



ライフドアすわ

# 地域ケア会議通信

発行：諏訪市地域医療・介護連携推進センター ライフドアすわ

〒392-0027 諏訪市湖岸通り 5-12-5 Tel:0266-78-0477

e-mail : info@lifedoor-suwa.jp



## 令和 7 年度第 2 回「諏訪市地域包括ケア推進会議」を開催しました

今年の夏の日本の平均気温は平年と比べ 2.36 度高く、気象庁が 1898 年（明治 31 年）に統計を取り始めてから最も高く、これまでで最も高かった去年とおとしを大幅に上回っていて、今年の夏は「異常な高温」だったと言われております。

さて、諏訪でも連日の猛暑が続く中、令和 7 年 8 月 28 日（木）、諏訪市総合福祉センター 3 階「交流ひろば」において、令和 7 年度第 2 回「諏訪市地域包括ケア推進会議」が 18:30 から開催され、医師、薬剤師、介護支援専門員など 45 名の皆さんにご参加いただきました。

地域包括ケア推進会議は「持続可能な介護保険制度を目指すべく、軽度者の事例から諏訪市に必要な社会資源を検討したい。」ということで、令和 5 年度より実施してきました。また、今まで開催する中で「テーマを決めた方が検討しやすい」、「諏訪市が目指す高齢者像、特に軽

度者（事業対象者、要支援 1・2）が目指すべき姿（回復）を共有」、「通所型サービスを使いながら、地域での役割、生活を取り戻すために、自立サイクルを回す。」そのための具体的な対策を検討してきた。そして、令和 7 年 2 月に講演会を実施。生駒市の高齢者支援の取り組みを知る中で「諏訪市の社会資源がわからない。」という意見がありました。

今回の目的は、諏訪市にある社会資源を多くの専門職に知ってもらいたい。知ってもらうために「相談内容」を通して情報誌を見てもらい、提案を考えてもらう。（実際に情報誌を開き、内容（社会資源）を知ってもらう。また、相談に対し、自分以外の専門職がどのように考えるのか、ブラッシュアップの場とする。）として、2 事例に対し諏訪市にある情報誌を見ながらグループワークを行いました。

## 【第2回諏訪市地域包括ケア推進会議】

＊日時：8月28日（木）18:30～20:15

＊場所：諏訪市総合福祉センター

＊参加者：45名（内訳）医師2名、薬剤師8名、看護師3名、主任介護支援専門員8名、介護支援専門員10名、リハビリ1名、社会福祉士3名、保健師1名、介護福祉士2名、生活支援コーディネーター1名、ボランティアコーディネーター1名、学生1名、その他4名

