



## 新型コロナウイルス感染症影響下における通いの場等の取組 及び高齢者の心身の状況に関する実態調査

# 新型コロナウイルス感染症影響化における 通いの場の活動再開・継続に係る実践事例集

令和4（2022）年3月  
株式会社日本能率協会総合研究所



## ■事例一覧



市町村	取組概要	キーワード
北海道 礼文町 (⇒P6)	・大学生のボランティア団体による口腔ケアの講話と実技研修をオンラインで開催	<ul style="list-style-type: none"> <li>・【活動の変化】オンライン開催</li> <li>・【支援内容】実施に関する相談</li> <li>・【支援内容】直接的な支援・指導等の実施</li> </ul>
福島県 いわき市 (⇒P7)	・タブレット端末を貸与、使い方講習を行ったうえでオンラインでの通いの場を開催	<ul style="list-style-type: none"> <li>・【活動の変化】オンライン開催</li> <li>・【支援内容】物的支援</li> <li>・【支援内容】直接的な支援・指導等の実施</li> </ul>
新潟県 十日町市 (⇒P8)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・活動内容を屋外で実施可能なウォーキングに変更</li> <li>・神社等にチェックポイントを設定し、ボードを設置</li> <li>・ボードにシールを貼ることでモチベーション維持</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・【活動の変化】屋外活動</li> </ul>
山梨県 北杜市 (⇒P9)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・市から通いの場へ介護予防の講師派遣</li> <li>・補助金の制限等の緩和、提出書類の簡素化</li> <li>・てつなぎキッチンカーのモデル事業</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・【支援内容】直接的な支援・指導等の実施</li> <li>・【支援内容】金銭的支援</li> <li>・【支援内容】新たなプログラムの提案・指導</li> </ul>
愛知県 豊明市 (⇒P10)	・生活支援コーディネーターによるウォーキングの企画の展開	<ul style="list-style-type: none"> <li>・【活動の変化】屋外活動</li> <li>・【支援内容】新たなプログラムの提案・指導</li> </ul>
三重県 松阪市 (⇒P11)	・レクリエーションのアレンジ法を学ぶ研修会の実施	<ul style="list-style-type: none"> <li>・【活動の変化】3密回避</li> <li>・【支援内容】感染対策に向けた説明会等の実施</li> <li>・【支援内容】新たなプログラムの提案・指導</li> </ul>
和歌山県 新宮市 (⇒P12)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・会館の近所の駐車場でグラウンドゴルフを開催</li> <li>・その後の地域活動への拡がり</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・【活動の変化】屋外活動</li> <li>・【支援内容】会場の貸与</li> <li>・【支援内容】会場の斡旋・調整</li> </ul>
愛媛県 松前町 (⇒P13)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・七夕の短冊、川柳等テーマ設定して公募</li> <li>・応募者（高齢者から子どもまで多世代）が集会所に作品を持参</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・【活動の変化】電話や郵送での活動</li> <li>・【活動の変化】訪問形式の開催</li> </ul>
長崎県 諫早市 (⇒P14)	・商店街にメッセージボードを設置	<ul style="list-style-type: none"> <li>・【活動の変化】屋外活動</li> <li>・【支援内容】会場の貸与</li> </ul>
宮崎県 宮崎市 (⇒P15)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健幸運動指導士、健幸サポートナースによる取組</li> <li>・密を避ける意味も含めて低体力者を分けた</li> <li>・屋外での実施体制への変更</li> <li>・天候対応の工夫の過程で民間との連携につながった</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・【支援内容】直接的な支援・指導等の実施</li> <li>・【支援内容】物的支援</li> <li>・【支援内容】新たなプログラムの提案・指導</li> <li>・【支援内容】会場の斡旋・調整</li> </ul>



