

地域包括支援センターとは...

介護保険制度の改正により、高齢者の皆さんが住み慣れた地域で安心して生活できるよう、総合的に支援する機関として平成18年に設置されました。

保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなど専門職員が配置されており、介護事業所や医療機関、民生委員等と連携しながら高齢者の皆さんを支援しています。

平成21年度の市組織改正により、高齢者福祉関係の業務も加わりました。

職員配置の状況

	H18年度		H19年度		H20年度		H21年度		H22年度	
	正規	臨時								
所長	兼	1	兼	1	兼	1	兼	1	兼	1
主任ケアマネジャー		1		1		1		1		1
社会福祉士	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2
保健師	兼	1		1		1		1		1
看護師		2		2		2		2		2
事務	兼	1				1		1		1
レクリエーションインストラクター		1		1		1		1		1
合計	5	4	4	4	4	5	5	4	5	5

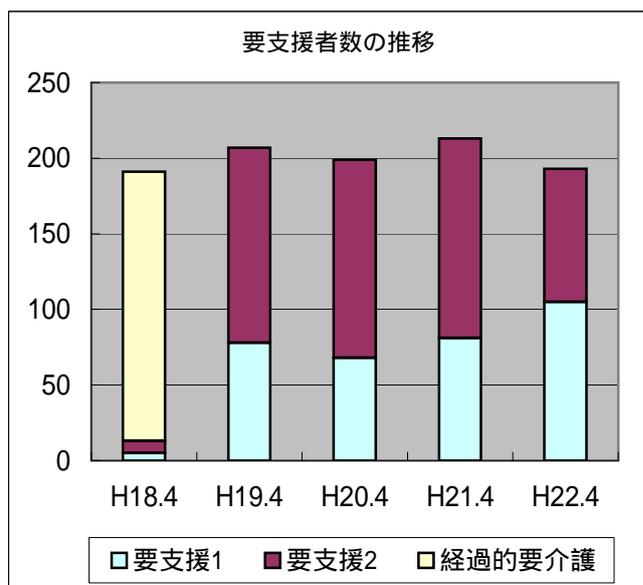
要介護・要支援認定者数

年月	要支援1	要支援2	経過的要介護	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5	計
H18.4	5	8	178	325	172	147	200	197	1,232
H19.4	78	129	0	209	208	173	184	217	1,198
H20.4	68	131	0	199	218	219	233	196	1,264
H21.4	81	132	0	184	209	225	215	204	1,250
H22.4	105	88	0	183	217	191	207	225	1,216

経過的要介護とは、平成18年4月の介護保険制度改正により、要支援及び要介護1が、要支援1・要支援2・要介護1に細分化されたことに伴い、それまで要支援の認定を受けていた者が不利にならないための経過措置として設けられたもので、要介護1と同等とみなします。

要支援者数の推移

年月	要支援1	要支援2	経過的要介護	計
H18.4	5 2.6%	8 4.2%	178 93.2%	191
H19.4	78 37.7%	129 62.3%	0 0.0%	207
H20.4	68 34.2%	131 65.8%	0 0.0%	199
H21.4	81 38.0%	132 62.0%	0 0.0%	213
H22.4	105 54.4%	88 45.6%	0 0.0%	193



ほぼ横ばいで推移している。

介護予防支援事業
(介護予防プラン作成)

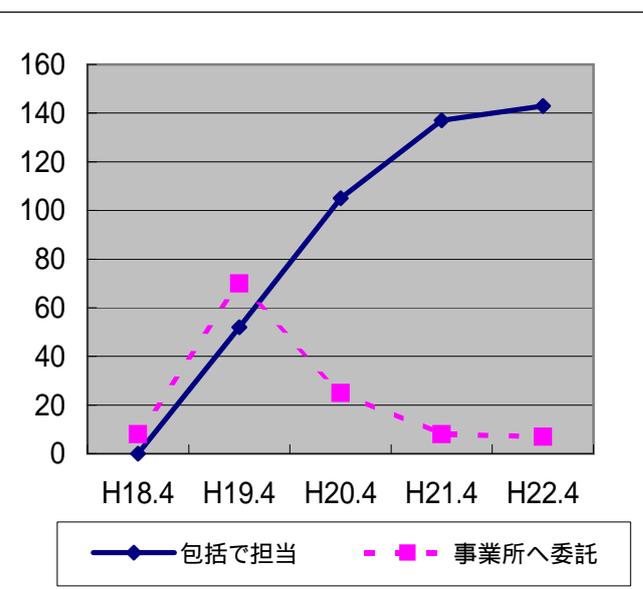
委託事業者

居宅介護支援事業所あいあい いいやま介護老人
保健施設みゆき居宅介護支援事業所 居宅介護支援
事業所ゆりかご ジャパンケアサービス東日本(埼玉県)

介護保険制度で予防給付の対象となる要支援者が、介護予防サービスを適切に利用できるよう、介護予防ケアプランを作成し、支援します。

また、予防ケアプランの作成を居宅介護支援事業所に委託した場合は、地域包括支援センターでケアプランの確認を行います。

年月	包括で 担当	事業所へ 委託	合計	未利用者 (外数)
H18.4	0 0.0%	8 100.0%	8	不明
H19.4	52 42.6%	70 57.4%	122	85 41.1%
H20.4	105 80.8%	25 19.2%	130	69 34.7%
H21.4	137 94.5%	8 5.5%	145	68 31.9%
H22.4	143 95.3%	7 4.7%	150	43 22.3%



ケアプランの作成については、事業所への委託件数が減少し、地域包括支援センターで担当する件数が増加している。

また、介護認定を受けていてもサービスを利用しない未利用者は、H19は41.1%だったがH22は22.3%に減少し、介護予防サービスの利用者が増加している。

総合相談事業

住み慣れた地域で安心してその人らしい生活が送れるよう、高齢者の皆さんやご家族から、様々な困りごとの相談を受け付けています。

介護に関する悩みだけでなく、健康や福祉、医療、生活に関する事などの相談に応じ、内容によっては適切な関係機関へおつなぎします。

相談件数

年度	種別		性別		初回		継続		相談内容						計
									介護予防教室	介護保険	生活支援サービス	家庭に関する相談	健康相談	その他	
	面接	電話	男	女	初回	継続	介護予防教室	介護保険	生活支援サービス	家庭に関する相談	健康相談	その他			
H18	218	114	125	207	289	43	16	252	5	12	3	44	332		
	65.7%	34.3%	37.7%	62.3%	87.0%	13.0%	4.8%	75.9%	1.5%	3.6%	0.9%	13.3%			
H19	469	160	227	402	519	110	116	267	8	4	155	79	629		
	74.6%	25.4%	36.1%	63.9%	82.5%	17.5%	18.4%	42.4%	1.3%	0.6%	24.6%	12.6%			
H20	417	108	176	349	450	75	72	252	2	8	86	105	525		
	79.4%	20.6%	33.5%	66.5%	85.7%	14.3%	13.7%	48.0%	0.4%	1.5%	16.4%	20.0%			
H21	527	209	279	457	577	159	53	334	10	27	107	205	736		
	71.6%	28.4%	37.9%	62.1%	78.4%	21.6%	7.2%	45.4%	1.4%	3.7%	14.5%	27.9%			
H22	555	210	299	466	598	167	66	340	16	39	123	181	765		
	72.5%	27.5%	39.1%	60.9%	78.2%	21.8%	8.6%	44.4%	2.1%	5.1%	16.1%	23.7%			

