

# 京都府

モデル市

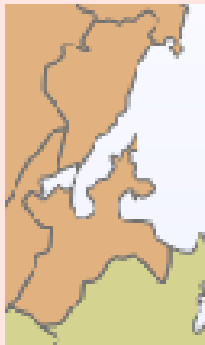
宮津市

## 健康づくり広場の取組

京都府では、平成25年度に亀岡市と学園大で開発・検証された前期高齢者向けの京都式介護予防モデル事業（元気アップ体操）を進めています。

## 1 モデル市町村の基礎情報

## 宮津市



- 101自治会
- 地区委員83名
- 老人クラブ33団体
- 社協の活動：ふれあいサロン活動、高齢者給食サービス、訪問介護事業等

## 取組内容

- 30団体個人ボランティアで組織する宮津市ボランティア連絡協議会があり、健康づくり運動推進地域リーダー90名、食生活改善推進員71名
- スポーツ推進委員が11名おり、巡回ニュースポーツ教室を開催
- 市内全地区(14地区)に健康広場を設立  
ウォーキングを中心とした健康づくり運動を展開

高齢者人口	7,370 人
高齢化率	37.7 %
認定率	24.1 %
第1号保険料月額	5,397 円

## 2 都道府県としての市町村支援の内容

- 第6期介護保険事業計画の策定に向けた進捗状況等調査により、国の介護予防モデル事業を実施する市町村を選定
- 打ち合わせにモデル市が必要とする支援を把握
- すでに、住民主体の通いの場が立ち上げられているので、今実施の取組にプラス $\alpha$ 的となる取組を紹介

### 3 宮津市の取組①

#### ■健康広場とは

- 歩くことから始める健康づくり運動を進めるため、宮津市から各自治連単位に立ち上げを呼びかけてきたもの。平成24年度から順次立ち上げられ、現在14地区(全地区)で設立。
- 住民が主体となり、運動面からの健康づくり事業を行うための組織。
- 健康づくり運動地域推進リーダーが中心となり、ウォーキングなどの健康づくり事業を企画・実施する。リーダーは現在90名、各地区6名程度。

#### ■市の関わり

- 広場事業を中心となって進めていただく「健康づくり運動地域推進リーダー」さんに対する研修会等の開催など、活動を円滑に進めていただくための側面的な支援。
- 広場事業を実施していただくための交付金を交付(10万円/年)

#### ■広場で実施する事業

- ・ウォーキングイベント(毎月第〇日曜日はウォーキングの日など)
- ・体力測定・ストレッチ、体操
- ・健康づくり講座の開催など

※基本的には誰でも参加できるものとして実施

### 3 宮津市の取組②

- ・活動には地域差はありますが、月1回程度(日曜日の午前)にウォーキングを開催される広場が多いです。楽しい要素を加えるなど、工夫しながら実施されています。
- ・その他、夜間に活動する広場や、ウォーキングでなく体操(ラジオ体操や認知症予防体操など)をメインに活動する広場など、地域の状況に応じて活動されています。

(課題)

- ・参加者が固定化して人数が増えていかない
- ・活動のマンネリ化
- ・運動意欲を向上させるため運動効果を分かりやすく示すこと など

## 4 都道府県としての来年度への抱負

### モデル事業の成果

- サイボウズを活用することで、オンデマンドで色々なアドバイザーからアドバイスをもらった。
- それを受けて、百歳いきいき体操の視察に行き、導入についての検討に至った。

### 市町村支援の課題

- ほとんどの市町村で、介護予防の取組は委託が主流なので、住民主体の通いの場の設置や新しい予防体操を導入することが難しい。
- 新しいことを導入することになるとその分市町村担当の手間がかかるため、担当者レベルでは導入が難しい。

### 来年度への抱負

- 総合事業への移行にむけて、住民通いの場の受け皿を作っていかなければならない。

# 大阪府

モデル市

岸和田市、羽曳野市

## 「やらかなソンやで介護予防」への道 ～大阪府「地域づくりによる介護予防推進支援モデル事業」報告～



### ◆大阪府基本データ◆平成24年度介護予防事業実施状況調査より

人口：8,887,317人 高齢者人口：2,091,313人 高齢者率23.5%

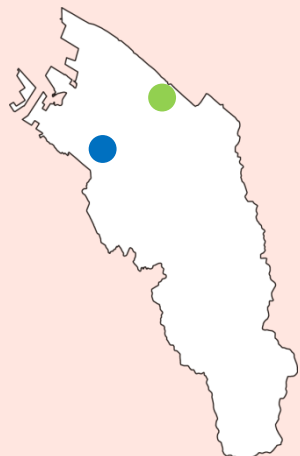
要介護認定率 19.7% 第5期保険料基準額(加重平均) 月額5,303円

基本チェックリスト回収率 53.3% 二次予防事業参加率 0.5%

“合理的” (?) な府民性に由来する「やってもしやあない(仕方ない)」介護予防と「使わなソンやで」介護保険から「やらかなソンやで介護予防」へ…なんとかしたい!でも、どうやって??