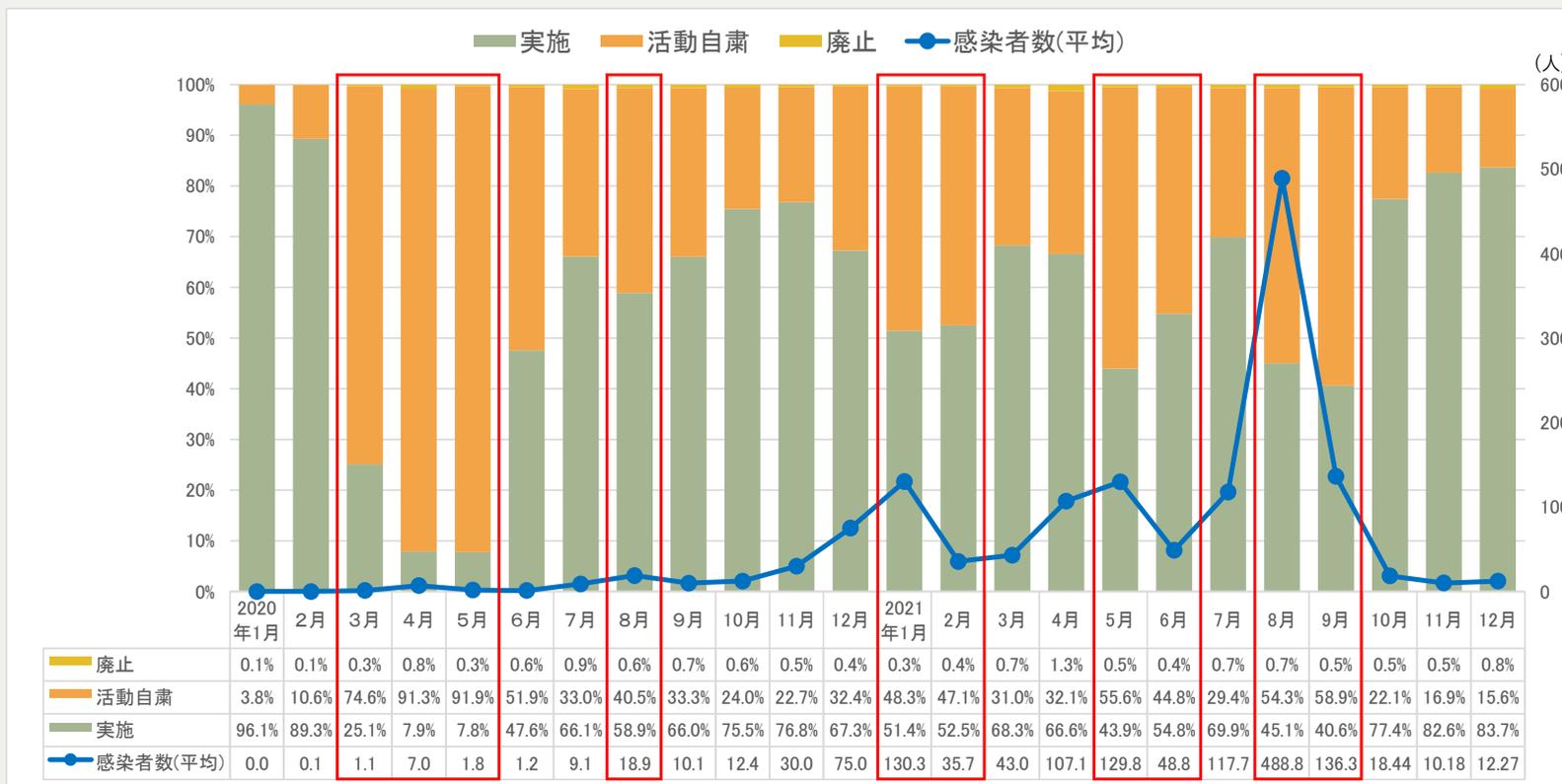
## ■ 通いの場を取り巻く状況①



### <新型コロナウイルス感染症影響下における通いの場の状況>

- 2020年3～5月、8月、2021年1～2月、5～6月、8～9月と、新型コロナウイルスの感染者数の波が大きい時期における通いの場の「活動自粛」割合が高くなる傾向があり、この点について顕著な影響がみられる。
- 市町村の平均感染者数の推移と合わせてみると、2020年11月～2021年1月にかけて感染者数が増加するに伴い「活動自粛」が増え、2021年2～3月に感染者数が減少したことで、2021年3～4月にかけて「実施」が持ち直している。その後も感染者の増減状況に合わせて、実施と自粛を繰り返している状況がうかがえる。

通いの場の実施状況（2020年1月～2021年12月）



## ■ 通いの場を取り巻く状況②

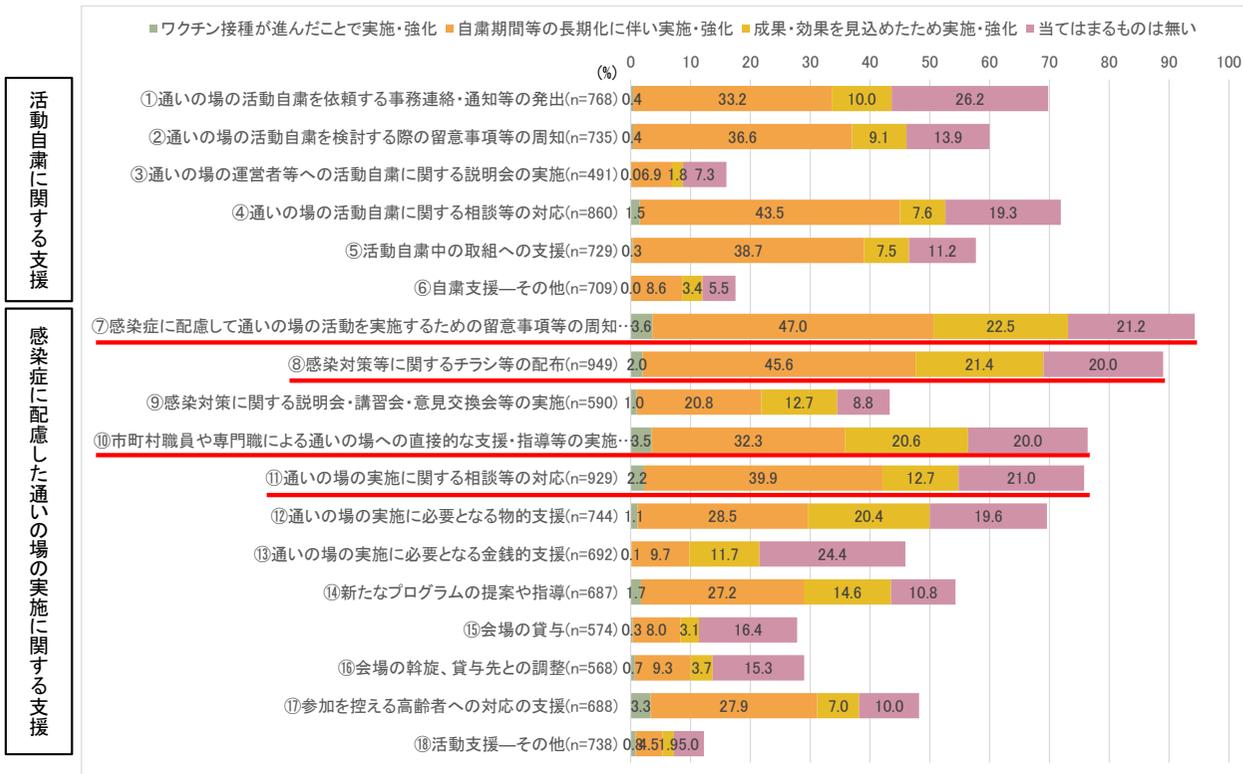


### < 新型コロナウイルス感染症影響下における通いの場の状況 >

○通いの場の実施に関する支援の取組として「感染症に配慮して通いの場の活動を実施するための留意事項等の周知」、「感染対策等に関するチラシ等の配布」、「市町村職員や専門職による通いの場への直接的な支援・指導等の実施」、「通いの場の実施に関する相談等の対応」は、実施理由として「自粛期間の長期化に伴い実施・強化」、「成果・効果を見込めたため実施・強化」の割合が高い。

