

令和元年度老人保健事業推進費等補助金（老人保健健康増進等事業）

地域資源の開発・充実と活用促進の調査研究事業

株式会社日本能率協会総合研究所

令和2年3月

目次

I. 事業目的	1
II. 事業内容	1
1. セミナーの実施方法	1
① 開催予定数	1
② 登壇者の選定	1
③ 周知・広報	2
④ プログラム	2
⑤ 配布物	3
2. セミナー開催日	3
3. セミナー登壇者	4
4. セミナーの参加者数	5
5. セミナー内容	5
6. ヒアリングの実施	7
7. アンケート結果	7
III. 参考資料	34
1. 事例紹介資料一覧	34

I. 事業目的

今後、国内の総人口が減少していく中、高齢者の増加により、さらに高齢化率が高まっていく。加えて、要介護認定率も上昇しており、介護を支える人材不足の中、今後このような状態を深刻化させないためにも高齢者の健康維持が喫緊の課題である。

自治体等が中心となり、高齢者の健康維持増進等のための仕掛けや仕組みづくりを行っているところであるが、要介護状態の改善・予防のために行う取組の全体像やノウハウが把握されていないまま取り組んでいるなど、各地にばらつきがある。そのため、より効果的な手法や情報の提供を幅広く行うことが必要である。また、地域住民が自律的・自主的な活動に取り組める環境を整備することで更なる促進につながることを想定される。

平成 31 年 3 月 19 日付けで厚生労働省老健局にて作成された「これからの地域づくり戦略」は、高齢者の健康維持増進等に寄与する具体的事例の紹介など、地域で支える基盤の充実(地域づくり)に向けた内容であり、コミュニケーションツールとしての活用が期待される。

本事業では、これらを用いて自治体等による高齢者の活動意欲の促進や効果的な取組の横展開を図ることを目的として、幅広い普及・啓発を行うため、全国でセミナーを実施した。

II. 事業内容

1. セミナーの実施方法

厚生労働省との打ち合わせを踏まえ、①開催地・開催回数、②登壇者、③周知・広報、④プログラム、⑤当日配布資料については、次のとおりとした。

① 開催予定数

以下の 26 都道府県で 30 開催(*は 2 開催実施予定)とし、各都道府県等と調整を行った。

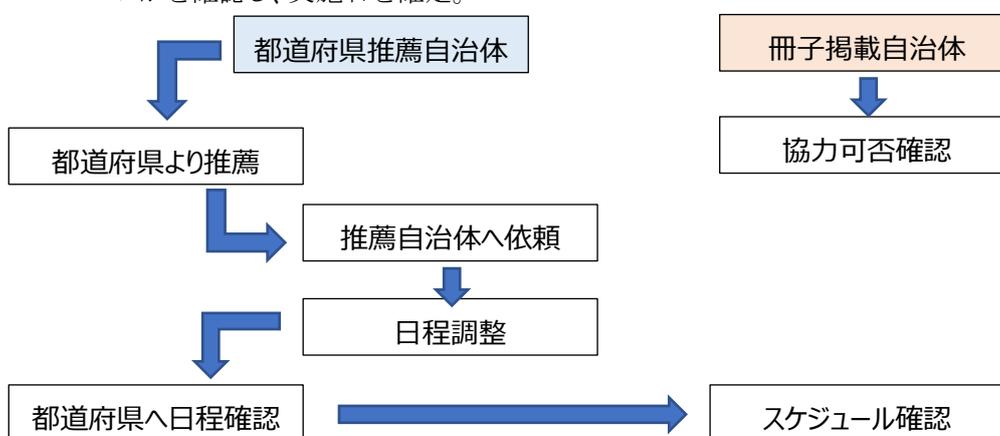
北海道*	埼玉県	長野県	岡山県	鹿児島県
青森県	千葉県	静岡県	広島県	沖縄県
岩手県	東京都*	愛知県	香川県	
宮城県	神奈川県	京都府	高知県	
福島県	新潟県	大阪府*	福岡県*	
栃木県	石川県	兵庫県	熊本県	

② 登壇者の選定

「これからの地域づくり戦略掲載自治体」及び「開催都道府県からの推進自治体」より事例発表を行うこととし、次のとおり依頼を行った。

- これからの地域づくり戦略掲載自治体への依頼手順
- ・ 厚生労働省より提供頂いたリストを元に、セミナー実施時に協力可否を確認。

- ・ 協力可能な自治体に対し、依頼したい開催地が具体的に確定した段階で日程調整を行った。
- 開催都道府県からの推薦自治体への依頼手順
 - ・ セミナー開催の都道府県へ、本事業で当都道府県にて実施する旨と、開催都道府県内で「これからの地域づくり戦略」に基づき取組が進んでいる自治体の推薦を依頼。
 - ・ 推薦自治体へ趣旨説明の上、登壇可否を確認。
 - ・ 協力可能な自治体に対し、スケジュールを確認。あわせて開催都道府県に対し、当都道府県内で同様テーマや同参加者が参集するセミナー・研修等と重複日ではないかを確認し、実施日を確定。



③ 周知・広報

開催都道府県担当者へ依頼し、各自治体へ開催通知をメールにて発出いただいた。なお、介護支援事業所等への周知は各自治体の判断に委ねている。

④ プログラム

所要時間	内容
00:00～00:30	行政説明
00:30～01:20	事例発表(2自治体) これからの地域づくり戦略掲載自治体／都道府県推薦自治体
01:20～01:30	休憩
01:30～02:30	パネルディスカッション(質疑応答含む)

* 開催地により開始時間が異なる。

* 司会及びパネルディスカッションのファシリテーターは、弊社が実施。

⑤ 配布物

- ・ 次第
- ・ これからの地域づくり戦略 Ver1.01 冊子
- ・ これからの地域づくり戦略掲載自治体 事例発表資料
- ・ 都道府県推薦自治体 事例発表資料
- ・ アンケート

2. セミナー開催日

当初 30 開催を予定していたが、1.②の調整により、開催を希望しない都道府県があったことや(既に同テーマの研修やシンポジウムを同年度に開催済み 等)、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、2020 年 3 月に予定していた開催をすべて中止とする等、厚生労働省と調整の上、全 16 開催となった。

都道府県	開催日	当初開催数	開催数
北海道*	2019 年 12 月 6 日(金)	2	1
青森県	2019 年 11 月 22 日(金)	1	1
岩手県	2020 年 2 月 21 日(金)	1	1
宮城県	-	1	開催なし
福島県	2020 年 3 月 25 日(水)	1	中止
栃木県	-	1	開催なし
埼玉県	2020 年 1 月 31 日(金)	1	1
千葉県	2020 年 3 月 19 日(木)	1	中止
東京都*	2019 年 12 月 20 日(金) 2020 年 3 月 9 日(月)	2	1 *3月は中止
神奈川県	2020 年 3 月 9 日(月)	1	中止
新潟県	2019 年 10 月 28 日(月)	1	1
石川県	-	1	開催なし
長野県	2020 年 2 月 26 日(水)	1	1
静岡県	2020 年 1 月 28 日(火)	1	中止
愛知県	2020 年 2 月 3 日(月)	1	1
京都府	2020 年 1 月 14 日(火)	1	1
大阪府*	2019 年 10 月 1 日(火)	2	1
兵庫県	2019 年 11 月 25 日(月)	1	1
岡山県	-	1	開催なし
広島県	2020 年 1 月 17 日(金)	1	1
香川県	2020 年 2 月 14 日(金)	1	1

都道府県	開催日	当初開催数	開催数
高知県	2019年11月29日(金)	1	1
福岡県*	-	2	開催なし
熊本県	-	1	開催なし
鹿児島県	2020年1月21日(火) 2020年1月22日(水)	1	2
沖縄県	-	1	開催なし

3. セミナー登壇者

1.③の調整により、各開催地における事例発表自治体は以下のとおりである。

開催地	これからの地域づくり戦略 掲載自治体	都道府県推薦自治体
大阪府	東京都稲城市	大阪府大東市
新潟県	熊本県長洲町	新潟県十日町市
青森県	山口県防府市	青森県青森市
兵庫県	高知県高知市	兵庫県淡路市
高知県	長崎県佐々町	高知県土佐清水市
北海道	愛知県豊明市	北海道池田町
東京都	大分県杵築市	東京都町田市
京都府	大分県杵築市	京都府精華町
広島県	東京都荒川区	広島県庄原市 広島県神石高原町
鹿児島県(鹿児島市)	東京都西東京市	鹿児島県鹿屋市
鹿児島県(奄美大島)	東京都西東京市	鹿児島県鹿屋市
静岡県*中止	三重県名張市	静岡県函南町
埼玉県	奈良県生駒市	埼玉県
愛知県	東京都稲城市	愛知県長久手市
香川県	山口県防府市	香川県綾川町
岩手県	長野県川上村	岩手県花巻市
長野県	茨城県利根町	長野県駒ヶ根市
東京都・神奈川県 合同開催*中止	長崎県佐々町	東京都板橋区 神奈川県横浜市旭区
千葉県*中止	熊本県長洲町	千葉県船橋市
福島県*中止	-	静岡県函南町

