

議 事 録

件 名	第 31 回高齢者の安全対策委員会
日 時	令和 5 年 7 月 31 日（月） 17：30～19：30
場 所	久留米シティプラザ 5 階 大会議室
出席者	委 員 濱本委員長、山下副委員長、内田委員、桑島委員、稲田委員、羽江委員、松岡委員、権藤委員、藤原委員、藤木委員（代理出席：高口補佐）、関委員、古賀委員
	事務局 植松補佐、野口補佐、鹿毛補佐、稲益主査、城戸主査、吉開、岡本（長寿支援課）
欠 席 者	漆原委員、喜田委員
傍 聴 者	
次 第	1. 開会 2. プレゼンテーション 3. 審査員からの質問・コメント 4. 閉会
質 疑 先 生	【プレゼンテーション】 ご報告ありがとうございます。私は前回の認証の際も、審査員として参加していましたが、その時と比較して、今回は虐待予防で高齢者の方にさらに光を当てており、リスクグループとしてアプローチしているところが非常に素晴らしいと思う。また、何が高齢者の生活の質を下げているのかをしっかりと分析し、理解した上で、どのような取り組みが必要かを説明している点がよく理解できた。
モハマディ先生 委 員 ①	【質疑】 Q 1：にこにこステップ運動について、意味も含めて教えてほしい。 A 1：有酸素運動と筋力トレーニングの効果を併せ持った運動で、下肢筋力の増強、バランス能力の増強、持久力の向上を目的に、誰もが知っている曲に合わせてステップ台の昇り降りを行う踏み台昇降運動のこと。「にこにこ」というのはにこにこペース、会話をしながら持続ができるペースのこと。体力に合った無理のない運動となるようにステップ台の高さと昇降頻度、テンポを調整することがにこにこステップ運動の特徴となっている。
モハマディ先生 委 員 長	Q 2：にこにこステップ運動に参加している方の健康状態や既往歴などの情報はるか？ A 2：参加されている方の基礎疾患などの情報を把握するのはなかなか難しい。ただ転倒予防の取り組みとして高齢になっていくと腰や膝、股関節が曲がることがある。それはバランスを崩しやすい状況なので、単純な踏み台昇降の運動で体や股関節、膝を伸ばすということだけでも相当のバランス能力の維持につながると考えている。
モハマディ先生	今の質問はそういう情報がないといけないというわけではないのだが、日本は高齢者人口が増加していて、いかに早く対策できるかがこれからの課題になるのではないかと思った。そうするとそういう情報があるば活用できるのかなと思う。
モハマディ先生	Q 3：認知症サポーターという取り組みをされているとあった。実際にどのような活動をされているのか？

議 事 録

委 員 ①	A 3 : 国が、2005 年から地域全体で認知症の人とその家族を支え、誰もが暮らしやすい地域を作ることを目的にスタートした取り組みのこと。概要は認知症を正しく理解し、認知症の人とその家族を温かく見守り、支援する認知症サポーターを養成し、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを市民の手で展開するものだ。 本市では 2009 年から取り組みを開始している。まずキャラバンメイトについてだが、キャラバンメイトとは市町村と全国キャラバンメイト連絡協議会が主催する研修を受講し、協議会の名簿に登録された者で、認知症サポーター養成講座の講師役をする人のこと。久留米市では 388 人のメイトが養成されており、毎年約 30 回の認知症サポーター養成講座を開催し、約 1500 人の認知症サポーターを養成している。認知症サポーターは特別何かをしないといけないわけではなく、まずは認知症について正しく理解をし、偏見を持たずに認知症の人やその家族を温かい目で見守り、できる範囲で支援を行ってもらふ応援者のことだ。
モハマディ先生	Q 4 : 虐待を見聞きした場合には報告するというをしているとのことだが、どのような方法で報告がされるのか教えていただきたい。
委 員 ①	A 4 : 久留米市では地域で高齢者の方を見守る「くるめ見守りネットワーク」という仕組みがある。例えば、高齢者の方で、食事の提供が必要な方に対して、食事の配食サービスを行っており、その際に、安否確認を行う。安否の確認ができない場合や虐待を含め異常が確認された場合は、久留米市や地域包括支援センターという市内に 11 か所設置されている高齢者総合相談窓口のどちらかに連絡をしてもらうことで虐待の早期発見早期対応につなげている。
モハマディ先生	Q 5 : 久留米の中でこれから高齢者に対する介護が課題になってくるのかなと思った。どのようにプライマリーケアをアクティブに行われているのかを教えてください。例えばかかりつけ医との関係やかかりつけ医が関わって、より高齢者の取り組みをサポートする活動や事業はあるか？
委 員 ①	A 5 : 医療機関の関わりというところかというと、認知症に関して、もの忘れ予防検診といって、認知症に該当するかどうかの検診を久留米大学の専門医と連携して年に数回、20 名程度の高齢者を募集して、専門的な機械や事前の聞き取りを通して、認知症のリスクの判定を行ってもらっている。また、一定以上のリスクが高い方は、病院を紹介して、さらに詳しい検査をしてもらう働きかけをしている取組がある。
モハマディ先生	プライマリーケアを説明できていなかった。私のイメージは、例えば健康診断を保健センターなどで受けるときに、認知症や虐待に関するチェックリストがあるとといったもの。
シェンホル先生	Q 6 : 久留米市ではおぼれが多いという報告を聞いた。これはおそらく日本の文化的な問題だと思うのだが、具体的な対策はされているのか？スウェーデンではシャワーが一般的でお風呂に入ることはあまりないのだが、対策を教えてください。
委 員 ①	A 6 : 高齢者の浴室での溺死溺水対策としては、高齢者にお風呂は危険であるということを理解していただくチラシを作成している。そのチラシには、お風呂で危ないことと併せて、具体的にお風呂の温度は 41 度以下で入ってもらうことや冬場は浴室を温めてもらうこと、家族がいる場合は入浴の前に一言声をかけてはいるなどを記載し、高齢者支援の団体等に配布、啓発してもらっている。

議 事 録

シェンホフリ先生	私の国では、よくサウナに入る。高齢者の方がサウナに入るときに、アルコールを摂取した状態で入ることで、健康問題につながることもある。もしかしたら日本もアルコールを摂取してお風呂に入り、血管が拡張し、血圧が下がっているのかもしれないので、フィンランドの事例を参考にされたらいいのではないかな？
委員長	大変参考になる。おそらく浴槽で溺死する背景には高血圧などの疾患があると思う。そういう方はかかりつけ医から日常生活の過ごし方や入浴、飲酒についてのレクチャーを受けるようになっている。ただ、自宅で具体的にどう暮らしていくのかという個別の視点ではなかなか説明ができないので、例えば住宅改修が必要な方の自宅に出向いて、どこに手すりを設置するかの相談を受け付けることは一つの手かもしれない。
ペ先生	皆さんありがとうございます。前回に引き続き2回目の認証審査を担当し、5年間の歩みが非常によくわかった。これからも少しでも溺死や虐待で苦しむ方がいなくなるように、様々なデータを活用し、何かできるだろうと考え、取組を続けていきたいと思う。
	【閉会】

	No	助言・指摘事項・課題
指摘事項等	1	【助言】 にこにこステップ運動に関連して、参加者の健康状態や既往歴などの情報があれば、別のものが見えてくるのではないかな。
	2	【助言】 入浴に関して、フィンランドではサウナがよく利用されるが、アルコールを摂取した上の利用があり、健康問題になっています。日本も同様のことが考えられるので、フィンランドの事例を参考にされるとよいのではないかな。