

厚生委員会情報連絡

令和7年4月15日

情報連絡事項	頁
1 「足立区地域保健福祉計画」冊子の配付について	2
2 足立区福祉施設次期指定管理者の選定について	3
3 令和6年度第3回足立区ひきこもり支援協議会の開催結果について	5
4 『ぱく増し』月間（令和7年2月）の実施結果について	7
5 令和6年度「食べてフレイル予防」事業の実施結果について	15
6 高齢者公衆浴場入浴事業における令和8年度以降の入浴証の送付希望の 確認について	19
7 介護予防・認知症予防普及啓発「人生かっこよく！はつらつ講演会」に ついて	22
8 令和6年度 医療介護連携推進事業の実施結果について	23
9 足立区在宅療養推進協議会の設置について	30
10 「足立区福祉110番（年次報告書）」の作成方法変更について	31

(福祉部)

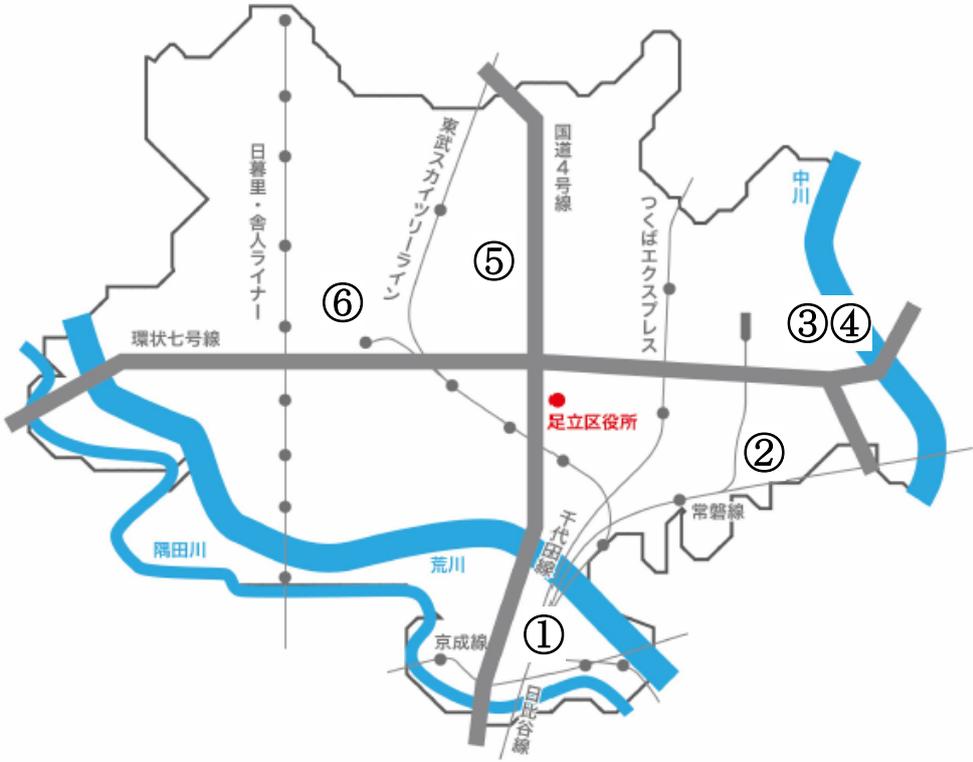
厚生委員会情報連絡

令和7年4月15日

件名	「足立区地域保健福祉計画」冊子の配付について
所管部課名	福祉部 福祉管理課
内容	<p>令和6年度から令和11年度までを計画期間とする「足立区地域保健福祉計画」について、パブリックコメント（令和6年4月実施済）や地域保健福祉計画策定部会（地域保健福祉推進協議会の専門部会：令和4年度から令和6年度までで計9回実施済）での検討を踏まえ策定した。この度、計画冊子（本冊及び概要版）を作成したので配付する。</p> <p>1 計画の特徴・位置づけ</p> <p>(1) 地域保健福祉における理念や方向性を明らかにし、足立区の基本構想・基本計画を具現化。</p> <p>(2) 保健福祉分野の最上位計画に位置付け、関連する個別計画の中に具体的な施策や事業の詳細を掲載。</p> <p>(3) 足立区社会福祉協議会が策定している「足立区地域福祉活動計画」と、相互に補完・連携することにより区の地域福祉をさらに推進。</p> <p>2 計画冊子（本冊及び概要版）について</p> <p>(1) 別添資料「足立区地域保健福祉計画 令和6年度～令和11年度」のとおり。</p> <p>(2) 区ホームページにも掲載する。</p>

厚生委員会情報連絡

令和7年4月15日

件名	足立区福祉施設次期指定管理者の選定について																					
所管部課名	福祉部 福祉管理課 障がい福祉課、高齢者地域包括ケア推進課																					
内容	<p>令和7年度末で指定管理期間が満了する福祉施設について、以下のとおり指定管理者を選定する。</p> <p>1 対象施設</p> <table border="1" data-bbox="440 647 1369 1057"> <thead> <tr> <th></th> <th>施設名称</th> <th>所在地</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>①</td> <td>足立区総合ボランティアセンター</td> <td>日ノ出町27-3-102</td> </tr> <tr> <td>②</td> <td>足立区綾瀬福祉園</td> <td>東綾瀬1-26-2</td> </tr> <tr> <td>③</td> <td>足立区大谷田就労支援センター</td> <td>大谷田1-44-3</td> </tr> <tr> <td>④</td> <td>足立区大谷田ホーム</td> <td>大谷田1-44-3</td> </tr> <tr> <td>⑤</td> <td>足立区ケアハウス六月</td> <td>六月1-6-1</td> </tr> <tr> <td>⑥</td> <td>足立区高齢者在宅サービスセンター ー西新井</td> <td>西新井2-5-5</td> </tr> </tbody> </table>  <p>2 次期指定期間 令和8年4月1日から令和13年3月31日（5年間）</p>		施設名称	所在地	①	足立区総合ボランティアセンター	日ノ出町27-3-102	②	足立区綾瀬福祉園	東綾瀬1-26-2	③	足立区大谷田就労支援センター	大谷田1-44-3	④	足立区大谷田ホーム	大谷田1-44-3	⑤	足立区ケアハウス六月	六月1-6-1	⑥	足立区高齢者在宅サービスセンター ー西新井	西新井2-5-5
	施設名称	所在地																				
①	足立区総合ボランティアセンター	日ノ出町27-3-102																				
②	足立区綾瀬福祉園	東綾瀬1-26-2																				
③	足立区大谷田就労支援センター	大谷田1-44-3																				
④	足立区大谷田ホーム	大谷田1-44-3																				
⑤	足立区ケアハウス六月	六月1-6-1																				
⑥	足立区高齢者在宅サービスセンター ー西新井	西新井2-5-5																				

3 選定スケジュール（予定）

日程	項目
4月28日	公募開始（区ホームページに募集要項掲載）
5月30日	公募〆切
8月	選定審査会
10月	指定管理者候補者の選定
12月	第4回足立区議会定例会に議案提出

