

令和2年度第6回アーバンデザインセミナー実績報告書

1. 開催日時

令和2年9月18日（金） 18時00分～19時30分

参加人数: UDCBK での視聴：4名、オンライン：21名＝計25名

※オンライン会議システムとUDCBKのオープンスペースでの視聴を併用

2. テーマ

「福祉から考えるまちづくり」

- 本セミナーは、『『健やかなまち』を考える』を共通のテーマとした3回シリーズで開催されるセミナーの第1回目である。
- シリーズにおいては、新型コロナウイルス感染症の影響で生活スタイルが変化する中、草津市が目指す「健幸都市」について多角的な視点から考えることを目的としている。
- 第1回目の本セミナーでは、福祉という視点を通してまちづくりはいかにあるべきかを考える。

3. 話題提供者

(1) 井上 直美

- 草津市高穂地域包括支援センター 主任介護支援専門員

(2) 中西 稔

- 草津市健康福祉部長寿いきがい課 主査



4. 話題の概要

(1) 中西氏による講演 「誰もが安心して暮らし続けることができるまちづくり」

ア. 健幸都市“くさつ”

(ア) 健幸づくり

- 平成 28 年 8 月に草津市は「健幸都市宣言」を行い、まちづくり政策に「健幸（生きがいをもち、健やかで幸せであること）」の要素を取り入れ、「まちの健幸づくり」、「ひとの健幸づくり」、「しごとの健幸づくり」の 3 つの基本方針のもとに、全市的に取り組んでいる。
- 例えば、平成 30 年 4 月からは分野横断的な「健幸都市づくり推進チーム」を市役所に設置し、それぞれの部署からの視点を活かした企画立案や施策の実施を行っている。
- UDCBK の活用は、「しごとの健幸づくり」に位置付けられている。

(イ) ひとの健幸づくり～支え合いのコミュニティづくり～

- 「ひとの健幸づくり」の一つとして、「地域包括ケアシステムの推進」がある。
- これは、令和 7 年（2025 年）をめどに、誰もが住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、医療・介護・予防・住まい・生活支援が一体的に提供される「地域包括ケアシステム」の構築を目指すものである。
- 中でも、高齢化に伴って、認知症は多くの人にとって身近なものになっており、認知症に焦点を当てて、「安心して暮らし続けられるまち」を考えることは、地域包括ケアシステムを構築していく上でも重要である。
- なお、国の推計では、2025 年には 700 万人（65 歳以上の高齢者の 5 人に 1 人）が認知症になると予測されている。

イ. 認知症とは何か

- 認知症は単なる「もの忘れ」とは違う。年を取ることで物忘れは誰にでも起こってくる。
- もの忘れは体験の一部を忘れるものであるが、認知症は体験そのものを忘れてしまうことである。また、もの忘れはヒントがあれば思い出せるが、認知症はヒントがあっても思い出すことができない。
- 認知症は、「何らかの原因で脳に障害が起こり、日常生活や社会生活に支障をきたすようになった状態」と定義される。
- しかしながら、現在でも、もの忘れと認知症の違いが正しく認識されているとは言えない。

ウ. 認知症に対する草津市の取組

(ア) 草津市認知症施策アクション・プラン

- 草津市認知症施策アクション・プランを策定し、「認知症があっても安心して生活できるまちの実現」のために様々な取組をしている。
- 例えば、簡単な認知症に関するクイズの出前講座などを行って認知症に関する普及啓発を行ったり、地域のお店に認知症にやさしいお店に登録してもらったりする取組などを行っている。

(イ) 認知症サポーター養成講座

- 認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族に対して温かい目で見守る「応援者」＝認知症サポーターになってもらうための講座を市内の大学や小学校、地域サロンなどさまざまな場所で開催している。
- 令和2年3月末時点で、のべ約15,000人が認知症サポーターとなっている。修了者にはオレンジリングが配られ、それを身に着けることにより地域で認知症の人を見守っているということが伝わるようにしている。
- 受講者からは、「認知症になると何もわからなくなってしまうと思っていたけれど、違っていた」、「他人事ではない」、「認知症を正しく認識する人が増えれば、住みよい社会になると思う」といった声が寄せられている。
- 講座により、認知症の人を地域で見守るまちづくりの機運が高まっている。