4. セミナーの参加者数

セミナーの申込数と参加者数は以下のとおりである。基本的に定員 50 名規模のセミナーであったが、「新潟」及び「鹿児島市」「奄美大島」「埼玉」は各県と合同開催実施であったため、定員規模が他地域と異なる。

開催地・開催日	開催場所	申込数	参加数
大阪:10/01(火)	大阪商工会議所	27	26
新潟:10/28(月)	朱鷺メッセ 新潟コンベンションセンター	52	55
青森:11/22(金)	青森県労働福祉会館	45	43
兵庫:11/25(月)	神戸国際会館	34	35
高知:11/29(金)	高知城ホール	30	32
北海道:12/6(金)	札幌コンベンションセンター	28	28
東京:12/20(金)	TKP 新宿カンファレンスセンター	35	32
京都: 1/14(火)	京都テルサ	48	44
広島:1/17(金)	広島国際会議場	38	37
鹿児島市:1/21(火)	かごしま県民交流センター	209	201
奄美大島:1/22(水)	龍郷町生涯学習センターりゅうがく館	78	64
静岡: 1/28(火)	JR 静岡駅ビル PARCHE 貸会議室	5	-
埼玉: 1/31(金)	埼玉県産業文化センター	89	83
愛知:2/3(月)	TKP ガーデンシティ PREMIUM 名古屋ルーセントタワー	27	28
香川:2/14(金)	高松商工会議所	19	19
岩手:2/21(金)	プラザおでって	30	22
長野:2/26(水)	JA 長野県ビル	24	10
東京&神奈川:3/9(月)	航空会館	33	-
千葉:3/19(木)	TKP 千葉駅東口ビジネスセンター	9	-
福島:3/25(水)	ビッグパレットふくしま	-	-
計		860	759

5. セミナー内容

事例発表について、「これからの地域づくり戦略」の「集い・互い・知恵を出し合い」にあてはめると以下の内容であった。

開催地	発表自治体	登壇内容(3部作に準ずる)		
		集い	互い	知恵を出し合い
大阪府	大阪府大東市	○		
	東京都稲城市		○	
新潟県	新潟県十日町市	○	○	○

開催地	発表自治体	登壇内容(3部作に準ずる)		
		集い	互い	知恵を出し合い
	熊本県長洲町	○	○	
青森県	青森県青森市	○		
	山口県防府市		○	
兵庫県	兵庫県淡路市			○
	高知県高知市	○		
高知県	高知県土佐清水市	○		
	長崎県佐々町	○	○	○
北海道	北海道池田町		○	○
	愛知県豊明市			○
東京都	東京都町田市	○		
	大分県杵築市		○	
京都府	京都府精華町	○		
	大分県杵築市		○	
広島県	広島県庄原市		○	
	広島県神石高原町	○		
	東京都荒川区	○		
鹿児島県(鹿児島市&奄美大島)	鹿児島県鹿屋市		○	
	東京都西東京市	○		
埼玉県	埼玉県	都道府県支援		
	奈良県生駒市	○		○
愛知県	愛知県長久手市	○		○
	東京都稲城市		○	
香川県	香川県綾川町	○		
	山口県防府市		○	
岩手県	岩手県花巻市	○		○
	長野県川上村			○
長野県	長野県駒ヶ根市	○		
	茨城県利根町	○		
訪問ヒアリング	静岡県函南町		○	
	東京都板橋区			○
	千葉県船橋市	○		
	神奈川県横浜市旭区		○	
電話ヒアリング	三重県名張市		○	

6. ヒアリングの実施

セミナー中止により、登壇予定であった自治体に対し、既に資料作成等も終えていることもありヒアリングを実施した。

なお、本セミナー初回登壇の自治体を対象としているため佐々町へのヒアリングは実施していない。

ヒアリング実施対象及び実施日は以下のとおりである。

ヒアリング日	対象自治体
3月10日(火)11:00	静岡県函南町
3月16日(月)13:00	東京都板橋区
3月17日(火)10:00	千葉県船橋市
3月19日(木)10:30	神奈川県横浜市旭区
3月27日(金)10:00	三重県名張市

7. アンケート結果

① アンケートの実施方法

セミナーに対するアンケートとして、配布。セミナー当日の終了後に回収した。

② 回答者数:593 サンプル(回収率:85.4%)

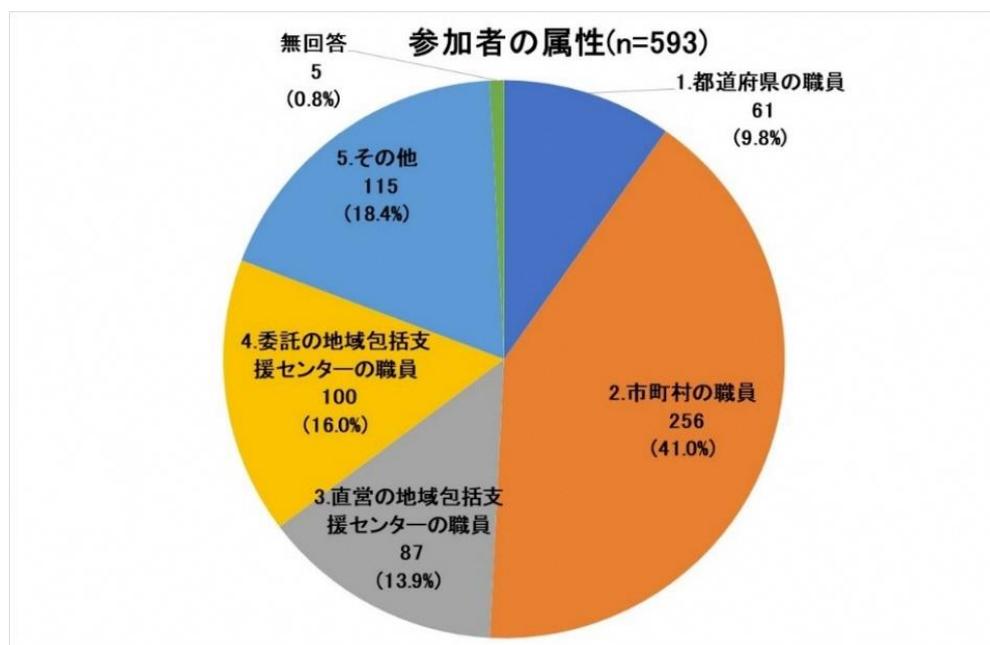
開催地	参加者数	回収数	回答率
大阪府	26	25	96.2%
新潟県	55	49	89.1%
青森県	43	39	90.7%
兵庫県	35	34	97.1%
高知県	32	31	96.9%
北海道	28	21	75.0%
東京都	32	24	75.0%
京都府	44	42	95.5%
広島県	37	33	89.2%
鹿児島県鹿児島市	201	109	54.2%
鹿児島県奄美大島	64	43	67.2%
埼玉県	83	75	90.4%
愛知県	28	24	85.7%
香川県	19	14	73.7%
岩手県	22	20	90.9%