H19から健康相談には健診の結果相談会を含む。

相談内容の半数が介護保険に関する相談である。窓口(面談)での相談が7割以上を占めている。また、困難ケースや虐待の相談が増えている。

健康相談のうち、特定高齢者結果相談会の開催について

年度	開催数(回)	対象者(人)	相談人数(人)	参加率(%)
H18	-	56	-	-
H19	23	310	227	73.2%
H20	18	268	169	63.1%
H21	20	329	188	57.1%
H22	16	316	168	53.2%

H19より特定高齢者の基準が緩和され、対象者が増加した。

H20より基本健康診査が特定健康診査及び後期高齢者健康診査に変更された。

権利擁護事業

高齢者に対する虐待の防止や早期発見、虐待者等の支援を行います。また、悪質な詐欺商法・訪問販売等による被害防止、お金の管理や契約に不安がある方への成年後見制度の活用など、様々な権利に関する問題に対応し、高齢者の皆さんの人権を守ります。

必要に応じて社会福祉協議会が行う日常生活自立支援事業など、様々な支援制度の情報提供も行います。また、権利擁護や認知症に関する講演会を開催し、市民の理解を得ます。

認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう、キャラバンメイト(認知症サポーター養成講座の講師役)が連絡会を立ち上げ、月に1回活動しています。

権利擁護に関する相談件数

年度	相談実人数(人)	のべ相談数(件)
平成18年度	18	61
平成19年度	14	97
平成20年度	16	108
平成21年度	12	77
平成22年度	20	57

虐待を含む権利擁護の相談には、1件につき多くの時間と専門的知識が必要となる。

権利擁護講演会・学習会

日にち	内 容	対 象 者	参加人数
H18.7.27	学習会「高齢者の権利擁護について」 講師:地域包括支援センター 社会福祉士	介護支援専門員	22名
H19.5.23	学習会「高齢者の権利擁護について」 講師:地域包括支援センター 社会福祉士	介護支援専門員	38名
H20.3.7	講演会「老後の財産管理と人生設計」 講師:吉越徹司法書士事務所 吉越 徹 先生	市民	82名
H21.3.4	講演会「老後の財産管理と人生設計」 講師:吉越徹司法書士事務所 吉越 徹 先生	市民	98名
H21.3.18	学習会「高齢者の権利擁護」 講師:山ノ内町役場社会福祉士 永池 幹 氏	介護支援専門員	27名
H22.3.4	講演会「老後の財産管理と人生設計」 講師:吉越徹司法書士事務所 吉越 徹 先生	市民	76名
H23.3.3	講演会「老後の財産管理と人生設計」 講師:吉越徹司法書士事務所 吉越 徹 先生	市民	69名

今後の財産管理や生活設計について興味のある男性の参加も多い。

成年後見制度申立の支援

成年後見制度とは、認知症や知的障害、精神障害などによって判断能力が十分でない方を法律的に支援する制度です。

地域包括支援センターでは、成年後見制度に関する相談を受け付け、申立の支援を行っています。

平成22年度 成年後見制度申立支援 1件

キャラバンメイトの養成

キャラバンメイトとは、地域に認知症の理解者を増やし、認知症になっても住み慣れた地域で安心して生活できるまちづくりを進める活動をしているボランティアです。

キャラバンメイト養成研修会 H20.7.28 参加者52人

講師：NPO法人やじろべー 宅老所もくれん 理事長 中澤 純一 氏

社会福祉法人飯綱町社会福祉協議会 グループホームわが家 管理者 坂本 圭介 氏

キャラバンメイトおさらい会

日にち	参加者	日にち	参加者
H20.12.9	21人	H21.12.3	12人
H21.6.25	19人	H22.8.26	15人

キャラバンメイト連絡会の発足

キャラバンメイトの自主的な声により、H22年1月25日に連絡会が発足し、月1回程度の定期的な活動を行っている。

認知症の理解を推進する寸劇を行うグループと、認知症介護者と語るグループにわかれ、それぞれ活動している。

平成22年度実績：10回開催 のべ参加人数192人

認知症サポーター養成講座

キャラバンメイトが講師となり、認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族を見守る地域住民(認知症サポーター)を養成する。

年度	回数	サポーター数(のべ)
H20	36回	618人
H21	35回	763人
H22	14回	361人

飯山市の認知症サポーターの数は、県下有数の多さである。

包括・継続的ケアマネジメント事業

高齢者一人ひとりの状態変化に応じた援助ができるよう、介護支援専門員の後方支援を行います。

介護支援専門員等連絡会(地域ケア連絡会)

市役所及び市内の事業所が集まり、月2回連絡会を開催している。市からの情報提供や事業所が抱える困難事例等について情報交換を行っている。

(会場:保健センター、須多峰介護センター、老健みゆき、JA本所他)

年度	回数	参加のべ人数
H18	40	620
H19	24	425
H20	24	512

年度	回数	参加のべ人数
H21	24	443
H22	24	441

介護支援専門員等研修会(地域ケア研修会)

介護支援専門員及びヘルパー等の研修会を月1回程度実施。

	開催日	内 容	参加者(人)
平成 18 年 度	4月19日	「介護予防における栄養改善」 講師:北信総合病院栄養科 園田 規子 氏	73
	5月10日	「医療改訂とリハビリ」 講師:飯山赤十字病院リハビリテーション科 山岸 茂則 氏	33
	7月27日	「高齢者の権利擁護について」 説明者:地域包括支援センター	22
	8月29日	「予防給付マネジメント研修」 説明者:地域包括支援センター	24
	8月30日	「うつ病の利用者・家族へのかかわり」 講師:篠ノ井総合病院精神科 大村 和彦 先生	78
	9月20日	「事業者との連携～記録の検討～」	16
	11月29日	「障害者自立支援法について」 講師:北信圏域障害者支援センター所長 福岡 寿 氏	50
	12月20日	「介護保険サービスにおける基本倫理」 講師:長野県介護支援協会 理事 中澤 茂 氏	41
	1月24日	「援助困難事例の対応」 講師:地域包括支援センター 主任介護支援専門員	25
	2月14日	「援助困難事例の対応」 講師:地域包括支援センター 主任介護支援専門員	17
	3月22日	「基本的な脳疾患の理解」 講師:飯山赤十字病院 医療社会事業部長 土屋 俊昭 先生	28