## 1 モデル市町村の基礎情報

## 岸和田市



## 凡例

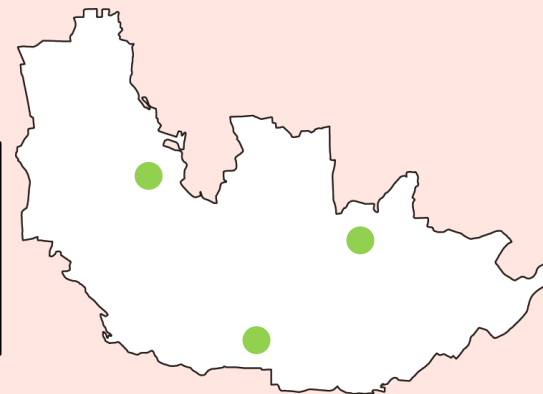
- 新規で立ち上がった通いの場
- モデル事業で活用した既存の通いの場

## 取組内容

- ・住民主体の通いの場を「いきいき百歳体操」を使用して展開していく戦略を策定
- ・介護保険課と地域包括支援センターが連携し、健康推進課の協力を得て、立上げ支援体制を構築
- ・モデル地区立ち上げ（2か所）、効果測定（→普及啓発の材料）

高齢者人口(H26.9.1時点)	49,163	人
高齢化率(H26.9.1時点)	24.5	%
認定率(H26.9.1時点)	21.8	%
第1号保険料月額(第5期)	5,483	円

## 羽曳野市



## 凡例

- 新規で立ち上がった通いの場
- モデル事業で活用した既存の通いの場

## 取組内容

- ・「誰でも歩いて行ける通いの場」「地域づくりのきっかけ」として「いきいき百歳体操」の地域展開
- ・地域のキーパーソンへの働きかけにより展開の足掛かり
- ・モデル地区立ち上げ（3か所）、効果測定（→普及啓発の材料）

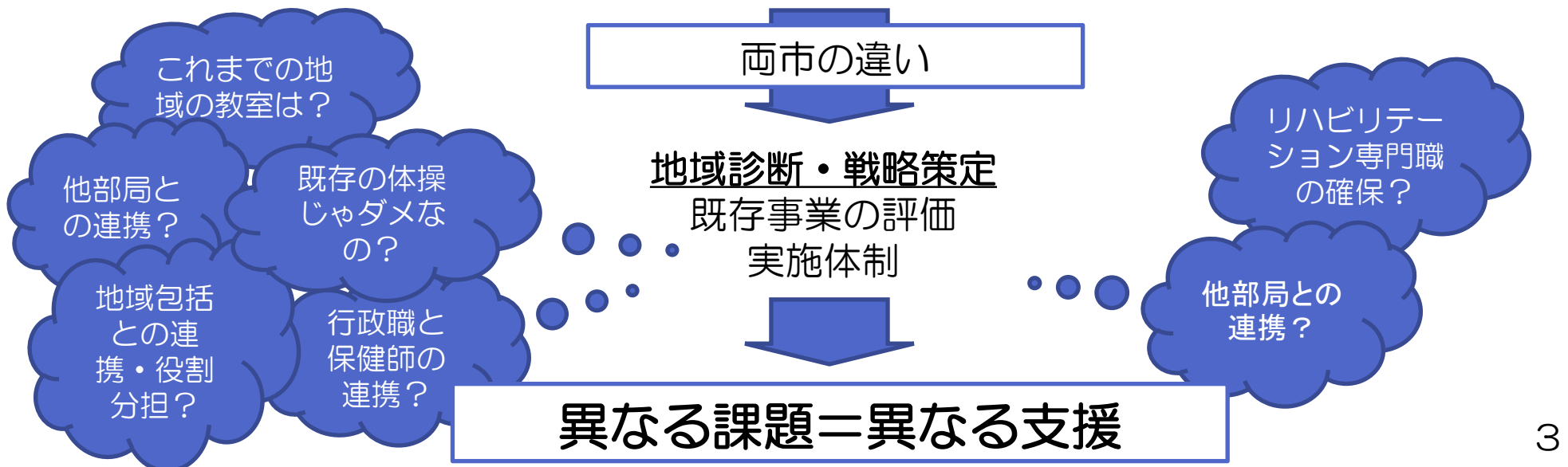
高齢者人口(H26.7.31時点)	30,808	人
高齢化率(H26.7.31時点)	26.7	%
認定率(H26.6.30時点)	20	%
第1号保険料月額(第5期)	5,095	円