開催地	参加者数	回収数	回答率
長野県	10	10	100.0%
合計	759	593	85.4%

③ アンケート結果

■ 参加者の属性

参加者は、市町村の職員が41.0%と最も多く、直営の地域包括支援センターと併せると、55%近い参加であった。

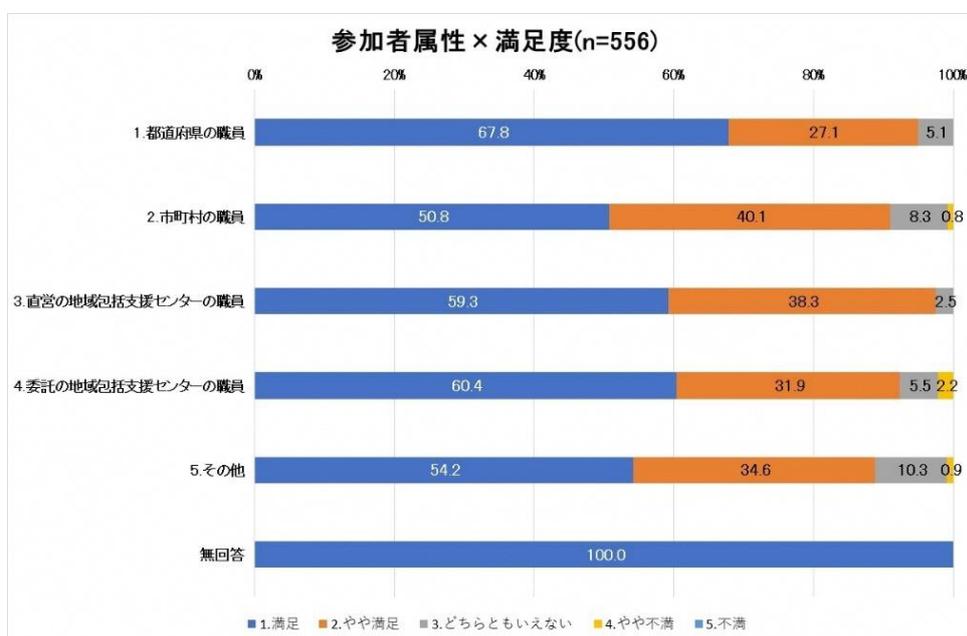
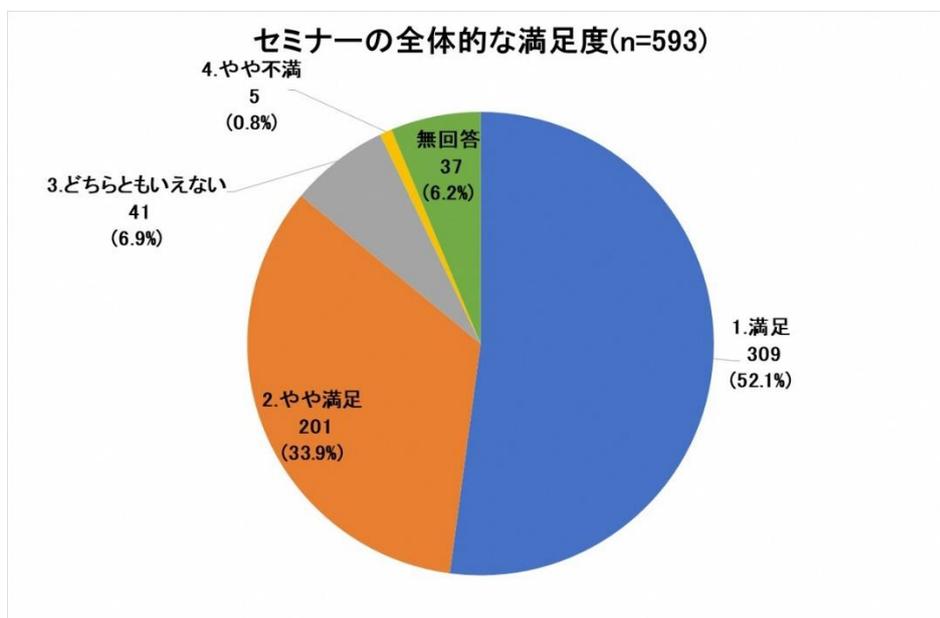


■ セミナーの満足度

「満足」と「やや満足」を合わせると86.0%が満足との結果であった。

また、参加者属性別でみると「直営の包括支援センター職員」が97.6%、

「都道府県の職員」が94.9%と高い満足度となっている。



<「やや不満」のご意見>

- ・ 資料を読むだけで目新しい情報がなかった
- ・ 既に把握していた事例であった
- ・ 資料と登壇内容が連動していなかったと感じた
- ・ 自分の役割と異なる事例内容であった

■ 参考になったこと・もっと知りたかったこと

開催地	登壇事例が参考になった	登壇事例について詳細に知りたい	他事例が知りたい	その他
大阪府	6	3	1	5
新潟県	19	5	1	5
青森県	17	2	0	3
兵庫県	14	6	0	4
高知県	11	9	0	1
北海道	12	1	1	1
東京都	12	2	2	1
京都府	17	7	2	3
広島県	16	3	2	3
鹿児島県鹿児島市	38	15	0	5
鹿児島県奄美大島	16	8	0	5
埼玉県	29	14	0	7
愛知県	15	1	0	0
香川県	8	0	0	1
岩手県	8	4	0	4
長野県	2	3	0	1
合計	240	89	8	49

開催地	参考になったこと・もっと知りたかったことのご意見の一部
大阪開催	<p>厚労省の方の説明(概論)から自治体の事例発表(各論)という流れもスムーズな理解につながった。</p> <p>2市ともに目標の設定、視点を外さずにしっかりと持っており、課題と通常考えられる事を逆手にとってアプローチを行っているところがすばらしい。行政として住民に対しての見える化、説明がしっかりできている市であると感じた。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ どのような失敗があり、それをどのように活かしたのか。 ・ 開発と促進を進めていく上で課題となったこと、課題解決に向けてどのように取り組みを行ったのか、地域住民の理解を得る方法について知りたかった。
新潟開催	介護予防拠点施設活動が、地域の見守り機能にも活かされており、地

開催地	参考になったこと・もっと知りたかったことのご意見の一部
	<p>域住民の「互い」にもつながっている。</p> <p>専門職、多職種連携の重要性を再認識した。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 通いの場での運動支援はどの程度であれば支援してもよいのか。 ・ 多職種によるケア会議を行い、ケアプラン内容に変化はあったか。 ・ 他部署との連携の必要性をもう少し深めたい。 ・ 他事業との協議方法が知りたい。
青森開催	<p>私たちの地域でできる事は何か、どのようにやればよいか、話し合いを重ねて、より良いものを考えていきたいと思った。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 支援者、専門職の意識がどう変わったのか。 ・ こころの縁側を増やす段階や、ロコトレ継続につなげるにあたり、苦労したところや大事なポイントなどを知りたかった。
兵庫開催	<p>小さな取り組みから地域のつながりに繋がっていくという事を改めて実感できた。</p> <p>淡路市からは住民との丁寧な関りを、高知市からは行政があえて引くことの大切さを学べた。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 住民運営の通いの場の作り方をもっと具体的に知りたい。(地域と話し合いをしているが「自分達では運営できない。担い手がいない。」となかなか進まない。) ・ 地域の社会資源(自治会、ネットワーク推進員、民生委員)の人間関係の崩壊による地域の力の欠如や、やるべき仕事やしきれない行政職員など、多様な問題が重なる困難な地域づくりへの解決方法、アプローチ方法等、リアルな話を伺いたかった。 ・ いきいき百歳体操が広がった理由や工夫したこと(参加者のモチベーション維持・向上の取組等)を知りたかった。 ・ 住民のニーズの把握の方法(取り組み後の住民や関わりのある専門職の声等) ・ いきいき百歳体操は住民主体で運営しているが、イベントの開催や体力測定等は住民主体となりにくい。高知市は住民主体が多く「しかけ」についてももう少し知りたかった。 ・ 高知市のいきいき百歳体操は、イベントの開催や体力測定等も住民主体が多く、そのような「しかけ」についてももう少し知りたかった。
高知開催	住民の声をしっかり聞いていき、それを取り入れていく、一緒につくり

開催地	参考になったこと・もっと知りたかったことのご意見の一部
	<p>上げていくという姿勢が大切だと感じた。</p> <p>小さい取組みから地域のつながりにつながっていくことを改めて実感できた。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 庁内連携の仕組みをもう少し聞きたかった。 ・ 生活支援のサポート事業を行う為に苦労されたことや今後の課題等。
北海道開催	<p>池田町では、1つ1つの事業から地域づくりのサービスを作る必要性があると理解した。豊明市の統計から地域を見る手法は良いと感じた。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 民間企業と共同で何かを行う際に、「無償」という形にまとまるまでの段取りについて知りたい。 ・ 自分の地域では、C型サービスの導入や、自立支援型のケア会議の導入が進まないなど、課題が大きい。苦労したことや、事業推進のヒントをもっと聞きたかった。
東京開催	<p>地域にあった地域づくりが大切である。所管課だけではなく、障害や生活困窮、子育てとの連携の重要性を感じた。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 地域の中でキーパーソンを探す手法を知りたい。 ・ 地域ケア会議の再構築をする中で、どのような指標で地域課題を抽出し政策形成するのか具体例を知りたい。
京都開催	<p>住民が自ら考え、決定し実践していける人材育成が大切であること。地域(小学校区)ごとの徹底したデータ分析や成果の見える化を行うことが参考となった。</p> <p>自治体を中心でなく、住民の一人一人が自分たちの地域をどうしたいか、していきたいかをまず考えてもらうことが大切と学んだ。</p> <p>地域でできること、今ある資源をどう活用するかを考える機会となった。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 取り組みの水面下での動きについて、職員による具体的な働きかけや他課との連携等の「仕掛け」についてさらに知りたい。
広島開催	<p>保健・医療・福祉がそれぞれの手法でなく、一体的な連携が大事であると改めて思った。</p> <p>生活支援コーディネーターの取組や自治体ごとに通いの場促進に向けた支援の方法は、地域の实情に応じて異なっていることが地域の背景と共に聞いたのは良かった。</p> <p>男性の参加者を増やす策として、男のトイレ塾、筋肉塾をされている等、まずは男性がどういうことに興味があるかリサーチして、我が町ならではの男性対象のサロンが作ればと思った。</p>

