



# 埼玉県 地域リハビリテーション かわら版

第2号  
令和3年3月発行  
地域包括ケア課

## “第2号”発行

埼玉県地域包括ケア課では、昨年度から地域リハビリテーション支援体制の協力医療機関等の皆様向けに、埼玉県内での地域リハビリテーションに関する取組をお伝えする「かわら版」を発行しております。  
今回は第2号として、令和2年度における県や市町村での取組内容を中心にお伝えします。

## 新型コロナウイルス感染症拡大への県の対応

新型コロナウイルス感染症の拡大は、地域リハビリテーション活動支援事業の実施に大きな影響を与えました。  
令和2年春に緊急事態宣言が発令され、高齢者が集まって体操や交流を楽しむ「通いの場」の多くが休止となり、また地域ケア会議についてもほとんどの市町村が開催を見合わせました。

いったん緊急事態宣言が解除され、夏以降「通いの場」や地域ケア会議は再開しつつありましたが、年末からの感染拡大や再度の緊急事態宣言発令により、再び休止・中止となっている状況です。

新型コロナウイルス感染症拡大により、高齢者の外出機会が減り、認知機能の低下やうつに関する項目に該当する高齢者が増加したとの調査結果も出されており、ますます介護予防の重要性が高まっています。

県では、地域リハビリテーション・ケアサポートセンターの皆様のご協力を頂きながら、コロナ禍での高齢者支援ツールとして、①「通いの場」再開のためのチェックシート（令和2年6月）、②WEB地域ケア会議開催マニュアル（令和3年3月）、③イキイキ生活のつづけかた新しい生活様式編（令和3年3月）の3点を作成しました。

### ①「通いの場」開催の留意点 （R2.6作成）

緊急事態宣言が解除され、「通いの場」を再開する動きが出始めたことを受け、新型コロナウイルスの感染拡大を防ぎつつ、「通いの場」を再開する場合の留意点をまとめたチェックシートです。  
社会的距離の確保、参加人数の制限など、新しい生活様式を踏まえて実施するよう注意喚起する内容になっています。

### 「通いの場」を始めるときに注意すべきポイント

新型コロナウイルス感染症の影響により、今後は**新しい生活様式**が求められています。通いの場も、感染拡大防止に向け、これまでとは**異なる方法で活動することが必要**になってきます。

そこで、**みなさんが安心して集まることができるよう**に、感染拡大防止に必要な工夫や環境を確認しましょう。

#### 注意すべき4つのポイント

##### ①会場の事前チェック

- ・人と人との間隔
- ・換気が可能か
- ・消毒物品の準備 など



##### ②当日の体調チェック

- ・参加前に検温
- ・発熱や風邪症状がある場合は参加を控える
- ・体力の低下を考慮して無理のない範囲で参加

持病や風邪症状のある方は、自宅でもできる活動を

##### ③開催中のチェック

- ・手洗い、手指消毒
- ・マスクの着用
- ・定期的な換気
- ・水分補給
- ・ゴミの処理 など



##### ④自宅へ帰ってきたら

- ・手洗い、手指消毒
- ・うがい
- ・着替え、シャワー
- ・日々の健康管理（運動・食生活・交流）



★詳しくは裏面のチェックシートで確認してみましょう！

#### 〇皆さんで話し合い、開催方法を工夫してみましょう！

- 「時間を短縮」「曜日を分ける」「2部制にする」
- 「屋内体操と屋外ウォーキングチームに分ける」
- 「外の涼しい場所で開催」「参加しなくなった人への声掛け方法」 など