4 選定審査会の構成（予定）

種別	人数
学識経験者 （有識者含む）	3名
区民関係団体	2名
区職員	2名

厚生委員会情報連絡

令和7年4月15日

件名	令和6年度第3回足立区ひきこもり支援協議会の開催結果について																	
所管部課名	福祉部 福祉まるごと相談課																	
内 容	<p>足立区のひきこもり支援のあり方や、支援体制の検討及び情報共有の場として開催した「令和6年度第3回足立区ひきこもり支援協議会(以下「協議会」という)」の結果を報告する。</p>																	
	<p>1 協議会概要</p> <p>(1) 開催日時 令和7年2月26日(水) 午後6時30分～午後8時</p> <p>(2) 開催場所 足立区役所中央館8階 特別会議室</p> <p>(3) 出席委員 委員21名中19名 内訳：学識経験者2名、支援団体・関係機関9名、区職員8名</p>																	
	<p>2 協議会での主な議論</p>																	
	<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="379 1104 435 1160">議事事項</th> <th data-bbox="435 1104 1177 1160">委員からの意見</th> <th data-bbox="1177 1104 1425 1160">対応策</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="379 1160 435 1400">① 新リーフレットの活用・配布先の工夫</td> <td data-bbox="435 1160 1177 1400"> ア 民間の居宅介護事業者や、児童館・学校など子ども関連施設にも配布すべき。 イ 医療機関、銀行やカフェなど人が集まる場所等にも配布すべき。 </td> <td data-bbox="1177 1160 1425 1400">一人でも多くの方に行き届くよう、幅広く働きかけていく。</td> </tr> <tr> <td data-bbox="379 1400 435 1639">② ひきこもり支援セミナーについて (R7.2.9開催)</td> <td data-bbox="435 1400 1177 1639"> ア セミナーの動画公開の際には、学校関係にも周知すべき。 イ 不登校経験者による講演もぜひ検討してほしい。 </td> <td data-bbox="1177 1400 1425 1639"> ア 周知する。 イ 次回企画時に検討する。 </td> </tr> <tr> <td data-bbox="379 1639 435 1881">③ セーフティネットあだちの学びピアへの移転</td> <td data-bbox="435 1639 1177 1881"> ア 複合施設の7階のため、建物内での案内の工夫も必要。 イ ひきこもりでない方にとっても利用しやすいよう配慮してほしい。 ウ 誰でも見学・利用日に連携したい。 </td> <td data-bbox="1177 1639 1425 1881">意見を取り入れ工夫・配慮しながらセーフティネットあだちを運営していく。</td> </tr> <tr> <td data-bbox="379 1881 435 2123">④ 令和7年度に実施、検討するひきこもり支援施策</td> <td data-bbox="435 1881 1177 2123"> ア 推計調査・当事者調査とともに、事業者へのニーズ調査も実施してはどうか。 イ 現状で出来ている支援、出来ていない支援の把握が必要 </td> <td data-bbox="1177 1881 1425 2123">支援検討部会にて詳細を検討していく。</td> </tr> </tbody> </table>	議事事項	委員からの意見	対応策	① 新リーフレットの活用・配布先の工夫	ア 民間の居宅介護事業者や、児童館・学校など子ども関連施設にも配布すべき。 イ 医療機関、銀行やカフェなど人が集まる場所等にも配布すべき。	一人でも多くの方に行き届くよう、幅広く働きかけていく。	② ひきこもり支援セミナーについて (R7.2.9開催)	ア セミナーの動画公開の際には、学校関係にも周知すべき。 イ 不登校経験者による講演もぜひ検討してほしい。	ア 周知する。 イ 次回企画時に検討する。	③ セーフティネットあだちの学びピアへの移転	ア 複合施設の7階のため、建物内での案内の工夫も必要。 イ ひきこもりでない方にとっても利用しやすいよう配慮してほしい。 ウ 誰でも見学・利用日に連携したい。	意見を取り入れ工夫・配慮しながらセーフティネットあだちを運営していく。	④ 令和7年度に実施、検討するひきこもり支援施策	ア 推計調査・当事者調査とともに、事業者へのニーズ調査も実施してはどうか。 イ 現状で出来ている支援、出来ていない支援の把握が必要	支援検討部会にて詳細を検討していく。		
	議事事項	委員からの意見	対応策															
① 新リーフレットの活用・配布先の工夫	ア 民間の居宅介護事業者や、児童館・学校など子ども関連施設にも配布すべき。 イ 医療機関、銀行やカフェなど人が集まる場所等にも配布すべき。	一人でも多くの方に行き届くよう、幅広く働きかけていく。																
② ひきこもり支援セミナーについて (R7.2.9開催)	ア セミナーの動画公開の際には、学校関係にも周知すべき。 イ 不登校経験者による講演もぜひ検討してほしい。	ア 周知する。 イ 次回企画時に検討する。																
③ セーフティネットあだちの学びピアへの移転	ア 複合施設の7階のため、建物内での案内の工夫も必要。 イ ひきこもりでない方にとっても利用しやすいよう配慮してほしい。 ウ 誰でも見学・利用日に連携したい。	意見を取り入れ工夫・配慮しながらセーフティネットあだちを運営していく。																
④ 令和7年度に実施、検討するひきこもり支援施策	ア 推計調査・当事者調査とともに、事業者へのニーズ調査も実施してはどうか。 イ 現状で出来ている支援、出来ていない支援の把握が必要	支援検討部会にて詳細を検討していく。																

議事事項		委員からの意見	対応策
⑤	足立区全体に理解の輪を広げていく必要性	ア 実際に「ひきこもりは親の責任、家庭内の問題」と言われる等、まだまだ偏見や固定観念は存在している。 イ 時間を要すると思うが、一歩ずつ理解の輪を広げていかないといけない。	作成したリーフレットも活用しながら、区職員を含む地域福祉や支援に携わる方々に、研修や講演を通して理解を広めていく。
⑥	その他	ア ひきこもりに関心が薄い方々へのアプローチも検討すべき。 イ 理解の輪を広げるには、繰り返し研修・教育を継続していく必要がある。	

3 今後の方針・スケジュール

- (1) 協議会での議論と支援検討部会での詳細検討を軸としながら、区のひきこもりに係る施策を一層加速させていく。
- (2) 基本的な考え方のもと、ひきこもり本人とその家族への支援を両輪として、誰も取り残さない支援体制を構築していく。

【参考】足立区ひきこもり支援協議会委員名簿（敬称略）

No	機関・役職	委員名	備考
学識	1 東京未来大学 こども心理学部 教授	藤後 悦子	会長
	2 立正大学 心理学部 臨床心理学科 准教授	徳丸 享	
支援団体・関係機関	3 足立区民生・児童委員協議会 第七合同会長	石川 祥江	
	4 NPO法人KHJ全国ひきこもり家族会連合会 本部事務局	深谷 守貞	
	5 足立ひきこもり家族会 代表	氏家 好子	
	6 足立ひきこもり家族会 外部顧問	上田 理香	
	7 あだち若者サポートテラスSODA 室長	内野 敬	
	8 東京みらい中学校 校長	定野 司	
	9 NPO法人青少年自立援助センター 理事長	河野 久忠	
	10 セーフティネットあだち 事業責任者	松森 みゆき	
	11 東京都福祉局 生活福祉部 生活支援担当課長	山川 幸宏	
	12 足立区社会福祉協議会 事務局長	久米 浩一	
足立区	13 副区長	長谷川 勝美	副会長
	14 政策経営部長	勝田 実	
	15 あだち未来支援室長	伊東 貴志	
	16 絆づくり担当部長	五十嵐 隆	
	17 福祉部長	千ヶ崎 嘉彦	
	18 足立福祉事務所長	小室 晃	
	19 衛生部長	馬場 優子	
	20 学校運営部長	絵野沢 秀雄	
	21 こども支援センターげんき所長	岩松 朋子	

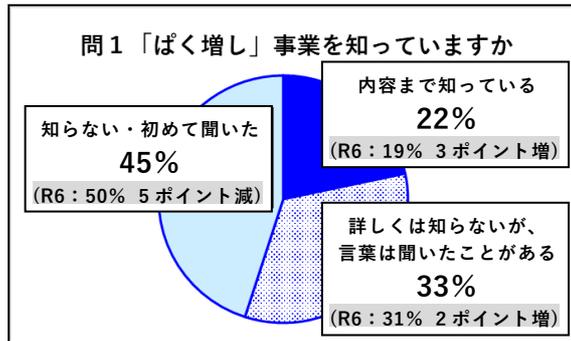
厚生委員会情報連絡

令和7年4月15日

件名	『ぱく増し』月間（令和7年2月）の実施結果について																																																							
所管部課	福祉部 高齢者施策推進室 高齢者地域包括ケア推進課																																																							
内容	<p>「ぱく増し」（65歳からのたんぱく増し生活～肉も野菜も食べよう～）事業を広く周知する為、2月の周知強化月間に下記の取り組みを実施した。その結果を報告する。</p> <p>1 ぱく増し月間キャンペーン「アンケートに答えてぱく増し商品を当てよう！」実施結果【65歳以上の方対象】</p> <p>※ キャンペーン内容は、専用はがき付き応募用紙（別紙1）参照</p> <p>(1) 回答数（重複除く）</p> <table border="1" data-bbox="434 819 1485 1211"> <thead> <tr> <th rowspan="2">回答方法</th> <th colspan="3">回答数</th> </tr> <tr> <th>R 6</th> <th>R 7</th> <th>増加数（倍率）</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>オンライン</td> <td>1,456</td> <td>2,220</td> <td>764（1.5倍）</td> </tr> <tr> <td>専用はがき</td> <td>1,717</td> <td>5,021 ※1 【内新規 2,841 ※2】</td> <td>3,304（2.9倍）</td> </tr> <tr> <td>合計</td> <td>3,173</td> <td>7,241</td> <td>4,068（2.3倍）</td> </tr> </tbody> </table> <p>表1 令和6・7年のアンケート回答数・増加数</p> <p>※1 R7から返信用切手を貼らず、ホウカツへの手渡しも可とした。</p> <p>※2 R7から新たに、介護予防チェックリストの結果送付に専用はがき付き応募用紙を同封し、その専用はがきからの回答数</p> <p>(2) 回答方法・回答者（年代別・男女別内訳）</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="434 1503 1077 1951"> <table border="1"> <caption>図1 年代別・回答方法別人数</caption> <thead> <tr> <th>年代</th> <th>専用はがき</th> <th>オンライン</th> <th>合計</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>60代 (65~69)</td> <td>749</td> <td>961</td> <td>1,710</td> </tr> <tr> <td>70代</td> <td>2,105</td> <td>923</td> <td>3,028</td> </tr> <tr> <td>80代</td> <td>1,834</td> <td>288</td> <td>2,122</td> </tr> <tr> <td>90代</td> <td>199</td> <td>48</td> <td>247</td> </tr> <tr> <td>記載なし</td> <td>133</td> <td>0</td> <td>133</td> </tr> </tbody> </table> </div> <div data-bbox="1090 1503 1485 1832"> <table border="1"> <caption>図2 男女別回答人数</caption> <thead> <tr> <th>性別</th> <th>人数</th> <th>割合</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>女性</td> <td>4,521</td> <td>62%</td> </tr> <tr> <td>男性</td> <td>2,577</td> <td>36%</td> </tr> <tr> <td>回答なし</td> <td>145</td> <td>2%</td> </tr> </tbody> </table> </div> </div> <p>令和7年から性別を項目に加え、男性の回答率を確認した（36％）。</p>	回答方法	回答数			R 6	R 7	増加数（倍率）	オンライン	1,456	2,220	764（1.5倍）	専用はがき	1,717	5,021 ※1 【内新規 2,841 ※2】	3,304（2.9倍）	合計	3,173	7,241	4,068（2.3倍）	年代	専用はがき	オンライン	合計	60代 (65~69)	749	961	1,710	70代	2,105	923	3,028	80代	1,834	288	2,122	90代	199	48	247	記載なし	133	0	133	性別	人数	割合	女性	4,521	62%	男性	2,577	36%	回答なし	145	2%
回答方法	回答数																																																							
	R 6	R 7	増加数（倍率）																																																					
オンライン	1,456	2,220	764（1.5倍）																																																					
専用はがき	1,717	5,021 ※1 【内新規 2,841 ※2】	3,304（2.9倍）																																																					
合計	3,173	7,241	4,068（2.3倍）																																																					
年代	専用はがき	オンライン	合計																																																					
60代 (65~69)	749	961	1,710																																																					
70代	2,105	923	3,028																																																					
80代	1,834	288	2,122																																																					
90代	199	48	247																																																					
記載なし	133	0	133																																																					
性別	人数	割合																																																						
女性	4,521	62%																																																						
男性	2,577	36%																																																						
回答なし	145	2%																																																						