開催地	参考になったこと・もっと知りたかったことのご意見の一部
	<ul style="list-style-type: none"> 後期高齢者の多い保険者が、体操の効果を費用面で検証する方法を知りたい。
鹿児島開催	<p>要介護や要支援にならないよう、健康なうちから介護予防に取り組んでいることが参考となった。</p> <p>地域との集いの場で考える機会を持つことが地域の繋がりを強くし、住民主体の活動、町づくりの足がかりになると知った。</p> <p>通いの場とは、場所を作ることだけではなく、活動できることが大事である。健康を維持するための取り組みは、地域性で課題も違うため、その地域や課題を拾い出して対応する。</p> <ul style="list-style-type: none"> 有償ボランティアの取り組みで、事業開始の資金や事務局の運営資金など、どの程度費用がかかるものなのか気になった。
奄美大島開催	<p>有償ボランティアについて、支援者側の登録書類を工夫し、「手伝いできること」を書いてもらうことで出来る支援範囲が広がる等参考になった。</p> <ul style="list-style-type: none"> 有償ボランティアをやってもよい人は多くいるが、まとめ役がおらず実現できない。リーダーになる人をどう決めているのか知りたい
埼玉開催	<p>住民が主体的に活動されている「しかけ」作りができている事に気づかされた。</p> <ul style="list-style-type: none"> 庁内でのコンセンサスの図り方。まずは職員にわかってもらうのはどのようにすればよいのか。
愛知開催	<p>社会参加が介護予防につながる取組であると感じた。</p>
香川開催	<p>既存のサービスを高齢者の自立支援、介護予防に繋げるだけでなく、どういった資源があったらいいのか、地域の課題や強みを住民、行政、専門職、民間企業で話し合い、その地域に合った資源を活かすことや開発することを行いたいと思った。</p> <p>介護予防サポーター養成講座の中にグループワークをする事で主体的に考えてもらえる機会を作ることは参考になった。</p>
岩手開催	<p>関係者との連携・情報共有が事業を進める上で大事であることを再確認した。</p>
長野開催	<p>キッズリハビリ体操サポーター養成は、世代間交流だけでなく子供たちに高齢者への支援に対する意識啓発ができています。</p> <ul style="list-style-type: none"> やらされ感がなく、住民が主体的に、かつ楽しく活動できていることが不思議である。どのようなコツがあるのか。

- 高齢者の健康維持増進のための仕掛けや仕組みづくり、地域づくりとして実施している事業 < 記載内容の紹介 >

大阪開催回答

<p>(大阪府門真市)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・いきいき百歳体操の立ち上げ支援と介護予防教室の開催 →百歳体操は住民主体のため、リーダーになってくださる方と連絡を取りあい、そこで、介護予防教室も開催している。 ・畑の作業 →シルバー大学と一緒に畑の活動を行い、幼児も参加している。
<p>(大阪府吹田市)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・住民主体の通いの場づくり →いきいき百歳体操 週1回5人グループで実施希望された所に活動支援 ・ひろば de 体操 →公園で体操
<p>(大阪府箕面市)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・通いの場の立ち上げや活性化のための費用の一部を交付 →市民が自ら行いたい活動(スポーツ、サロン、趣味活動)を行うことで継続して利用できるような形としている。
<p>(兵庫県稲美町)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自治会運営による自治会単位での通いの場 →活動範囲:身近な地域の範囲 / 活動頻度:週1回(10時から15時) 運営方法:住民運営 / その他支援:昼食提供 備考:来る人はいつ来て帰ってもいい
<p>(兵庫県洲本市)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・認知症予防健診/フレイル予防健診 →KDB分析(今後)→介護保険適正化→通いの場～生活支援→地域ケア会議へつなげる
<p>(その他)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・大阪ええまちプロジェクト →プロボノを活用した地域団体の支援 ・病院、クリニック、デイサービスと連携した体操教室の実施。 →関係機関の協力を得て根拠に基づいた体操を実施。 ・体操教室のDVDを作成。 →ライブ型の体操教室のDVDを配布し老人会等で行えるようにした。 ・一般介護予防事業 →通いの場(いきいき百歳体操)の支援

新潟開催回答

<p>(新潟県出雲崎町)</p> <ul style="list-style-type: none">•本年度から地域の茶の間を2地区で開設。<ul style="list-style-type: none">→八手地区:月2回食事も提供、地域の高齢者が中心となって運営している→海岸地区:月2回食事提供なし、町は寄付いただいた空き家を利用して開設している。
<p>(新潟県小千谷市)</p> <ul style="list-style-type: none">•市内10カ所にデイホーム<ul style="list-style-type: none">→要介護認定を受けていない方を原則としている。サテライトを含めると20カ所以上を設置。主に地域に事業を委託し、運営は地域で行うことで介護予防＝地域づくりにつながっている。
<p>(新潟県新発田市)</p> <ul style="list-style-type: none">•地域支援事業(通いの場)、総合事業(ケア会議、一般介護予防モデル事業、給付適正化など)<ul style="list-style-type: none">→全ての事業はつながっているという考えのもと他課との連携も考慮しながら推進している。地域の実情を考慮した住民主体の通いの場。•生活支援体制整備事業における協議体の設置・運営(支援)<ul style="list-style-type: none">→地域福祉活動計画(H24～28年度に、中学校区単位で構成された地区組織を中心に作成)をベースに、地域主体の会議体として設置し、計画の振り返りや見直し、実働へつなげていく。•「健康長寿アクティブプラン」を策定中<ul style="list-style-type: none">→庁内関係部署が連携し、横断的に取組を進める。「食」「医療」「運動」「社会参加」の4つの分野から2040年の超高齢社会に向けて、市民・企業・行政等が連携して取組み、住み慣れた地域でいきいきと暮らし続けることを目指す。
<p>(新潟県湯沢町)</p> <ul style="list-style-type: none">•高齢者の移動手段の確保<ul style="list-style-type: none">→福祉バス(週1回)の運行、高齢者路線バス運賃助成事業(1回100円で利用可)等。買い物、通院、健康増進センターへの移動を支援し、高齢者の外出を促し、引きこもりを抑制する。•アクション展開倶楽部事業<ul style="list-style-type: none">→認知症の方々を集めて毎週火曜日に農作業を行う。地域のボランティアの方々や子供たちも参加。行政主導ではなく有志主導。土に触れ、人と交流することで生きがいがづくり、認知症重度化予防となる。
<p>(新潟県佐渡市)</p> <ul style="list-style-type: none">•高齢期の食支援事業

→低栄養の予防改善、フレイルの予防・改善を各機関の協力を得て検討。啓発や研修会等を実施。
(新潟県弥彦村) ・居場所づくりや助け合いの仕組み(ボランティア制度)づくりを進めている。 →居場所から地域の課題解決につながる仕組みをつくりたい。
(新潟県柏崎市) ・介護予防体操「コツコツ貯筋体操」の普及 →体操の実施率は新潟県内 1 位。高齢者運動サポーター協議会の協力を得て実施(市内 184 カ所) ・生活支援事業の普及 →市内 20 地区で「くらしのサポートセンター」を実施。補助金交付、生活支援コーディネーターの協力、支援を実施。
(新潟県胎内市) ・地域支援事業 →住民主体の介護予防活動・生活支援活動 / 認知症サポーター(通いの場・配食サービスの弁当配達など) / リハ職の専従配置

青森開催回答

(青森県青森市) ・高齢者の集まる場づくりを支援 →地域住民が主体となる場で介護予防に取り組めるよう、体操等を指導する。また、場の要望に応じて支援する ・認知症カフェ →認知症サポーターを活用したカフェの運営。
(青森県横浜町) ・預筋教室 →行政主催で週 1 回通える場、筋トレ(いきいき百歳体操)開催。
(その他) ・介護予防対象者把握事業(委託) →つどいの場や要支援者の把握 ・住民主体の居場所運営 →行政発案だが、住民主体で始まった。