(ウ) 地域安心声かけ訓練

- 地域の自治会が主体となり、地域包括支援センターや地域密着型サービス事業所等と協力しながら、認知症による行方不明時の本人の気持ちに配慮した声かけや見守りができるように、模擬訓練を実施している。
- 模擬訓練では、まちの中を歩いたりしながら、どのような言葉をかけたり、どのように接したりすればよいか体験しながら学ぶ。例えば、驚かせない、急がせない、自尊心を傷つけないといった態度が重要である。
- 訓練を通じて、学んだことが地域で広がり、普段から認知症の人や家族を地域で支え見守る意識が醸成された、認知症の人が安心できるまちづくりを進めている。

(エ) 草津市認知症があっても安心なまちづくり条例

- 令和2年7月1日に「草津市認知症があっても安心なまちづくり条例」が施行された。
- この条例は、「地域包括ケアシステムの推進」を念頭に、「さまざまな主体が、それぞれの立場で認知症の人やその家族、そして、誰もが安心して生活できるまちづくりを進めていく」ことを目指している。
- 認知症の人がそれまでの生活を続けられるよう、地域で認知症の人を見守っていけ

るような地域づくりを進めていければと考えている。

- 目指すべきまちの姿を考えるために、まずは、周囲に認知症の人がいるか、また、その人に対して自分は何ができるかなど、「今」を起点に考える。その上で、バックキャストの視点から自分や家族が認知症になったらどうするか、今住んでいる地域には暮らし続けられるのかなど、「5年後・10年後・20年後」の姿をイメージする。

エ. 他の自治体の取組（和歌山県御坊市）

- 認知症の人から、いつも見ている郵便局が違う道から見ると郵便局として認識できない（郵便ポストや郵便のマーク「〒」が見えないため）という旨の声が市に寄せられた。
- 御坊市は、認知症に対して先進的な取組を行っている自治体で、市内郵便局と「高齢者等の見守りに関する協定」を結んでいる。郵便局長に相談したところ、認知症の人にも郵便局を認識してもらえよう、郵便のマークを壁面に取り付けてもらえることになった。
- 認知症の人に対する取組であったが、これは誰にでもやさしいまちをつくることにもつながっており、アーバンデザインであるともいえる。
- アーバンデザインは、ハード面・ソフト面さまざまに行動変容を促すものであると思われるが、このような人にやさしい仕掛けづくりが大切なのではないかと考える。

オ. 認知症があっても安心して暮らし続けるためには

- 現代では、福祉の問題は福祉の中だけに納まりきらなくなっている。
- 福祉の中だけの視点ではなく、交通（車や自転車以外の交通手段など）や建築（バリアフリーなど）、産業（個人賠償責任保険など）など様々な分野との横断的な取組が必要となってくる。
- 認知症になったとき希望する生活を実践するためにはどうすべきか、どのように暮らしていくかなど、様々な思いや不安があるが、認知症に対する「備え」が必要である。
- 備えとは、災害の時のハザードマップや防災グッズのように、認知症に対して今から準備を今から行っていくことである。
- 認知症に対する困りごとは、草津市長寿いきがい課や各地域包括支援センターで相談することができる。

(2) 井上氏による講演「高齢者支援からみたまちづくり」

ア. 草津市高穂地域包括支援センターについて

(ア) 基本情報

- 地域包括支援センターとは、介護・福祉・健康・医療などについて各市町村に設置さ

れた高齢者の相談窓口。

- 主任ケアマネジャー、保健師、地域経験のある看護師、社会福祉士などが互いに連携を取り合って、「チーム」として、総合的に支援を行っている。
- 担当地域は高穂中学校区であり、学区としては志津、志津南、矢倉である。



(イ) 業務

- 主に以下のような業務を行っている。
 1. 総合相談支援業務:
地域の高齢者が、住み慣れた地域で安心して、その人らしい生活を継続していくことができるよう、相談を受け、介護保険サービスだけでなく、他の適切なサービスや機関または制度の利用につなげていく支援を行う。
 2. 認知症施策推進事業:
認知症の人が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、認知症について正しい理解に関する普及・啓発や地域づくりの支援を行う。また認知症の早期相談・早期発見・早期診断・早期支援を行うため医療や関係機関と連携を行っている。
 3. 介護予防ケアマネジメント業務:
それぞれの高齢者の心と体の状況や生活環境に基づいた支援計画を作成し、介護予防事業および介護保険における予防給付サービスの適切かつ円滑な利用を支援する。
 4. 権利擁護業務
地域福祉権利擁護事業や成年後見制度など、権利を守るための制度を活用や虐待の防止に向けた取組を行う。

5. 包括的・継続的ケアマネジメント支援業務:

それぞれの高齢者の状況や変化に応じて、包括的かつ継続的に支援していくため、医療機関や地域の関係機関等との連携・協働の体制づくりや、個々の介護支援専門員に対する支援を行う。