平成 19 年 度	開催日	内 容	参加者(人)
	4月18日	「介護スタッフのための接遇研修」 講師:飯山赤十字病院 田邊 玲子 氏	51
	5月23日	「高齢者の権利擁護について」 講師:地域包括支援センター 社会福祉士	38
	6月20日	「感染症予防対策及び発生時の対応」 講師:北信保健所 北野 和子 氏	60
	7月18日	「援助困難事例の研究」 説明者:地域包括支援センター	17
	9月19日	「認知症高齢者への関わり」 講師:JA介護センター看護師 大嶋 久美子 氏	33
	10月24日	「プライバシー保護と倫理」 講師:NPO法人介護支援専門員協会 小林 広美 氏	40
	11月21日	「高齢者の消費者被害について」 講師:長野県長野消費センター 所長 小林 壮吉 氏	13
	1月23日	「苦情処理と対応について」 報告:各事業書より	21
	2月20日	「ヨーガ～こころと身体の癒し～」 講師:ヨーガインストラクター 上村 恵子 氏	15
3月19日	「うつ病の理解と支援」 講師:北信圏域こころの相談センター 小巻 佳人 氏	31	

平成 20 年 度	開催日	内 容	参加者(人)
	4月22日	「接遇と人間関係」 講師:介護労働安定センター	42
	5月21日	「訪問看護の有効なサービス提供」 講師:飯山市役所 介護保険係長	43
	6月18日	「医療・訪問看護の連携」 講師:長野市民病院 塚田 美智子 氏	24
	9月24日	「認知症高齢者の対応」 講師:朝日温泉リハビリセンター 小池 富士子 氏	22
	10月22日	「プライバシー保護と倫理」 講師:介護労働安定センター 小野 幸子 氏	39
	12月17日	「冬に発生しやすい感染症の予防対策」 講師:北信保健所 北野 和子 氏	35
3月18日	「高齢者の権利擁護」 講師:山ノ内町役場 社会福祉士 永池 幹 氏	27	

	開催日	内 容	参加者(人)
平成 21 年 度	4月22日	「飯山地域の在宅リハビリサービス」 講師:飯山地域事業所 理学療法士等	46
	5月20日	「終末期の観察と記録(ターミナルケア)」 講師:市内訪問看護ステーション	83
	6月17日	「支援者のための倫理及び接遇」 講師:介護支援専門員協会 岸田 きみ子 氏	39
	7月22日	「本人と家族を支えるために～心のケア～(ターミナルケア)」 講師:飯山赤十字病院 小橋看護部長	48
	8月19日	「若い人への支援～自立支援法のサービス～」 講師:市役所保健福祉課 善財 由佳 氏	25
	9月16日	「最新の医療情報～糖尿病・胃ろう等～」 講師:飯山赤十字病院 看護師	48
	10月21日	「医療と地域との連携」 講師:飯水医師会訪問看護ステーション	53
	12月16日	「感染症の予防対策」 講師:北信保健福祉事務所 春原 美智子 氏	38
	1月15日	「排尿障害について」 講師:飯山赤十字病院 濱田 隆正 先生	42
	3月17日	「認知症の理解と対応」 講師:グループホームすずらん 島田 静子 氏	51

	開催日	内 容	参加者(人)
平成 22 年 度	4月26日	「心不全の理解と連携」 講師:北信総合病院 循環器内科 渡辺 徳 先生	63
	5月19日	「グループホームの取り組み(ターミナルケア)」 講師:グループホームゆりかご	41
	6月16日	「在宅での薬剤管理」 講師:飯山赤十字病院 薬剤師 轟 利治 氏	53
	7月21日	「在宅で本人家族を支えるために(ターミナルケア)」 講師:愛和病院 副院長 平方 眞 先生	63
	8月18日	「認知症の理解と支援」 講師:信濃毎日新聞 記者 園田 清佳 氏	83
	9月15日	「感染症の予防と対策(インフル・ノロ・疥癬)」 講師:北信保健福祉事務所 検査技師 小林 正人 氏	49
	10月20日	「支援者のための倫理及び接遇」 講師:飯山赤十字病院 看護部長 小平 恵子 氏	54
	11月24日	「介護予防とリハビリ」 講師:飯山赤十字病院 通所リハビリテーション	32
	12月15日	「対人援助技術 コミュニケーション技術」 講師:介護福祉士 高相 道子 氏	40
	3月16日	「権利擁護事業 事例から学ぶ」 講師:社協 日常生活自立支援事業	32

平成19年度から、各事業所から研修委員を選出し研修委員会を組織し、研修内容を決めている。

ターミナルケア研究会

終末期の要介護者に対する医療・介護・福祉等それぞれの立場での関わり方を探るため、医師、看護師、保健師、介護支援専門員、ヘルパーなどによる研究会を開催。

	開催日	内 容	
平成18年度	5月31日	「人間関係での接遇」 報告者：飯山赤十字病院 副看護部長 田邊 玲子 氏	49
	8月9日	「チームケアと家族の関わり」 報告者：飯山市社会福祉協議会 望月 正美 氏	43
	10月17日	「ターミナル期をより良く過ごすために」 報告者：飯山赤十字病院 上松 美枝 氏	40
	12月13日	「ターミナル期をより良く過ごすために」 報告者：飯水医師会 田中 伸子 氏	37
	3月7日	「終末期医療について」 講師：老人保健施設みゆき 島田 猪一郎 先生	46
平成19年度	8月22日	「グループホームでの看取り」 報告者：NPO法人赤いにんじん 大平 ユリ 氏	37
	12月19日	「気持ちのいいケア～マッサージ～」 報告者：飯山赤十字病院 黒鳥 美幸 氏	30
	3月12日	「ターミナル期における医療との連携」 報告者：飯水医師会訪問看護ステーション 助言者：小田切医院 小田切 弘人 先生	37
H20	7月23日	「ホスピスケアの実践」 講師：新生病院 徳竹 秀子 氏	54