兵庫開催回答

(京都府京都市) ・地域介護予防推進センターの設置やフレイル対策モデル事業の実施 →地域で自主的に介護予防に取り組む自主グループの育成・支援。栄養口腔の観点も含めた専門職連携の体制づくり等
(京都府福知山市)

<ul style="list-style-type: none"> •出向き型事業 <ul style="list-style-type: none"> →地域のサロンや老人会等の依頼で、体操指導者育成事業で育成された体操指導員を派遣する。 •集約型事業 <ul style="list-style-type: none"> →市の臨時職員が各日常生活圏域で週1回体操を行う。 •体操指導者育成事業 <ul style="list-style-type: none"> →市民から市オリジナル体操のインストラクターを育成し、地域に派遣する。
<p>(大阪府大阪市)</p> <ul style="list-style-type: none"> •【仮】大人のための介護予防大学の開催 <ul style="list-style-type: none"> →介護予防として運動プログラムだけではなく災害への備え、介護保険制度などの知識提供。卒業生を介護予防ポイント事業やボランティアなど生きがいにつながる様なものにつなげる(単なる茶話会では女性しか集まらないので、あえて大学として男性の参加を促す)
<p>(大阪府岸和田市)</p> <ul style="list-style-type: none"> •いきいき百歳体操、かみかみ百歳体操 <ul style="list-style-type: none"> →地域の地域の自主活動として週1~2回介護予防体操に取り組んでいる。現在市内124ヵ所・約2,500人の参加
<p>(大阪府守口市)</p> <ul style="list-style-type: none"> •通いの場への支援事業 <ul style="list-style-type: none"> →健康体操の実施場所として、特別養護老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅等と連携し、場所を提供してもらっている。
<p>(大阪府吹田市)</p> <ul style="list-style-type: none"> •平成29年度より「吹田市民はつらつ元気大作戦」と題し、介護予防事業、日常生活支援総合事業等、地域展開をしている。 <ul style="list-style-type: none"> →住民主体の通いの場として、いきいき百歳体操グループが143グループとなる。 →1年経過のグループ「吹田市はつらつ体操(有酸素運動)」「吹田かみかみ健口体操」「吹田きらきら脳トレ体操」*百歳体操以外全てオリジナルで実施
<p>(兵庫県朝来市)</p> <ul style="list-style-type: none"> •あさごいきいき百歳体操 <ul style="list-style-type: none"> →体験教室を実施し3回目以降は住民主体。社協のプチサロンやミニデイとドッキングしている。
<p>(兵庫県洲本市)</p> <ul style="list-style-type: none"> •座談会の応援 <ul style="list-style-type: none"> →町内会長、老人会会長、愛育班班長、消防団団長等の町の中心となる方々が集まり地域のこれからについて考えを深め、取り組めることを話し合う。 •フレイル予防健診

<p>→健康サポート薬局であるイオン薬局にて毎月1回実施。</p>
<p>(兵庫県丹波篠山市)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「いきいき倶楽部」地域住民主体での通いの場 <ul style="list-style-type: none"> →童謡を歌いながら身体を動かす体操。「いきいき塾」介護事業所と連携し、小学校区に1つ設置。デカボ一体操を通して体の維持向上を目指す。
<p>(兵庫県太子町)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・買い物支援事業 <ul style="list-style-type: none"> →週1回、役場の公用車で75歳以下の自治会内ボランティアが買い物支援のため、送迎。行先は乗った人同士で決める。自治会で運転ボランティアを募り、自治会内の高齢者を無償で町内商業施設へ送迎。町内4自治会で実施。車は役場用公用車(8人乗り)を貸出(半日単位)車中でレシピの話をしたり、買い物後お茶を飲んだりと買い物以外のつながりが生まれている。
<p>(兵庫県淡路市)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・コーディネーターによる地域づくり <ul style="list-style-type: none"> →地域住民の声を拾い公園を集い場にする ・在宅介護支援センターによる地域開発(集い場) <ul style="list-style-type: none"> →地域の様子、状況把握 ・社会福祉法人による地域サロン「地域おかえりなさい」 <ul style="list-style-type: none"> →特養入居者が暮らしていた地域サロンに参加 ・ヘルスプロジェクト(いきいき百歳体操が主体) <ul style="list-style-type: none"> →医療費・介護費のデータの分析を民間企業の力を借り、見える化として住民への働きかけの一助として取り組んでいる。
<p>(奈良県天理市)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・いきいき百歳体操・介護予防教室 <ul style="list-style-type: none"> →介護予防教室は企業が講師で、内容は薬や健康など様々である。
<p>(その他)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・フレイル予防 <ul style="list-style-type: none"> →市のチャレンジ事業で団体へ補助金あり 地域の病院の専門職が講師となり、月1回研修会を実施。フレイルサポーターを養成していき、地域で広めてもらう。 ・フレイル健診 <ul style="list-style-type: none"> →フレイルサポーターを中心に実施できるよう実施中 ・地域サポート施設知事認定制度 <ul style="list-style-type: none"> →移動外出支援や配食サービス等。地域貢献活動に取り組む、特養等の施設を認定。専用ホームページやステッカーを作成し、県は各施設の取組みを推進している。(金銭補助は無し) ・通いの場(いきいき百歳体操)

→生活支援コーディネーターとしての関わりから生活支援のコープ移動販売との連携。

高知開催回答

(高知県田野市)

・生活支援体制整備事業 →子供と防災を切り口に実施。

(愛媛県宇和島市)

・宇和島市我が事・丸ごと地域強化事業。

→九島地区の元診療所、小学校校舎を活用しての地域づくり準備中。2年前に住民アンケート実施。地域コミュニティの拠点づくりを目標。2カ月に1回地区の有志によるワークショップを開催(12月で11回目)。婦人たちによる分科会が発生し、11月より配食サービス開始。元診療所改装資金を市のクラウドファンディングにて募集中。

(愛媛県須崎市)

・居場所づくりを増やす取組み

→ドラッグストアやスーパーマーケットの事務所等を住民主体のサロンの場の活用へつなげている。

・いきいき百歳体操を主とした住民の集いの場。

→住民主体の活動。週に1~2回集まり、いきいき百歳体操をしている。(月2回のところもある)それぞれの集いでいろいろな取組みを実施。市内70カ所ほど。

(その他)

・市、市の医師会、社会福祉協議会、介護予防、健康増進、地域包括ケアシステム構築における協定(包括的なもの)

→医療専門職が地域へ出て住民と出会う(声を拾い、相談後、早期にしかるべき機関につなげる)

・生活支援体制整備事業、介護予防ボランティアポイント制度事業

→生活支援体制整備事業:身近な生活支援に関わることをプロの手じゃなく自分たちの手でできる事は何か話し合い実現できるようにする。

・さんかん元気塾

→ひざうらのばしを健康特使として、先生に来てもらい山間地区の健康増進の講演をお願いしている。

・介護予防事業、地域力強化事業

→生き生き教室(体操)でポイント貯めて商品券がもらえる。困りごとの相談窓口。協議体設立。地域食堂を実施。

北海道開催回答

<p>(北海道深川市)</p> <ul style="list-style-type: none">・介護予防サポーター養成講座 →介護予防の普及啓発だけでなく、集まりの大切さ等、地域づくりについての啓発を行う。住民(参加者)から集まりを立ち上げたいという声があれば、集まりの立ち上げに協力していく。
<p>(北海道上砂川町)</p> <ul style="list-style-type: none">・ケアサポーター養成 →社協、包括、行政の協働。
<p>(北海道札幌市)</p> <ul style="list-style-type: none">・健康入浴推進事業 →市の公衆浴場に安く入れて、体操も行う。年 210 回実施。
<p>(その他)</p> <ul style="list-style-type: none">・若者(生産年齢)と高齢者の接点づくり、ニーズ汲取りのための村づくり会議(小規模座談会) →接点づくり、若年層のエンパワメント、将来高齢者となる者への支え合いの基盤づくりをねらいとする。・住民主体の通いの場「つどいの場」 →週 1 回町オリジナル体操(30 分弱)を実施。年 1 回つどいの場サポーター養成講座、全体交流会を実施。・男性の会立ち上げ →町内の男性が集まるサロン