6. 高齢者虐待への対応:

高齢者虐待は、決して特別な環境や、特別な人だけに起こるものではなく、高齢者の方の身体の動きの低下や、認知症、それに伴う介護者の方の心身の疲労や病気などが要因になる。

- 高齢者も、介護されている人も、一人で悩まずにまずは地域包括支援センターに相談してほしい。周囲の方も気になる方がいたら、相談を勧めてほしい。本人、家族それぞれの思い、辛さ、本人支援のみではなく、家族、介護者の相談も行っている。
- 地域包括支援センターだけではなく、身近な人に「しんどい」、「助けて」といえる、地域、社会になればいいなと思っている。

(ウ) 相談

- 初回相談で多いのは、介護保険やその申請の相談であり、「骨折して、入院したので、退院後どうしたらいいか」、「脳梗塞になって入院したので、今後どうしたらいいか」などの相談がある。
- 既に入院されている場合は、入院先の病院の相談員の方と連携し、退院に向けて、介護保険申請の相談を行う。当センターは、病院にも訪問相談を行っている。申請後、認定結果により、必要なサービスの相談を開始する。介護保険は、サービス利用には、計画書が必要となるが、その相談に対応されるのが、ケアマネジャー（介護支援専門員）である。当センターは、初回相談から、本人の担当となるケアマネジャーとのつなぎを行っている。
- 認知症に関する相談も年々増加している。以前は、家族や本人の物忘れ症状がだいぶ進んでからの相談が多かった。最近は、本人からの相談も増えてきている。「認知症かもと不安に思ったり、心配したりしたけれど、専門医を受診して、信頼できる医師と出会えてよかった」などの声がある。
- 認知症は誰もがかかる可能性がある病気である。認知症に対する正しい知識を知ってもらうことで、早期に発見でき、症状の進行を緩やかにするための適切な治療を受けることができる。
- 相談の分類で「その他」が多いのは、生活での不安なことや、市役所の書類で分からないなど、相談内容に応じて担当課につなぐことが多いためである。

(エ) 高齢者人口

- 草津市内の総人口は、13万5千664人。高齢者は65歳以上となっているので、人口

として約3万人、高齢化率としては、22.1%となっている。

- 日本全体としては、平成30年10月のデータとなるが、総人口は、平成30（2018）年10月1日現在、1億2,644万人。高齢者人口は、3,558万人。高齢化率は28.1%である。
- 滋賀県で見ると、令和2年7月のデータで、高齢化率が最も低いのが栗東市の18.9%である。草津市は県内で2番目に高齢化率の低い市となっている。高齢化率が最も高いのは高島市で、36.1%である。
- 高穂中学校区では、高齢化率は20%であり、草津市全体よりは低い高齢化率となっている。
- 校区の特徴として、住宅の開発が進み、若い世代の転入が多くなっている。ただ、ある町内会では、高齢化率が30%を超えるところも増えてきており、中学校区内でも、生活スタイルや、生活の困りごとに、いろいろな違いがあるように思われる。
- 現在高齢化率は低いですが、今後、この若い世代が高齢者となる頃には、かなりの変化が出てくると考えられる。

（オ） 介護保険

- 介護保険の認定率では、草津市において16.7%、高齢者約3万人のうち、約5,000人が、介護保険認定を受けている。つまり、およそ6人に1人が支援や介護を必要としている状態にある。
- 参考までに、令和47（2065）年には、約2.6人に1人が65歳以上、約3.9人に1人が75歳以上になると予測される。

イ. 高齢者の困りごと

（ア） いろいろな困りごと

- 足が弱ってきて遠出が出来なくなったり、物忘れが出てきて予定を間違えたりと今まで苦もなくできていたことが、出来なくなってくる時期が誰にでもやってくる。
- 「足が弱ってきたら体操をして以前のように足を丈夫にしよう」と前向きな気持ちになる人がいる一方、「もう年なので出来ないことは誰かにしてもらおう」と思う人もおり、人によっていろいろな考え方がある。
- 「介護保険で買い物に行ってほしい」、「ちょっと家の大掃除をしてほしい」などいろいろな相談が聞かれる。生活の中の困りごとを介護保険の制度の中で対応できることもあるが、その支援は、制度のルールの中での支援となる。介護保険の利用だけでは、解決しないことが多いのも現実である。