＊内容：1. 開会  
2. グループワーク（2事例について検討）  
3. その他  
4. 閉会



### グループワーク 相談 1

薬局に80代女性が来ました。

受診終わりに薬局に行き、薬を渡している時に言われた会話です。

「車の運転を7月で辞めたら、今まで行っていたフィットネスクラブに行けなくなったんだよね。家に居ることが多くなったけど、本当は出かけたいたんだよね。」

相談1に対してグループワークで使用する情報誌

1. 諏訪市通いの場マップ
2. 諏訪市フレイル予防教室カレンダー
3. チョイソコかりんちゃん

グループ発表

1. 実際にこういった相談を受けた方がいた。その時の提案はチョイソコかりんちゃんを提案した。しかし、その方は認知症の方で、自分で電話したり、予約したりが難しかったのでタクシーだったり、親戚の方のお力を借りたりという結果だった。今ある情報で分かることは、歩けること、会話ができること、どこかへ行きたいという意欲はあるということが見えたので、チョイソコかりんちゃんを提案できるのではないかと。チョイソコかりんちゃんを利用してこの方が何処へ行きたいかはこの方に聞いてみないと分からないが、チョイソコかりんちゃんを利用するのであればプリペイドカードも利用できるように提案できると良い。
2. 車の運転ができなくなったということを単純に考えると足がなくなったということで、チョイソコかりんちゃんを勧めていければという話になった。ただ、チョイソコも時間の兼ね合いとかその方の生活リズムに合うのかそういうことも含めて考えなければいけないのではないかと意見が出た。チョイソコの利用が難しければ、地域のサロンを勧めていければとなったが、現在の情報誌ではサロンの内容など細かいところが分からないので勧めにくいのではないかと意見が出た。
3. 会話の中のフィットネスクラブに行けなくなってしまったというところ、本当は出かけたいたいというところの二つの言葉に注目をして検討をした。まず、フィットネスについては、フィットネスクラブに継続していき続けたいのか、運動する機会が欲しいのかで、二つの提案ができるのではないかと意見が出た。フィットネスクラブに継続していき続けたいという場合であればチョイソコかりんちゃんを勧める。運動できる機会が欲しいということであればフレイル予防教室を案内できるのではないかと。もう一点、本当は出かけたいたいというところでは、単純に出かけたいたい、外に出たいということなのか、人と交流する機会が求めているのかにより提案内容が変わり、単純に出かけたいたいのであれば、チョイソコかりんちゃんを提案する。人との交流を図りたいのであればサロンなどの通いの場を勧める。

## グループワーク 相談2

80代男性。独居生活。腰の痛みが悪化し、電話で相談があった。

「腰が痛くて、湿布を貼っているけど、上手く湿布が貼れないし、はがすのも一苦労だ。誰かに手伝ってもらいたいよ。病院にも行きたいけど、一人で病院に行けないよ。行く手段（交通手段）も困っているけど、病院に行って先生からいろいろ説明されても理解できるかわからない。何とか一人で暮らしているけど、いろんなことが出来なくて困っている。庭の草取りもしていない。布団を出したいけど、押し入れから布団を出せない。買い物は生協で頼んでいるけど、料理は好きだから、本当は自分で食材も見たいんだ。相談に乗ってほしい。

相談2に対してグループワークで使用する情報誌

### 1. 暮らしのお役立ちガイド

#### グループ発表

1. 湿布の張替はお役立ちガイドブックの家事支援等のその他・備考のところに身体介助を実施している事業所があるのでそこに依頼すれば良いが、それだけで来ていただくのはもったいないので、庭の草取り、布団の出し入れなど一緒にやってもらったらどうかという意見が出された。湿布に関しては配食サービスの中で3分間サービスをやっているため相談できそう。あるお弁当の会社は血圧測定も行っているようなので、相談してみるのはいかがでしょうかという意見があった。薬剤師からは塗り薬に変えることも一つの手段ではないかという意見があった。病院に行くこと、先生の説明を聞いてほしいことに関して、病院へ行くことは、病院の付き添い、院内介助をしてくれるタクシーがあるので利用を促してみる。タクシー券を持っている方は限られるが、タクシー会社によっては薬の受け取りなどもやっているのをお願いしてみたらどうか紹介する。先生の説明に関しては、社協にもこの依頼が多いようだが、病院の付き添いまではできるが先生の説明を受けることまではできないのではないかと、その点は病院と相談してもらい病院からご家族に電話で説明してもらうように相談出来たら良いのではないかと意見だった。食材の買い物については、生協も利用しているようだが、ある業者が移動販売をやって、自宅付近に来ていただいて自分で食材を選ぶことができるので、お勧めできるのではないかと意見だった。
2. どのようなサービスが使えるのかという検討と、暮らしのお役立ちガイドに掲載されていない情報の部分でその後実際に相談に来たらどのように繋いでいくかということの話をした。病院へ行くこと、先生からの説明が一人では理解できないことに関しては、お役立ちガイド外出支援に関することで院内介助や付き添いなどやっているタクシー業者もあるのでそこを活用できないかという話をした。庭の草取りについては、家事支援等のところである業者では70歳以上のご高齢者向け家事代行サービスがあり、他の庭木の手入れや布団の出し入れを合わせてやっていただくなどできればいいという意見だった。買い物については、自分で食材を見たい要望があるため、移動販売をやっている業者を利用して家の近くまで来ていただき利用することで、自分で食材を見たいという希望も叶えられるのではないかと意見が出された。お役立ちガイドに掲載されていること以外でも出来ないことの訴えが多く、そういうところにもニーズがある。直接聞き取り支援に繋げていきたい。また、自立支援に基づくケアマネが付くと安心、現在、独居であるが民生委員や親せきなどにも相談できないか、布団の出し入れが難しいが、介護ベッドに変えると楽になる、湿布を貼ることなどは地区の共同温泉に行けるのであれば、コミュニティの中で貼ったり、塗ったりしてもらえることもある。薬剤師からは、100均で「ひとりであつたんこ」という湿布を貼る道具があるのでそういうものを活用することも出来るのではないかと意見があった。