○通いの場の活動の変化として、「活動条件」では、「活動中のマスクの着用を求めた」が多く、「活動方法」では「屋外で実施する活動を導入した」、また「活動内容」では、「茶話会の中止・変更」、「会食の中止・変更」などが上位に挙がる。

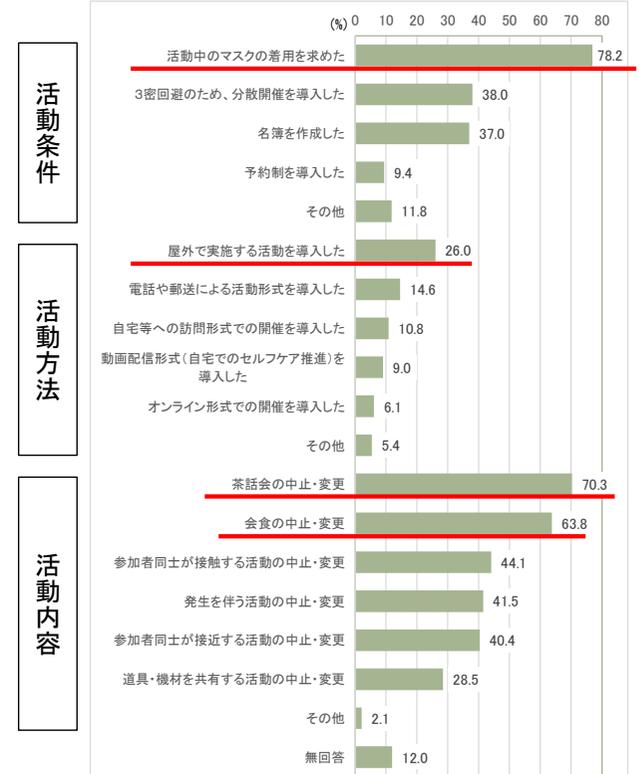
#### 通いの場の活動自粛・実施に関する市町村の支援・取組の実施理由



活動自粛に関する支援

感染症に配慮した通いの場の実施に関する支援

#### 通いの場の活動の変化点 (n=985)



活動条件

活動方法

活動内容



## ■本事例集において着目するポイント



### <本事例集において着目するポイント>

○通いの場として実施する活動の内容や手法にはさまざまな工夫が見られており、特に「屋外で実施する活動」は調査結果からも多くの通いの場で取り入れられている。一方、「オンライン形式での開催」を導入する自治体は少ないものの、新たな取組として注目がされている。

本事例集では、多様な活動内容や手法の変化について、一例を取り上げることが想定した。

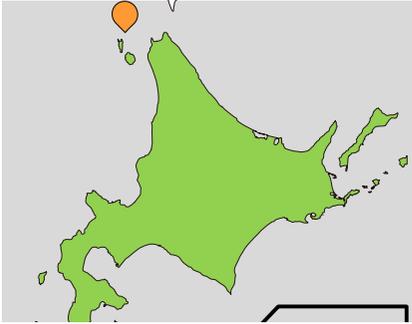
○市町村による通いの場の実施に関する支援としては、最も多いのは「感染症に配慮して通いの場の活動を実施するための留意事項等の周知」と「感染対策等に関するチラシ等の配布」であり、いずれも3/4以上の市町村で実施されている。

しかし、これら2つの支援策は間接的な支援であることから、本事例集においては、通いの場の運営者（或いは場そのもの）に対する直接的な支援の実例について取り上げることが想定した。

		北海道 礼文町	福島県 いわき市	新潟県 十日町市	山梨県 北杜市	愛知県 豊明市	三重県 松阪市	和歌山県 新宮市	愛媛県 松前町	長崎県 諫早市	宮城県 宮崎市
(活動 の 方 変 化)	屋外で実施する活動の導入			●		●		●		●	
	電話や郵送による活動形式の導入								●		
	自宅等への訪問形式での開催の導入								●		
	動画配信形式（自宅でのセルフケア推進）の導入										
	オンライン形式での開催の導入	●	●								
	その他						●				
支 援 内 容	感染対策に関する説明会・講習会・意見交換会等の実施						●				
	市町村職員や専門職による通いの場への直接的な支援・指導等の実施	●	●		●						●
	通いの場の実施に関する相談等の対応										
	通いの場の実施に必要なとなる物的支援		●								●
	通いの場の実施に必要なとなる金銭的支援				●						
	新たなプログラムの提案や指導				●	●	●				●
	会場の貸与							●		●	
会場の斡旋、貸与先との調整							●			●	



## 北海道 礼文町 看護学科学生によるオンライン健康講話の取組



## POINT

- 大学生のボランティア団体主導の取組
- コロナ禍における活動・研修の方法として遠隔で特養利用者、職員を対象に講話と口腔ケアの実技指導を実施
- 高齢者と大学生の多世代交流にもつながった

Data (2021年4月1日時点)

人口:	2,379人
高齢者人口:	899人
高齢化率:	37.8%
第8期介護保険料 基準額(月額):	5,000円

## 概要

## 【実施の背景】

札幌市立大学看護部ボランティア同好会が、コロナ禍におけるボランティア・研修の形を模索していた。同ボランティア同好会顧問（札幌市立大学准教授）と地域包括支援センター担当者が知り合いであったため、相談を受け、礼文島唯一の特別養護老人ホーム礼宝園を舞台としたオンライン健康講話を検討することになった。

## 【対応策】

札幌市立大学看護学部ボランティア同好会actと礼文町の共催で、Zoomを活用した健康講話「おいしく食べるためのお口のお手入れと健口体操」を開催。



↑ 学生挨拶、高齢者と会話

資料と講話をもとに実技指導→

## ◆ オンライン健康講話

## 「おいしく食べるためのお口のお手入れと健口体操」

特養利用者・職員向けの口腔ケアの講話と実技研修。

## 目的●

- ① 「高齢者が口腔ケアの必要性を理解し、適切な口腔ケアを行えるようになる。
- ② 施設職員が適切な口腔ケアを学ぶことができる。
- ③ 口腔ケアを行うことで予防できる病気（誤嚥性肺炎、認知症、脳卒中等）があることを知ってもらう。