（イ） 困りごとを取り巻く現実

- 高齢者からよく聞かれるのは、「入院したけれど早く家に帰りたい」、「やっぱり、長

く住んだところは安心」、「自分のことができるうちは、今の暮らしを続けたい」との思いである。

- 「住み慣れた地域で、長く暮らし続けたい」というのは理想だが、現実には難しい。高齢化が進み高齢者だけの世帯は増えている。また、介護保険の必要な人や認知症と診断される人も増えていく。一方で、少子高齢化で、支え手は減少していく。
- 以前は、介護が必要となれば入院の相談をするということもあったが、現在は、治療が終われば退院というように、医療による入院期間はどんどん短縮化されている。引き続き医療やリハビリが必要な人も自宅から通院したり、介護保険を利用しながら自宅での生活を行うような支援を利用したりすることもできるが、入院をきっかけに自宅での生活に不安を感じる人も多くいる。

ウ. 困りごとを地域で考える

(ア) 志津学区の医療福祉を考える会議

- 志津学区では、地域のみんなで高齢者の多くが抱える困りごとを一緒に考え、知恵を出し合うことで、その課題を解決できるのでは、という思いから、「志津学区の医療福祉を考える会議」が立ち上がった。
- メンバーは、志津学区内の地域住民、町内会長、地域のサロンの代表者、民生委員、医師、歯科医師、ケアマネジャー、訪問看護、小規模多機能型居宅介護、行政、草津市社会福祉協議会、地域包括支援センターなど総勢 50 名ほどからなっている。
- 会議は、顔の見える関係、相談しやすい関係を目指して、活動しており、地域住民、医療、福祉、介護、行政の垣根を越えたつながりにより、いろいろな困りごとの解決力が高まると思われる。

(イ) 課題の共有

- 高齢者が抱える困りごと・課題について、会議メンバーにて、ざっくばらんに意見を出し合い、その意見をカテゴリー分けた。
- その結果、「認知症高齢者が孤立しがちになっている」、「地域医療の仕組みがわからない」、「歩いて行ける場所に集える場所がない」、「交通の不便さ」といった課題があることが分かった。
- それらの課題に対して、「ちょっと心配」、「困ったなあ」という時に、気軽に話ができる関係があれば、早めの相談・解決につながるのではと思い、「まずできることからやってみよう！」ということになった。

(ウ) 志津学区の取組 1: 地域資源マップ

- 「介護の仕組みが分からない」、「どこに相談したらいいか分からない」という課題に対し、志津学区のいろいろな情報を地図上に見える化した。

- 緊急連絡先や、かかりつけ医、近くの体操場所を書き込むなど、このマップをツールとして、つながりを広げるきっかけづくりにしていきたいという思いも込めている。

(エ) 志津学区の取組 2: 認知症研修会・あんしん声かけ訓練

- 認知症になっても高齢者にやさしい地域づくりをめざすため、志津学区では、認知症研修会や認知症の人に対する声かけの訓練を行っている。
- 認知症は支えられる一方ではなく、少しの見守りさえあれば、地域で働き活躍できる。役割があることは、地域を支える一員としてとてもうれしいことである。
- 認知症だから助けてほしい、助けてあげないといけないということではなく、地域や誰かとつながっていること、つながりを保ち続けること、仲間と思いや活動を共有することが気持ちの充実につながると感じる人が多い。
- 認知症があったとしても、いきいきと自分らしく暮らしている高齢者の姿が多くなれば、自然と地域の方の認知症に対する理解と支援が広がっていくと思われる。そのために、会議では以下のようなことを行っている。
 1. 認知症の人と、家族を地域で支える支援体制をイメージする。
 2. 目指す姿を会議参加者で共有（職種、立場、価値観の違いをこえてつながり、「当事者に役立つ連携」を目指す）する。その全てを実現できなくても、多職種が目指す姿にむかって、一緒に考え、少しずつ前をむいて取り組む。
 3. 認知症についての課題を一緒に考え、具体的なことを話し合う。他人事ではなく、自分の事として考えてもらうきっかけを作る（個々の事例を通して、実態を知ってもらう）。
 4. 垣根を越えたつながり、ネットワークが課題の解決力を高める。
 5. 楽しく、無理のない範囲で、できることを考える。

(オ) 志津学区の取組 3: なごやかサロン

- 高齢者の居場所として、地域の人々が気軽に集える「なごやかサロン」をつくった。
- サロンができることによって、高齢者の孤立を防ぎ、みんなが元気になることで介護の予防にもつながっていくと考えた。
- サロンに対するハード面の課題も見えてきた。例えば、サロンまで行く交通手段がない（歩いていけない）、歩いていくにしても休憩できる場所がないなど。
- サロンに限らず、公共交通がない、道路の整備が進んでいない（シルバーカーや車いすが利用しにくい）、歩いて行ける範囲で買い物に行けない、など地域の他の課題も考えていく必要がある。
- また、ハード面に限らず、サロンを支えるソフト面（人材）についても課題がある。サロンを長く続けていくためには、多様な人々に担い手となってもらわなければならない。