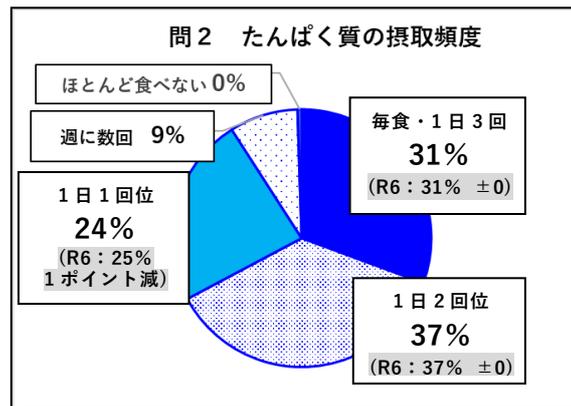
(3) アンケート結果

ア 「ばく増し」認知度及びたんぱく質を多く含む食品（肉・魚・卵大豆製品等）の摂取頻度



(ア) 「内容まで知っている」「詳しくは知らないが、言葉は聞いたことがある」は合わせて5ポイント増であり、認知度は少しずつ上昇している。

図3 「ばく増し」認知度



(イ) 「毎食・1日3回」「1日2回位」は、令和6年と変わらない割合あった。

図4 たんぱく質の摂取頻度

イ たんぱく質が多い食品を、毎食（1日3回）食べていない理由（複数回答可）

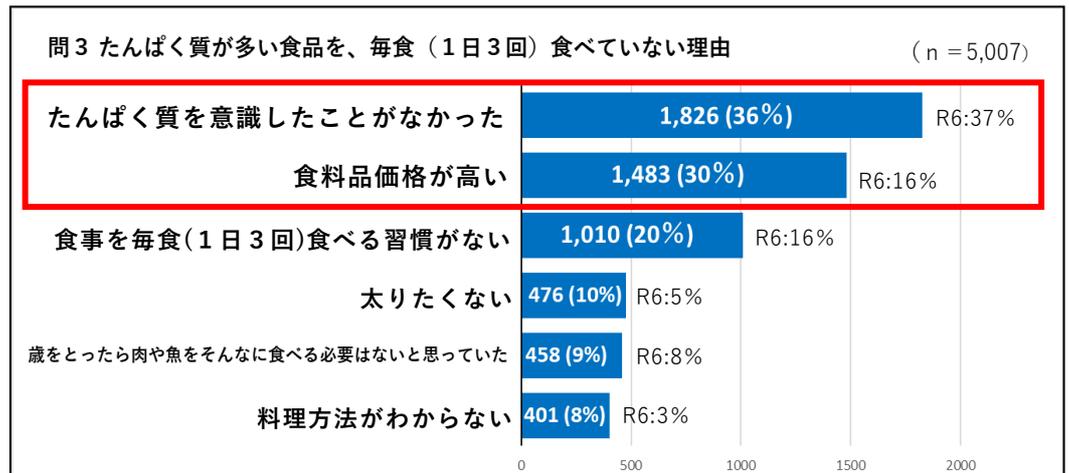


図5 たんぱく質が多い食品を、毎食（1日3回）食べていない理由

たんぱく質が多い食品を毎食（1日3回）食べていない理由は、令和6年と同様「たんぱく質を意識したことがなかった」が一番多く、続いて「食料品価格が高い」が30%（14ポイント増）となり続いた。

ウ 今後の事業展開

物価高騰により今までより食品摂取が減少している可能性が高く、「ばく増し」しにくい状況である。そこで、比較的安価で簡単な「ばく増し」レシピの作成及び普及に注力していく。

2 普及啓発品の配付【65歳以上の方対象】

あだち広報（1/25号）の発行に合わせ、地域包括支援センター（以下、ホウカツ）来所者にハンドタオルとリーフレットを合わせて配付した。

3 スーパー・コンビニとの連携

スーパー17店舗（イトーヨーカドー2店舗、ヨーク3店舗、ベルクス10店舗、スーパーTANAKA 2店舗）、セブン-イレブン（140店舗）との連携

- (1) 肉、魚、卵、大豆製品等のたんぱく質を多く含む食品コーナーにのぼり設置
- (2) たんぱく質が20g程度とれる弁当等にばく増しシールを貼付（一部スーパー）
- (3) 月間ポスター掲示、専用はがき付き応募用紙の配架



写真1 スーパー店頭



写真2 お刺身売場



写真3 お弁当へのシール貼付

- (4) セブン-イレブン独自企画の実施

2月中旬（14日～20日）にカップデリを2品買うとばく増し食品（サラダチキンバー）のプレゼント企画を実施。



写真4・5 セブン-イレブン掲出状況



4 食品メーカーとの連携

- (1) コラボレシピの開発

ア 味の素（鍋キューブを使ったばく増しレシピ2品）



写真6 白身魚の和風アクアパッツァ



写真7 冷凍野菜で菜煮！ほっこり白湯うどん

イ キューピー（ドレッシングを使ったぱく増しレシピ2品）



写真8 キャベツと豆腐の豚しゃぶ風サラダ



写真9 ゆで卵とチキンとはんぺんのブロッコリーあえサラダ

5 区内関連施設・関連団体との連携

(1) 地域学習センター・生涯学習センター（計14施設）

ミニコミ紙にぱく増し記事掲載、ぱく増し料理講座実施（一部）

(2) 図書館（14施設）

ぱく増し関連書籍のコーナー設置



写真10

図書館ぱく増しコーナー

(3) 住区センター

ア 専用はがき付き応募用紙配架

イ ぱく増し栄養講座（7会場：梅島、綾瀬、六木、南花畑、島根、扇、西伊興）にて栄養士がキャンペーン周知

(4) 専用はがき付き応募用紙配架施設

区民事務所（16施設）、鹿浜いきいき館、悠々会館、総合スポーツセンター等

(5) 専用はがき付き応募用紙配付団体

民生委員、友愛クラブ役員、配食サービス事業者

（14店 配付数2,630部）

6 普及啓発品を活用した「てぬぐい体操」の開発及び周知

(1) あだちPOSネットワーク（※）と連携し、普及啓発品である「てぬぐい」を活用した筋肉維持つながらる「てぬぐい体操」の周知用チラシを別紙2の通り作成した。「ぱく増し」の食生活と組み合わせることで筋肉維持の相乗効果を期待する。

(2) ホウカツの実態把握訪問や通いの場（住区センター等）で実施している講座等で「てぬぐい体操」の活用・周知を行っていく。

(3) 令和7年度中に「てぬぐい体操」の動画を作成し周知拡大を図る。

※ あだちPOSネットワークとは、理学療法士（PT）、作業療法士（OT）、言語聴覚士（ST）の有志の団体

65歳からは肉も魚も食べよう!

(キャンペーンは、令和7年3月31日時点で65歳以上の方が対象です。)

アンケートに答えて

たんぱく増し

商品を手当てよう!



応募期間は
令和7年3月13日(木)
まで!



区内ホウカツ
に持参すれば
切手不要!
郵送の場合は
85円切手を
貼ってください。

1 2 0 8 5 1 0

足立区中央本町1-17-1

足立区福祉部
高齢者地域包括ケア推進課
高齢者栄養施策推進担当 行

応募締切日 令和7年3月13日(木)消印有効

住所	〒
フリガナ	
氏名	(年齢)
性別 (いずれかに○)	男 女 どちらでもない 答えたくない
電話番号	
希望する商品 (いずれかに○)	1 すき焼き用肉(2~3人前)【冷凍】..... 5名様 2 ホタテ1kg【冷凍】..... 5名様 3 ハム・ソーセージセット【冷蔵】..... 5名様 4 バウムクーヘン..... 5名様 5 配食お弁当5食無料券..... 10名様 6 まるごと大豆飲料とレトルトカレーのセット... 20名様

商品の発送のため、個人情報をお知らせください。個人情報は当選者への発送以外には使用しません。応募には、裏面のアンケートに答えていただく必要があります。【裏面へ】

ホ・区施・ス・配・他

抽選で総勢50名様に
ぱく増しできる商品をプレゼント♪

<p>1 5名様</p> <p>すき焼き用肉 (2~3人前) 太田商店(南花畑2丁目)</p>	<p>2 5名様</p> <p>足立市場 セレクト ホタテ1kg</p>	<p>3 5名様</p> <p>ハム・ ソーセージセット 芳味(興野2丁目)</p>
<p>4 5名様</p> <p>バウムクーヘン 島田屋製菓 (南花畑2丁目)</p>	<p>5 10名様</p> <p>配食お弁当 5食無料券★ 「あだち配食サービス 協力店」提供</p>	<p>6 20名様</p> <p>まるごと大豆飲料と レトルトカレーのセット 大塚食品株式会社提供</p>

★5の配食のお弁当は、お住まいの地域に配達できる協力店から5食分お選びいただけます。
※写真はイメージであり、実際の発送商品と異なる場合があります。

対象 区内在住の65歳以上の方

応募方法 ①、②のいずれか

- 左記のはがきの表面に住所、氏名、性別、電話番号、裏面のアンケートを記入し、区内ホウカツ(地域包括支援センター)にご持参いただくか、85円切手を貼って郵送
- 二次元コードから区ホームページ専用フォームに必要事項を入力

- 当選者への商品発送は令和7年3月末を予定しています。
- 応募はお一人様1回限り有効です。
 - 当選者の発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。



詳細はこちら▲

ぱく増しとは?
裏面へ→

たんぱく増しは高齢者の味方!

