

(5) 医療機関

医療に関しては、24 時間 365 日救急対応を行う本山町立国保嶺北中央病院や CT などの検査機器も備えた早明浦病院が立地しており、質の高い医療サービスを受けることができる。困難な症例などは高知市の総合病院等と連携して対応している。今後も地域包括ケアシステムの構築とともに、より一層の医療体制の充実を図ることが重要である。

■本山町

本山町立国保嶺北中央病院	内科・外科・整形外科・脳神経外科・泌尿器科・婦人科・皮膚科
本山町立汗見川へき地診療所	内科・外科・整形外科
辻益デンタルクリニック	歯科
日浦歯科	歯科

■土佐町

医療法人十全会 早明浦病院	内科・外科・小児科・整形外科・リハビリテーション科・精神科・眼科・耳鼻科・泌尿器科・歯科口腔外科・皮膚科
医療法人 田井医院	内科・精神科・神経内科・循環器科・小児科
西川歯科	歯科

(6) 介護予防の取り組み

① いきいきふれあいセンター（本山町）

地域の保健、医療、福祉資源はもちろん、地域住民の自主活動やボランティアと力を合わせながら、地域の高齢者や障がい者、子ども等の集う場として日中の居場所や見守り訪問・相談、配食サービスなどの役目を果たしている。

今後、介護を必要とする方々の受け皿として、「誰もが気軽に集うことができ、居心地の良い居場所」となるようセンターの充実を図ることにより、様々な役割・仕事を持ち元気にいきいきと暮らせる地域の「幸せ感」を増幅できる場所として、支える人、支えられる人等が自由に行き来する「地域福祉のプラットフォーム」を目指す。

② リハビリキッチン（本山町）

介護予防の取り組みの一環として「料理づくりを通じて地域づくり健康づくりに取り組む」をコンセプトに、各地の「ミニデイサービス」などの場で地域住民と一緒に食事を作り、楽しく食べるという取り組みを行なっている。

参加者全員と一緒に食事づくりから会食、片付けまで行うことができ、それぞれが健康に対する意識を高め、バランスの良い食事の取り方を習慣付けることによって健康と元気、そして楽しみ（参加することへの動機付け）を得ることができると期待される。

平成 28 年度からは高知 AI ラボ（株式会社 Nextremer）と提携し、人工知能(AI)を活用したりハビリキッチンの効果測定を行っている。参加者の表情や会話の頻度、活動量などを測定することで楽しさや満足度といったリハビリキッチンの有効性を把握することで、幅広い地域展開を目指している。また、今後は ICT におけるコミュニケーション機能を活用した高齢者の健康づくりを検討していく。



料理づくりを地域づくり、健康づくりにつなげる取り組み

③ あったかふれあいセンター（土佐町）

地域包括支援センターと地域の間において、既存の制度で担いきれないサービス及び住民のニーズに対応し、地域のつながりの維持、再生及び支え合い活動の拠点としての機能を充実させることを目的として、集い等における地域サポーターの養成とその活動支援などを行い、地域の主体性を高める活動を行なっている。

④ とんからりんの家（土佐町）

とんからりんの家はあったかふれあいセンターの介護予防事業の一つで、「生きがい・健康づくり」、「介護予防」、「障がい者支援」、「子育て支援」の 4 事業を展開している。スタッフの多くがボランティアで運営しており、高齢者自身が地域福祉の担い手として活躍している。

利用者は食事やおしゃべり、レクレーション、健康体操などを楽しむ。適度な運動と笑顔の絶えない時間を過ごすことで、気分の落ち込みを抑制したり転倒の危険性の減少させるなどの効果を上げている。



利用者は週1回、健康体操などを楽しみ、笑顔の絶えない時間を過ごす

「とんからりん」の名を取った「隣組」の歌詞通り、お年寄り同士が「助けられたり助けたり」する中で、健康で充実した日を送られるよう目指している。

また、「とんからりん」の隣接地では「特定非営利活動法人 法人れいほくの里どんぐり」による就労支援事業として、障がいのある人とそれを支援するスタッフとで活動するパン工房が運営されている。また、「とんからりん」（2階）の階下は図書館になっており、高齢者、障がい者、児童の交流の場として機能している。こうした多世代との交流は高齢者の精神的な自立を維持し、自己の尊厳を保つことにつながるものと考えられる。

（7）介護サービスの多様性の確保

本山町の地域密着型通所介護事業所であるデイサービス長老大学では、「高齢者が若者を支える。高齢者と共に未来を創る。」をコンセプトに「逆支援型デイサービス」というユニークな介護サービスを行っている。

「聞き書き介護」では、昔の仕事や昔の暮らしの中で培われた生活の知恵などを利用者から聞き取り記録すること、そして、そこから生まれる新しい価値を形にする「価値共創事業」に取り組んでいる。

こうした活動は、介護の現場では固定化されがちな「支援する若者」と「支援される高齢者」の関係をひっくり返し、高齢者が「人の役に立つ充実感」を楽しむことで元気になれる場づくりを目指している。これは、一般的な介護サービスを敬遠する高齢者に対してサービスの選択肢を増やすという意味でも重要な取り組みである。