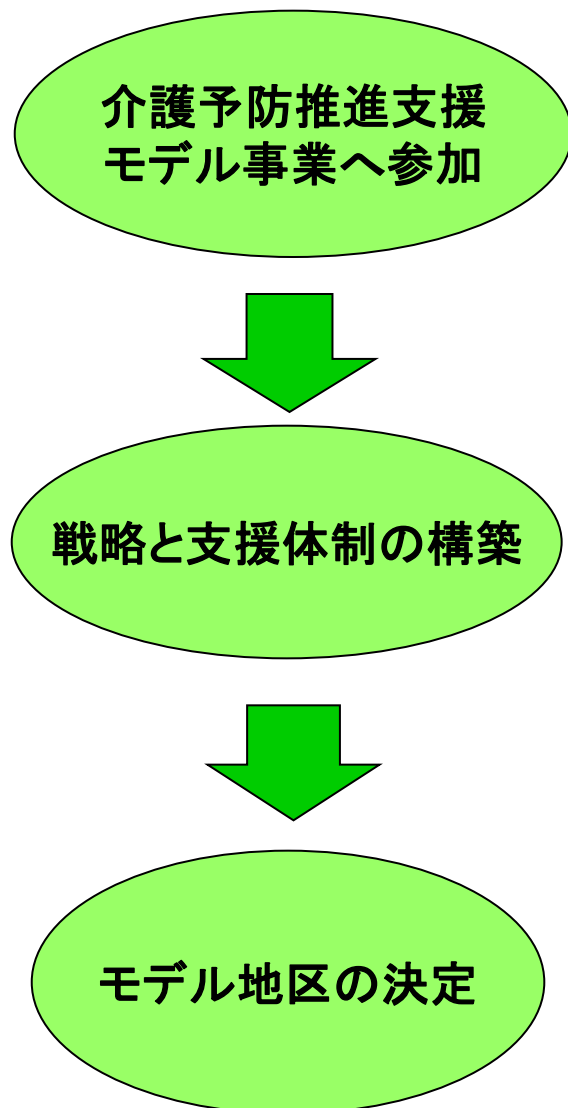
## 2 都道府県としての市町村支援の内容

### ■大阪府のモデル市（岸和田市・羽曳野市）■

岸和田市	項目	羽曳野市
201,372人（46,613人／23.1%）	人口（高齢者数／率）※H24年度	116,561人（29,316人／25.2%）
委託包括・6か所	地域包括支援センター	直営包括・1か所
オリジナル体操あり	既存の「オリジナル体操」	なし
委託の体操教室を地域展開	「住民活動」の地域展開	なし（教室型のみ）
行政職・専門職（保健師）	本事業の担当者	専門職（保健師）
他部門（健康部門）に在籍	リハビリテーション専門職	不在
既存の「地域の取組」の機能強化（自立化と身体機能向上の仕組み）	本事業に取り組んだ動機	新たな取組として「住民運営の通いの場」地域展開をスタート



## 3 岸和田市の取組①



・オリジナル体操を活用した体操教室を開催しているが、住民主体の活動に繋がらない現状と、すでに、地域で自主的に活動している団体へ運動器の機能強化を図る支援のため介護予防推進支援モデル事業への参加を決定した。

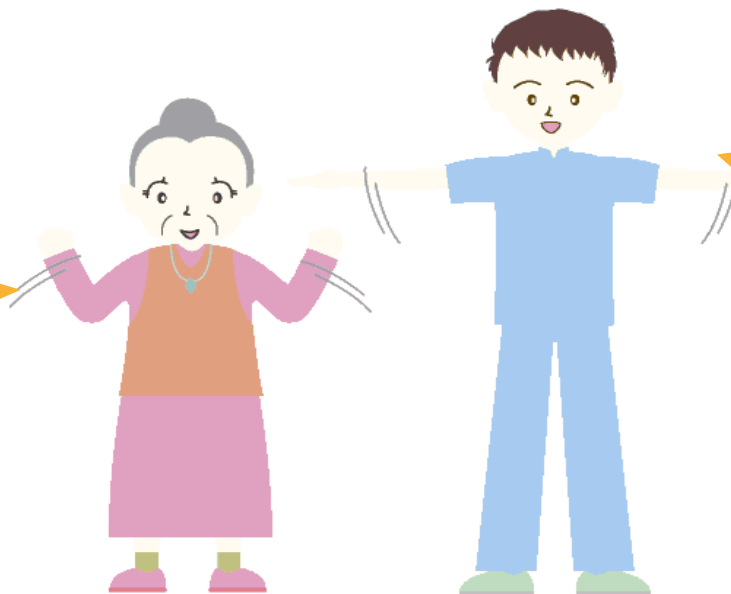
・住民主体の通いの場を「いきいき百歳体操」を使用して展開していく戦略を策定した。

