

利用者さんやご家族が高齢化してきたら…？

# 地域ケアプラザができること

横浜市岩崎地域ケアプラザ

横浜市星川地域ケアプラザ

横浜市常盤台地域ケアプラザ

横浜市今井地域ケアプラザ

寺島亜紀子

西本晶子

横井貴幸

西東倫太郎

## こんな事例にお困りではないですか？

- ・利用者さんのご両親が、もの忘れをするようになってきた



約束の日程を間違えるようになった。事業所からお願いしたことをすっかり忘れていた。職員が「あれ？おかしいな？」と感じた。

## こんな事例にお困りではないですか？

- ・通院や金銭管理をお願いするのが不安になってきた



通院の予定をすっかり忘れてしまうようになった。薬の管理が怪しくなった。

財布やお金、重要書類を失くすようになってしまった。

職員が「このままお任せして大丈夫？」と不安になってきた。

## 「こういったご家庭あるな…」と思った方

→市民の高齢化に伴い

こういったケースは増えています

障害分野と高齢分野の連携を考えていかないと…？

ケアプラザも、どうしても立ちいけなくなった後に聞いても、お助けするのが難しい！

親子のどちらにも、早めに手を差し伸べるため、皆様に協力して欲しいです！

## ケアプラザの紹介

横浜市地域ケアプラザとは…？

**誰もが住み慣れた地域で  
安心して生活できるように**

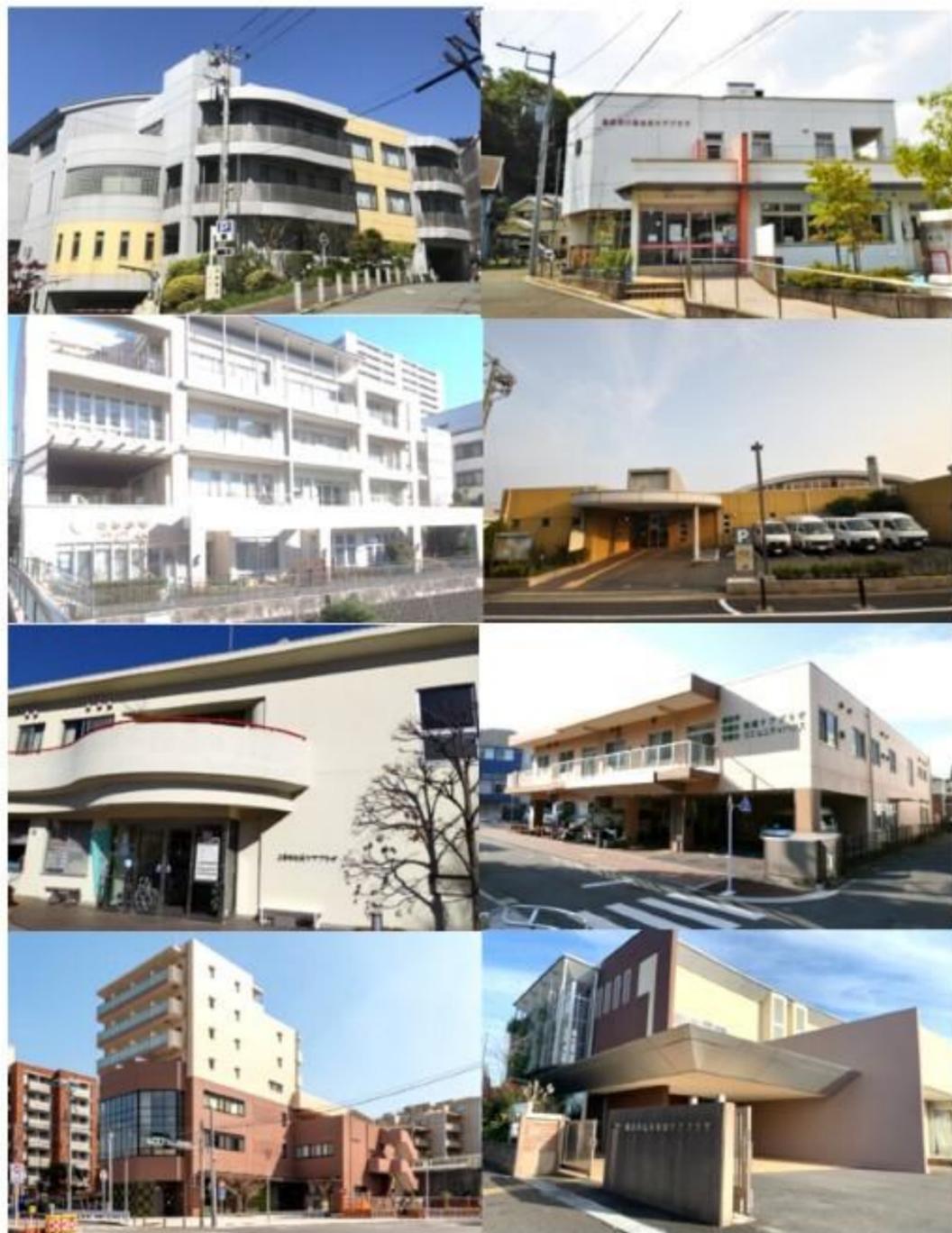
地域の「福祉の相談窓口」として、  
地域の「活動のサポート拠点」として、

様々な活動をしています。

**保土ヶ谷 8施設！  
横浜 145施設！！**



# ケアプラザの紹介



## 様々な機能

- ① イベント開催  
ボランティア活動支援
- ② 地域のサークル支援
- ③ ケアマネジャーの事業所
- ④ デイサービス
- ⑤ 『地域包括支援センター』  
高齢者・介護の相談窓口