### 新しい生活様式に基づく「通いの場」開催チェックシート

「通いの場」を始めるときに注意すべきポイントです。  
皆さんの「通いの場」は大丈夫か、確認してみてください。

① 事前に会場をチェック	チェック欄
1 人と人との間隔を確保できますか（2m程度）	
2 対人距離が保てない場合は、手を流水と石けんで洗える環境ですか	
3 換気、換気扇や部屋の換気はできますか	
4 廊下やトイレの出入り口に消毒用品は用意されていますか	
5 消毒用品を用意できない場合は、手を流水と石けんで洗える環境ですか	
6 複数の人が手を洗える場所を消毒できますか（テーブル・ドア・椅子・スイッチなど）	
7 複数人が共有する物品を適切に消毒できない場合は、使用中に中止するか、特定の個人のみが使用するようし、分けて保管できますか	
8 万が一、感染が発生した場合に備え、参加者等の名簿を運営管理することを検討しましたか	
② 当日の体調をチェック	
9 ご自宅で、体調チェックを実施（会場に着いたら、開始前に報告するなど）しましたか	
10 発熱（37.5℃以上または平熱より1℃以上高い）又は風邪の症状、倦怠感、だるさ等がある人は、参加を控えるよう呼びかけましたか	
11 体力の低下も考慮して、無理のない範囲での参加・活動を呼びかけましたか	
③ 開催中のチェック	
12 手洗い・手指消毒をしましたか（30秒以上、石けん使用推奨。できる限り目・鼻・口を触らないようにしましょう）	
13 マスクは着用していますか（症状が無くてもしっかり着用）	
14 エアコンをつけながらも、こまめに換気はしていますか（30分間に一回以上）	
15 こまめな水分補給をしていますか（マスクを着用している為、熱中症に気を付けましょう）	
16 複数の人が手を洗える場所を消毒していますか（テーブル・ドア・椅子・スイッチなど）	
17 運動中は息が上がると飛沫が遠くまで飛びやすいため、人との間隔は十分空けましたか	
18 会話をする時や水分補給の時、対面になるのを避けましたか	
19 食事や口腔体操、歌など飛沫が飛びやすい活動はお休みしましたか	
20 鼻水や唾液などが付着したゴミは、ビニール袋に入れて密閉・縛り廃棄しましたか	
21 ゴミを回収する人は、マスクと手袋を着用し、回収後は必ず手を洗いましたか	
22 体調不良の方が出た場合の対応について確認しましたが（緊急連絡先、休息所の設置など）	
④ 自宅へ帰ってきたら	
23 手や顔を洗う、うがい、着替えなど（シャワー推奨）、予備行動を行いましたか	
24 毎日の体調管理により、皆さんが集まることが出来るよう働きましょう	

詳しくは〇〇市〇〇〇〇課まで  
電話：〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇

## ②WEB地域ケア会議マニュアル

《作成中》(R3.3完成予定)

地域ケア会議をオンラインで開催したいという市町村のニーズに応えるため、マニュアルを作成しました。

初めてオンラインで実施する場合の手順や注意点、実際に取り組んでいる市町村の実践・工夫例を掲載しています。また、総合支援チーム員によるコロナ禍におけるアセスメントや助言の工夫に関するコラムも掲載しています。

## ③イキイキ生活のつづけかた《作成中》

新しい生活様式編(R3.3完成予定)

新型コロナウイルスの感染拡大により、外出や人と会う機会が減ってしまった高齢者がフレイルにならないために、日常生活の中でも取り組める“ひと手間”をまとめた小冊子です。

内容は感染症への対策のほか、チェック項目は食生活、運動、健やかなこころ、脳の活性化、豊かなお付き合いの6項目で、新しい生活様式を反映した内容としました。

(昨年作成したイキイキ生活のつづけかたをリニューアル)

## 3. 普段の生活をチェックしてみましょう!!

新型コロナウイルス感染症の影響により、私たちの暮らしには変化が求められています。

ここでは、新しい生活様式を心掛けながら、日々の健康や体力を維持するためのヒントをご紹介します。

まずは、ご自身の生活を振り返るため、下記項目をチェックしてみましょう!

- ①  毎日3食、おいしく食べていますか?  
 お茶や汁ものを、むせずに飲みますか?



- ②  歩く速度や歩ける距離に自信がありますか?  
 転ぶ不安がなく過ごせていますか?



- ③  グチを聞いてくれる人がいますか?  
 自分なりのリフレッシュ法がありますか?



- ④  予定や計画をたてて、生活していますか?  
 「もの忘れがないこと」に自信がありますか?