・介護保険課と地域包括支援センターが連携し、健康推進課の協力を得て、立上げ支援体制を構築した。

・新たに通いの場として1地区とすでに地域活動を行っている2地区をモデル地区として「いきいき百歳体操」を実施することにした。

## 3 岸和田市の取組②

まだ初めて間もないのに、立ち座りが楽になってきている。3カ月後が楽しみだ。



楽しみながら準備をする様子や住民同士が助け合っている姿を見て、住民の力を信じられるようになった。

☆モデル地区の立ち上げまでを地域包括支援センターの保健師と介護保険課が連携し、実施支援は健康推進課のPTの協力を得られた。専門職がかかわることによって住民に安心感を与えることができた。

☆広域アドバイザー、地域密着アドバイザーからきめ細かなアドバイスと支援をうけ、実施体制を構築することができた。

☆今後は、まず、サポーターを育成し支援体制を強化し、計画的に住民主体の通いの場に「いきいき百歳体操」を増やしていく。

### 3 羽曳野市の取組①

担当者の悩み・・・

- ・教室を開催しても同じ人ばかりが参加する。
- ・教室に行きたいけど行けないという声も聞く。

→ そして、挑戦が始まった・・・

#### ステップ1

大阪府・アドバイザーとの  
打ち合わせ



#### ステップ2

先進地（島本町）への視察（1回目）  
・通いの場の見学  
・担当保健師さんから概要説明



#### ステップ3

先進地（島本町）への視察（2回目）  
・啓発初回のプレゼンテーション  
・グループワーク

羽曳野市内の病院から  
PTさんも来てくれた！！

いきいき百歳体操に  
取り組んでみよう！  
【できそう度 20%】

初回の啓発でやる気を引き出す。  
「やりましょう」と押し付けない。  
【できそう度 50%】

#### ステップ4

モデル地区のキー  
パーソンへの説明



#### ステップ5

モデル地区への技  
術支援（4回）



通いの場が3か所  
立ち上がった！！

PTさんも参加

なかなか好感触・・・  
【できそう度 70%】

あれこれ言う必要はない  
んだな・・・。  
【できそう度 90%】

自分たちでがんばりま  
す！うれしい声が  
【できそう度 100%】



## 3 羽曳野市の取組②

## K地区【モデル地区第1号】

- ・カラオケの前の準備体操にしようかな。
- ・メンバーに、市の老人クラブ連合会の会長さんがいます。「老人クラブで広めたるよ！」とうれしいお言葉。ありがとうございます！



畑するときとは違う筋肉使ってるんやな～。

体操の後は社交ダンスをしようと思います。特技がある人にはそれも教えてほしいな。



## H地区【モデル地区第2号】

- ・家の近くで体操できる場所がほしい！
- ・技術支援終了後には、「自分たちでがんばっていきます。」とうれしいお言葉。

## N地区【モデル地区第3号】

- ・町会の高齢化が進んでいるので、みんなで集まって体操がしたい！
- ・町会長さんや老人クラブの地区長さんも参加。技術支援最終日にはみんなでお茶会をしました。



家で閉じこもってる人にどんどん出てきてほしい。



## 4 都道府県としての来年度への抱負

### モデル事業の成果

- 行政担当者の意識は「変わる」…ぶれずに、信じて、根気よく
- 「市町村支援」とは…時に仲間として、時に憎まれ役として

「目的」を  
忘れない!

### 市町村支援の課題

- 思い込みの壁…「住民は依存的」「できるわけがない」→依存させたのは誰？
- 行政の壁…「行政の仕事＝お金・手を出す」「短期的な成果」→事業は「手段」

### 来年度への抱負

- 今年度の取組を通じて…  
既存事業の評価が大切  
役割分担を明確に  
「巻き込み」は徐々に
- 
- 来年度にむけて…  
今年度の経験を活かした  
市町村支援  
府自身のスキルアップ