65歳からのたんぱく増し生活 ～肉も魚も食べよう～



足立区では、65歳以上の高齢者が体重や筋肉を維持して元気に過ごせるよう、たんぱく質を多く含む食品を普段の食事に増してとること、名づけて「ぱく増し」事業を令和5年から始めました!

たんぱく質が多い食品とは?



たまご
とうふ

(出典)
ヘルスプランニング・あいち
「手ばかり栄養法」より

※医師より食事の指示がある方は、医師の指示を優先してください。

地域包括支援センター などで、リーフレット配布中!

リーフレットや
レシピはコチラ▶



プレゼント品から知っ得!



肉でぱく増し!

豚肉 やとり肉 も、もちろんOK!
肉加工品「ハム」や「ソーセージ」でも
ぱく増し!

魚介でぱく増し!

魚介類全般、ぱく増し!
刺身 や缶詰 もOKです



大豆製品でぱく増し!

豆乳、豆腐、納豆、大豆水煮で
手軽にぱく増し!



おやつでぱく増し!

卵 たっぷりのバウムクーヘン、カステラ、
プリンや乳製品 がおすすめ!



応募
しよう!



足立区高齢者地域包括ケア推進課
高齢者栄養施策推進担当

電話 03-3880-5097

足立区 ぱく増しアンケート

あてはまるものに○をしてください。

①あなたは、「ぱく増し」事業を知っていますか

1. 内容まで知っている
2. 詳しくは知らないが、言葉は聞いたことがある
3. 知らない(初めて聞いた)

②あなたは、たんぱく質が多い食品(肉・魚・卵・大豆製品等のうち1種類以上)をどのくらいの頻度で食べていますか

1. 毎食(1日3回)
2. 1日2回位
3. 1日1回位
4. 週に数回
5. ほとんど食べない

②の回答において、2～5に○がついた方にお聞きします

③たんぱく質が多い食品を、毎食(1日3回)食べていない理由に○をしてください(複数回答可)

1. 食料品価格が高い
2. 料理方法がわからない
3. 食事を毎食(1日3回)食べる習慣がない
4. 歳をとったら肉や魚をそんなに食べる必要はないと思っていた
5. 太りたくない
6. たんぱく質を意識したことがなかった
7. その他

アンケートは以上です。ありがとうございました。
応募はお一人様1回限り有効です。

使っていなかった**筋肉**にスイッチオン!

まずは10回ずつ
やってみましょう!

てぬぐい体操

からだの様々な筋肉に働きかける「てぬぐい体操」を5種類提案します。



1 てぬぐいしぼり 普段あまり使わない薬指と小指でにぎると握力がぐんとアップ!

座って

① てぬぐいを薬指と小指でにぎる

② しぼりながらひじをのばす

2 リフトアップ(うでバンザイ) 腕は弧を描くように伸ばしながら上に上げると効果アップ!

座って

① てぬぐいを持った手を、ひざより前に伸ばす

② 遠くにゆっくり上げる

③ 上まで上げる

3 そともも筋トレ てぬぐいを上に引っ張り上げ、太ももに負荷をかける

座って

① てぬぐいを両太ももの下に通す

② てぬぐいの両端を持ち、軽く上に引き上げる

③ 太ももは、横に開くように力を入れる

座ってやっても
もちろんOK



4 オールこぎ

お腹まわりの筋肉に働きかけ、細くする効果も期待できる!

立って

① てぬぐいを肩幅より
少し広く持つ



② 舟のオールを
S字に漕ぐように



③ 腕を大きく動かす



④ 反対側も



⑤ ゆっくり大きく



⑥ 繰り返し



5 スクワット

てぬぐいを持つ位置は、ひざを曲げて痛くなる手前の部分に!

立って

① 片手を伸ばし
手ぬぐいの上部を持つ



② てぬぐいが床につくまで
ひざを曲げる



横から
つま先よりひざが前に
出すぎないように意識する



たん
体操 **+** ぱく増し^{*}で
効果倍増!

やきとり温玉丼 メニュー紹介

【材料】

- やきとり缶 1缶(75g)
- 冷凍ほうれん草 100g
- 温泉卵 1個
- ごはん 茶碗1杯(130g)

- ① 冷凍ほうれん草は耐熱容器に入れ、電子レンジ500ワットで1分加熱する。
- ② 器にごはん、①のほうれん草、やきとりをのせ、ラップをして電子レンジ500ワットで1分加熱。中央にくぼみを作り、温泉卵をのせる。

*足立区では、65歳以上の高齢者が体重や筋肉を維持して元気に過ごせるよう、たんぱく質を普段の食事に増してとる「ぱく増し」を推進。

足立区 高齢者地域包括ケア推進課 ☎03-3880-5097



ぱく増し

厚生委員会情報連絡

令和7年4月15日

件名	令和6年度「食べてフレイル予防」事業の実施結果について																								
所管部課	福祉部 高齢者施策推進室 高齢者地域包括ケア推進課 区民部 高齢医療・年金課、国民健康保険課 衛生部 データヘルス推進課																								
内容	<p>高齢者の保健事業と介護予防を一体的に実施する国の事業において、足立区が行うフレイル^{*1}予防事業「食べてフレイル予防」による支援実績について、以下のとおり報告する。</p> <p>1 国が求めている事業の目的及び内容</p> <p>(1) 目的 高齢者の保健事業と介護予防について区として健診結果、医療情報、介護情報を繋いで一体的に行い、課題解決に向けた取組みを関係所管が共有及び連携し切れ目なく実施することで、高齢者の健康寿命の延伸と生活の質の向上を図る。</p> <p>(2) 実施内容 ア KDB^{*2}システムから健康課題等の分析を行う。 イ 集団支援（ポピュレーションアプローチ） ウ 個別支援（ハイリスクアプローチ）</p> <p>2 事業内容</p> <p>(1) 低栄養^{*3}予防を中心としたフレイル予防事業を集団支援と個別支援の両面から実施 (2) 集団支援 ア 筋力維持・低栄養予防の栄養講座、運動講座、測定の実施結果</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 10px;"> <thead> <tr> <th style="width: 5%;"></th> <th style="width: 65%;">講座名・会場</th> <th style="width: 15%;">回数</th> <th style="width: 15%;">参加人数</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3" style="text-align: center; vertical-align: middle;">栄養講座</td> <td>ぱく増し栄養講座 住区センター等 36会場(改修中除く)</td> <td style="text-align: center;">69回</td> <td style="text-align: center;">計2,043人 (延べ)</td> </tr> <tr> <td>ぱく増し栄養講座(依頼により実施) (ア)シルバー人材センター(北部・千住) (イ)デフケア・クローバー</td> <td style="text-align: center;">3回</td> <td style="text-align: center;">191人</td> </tr> <tr> <td>ぱく増し調理実習 (共食の場実施者・立上げ検討者対象)</td> <td style="text-align: center;">1回</td> <td style="text-align: center;">20人 関係者9人</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center; vertical-align: middle;">運動講座</td> <td>リハビリのプロと学ぶ筋肉維持講座 住区センター6会場</td> <td style="text-align: center;">6回</td> <td style="text-align: center;">233人</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center; vertical-align: middle;">測定</td> <td>筋肉上げマッスル測定会 (体重・骨格筋量・握力の定期測定) 住区センター等 36会場(改修中除く)</td> <td style="text-align: center;">各会場 定期開催 (毎月)</td> <td style="text-align: center;">816人 (男性 57人 女性 759人)</td> </tr> </tbody> </table>				講座名・会場	回数	参加人数	栄養講座	ぱく増し栄養講座 住区センター等 36会場(改修中除く)	69回	計2,043人 (延べ)	ぱく増し栄養講座(依頼により実施) (ア)シルバー人材センター(北部・千住) (イ)デフケア・クローバー	3回	191人	ぱく増し調理実習 (共食の場実施者・立上げ検討者対象)	1回	20人 関係者9人	運動講座	リハビリのプロと学ぶ筋肉維持講座 住区センター6会場	6回	233人	測定	筋肉上げマッスル測定会 (体重・骨格筋量・握力の定期測定) 住区センター等 36会場(改修中除く)	各会場 定期開催 (毎月)	816人 (男性 57人 女性 759人)
	講座名・会場	回数	参加人数																						
栄養講座	ぱく増し栄養講座 住区センター等 36会場(改修中除く)	69回	計2,043人 (延べ)																						
	ぱく増し栄養講座(依頼により実施) (ア)シルバー人材センター(北部・千住) (イ)デフケア・クローバー	3回	191人																						
	ぱく増し調理実習 (共食の場実施者・立上げ検討者対象)	1回	20人 関係者9人																						
運動講座	リハビリのプロと学ぶ筋肉維持講座 住区センター6会場	6回	233人																						
測定	筋肉上げマッスル測定会 (体重・骨格筋量・握力の定期測定) 住区センター等 36会場(改修中除く)	各会場 定期開催 (毎月)	816人 (男性 57人 女性 759人)																						