- ⑤  ご近所とのお付き合いはありますか?  
 家庭内や外に役割がありますか?



(埼玉県作成「イキイキ生活のつづけかた」より一部抜粋)

皆さんは、いくつチェックが付きましたか?

次のページから、日々の健康や体力を維持するためのヒントをご紹介します!!

次のページへ

5

イキイキ生活のつづけかた 6つのチェック項目

★ これらの資料はお配りできます。ご希望の方は、地域包括ケア課(TEL:048-830-3256、E-mail:a3250-03@pref.saitama.lg.jp)へご連絡ください。電子メールでお送りいたします。

## 令和2年度 地域包括ケアシステム取組報告会を開催

令和3年3月、令和2年度取組報告会を動画配信により開催しました(YouTube限定公開)。

取組報告会とは、地域包括ケアシステム構築の参考としてもらうことを目的に、県内の市町村や包括職員、生活支援コーディネーター等を対象とした県主催の会議で、県や市町村などの地域包括ケアシステムに関する様々な取組状況を関係者間で情報共有するものです。

今年度は、コロナ禍での介護予防等に関する取組について4市町から、また県とともに市町村支援を行っている総合支援チーム(リハ職、生活支援や移送に関する専門家)から支援状況についてご報告頂きました。リハビリテーション専門職による支援状況については、埼玉県リハビリテーション専門職協会代表理事(霞ヶ関南病院:理学療法士)の岡持利巨氏からご報告頂きました。

### ○総合支援チーム《介護予防、地域ケア会議》(リハビリテーション専門職)

新型コロナウイルス感染拡大のため、今年度はZOOMを活用しながら、県内10か所の地域リハビリテーション・ケアサポートセンターや協力医療機関のリハ職とともに介護予防や地域ケア会議等について市町村支援を実施。

介護予防については、通いの場再開時に留意すべき点(感染防止対策など)についての助言や、通いの場に代わる取組(リーフレットやDVDの作成、市報等への掲載)への支援を実施。

地域ケア会議については、県とともに9月にWEBによる模擬地域ケア会議を開催するとともに、オンライン開催を希望する市町村への支援を実施や、WEB地域ケア会議開催マニュアルの作成に協力した。

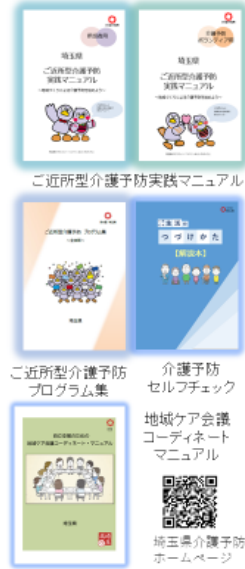
(以下岡持氏報告資料から抜粋)

集まらない

- 休止への対応  
サポーターさん  
グループ・関係者
- 代替手段の提案
- 再開への対応
- 情報発信
- 会議方法の変更
- 虚弱化への対応
- 資料の作成
- 連絡連携・意思決定  
方法の変更
- 新しい方法へ

1. **介護予防**
  - ① 介護予防ボランティア養成講座の実施
  - ② 自主グループの立ち上げ支援
  - ③ フォローアップ講座（ボランティアのスキルアップ支援）
  - ④ 介護予防取り組み発表会（グループへの継続支援）
  - ⑤ 協力者・組織体系づくり
  - ⑥ 施策のデザインを一緒に考える
  - ⑦ 住民と関係者の「やる気」を引き出す支援
2. **自立促進・支援 地域ケア会議**
  - ① 助言者として参加
  - ② 事業所（通所・訪問）スタッフとして参加
  - ③ 会議の前・最中・後の周辺準備等運営への協力
  - ④ 地域課題の解決に向けた協議
3. **普及啓発事業・研修会等の講師など**
  - ① 介護予防普及啓発事業（市民・専門職の啓発・規範の統合）
  - ② 市町村内の事業所・ケアマネジャー等との勉強会
4. **戦略会議（事業創出やフォローアップ）**
  - ① 総合事業等、必要な事業の構築への協力