※川島・保土ヶ谷地域ケアプラザには  
デイサービス併設されていません

9:00~17:00  
土日祝も  
開いています

# 担当エリア

介護保険申請・介護サービス導入など  
具体的な相談は、担当ケアプラザへ

担当を調べるには…



ふくしらべ

FUKUSHI+SHIRABERU

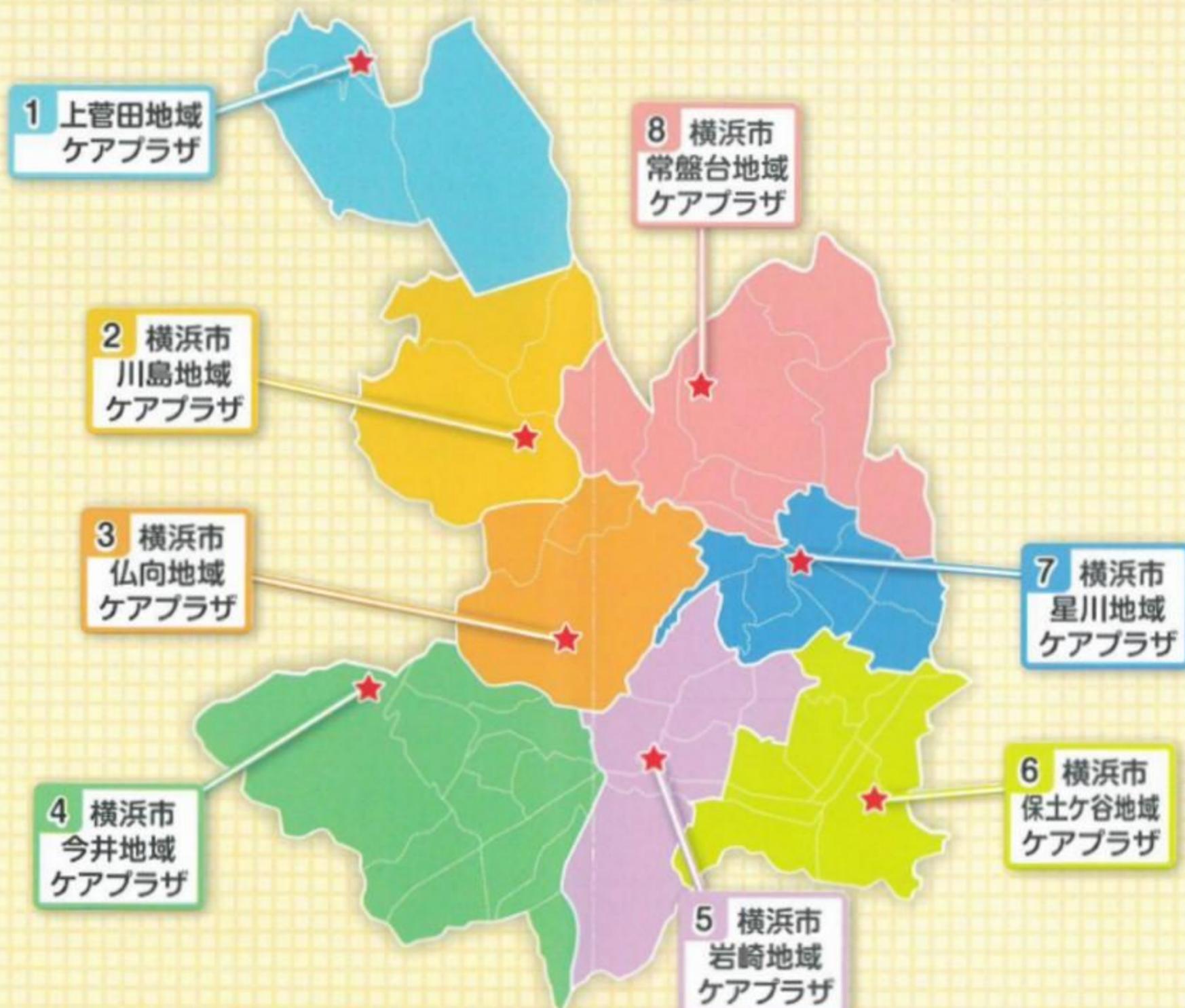
Heart Page  
p.情-49



担当が分からなければ  
ひとまず近くのケアプラザへ  
電話して聞いてみてください

※ケアプラザ間でも  
情報共有して支援しています

## 保土ヶ谷区地域ケアプラザ



## 地域包括支援センターで出来ること

🧠 もの忘れ・判断力の低下が心配

→ まずは介護相談／介護認定の申請

🏠 通院や生活管理が難しくなってきた

→ ケアマネジャーにつなぐ／介護サービス導入

💰 お金・契約・トラブルが心配

→ 権利擁護支援（成年後見制度・消費者被害）

🤝 家族や支援者だけでは抱えきれない

→ 関係機関と連携 会議調整



### 訪問相談

ケアプラザの来館が難しい場合、

ご自宅に訪問して

ご相談を受けます。



※高齡以外の相談なら、適切な相談機関へ繋ぎ協力します。

## 介護保険サービスとは？

40歳以上の方は、みんな介護保険料を納付しています



そこで、病気に伴って介護が必要になったとき、  
保険を活用して、様々な介護サービスを受けることができます



例えば  
リハビリに通う

## 介護保険 払っていても認定がないと使えない問題



介護保険料は40歳から納付しているのですが、それだけではいざというとき 利用できません。

介護保険証が65歳になった年に渡されますが、それは何も書かれていないので 利用できません。

利用するには **要介護認定** が必要になります。

# 介護認定の対象になる方

①65歳以上の方で  
介護が必要な方



高血圧・糖尿病  
下肢筋力低下などで  
認定されるケースも

どちらでも  
医師の意見書が必要  
病院への通院が必要です



②40歳から64歳の方で  
右の16疾病に当てはまり  
介護が必要な方



- 1.がん
- 2.関節リウマチ
- 3.筋萎縮性側索硬化症
- 4.後縦靭帯骨化症
- 5.骨折を伴う骨粗鬆症
- 6.初老期認知症
- 7.パーキンソン病
- 8.脊髄小脳変性症
- 9.脊柱管狭窄症
- 10.早老症
- 11.多系統萎縮症
- 12.糖尿病性神経障害・腎症・網膜症
- 13.脳血管疾患
- 14.閉塞性動脈硬化症
- 15.慢性閉塞性肺疾患
- 16.変形性関節症

# 介護認定の流れ

## ① 申請書に記入

介護保険(要介護・要支援)認定申請書

申請者 (認定を受けようとしている方)

フリガナ  
氏名 性別 生年月日 年齢

住所(住民登録地) 〒 市区町村 電話番号

上記住所に 同居している 同居していない

同居している場合、同居している方の氏名・住所・電話番号を記入してください。

同居していない場合、同居していない方の氏名・住所・電話番号を記入してください。

現在(最終)の認定区分

認定有効期限

特定名称 (介護保険)

申請者(要介護・要支援)認定申請書の提出先

申請者本人(認定を受けようとしている方)

申請者本人が記入した申請書(本人の場合は記載不要)

提出代行機関

提出代行機関(要介護・要支援)認定申請書の提出先

提出代行機関(要介護・要支援)認定申請書の提出先

見本

区役所・  
ケアプラザで提出

## ②-1 認定調査



## ②-2 主治医意見書

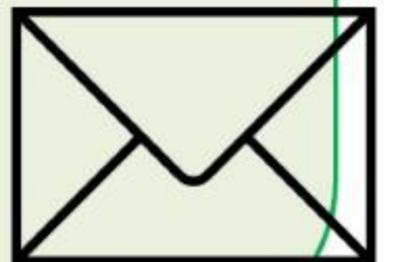
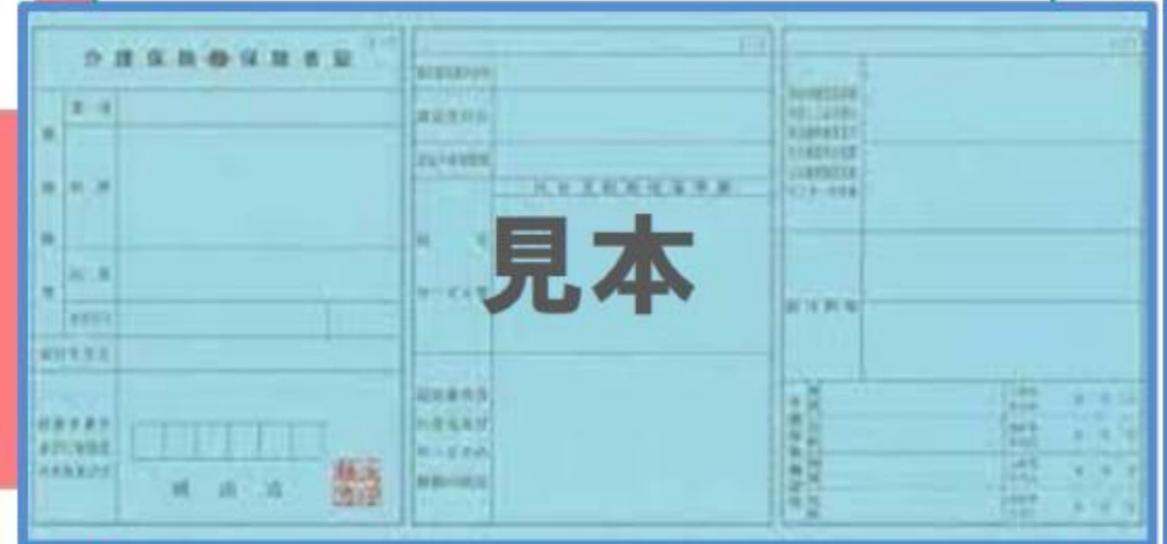