エ. 福祉とまちづくり

(ア) 居場所とそこまでの道

- 高齢者の居場所がたくさんできればいいなど、場所が増えることをいろいろ考えていたが、その居場所まで、どうやったら行けるのか、そこまでに行く手段がないと、居場所があってもたどり着けない。また、歩きやすい道が整備されていないと行くことができない。
- 居場所と、そこまでの道中のことと両方を考えなくてはいけない。両方あることで、活動範囲が広がると思う。

(イ) まちづくりの視点

- シルバーカーを押しやすい道になったら歩行距離が延びる、道中に座って休憩する場所があれば遠くまで行けるといったことは、高齢者に限らず、どの世代の人々にとっても大切なことである。

オ. センターで大切にしていること、大切にしたいこと

- 高齢者やその家族から相談を受けたとき、できないことだけに目をむけずに、できることがたくさんあることに気づいてもらえるように相談を行う。
- 相談を受けた時には、多角的に物事を見る。
- 課題と目標をチームで共有し、結果を確認し振り返りを行い、上手くいった理由、上手くいかなかった理由を考えてチームで共有し、今後の相談に活かす。
- 個別の支援からの気づき・課題を蓄積し、地域の方と共有し地域できることを一緒に考える。
- 志津学区の医療福祉を考える会議が、人との出会い、つながり、連携、地域の力を皆に知ってもらう機会になればと思っている。