# 兵庫県

モデル市

尼崎市、宝塚市、小野市

## 住民運営の通いの場の 拡大に向けて

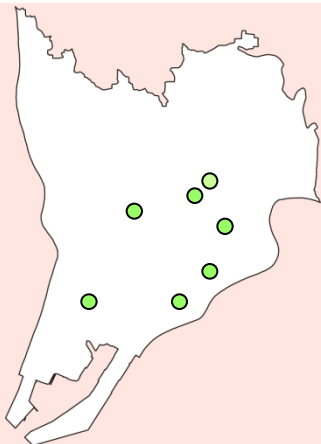
兵庫県では・・・

- 平成25年3月に「これからの介護予防の推進について」という冊子を作成し、今回の制度改正前から、住民主体の介護予防の必要性を市町に対し普及啓発
- その結果、住民運営の通いの場が2,877箇所（31／41市町、平成26年3月末現在）と県内市町に広がりを見せている。
- 一方、通いの場のうち、週1回以上体操を実施しているのは725箇所（24／41市町、平成26年3月末現在）となっており、介護予防に効果のある活動内容へ見直しを要すると考えられる通いの場がある。



# 1 モデル市町村の基礎情報

## 尼崎市



### 凡例

- 新規で立ち上がった通いの場
- モデル事業で活用した既存の通いの場

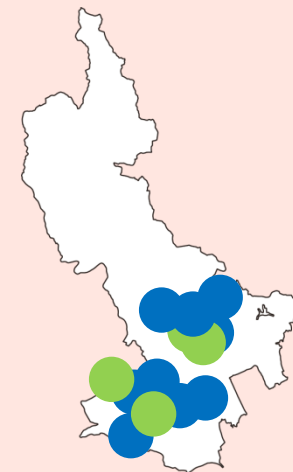
### 取組内容

- 説明会(尼崎市の概要・介護予防の必要性・いき百について)
- 初回支援(保健師による体操指導・体力測定・運営支援)
- 継続支援

高齢者人口	113,539 人
高齢化率	24.3 %
認定率	20.1 %
第1号保険料月額	5,341 円

(平成26年3月末 時点)

## 宝塚市



### 凡例

- 新規で立ち上がった通いの場
- モデル事業で活用した既存の通いの場

### 取組内容

- 市民が介護予防に関心を持ち、その必要性を理解する
- 高知市の取組をモデルに「いきいき百歳体操」の自主グループを立ち上げる
- 取組の評価

高齢者人口	57610 人
高齢化率	24.66 %
認定率	18 %
第1号保険料月額	4870 円

( 26.年3月末 時点)

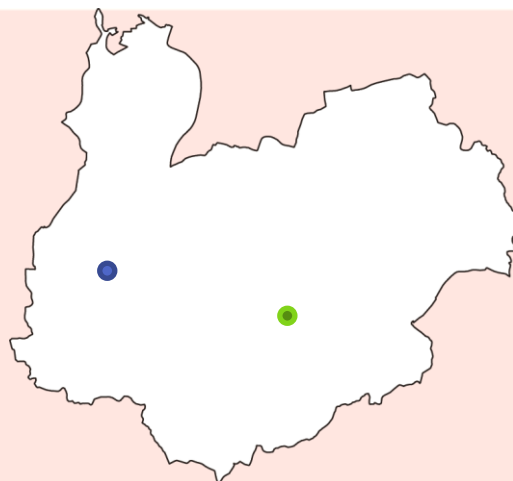


# 1 モデル市町村の基礎情報

## 小野市

### 凡例

- 新規で立ち上がった通いの場
- モデル事業で活用した既存の通いの場



### 取組内容

- モデル2町代表者と事業担当者に対し、広域AD等による取り組みに向けた研修会を実施した。
- 地域包括支援センター職員が、筋力維持向上体操である「いきいき百歳体操」を週1回ずつ計4回にわたり、体操指導や体力測定などの支援を行った。（体力測定は初回、3か月後・6か月後等実施）
- その後は各町による自主活動として継続実施に繋がっている。

高齢者人口	12,441 人
高齢化率	25.0 %
認定率	16.7 %
第1号保険料月額	5,100 円

（ H26.9末、介護保険料はH24.4 時点）

## 2 都道府県としての市町村支援の内容

平成26年	5月14日	県医師会へモデル事業内容説明
平成26年	6月16日	広域AD、密着ADと打合せ
平成26年	6月26日	広域AD、モデル市町担当者と打合せ
平成26年	7月 4日	介護予防推進会議で関係団体等にモデル事業内容説明
平成26年	7月25日	研修会（前半：全市町対象、後半：モデル市町対象）
平成26年	8月18日	小野市現地支援（広域AD、密着AD）
平成26年	10月17日	宝塚市現地支援（県担当者、広域AD、密着AD）
平成26年	11月17日	尼崎市現地支援（県担当者、広域AD）