- イ 栄養講座アンケート結果 回答数 1, 897人
 - (ア) フレイル予防活動（運動、栄養・口腔、社会参加）の実践割合72%
【R5:67%（5ポイント増）】
 - (イ) たんぱく質を多く含む食品（肉、魚、卵、大豆製品）の摂取
毎食（1日3回）摂る人の割合39%【R5:37%（2ポイント増）】
 - (ウ) 講座理解 講座がわかりやすいと回答88%【R5:88%（変化なし）】
 - (エ) 実践意欲 実演料理を家で作ってみたいと回答91%【R5:93%（2ポイント減）】

ウ 支援から見てきたこと

- (ア) 簡単な調理実演を盛り込み、食材の一部である缶詰（魚の缶詰等）を食教材（おみやげ）としてお持ち帰りいただいた。講座理解度、実践意欲（実演料理を家で作ってみたい）の割合がどちらも9割前後と高くなっている。
- (イ) 「リハビリのプロと学ぶ筋肉維持講座」では、測定的重要性を理学療法士・作業療法士の方が説明。また、「てぬぐい体操」を用いた筋肉維持方法を実践し大変好評であった。この講座の実施を増やし、測定意欲向上、ぱく増しとの筋肉維持の相乗効果を図る。

(3) 集団支援実施状況



写真1 講座の様子



写真2 実演の様子



写真3 さば和風トマト煮（味付さば(レトルト)、冷凍揚げナス・ブロッコリー使用)



写真4 調理実習の様子



写真5 リハビリのプロと学ぶ筋肉維持講座（てぬぐい体操の様子）



写真6 測定の様子

(4) 個別支援

ア 実施内容（低栄養予防による要介護への進行予防）

対象者	<p>令和5年度後期高齢者医療健診受診者42,902名中、低栄養基準のBMI^{※4}が18.5未満、かつ体重減少^{※5}があると回答した方が412名。そのうち訪問等支援の対象を年齢75～79歳（要支援要介護認定者、疾病による体重減少が想定される方を除く）、73名を抽出した。</p> <p>また、令和6年度は、男性はBMI20未満44人を試行的に拡大実施し、合わせて117名にアプローチした。</p>
-----	--

実施方法	<p>① 管理栄養士による個別訪問により体重・握力測定、食事内容等を調査した（初回訪問・2回目電話連絡・3回目訪問）。</p> <p>② 疾病、口腔機能低下等による体重減少者は必要な制度、サービスに繋がるよう支援した。</p> <p>③ 個別栄養相談支援を実施しない方に対してフレイル予防の啓発、集団支援の取り組みを案内した。</p>
実施結果	<p>① 低栄養の抽出対象者 117 名中、初回訪問栄養相談実施者 55 名 プログラム修了者 44 名（実施率 38%）</p> <p>② 修了者 44 名のうち、44 名（100%）が体重維持^{*6}及び増加達成、39 名（89%）が食や生活習慣を見直す行動変容を達成した。</p>

イ 支援から見えてきたこと

(ア) 支援修了者の傾向把握

低栄養リスク者の一部ではあるが、食傾向を把握できるようになった。家族の状況変化や孤食が体重減少のきっかけになりやすいという傾向が見られた。

(イ) 行動変容の状況

食や生活習慣を見直す等の行動を変化させた方は 89%であった。目標内容を書いたメモを渡すなど可視化し、行動変容につながりやすいようにした工夫が功を奏したと考えられる。

(ウ) 試行的実施の状況

男性は元々骨格や筋肉割合が高く、BMIが高い傾向にある。令和6年度は試行的に男性のみBMI 20未満まで拡大し実施した。筋力の衰えを感じている方が多く「筋肉」というキーワードが響き、食生活の改善や握力測定に意欲的であり、一定の成果を得ることができた。

5 令和7年度の事業内容

(1) 集団支援

ア 4会場を新たに追加【合計40会場】

新規会場：伊興、大谷田、千住河原町、湊江

イ 運動講座「リハビリのプロと学ぶ筋肉維持講座」を10会場に拡大

(2) 個別支援

ア 対象者に関し、令和6年度試行的に実施した男性の拡大抽出を本格的に実施する。

イ 猛暑の時期を避け、効率よく訪問するため、抽出を2回に分け訪問開始時期を年度当初に早められるよう調整する。

(3) スケジュール

		3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
集団支援	会場との調整	調整													
	栄養講座の実施					前期 栄養講座				後期 栄養講座					
	運動講座									運動講座(リハビリのプロと学ぶ筋肉維持)					
	測定	定期的な測定													
個別支援	対象者抽出	抽出①					抽出②								
	個別訪問支援					個別訪問 ①日程					個別訪問 ②日程				

【用語説明】

※1	フレイル	筋力や心身の機能などが低下した状態。適切な介入・支援（運動、栄養・口腔、社会参加）により維持回復が可能。
※2	KDBシステム	国保データベースシステム。「特定健診・特定保健指導」「医療（後期高齢者医療含む）」「介護保険」等の情報を活用することで、統計情報や「個人の健康に関する情報」を保険者に提供し、効率的かつ効果的な保健事業の実施をサポートするシステム
※3	低栄養	厚生労働省の基準（栄養改善マニュアル）により、BMI、体重減少、血清アルブミン値、食事摂取量等の複数の基準から判定する。血清アルブミン値は令和5年度から健診項目に追加されており、今後対象者抽出要件に加えるか検討中である。現時点では、BMIが18.5未満かつ体重減少（6か月に2～3kg）がある方を低栄養と定義している。
※4	BMI	身長と体重から肥満度を示す指標。BMIが22を適正体重（標準体重）とし、統計的に最も病気になりにくい体重とされている。18.5未満を低体重と分類（出典：肥満症診療ガイドライン） BMI = 体重 kg ÷ (身長 m) ²
※5	体重減少	6か月間に2～3kg（概ね体重の5%）の体重減少があることを基準としている。
※6	体重維持	体重の変化をマイナス1kg以上、プラス1kg未満（-1kg ≤ 体重 < +1kg）を体重維持としている。

厚生委員会情報連絡

令和7年4月15日

件名	高齢者公衆浴場入浴事業における令和8年度以降の入浴証の送付希望の確認について
所管部課名	福祉部 高齢者施策推進室 高齢者地域包括ケア推進課
内容	<p>高齢者公衆浴場入浴事業のより効果的な実施のため、令和8年度以降の入浴証（「ゆ〜ゆ〜湯」入浴証）の送付希望確認について、以下のとおり実施する。</p> <p>1 送付希望の確認方法</p> <p>令和7年度の入浴証の送付時に、返信用ハガキ（別紙）を同封し、入浴証の対象者に送付する。</p> <p>令和8年度以降の入浴証の送付を希望する方は、以下のいずれかの申込手続きを行う。</p> <p>(1) ハガキの返信での回答</p> <p>対象者の番号をハガキに印字しており、手続きには住所氏名などの個人情報を含む一切の記載は不要</p> <p>※ なお、令和6年度の利用回数を尋ねる任意のアンケートあり</p> <p>(2) ハガキに記載された二次元コードからの回答</p> <p>対象者の番号に紐づいた個人専用の申込みページに遷移するため、ハガキと同様に個人情報などの入力やチェックボックスの選択などを不要とした簡単な手続きとなっている。</p> <p>※ なお、令和6年度の利用回数を尋ねる任意のアンケートあり。</p> <p>手続きを行った方に、令和8年度以降、入浴証を送付する。</p> <p>2 スケジュール</p> <p>発 送 : 令和7年 4月18日 (金) (約 85,000 名)</p> <p>回答締切: 令和7年11月28日 (金)</p> <p>※ 発送については、あだち広報4月10日号に掲載済み。</p> <p>※ 返送を忘れた、気が変わったなどの原因により、締切までに手続を取らなかった方については、別途区に希望する旨のご連絡をいただいで、入浴証を送付する。</p> <p>3 問合せ先について</p> <p>区民の皆様からのお手続きについてのお問い合わせは、「お問い合わせコールあだち」（03-3880-0039 午前8時～午後8時）により対応する。</p> <p>4 今後の方針</p> <p>今回の確認については、ハガキの作成、回答の集計等に係る業務委託や返信に係る郵送料について、令和7年度予算に約1,100万円を新たに計上しており、回答率や回答の傾向などを踏まえて、令和8年度以降の送付希望確認の方法について、引き続き検討していく。</p>