主治医

区役所

## ③ 介護保険証が届きます

が届きます



# 介護保険の認定とは？

## ① 申請書に記入

介護保険(要介護・要支援)認定申請書

(申請先) 横浜市 区長

次のおり申請します。

令和 年 月 日

申請者 (認定を受けようとしている方)

フリガナ 氏名 性別 生年月日 被保険者番号

住所(住民登録地) 〒 区 電話番号

上記住所に □居住している □居住していない 個人番号

上記住所に居住していない場合は、実際の居住地等を記入してください。

施設名等: □特別養護老人ホーム □介護老人保健施設 □介護療養型医療施設 □グループホーム □有料老人ホーム □その他

現在(最終)の認定区分 □なし □要支援1 □要支援2 □要介護1 □要介護2 □要介護3 □要介護4 □要介護5

他自治体からの転入者 転出元自治体(市町村)名( ) 転出元で要介護認定申請中の場合 申請日: 年 月 日

認定有効期間 平成・令和 年 月 日 ~ 平成・令和 年 月 日

特定疾病名 (第2号被保険者のみ記入)

変更申請・要支援認定からの新規申請の理由

主治医 医療機関名称: 電話番号 ( )

所在地:

医師名(診療科): ( ) 科 最終受診月(平成・令和 年 月)

私は、要介護認定・要支援認定及び介護サービス計画の作成等介護保険事業の適切な運営のために必要があるときは、要介護認定・要支援認定に係る調査内容、介護認定審査会による判定結果、意見及び主治医意見を、横浜市から地域包括支援センター、居宅介護支援事業者、介護保険施設、地域密着型サービス事業者、地域密着型介護予防サービス事業者、居宅サービス事業者、介護予防サービス事業者又は指定市町村事務受託法人の関係人及び主治医意見を記載した医師並びに横浜市より認定事務委託を受けた事業者及び認定調査に従事した調査員に提示することに同意します。(更新申請の場合のみ) 私は、申請から30日以内に認定がされない場合、現在の認定の有効期間内であれば、認定延期通知の発給に同意します。

申請者氏名(認定を受けようとしている方)

申請書を提出した人(申請者本人の場合は記載不要)

家族等提出代行者以外

氏名: 住所: 電話番号: ( )

提出代行者(該当サービスに○をつけてください)

地域包括支援センター 指定居宅介護支援事業者 指定介護老人福祉施設 介護療養型医療施設 指定介護療養型医療施設 地域密着型介護老人福祉施設

氏名: 住所: 電話番号: ( )

受領年月日

居宅・介護予防サービス計画作成依頼事業者名【ケアプラン作成の依頼 □なし □あり(下欄に記入)】

□提出代行者と同じ

\*区役所処理欄 受付 □窓口 □包括 □その他 受付入力

被保険者証 □印取済 □未収(□紛失) 保険料未納 □なし □あり

資格者証 □手渡し □郵送(□漏脱 □自宅) 同時申請 □あり( )

調査指示 □窓口( ) □振興会 □委託( )

意見書依頼 □手渡し □本人宛郵送 □医療機関郵送 □その他( )

介護保険(要介護・要支援)認定申請書

□新規 □更新 □要介護・要支援状態区分 □新規(要支援者の要介護への区分変更)

\*右の該当するものに「レ」点をつけてください。

(申請先) 横浜市 区長

次のおり申請します。

令和 年 月 日

申請者 (認定を受けようとしている方)

フリガナ 氏名 性別 生年月日 被保険者番号

住所(住民登録地) 〒 区 電話番号

上記住所に □居住している □居住していない 個人番号

上記住所に居住していない場合は、実際の居住地等を記入してください。

施設名等: □特別養護老人ホーム □介護老人保健施設 □介護療養型医療施設 □グループホーム □有料老人ホーム □その他

現在(最終)の認定区分 □なし □要支援1 □要支援2 □要介護1 □要介護2 □要介護3 □要介護4 □要介護5

他自治体からの転入者 転出元自治体(市町村)名( ) 転出元で要介護認定申請中の場合 申請日: 年 月 日

認定有効期間 平成・令和 年 月 日 ~ 平成・令和 年 月 日

特定疾病名 (第2号被保険者のみ記入)

変更申請・要支援認定からの新規申請の理由

主治医 医療機関名称: 電話番号 ( )

所在地:

医師名(診療科): ( ) 科 最終受診月(平成・令和 年 月)

私は、要介護認定・要支援認定及び介護サービス計画の作成等介護保険事業の適切な運営のために必要があるときは、要介護認定・要支援認定に係る調査内容、介護認定審査会による判定結果、意見及び主治医意見を、横浜市から地域包括支援センター、居宅介護支援事業者、介護保険施設、地域密着型サービス事業者、地域密着型介護予防サービス事業者、居宅サービス事業者、介護予防サービス事業者又は指定市町村事務受託法人の関係人及び主治医意見を記載した医師並びに横浜市より認定事務委託を受けた事業者及び認定調査に従事した調査員に提示することに同意します。(更新申請の場合のみ) 私は、申請から30日以内に認定がされない場合、現在の認定の有効期間内であれば、認定延期通知の発給に同意します。

申請者氏名(認定を受けようとしている方)

申請書を提出した人(申請者本人の場合は記載不要)

家族等提出代行者以外

氏名: 住所: 電話番号: ( )

提出代行者(該当サービスに○をつけてください)

地域包括支援センター 指定居宅介護支援事業者 指定介護老人福祉施設 介護療養型医療施設 指定介護療養型医療施設 地域密着型介護老人福祉施設

氏名: 住所: 電話番号: ( )

受領年月日

居宅・介護予防サービス計画作成依頼事業者名【ケアプラン作成の依頼 □なし □あり(下欄に記入)】

□提出代行者と同じ

\*区役所処理欄 受付 □窓口 □包括 □その他 受付入力

被保険者証 □印取済 □未収(□紛失) 保険料未納 □なし □あり

資格者証 □手渡し □郵送(□漏脱 □自宅) 同時申請 □あり( )

調査指示 □窓口( ) □振興会 □委託( )

意見書依頼 □手渡し □本人宛郵送 □医療機関郵送 □その他( )

見本

担当の地域ケアプラザか区役所でご提出ください

氏名・電話番号・住所などを記入する欄

主治医の先生を記入する欄

\*太ワック内の必要事項を記入してください。(裏面もあります)