東京開催回答

<p>(千葉県印西市)</p> <ul style="list-style-type: none">・いんざい健康ちよきん運動 →おもりとバンドを使用した筋力運動を実施する住民主体の通いの場の立ち上げ事業。健康づくりだけでなく、地域づくりも目的として実施。誰にでも参加できる簡単な運動で、歩いて行ける集合所等で、グループで実施。市民なら年齢・介護認定に関わらず参加可能。
<p>(埼玉県本庄市)</p> <ul style="list-style-type: none">・ローソン移動販売 →ローソンの移動販売車で山間部を中心に行っている。サロンや通いの場、自治会館を中心に周る。
<p>(千葉県東金市)</p> <ul style="list-style-type: none">・ロコモ体操の普及 →健康づくりと居場所づくり
<p>(埼玉県川口市)</p>

<ul style="list-style-type: none"> •いきいき美活体操(百歳体操) <ul style="list-style-type: none"> →地域の方を体操のサポーターとして養成し(埼玉県の事業利用)、歩いて通える会場(有料老人ホーム、公民館)で実施。退院後で虚弱になっている方、若年性認知症で介護保険サービス利用に抵抗のある方など閉じこもりになりがちな方を、サポーターの同行や声かけで参加につなげている。又、参加者からの生活弱者の発見を情報共有。 •生活支援体制整備事業 <ul style="list-style-type: none"> →要支援者に対する地域での生活支援や助け合いを行う。
<p>(東京都北区)</p> <ul style="list-style-type: none"> •高齢者ふれあい食事会 <ul style="list-style-type: none"> →65歳以上、要介護認定を受けていない方対象。会場により、民生委員、区民による協力員が運営 •自主グループ立ち上げ支援 <ul style="list-style-type: none"> →住民主体の通いの場の立ち上げをリハ職と実施している。 •町会・自治体に対する高齢者見守り事業の補助 <ul style="list-style-type: none"> →一人暮らし高齢者等の見守りを行う町会・自治会に対して活動費の補助を行い、見守りネットワークの強化を図る。
<p>(東京都狛江市)</p> <ul style="list-style-type: none"> •自立型介護予防教室 <ul style="list-style-type: none"> →薬局スペースを利用した教室。期間内(3カ月)に効果を感じてもらい、自主化に向けた話も進めていく。
<p>(東京都多摩市)</p> <ul style="list-style-type: none"> •高齢者の移動支援(外出支援)サービス <ul style="list-style-type: none"> →丘陵地帯における公共交通以外の住民主体の移動サービスの提供
<p>(神奈川県藤沢市)</p> <ul style="list-style-type: none"> •介護予防自主活動(公園体操) <ul style="list-style-type: none"> →住民が近くの公園に集まり、体操をする。体操の種類は様々。歌や口腔体操も独自で行っている。*通いの場という位置づけではありません。今後どうするか検討が必要と模索中。
<p>(その他)</p> <ul style="list-style-type: none"> •市全体での居場所づくり(サロン・通いの場) <ul style="list-style-type: none"> →健康体操の推進、またそれらを含めた協議体活動(一層二層)の実施。市直轄の協議体、多様な主体からの参加による住民主体の自主活動が継続実施されている。 •地域でのごはん会やお茶飲み会の実施。 •生活支援体制整備事業における第一層協議体との活動創出

→今年から、月1回のペースで協議体のメンバーと打ち合わせを実施。まだまだこれからどのように地域に入っていこうか等の話し合いをしている段階。

・スナック活動

→夜間にアルコールを交えた集まりを行っている。閉じこもりがちな男性が集う場づくり。男性高齢者のみ対象としている。つまみを作るのも、男性にお願いしている。

京都開催回答

(京都府京田辺町)

・居場所づくり支援事業 →週1回公民館で体操している。

(京都府宇治市)

・園芸ひろば

→10㎡を年額3,600円で貸与。数値化していないが、おおいに介護予防に貢献。

(滋賀県栗東市)

・栗東100歳大学

→人生100歳時代に向け「学び」「きづな」「はたらく」をキーワードに健康生きがいづくり、地域づくりの担い手となるための人材育成。大学学長は、市長。団体に委託し、市民、団体、行政、大学と協働し、地域づくりを進めていく。地域課題の1つの子育て支援について、卒業生らがその活動や子育て支援団体の助けができるつながりができつつある状態。

(奈良県吉野町)

・地域ケア会議

→小規模な町であるため、協議体運営も含めて課題が上がってきたらできるだけ担当課の範囲を決めてしまわず、庁内で考える場を設けている。

(奈良県桜井市)

・介護予防事業 →いきいき百歳体操の推進

(和歌山県那智勝浦町)

・地域の集いの場の再編

→既に整備した地域集いの拠点のあり方と地域の人と一緒に考え持続可能な運営を考える。

(奈良県安堵町)

・いきいき百歳体操、サロン等 地域の通いの場を形成

→包括への委託が正直なところ。住民主体で介護予防等に取り組んでいる。

(その他)

・地域サロンを集約して、サロン連絡会運営

・学校 de カフェ

<p>→1年間を通して地域で困っている方の紹介をしている(引きこもり、依存症、認知症等)。誰にでも起こり得る軽い症状をまず知ってもらい、その上で見守り、声掛け、支援につながる事を目指す。</p> <ul style="list-style-type: none"> •いきいきサロン、生き生き百歳体操 <ul style="list-style-type: none"> →13地区15ヶ所。週1回自主的に体操を行っている。各地区で考えて体操以外もやっている。いきいきサロンのあり方を各地区(13地区)で話し合い、地域の課題についての話し合いを行った(第2層協議体としている。 •生活支援体制整備事業、協議体運営 <ul style="list-style-type: none"> →仕組みでないものを大切にしながら、人と人とのつながりを大切に、住民1人1人がお互いに気かけあうことへの気づきを進めている。 •ジェロントロジー共同研究事業(フレイル予防事業) <ul style="list-style-type: none"> →H29～R元年度で、東大が進めているフレイルチェックを全県下の市町が行うように進めている。(R元年度で全市町が行っている) •ご当地体操(介護予防体操)の創出 <ul style="list-style-type: none"> →高齢者だけでなく、子どもや親も一緒に楽しめるような多世代交流機会の確保。 •担い手になりたい方と、担い手を求めている方のマッチング <ul style="list-style-type: none"> →高齢者でボランティアや仕事をしたい人がいれば、お住まいから近い地域での活動先を紹介する。そのため、研修や地域の場に出向いて話をしに行く。
--

広島開催回答

<p>(岡山県岡山市)</p> <ul style="list-style-type: none"> •生活支援体制整備事業 <ul style="list-style-type: none"> →地域支援ネットワークチーム(社協、包括、予防センター、保健センター、公民館)を構築し、各地域の支え合いの地域づくりを支援している。
<p>(広島県府中町)</p> <ul style="list-style-type: none"> •いきいき百歳体操 <ul style="list-style-type: none"> →5人以上のグループ、週1回以上の活動支援。
<p>(広島県庄原市)</p> <ul style="list-style-type: none"> •介護予防普及啓発事業「シルバーリハビリ体操」 <ul style="list-style-type: none"> →市民から指導士を養成し、各地域では指導士が体操を指導。
<p>(広島県大崎上島町)</p> <ul style="list-style-type: none"> •いきいき百歳体操 <ul style="list-style-type: none"> →地域の集会所等で、住民が運営主体となって週1回実施。
<p>(広島県広島市)</p> <ul style="list-style-type: none"> •多世代の交流

<p>→いきいき百歳体操後に、子育て世代と交流。障害者作業所の自主製品(パン等)を体操会場で販売・交流</p>
<p>(その他)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・圏域内の高齢者プラン、健康ひろしま 21、保健医療計画の策定。 <ul style="list-style-type: none"> →進行状況を各関係団体と連携し事業を展開。3 計画の一体的推進、医療介護連携、PDCA・評価を行う。圏域内の保健・医療・福祉関係者が顔のみえる関係づくりができています。多職種連携会議、基幹包括、かかりつけ医等、ネットワークが円滑・良好なことが強みである。 ・介護予防事業、高齢者・障害福祉事業、集まりの場づくりの推進、食の自立支援事業、保・小・中福祉教育推進事業、地域ケア会議 <ul style="list-style-type: none"> →高齢化率も高く、人口減少の顕著な田舎町だからこそ、顔の見える関係づくり(をとりもどしたい)を推進している。 ・介護予防事業、世代間交流、食の自立支援事業 <ul style="list-style-type: none"> →地域のつながり、見守り ・小地域福祉活動推進事業「地域づくり会議」 <ul style="list-style-type: none"> →「小地域」を「行政」とし区内の役員と、行政、社協 その関係者で集まり、ざっくばらんに話し合い、課題解決する仕組みづくりを行う(つながりマップ) ・集いの場 →週1回以上5人以上が集まって体操をする。