3. 腰が痛いのが治ればいろいろなことができるようになるので、まずは医者に行く事が大事ではないかということで、外出支援のタクシーを使う、収入が少なければタクシー券を市に要請していく。現在は医師も看護師も患者に良く分かる、理解するように説明してくれるので、分からないと不安を持たないで受診しても大丈夫ではないか。身内の方や親せきが遠かったり、重篤な場合は医師が電話して説明してくれるので、心配しないで受診することが大事ではないかという意見が出された。食材を自分で見たいことについては、ある業者はとても人気があり、使っている方を見て、近所の方が自分も頼もうということもあるようなので、移動販売をやっている業者に頼んで自分が欲しい物を見て買うことは良いことではないか。湿布のことに関しては便利グッズがあるとか、床に湿布を置いておいて寝転がって貼るとか、お風呂に行って貼ってもらうなどの意見が出された。ただ、現在の湿布薬はしっかりと貼れるし、剥がせにくいという情報もあった。草刈りについてはシルバーに頼んでも草は自分で片付けることとなる、植木屋は高いけれども草木は片付けてくれるなど、こちらも詳しいところまで把握して説明しないと、説明しても役に立たなかったということにもなりかねない。自費のヘルパーなどは安いからと言ってびっぴの手を紹介しても人が居なかったり、出来る範囲が狭いなど説明する自分たちが良く知っていて説明出来れば良いということだった。自費で出来るサービスもあるが費用がかかるので、介護保険が必要な方なら介護保険の説明をするような相談相手が必要だという話だった。

その他の意見

- ・医療機関の受診について着目していたが、医療機関によっては相談すれば往診対応してくれる医療機関もあり、薬も届けてもらうことも出来るという意見があった。
- ・本人が入院中にペットの餌やりができない場合は自費 15 分 500 円でやってくれるところがある。業者によっては本人が留守でもペットの世話をしてくれたり、ペットの散歩も出来たという話があった。
- ・この情報誌にある情報をチャット GPT や AI に細かい情報を入れて、その機能を使って相談内容や予算を入力すれば、最適なサービスを提案してくれるように URL で配布することは現実的ではないか。

今回は「相談内容」を通して情報誌を見てもらい、多くの職種の方々にいろんなサービスがあるということを知ってもらいながら提案を考える時間だった。今までの事例検討とは違った形となったが、皆さんに情報誌の内容を知っていただき、社会資源の共有ができた。これらを進めることで、持続可能な介護保険制度を目指したいと考える。

## 諏訪市地域包括ケア推進会議にご参加ください（お待ちしております。）

**日 時** 第3回 11月21日（金）13：30～15：00  
令和8年

第4回 2月18日（水）13：30～15：00

**会 場** 諏訪市総合福祉センター  
（湯小路いきいき元気館 3F 交流ひろば）  
QRコードまたはE-mailで

**申込方法** ※E-mailでのお申し込みの場合は、お名前、所属名、職種、電話番号および  
“参加証のご希望の有無”をお知らせください。



地域包括支援センター TEL：0266（52）4141（内線 296）

ライフドアすわ TEL：0266（78）0477 E-mail：[info@lifedoor-suwa.jp](mailto:info@lifedoor-suwa.jp)