ゆ〜ゆ〜湯入浴証送付希望ハガキ（縦 148 mm×横 105 mm）

表面（原寸大）

【区からのお知らせ】

令和8年度ゆ〜ゆ〜湯入浴証申込受付

令和8年度以降のゆ〜ゆ〜湯入浴証を希望する方はこのハガキを投函するか、下記二次元コードよりお手続きをお願いします。

※ 今回、お手続きがない場合は、令和8年度以降、入浴証を送付いたしません。入浴証が不要の方は、手続不要です。

期限：令和7年11月28日（金）

私は、令和8年度以降のゆ〜ゆ〜湯入浴証の送付を希望します。



▲入浴証希望用ページはこちら

【アンケート】

令和6年度の入浴証の利用回数について、ご回答をお願いいたします。なお、今回初めて入浴証が届いた方は回答不要です。

1 利用した （ 回） 2 利用しなかった

お問合せ先：03-3880-0039
（お問い合わせコールあだち 午前8時～午後8時）

1 2 3 4 5 6 7

赤字で印字

送付希望を受け付けるインターネットページにアクセスできる二次元コードを設置。

個人の対象者番号と紐づけをしたページにし、手続きを短く、誤りのないようにする。

対象者番号を数字もしくはバーコードで加える。

裏面（原寸大）

後納受取人払いの表示をする。

1	2	0	8	7	1	0
---	---	---	---	---	---	---

（受取人）
足立区中央本町1-17-1

足立区高齢者地域包括ケア推進課
在宅支援係

切手を貼らずにポストへ
投函してください



足立区 行



厚生委員会情報連絡

令和7年4月15日

件名	介護予防・認知症予防普及啓発「人生カッコよく！はつらつ講演会」について
所管部課	福祉部 高齢者施策推進室 高齢者地域包括ケア推進課
内容	<p>令和7年度より開始する「あだち脳活ラボ」を周知し、介護予防・認知症予防の普及啓発を推進するため、以下のとおり講演会を実施したので報告する。</p> <p>1 講演会の目的 運動、栄養、脳トレ等様々な取り組みを複合的に実施することが介護予防・認知症予防に効果があり、その重要性を区民に伝える。</p> <p>2 日時・場所 令和7年3月20日（木・祝）午前10時から12時 足立区生涯学習センター 講堂</p> <p>3 参加人数 138人（募集人数150人）</p> <p>4 申込期間 令和7年2月12日から2月28日 足立区コールセンター及び足立区オンライン申請システムにて受付</p> <p>5 講師 山本 學さん（俳優、認知症本人） 朝田 隆医師（一般社団法人MCI リング代表、山本學さんの主治医）</p> <p>6 内容 （1）山本學さん、朝田隆医師による対談 （2）朝田隆医師による講演 （3）脳トレや運動の実技（一般社団法人MCI リング職員） （4）複合介入型はつらつ高齢者促進事業の紹介（区職員）</p> <p>7 周知方法 （1）あだち広報2月10日号 （2）地域包括支援センター、地域学習センター、住区センター等へ別添チラシ配布済</p> <p>8 「あだち脳活ラボ」登録会（講演会終了後、登録希望者対象） 講演会終了後、登録希望のあった21人に実施した。</p> <p>9 アーカイブ配信 令和7年4月1日から令和8年3月31日まで 講演会内容全て配信します。</p>

厚生委員会情報連絡

令和7年4月15日

件名	令和6年度 医療介護連携推進事業の実施結果について																																												
所管部課名	福祉部 高齢者施策推進室 医療介護連携課																																												
内容	<p>在宅医療と介護を一体的に提供するための医療介護連携推進事業について、令和6年度から在宅療養区民啓発講座及びMC S操作研修会を新たに追加したため、実施結果を報告する。</p> <p>1 医療介護連携研修【継続】</p> <p>(1) 団体別参加者（医療介護スキルアップ研修・多職種連携研修会）</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>団体名</th> <th>参加人数</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>足立区医師会</td> <td>54</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>東京都足立区歯科医師会</td> <td>11</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>足立区薬剤師会</td> <td>97</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>東京都柔道整復師会足立支部</td> <td>17</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>足立区介護サービス事業者連絡協議会</td> <td>208</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>あだちPOS※ネットワーク</td> <td>28</td> </tr> <tr> <td>7</td> <td>東京都栄養士会足立支部</td> <td>23</td> </tr> <tr> <td>8</td> <td>足立区多機能サービス連絡会</td> <td>7</td> </tr> <tr> <td>9</td> <td>地域包括支援センター</td> <td>203</td> </tr> <tr> <td>-</td> <td>足立区（福祉事務所 24・災害対策課 4）</td> <td>28</td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;">合計</td> <td>676</td> </tr> </tbody> </table> <p>※ POS・・・理学療法士・作業療法士・言語聴覚士</p> <p>(2) 実施結果</p> <p>ア 医療介護スキルアップ研修</p> <p>(ア) 目的</p> <p>在宅療養に関わる多職種の「医療介護現場での実践力の向上」を図ることで、在宅療養の提供体制を強化していく。</p> <p>(イ) 開催結果</p> <p>【第1回】</p> <table border="1"> <tr> <td>開催日時</td> <td>令和6年7月17日（水）19時～21時</td> </tr> <tr> <td>開催場所</td> <td>足立区役所庁舎ホール</td> </tr> <tr> <td>研修テーマ・講師</td> <td>① 「認知症の方への服薬支援」 足立区薬剤師会 霜越 千裕 氏 ② 「糖尿病と薬」 足立区薬剤師会 阿部 裕一 氏 ③ 「適正な薬剤の使用につなげるために」 足立区薬剤師会 浅見 恭史 氏</td> </tr> <tr> <td>参加者</td> <td>190名</td> </tr> </table>		団体名	参加人数	1	足立区医師会	54	2	東京都足立区歯科医師会	11	3	足立区薬剤師会	97	4	東京都柔道整復師会足立支部	17	5	足立区介護サービス事業者連絡協議会	208	6	あだちPOS※ネットワーク	28	7	東京都栄養士会足立支部	23	8	足立区多機能サービス連絡会	7	9	地域包括支援センター	203	-	足立区（福祉事務所 24・災害対策課 4）	28	合計		676	開催日時	令和6年7月17日（水）19時～21時	開催場所	足立区役所庁舎ホール	研修テーマ・講師	① 「認知症の方への服薬支援」 足立区薬剤師会 霜越 千裕 氏 ② 「糖尿病と薬」 足立区薬剤師会 阿部 裕一 氏 ③ 「適正な薬剤の使用につなげるために」 足立区薬剤師会 浅見 恭史 氏	参加者	190名
		団体名	参加人数																																										
	1	足立区医師会	54																																										
	2	東京都足立区歯科医師会	11																																										
	3	足立区薬剤師会	97																																										
	4	東京都柔道整復師会足立支部	17																																										
	5	足立区介護サービス事業者連絡協議会	208																																										
	6	あだちPOS※ネットワーク	28																																										
	7	東京都栄養士会足立支部	23																																										
	8	足立区多機能サービス連絡会	7																																										
9	地域包括支援センター	203																																											
-	足立区（福祉事務所 24・災害対策課 4）	28																																											
合計		676																																											
開催日時	令和6年7月17日（水）19時～21時																																												
開催場所	足立区役所庁舎ホール																																												
研修テーマ・講師	① 「認知症の方への服薬支援」 足立区薬剤師会 霜越 千裕 氏 ② 「糖尿病と薬」 足立区薬剤師会 阿部 裕一 氏 ③ 「適正な薬剤の使用につなげるために」 足立区薬剤師会 浅見 恭史 氏																																												
参加者	190名																																												

【第2回】

開催日時	令和7年2月27日（木）19時～21時
開催場所	足立区役所庁舎ホール
研修テーマ・講師	① 「大切なひとに自分の思いを伝える」 アドバンス・ケア・プランニングについて 一般社団法人エンドオブライフ・ケア協会 主任介護支援専門員 千葉 洋平 氏 ② シンポジウム 座長 千葉 洋平 氏 パネリスト 介護サービス事業者連絡協議会 居宅介護支援部会 内山 ちあき 氏 訪問看護部会 羽田 雅代 氏 訪問介護部会 塩谷 総吾 氏
参加者	122名

医療介護スキルアップ研修会の様子



イ 多職種連携研修会

(ア) 目的

在宅療養に関わる多職種の「顔が見え相談できる関係づくり」を進めることで、ブロック内で課題解決する連携体制を構築する。

(イ) 開催回数 区内5ブロック 各1回

(ウ) 開催結果【別紙】

多職種連携研修会の様子



ウ 多職種連携全体交流会

開催日時	令和6年12月12日（木）19時～21時
開催場所	足立区役所庁舎ホール
内容	① 令和6年度多職種連携研修各ブロック開催結果の情報共有 ② 令和6年度多職種連携研修各ブロック開催内容の検討 ③ すこやかプラザ あだち大研修室の概要説明
参加者	49名

(3) 今後の方針

- ア 医療介護スキルアップ研修会は、「すこやかプラザ あだち」の大研修室を活用し、対面とWebのハイブリッド開催を実施する。
- イ 多職種連携研修会は、各ブロック世話人会を年3回開催し、研修の企画、実施のほか、医療介護連携におけるブロックごとの課題解決に向けた検討を行っていく。

2 入退院支援相談員交流会【新規】

(1) 実施結果

ア 目的

区内地域包括ケア病棟（17病院）及び精神科入院病棟を持つ病院（6病院）の相談員交流会を開催し、病院間連携、病院と介護事業所との連携を促進する。

イ 開催結果

回数	開催日	内容	参加者
第1回	令和6年 4月26日（金）	各病院の紹介 意見交換	7病院 15名
第2回	令和6年 7月4日（木）	身寄りのない高齢 者の死亡対応 成年後見制度	18病院 28名
第3回	令和6年 10月17日（木）	ケアマネジャーの 職務について	17病院 22名
第4回	令和7年 1月30日（木）	病院の地域連携に ついて	13病院 20名
合計			55病院 85名

(2) 今後の方針

令和7年度は、在宅療養支援病院全般の相談員に対象を拡大して実施していく。

入退院支援相談員交流会の様子



3 在宅療養講座【新規】

(1) 目的

訪問型の医療や介護サービスを利用しながら「住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続ける」ための在宅療養について、区民の理解を深める。