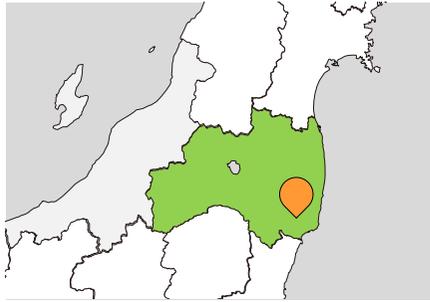
参加者●参加者は25名（利用者8（通所7、入所1）、礼宝園スタッフ12、大学3（顧問含む）、包地域包括支援センター2）

講師●大学生が講師となり健康講話を実施。口腔ケアに関する実技も実施。傍らで特養スタッフが補足説明を行う。

## 効果・実績等

- 実施から1か月後に施設スタッフへ確認すると、以前より普段のケアの中で口腔内清潔を意識するようになっていたとの報告が得られた。
- 普段このような機会に触れることのない高齢者はもちろん、スタッフにとっても口腔ケアを見直す機会になっている。
- 講演や実技において、高齢者の傍らでスタッフが説明することにより、オンラインでもスムーズに理解を深めることができた。
- 施設入所高齢者は長らく家族と面会もできていないことから、画面越しの学生との会話を孫やひ孫のようだと喜ばれた。

## 福島県いわき市 タブレット端末を貸与オンラインでのシルバーリハビリ体操



## POINT

- タブレット端末を活用することにより自宅においても介護予防の活動や地域とつながることが可能
- プログラム初回にタブレットの使い方研修を実施。その後も電話や訪問による万全のサポート体制を敷いた

Data (2021年4月1日時点)

人口:	316,611人
高齢者人口:	98,729人
高齢化率:	31.2%
第8期介護保険料 基準額(月額):	6,200円

## 概要

## 【実施の背景・課題】

平成29年度からいわき市では、高齢者を主とした地域住民の集まる場を「つどいの場」と定義し、住民主体の団体が市内の公民館や集会所等において介護予防に関する知識取得や体操、その他の活動を行ってきた。

新型コロナウイルス感染症の拡大後は国が示す新しい生活様式に沿った活動を実施しているが、「3密対策」の十分な対応が取れない等の理由から活動を休止している団体が見受けられ、さらに今後の感染状況によっては、多くの団体が活動休止となる懸念があった。感染症や熱中症に対する不安から、定期的に会場に集まることができないなどの悩みを解消するため、市ではつどいの場の参加者が、自宅で集まることができるオンラインつどいの場「おうちでつながる会」を開催した。

## 【対応策】

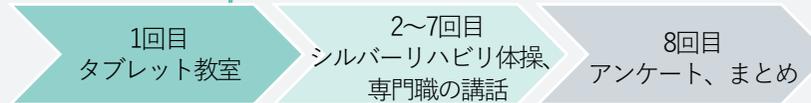
## ◆オンラインつどいの場「おうちでつながる会」

実施期間の2か月間、タブレット端末(1人1台)を貸し出し、オンラインのつどいの場に参加してもらうとともに、日常生活の中でもタブレット端末を活用してもらう。

- 対象者 ● 市内つどいの場の団体の参加者で65歳以上の方  
 開催 ● 週1回オンラインでのつどいの場を開催し、シルバーリハビリ体操や専門職による介護予防に関する講話を実施(全8回)



集合研修として事業説明及びタブレット端末の操作方法、アプリの使い方等の研修を実施。研修後参加者全員の自宅を訪問し利用に支障がないかを確認。貸与期間中の電話サポート、必要に応じて訪問等のサポート体制を整備

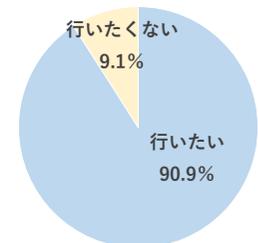


体操をZoom配信  
自宅にいながらつどいの場に参加

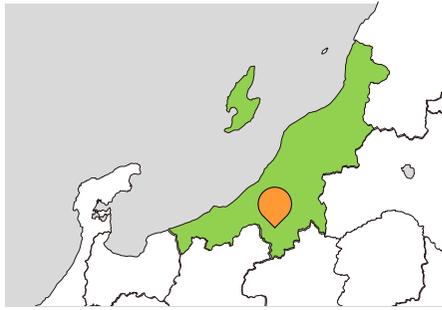
## 効果・実績等

- オンラインによるつどいの場、プログラムの評価、サポート体制の評価は高く、今後のオンラインでのつどいの場の継続意向も高かった。
- 「端末を使用することで、便利だ」と感じた方が多かった。また、使用前は難しいと思っていた参加者も使ってみると便利という評価になった。

<今後のオンラインでの集いの場の参加意向>



## 新潟県十日町市 ウォーキング歩行距離で旅行気分を味わう取組



## POINT

- 通いの場の活動を密を避けて屋外の活動（散歩）に変更
- シールの枚数により総歩行距離を算出し、温泉地をめざす
- 景品提供によりモチベーションアップにつなげた

Data（2021年4月1日時点）

人口：	50,723人
高齢者人口：	20,201人
高齢化率：	39.8%
第8期介護保険料 基準額(月額)：	6,000円

## 概要

## 【実施の背景・課題】

川西地域原田集落周辺の高齢者の会「なでしこの会」は、孤独にならないように高齢者が気楽に集まって話し合う場として設立された。毎月1回集まってお茶会を開催。年2回は昼食会、そのうち1回は温泉で入浴を兼ねた昼食会を実施するほか、保健師、インストラクターによる転倒予防教室を実施していた。

しかし、新型コロナウイルス感染症予防のため、会の活動を休止することになり、昼食の折詰は各家庭に昼食時に間に合うように配布された。また、高齢者の機能低下が予想されたため、参加者の密を避けた機能低下予防が検討された。