## 介護保険の認定とは？

### ②-1 認定調査



区から職員が訪問し  
今の状態をお聞きします

### ②-2 主治医意見書



主治医



区役所

主治医の先生と区役所の間で  
書類のやりとりがあります

ここから保険証が届くまで

1~2か月ほど

掛かってしまいます

必要になりそうなら

はやめに ご相談を！





# 介護サービスで使えるもの

工事  
住宅改修

**訪問**

ホームヘルパー



訪問看護



**通所**

デイサービス



**宿泊**

ショートステイ



**用具貸与**

福祉用具  
レンタル





## ケアマネジャー

- ・介護サービスを利用の際は、  
ケアマネジャーが中心となり支援します。

【包括】  
ケアマネジャーに引き継ぎます

【ケアマネ】  
担当となって  
支援していきます



### ケアマネジャーの業務

- ・ケアプランの作成（サービスにはケアプランが必須）
- ・給付管理
- ・定期訪問
- ・サービスの提案
- ・事業所との連絡調整

### ケアマネジャーができないこと

- ・通院同行
- ・金銭管理や保証人になる
- ・日常生活のお手伝い

※こちらは介護サービスや、成年後見制度が担います

**事例を踏まえて  
こういうケースでどうすればいいか  
共に考えていきましょう**

こういったケースはみなさんの周りにありますか？  
皆さんが関わっていたら、どうしますか？

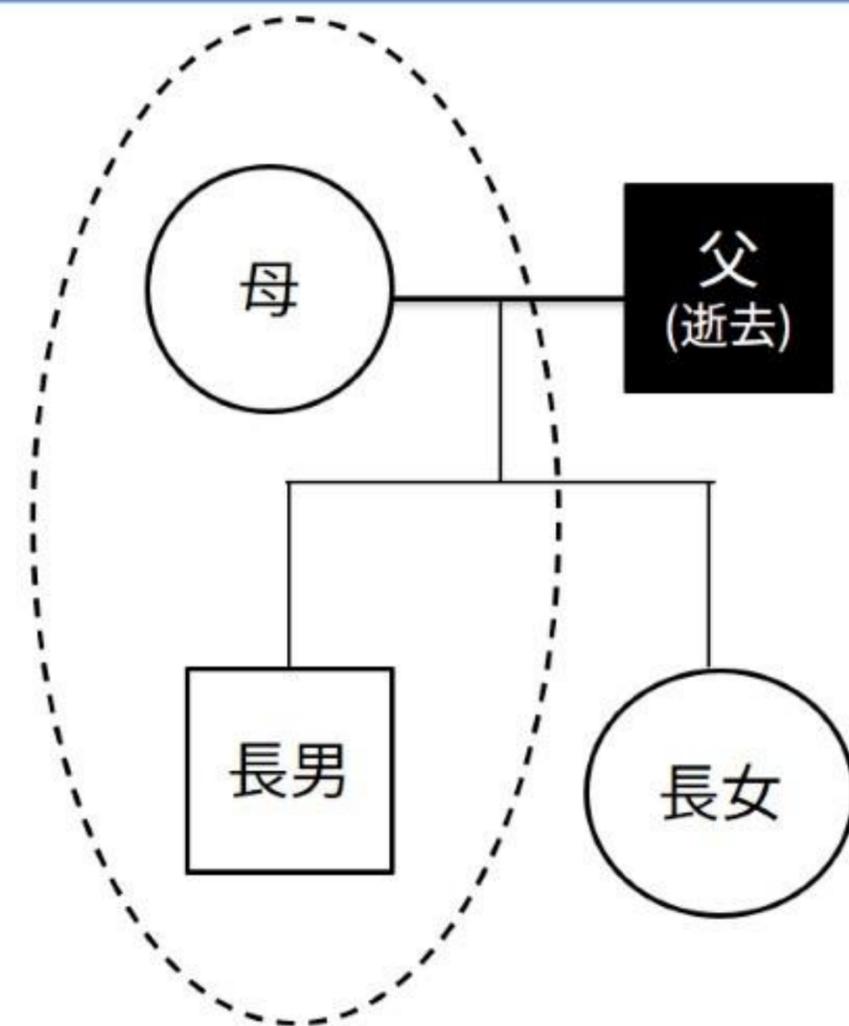
## よく聞く大変な事例

### 【事例1】

母（80代）と長男（50代・障がい手帳有）の同居。

長女が徐々に様子を見に行くと、母に認知症のような症状が。長男の重要書類を失くしてしまう、冷蔵庫のなかの食品が管理できず腐りかけているなど。

すぐに脳神経外科で検査を受けたところ重度の認知症と診断される。親子での暮らしは無理と判断され、長男も急な施設入所を考えなければいけなくなった。長女は「早めに気付いて治療を受けていれば、もっと違う結末もあったかも」と後悔。



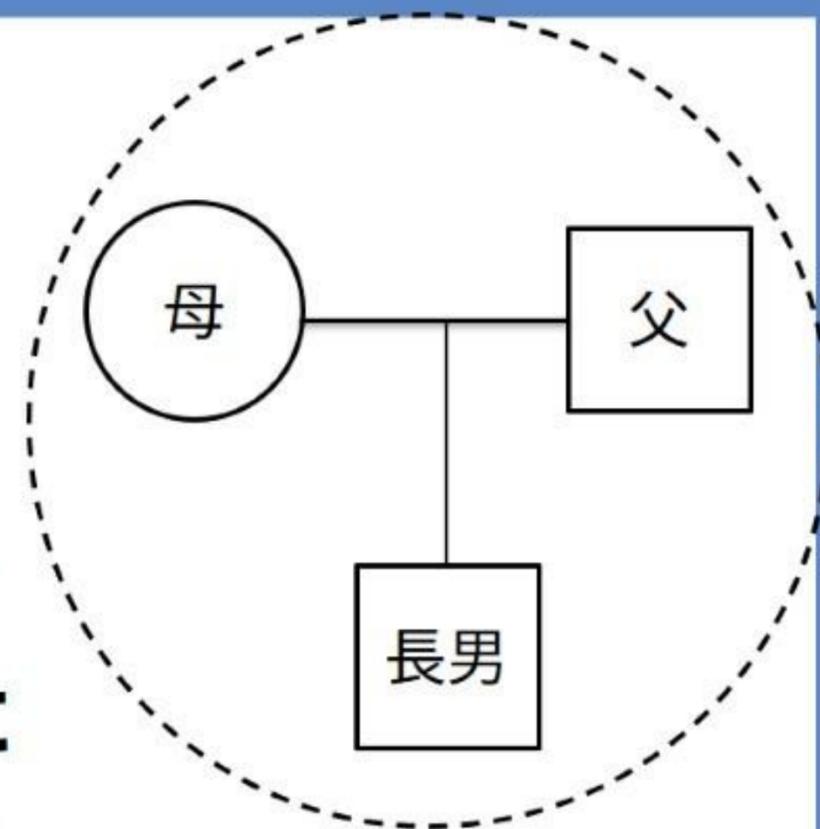
**→どんな病気もまず早めの通院！**

**ケアプラザにも早めに相談して欲しい**

## よく聞く大変な事例

### 【事例2】

父・母（70代）と長男（50代・障がい手帳有）の同居。  
父が転倒して大腿骨骨折、入院。「家族のためにも早く帰りたい」と希望され、病院から退院時の支援は無し。家に戻っても状態十分に回復しておらず、生活できず、安静に寝ていることもできず。介護認定についても知らなかったため、30万円のベッドを購入したが良くなりません。母は持病もあり支援難しく、長男も手伝おうとしてくれたがどうしたらいいか分からず。最終的に区役所に相談。認定を受けることに。しかし介護保険証が出来上がるまでは、すぐに介護を使うことができません。また後から、安く介護ベッドレンタル出来ることも知って後悔。



