 松戸市、千葉大学からのメッセージ

② 「元気応援くらぶ」の事例発表

③ 「元気応援くらぶ」を応援する企業・事業者の紹介

④ 困りごと相談会



※参加申し込み／締め切り 令和3年6月10日

※詳細は、松戸プロジェクトホームページを参照の上、メールかFAXでお申し込みください。

<https://www.matsudo-project.com/>

(担当：団体運営支援チーム)



都市型介護予防モデル
「松戸プロジェクト」
第2期 報告会



続いて、認定特定非営利活動法人サービスグラントの嵯峨生馬さんより、松戸プロジェクト第2期の体制づくりについてのお話があり、今期は、パートナー(松戸プロジェクトを支援する市民や事業者によるボランティア)は、次の4チーム(団体運営支援チーム、オンライン推進チーム・「事業者・専門団体連携チーム」・「情報発信・広報チーム」)に別れて活動するなどの紹介がありました。

この新体制の紹介を受けて、各チームから活動についての報告と協力者としての参加の呼びかけがありました。各チームごとに協力希望者との相談会があり、数名の方が協力者として参加される意向を示されています。これからも、機会あるごとに協力いただける方を募ってまいりたいと思います。

報告会では、福祉長寿部中沢参事監の挨拶の後、千葉大学予防医学センター教授の近藤克則先生の「松戸プロジェクト第1期の成果と第2期の方向性」と題したご講演がありました。講演では、松戸プロジェクトの柱の一つである「元気応援くらぶ」の参加者は要介護となるリスクが確実に低下しているなどデータに基づいて成果についての報告がありました。

「松戸プロジェクト」第2期の報告会が、さる令和3年3月28日(日)午後1時～午後3時、オンライン形式で開催されました。オンライン形式の開催にもかかわらず39名の方が参加され、コロナ禍の下、オンラインによってコミュニケーションを図る手段がシニア世代にも大分普及したことを実感しました。