

# 住み慣れた登米市で 生涯自分らしく暮らすために

Live In Tome  
One's Life



地域包括支援センターは、市で委託した法人が運営。社会福祉士、主任介護支援専門員などの専門職を配置している。高齢者やその家族などの介護の悩みだけではなく、福祉、健康、医療などの総合的な相談をサポートする。

## 地域で取り組む 連携した支援体制を

市は、昨年1月に市内65歳以上の高齢者15,000人を対象に「介護予防・日常生活圏域ニーズ調査」を実施した。独り暮らしや夫婦だけの世帯が35%を越え、要介護状態になる要因として、認知機能の低下以外に、うつや閉じこもりの割合が高い状況にあった。

近年は、独り暮らしの高齢者を狙った架空請求、訪問販売などの特殊詐欺も多い。高齢者一人では気付けないことも多く、常に地域が耳を傾け、情報交換することが大切だ。人との交流は、社会参加のきっかけや閉じこもりを防ぐ効果にもつながる。

市は、委託により地域包括支援センターを市内5カ所、分室を4カ所に設置。社会福祉士、主任介護支援専門員などを配置し、相談・支援窓口として高齢者をサポートしている。

また、16年度から、生活支援体制整備事業を登米市社会福祉協議会に委託。各生活圏域ごとに「生活支援コーディネーター（地域支え合い推進員）」を配置し、地域で高齢者を支える体制づくりを進めている。

## 地域のつながりは登米市の宝物 「お互いさま」の気持ちで助け合い

登米市社会福祉協議会では、市から委託を受け、地域包括支援センターを設置している圏域ごとに生活支援コーディネーターを配置。地域の人たちと支援者、サービスをつなぐ取り組みを進めています。

は、ゆるやかな見守りにつながります。16年度から開始した生活支援体制整備事業では、こういった地域の宝物を探し、各圏域に設置した協議体で話し合い、地域の支え合い活動の活性化に取り組んできました。

介護保険事業は、サービスが充実し、利用しやすくなった反面、地域のつながりが薄れるきっかけになったとも言われています。一昔前であれば、要介護になった高齢者は家族が面倒を見ていました。家族で手が回らなくなると、親戚や近所の人たちが手伝うことが珍しくありませんでした。

特段、新しいことを始めた訳ではありません。登米市の人たちは昔から「お互いさま」の気持ちで助け合い、生活してきました。これまでのつながりを大事にしながら、ちょっとだけ隣近所のことにも気かけよう意識づくりを進めているだけです。

日々のつながり、交流、福祉活動などは、支え合いの基盤であり、地域の宝物です。隣近所でのあいさつやお茶飲み

少年高齢化はこれからも続きます。高齢者だけではなく子どもたちまで、全ての世代に地域が連携していく重要性を伝えていくのが今後の課題です。



登米市社会福祉協議会  
本部地域福祉課地域福祉係主事兼  
生活支援コーディネーター

伊藤 修さん(38)

いる。  
登米市地域包括ケア体制推進会議会長を務める米川診療所の木村院長は「慣れ親しん

## お互い支え合い見守ることが 住み良い地域づくりのポイント



米川診療所院長  
登米市地域包括ケア体制推進会議会長  
木村康一さん(62)

だ場所です。自分らしく生活するためには、共に地域で支え合う意識づくりが大切」と人のつながりを重視す

る。「多職種が連携し、介護医療サービス体制の構築を進めています。病気になることが一番です。自分の健康を維持する気持ちを、いかに強く持つかが大事。また、健康寿命を延ばすには、適度な運動やバランスの良い食事ももちろんですが、地域ぐるみの交流が欠かせません」。

市内では、住民自ら取り組むミニデイサービスやシニアサロンなど、さまざまな集いの場があり、健康増進、介護予防などを目的にレクリエーションが開催されている。「地域で開かれているレクリエーションでは、特に男性の参加者が少ないので、積極的に誘い合って参加してほしいですね。また、高齢者同士だ

けではなく、子どもたちとの交流も高齢者の生きがいづくりにつながります」と多様な集いの場の必要性を説く。

「老化に伴う認知症は、誰かの世話にならないければならない病気です。家族や近所の人たちが注意することで、より早い発見につながります。人口減少や高齢化など、負の側面ばかり目立ちますが、認知症に限らず、一人一人が優しさを持ち、支え合い見守ることが、住みよい地域づくりのポイントになると思います。今日生まれた赤ちゃんも、65年後は高齢者。自分の最期を迎える地域であることを、住民誰もが考えていかなければなりません」と将来を見据えた対応が必要と語る。

## 相談・啓発活動で 暮らしを支援

地域包括支援センターでは、高齢者や家族の皆さんなどから、介護、福祉、健康、医療などのさまざまな相談を受け付け、必要な機関につなぐ支援をしています。

健康寿命を延ばすには、介護予防を心掛けた生活が大切です。転倒予防、低栄養改善、口腔ケア、認知症予防、閉じこもり予防、うつ予防など、センターでの相談受付はもちろんですが、地域や家庭に向いて啓発活動をしなが、高齢者の自立支援をしています。

センターでは「認知症サポーター養成講座」も実施。認知症について正しく理解し、地域で温かく見守る応援者になるための講座です。お気軽にお問い合わせください。



米山・南方地域包括支援センター  
管理者兼社会福祉士  
日野博子さん(48)

With Me 地域包括  
ケアシステム  
With Us  
ともに私たちと、明日へ



津山・豊里地域包括支援センター  
■津山老人福祉センター内 ☎0225(68)3780  
■豊里分室(豊里総合支所内) ☎0225(76)4811



米山・南方地域包括支援センター  
■米山総合支所内 ☎0220(29)5821  
■南方分室(南方庁舎内) ☎0220(58)4311



東和・登米地域包括支援センター  
■東和総合支所内 ☎0220(53)4811  
■登米分室(登米総合支所内) ☎0220(52)5090



中田・石越地域包括支援センター  
■中田総合支所内 ☎0220(34)7611  
■石越分室(石越総合支所内) ☎0228(34)4151



迫地域包括支援センター  
■迫総合支所内 ☎0220(22)1152

## 高齢者の暮らしを サポートする相談窓口 地域包括支援センター

高齢者や家族の皆さんなどの介護に関する悩みや問題を一緒に考え、必要な制度やサービス、地域で開催している集いの場の情報などをお知らせします。

相談日：毎週月～金(祝日、年末年始を除く)  
受付時間：午前8時30分～午後5時