**→介護サービスを知らないで損する可能性も、  
皆さんもサービスがあること知っててください。**

## 連携してもらえて助かった事例

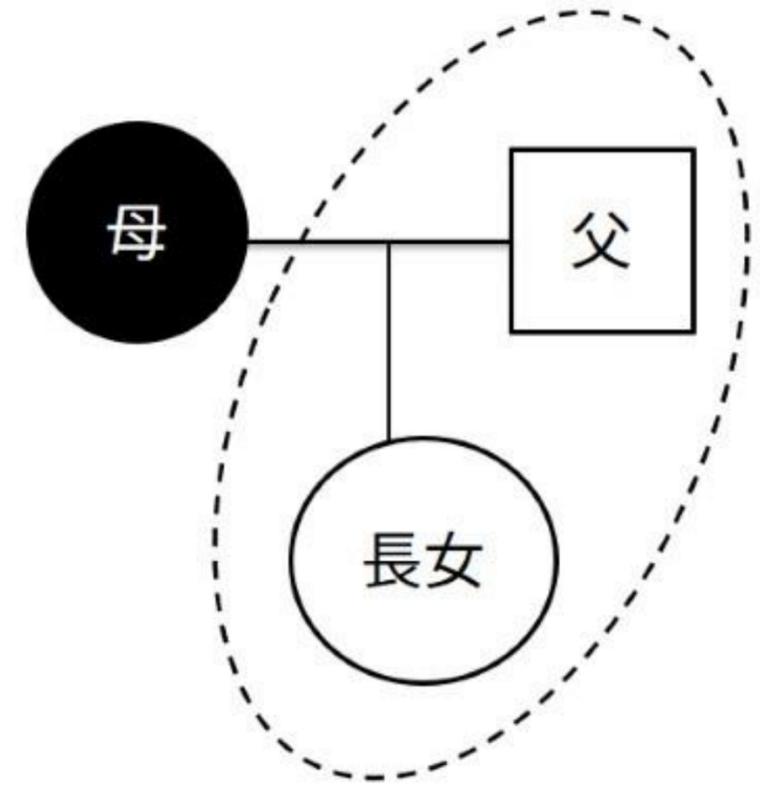
### 【事例3】

父（70代）と長女（40代・身体精神手帳あり）の同居。

長女は、関節疾患のため歩けず、這って移動する状態。本人の精神症状もあり治療は難しい。また訪問サービスを増やすことに大きな抵抗あり。

父は、まだ活動的だが脊柱管狭窄症があり徐々に動くのがしんどくなっている。もともと心臓疾患があり「自分が倒れたらどうしよう」と。しかし娘に沢山サービスを入れるのは、気を遣ってしまっている。

基幹相談支援センターから情報提供を受け、ケアプラザと基幹で同行訪問。約1年かけて繋がりを作り、最終的に父が介護認定申請。要支援1が出て、父の家事支援ヘルパーの依頼、健康維持のための通所リハビリを検討中。



**→多問題ケースだったが他職種で連携できた。**

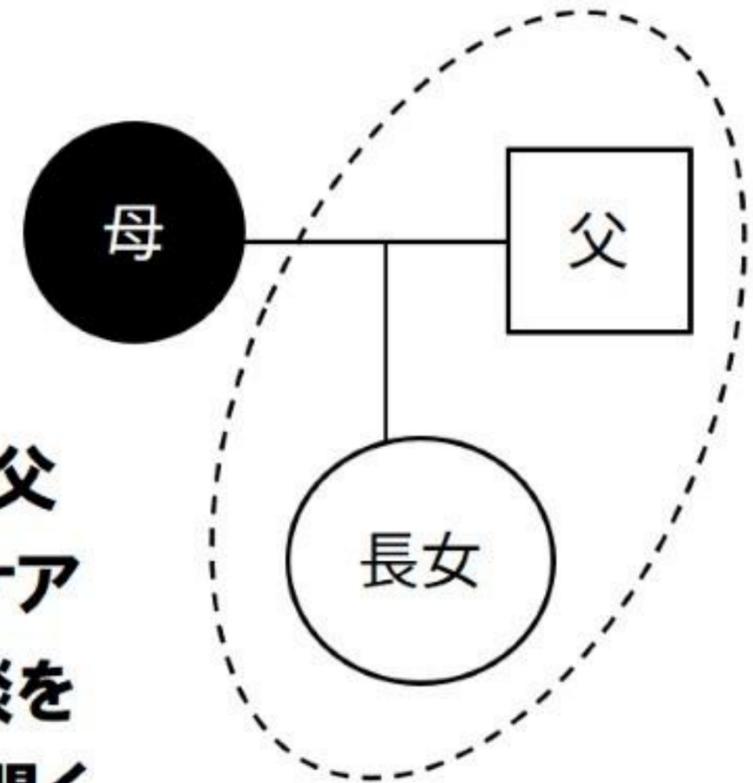
## 連携してもらえて助かった事例

### 【事例4】

父（70代）と長女（30代・精神疾患あり）の同居。

長女は就労移行支援利用中。父に就労移行を利用しているのを隠している。父はまだ就労しているが、娘によると認知機能低下が気になる。就労移行からケアプラザへ連絡あり、後日、長女と就労移行の職員同席で、ケアプラザ内で相談を受ける。父が認定を受けた場合の介護サービスについて説明。長女の希望を聞くと、「就労優先して独立したい」とのことだったため、支援は後から入れることもできるから独立を優先する結論となった。

その後、再度就労移行から連絡があり、改めて認知機能低下が気になるとのこと。包括の社会福祉士と保健師で、“地域にあいさつ回りしている”という体で父宅を訪問。きちんと会話は成立し、優しい対応だったので「高齢者支援のセンターなので困ったことがあればいつでも」と伝えた。



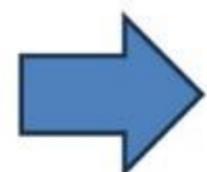
**→すぐ動けるとは限らないが、**

**情報提供だけでも嬉しい。地域住民からも。**

## 皆さんに改めてお願いしたいこと



- 「ちょっと心配だな」と思うご家庭があれば、  
情報提供だけでもしてもらえると助かります。  
倒れてから・困り切ってからでは、すぐに対応できないこともあります
- 介護認定、もの忘れ検診、高齢者が利用できるサービスについて、  
いつでも包括から情報提供ができます。  
「まだ通院していない」「何も決まっていない」状態でも大丈夫です。



