

安心して自分らしく暮らし続けるための様々な取り組み

医療と介護の連携

高齢者に、住み慣れた地域で末永く暮らし続けたいというニーズがある一方、超高齢社会に直面し、希望する施設入居や入院が叶わなくなることが予見されます。医療ニーズと介護ニーズを併せ持つ高齢者の在宅での療養生活を支えるには、医療関係者と介護関係者の連携が不可欠です。そのため、青葉区では、医師会・歯科医師会・薬剤師会等医療関係者と介護関係者等の多職種連携を推進し、在宅での療養者の医療ニーズ・介護ニーズに応える「医療・介護連携」に市内で先駆的に取り組んでいます。



生活支援コーディネーター

団塊の世代が後期高齢者となる 2025 年に向けて、高齢者が自分らしく地域で暮らし続けるために、多様な主体による高齢者の生活支援・介護予防の体制整備という明確な視点を持って地域づくりを支援することを目的としています。

青葉区では、各ケアプラザ圏域の課題等に対応するべく、区内 12 か所の地域ケアプラザに第 2 層生活支援コーディネーターが、区域の問題に対応するため、青葉区社会福祉協議会に第 1 層生活支援コーディネーターが配置されています。

各ケアプラザにおいては、他の職種と連携して、“身近なちょっとした助け合い（生活支援体制整備事業）”をはじめとする地域包括ケアシステムを本格的に推進していく体制となっています。



元気づくりステーション

おおむね 65 歳以上の方たちが、健康づくりや介護予防のために自主的・継続的に行うグループ活動です。筋力トレーニングやウォーキング、体操などさまざまな活動を行っています。自治会町内会館や公園など、身近なところを活動場所としているため、地域の仲間の輪が広がり、楽しく続けることができます。

青葉区では、市内最多の約 30 か所の元気づくりステーションが活動を続けています。仲間と楽しく、自分のペースで活動を続けることができ、みなさんの健康長寿につながります。ぜひご参加ください。



青葉区版エンディングノート

「エンディングノート」と聞くと、老い支度・人生の終盤に向けての準備・・・などのイメージを抱く方がいるかもしれません。

青葉区版エンディングノートは、どの様に年齢を重ねてきたのかを振り返りつつ、これからの人生をどのように生きていきたいか、考えていききっかけにもらうためのツールです。

二部構成になっており、前半「〇〇ノート」は、ご自身の心と体の健康を維持しつつ、これからのことを書き綴っていきます。

後半「もしもノート」は、予告なく訪れるもしもの時に備えて、考えをまとめて準備を進めるために記していきます。



横浜市青葉区役所 青葉福祉保健センター 高齢・障害支援課

〒 225-0024 横浜市青葉区市ケ尾町 31-4
TEL 045-978-2449 FAX 045-978-2427
mail ao-koreisyogai@city.yokohama.jp