## 【対応策】

会の代表者がメンバーに「おめさんもなでしこ散歩 ポイントぽん！」と題して散歩を呼びかけた。

集会所や神社などにシールとそれを貼るボードを設置。メンバーが散歩で通りかかった際はシールを貼る。「楽しさ」「やる気」を引き出すための仕掛けが工夫された。

シールの枚数から、参加者の総歩行距離を算出し、総距離で草津温泉をめざした。



↑ 集会場にはられたボード。



← かわいいシールがならぶ。

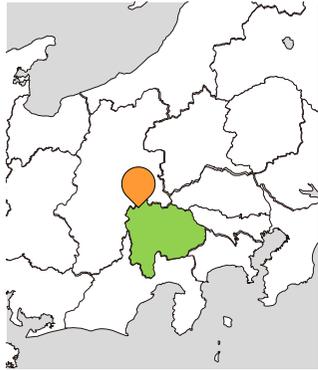
↓ かわいいシールをプレゼントしてくれた子供たち。なでしこ散歩にゲスト参加



## 効果・実績等

- 散歩の参加者は12名。集まったシールの数は約2,000枚。推定歩行総距離は270km（令和元年度）、草津温泉まで往復できる距離となったため、温泉まんじゅうを購入し、「コロナが収まったらみんなで行こう」というメッセージとともに参加者に配布した。
- 1年目は会員が喜んで参加し、励みになったが、2年目は歩行距離が減少。この要因としては、雪の影響で散歩ができず、会員が歩く力が弱くなったことや、長く続くなでしこの会の活動休止で活動への意欲が薄れたことのほか、運動するという習慣自体がなくなってしまったことなどが考えられる。

## 山梨県 北杜市 通いの場への講師派遣やキッチンカー派遣の取組



## POINT

- コロナ禍における通いの場運営団体の負担軽減のための支援
- 庁内連携（健康増進課）による効果・効率化
- 県とNPO法人が協力した事業の創出
- キッチンカーは、サービスを受ける側も提供する側も高齢者

Data（2021年4月1日時点）

人口：	46,463人
高齢者人口：	18,142人
高齢化率：	39.0%
第8期介護保険料 基準額(月額)：	4,600円

## 概要

## 【実施の背景・課題】

これまで北杜市は、地域づくり等のアプローチを含めた介護予防の取組として、“公民館カフェ” “コミュニティカフェ” 通いの場を中心とした一般介護予防事業を実施してきた。

新型コロナウイルス感染症蔓延のため、令和3年度に通いの場として新たに登録した14団体は活動開始を不安視、躊躇する団体も少なくない。新型コロナウイルス感染症の収束が見えない中、介護予防に高い効果をもたらす「高齢者通いの場」「居場所づくり」を運営する団体は、それぞれ自分たちができる範囲で活動の継続意向をみせていたことから、通いの場が継続的に開催できるよう主に4つの支援策を実施した。“4つの支援策”は、いずれも創意工夫しながら活動する団体の声を聞き、団体と市が一緒になって考えながら、事業展開を図っている。

## 【対応策】

①はつらっシルバーの  
つどい事業との連携

健康増進課の事業と連携し、これまで実施していた公民館へ専門講師を派遣する本事業と併せて、通いの場へも介護予防に特化した専門講師を派遣。各団体年間4回まで講師料を市が負担。

## 公民館カフェ

介護予防サポートリーダーによる公民館等を活用した、運動を中心とした通いの場。設置数：67か所、延べ850回、7500人（令和3年度見込）

## コミュニティカフェ

住民ボランティア団体等による介護予防に資するレクリエーション、健康増進活動等のための通いの場

## ②補助金交付制限等の緩和措置(3年間の制限の緩和)

## ③補助金交付申請及び実績報告書類の簡素化

住民主体型介護サービス事業運営費補助金…通いの場の設置とともに、介護予防養成研修を受講し、介護予防サポートリーダーとして公民館等を活用した運動等介護予防に資する取組を行う通いの場団体に運営費を支援

## ④てつなぎキッチンカー訪問

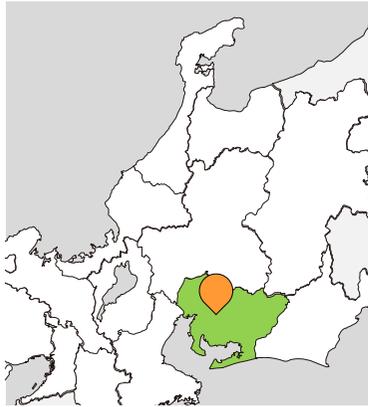
NPO法人てつなぎ北杜と連携したキッチンカーによるお茶の提供及び訪問販売。市の「地域支援交付金事業」としてモデル的に実施。



## 効果・実績等

- 交付制限の規制緩和、申請書等書類の簡素化により、コロナ禍において通いの場を継続することのハードルが下がった。
- 通いの場団体は、活動プログラムを考案・実施しているが、専門職講師派遣の事業を数回取り入れることにより、その負担が減り、運営が行いやすくなっている。
- コロナ禍でマスクを外して会話を楽しみながら飲食することができない状況ではあるものの、国や県などの感染予防マニュアルに沿って飲食を行っている団体が増加。てつなぎキッチンカーの通いの場訪問も好評で、12月に予定されている各団体の「クリスマス会」では予約が殺到で大繁盛。

## 愛知県豊明市 生活支援コーディネーターによるウォーキング企画の展開



## POINT

- 生活支援コーディネーター主導で地域住民と協力し、市内各地で展開
- 身近な地域での開催によりフレイル高齢者の参加を容易に（集合場所までも地域住民による同行支援を実施）
- 地域住民主体の活動により、住民同士、企業とのつながりが強化される

Data (2021年4月1日時点)

人口：	68,839人
高齢者人口：	17,850人
高齢化率：	25.9%
第8期介護保険料基準額(月額)：	5,675円

## 概要

## 【実施の背景・課題】

コロナ禍において、地域の高齢者の足腰の弱り、外出先がない、コミュニケーションがとりにくいといった状況がみられた。また、コロナ禍による外出自粛等により、高齢者がフレイルや認知機能の低下、要介護状態に陥ってしまう可能性に、生活支援コーディネーターが危機感を抱いていた。