県と多職種で作成：住民・関係者用 資料



活動を再開したい市民 への発信/2020年5~6月頃

## 介護予防 関連

1. 住民主体の通いの場 再開を支援するための相談と支援
2. サポーターフォローアップ・情報発信
3. 再開・参加出来ない住民向け 普及啓発

地域包括支援センターに来る総合相談において

- ①フレイル                      ②認知症
- ③世帯支援必要                ④それらの混合

等の、支援が必要なケースが増えた事で、ケアマネジャーさんや市・包括職員への個別援助に関する相談が増えた。支援のために共有出来る資料の必要性が増した。



活動を再開したい市民 への支援/2020年5~11月頃



## 地域ケア会議 関連

1. 地域ケア会議を続けながらの深化の相談
2. 地域ケア個別会議から地域ケア推進会議への相談
3. 地域ケア会議オンライン化への協力
4. 地域ケア会議関係者への研修（自立支援の考え方、地域課題の検討）



オンライン模擬会議  
：2020年9月

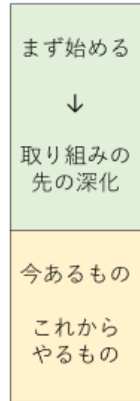
- オンライン会議に向け
- ・マニュアル共有
  - ・体験会
  - ・ホスト練習
  - ・運営方法の検討  
(マニュアル作成協力中)



オンラインなら  
参加でき、顔が見え  
関係者の情報共有が深化

## 総合支援チーム（リハビリテーション専門職） おすすめメニュー

- 介護予防
  - ① ご近所型介護予防の立ち上げ・継続の支援
  - ② ご近所型介護予防プログラム集の活用
  - ③ 独自の取組みの見直し
  - ④ 介護予防セルフチェックを用いたフォローアップ
- 自立促進・支援（地域ケア会議等）
  - ① 地域ケア個別会議の発展
  - ② 地域ケア推進会議の検討
  - ③ 関係者の共通認識づくり（ケアマネジャー・事業所）
  - ④ 地域ケア会議や情報共有のオンライン化・活性化
- 総合事業等を元気になる事業のデザイン検討
  - ① 通所Cの検討・創出
  - ② 訪問Cの検討・創出
- その他
  - ① とりあえず 話してみたい



一緒に考える：今できる最適な取組み

14

### ○総合支援チーム《生活支援》 （埼玉県社会福祉協議会）

コロナ禍での生活支援について、市町村やSCなどからの問合せや相談に対応。

6月に「シャキたま生活支援コーディネーター活動紹介Facebook」を開設し、県内市町村の取組状況などの情報共有を図っている。コロナ禍でも、人とのつながりを絶やさない活動（手紙、屋外での活動、オンライン活用等）として新たな取組も生まれてきている。

### ○総合支援チーム《生活支援》 （さわやか福祉財団）

コロナ禍での協議体や住民活動の再開に関する助言や、事例提供などを行った。コロナ禍の活動をまとめた「NEXT動画」を作成し、県内市町村に向け情報提供。

動画からヒントを得て、川島町では訪れた人が展示ボードを介したつながりの場を作った。住民はコロナ禍においても工夫をしながら活動しており、これまでの地域づくりが活かされている。

### ○総合支援チーム《移送》 （埼玉県移送サービスネットワーク）

有償で人を車に乗せることが法的に問題とならないのかが大きな不安として存在。そこで、国交省はR1.10「高齢者の移動手段を確保するための制度・事業モデルパンフレット」を作成し、有償移送サービスを分かりやすく解説。

鶴ヶ島市ではこの資料等を使って勉強会を実施。

また上尾市では訪問D創設に向けた支援を行った。

### ①介護予防：蓮田市 介護予防DVD・冊子作成

コロナの影響で介護予防事業が中止。県総合支援チームの支援を受け、市担当リハ職と共に代替策を検討した結果、介護予防DVDと冊子を作成することに。作成は県理学療法士会に委託。