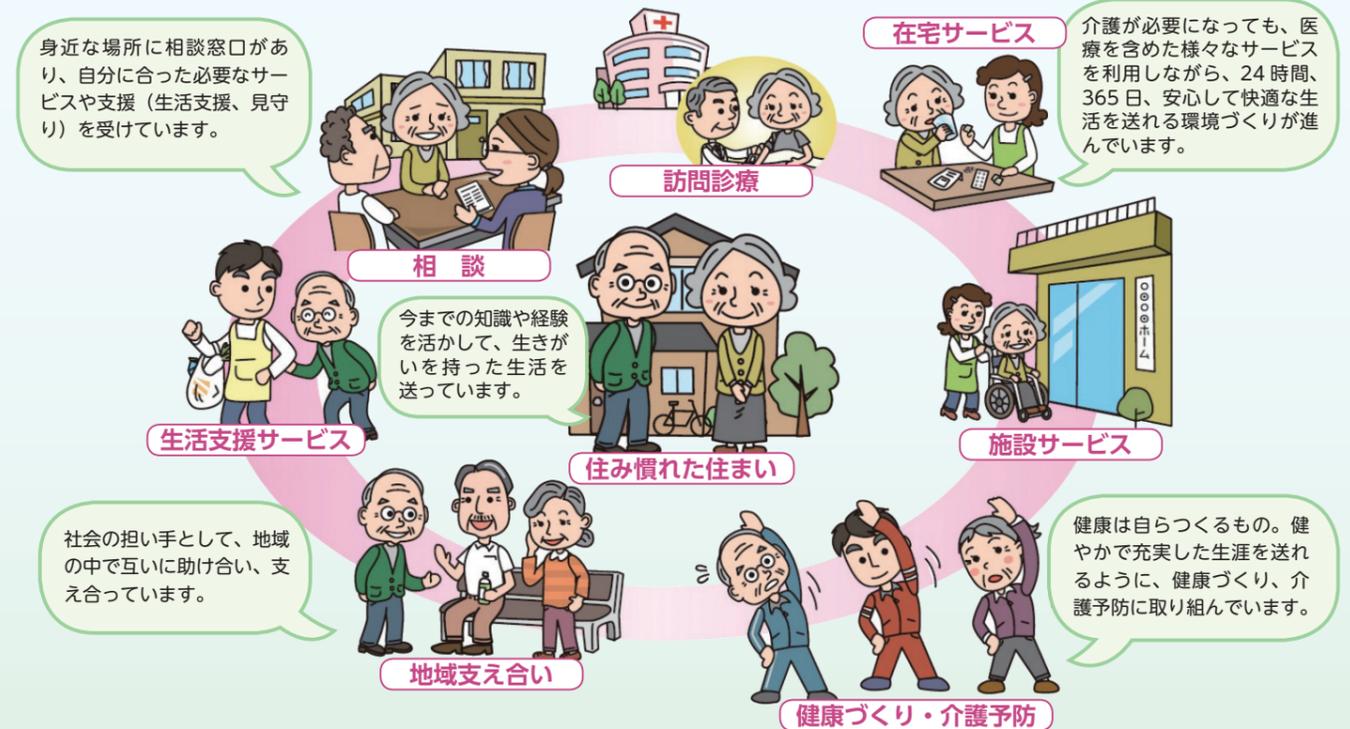
平成 30 年 3 月



青葉区 の 地域包括ケアシステム 構築に向けた取り組み

超高齢社会の到来に備えて「地域包括ケアシステム」を構築します！

団塊の世代全員が 75 歳以上（後期高齢者）となる 2025 年に向けて、一人暮らし高齢者、高齢夫婦のみ世帯、要介護認定者、認知症の方などの大幅な増加が見込まれる一方、若年層人口は減少することが見込まれています。質的・量的に増大する高齢者の生活課題に対応するため、「地域包括ケアシステム」の構築が急務となっています。



地域包括ケアシステムイメージ（第 6 期高健計画より）

あなたの力の 1 パーセントを あおば の未来に！

青葉区では、皆様お一人おひとりが自らの力の 1% を、地域や周りの方に向けてることによって、さらに住みよい青葉区となることを目指していきます。多世代の交流や、多世代に選ばれるまちの魅力づくりを、あわせてはかり、『住み続けたい・住みたいまち青葉』の実現につなげます。皆が少しずつ助け合わなければ、福祉や教育、まちづくりや地域活動も機能しなくなってしまう。

「1%」は時間に換算すると 1 週間で「約 100 分」。これからも「住み続けたい・住みたいまち青葉」であり続けるために、区民の皆さんの 1% の力をお貸しいただき、その力をつなげて大きな力にしておくことを目指しています。





青葉区の地域包括ケアシステム構築に向けた取り組み



地域包括ケアの花を咲かせよう！地域の輪とつながろう！

健康づくり・介護予防により目指す姿

○高齢者が人とつながりながら、健康で生きがいのある活動的な生活が送れる地域を目指します。

主な取組

元気づくりステーションの取組を支援します
社会参加を活発化させます
ハマトレを普及させます

青葉区在宅医療連携拠点

今後ますます進む超高齢社会に対応するため、在宅医療を担うかかりつけ医を増やし、在宅医療と介護の橋渡しを行う「在宅医療連携拠点」を整備しています。
青葉区では平成27年1月に開設されました。かかりつけ医（訪問診療医）の紹介や、在宅医療の後方病床（バックベッド）確保のコーディネート等を行っています。

医療と介護の連携により目指す姿

○疾病を持ちながらも、高齢者が住み慣れた地域や自らが望む場で安心して暮らし続けることができる地域を目指します。

主な取組

医療関係者と介護関係者の連携をすすめます
在宅医療に関する周知啓発に取り組みます

2018年度



2025年度



地域包括ケアシステム構築への両輪



住民参加による地域づくり

事業者・専門職の連携による支援

“身近なちょっとした助け合い”により目指す姿

○高齢者一人ひとりが、出来ることを大切にしながら暮らし続けられるために、多様な主体が連携・協力する地域を目指します。

主な取組

地域でのちょっとした助け合いを活発化させます
お住まいの方、企業、団体等、様々な方の支え合いを進めていきます

認知症施策の目指す姿

○認知症になっても本人の意思が尊重されて暮らし続けることができる地域を目指します。

主な取組

認知症の方や、家族を支援し、居場所をつくります
認知症サポーター等を養成し、地域での理解をたかめます

青葉区認知症初期集中支援チーム

認知症になっても認知症の人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域のよい環境で暮らし続けられるために、認知症の人やその家族に早期に関わる「認知症初期集中支援チーム」を設置し、認知症の早期診断・早期対応に向けた支援体制を構築しています。
青葉区では、平成28年9月より医療法人社団緑会会「横浜総合病院」に設置されており、認知症の専門医をはじめ看護師、精神保健福祉士等の認知症の専門知識をもつ専門職で活動しています。

シニアの社会参加により目指す姿

○社会参加の意欲を持つ高齢者が、これまでに培ってきた能力や経験を活かして生涯現役で活躍し続けられる地域を目指します。

主な取組

高齢者の集まり・活動を支援します
シニアパワーが発揮しやすい環境をつくります

10年後の青葉区には、こんな心配が……

10年後…高齢者は●人に1人？

4人に1人が高齢者に！ という社会が間もなく到来します。

約50年前は、10人で一人を支えていました

直近では2～3人で一人を支えています

1人で一人を支える社会が到来します



高齢化率
19% → 23%

認知症の方も……

10年間で約1.4倍となることが予想されています

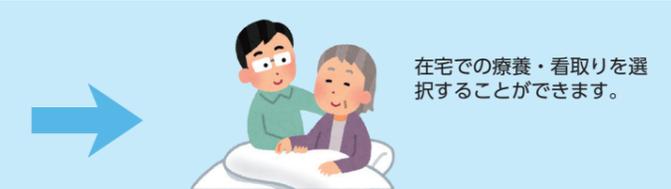
約5,000人

約7,000人

2015年

2025年

高齢者施設、病院のベッド、医療・介護の人出が不足してくるかもしれません



約7割の方が、「住み慣れた地域で暮らし続けたい」「介護が必要になっても、自宅で過ごしたい」とお考えです。

在宅での療養・看取りを選択することができます。