## 【対応策】

生活支援コーディネーターが、密を避けて体力の維持・向上ができるウォーキングの実施を検討し、2020年6月にウォーキングの会を発足した。フレイル状態の高齢者でも参加できるよう身近な地域で実施。また継続可能なものとするために地域住民主体で開催できるよう、地域の支援者と協議を重ね、2021年4月には8地区にまで拡大した。

ウォーキング実施にあたっては、膝や腰等の負担を減らして全身運動ができるようにポールウォーキングを紹介しており、全日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員（有償ボランティア）による指導・支援を受けることができる。ウォーキングのみでなく、その時々の実情に合わせて交流会やミニ講座など内容を変更しながら実施している。

## ◆ウォーキングの会

市内8地区における月1回～毎週実施のウォーキングの会。

- 対象者 ●フレイルの高齢者から元気高齢者までを対象  
 参加者数 ●参加者数は1回あたり10人～最大50人（1地区平均17人/回）  
 活動内容 ●地区によってはウォーキング後にお茶や食事を楽しむ場も提供



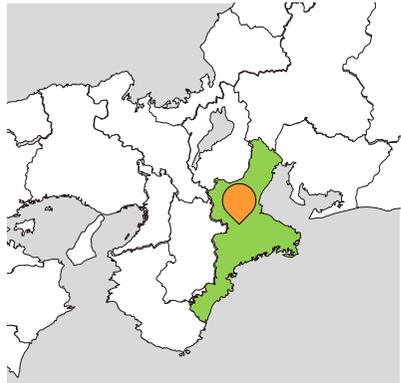
↑「ウォーキング便利」により広報を実施

## 効果・実績等

- 参加者個人の心身のフレイル予防及び体力向上、意欲向上（例：参加者個人の体力向上を感じる例としては、ゆっくりとしか歩けなかった方が普通の速さで歩けるようになった、歩ける距離が伸びた等）
- 身近な地域での通いの場づくり、地域住民同士のつながりづくり、見守り体制の強化
- 全体的に参加者数が増加
- 地区の自動車販売店が集合場所やフリードリンクを提供するなど、企業の協力も得られた



## 三重県松阪市 「まつさか元気アップリーダー」 活動支援



## POINT

- 通いの場での感染対策に関する不安の軽減
- 通いの場のリーダーに対する運営に向けたモチベーションアップにつなげるための支援
- レクリエーションのアレンジによって、触れ合わずにできる方法の習得

Data（2021年4月1日時点）

人口：	161,520人
高齢者人口：	48,355人
高齢化率：	29.9%
第8期介護保険料 基準額(月額)：	6,730円

## 概要

## 【実施の背景・課題】

松阪市では、介護予防いきいきサポーターの活躍を核に人と人のつながりから地域のつながりの再構築に拡大するような住民主体の取組、“集いの場”を支援している。各地域包括支援センターと市が協力して、介護予防いきいきサポーターと、さらに上級編の講習を受ける“まつさか元気アップリーダー”を養成し、地域の集いの場を自主運営できるよう継続的な支援を行っている。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、感染対策を徹底しながら活動継続している団体もある一方で、活動自粛や規模の縮小、内容変更等をせざるを得ない団体もみられた。

しかし、コロナ禍においても介護予防は重要なので、集いの場の開催を継続するため、感染対策等環境の支援と、リーダー等住民の皆さんが安心して運営できる支援が必要であると考えた。そこでコロナ禍でも触れ合わずにできるレクリエーションの習得や、リーダーらのモチベーション維持・向上を目的とした研修会を開催した。

## 【対応策】

例年は、リーダーが一堂に会するフォローアップ研修を行ってきたが、コロナ禍ということもあり、地域包括支援センターの圏域ごとに5回に分けて開催。基本的な感染予防対策をはじめ、コロナ禍に活用できるさまざまなレクリエーション、さらにこれまで楽しんできたレクリエーションが継続できるよう、アレンジ法を学んだ。

	日時		参加者数
第一包括	11月24日（水）	10時～12時	12人
第二包括	11月2日（火）	14時～16時	14人
第三包括	11月30日（火）	13時30分～15時30分	11人
第四包括	11月10日（水）	13時30分～15時30分	12人
第五包括	11月24日（水）	13時30分～15時30分	13人

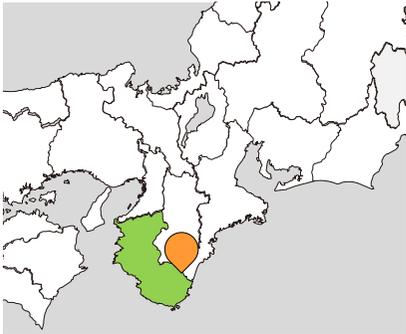
講師：三重県レクリエーション協会、中京大学特任教授

## 効果・実績等

- コロナ禍で思うようにレクリエーションができず悩んでいた集いの場リーダーが、工夫次第で、レクリエーションができることを体験し、自信・安心につながった。
- この研修をきっかけに、今まで行っていたレクリエーションも工夫をすることで、3密を避けて実施できるようになった。
- さらに、コロナ禍の運営上で困っていることなど、リーダー間で情報共有することができた。



## 和歌山県新宮市 グラウンドゴルフから地域づくりへの取組



## POINT

- コロナ禍で会館が使用できなくなったことから始まったグラウンドゴルフを機に、広角地区の地域住民が主体となり自治組織を設立
- 住民主体の地域コミュニティの構築を目指し、多世代の交流機会に結び付けた

Data (2021年4月1日時点)

人口:	27,647人
高齢者人口:	10,444人
高齢化率:	37.8%
第8期介護保険料 基準額(月額):	6,600円

## 概要

## 【実施の背景・課題】

新宮市は、平成30年度より地域づくりに向けたフォーラムを年1回開催、さらに各地域で勉強会を実施しており、当該地域の広角地区においても実施していた。広角地区の特性として高台にあること、そのため紀伊半島豪雨災害の後、若い世代の転居者が増加したことなどがあげられる。