(2) 開催結果

開催日時	令和7年1月18日(土) 14時～16時
開催場所	梅田地域学習センター
研修テーマ・講師	<p>① 「在宅療養ってなに？」 在宅療養総論の説明 講師 足立区医師会 千住中央診療所 山本 亘 氏</p> <p>② 「笑和体操」 首・肩・腰のチョコっと体操 講師 地域包括支援センター西新井 大西 健太郎 氏</p> <p>③ 「在宅療養の実際」 点滴、人工呼吸器など在宅療養支援チームの活動説明 講師 在宅総合支援センターふくろう 藪井 ひとみ 氏 あけぼの訪問看護ステーション あだち 羽田 雅代 氏</p>
参加者	50名

(3) 今後の方針

令和7年度は、区民啓発講座のほか、医療介護団体と連携して区民啓発紙を発行し、在宅療養の区民啓発を進めていく。

在宅療養講座の様子



4 MCS操作研修会【新規】

(1) 目的

MCS※を登録した医療介護関係者が、情報共有の操作方法を学ぶことで、患者・利用者の円滑なサービス提供を促進する。

※ MCS（メディカルケアステーション）とは

患者・利用者情報等を共有する医療介護関係者専用の連携ツール

(2) 開催結果

【第1回】

開催日時	令和6年6月27日（木）18時～19時
開催場所	千住西複合施設
内容	① MCSの説明 ② 活用事例共有 ふえお訪問看護ステーション 佐々木 綾菜 氏 ③ グループワーク
参加者	14名

【第2回】

開催日時	令和7年2月3日（月）18時30分～20時
開催場所	足立区役所 会議室
内容	① MCSの説明 MCS事業者 三國 皓平 氏 ② MCSの利用について ケアプロ訪問看護ステーション東京 高田 雄貴 氏 ③ 活用事例共有 介護相談処みのり 内山 ちあき 氏 ④ グループワーク
参加者	21名

(3) 今後の方針

令和7年度は年4回開催とし、習熟度別の研修会や足立区医師会と連携した細やかなフォローアップを実施することで、MCSの活用を推進していく。

5 今後の方針

医療介護関係団体と在宅療養のさらなる推進を協議するため「在宅療養推進協議会」を設置する。また、「医療と介護の連携・研修センター」「基幹地域包括支援センター」「成年後見センター」が集まる「すこやかプラザ あだち」を拠点に、患者・利用者の在宅生活を支える支援体制強化に取り組んでいく。

令和6年度 足立区多職種連携研修会実施結果

	日時	場所	参加機関・人数	研修内容	グループワークの内容	アンケート結果・ブロック内の取組
第1回 (千住ブロック)	令和6年 5月17日(金) 19時～21時	帝京科学大学 本館3階教室	・医師会(4名)・歯科医師会(0名) ・薬剤師会(7名)・地域包括(18名) ・栄養士会(1名) ・介護事業者連絡協議会(21名) ・POS(5名)・柔道整復師会(2名) ・多機能サービス連絡会(1名) ・足立区福祉事務所(7名) 合計 66名	「地域セーフティネット」講義 ・グループワーク 講師 帝京科学大学医療福祉学科 教授 山田 健司氏	① 自己紹介、名刺交換 ② 講義を聞いての感想 ③ 事例に対して、自分の職域や所属している事業所では、何ができるか	【感想・自由意見】 ・地域とつながっていること、「社会への参画」が重要である。 ・多職種の連携した支援が、人権擁護や経済活動につながっていく。 【エリア勉強会・イベント】 ・ランチMT「各職域の紹介等」 ・MCS操作研修会
第2回 (北部ブロック)	令和6年 7月26日(金) 19時～21時	こども支援センターげんき 5階研修室3	・医師会(9名)・歯科医師会(1名) ・薬剤師会(11名)・地域包括(7名) ・栄養士会(1名) ・介護事業者連絡協議会(16名) ・POS(5名)・柔道整復師会(1名) ・多機能サービス連絡会(0名) ・足立区福祉事務所(5名)・災害対策(2名) 合計 58名	「能登地震の災害派遣を基にした災害への取り組み」苑田第一病院DMAT チームから活動報告の講義・グループワーク 講師 苑田第一病院 医師 和田 浩輔氏 業務調整員 岩野 隆裕氏 看護師 内藤 律子氏	① 自己紹介、名刺交換 ② 講義を聞いての感想 ③ 震災への備えに必要なことをそれぞれの立場で考える	【感想・自由意見】 ・危機感を持ち、自分事として考える必要性が理解できた。 ・BCPを作成する上で参考になった。 【エリア勉強会・イベント】 ・ランチMT「フレイルについて」 ・介護医療院の役割等について勉強会
第3回 (中部ブロック)	令和6年 9月20日(金) 19時～21時	こども支援センターげんき 5階研修室3	・医師会(5名)・歯科医師会(1名) ・薬剤師会(14名)・地域包括(11名) ・栄養士会(3名) ・介護事業者連絡協議会(8名) ・POS(2名)・柔道整復師会(2名) ・多機能サービス連絡会(1名) ・福祉事務所(6名)・災害対策課(2名) 合計 55名	「被災者の心のケアについて」講義・グループワーク 講師 東京都立精神保健福祉センター 地域援助医長 鮎田 栄治氏	① 自己紹介 ② 講義の感想 ③ 事例の場面を想定し、どのような支援ができるか考える。 ④ 情報共有し、個人、事業所としての支援を考える	【感想・自由意見】 ・災害時の心のケアを聞いて少しでも自分にも貢献できることがあると実感した。 ・様々な職種の方が災害時には、自分の専門以外でも出来る事をしようという気持ちが分かり心強かった。 【エリア勉強会・イベント】 ・ランチMT「災害について」 ・暮らしの保健室
第4回 (東部ブロック)	令和6年 9月25日(水) 19時～21時	勤労福祉会館 2階ホール	・医師会(4名)・歯科医師会(1名) ・薬剤師会(7名)・地域包括(11名) ・栄養士会(3名) ・介護事業者連絡協議会(25名) ・POS(3名)・柔道整復師会(2名) ・多機能サービス連絡会(1名) ・福祉事務所(3名) 合計 60名	「高齢者虐待通報について」講義・グループワーク 講師 足立区社会福祉協議会 基幹地域包括 支援センター課長 山本 武史氏	① 自己紹介 ② 講義の感想 ③ 講義の内容をどのように活かすことができるか	【感想・自由意見】 ・施設勤務していると分からない話が多職種の方々と出来て貴重な経験となった。 ・皆の率直な意見が聞けて勉強になった。 東部ブロック全体がいい雰囲気と感じた。 【エリア勉強会・イベント】 ・ランチMT「各職域からの介護予防」 ・「かけはしの会」
第5回 (西部ブロック)	令和6年 10月25日(金) 19時～21時	ギャラクシテイ多目的室	・医師会(6名)・歯科医師会(0名) ・薬剤師会(14名)・地域包括(23名) ・栄養士会(1名) ・介護事業者連絡協議会(26名) ・POS(1名)・柔道整復師会(1名) ・多機能サービス連絡会(1名) ・福祉事務所(3名) 合計 76名	「多職種によるまちづくりミーティング」講義・グループワーク 「社会的処方の可能性について」 講師 足立区社会福祉協議会 基幹地域包括 支援センター課長 堀 崇樹氏	「まちづくりミーティング」 ① どんなまちに住みたいか ② どんな取り組みができるか	【感想・自由意見】 ・自由な発想で発言できとてもよかった。 ・多職種がフラットに語り合える場があることが、地域の活性化につながる事が理解できる。 【エリア勉強会・イベント】 ・6ホウカツの特徴および課題の動画作成 ・ふれあい健康まつり

5ブロック合計 **315名参加** (【参考】令和5年度322名参加)