**「高齢の相談ができるところ」として、  
ケアプラザを紹介していただくだけでも十分ありがたいです。**

ご家族に了承を得た上で情報提供頂ければ、こちらからお電話等も出来ます。

## ※障害当事者が高齢になるケースは…

障害のある方が高齢期を迎えるケースも増えています

しかし…

- ・個別性が高く、画一的な対応はできない
- ・包括支援センターだけで完結できる課題ではない

だからこそ—

- ・区役所、基幹相談支援センター、障害事業所との日頃からの連携が不可欠

**→ 今後協力していきましょう！**

このあとグループワークで、  
お近くの事業所・ケアプラザ間で情報共有しましょう。  
実際のケース相談なども可能です。

**ご清聴**  
**ありがとうございました**

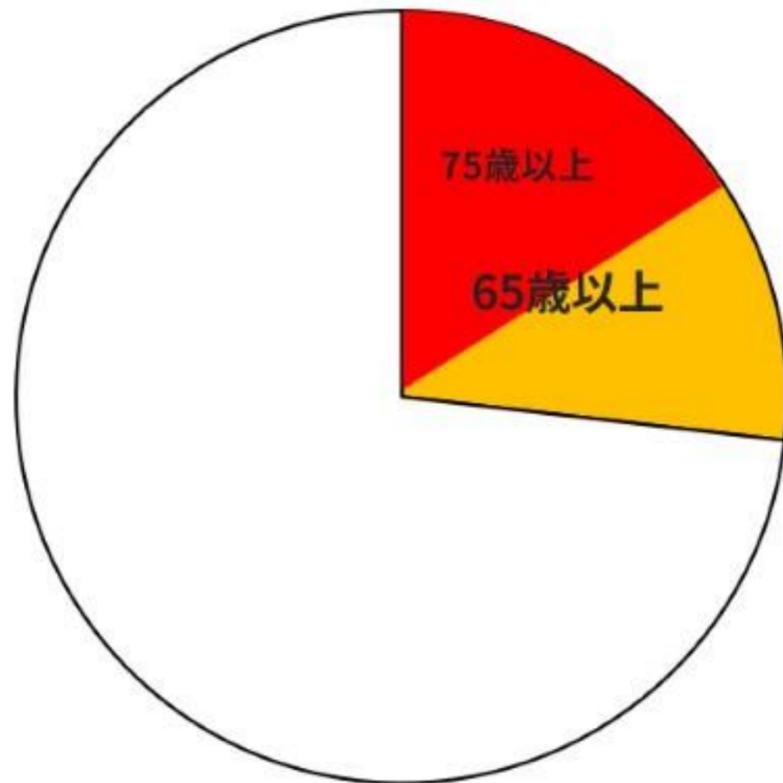
**※参考資料**

# 統計・高齢化率

## ・保土ヶ谷区の年齢別人口

65歳以上・・・26.8%

75歳以上・・・16.0%

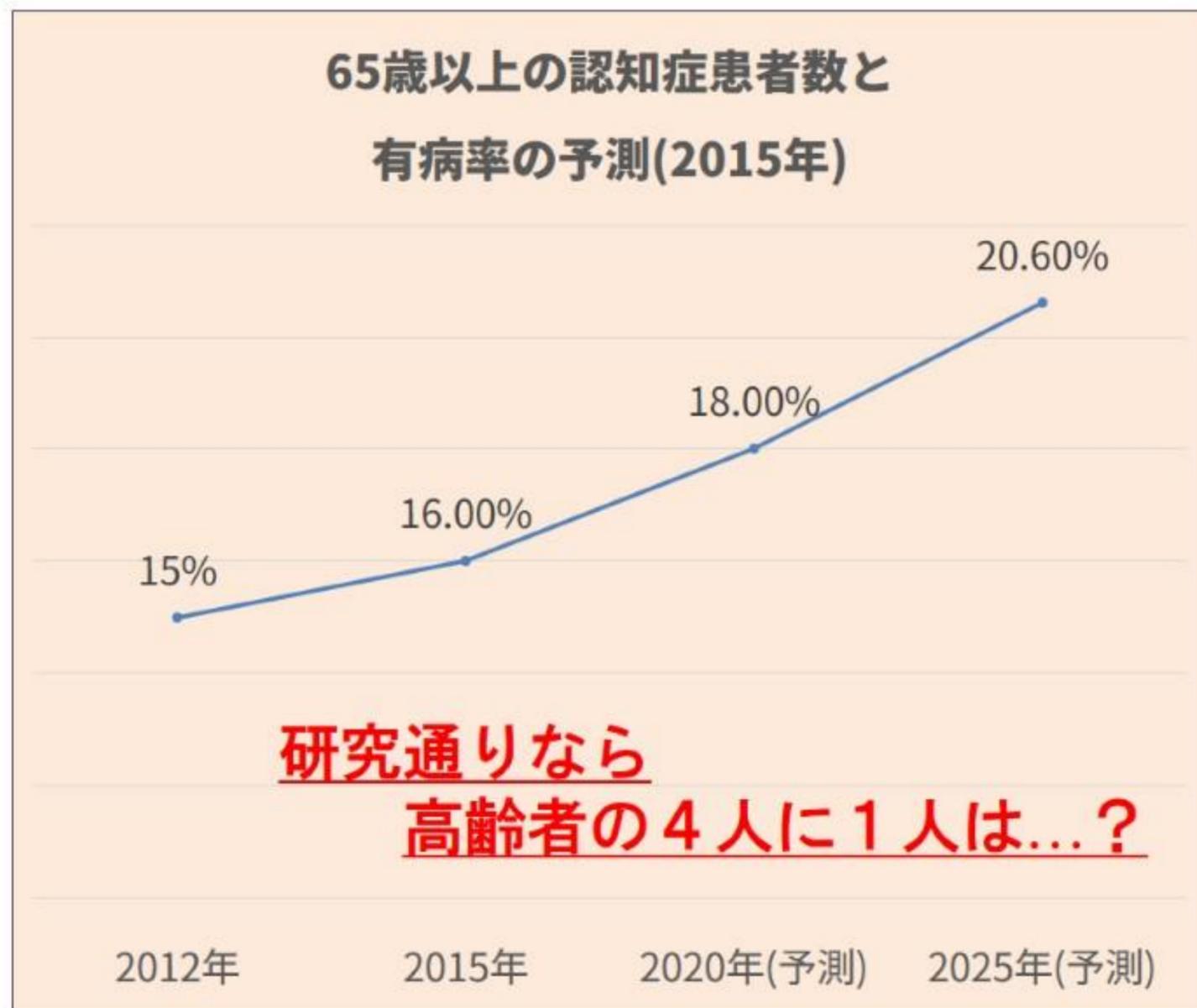


## 町別統計

新井町	33.8%	釜台町	23.8%	西谷町	24.3%
仏向町	24.6%	鎌谷町	24.9%	西谷	26.1%
仏向西	30.3%	上星川	23.8%	岡沢町	20.3%
藤塚町	31.4%	上菅田町	28.6%	境木町	39.9%
神戸町	28.6%	狩場町	32.3%	境木本町	29.3%
権太坂	29.2%	霞台	24.0%	坂本町	19.0%
花見台	44.1%	帷子町	24.1%	桜ヶ丘	22.8%
初音ヶ丘	28.0%	川辺町	23.9%	新桜ヶ丘	37.1%
保土ヶ谷町	20.3%	川島町	33.1%	瀬戸ヶ谷町	25.1%
法泉	26.8%	東川島町	23.3%	天王町	24.6%
星川	29.0%	峰岡町	24.6%	常盤台	20.6%
今井町	29.0%	峰沢町	29.9%	月見台	27.0%
岩井町	22.1%	宮田町	22.0%	和田	25.4%
岩間町	29.0%	明神台	26.2%		
岩崎町	33.5%	西久保町	22.0%		

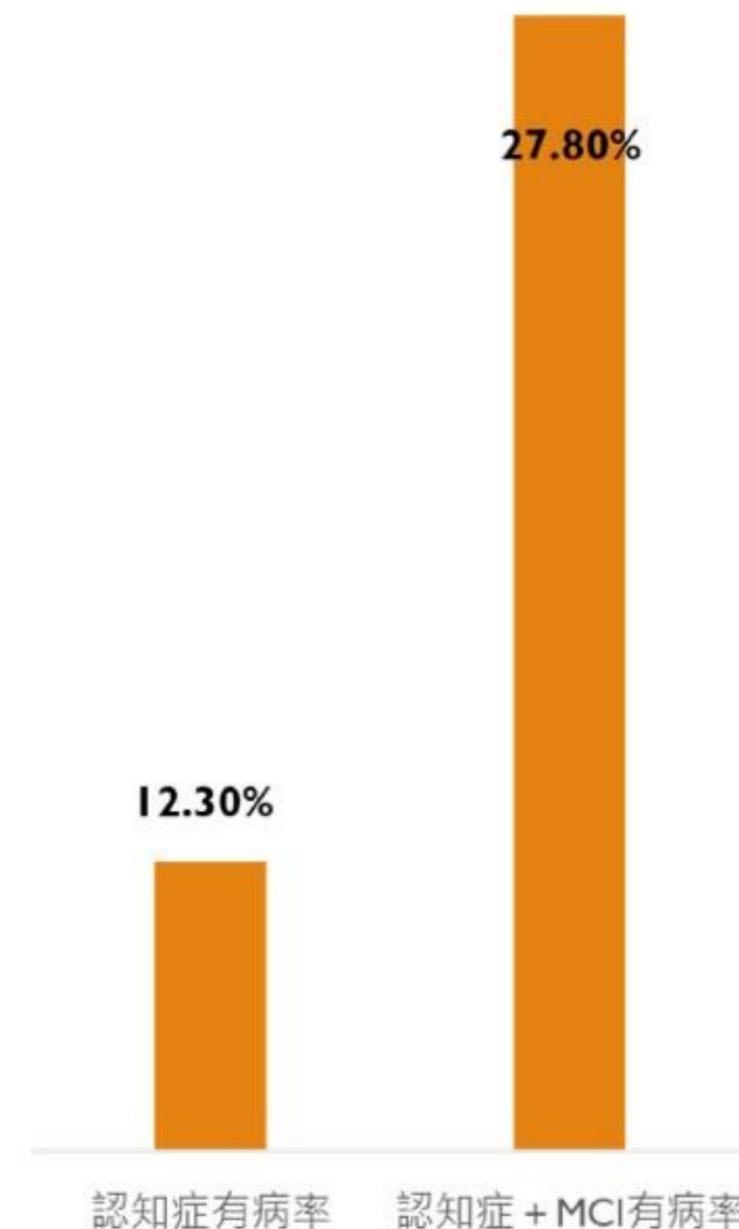
**各町で高齢化進んでいます！**

# 統計・認知症



二宮利治 (2015). 「日本における認知症の高齢者人口の将来推計に関する研究」  
厚生労働科学研究費補助金特別研究事業.