広角会館で地域住民が卓球などを楽しんでいたが、コロナ禍により広角会館の使用が禁止となったことをきっかけに卓球を行っていた住民は広角会館の駐車場などでグラウンドゴルフを開始。

## 【対応策とその後の展開】

屋外のため、通りすがりの人などが興味を持ち、徐々にグラウンドゴルフ参加者が増えたことで駐車場では手狭になってくる。そこで参加者が、広角地区内にある市保有の空き地を参加者が探しだし、社会福祉協議会職員とともに担当課に借用を依頼。

その空き地には草が生えていたため、住民自ら空き地の草刈りを行い、グラウンドゴルフができるよう整備した。グラウンドゴルフ等に参加者が増えたことで、新たな活動への意見があがり始める。地域活動に参加する人の減少、地域行事などの担い手の不足等を打破するために、災害後に転居してきた若い世代と交流することで地域を活性化させたいとの思いから、健康、娯楽、教養を柱に活気ある広角を作り上げるため、自治組織「わがら広角」を立ち上げ、住民主体で地域づくりを行うこととなった。グラウンドゴルフや麻雀教室などのほか、若い世代との交流を目的として、「クリスマス会」を開催した。

住民で整備した空き地でのグラウンドゴルフは→  
月1回だが、一部住民(10名ほど)は毎日実施



←クリスマス会のように。  
住民約50名が参加した



## 効果・実績等

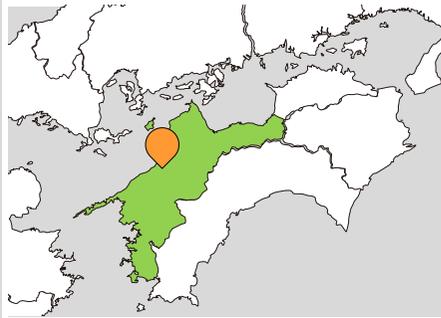
- 勉強会や座談会の参加者が、地域課題解決に向けて、災害後に転居してきた若い世代と交流することで地域を活性化させたいとの思いから、自治組織を立ち上げるに至り、住民主体で地域づくりが取り組まれている。
- 今後、グラウンドゴルフを実施している空き地などで、近年開催していない地区の運動会や盆踊り等を考えている。



“わがら”とは、地域特有のことばで「地域住民の結束・仲間意識」を表す



## 愛媛県松前町 地域住民による「見える集会所活動」の取組



## POINT

- 地域のキーパーソンがやりたいこと、アイデアを持ち寄り発案
- 季節ごとに、時節に応じた行事を展開
- 参加者は多世代、庁内では多部門の参加・協力が得られた
- 地区の商店、スーパー等が賞品提供等に協力

## Data (2021年4月1日時点)

人口：	30,491人
高齢者人口：	9,513人
高齢化率：	31.2%
第8期介護保険料 基準額(月額)：	5,400円

## 概要

## 【実施の背景・課題】

松前町では、老人会等の高齢者対象の事業とともに、地区運動会等の対象を高齢者に限らない地区の行事も継続的に行われてきた。地区行事には高齢者等の積極的な参加があり、世代間の交流機会となつてはいるものの、有機的なつながりに発展していくような形ではなかった。

コロナ禍において、令和2年度には感染拡大回避に向け公共施設の一般利用停止等の対策を講じた際に、住民主体の活動に対して自粛を求める期間があったため、活動が停滞。その中でもできることを模索したが、反対意見が多く、従来の活動はほぼできなかった。そのような状態で1年が過ぎ、「リスクマネジメント、リスクヘッジをかけた上で自分たちでできることをやろう!」という思いを持つ地区役員らが、新たな活動を進めていくこととなった。

そこで始まったのが、季節のテーマにあわせて集会所内で飾り付けを行ったり、家庭で作った作品を展示する「見える集会所活動」。季節のテーマは、地区役員有志がアイディアを出し合い、集合しなくても繋がれるような取組を思案し、試行錯誤しながら1年間実践している。

## ◆「見える集会所活動」の活動例

## 7月「七夕」

例年の夏祭りを断念したころ、七夕飾りをやってみようという声があがる。同地区内の稲荷神社が笹竹を提供し、地区役員で集会所前に設置。短冊や自作の笹飾りを地区回覧で呼びかけた。高齢者サロンが再開されており、サロン内で短冊や七夕かざりを作ってもらうほか、折り鶴なども作ってくれた。多世代の短冊や防災や防犯用語の笹飾りも登場し、多くの人が季節の風情を楽しんだ。

## 10～11月「西高柳ふれあい川柳 &amp; 俳句コンテスト」

「大人が主役に」をテーマに川柳と俳句コンテストを実施。地区回覧に投句用紙を入れ、回収用のポストを集会所に設置



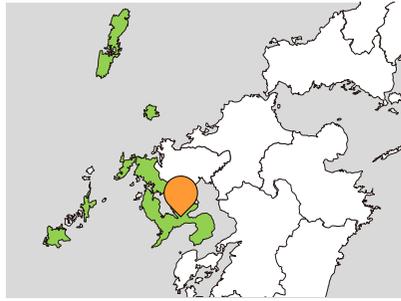
子どもからの投句はなかったが、大人は様々な年代の人が投句。参加賞と区長賞等4つの賞を設け、受賞者には地元スーパーマーケットの協力を得て、商品券を贈呈。このコンテストでは、サロン活動などに参加しないような人たちが参加でき、参加賞を地区役員が配布する際に、見守りや生活状況を確認できる様な機会にもなった。

## 効果・実績等

- 従来の型にはまらない「地域のつながり」を生み出すことができた。
- 庁内各部署が部局ごとに行っていた活動は機能していたが、それぞれの予算、人材、資源を持ち寄ることで、地域の「混ざり合い」が生まれた。
- また色々な行事を企画・実施する中で、今まで参加しなかったような人が参加したり、皆それぞれが「協力できる」形で無理なく参加してつながれる、と実感できた。
- 一つ一つの行事を経ていく中で、協力者の輪が広がっていくのを地域のキーパーソンらが実感している。