5. 主な質疑応答

(1) Q: まちの中で足りないもの、あればよいと思うものはあるか。

A: (井上氏) 誰でも使える大きなトイレがまちに増えるととてもうれしい。

(中西氏) 行政としてもまちに出て行って、高齢者などの声を聞きながら、一つひとつ地道に取り組んでいければと思う。

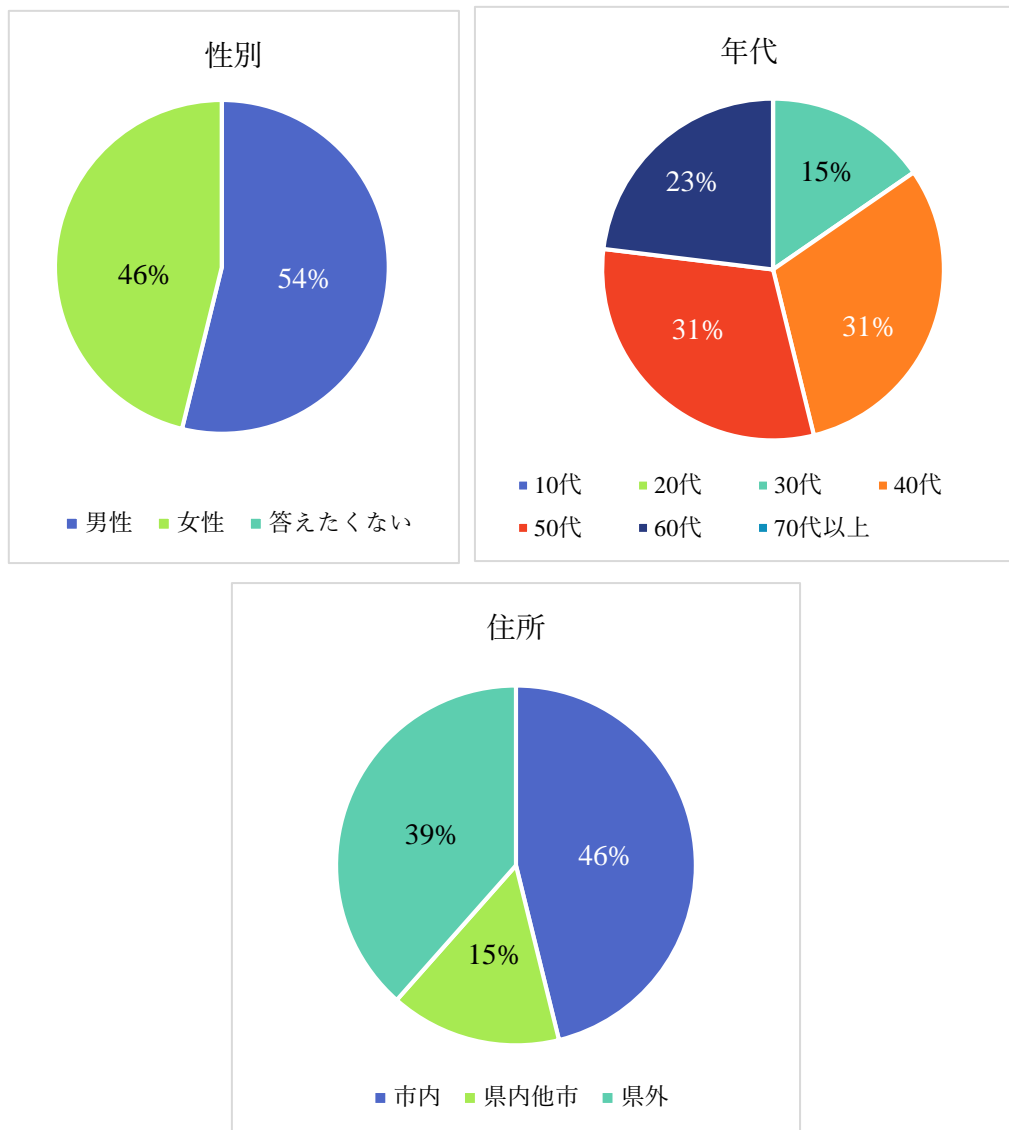
6. まとめ

- 認知症への取組や地域包括ケアといった福祉の視点からまちづくりを考えると、これまで見過ごされてきた、まちの課題が見えてくる。
- 同時に、福祉のことも福祉のなかだけで考えるのではなく、分野横断的・多角的に捉える必要がある。
- 福祉とまちづくりを考える上で重要なことは、高齢者や認知症の人にやさしいまちは、ひいては、そのほかの人も含めて誰にとっても住みよいまちだという観点である。
- 誰にとっても他人事ではない問題として、福祉からまちづくりを考えることで、自らの生活やまちの在り方を考えるきっかけとすることができる。