厚生委員会情報連絡

令和7年4月15日

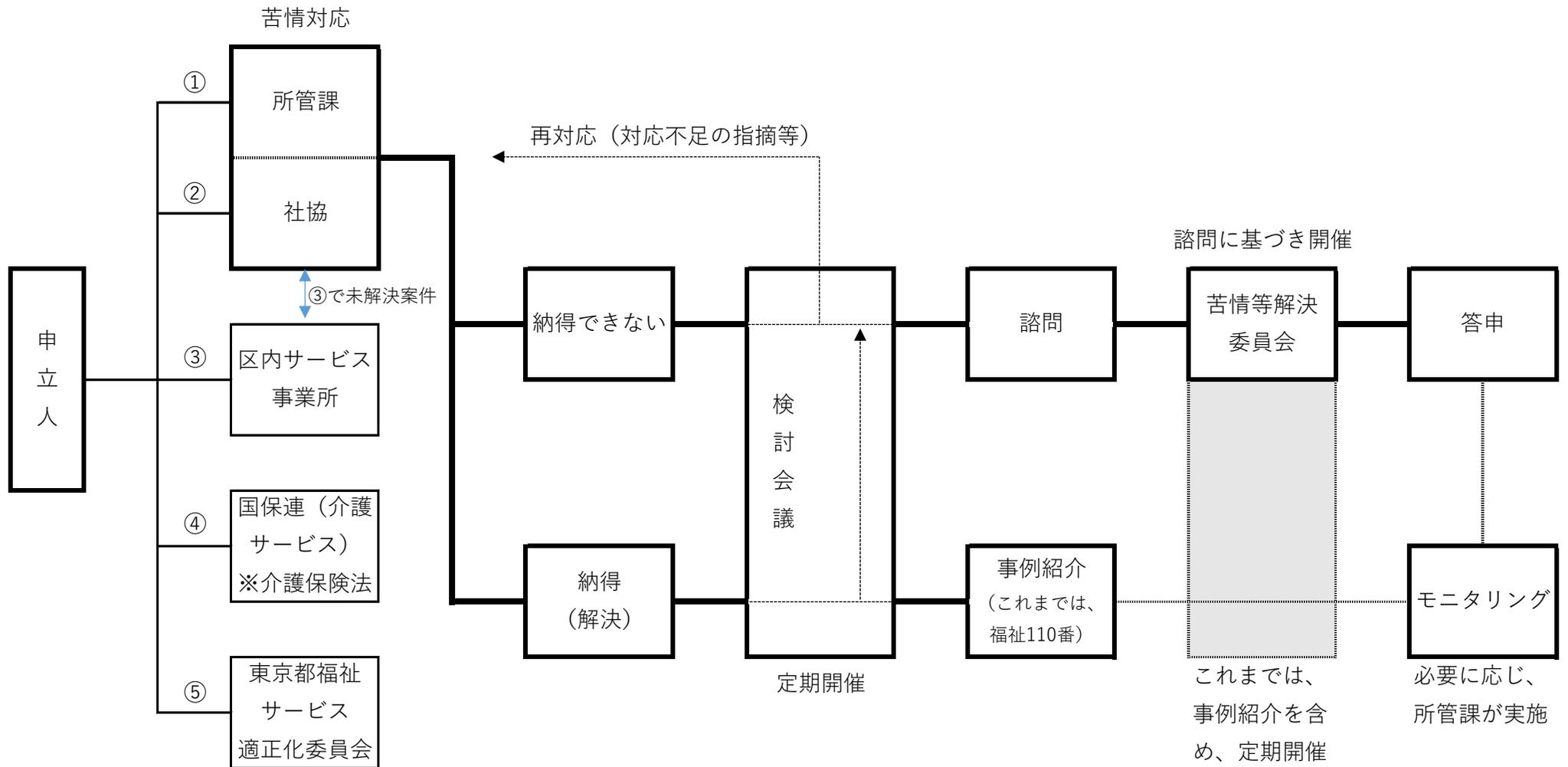
件名	足立区在宅療養推進協議会の設置について																						
所管部課	福祉部 高齢者施策推進室 医療介護連携課																						
内容	<p>令和6年度に「医療と介護の連携・研修センター運営準備委員会」を設置し、医療介護団体代表者と在宅療養推進について協議してきた。</p> <p>協議の結果、令和7年度の「すこやかプラザ あだち」への「医療と介護の連携・研修センター」開設とともに、在宅療養のさらなる推進を協議する「足立区在宅療養推進協議会」を設置し、年4回開催することとなったため、報告する。</p> <p>1 協議会の目的 医療及び介護を必要とする区民が、最期まで住み慣れた地域において自分らしい生活を送ることができるよう、在宅医療と介護を切れ目なく一体的に提供する体制の充実を図る。</p> <p>2 所掌事項</p> <p>(1) 在宅医療・介護の推進に関すること。 (2) 多職種連携の推進に関すること。 (3) その他前項の目的を達成するために必要な事項。</p> <p>3 協議事項</p> <p>(1) 多職種連携研修会及び医療介護スキルアップ研修会に関すること。 (2) MCS※の普及啓発に関すること。 ※ MCS（メディカルケアステーション）とは 医療介護関係者の情報連携ツール (3) 在宅療養の区民啓発に関すること。 (4) 医療介護関連団体が実施する研修の情報共有に関すること。 (5) 医療と介護の連携・研修センターホームページの運営に関すること。 (6) その他、在宅療養の推進に関すること。</p> <p>4 委員構成（予定） 合計23名</p> <table border="1" data-bbox="376 1680 1465 2060"> <tr> <td>足立区医師会</td> <td>4名</td> <td>あだちPOSネットワーク</td> <td>1名</td> </tr> <tr> <td>東京都足立区歯科医師会</td> <td>2名</td> <td>東京都栄養士会足立支部</td> <td>1名</td> </tr> <tr> <td>足立区薬剤師会</td> <td>1名</td> <td>足立区多機能サービス連絡会</td> <td>1名</td> </tr> <tr> <td>東京都柔道整復師会足立支部</td> <td>1名</td> <td>足立区社会福祉協議会</td> <td>1名</td> </tr> <tr> <td>足立区介護サービス事業者連絡協議会</td> <td>4名</td> <td>足立区（福祉部5名・衛生部2名）</td> <td>7名</td> </tr> </table>			足立区医師会	4名	あだちPOSネットワーク	1名	東京都足立区歯科医師会	2名	東京都栄養士会足立支部	1名	足立区薬剤師会	1名	足立区多機能サービス連絡会	1名	東京都柔道整復師会足立支部	1名	足立区社会福祉協議会	1名	足立区介護サービス事業者連絡協議会	4名	足立区（福祉部5名・衛生部2名）	7名
足立区医師会	4名	あだちPOSネットワーク	1名																				
東京都足立区歯科医師会	2名	東京都栄養士会足立支部	1名																				
足立区薬剤師会	1名	足立区多機能サービス連絡会	1名																				
東京都柔道整復師会足立支部	1名	足立区社会福祉協議会	1名																				
足立区介護サービス事業者連絡協議会	4名	足立区（福祉部5名・衛生部2名）	7名																				

厚生委員会情報連絡

令和7年4月15日

件名	「足立区福祉110番（年次報告書）」の作成方法変更について																		
所管部課名	福祉部 高齢者施策推進室 医療介護連携課 足立区社会福祉協議会																		
内容	<p>足立区福祉サービス苦情等解決委員会（※）名で毎年度作成している「足立区福祉110番（年次報告書）」の発行について次のとおり変更する。</p> <p>※ 福祉サービスに対する苦情等を公正かつ中立な立場で迅速に処理することにより、サービスと顧客満足度の一層の向上を図るために条例設置された、区長の附属機関。</p> <p>1 変更理由</p> <p>(1) 足立区福祉サービス苦情等解決委員会への諮問案件がない状況が長期間継続している（「区民の声」や事業者指導担当への直接相談により解決）。※ 別紙フロー図参照</p> <p>(2) 他22区の状況でも同様の委員会を定期的で開催しているのは1区のみであった。</p> <p>2 変更点</p> <p>(1) 令和7年度作成分から「福祉サービス110番（年次報告書）」を「福祉サービス苦情等対応事例紹介」と改め、所管課の報告書として年1回発行する。</p> <p>(2) 機能としての委員会は残し、定期的ではなく、必要に応じて開催していく。</p> <p>■ 「福祉110番（年次報告書）」の変更内容</p> <table border="1" data-bbox="391 1478 1452 2072"> <thead> <tr> <th></th> <th>現行</th> <th>変更案</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>タイトル</td> <td>福祉サービス110番(年次報告書)</td> <td>福祉サービス苦情等対応事例紹介</td> </tr> <tr> <td>発行者</td> <td>足立区福祉サービス苦情等解決委員会 (委員会の活動報告書として作成)</td> <td>医療介護連携課 (所管課、社協の苦情等対応状況の参考資料として作成)</td> </tr> <tr> <td>目的</td> <td>事業所が苦情の発生原因の理解を深め、苦情の予防や改善に努めるために役立たせる。</td> <td>変更なし</td> </tr> <tr> <td>対象案件</td> <td>委員会に報告し、意見を求めた案件の中から5～6件を抜粋</td> <td>所管課や社協が対応した案件の中から5～6件を抜粋</td> </tr> <tr> <td>内容</td> <td>相談内容、事実確認結果、原因分析、再発防止策等に加え、委員会委員からのコメントを掲載</td> <td>左記内容から、委員会委員からのコメントを除く</td> </tr> </tbody> </table>		現行	変更案	タイトル	福祉サービス110番(年次報告書)	福祉サービス苦情等対応事例紹介	発行者	足立区福祉サービス苦情等解決委員会 (委員会の活動報告書として作成)	医療介護連携課 (所管課、社協の苦情等対応状況の参考資料として作成)	目的	事業所が苦情の発生原因の理解を深め、苦情の予防や改善に努めるために役立たせる。	変更なし	対象案件	委員会に報告し、意見を求めた案件の中から5～6件を抜粋	所管課や社協が対応した案件の中から5～6件を抜粋	内容	相談内容、事実確認結果、原因分析、再発防止策等に加え、委員会委員からのコメントを掲載	左記内容から、委員会委員からのコメントを除く
	現行	変更案																	
タイトル	福祉サービス110番(年次報告書)	福祉サービス苦情等対応事例紹介																	
発行者	足立区福祉サービス苦情等解決委員会 (委員会の活動報告書として作成)	医療介護連携課 (所管課、社協の苦情等対応状況の参考資料として作成)																	
目的	事業所が苦情の発生原因の理解を深め、苦情の予防や改善に努めるために役立たせる。	変更なし																	
対象案件	委員会に報告し、意見を求めた案件の中から5～6件を抜粋	所管課や社協が対応した案件の中から5～6件を抜粋																	
内容	相談内容、事実確認結果、原因分析、再発防止策等に加え、委員会委員からのコメントを掲載	左記内容から、委員会委員からのコメントを除く																	

苦情等解決委員会 新体制の流れ（案）



③～⑤は各機関で対応し終了

< 検討会議 >

所管課の管理職、担当者が出席し、苦情案件の対応経過のチェックや情報共有を行う。

必要に応じて実施