3月下旬にサポーター向け研修を開催し配布するとともに、市報にも関連記事を掲載予定。

### ②生活支援：加須市 コロナ禍での生活支援

加須市では協議体は3層構造。北川辺地区での2層協議体設立を目指し、令和元年度から勉強会を始め、令和2年7月に「北川辺みずわの会」が発足。

北川辺地区全戸に活動案内のチラシを配布し、11月に3会場で交流会を開催。見守りや声掛けをお互いにしあえる地域づくりを目指す。

### ③地域ケア会議：川島町 オンラインによる開催

県総合支援チームの支援を受け、ZOOMによるオンライン地域ケア会議を9月から開始。開催案内や会議資料等はMCSのグループで共有。

接続テストの実施や、事業所のMCS加入作業を包括職員等が出向いて支援。オンライン開催により移動が無くなった分参加しやすいとの声も。

### ④在宅医療・介護連携：さいたま市入退院ルールの検討

市で統一した入退院支援ルール策定のための検討を令和2年度から開始。

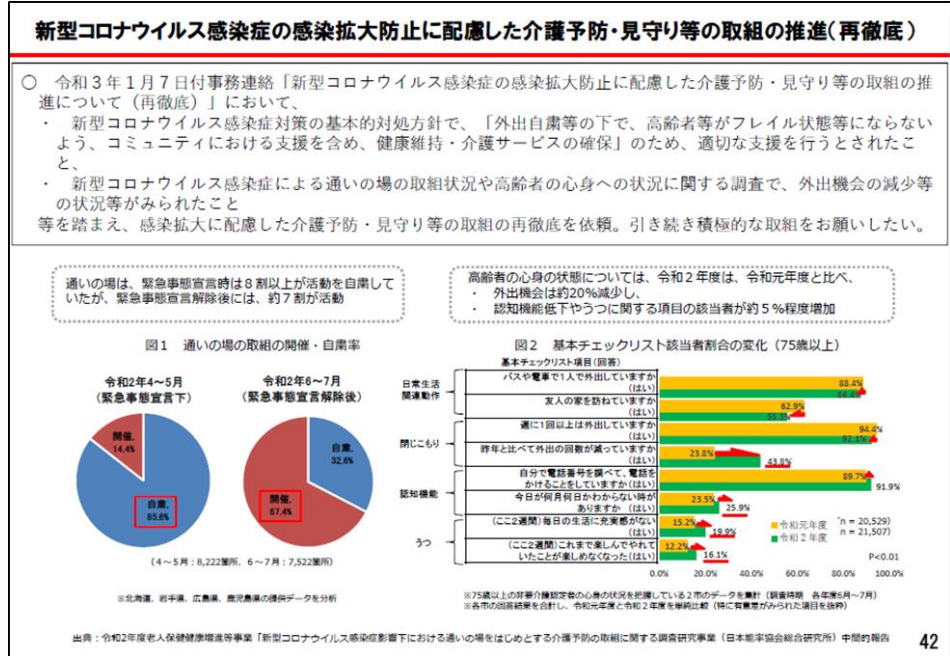
市内の4医師会やケアマネ等の関係者による協議部会でルール案や様式案について意見交換を重ねている。令和4年4月から運用開始を目指す。

# 新型コロナウイルス感染症の感染拡大による高齢者への影響(厚労省)

令和3年1月、厚労省からコロナ禍による高齢者への影響について、中間的報告が公表されました。

令和3年1月7日付厚生労働省事務連絡「新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に配慮した介護予防・見守り等の取組の推進について(再徹底)」によると、**高齢者の心身の状態については、令和2年度(新型コロナウイルス感染症影響下)は、令和元年度(新型コロナウイルス感染症影響前)と比べ、外出機会は約20%減少し、認知機能低下やうつに関する項目の該当者が約5%増加等の傾向がみられている**、とのことです。

外出自粛等による高齢者の影響は見逃せません。介護予防の重要性がますます高まっています。



出典：厚生労働省 令和2年度全国厚生労働関係部局長会議老健局資料

## 令和3年度 埼玉県地域リハビリテーション専門職研修(予定)

リハビリテーション専門職を対象とした「地域リハビリテーション専門職育成研修事業」について、令和3年度も実施する予定です。(右図)