**更に、R5年の研究ではMCI※の人も含めると  
65歳以上の約28%が認知機能にハードルが...?**



※軽度認知障害(MCI)  
Mild Cognitive Impairment

認知症の「一人暮らしが困難なほど認知機能が低下した状態」には当たらない。  
「同じ年代の人と比べて認知機能が低下している」が「日常生活を基本的には正常に送ることができる」という状態。

国立長寿医療研究センター(2022)「あたまとからだを元気にする MCIハンドブック」

「認知症及び軽度認知障害の有病率調査並びに将来推計に関する研究」  
(令和5年度老人保健事業推進費等補助金九州大学 二宮利治教授) 2022年調査

## 統計・認知症

(私も貴方も) 人はみんな誰しも認知機能は落ちていく

### 【認知症の種類】

- ・アルツハイマー型認知症
- ・脳血管性認知症
- ・レビー小体型認知症 etc...

### + 加齢による認知機能低下

認知症でなくとも、加齢によって、  
大脳の萎縮、神経細胞の脱落がある

**病気による低下と、加齢による低下  
に、明らかな違いはない。**

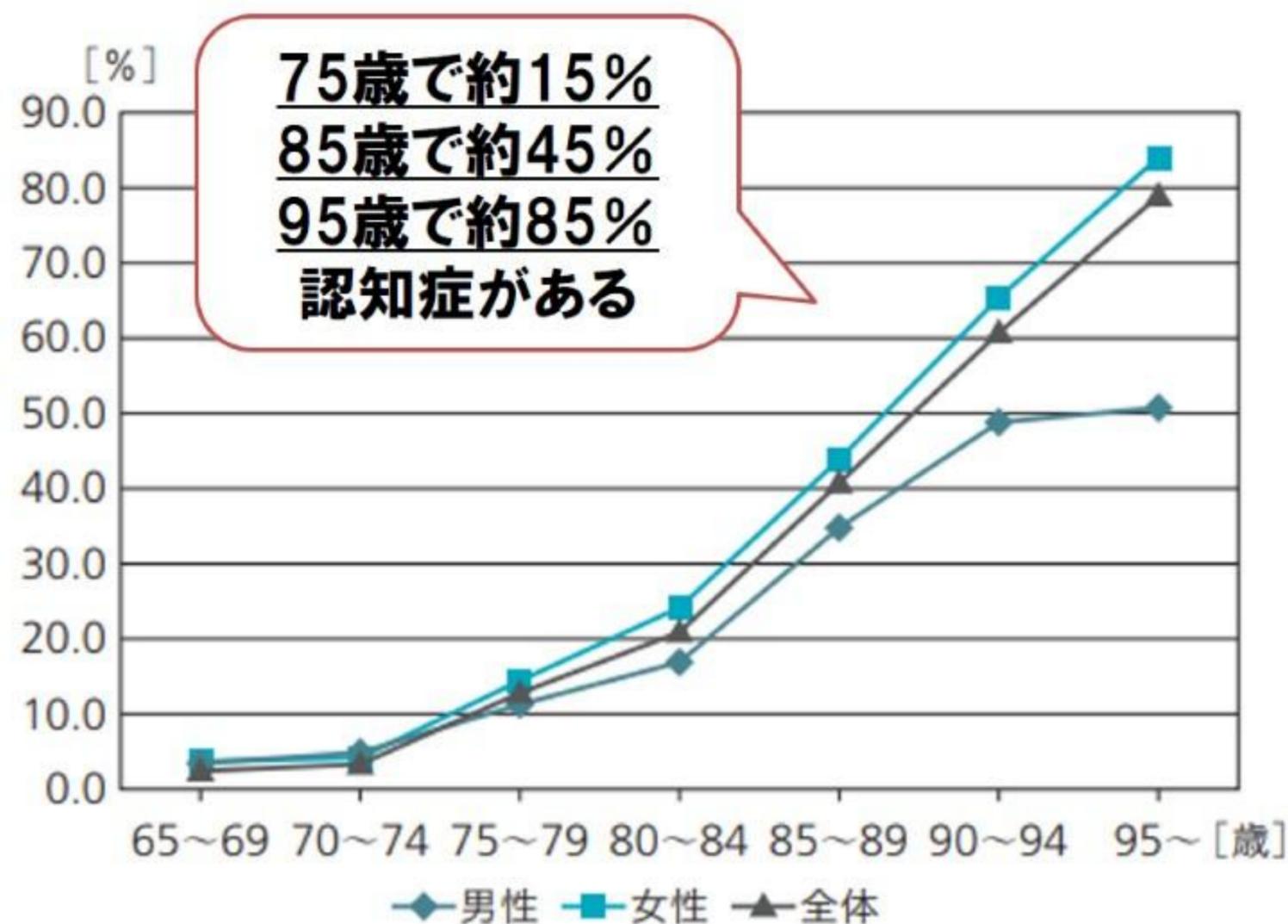


図1 | わが国における年齢階層別の認知症推計有病率 (2012年)