### 3 尼崎市の取組①

H26年度、高齢介護課に認知症・介護予防担当を新設し、保健師2名配置。

4月 介護予防対策事業として「いきいき百歳体操」等に取り組むことになった。  
具体的なアドバイスを求めてモデル市に応募する。

市内の大学が介護予防のためのオリジナル体操を考案するので、老人センター、二次予防事業の受託先、高齢介護課が協働できないかと話がある。  
安価な物品、運動指導員や学生等人員も豊富と。何度も協議を重ねる。

5月 他市視察 姫路市・西宮市

モデル市関連の会議、介護予防に関する研修や視察から得た情報を基に、当課が取り組むのは「いきいき百歳体操」に決め、下半期での実施を目指して、広域アドバイザーや視察自治体担当者にも相談しながら準備にかかる。

11月 「いきいき百歳体操講演会・体験会」開催  
市民と関係機関職員含む市全体への周知をはかるための講演会を企画。  
講師は広域アドバイザーに依頼し実施(11月17日 100名超の参加)。

いきいき百歳体操の普及・啓発  
ホームページ・広報誌(介護保険だより等)・案内チラシの配布 等

11月からグループが立ち上がり、現在6G実施！！  
少しずつ浸透していき、説明会の依頼もどんどんと・・・  
※次年度は、保健師2名に加えてセラピストを嘱託採用予定