初級から上級まで、体系的な研修を実施します。

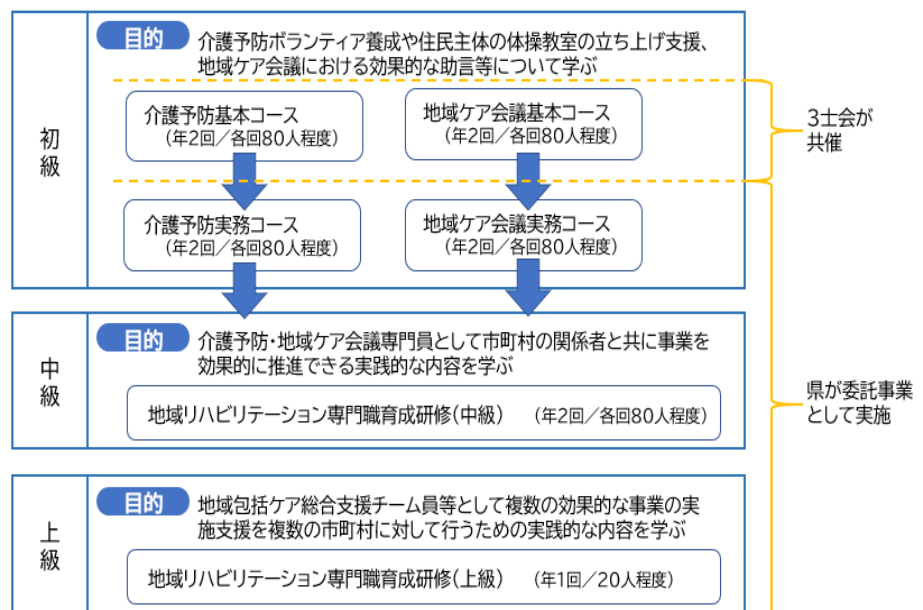
新型コロナウイルスの感染拡大により、地域リハビリテーションのあり方も大きく変わってきています。皆様も、感染リスクを抱えながらの活動に苦労されているかと思えます。

研修では、新しい生活様式に対応した地域リハビリテーションの実践方法を学ぶとともに、各地域での取組状況について情報交換を行います。

協力医療機関の皆様には、積極的な受講をお願いいたします。

日程等につきましては、決まり次第ご案内いたします。なお、研修は感染症拡大状況により、集合研修に代わりZOOMによるオンライン研修として実施する可能性があります。

### 地域リハビリテーション専門職研修一覧



# 埼玉県地域リハビリテーション支援体制とは

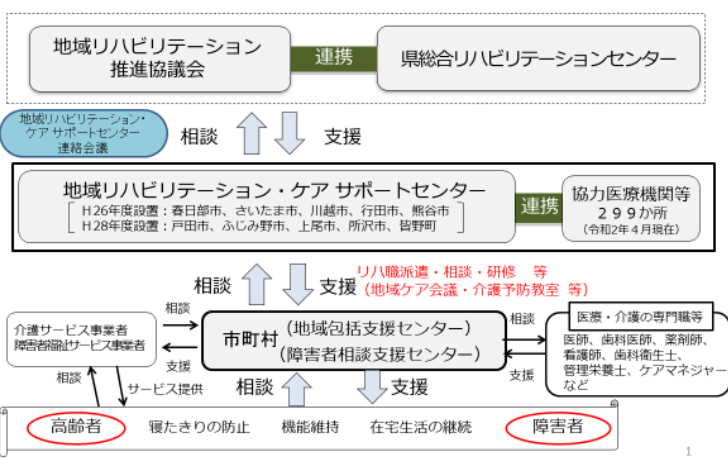
## 【支援体制】

埼玉県では、二次保健医療圏ごとに設置する「地域リハビリテーション・ケア サポートセンター」と「協力医療機関等」が連携し、市町村の要望に応じてリハビリテーション専門職を派遣する地域リハビリテーション支援体制を構築しています。