平成12年度からターミナル研究会を時間外に実施してきた。終末期への関わりを学ぶことで、支援者の連携が図られてきた。

平成20年度からは介護支援専門員の研修会に組み入れて実施している。

介護支援専門員の支援

市内の介護支援専門員が抱える困難事例に対し、一緒に関わりを持ち支援を行う。また、相談、同伴訪問やサービス担当者会議に出席し、適切な支援が行われるよう考える。

年度	相談のべ件数
H18	55
H19	78
H20	52
H21	38
H22	63

特定高齢者把握事業

「特定高齢者」とは、生活機能が低下し、将来介護が必要になるおそれのある高齢者のことをいいます。

市で行う特定健診や後期高齢者健診を受診し、医師の診断や問診、血液検査などからなる「生活機能評価」によって、生活機能の低下が認められると診断された場合に「特定高齢者」となり、介護予防教室(転倒予防教室、脳いきいき教室、筋力アップ教室)に通うことができます。

特定高齢者発生数

年度		65～69歳	70～74歳	75～79歳	80～84歳	85歳以上	計
H18	人口	1,506	1,684	1,723	1,352	1,022	7,287
	発生数	10	31	84	106	99	330
	割合	0.7%	1.8%	4.9%	7.8%	9.7%	4.5%
H19	人口	1,500	1,620	1,707	1,378	1,110	7,315
	発生数	44	111	162	143	116	576
	割合	2.9%	6.9%	9.5%	10.4%	10.5%	7.9%
H20	人口	1,482	1,593	1,649	1,411	1,178	7,313
	発生数	32	80	144	151	107	514
	割合	2.2%	5.0%	8.6%	10.7%	9.1%	7.0%
H21	人口	1,473	1,516	1,585	1,418	1,243	7,235
	発生数	35	71	157	166	120	549
	割合	2.4%	4.7%	9.9%	11.7%	9.7%	7.6%
H22	人口	1,398	1,459	1,576	1,438	1,323	7,194
	発生数	48	73	137	167	129	554
	割合	3.4%	5.0%	8.7%	11.6%	9.8%	7.7%

H19年度より、特定高齢者の基準が緩和したため、発生数が増加した。

H22年8月、制度改正により特定高齢者の把握方法が簡略化され、また、特定高齢者という名称も「二次予防事業対象者」に変更された。(平成23年度より、新しい把握方法を実施しています。)

特定高齢者の把握経路

平成18年度		男性		女性		計	
		人	%	人	%	人	%
特定高齢者の年間発生数(人)		38	11.5	292	88.5	330	100.0
(件) 把握経路	本人・家族からの相談	15	5.9	239	94.1	254	77.0
	生活機能評価	15	27.3	40	72.7	55	16.7
	医療機関、民生委員等から	3	30.0	7	70.0	10	3.0
	要支援・要介護者からの移行	4	40.0	6	60.0	10	3.0
	その他	1	100.0	0	0.0	1	0.3

平成19年度		男性		女性		計	
		人	%	人	%	人	%
特定高齢者の年間発生数(人)		131	22.7	445	77.3	576	100.0
(件) 把握経路	本人・家族からの相談	22	8.7	230	91.3	252	43.8
	生活機能評価	105	33.9	205	66.1	310	53.8
	医療機関、民生委員等から	1	16.7	5	83.3	6	1.0
	要支援・要介護者からの移行	1	25.0	3	75.0	4	0.7
	その他	2	50.0	2	50.0	4	0.7

平成20年度		男性		女性		計	
		人	%	人	%	人	%
特定高齢者の年間発生数(人)		112	21.8	402	78.2	514	100.0
(件) 把握経路	本人・家族からの相談	23	9.6	217	90.4	240	46.7
	生活機能評価	88	33.7	173	66.3	261	50.8
	医療機関、民生委員等から	1	14.3	6	85.7	7	1.4
	要支援・要介護者からの移行	0	0.0	6	100.0	6	1.2
	その他	0	0.0	0	0.0	0	0.0

平成21年度		男性		女性		計	
		人	%	人	%	人	%
特定高齢者の年間発生数(人)		131	23.9	418	76.1	549	100.0
(件) 把握経路	本人・家族からの相談	49	15.3	271	84.7	320	58.3
	生活機能評価	80	35.7	144	64.3	224	40.8
	医療機関、民生委員等から	0	0.0	2	100.0	2	0.4
	要支援・要介護者からの移行	1	100.0	0	0.0	1	0.2
	その他	0	0.0	1	100.0	1	0.2

平成22年度		男性		女性		計	
		人	%	人	%	人	%
特定高齢者の年間発生数(人)		137	24.7	417	75.3	554	100.0
(件) 把握経路	本人・家族からの相談	69	25.7	269	79.6	338	61.0
	生活機能評価	67	32.1	142	67.9	209	37.7
	医療機関、民生委員等から	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	要支援・要介護者からの移行	1	100.0	0	0.0	1	0.2
	その他	0	0.0	6	100.0	6	1.1

通所型介護予防事業の実施状況

特定高齢者を対象とした、通所型介護予防教室を開催しています。職員が一人ひとりの身体の状態にあったケアプランを作成し、適切な教室を一緒に選びます。
教室への参加により、要介護状態になることを予防します。

介護予防教室への参加状況
(筋力アップ教室、脳いきいき教室、転倒予防教室)

年度	実施回数	参加実人数	参加延べ人数	1回あたりの平均参加人数
H18	372	282	4,196	11.3
H19	415	305	4,789	11.5
H20	435	286	4,688	10.8
H21	389	269	4,346	11.2
H22	402	282	4,399	10.9

各教室の特徴

筋力アップ教室

トレーニングマシンやゴムバンド、ゴムボールを使った運動教室で、平成18年度から開催しています。一人ひとり無理のないメニューで、下半身の筋力アップや持久力を高めるトレーニングを中心にを行います。

栄養改善や口腔機能の改善指導も行います。

飯山赤十字病院の理学療法士による個別指導も行います。

転倒予防教室

転倒による骨折等で寝たきりにならないよう、柔道整復師の指導で、下半身の筋力低下を防ぎ、身体のバランス能力を保つ体操やレクリエーションを中心にを行い、転びにくい身体作りを目指します。

栄養改善や口腔機能の改善指導も行います。

湯の入荘のお風呂にも入れます。

脳いきいき教室

認知症や閉じこもりの予防を目的に、簡単な計算や音読、体操などを行います。

栄養改善、口腔機能の改善指導も行います。

湯の入荘のお風呂にも入れます。

教室別年齢構成(のべ数)