鹿児島市開催回答

<p>(鹿児島県薩摩川内市)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ケアマネジメント支援会議 <ul style="list-style-type: none"> →総合事業～要介護2までの軽度者を対象に各専門職がプランに対して助言する(PT、OT、歯科衛生士)
<p>(鹿児島県志布志市)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ころばん体操普及 →週に1回集まり、自主的に体操をする。
<p>(鹿児島県南種子町)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・南種子町ドライブサロン事業 <ul style="list-style-type: none"> →社協のデイサービス送迎の空き時間を利用した、ドア to ドアのドライブサロン事業を実施する。
<p>(鹿児島県南さつま市)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・通いの場 <ul style="list-style-type: none"> →それぞれの地域特性が出て、生きがいや役割を持って自主的に活動できている。
<p>(鹿児島県屋久島町)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・高齢者サロン事業

→事業をサポートしてくれるボランティアが中心となって事業運営を行う。集落ごとに集落とボランティアが一体となって運営。ゲーム、体操、カラオケ、将棋など集落によって様々な活動を行っている。

(鹿児島県鹿児島市)

- ・カラオケ+運動や健康教室などと結びつけたい
→町中の昼間のスナック+カラオケで集まる 20 名くらいの会+身寄りのない方の相談会など(事業化していない)

(その他)

- ・町内会が行うグランドゴルフへの参加。サロンへの参加。
→グランドゴルフは第 3 日曜日に午後から 2 時間くらい。サロンは第 2 日曜日に 2 時間くらい行う。
- ・出張健康教室・相談教室
→利用者のニーズに合わせた内容で出向く
- ・出張健康教室・相談教室(イベント会場でブースをつくって医療相談を行う)
→サロンや施設に赴き、まず体力測定を実施。結果と年齢平均値と比較し、自分の体の状態を知っていただき、運動への興味向上と実際運動指導し、自主訓練に繋げる。半年後に測定を再度行い自主トレの効果を実感できる。
- ・介護予防事業(行政と連携し週 1 回公民館単位での健康体操を実施)
→導入と定期チェックは行政と療法士で行うが、毎週の活動は住民が主体となり実施。
- ・サロン →お茶のみや脳トレニング、地域の方からの情報収集。
- ・サロン →公民館に集まっていたき、体操・脳トレ・保健指導を行う。
- ・サロン →お茶飲みや、脳トレニング。
- ・介護予防サービス事業、通いの場(サロン、自治会、コミュニティなど)出前講座など。ボランティアや民生委員等への講話
→食生活指導、栄養改善、フレイル予防の講座、低栄養予防講座
- ・ミニデイ →住民主体の集いの場
- ・地域ケア会議 →個別ケア会議
- ・介護予防教室支援事業、サロン育成事業
→介護予防のための健康講座や体操指導
- ・認知症カフェ →住民の集い
- ・地域カフェ
→13:30~15:30(1回/月)。要介護者・家族・独居者などを対象に喫茶店を借り、手作りお菓子・お茶でおもてなしし、通常の生活とは違う時間を過ごしていただく。
- ・つどいの家

<p>→10:00～14:00(1回/週)。地域に住む方を対象におしゃべりや活動などを楽しみながら介護予防に努める。ボランティアが昼食を作り栄養改善を図る</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ノルディック・ウォークイベント(事業ではない) <ul style="list-style-type: none"> →地域包括支援センター・福祉関連事業が共催でイベントを開催し、同市内・近隣の町の住民に声を掛け広報し、ノルディック・ウォークの普及啓発、健康寿命延伸に向け取り組んでいる。 ・住民主体の通いの場 <ul style="list-style-type: none"> →住民主体で取り組むため内容も自由に検討。通いの場きっかけでさらなる集いへと発展している。 ・はつらつ教室、ゆらい会やカラオケの集いなど、ころばん体操 <ul style="list-style-type: none"> →地域の方や友人らが集まって健康づくりに関することを取り組まれている。 ・通いの場 →住民主体の通いの場で、ころばん体操、ストレッチ体操を実施。
--

奄美大島開催回答

<p>(鹿児島県瀬戸内町)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・介護予防教室の開催 <ul style="list-style-type: none"> →枠に捉われない教室にして、誰でも参加できる仕組みにしている(地域のボランティアグループ、看護師等も巻き込んで実施)。
<p>(鹿児島県大和村)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・元気度アップポイント事業 <ul style="list-style-type: none"> →社会活動に地域の商店などで使用できる商品券を差し上げる事業 ・健康いきいき教室、夜間体操教室 <ul style="list-style-type: none"> →健康維持のために、地域の人に声を掛けて参加しやすいよう集落の公民館で実施。
<p>(その他)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・8020 運動推進員の資質向上を図り、地域活動の中でオーラルフレイルについて、予防方法について住民に周知を図る <ul style="list-style-type: none"> →食生活改善推進員が担っている(兼務している)ため、関連付けて周知が図られている。 ・市の介護予防事業で高齢者の健康教室で講話。 <ul style="list-style-type: none"> →小さな集まりにも出かける。 ・保健所、包括支援センター、医師会との連携 <ul style="list-style-type: none"> →健康教室などへの参加でオーラルフレイル予防での歯科講話。※訪問介護事業所職員への講話も取り組んでいる。 ・介護予防事業 →どうくさ体操(ころばん体操) ・介護予防の為の自主グループによる体操

<p>→ころばん体操をもとにした介護予防体操</p> <ul style="list-style-type: none"> •ころばん体操、カラオケ、小物作り <ul style="list-style-type: none"> →地域での見守り。週/1回実施 •有償ボランティアの立ち上げ <ul style="list-style-type: none"> →移動支援を含んだ活動 •月2回のサロンを出身の集落で行っている。 <ul style="list-style-type: none"> →月1回は集落の高齢者に声かけ、お弁当を注文し、一緒に昼食を取ったり、カラオケ、ゲームを行い、月1回は昼から集まり簡単な運動をしたりお茶のみ等を行い、高齢者の外出の機会を作っている。 •はつらつ教室やころばん体操、運動教室や物づくり、カラオケ等の集いがある <ul style="list-style-type: none"> →月1回週1回など。リーダーさん、お世話係の方を決め、住民主体で動いているものがほとんどである。運動教室は、介護予防教室終了もフォロー教室も行っている。 •はつらつ体操教室 <ul style="list-style-type: none"> →月1回。最初の介入は行政が行い、自主活動へ。地域集落に各1名主体的に活動できる中心的人物を配置し実施。その後お茶のみ等で地域住民・高齢者の安否、状態情報収集し、地域包括支援センターへあげる。

埼玉開催回答

<p>(埼玉県坂戸市)</p> <ul style="list-style-type: none"> •お達者体操 <ul style="list-style-type: none"> →地域の住民が自発的にやろうと提供されている。
<p>(埼玉県狭山市)</p> <ul style="list-style-type: none"> •ご近所型介護予防事業 いきいき百歳体操 <ul style="list-style-type: none"> →週1回:1~1.5時間。住民主体。自力で通える場所で実施。サポーターに対するフォローアップ講座(リハ職、歯科衛生士、栄養士)。・予防講演会でオープニング(市民周知、一緒に体験)。パンフレット(市内百歳体操紹介)作成
<p>(埼玉県所沢市)</p> <ul style="list-style-type: none"> •体操教室・認知症予防教室 <ul style="list-style-type: none"> →教室の中で、地域での活動の重要性を伝える機会を作り、ウォーキングイベントの企画をグループワークで行う
<p>(埼玉県ふじみ野市)</p> <ul style="list-style-type: none"> •介護予防センター事業。ふじみんぴんしゃん体操を中心とした介護予防・地域づくり <ul style="list-style-type: none"> →介護予防の発活、充実から、地域の生活支援づくりを進めている。
<p>(埼玉県朝霞市)</p> <ul style="list-style-type: none"> •圏域内に多くのサロンを作る