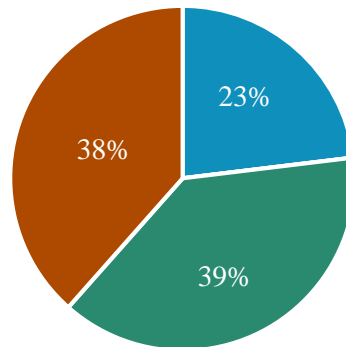
7. アンケートまとめ

(1) 参加者属性

参加者 25 名のうち、アンケートに回答いただいた方は 9 名、回答率は 36% だった。

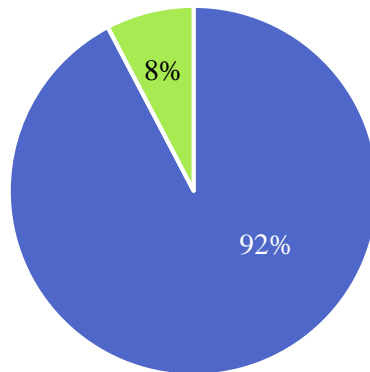


職業



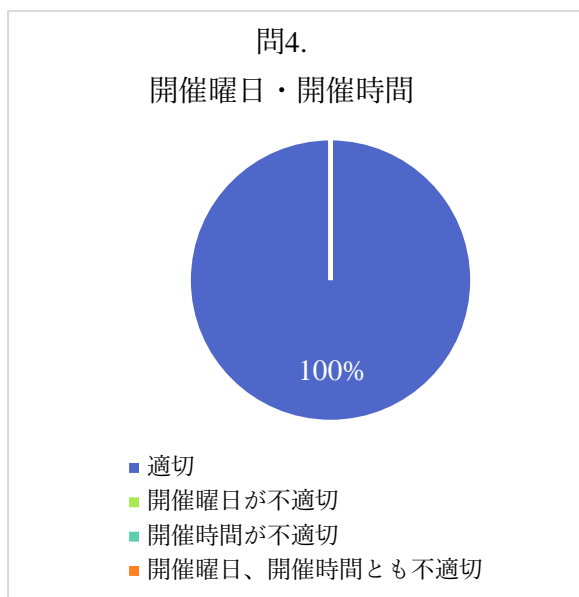
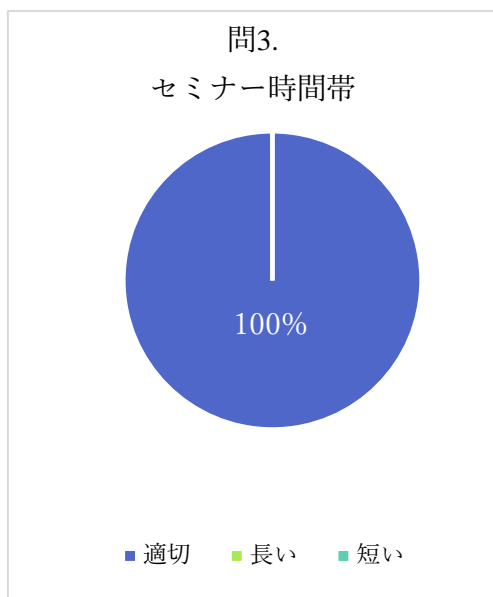
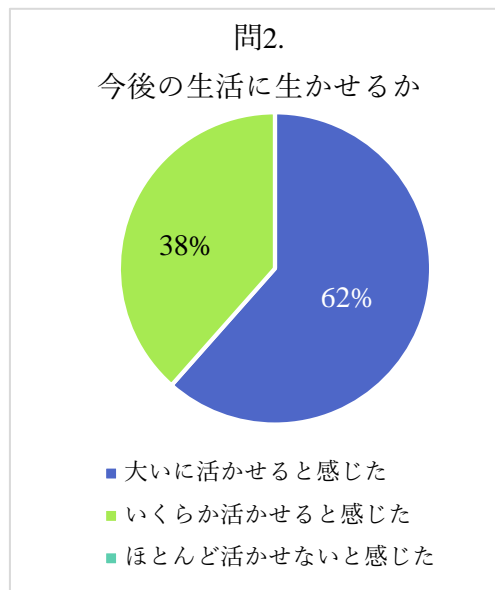
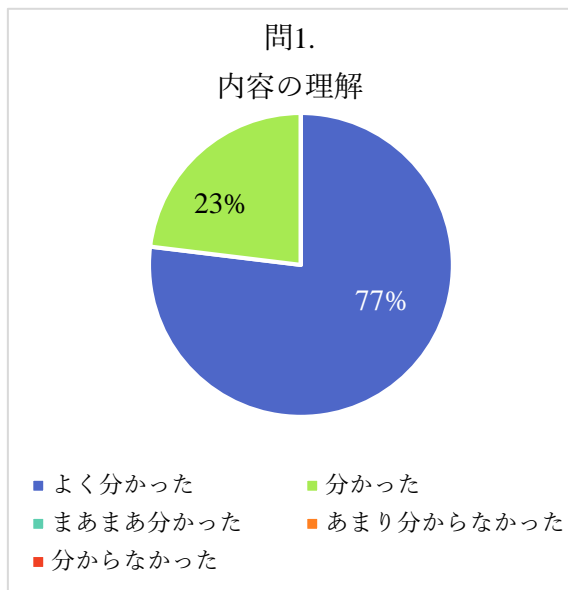
- 学生 - 市内
- 学生 - 県内
- 学生 - 県外
- 大学関係者 - 市内
- 大学関係者 - 県内
- 大学関係者 - 県外
- 会社員 (自営業含む) - 市内
- 会社員 (自営業含む) - 県内
- 会社員 (自営業含む) - 県外
- その他