3 尼崎市の取組②

いきいき百歳体操を支えてくれる人が たくさんいること

自慢Point

主治医に歩くしかないと言われて2時間も手すり寄りかかって歩いている人がいるけど「いき百」できんかなあ？  
～虚弱な高齢者を知り尽くしているSCS

「いき百」できるようになったら、場所はうち使うて。やりたい住民も温存しとくし！  
～できることを待望し、モデル実施できた地域包括の保健師

できることはするから 言ってね。～課内職員の協力

購入したPCとプロジェクター、ビデオが使えるように伝授してくれる担当以外の職員みなさん

私らより もっと弱い外に出られん人を誘わんとあかんわ～説明会にて

ここにある500g錘が使えるように続けましょう～元デイ事業所の会場代表者

頼まんでも、とっかえひっかえ誰かが送り迎えしてくれるから、奥さんもついとらんでええねん～要介護の認知症の方が参加しているグループ代表者

午前中にして もええもんやなあ 2部制にしようか～都合で時間変更してもらったグループ

DVDは町会で買おうや～説明会参加住民

血圧計ならうちの持つてくるで。～説明会参加者

カーテン開けてくわ。男の人らものぞきはるから、誘えるし～市住集会所参加者

「体操に行かな」と水曜は早起きします～9:30開始会場の最高齢者

## 3 宝塚市の取組

## Takarazukaの元気な仲間たち

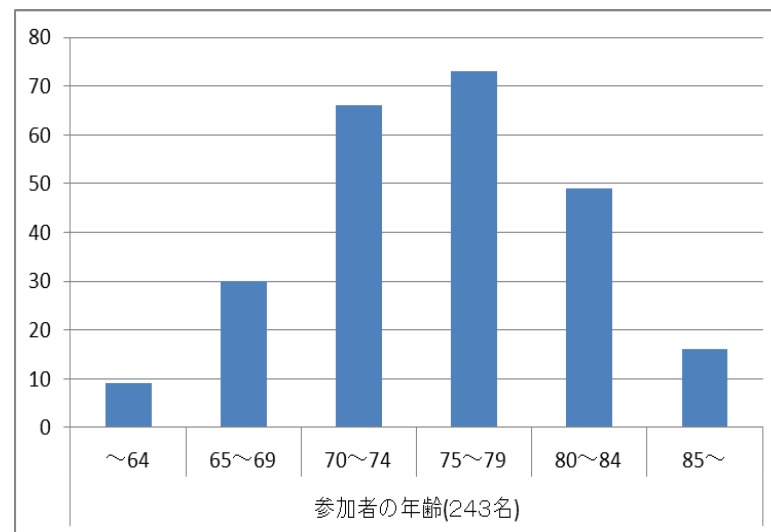
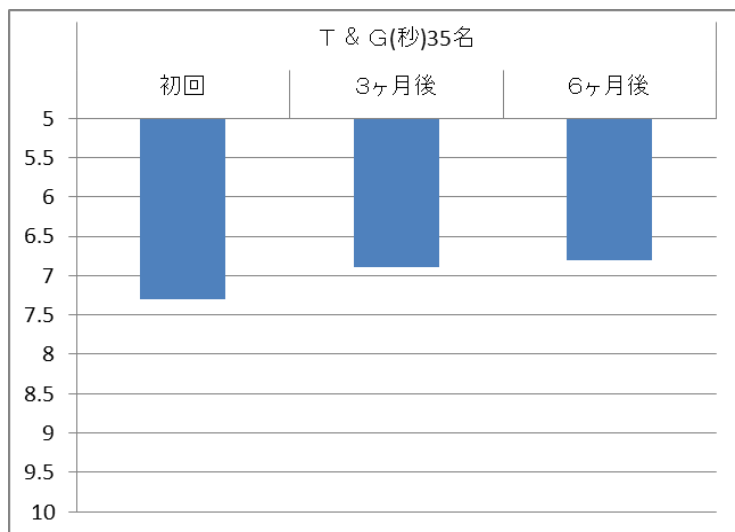
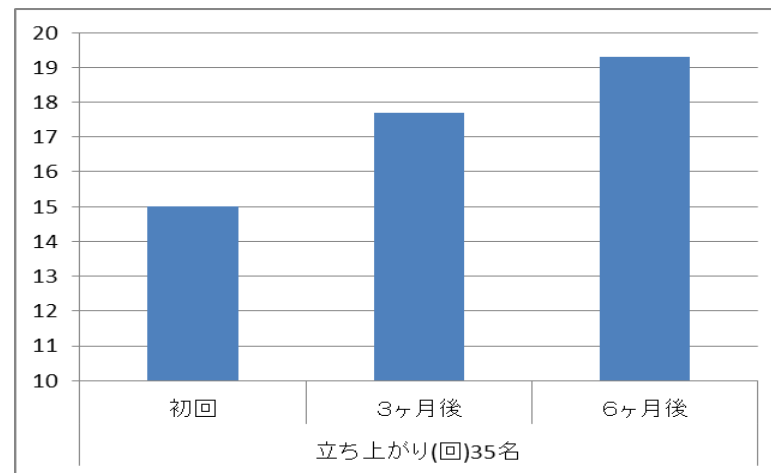
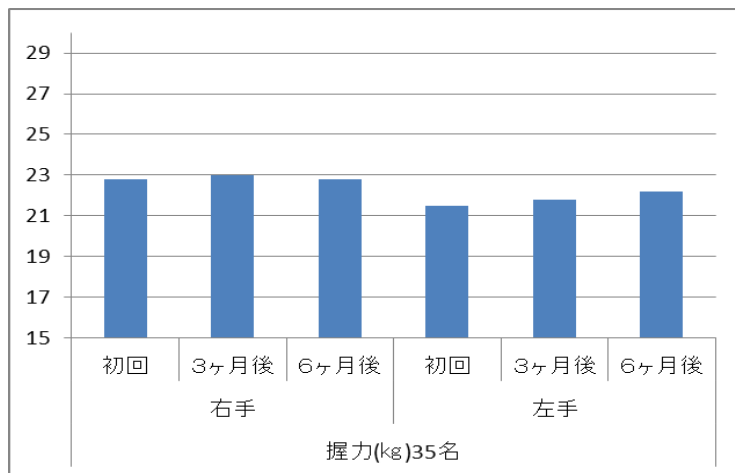
宝塚のいきいき百歳第一号グループを紹介します！

メンバーは58～92歳の20名。リーダーが民生委員をしておられ、市の取組情報をいち早くキャッチ。思い立ったが大安吉日。まずは包括支援センターに連絡をして開催の意向を伝え、包括支援センターが市に連絡。

市の担当者は何せ初めてで、今までの健康教育とは違う切り口にドキドキしながら初期介入4回。・・・このグループの大成功をきっかけに現在13か所に拡大。いやはや30年近く健康教育をしてきた担当者(私)としてはビックリの「市民力」。なぜ今まで気付かなかったのか。でも今からでも遅くない！「今までがあったからこれからがある」

高知市・洲本市・西宮市・津山市の担当者さんに元気をもらいながら、宝塚に元気の重錘バンドを配りました。結果、市民の皆さんから元気の倍返しがありました。

### 3 宝塚市 全体の評価





- 血圧を測ってます。(地域の保健師さん? 心強いです)





- みんなでいきいき頑張ってます。





- 体操終了！お疲れ様。いい笑顔



### 3 小野市の取組①

・平成25年度までは介護予防事業は月1回実施の教室や、各町公民館への出前教室を行い、「おの楽しく体操」を家庭や地域で実践する方向で開催してきた。介護予防事業効果をより高め、地域の自主活動に繋がる教室として平成26年度は、筋力の維持、向上を目指す「いきいき百歳体操」をモデル2町で実施した。介護予防国モデル事業で教室取り組みの詳細を学び、実践に繋がった。モデル町の実績を評価し、次年度は事業拡大を図る方向で取り組む。