→実施場所:教会の会議室。有料ホームの交流室を借りる。民生委員宅を借りる
(埼玉県羽生市) ・生活支援体制整備事業 →第一層協議体の一員となり住みやすい地域づくりを社協の生活支援コーディネーターと共同し、寸劇等を高齢者に向け開催している。
(埼玉県熊谷市) ・民間企業等との連携 →買い物支援に関する事
(埼玉県三芳町) ・生活支援体制推進協議体(ささえあいみよし) →生活支援コーディネーターを中心に役場・包括・施設・民生委員・商工会等の代表で地域課題の話合い
(埼玉県秩父市) ・いきいき百歳体操、地域サロン活動補助金 →気軽に歩いて行ける通いの場を作ることを目標に実施している。
(埼玉県越谷市) ・介護予防リーダー養成講座 →地域での通いの場の立ち上げ
(埼玉県川越市) ・個人宅でのサロン →自治体が主となり(推進するかたち)、高齢者にとっての徒歩圏内で数名が集える場をつくる。場を提供してくださる方は「集いたくても集えない、でも集いたいという方がいる」という声も参考にした。R1、11月にプレ開催をし、20名以上集まった。
(埼玉県川口市) ・サロン5ヶ所立ち上げ →包括支援センターの講座室を利用して、サロンを開催。第2第4水曜日、10:00～15:30。20名～30名来場する。
(埼玉県久喜市) ・一般介護予防事業として認知症予防のプログラム →週1回を3ヵ月行う。
(埼玉県さいたま市) ・移動支援活動 →地域内施設の車を借りる。
(埼玉県白岡市) ・健だま体操 →白岡市独自のバルーンを使った運動で、リーダー講座もあり、地域にリーダー派遣して広げている。
(埼玉県加須市) ・圏域の高齢者向けのカフェ

→月 1 回、日曜日の午後 2 時間、スタッフがウェイトレスとしてカフェ。民生委員さんもボランティアでお手伝いしている。
(埼玉県鴻巣市) ・体操教室の普及、生活支援体制整備事業(通いの場づくり) →体力測定、記録会実施
(その他) ・きらめきハッピー体操 →ストレッチ、ダンベルなど(体育館や地域サロンなど)。サポーター養成講座を行って、指導者として活躍してもらおう。 ・個人の疾病歴や趣味など考慮して疾病歴を標準型、趣味を固有化として継続できる、活動・場所を選択している。 →家族を含めて、共有して利用ができる。・いきいき百歳体操を3ヵ月行い、歩行というより走るようになった人がいた。

愛知開催回答

(愛知県大府市) ・常設のふれあいサロンの普及 →週 4 日以上の開設、食料の提供等。
(愛知県東郷町) ・社会参加ポイント制度 →65 歳以上の町民が、教室やサロン等、社会参加ポイント登録団体に参加するとポイントが付与され、15P で 500 円のクオカードと交換ができる。最大 2000 円。閉じこもり予防と社会参加の促進を目的としている。
(その他) ・移動サービス創出のためのモデル事業 →住民主体の移動サービスの立ち上げ支援

香川開催回答

(岡山県矢掛町) ・地域ミニデイサービス事業(通所 B) →住民主体の通いの場。付添サービスもミニデイ実施団体が行っている。
(香川県高松市) ・高松型地域共生社会構築事業 →制度、分野の縦割りを超えた包括的支援体制づくり
(香川県観音寺市) ・生活支援体制整備 →住民主体による協議体運営
(その他)

- ・住民主体の体操を実施
 - 現在 29 カ所に増えており、地域ごとに様々な取組を実施。体操後に茶話会をしたり、居場所となっている 1 年以上継続した地域にはマイクロバスの貸し出しや栄養教室を行い、交流の場となっている。
- ・通いの場事業 →いきいき百歳体操の実施
- ・介護予防サポーター養成講座を修了した方でサロンや見守り活動してくれる方々の会
 - 月 1 回定例会。サロンや見守り活動している方の活動報告や意見交換新規でサロン立ち上げようと考えている方への支援(住民同士で)施設入居者との畑作りを通じた交流。

岩手開催回答

- | |
|--|
| <p>(岩手県盛岡市)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・高齢者のゴミ出し支援 <ul style="list-style-type: none"> →地区福祉推進会と連携し、プロジェクトを立ち上げて協働する。 |
| <p>(岩手県花巻市)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ご近所サポーター事業 →住民同士が支え合える仕組みづくり |
| <p>(その他)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・一般介護予防事業「いきいき百歳体操」 →住民の主体的活動、支え合いの広がり ・いきいき百歳体操実施の支援、健康サロンへの同行、栄養士の教育プログラムに参加 <ul style="list-style-type: none"> →全てではなく予定を合わせながら支援。市での事業に補助業務的に行動もするが、個別な支援や市の保健師などと同行するので、情報共有しながら、自分の本来の業務も行えている。 ・元気アップ体操教室を実施。 <ul style="list-style-type: none"> →イオンの広場を借用している。参加者はイオンを利用している 65 歳以上の高齢者で、介護予防事業として助成金を利用して活動している。いきいき百歳体操を月 2 回実施。多職種のスタッフにより、老化事業やレクリエーション等を行っている。 ・サロン活動助成、介護予防教室等 <ul style="list-style-type: none"> →地域の住民主体の通いの場に出向き、リハ専門職と保健師が体操や疾病予防支援。 ・既存のいきいきサロン実施場所までは距離があり、通うことが困難ということで、近くの老人施設をお借りして気軽に通える体操を始めた。 <ul style="list-style-type: none"> →地域の有志による活動、賛同してくれた施設が無料で場所の提供をしてくれている。地域住民と施設利用者も一緒に体操したりお茶のみをしたりしている。会費は無料で行っている。 |

- いきいき百歳体操
 - 週1回軽費老人施設やショッピングモールを利用。いきいき百歳体操・マシーン利用による筋トレ・口腔体操・レクリエーションを通じた脳トレ・リズム体操・手遊び・物作り(切り紙、小作等)。
- 「通い場」の設立
 - 運営・開催日の設定、市との連絡調整係。新規立ち上げ「通いの場」相談、アドバイス。市町村担当者との情報交換、アドバイス。生活支援体制整備事業の枠組みの中で、地域の多様な人々と連携した場所づくり
- 生活支援体制整備事業の枠組みの中で、地域の多様な人々と連携した場所づくり。
 - 多様な人々と、介護保険事業所、専門学校教員、専門職(薬剤師)、民生委員、町内会など

長野開催回答

- | |
|--|
| <p>(長野県長野市)</p> <ul style="list-style-type: none"> •生活支援体制整備事業 →第1層コーディネーター:市職員2名。第2層コーディネーター:市内32区の住民自治組織に補助金を出して雇用している。 |
| <p>(長野県箕輪町)</p> <ul style="list-style-type: none"> •いきいき百歳体操 →住民主体、住民交流 •健康アカデミー →若いころから生活習慣病対策、健康意識向上 |
| <p>(その他)</p> <ul style="list-style-type: none"> •支え合い活動事業(有償ボランティア) <ul style="list-style-type: none"> →草刈りや軽度な作業(ゴミ出し、電球の交換など)を住民同士で利用者・協力者として登録していただき活動 |

■ 考察

セミナーアンケート結果より、満足度(満足+まあ満足)が87.0%と高いことや、参考になったことの記載を踏まえると、セミナーへ参加したことで参加者にとって得たものがあったと考える。

特に、「参考になったこと・もっと知りたかったこと」の具体的内容では、自治体の事例発表の取組内容を問わず、庁内や多職種等による「連携や協働」の在り方に対する記載が多い。また、地域住民の理解や主体性の醸成に関する記述も多くみられる。「人」を動かすことの工夫点や苦労点、効果的な仕組みに対する情報支援はまだまだ必要であると考え。

さらに、各自治体に取り組んでいる内容を見ると、集いの場(体操やサロン等)の構築や生活支援コーディネーターの配置等の記載が多くみられるが、実態としてどの

程度上手く回っているのかはアンケートからは拾えていない。
本事業目的である「効果的な手法や情報の提供を幅広く行う」ことの一端は行ったものの、自治体のばらつきを平準化するためには継続した情報提供支援が必要である。

■ アンケート票

地域資源の開発・充実と活用促進に関するセミナー アンケート

問1 ご自身のご担当についてお答えください。(複数回答可)

1. 都道府県の職員 (都・道・府・県)
2. 市町村の職員 (都・道・府・県 市・町・村)
3. 直営の地域包括支援センターの職員
4. 委託の地域包括支援センターの職員(都・道・府・県 市・町・村)
5. その他()

問2 本日のセミナーの全体的な満足度についてお答えください。(1つだけ回答可)

1. 満足
2. やや満足
3. どちらともいえない
4. やや不満
5. 不満

問3 もっと知りたかったことや、参考になったことはどのようなことですか。(自由記述)

--

問4 現在、高齢者の健康維持増進等のための仕掛けや仕組みづくり、地域づくりとして実施している事業、または関与していることはありますか。ある場合はどのような内容かお教えてください。複数ある場合は、特徴的な取組について記載ください。(自由記述)

* 公園やカフェの活用等、民間企業等と連携した取組も含めて、高齢者のコミュニティや地域づくりに関わるもの等

1.事業の概要	
2.特徴	
3.回答者さまの役割	

アンケートは以上です。

ご協力いただきまして、ありがとうございました。