H19	65～69歳		70～74歳		75～79歳		80～84歳		85歳以上		合計(人)			平均年齢 (歳)
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	計	
筋力アップ教室	0	2	4	18	3	19	6	14	3	6	16	59	75	78.16
転倒予防教室	0	1	1	10	2	47	5	43	2	20	10	121	131	80.11
脳いきいき教室	2	0	3	1	1	10	2	41	7	72	15	124	139	84.94
小 計	2	3	8	29	6	76	13	98	12	98	41	304	345	81.48
合 計	5		37		82		111		110		345			
	1.4%		10.7%		23.8%		32.2%		31.9%		100.0%			

H20	65～69歳		70～74歳		75～79歳		80～84歳		85歳以上		合計(人)			平均年齢 (歳)
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	計	
筋力アップ教室	0	5	3	16	2	23	7	18	5	0	17	62	79	77.58
転倒予防教室	0	0	1	5	2	34	3	45	3	22	9	106	115	81.0
脳いきいき教室	2	0	1	1	1	4	2	38	1	61	7	104	111	84.95
小 計	2	5	5	22	5	61	12	101	9	83	33	272	305	81.18
合 計	7		27		66		113		92		305			
	2.3%		8.9%		21.6%		37.0%		30.2%		100.0%			

H21	65～69歳		70～74歳		75～79歳		80～84歳		85歳以上		合計(人)			平均年齢 (歳)
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	計	
筋力アップ教室	0	4	1	8	1	20	7	18	5	3	14	53	67	79.06
転倒予防教室	0	0	1	3	0	22	4	45	5	33	10	103	113	82.43
脳いきいき教室	2	0	0	1	1	6	1	44	2	67	6	118	124	85.15
小 計	2	4	2	12	2	48	12	107	12	103	30	274	304	82.21
合 計	6		14		50		119		115		304			
	2.0%		4.6%		16.4%		39.1%		37.8%		100.0%			

H22	65～69歳		70～74歳		75～79歳		80～84歳		85歳以上		合計(人)			平均年齢 (歳)
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	計	
筋力アップ教室	0	1	0	6	1	18	6	17	6	6	13	48	61	80.28
転倒予防教室	0	0	2	3	0	24	5	42	3	30	10	99	109	82.00
脳いきいき教室	3	0	1	0	4	6	3	39	4	62	15	107	122	85.17
小 計	3	1	3	9	5	48	14	98	13	98	38	254	292	82.48
合 計	4		12		53		112		111		292			
	1.4%		4.1%		18.2%		38.4%		38.0%		100.0%			

教室参加者からの要支援・要介護認定の状況

年 度	特定高齢者	教室参加者	教室参加者からの 介護保険認定者
H18	330人	282人	85.5%
H19	576人	305人	53.0%
H20	514人	286人	55.6%
H21	549人	269人	49.0%
H22	554人	282人	50.9%

地区別特定高齢者数

H18	65～69歳	70～74歳	75～79歳	80～84歳	85歳以上	計	65歳以上人口	特定高齢者の比率
飯山	1	7	8	16	13	45	1,970	2.28%
秋津	0	2	11	23	5	41	609	6.73%
木島	0	3	12	8	15	38	829	4.58%
瑞穂	5	5	13	16	9	48	717	6.69%
柳原	0	1	6	10	12	29	440	6.59%
富倉	0	2	3	3	0	8	113	7.08%
外様	1	1	8	6	10	26	352	7.39%
常盤	0	2	12	16	21	51	914	5.58%
太田	2	2	8	7	11	30	846	3.55%
岡山	0	5	4	2	3	14	501	2.79%
計	9	30	85	107	99	330	7,291	4.53%

H19	65～69歳	70～74歳	75～79歳	80～84歳	85歳以上	計	65歳以上人口	特定高齢者の比率
飯山	12	28	40	23	17	120	2,012	5.96%
秋津	1	8	14	17	8	48	616	7.79%
木島	3	14	12	16	15	60	833	7.20%
瑞穂	5	14	20	22	14	75	699	10.73%
柳原	2	6	8	8	13	37	440	8.41%
富倉	1	2	1	2	0	6	105	5.71%
外様	4	6	13	13	10	46	358	12.85%
常盤	7	12	30	19	22	90	915	9.84%
太田	5	14	15	18	10	62	841	7.37%
岡山	4	7	9	5	7	32	498	6.43%
計	44	111	162	143	116	576	7,317	7.87%

H20	65～69歳	70～74歳	75～79歳	80～84歳	85歳以上	計	65歳以上人口	特定高齢者の比率	教室参加者の比率
飯山	5	20	27	25	15	92	2,031	4.53%	1.87%
秋津	2	9	9	16	10	46	613	7.50%	5.87%
木島	2	5	17	17	13	54	829	6.51%	3.86%
瑞穂	5	9	15	20	11	60	702	8.55%	6.13%
柳原	3	2	11	14	13	43	441	9.75%	6.35%
富倉	1	3	3	4	0	11	103	10.68%	4.85%
外様	2	5	9	14	3	33	350	9.43%	6.86%
常盤	7	10	26	18	23	84	924	9.09%	4.87%
太田	2	8	13	16	11	50	834	6.00%	2.64%
岡山	3	9	14	7	8	41	486	8.44%	2.47%
計	32	80	144	151	107	514	7,313	7.03%	3.90%

H21	65～69歳	70～74歳	75～79歳	80～84歳	85歳以上	計	65歳以上人口	特定高齢者の比率	教室参加者の比率
飯山	7	20	36	25	23	111	2,036	5.45%	2.50%
秋津	5	6	12	13	12	48	615	7.80%	4.72%
木島	1	5	19	21	10	56	822	6.81%	2.68%
瑞穂	6	11	17	24	13	71	690	10.29%	5.94%
柳原	5	2	10	14	14	45	431	10.44%	7.42%
富倉	2	2	4	5	0	13	96	13.54%	10.42%
外様	0	7	13	16	4	40	353	11.33%	6.23%
常盤	4	5	20	21	25	75	936	8.01%	5.13%
太田	3	3	11	17	11	45	836	5.38%	3.23%
岡山	2	10	15	10	8	45	488	9.22%	4.51%
計	35	71	157	166	120	549	7,303	7.52%	4.16%