参加方法



- オンライン (Zoom)
- UDCBKで視聴

(2) 内容について



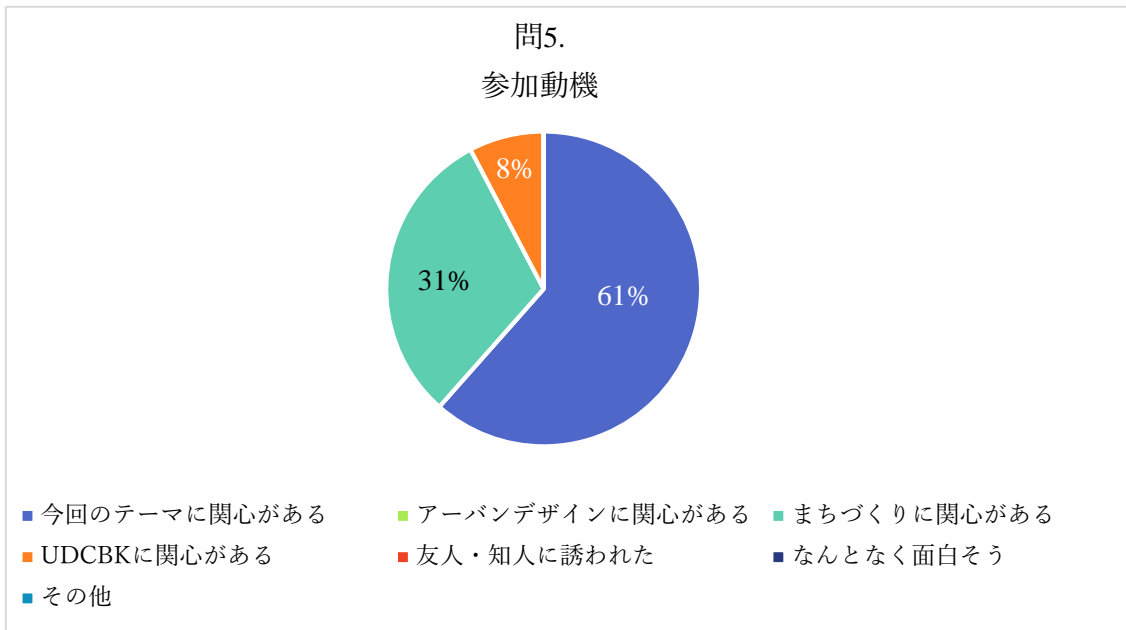
【自由記入欄回答】

問3. 時間はどうでしたか。

回答なし

問4. 開催曜日、開催時間は適切でしたか。

回答なし



【自由記入欄回答】

問6. それぞれに関心のあるテーマについて御自由に記載ください。

- 「健幸都市づくり」に関心があります。庁内で部署を横断して推進チームを作っているらっしゃるとのこと。その内容についてぜひ一度教えて頂く機会があればうれしく思います。おっしゃったような分野を横断した掛け算(福祉×交通・福祉×建築・・・)がたくさん出来るほど、住みよいまちづくりが進むように思います。その推進チームと市民が一緒になって話し合う円卓会議が出来るとより良いだろうと思います。今日、御坊市の事例をご紹介頂きましたが、「健幸都市」の先進事例についても知りたいです。これからもどうぞよろしくお願い致します。(50代女性)
- 痴呆症支援に関する担い手は、草の根の互助に依るところが大きくなると思います。流通、特にコンビニ従業員など小売りサービスとの連携も広がればよいと思います。個人宅をサロンに改築解放されている事例には敬服しました。(50代男性)
- 地域づくり。地域の方がご本人の地域の資源を知って有効に活用出来たり、地域の良いところを活かしながら何か新しい仕方を作って生き生きわくわく暮らせる地域が作れたら・・・。(50代女性)

【自由記入欄回答】

問7. 今回、印象に残ったこととその理由をお聞かせください。

- 地域包括の井上さんのお話を聞き、住民さんの声、思い、また住民さんの声から動

き出した住民さんの活動、包括支援センターの活動の中で心掛けていることなど、より具体的にお話しをいただき、とても勉強になりました。(40代女性)

- 痴呆の方を地域で支える活動が印象に残った。世代的にもひとごとではないと、感じたから。(60代女性)
- 誰もが分かりやすい、やさしいまちづくりが「アーバンデザイン」であること！UDCBKで福祉のお話を聞かせて頂けると思っていなかったのですが、今日は「<ふ>だんの<く>らしを<し>あわせに」＝「ふくし」と「アーバンデザイン」が見事にがっちり繋がってすっきりとしました。UDCBKで「やさしい日本語講座」が開催されて多文化共生の考え方を身近に広げていこうとされているのも「アーバンデザイン」だからとこちらも腑に落ちました。あと2回のセミナーを楽しみにしています。ありがとうございました。(50代女性)
- 高齢者と他世代が交流、理解しあえる場がもっと気軽にあればいいのになあと思いました。私自身が「加配」公立幼稚園 青空学校って？(今年学校に行く機会が少ない)と知識がなかったので、自身の子の相談で発達支援センターに相談に行っている友人と話が盛り上がり、だれでも参加できるおしゃべり会「子供の育ちをしゃべる会」センター職員さん出張でやります。このような機会がもっと作れる基盤を行政でお願いします。(40代女性)
- サロンが核となって、高齢者支援の担い手が予防介護の意識を高めることも有効だと思います。志津学区の活動も、そこにつながることを期待します。有意義なセミナーをありがとうございました。(50代男性)
- 認知症の方が住みやすい、安心して出かけられる街づくり。認知症の方が多くなり一人での外出に不安が出てきて閉じこもりがちになるが、街に目印が増えて分かりやすくなったり、地域の方が見守ることで外出が継続できると、住み慣れた地域で暮らし続ける事ができるので。(50代女性)