## 長崎県諫早市 商店街にメッセージボード「元気の木」設置の取組



## POINT

- コロナ禍において「集まらずとも、繋がることのできる活動」として設置
- 住民主導の活動で、住民間で役割を分担して実施
- 高齢者と子どもも含めた世代間のふれあいにもつながった

## Data (2021年4月1日時点)

人口:	135,556人
高齢者人口:	41,087人
高齢化率:	30.3%
第8期介護保険料 基準額(月額):	5,970円

## 概要

## 【実施の背景・課題】

諫早市では、市内の地域の実情に合った介護予防・生活支援の体制整備のために、18地区で第2層協議体「介護予防と生活支援の語らん場」を開催している。参加者は住民団体、医療・介護関係団体、その他地域の任意団体等で、各地域での地域課題の共有や、活動報告等が行われてきた。

新型コロナウイルス禍で老人会やサロンなどの活動が中止になる中、地域包括支援センターには自治会長や民生委員、老人クラブ等から、高齢者の体力低下や閉じこもり、物忘れの進行などを心配する声が寄せられていた。

## 【対応策】

諫早市介護予防生活支援推進会議においても、同様の課題が上がっていたため、地域包括支援センターはこの問題に対し、地域住民との協議の場として地域ケア会議を数回にわたり開催。これにより、語らん場有志が「集まらずとも、繋がることのできる活動」として発案し、住民間で役割分担して、メッセージボード「元気の木」が設置された。



## ◆メッセージボード「元気の木」

樹木がデザインされたメッセージボード。来場者が自由に書いたメッセージの紙片を花や葉に見立てて貼る。

運営主体 ● 「介護予防と生活支援の語らん場」に参加中の自治会長、民生委員、老人クラブ、諫早市中心市街地商店街協同組合連合会等の有志

設置場所 ● コロナ禍でも買い物には出かけているだろうと、当初はスーパーも併設している商店街のスペースを無償で借りて設置

## 効果・実績等

- 元気の木に寄せられたメッセージは計247件（令和3年1月末時点）。
- 高齢者が外に出るきっかけになったほか、子どもから大人まで誰でも自由に気持ちを交換できたり、コロナ禍であっても集まらずにつながることができたため、孤立化、孤独化の軽減につながった。
- 活動状況の取材を受け、新聞等に掲載されることで、活動を進めた有志者たちのモチベーションアップにつながり、活気がでた。

高齢者によるメッセージ又は高齢者への 応援メッセージ	101
学生によるメッセージ	44
子どもによるメッセージ	22
その他	80
計	247



## 宮崎県宮崎市 コロナ禍でも受入体制を強化しつつ、柔軟な開催形態を実現



## POINT

- 度重なる問題にもめげず、教室の活動再開・継続を実現するための工夫を繰り返した
- 教室を担当する指導員等が、運動中の見守りやサポートが必要な参加者を発見
- 会場変更の目的に「密の回避」だけでなく「状態像に応じたクラス分け」の視点を追加
- 民間企業との連携により、従前にはない新たな取組を創出



Data (2021年4月1日時点)

人口：	400,775人
高齢者人口：	115,296人
高齢化率：	28.8%
第8期介護保険料 基準額(月額)：	6,150円

## 概要

## 【健幸運動教室の概要】

宮崎市の代表的な通いの場の活動は、平成13年から実施している「健幸運動教室」である（令和3年度：約150か所）。

運動指導等を行う「健幸運動指導員」と、健康状態の把握と実施中の見守りを行う「健幸サポートナース」を派遣し、運営のサポート・人材育成を実施している。

## 【コロナ禍における密対策（課題①）】

令和2年度は新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況により、健幸運動教室の休止が相次いだ。こうした中、市の体育館で実施される教室では、感染対策として会場で参加者を分散し、活動を再開。

## 【低体力な状態像の方の増加（課題②）】

しかし、再開後の教室を担当している健幸運動指導員や健幸サポートナースから、運動中の見守りやサポートが必要な方（廃用性が進行した方）が増えている状況が発見・報告されていた。

そこで対策として、これまでは「密」対策として分けていた会場や参加者を、「従来の参加者向け」と「低体力者向け」という形で、受け入れ態勢を強化するために分けることとした。



## 【屋内会場が使用不可に（課題③）】

だが、次なる課題が訪れる。会場であった市の体育館が、大規模ワクチン接種会場として指定されたことで、令和3年4月より使用不可となってしまった。

次なる工夫は、隣接する公園を活用した屋外開催での実施だ。開催を知らせる登り旗などをすぐさま作成し、屋外開催の周知の工夫などを凝らしたうえで、実施した。

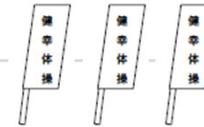
## 【屋内会場が使用不可に（課題④）】

次なる課題は、小雨などの微妙な天候時や地面のぬかるみ具合などによる開催可否の判断の難しさ、そして、夏の暑さによる熱中症対策の難しさで、解決は難しかった。

さらなる一手として市職員が考えたのは、JR宮崎駅にある「アミュひろば」の活用だ。ここならば屋外でありつつも、巨大な屋根があるため、天候に左右されることは無い。

照会先すらわからぬまま、職員が手分けして問い合わせを行ったところ、「新規プロジェクトとして市と共同開催してはどうか」、「その日に合わせて食料品等の割引なども実施してはどうか」といった思いがけない逆提案を受けることとなる。

結果、共同企画の「アミュ×宮崎市 健幸プロジェクト」が、令和3年6月から開催されることとなった。



## 効果・実績等

- 今回の取組は、結果的に民間企業との共同開催を試みることに繋がった。
- この取組をきっかけに、他の民間企業等との連携による通いの場も拡大した。
- 思いがけなく新たな場所での展開につながり、主催者等の視野が広がった。
- 地域包括支援センターや生活支援コーディネーター、地域に提案していけるモデルになった。