H22	65～69歳	70～74歳	75～79歳	80～84歳	85歳以上	計	65歳以上人口	特定高齢者の比率	教室参加者の比率
飯山	14	18	31	29	20	112	2,029	5.52%	2.27%
秋津	5	8	10	20	14	57	610	9.34%	4.75%
木島	1	5	12	19	11	48	801	5.99%	3.12%
瑞穂	4	10	21	16	15	66	676	9.76%	5.47%
柳原	4	3	7	14	11	39	418	9.33%	5.74%
富倉	1	1	6	5	1	14	94	14.89%	7.45%
外様	5	3	5	16	5	34	350	9.71%	6.00%
常盤	5	9	17	23	28	82	929	8.83%	4.84%
太田	4	9	11	14	14	52	809	6.43%	2.97%
岡山	4	7	15	9	8	43	473	9.09%	5.07%
計	47	73	135	165	127	547	7,189	7.61%	4.06%

介護予防教室参加者の声

- ・教室に参加して、ズボンが立ってはけるようになった。(75歳・女性)
- ・この教室がなければ寝たきりになっていたかもしれない。運動できて良かった。(88歳・男性)
- ・歩くのが楽になり、マレットゴルフができるようになった。(77歳・男性)
- ・脳いきいきに参加して、大勢の人と話ができ楽しかった。(97歳・女性)
- ・膝が痛く、注射をしていたが、痛みがなくなり注射がいらなくなった。医者もびっくりしていた。(72歳・女性)
- ・教室で運動したら、手が後へ回るようになった。(82歳・女性)
- ・足の手術をして動きが悪かったが、運動したら家の周りを歩くにも杖がいらなくなった。(78歳・女性)

地区別教室参加者実人数

		筋力アップ教室	脳いきいき教室	転倒予防教室 (活性化センター等)	転倒予防教室 (ケアセンター)	計
平成18年度	飯山	14	26	9	6	55
	秋津	3	12	17	9	41
	木島	6	21	4	12	43
	瑞穂	7	20	9	12	48
	柳原	10	16	6	8	40
	富倉	0	0	5	0	5
	外様	8	18	6	5	37
	常盤	2	37	3	10	52
	太田	3	17	1	5	26
	岡山	5	5	2	2	14
	計	58	172	62	69	361

		筋力アップ教室	脳いきいき教室	転倒予防教室 (活性化センター等)	転倒予防教室 (ケアセンター)	計
平成19年度	飯山	16	20	6	12	54
	秋津	4	13	13	5	35
	木島	5	13	6	11	35
	瑞穂	14	18	10	13	55
	柳原	9	14	4	9	36
	富倉	1	0	3	0	4
	外様	8	12	5	6	31
	常盤	10	28	3	6	47
	太田	4	15	3	5	27
	岡山	4	6	3	8	21
	計	75	139	56	75	345

		筋力アップ教室	脳いきいき教室	転倒予防教室 (活性化センター等)	転倒予防教室 (ケアセンター)	計
平成20年度	飯山	11	15	3	8	37
	秋津	6	12	11	2	31
	木島	2	12	4	8	26
	瑞穂	13	13	0	20	46
	柳原	8	15	4	9	36
	富倉	4	0	2	0	6
	外様	7	4	5	5	21
	常盤	12	23	0	16	51
	太田	8	13	0	5	26
	岡山	8	4	0	13	25
	計	79	111	29	86	305

		筋力アップ教室	脳いきいき教室	転倒予防教室 (活性化センター等)	転倒予防教室 (ケアセンター)	計
平成 21 年度	飯山	17	17	0	17	51
	秋津	2	13	0	14	29
	木島	3	11	0	8	22
	瑞穂	8	15	0	18	41
	柳原	4	14	0	14	32
	富倉	7	1	0	2	10
	外様	7	8	0	7	22
	常盤	5	25	0	18	48
	太田	6	16	0	5	27
	岡山	8	4	0	10	22
	計	67	124	0	113	304

		筋力アップ教室	脳いきいき教室	転倒予防教室 (活性化センター等)	転倒予防教室 (ケアセンター)	計
平成 22 年度	飯山	17	15	0	15	47
	秋津	5	14	0	11	30
	木島	5	12	0	8	25
	瑞穂	6	16	0	18	40
	柳原	4	11	0	12	27
	富倉	4	0	0	3	7
	外様	4	10	0	7	21
	常盤	7	23	0	16	46
	太田	3	17	0	4	24
	岡山	6	4	0	15	25
	計	61	122	0	109	292

一般高齢者施策

65歳以上のすべての高齢者を対象に、地域でいきいきと暮らしていけるための事業を行います。

集落サロン

高齢者の閉じこもりと認知症を予防するため、また、地域全体で介護予防に関する知識と重要性について認識を共有し、高齢者が自主的な介護予防の取組を行えるよう、地域の力を借りて支援します。

年度	事業名等	実施集落数	のべ実施回数	参加のべ人数	財源
H16	集落創生交付金	16	48	733	県交付金
H17	信州ルネッサンス革命推進事業支援金 (コモンズ支援金)	26	130	1,592	県交付金
H18	信州ルネッサンス革命推進事業支援金 (コモンズ支援金)	35	190	3,529	県交付金
H19	介護保険法に基づく地域支援事業	45	218	4,091	介護保険料等
H20	介護保険法に基づく地域支援事業	44	228	4,240	介護保険料等
H21	介護保険法に基づく地域支援事業	49	234	4,315	介護保険料等
H22	介護保険法に基づく地域支援事業	45	241	4,121	介護保険料等

指導・啓発事業

老人クラブや地域等からの要望により、介護予防や健康づくり等についての講話を行います。

年度	開催日	内 容	参加者数
平成 18 年度	H18.4.23	太田地区さくらまつり「介護予防体操指導」	-
	H18.6.18	戸狩地区敬老会「介護保険一部改正と介護予防」	59
	H18.6.26	木島地区あじさい教室「健康でいきいき暮らすための介護予防」	80
	H18.7.26	上新田敬老会「健康でいきいき暮らすための介護予防」	28
	H18.7.28	桑名川老人クラブ「夏の健康管理」	10
	H19.2.14	市ノ口老人クラブ「はじめましょう介護予防」	22
	H19.3.6	山岸老人クラブ「改正介護保険と健康体操」	16
	H19.3.27	JA年金友の会常盤支部「生涯を自立して過ごすために」	66
平成 19 年度	H19.6.20	木島地区あじさい教室「はじめましょう介護予防」	78
	H19.10.24	柳原地区ひとり暮らしふれあいの集い「介護予防」	18
	H19.11.20	藤ノ木集落サロン「介護保険サービスと介護予防」	12
	H19.12.11	太田老人クラブ仁寿会「いきいきと暮らすための介護予防」	21
	H19.12.18	大深老人クラブ「はじめましょう介護予防」	28
	H20.1.25	坂井集落サロン「介護予防と介護保険サービス」	18
	H20.2.21	市ノ口老人クラブ「はじめましょう介護予防」	16
H20.3.25	大深集落サロン「介護予防と介護保険サービス」	17	