地域リハビリテーション・ケア サポートセンターは県内に10か所設置され、市町村や地域包括支援センターからの相談を受けるとともに、協力医療機関等へのサポートを行っています。

協力医療機関等の皆様には、主に介護予防教室での助言・指導や、地域ケア会議の助言者としての参加などでご協力を頂いております。

## 埼玉県の地域リハビリテーション支援体制

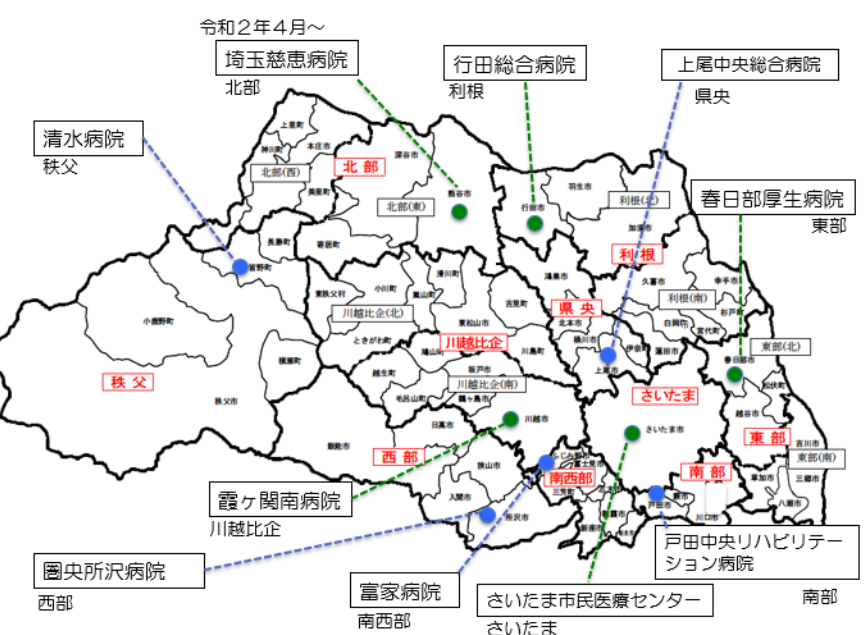


## 【活動状況】

令和2年4月時点で299の医療機関及び老人保健施設にご登録いただいております。令和元年度の派遣実績は介護ボランティア養成講座等が613件、介護予防教室等が2,297件、地域ケア会議が593件、研修等が678件、合計4,181件(前年度比219件増)でした。なお、令和2年度は新型コロナウイルス感染拡大に伴い介護予防など地域リハ活動が中止・延期となっているため、派遣件数は大幅に減少する見込みです。

コロナ禍という非常に厳しい状況が続いておりますが、協力医療機関等の皆様とともに、本県の地域リハビリテーション支援体制を構築していきたいと考えておりますので、引き続きご協力をお願い申し上げます。

## 地域リハビリテーション・ケア サポートセンター



病院名	連絡先・担当部署
戸田中央リハビリテーション病院	リハビリテーション科 048-431-1111
富家病院	リハビリテーション室 049-264-8811
春日部厚生病院	リハビリテーション部 048-736-1155
さいたま市民医療センター	リハビリテーション科 048-626-0011
上尾中央総合病院	リハビリテーション技術科 048-773-1111
霞ヶ関南病院	地域リハビリテーション推進部 049-234-2517
圏央所沢病院	リハビリテーション科 04-2920-0531
行田総合病院	リハビリテーション科 048-552-1111
埼玉慈恵病院	リハビリテーション科 048-521-0321
清水病院	リハビリテーション課 0494-62-0067

※「かわら版」の内容に関する御意見・御要望がございましたら以下に御連絡ください。



彩の国  
埼玉県

## 発行 埼玉県福祉部地域包括ケア課

TEL 048-830-3256  
FAX 048-830-4781  
E-mail a3250-03@pref.saitama.lg.jp



埼玉県ホームページ  
地域リハ支援体制