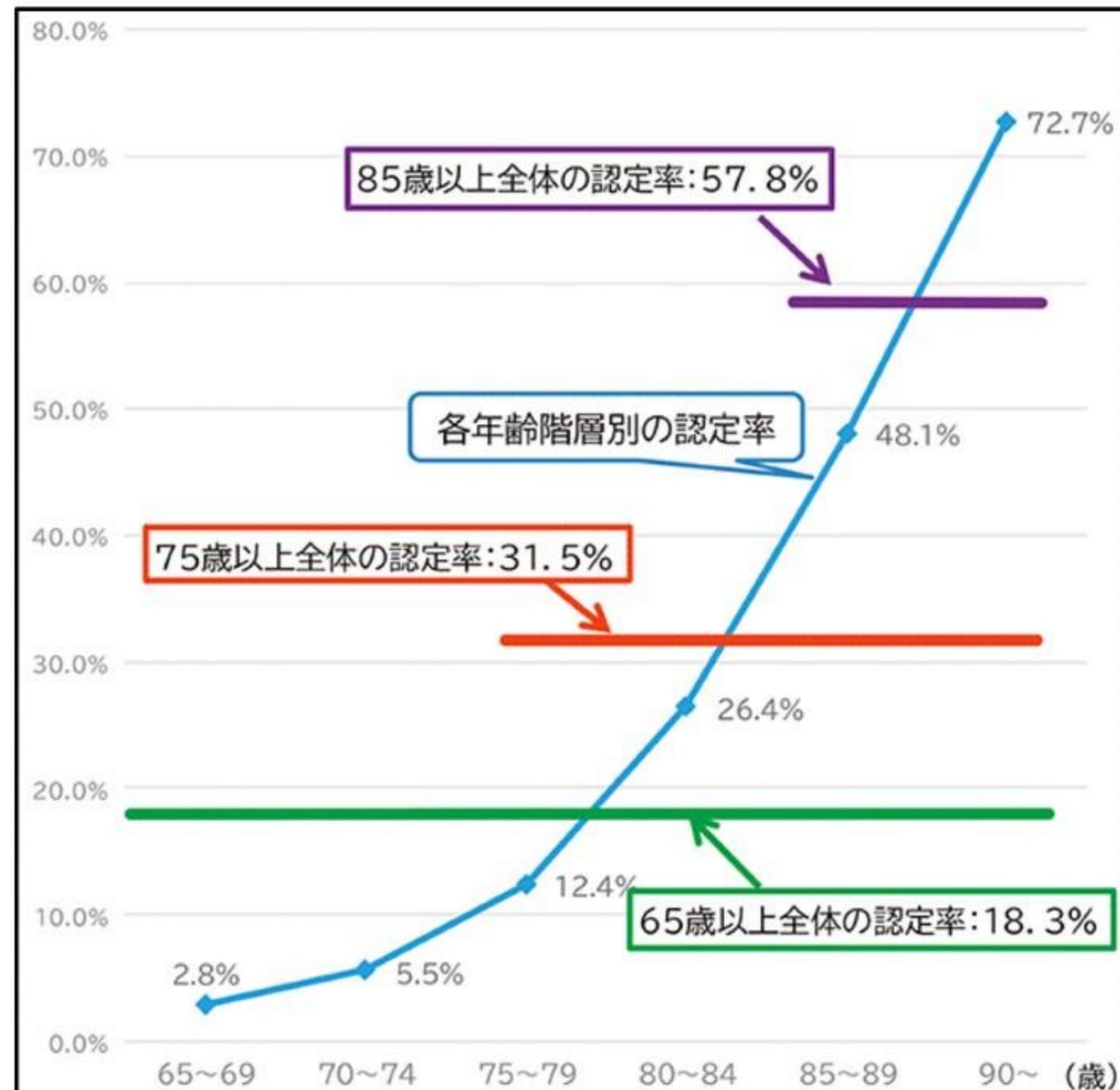
## 統計・介護認定

75歳以上の方の  
3人に1人が

85歳以上の方の  
2人に1人以上が

要介護認定を受けている

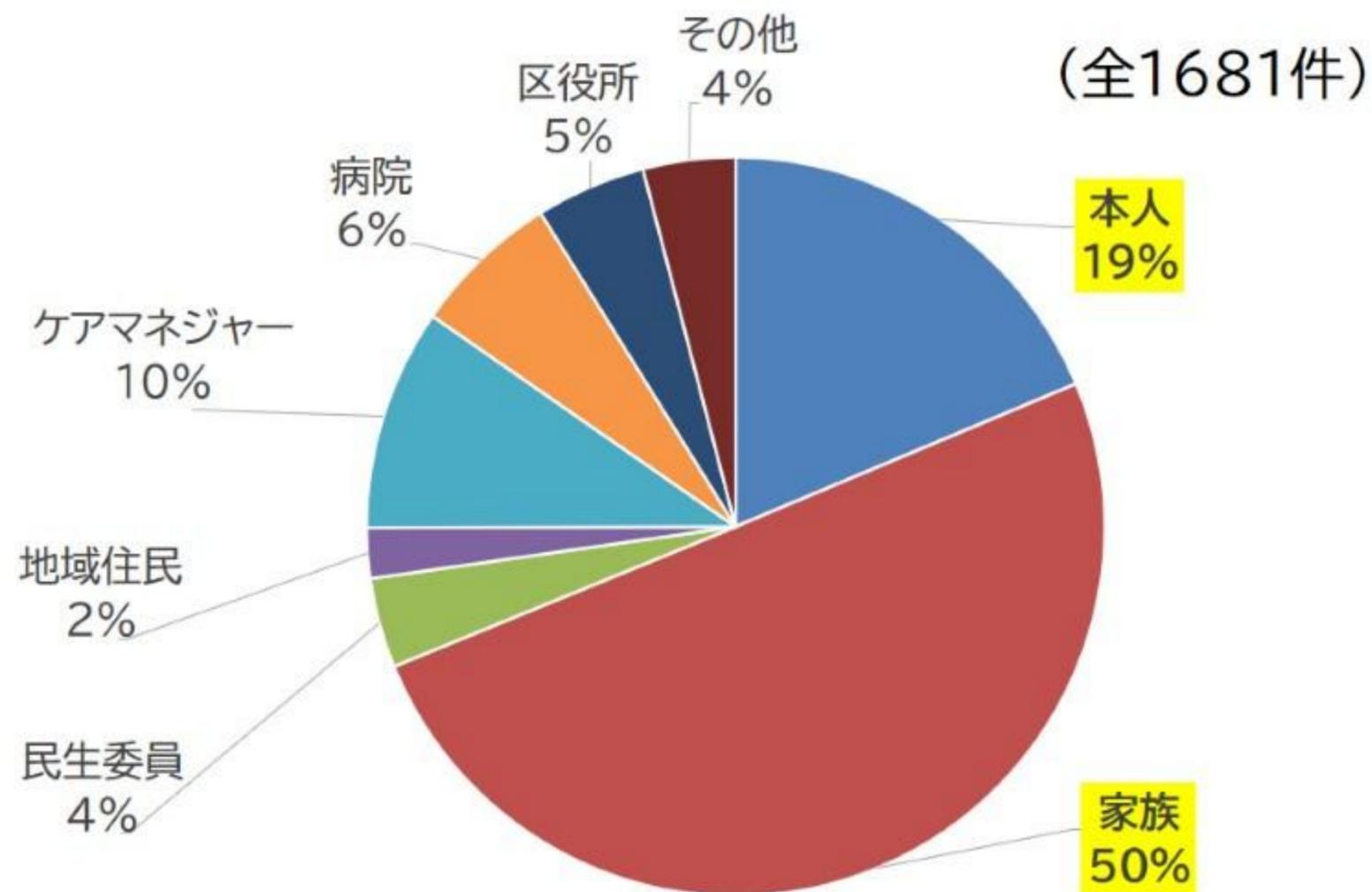
特別なことではない



厚生労働省. (2020). 厚生労働白書—社会保障を支える人材の確保—. [https://www.mhlw.go.jp/stf/wp/hakusyo/kousei/21/backdata/01-02-01-04.html?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.mhlw.go.jp/stf/wp/hakusyo/kousei/21/backdata/01-02-01-04.html?utm_source=chatgpt.com)

## 統計・相談経緯

R4年4月～R7年3月の  
今井地域ケアプラザ新規相談  
最初に相談をされた方



**相談の多くが「自分自身で相談」か「娘息子から相談」となります。**  
**障害あるお子さんの家庭は適切な支援に繋がるのが難しい。**  
**皆さん支援者が繋いでくれれば……。**

# ※横浜市もの忘れ検診

認知症は、早期発見が大事

令和6年度  
横浜市もの忘れ検診

50歳以上の横浜市民の皆様へ

無料  
0円  
年度内に1回

認知症の疑いがあった場合、  
専門医療機関を紹介します。  
紹介料、精密検査にかかる  
費用は有料です。

高齢者の5人に1人は認知症になる時代と言われています。  
年に1回は検診を受けることをおすすめします。

※もの忘れ検診実施医療機関は追加されることがあります。  
最新の情報は横浜市ホームページをご確認ください。

横浜市 令和6年度 もの忘れ検診 検索

「もの忘れ検診」の受診方法は最終ページ

年に一回、  
認知症検査を無料で受けられる  
「横浜市もの忘れ検診」

令和5年より若年性認知症予防のため  
50歳以上対象となりました

皆さん知っていましたか？

必要な方へ勧めてあげてください。