年度	開催日	内 容	参加者数
H20	H20.11.20	福寿町いきいきサロン「はじめましょう介護予防」	15
H 2 1 年 度	H21.4.19	小沼公民館「はじめましょう介護予防」	90
	H21.7.15	傾聴ボランティア学習会「認知症について」	7
	H22.3.29	福寿町いきいきサロン「はじめましょう介護予防」	15
平 成 2 2 年 度	H22.5.25	飯山女性教育を考える会	8
	H22.6.4	長野県市町村職員退職者連盟飯水支部	61
	H22.6.24	太田地区保健補導員会	20
	H22.6.24	市ノ口集落サロン	19
	H22.7.7	瑞穂地区高齢者学習会	45
	H23.3.29	太田地区老人クラブ	36

講演会

	開催日	内 容	参加者数
H18	H18.10.31	脳いきいき講演会 「高齢者の権利擁護について」 講師:地域包括支援センター 社会福祉士 鈴木 靖史 「ぼけちゃったらどうする? ~認知症の理解と対応~」 講師:諏訪中央病院 喬木 宏明 先生	46
	H19.3.8	70歳からの元気はつらつ講演会 「死ぬまで元気で!」 講師:飯山赤十字病院 副院長 古川 賢一 先生	69
H19	H19.9.21	脳いきいき講演会 「認知症の理解と予防」 講師:群馬大学医学部保健学科 教授 山口 晴保 先生	43
	H19.12.3	高齢者のためのお口と歯の健康講演会 講師:ふじまき歯科医院 院長 藤巻 靖幸 先生	43
	H20.3.7	70歳からの元気はつらつ講演会 「死ぬまで元気で!」 講師:飯山赤十字病院 副院長 古川 賢一 先生	82
H20	H20.11.12	高齢者のためのお口と歯の健康講演会 講師:ふじまき歯科医院 院長 藤巻 靖幸 先生	34
	H20.12.9	脳いきいき講演会 「認知症を正しく理解して地域で支えていくには」 講師:NPO法人やじろべー 宅老所もくれん代表 中澤 純一 氏	62
	H21.3.4	70歳からの元気はつらつ講演会 「死ぬまで元気で!」 講師:飯山赤十字病院 副院長 古川 賢一 先生	98

H21	H21.8.26	高齢者のためのおしっこの講演会 「女性と男性の排尿障害～おしっこで困っていませんか～」 講師:飯山赤十字病院泌尿器科 部長 濱田 隆正 先生	84
	H21.12.3	脳いきいき講演会 「認知症の早期発見と治療及び予防について」 講師:北信総合病院神経内科 医長 山崎 正志 先生	112
	H21.3.4	70歳からの元気はつらつ講演会 「死ぬまで元気で！」 講師:飯山赤十字病院 副院長 古川 賢一 先生	76
H22	H22.8.26	脳いきいき講演会 「笑顔のままで～認知症の取材をとおして～」 講師:信濃毎日新聞社 記者 園田 清佳 氏	130
	H22.12.2	脳いきいき講演会パート2 「笑いと緊張で脳の活性化」 講師:マナー講師 花岡 留里子 氏	66
	H23.3.3	70歳からの元気はつらつ講演会 「死ぬまで元気で！」 講師:飯山赤十字病院 院長 古川 賢一 先生	69

平成17年6月より、自宅でいつでも介護予防・健康づくりができるよう、ケーブルテレビ“iネット飯山”を活用し「健康チャンネル」を放映しています。おおよそ半年に1回、新たな番組を撮り直し、改編しています。

●転倒予防体操

寝たきりになる原因の一つである転倒による骨折を防ぐためには、筋力やバランス能力を低下させない事が大切になります。

転倒予防体操では、地域の病院の理学療法士・作業療法士や、地域で活動する指導者、柔道整復師会等に依頼し、「ヨガ」、「太極拳」、「フラダンス」、「千曲川の体操」など、楽しみながら転びにくい身体づくりができる『転倒予防体操』を放映しています。



●音読で脳いきいき

“音読”は、脳の活性化を図り、認知症の予防に効果があるといわれています。

健康チャンネルでは、市立飯山図書館や市民ナレータにご協力いただき、「飯山の文化財を読む」、「日本の詩を読む」、「ことばあそび」など、様々なテーマで放映しています。

●フリフリグッパ体操

認知症予防や糖尿病改善、さらにはダイエット効果もあると期待されている“フリフリグッパ体操”を放映しています。

市内の保育園児や介護予防教室参加者など、視聴者の皆さんに身近な方に出演していただき、楽しく体操ができるよう工夫しています。

足腰に不安のある方は、椅子に座って手拍子を打つだけでも効果があります。



●筋力アップ体操

正しい運動を継続して行うことで、筋力が効率よく向上し、高脂血症や肥満などの生活習慣病や要介護状態になることを防ぐことができます。

飯山赤十字病院の理学療法士にご協力をいただき、セラバンドやゴムボールを使用した『筋力アップ体操』を放映しています。



●ごっくん体操

飲み込み機能(嚥下)が低下すると、低栄養や誤嚥等を起こす恐れがあります。飲み込む力を向上させ、嚥下障害を防ぐためには“ごっくん体操”が効果的です。食事前に行う事で、より安全に、おいしく食事をいただけます。

長野県歯科保健センターにご協力をいただき番組を制作しています。



●おいしく食べて介護予防

みそ汁と漬け物の食事(粗食)＝健康な食事ではありません。体重が重い方でも必要な栄養素が足りていない場合があります。また、塩分を取りすぎではありませんか。

介護が必要な状態になる原因のひとつである「低栄養」や「高血圧」を防ぐため、栄養バランスの取れた食事で身体の中から介護予防に努めましょう。

市保健福祉課の栄養士による番組です。平成22年10月に新設した番組です。

地域自立生活支援事業

住み慣れた地域で、いつまでも安心して暮らして行けるよう、支援する事業です。
平成21年度の市組織改正により、高齢者福祉係から包括支援センターへ移管されました。

●配食サービス

店が遠く買い物に行けない、病弱等により食事を作る事ができない方を対象に、栄養バランスの取れたお弁当をお届けしています。

また、直接手渡しを原則としているため、安否確認も兼ねています。

◎配食利用料 弁当:450円 おかずのみ:400円 いずれもみそ汁付き

年度	利用者実人数	配食数		配食数計
		おかず	弁当	
H19	30	966	1218	2,184
H20	27	942	880	1,822
H21	29	931	836	1,767
H22	35	1,252	626	1,878

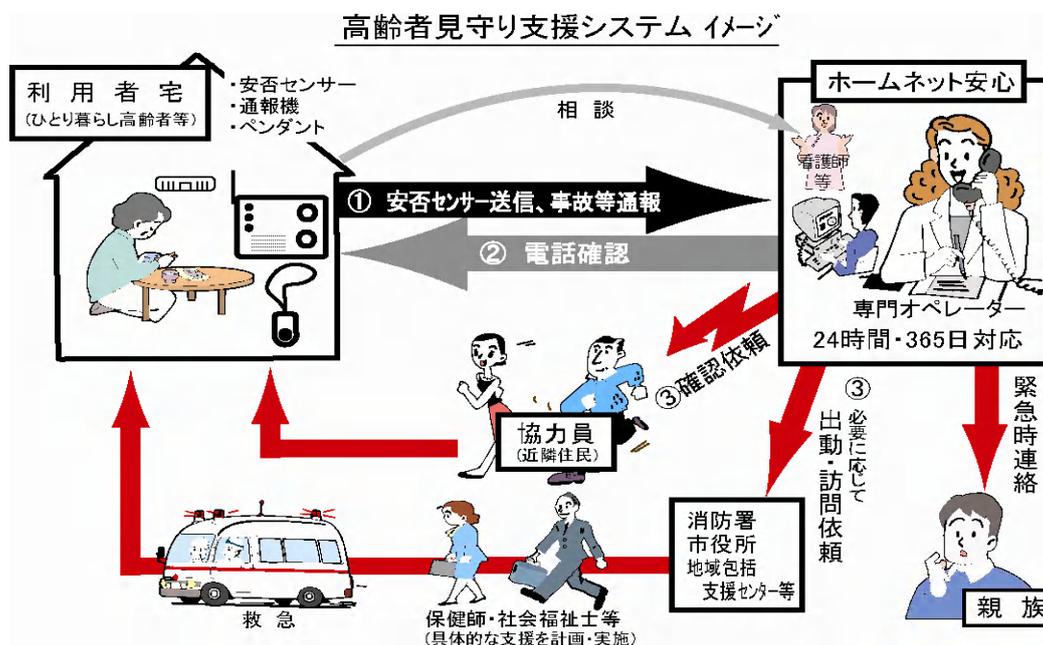
●高齢者見守り支援システム

高齢者のお宅に緊急通報装置や安否センサーを設置し、万が一の時に近隣住民の協力を得て、確認・通報体制を整えています。

平成22年度は220人に設置しています。

※無料設置条件(下記の条件にすべて当てはまる場合、無料で設置できます。また、条件に合致しない場合でも自己負担にて設置できます。(月1,500円程度)

- ①65歳以上のひとり暮らし、または、高齢者のみの世帯で要介護2以上に認定された者がいる世帯。
- ②市民税非課税の世帯



家族介護支援事業

在宅でご家族を介護されている方の介護技術の向上、また、介護者同士で情報交換を行ったり、レクリエーションで心身のリフレッシュを図るため、家族介護者教室を開催しています。

平成20年度より、交通手段のない方にも参加していただけるよう、希望者の送迎を始めました。

年度	開催日	内 容	場 所	参加者数	実施方法
H19	4月20日	・介護、サービス、認知症について ・レクリエーション	富倉交流センター	8	ゆりかごへ委託
	8月20日	・介護、サービス、認知症について ・レクリエーション	飯山市公民館	6	
	12月20日	・介護、サービス、認知症について ・レクリエーション	秋津交流センター	10	
	6月25日	・介護はなぜ必要になるのか ・リフレッシュ体操	岡山地区活性化センター	6	赤いにんじんへ委託
	11月14日	・ゆとりの介護について ・リフレッシュ体操	外様地区活性化センター	7	
	3月26日	・癒しのひととき ・ヨガ	湯の入荘	5	
H20	9月26日	・やさしい介護のはなし(飯山市北部対象) 講師:大平 ユリ 氏(赤いにんじん) ・体操、交流、入浴	いいやま湯滝温泉	11	直営
	11月14日	・やさしい介護のはなし(飯山市南部対象) 講師:大平 ユリ 氏(赤いにんじん) ・体操、交流、入浴	いいやま湯滝温泉	23	直営
H21	10月1日	・家族介護経験者のお話 ・グループワーク	保健センター	24	直営
	11月13日	・日常生活の具体的な介護の知識と技術 講師:飯山赤十字病院看護師 ・タオルを使って笑える運動 講師:佐藤 由姫 氏	保健センター	29	直営
H22	6月22日	・家族介護経験者のお話 ・グループワーク	保健センター	28	直営
	9月30日	・嚥下障害と誤嚥予防 講師:飯山赤十字病院 リハビリテーション科 山崎 陽一 氏	保健センター	23	直営
	12月3日	・レクリエーション ・グループワーク、交流、入浴	いいやま湯滝温泉	21	直営
	3月11日	・介護のしかた～排泄関係を中心に～ 講師:飯山赤十字病院看護師 川口 恵美子氏 ・寸劇「千代ばあさんと源じいさん」 出演:認知症キャラバンメイト	保健センター	54	直営

※平成20年度までは高齢者係、平成21年度から地域包括支援センターが担当する。

平成22年度 地域包括支援センター 介護サービス事業特別会計 決算書

歳入

(単位:円)

科目	予算額	収入額	予算残額	説明
サービス収入	8,025,000	8,202,120	△ 177,120	介護予防給付費収入(国保連合会より)
繰越金	337,000	337,868	△ 868	前年度繰越金
計	8,362,000	8,539,988	△ 177,988	

歳出

(単位:円)

科目	予算額	支出額	予算残額	説明
報酬	0	0	0	運営協議会委員報酬
賃金	1,042,000	781,780	260,220	臨時職員賃金
旅費	47,000	16,780	30,220	協議会委員、職員研修旅費
需用費	169,000	105,273	63,727	事務用消耗品
委託料	1,353,000	1,311,390	41,610	介護予防支援委託料(委託事業所へ支払い)、 「地域包括支援システム」委託料
負担金	50,000	1,500	48,500	研修会参加負担金
繰出金	5,680,000	5,680,000	0	人件費繰出金
予備費	21,000	0	21,000	
計	8,362,000	7,896,723	465,277	

歳入合計 8,539,988 円

歳出合計 7,896,723 円

歳入歳出差引残額 643,265 円

翌年度へ繰り越し 643,265 円