#### 【工夫した点】

- ・各町のリーダーや参加者の意見や要望を積極的に取り入れた。
- ・救急時の対応や緊急連絡先、主治医への教室参加の了解をとるなどを行った。
- ・実施にあたり注意を繰り返し行った。  
(実施回数、重錘の利用の仕方、新規参加者への説明の徹底等)

3か月後の評価として、実施した体力測定等(体力に関する項目としては膝伸展筋力、握力、開眼片足立ち、TUG、長座体前屈)を実施し、平均値が改善した。6か月後の判定が楽しみである。

## 3 小野市の取組②

## 河合西町公民館



隣は牛舎「モォー」という声でのどかな場所ですが「いきいき百歳体操」に取り組むみなさんは真剣そのものです。

最年長96歳の男性は背筋もしゃんとされ、みなさんのお手本です。

膝伸展筋力測定。  
理学療法士も参加者も一生懸命です。

## 天神東が丘公民館





## 4 都道府県としての来年度への抱負

### モデル事業の成果

市町職員（広域AD）が他市町職員を支援するという流れができた。

### 市町村支援の課題

来年度は、モデル事業を実施しないため、アドバイザーの立場ではない市町職員による他市町への支援を、県としてどのように支援するかが課題。

### 来年度への抱負

今年度のモデル事業の成果を含め、「住民主体の介護予防の手引き」を作成し、全市町に配布する。

# 和歌山県

モデル市

紀美野町・有田川町

## 住民の力を信じて やってみました

和歌山県の高齢化率は、28.6%(平成26年1月現在)となっています。また、平成32年(2020年)には本県の高齢化率は、33.5%と見込まれており、全国より早く、ほぼ3人に1人が高齢者という社会を迎えるものと予想されています。また、本県ではモデル町である、紀美野町や有田川町のような中山間地域では、より高齢化が進んだ地域も多い状況です。

目指すべき豊かな長寿社会の目標像として「高齢者が安心して、いきいきと暮らすことができる和歌山」を掲げています。

## 1 モデル市町村の基礎情報

## 紀美野町

福祉センター

貴志川

## 凡例

- 新規で立ち上がった通いの場
- モデル事業で活用した既存の通いの場

## 取組内容

- ・いきいき百歳体操の実施場所選定
- ・地元にPR
- ・いきいき百歳体操立ち上げ

高齢者人口	4,055 人
高齢化率	41.07 %
認定率	24.7 %
第1号保険料月額	5,900 円

(平成26年9月時点)

## 有田川町

## 凡例

- 新規で立ち上がった通いの場
- モデル事業で活用した既存の通いの場

## 取組内容

- ・訪問調査により地区把握・地区診断
- ・訪問の結果を地区懇談会の場で住民と共有
- ・体操の啓発を実施し住民主体の運営へと支援

高齢者人口	8,215人
高齢化率	30.0%
認定率	21.0%
第1号保険料月額	4,700円

(平成26年3月末時点)

## 2 都道府県としての市町村支援の内容

県としてモデル町にどのような支援が効果的な考えた。



### モデル町も、県も初めての事ばかり

- ・住民運営の通いの場？「本当に住民が運営してくれるの？」

### ★大切な事は、情報・気持ちの共有

- ・担当者会議やMAIL等で町と連絡をこまめに取った。  
(県密着ADも、モデル町との担当者会には必ず参加してもらった。)
- ・県と県密着ADと連絡を取り合い、担当者会議で伝える内容の協議を行った。
- ・県密着ADは、モデル町に進捗状況など連絡を取り合った。
- ・和歌山県の広域AD滋賀県草津市へ現地調査を行った。  
住民運営の通いの場を見学し、住民の方からお話を聞き、その後木村広域ADから住民への説明方法等具体的に教えて頂き、教室運営のイメージがつかめた。

### 3 紀美野町の取組①

①どの地区で実施するかを検討。

⇒高齢化率62%と、町内での過疎化の先進地で実施とした。

②会場となる場所の選定。

⇒民家がある程度密集し、みんなが集いやすい場所は？！

診療所兼出張所なら、平日いつでも開いているので集いやすいのではと検討。

③対象地区のサロンでいきいき百歳体操紹介。

⇒すぐに反響あり、プレゼンテーションの日程が決まる。

④区長さんに依頼し、回覧でプレゼンを周知。

⑤プレゼン実施。

⇒ほぼ即決で継続が決まる。診療のない時間で集まることになった。





## 3 紀美野町の取組②

## 自慢Point



ここは、診療所兼出張所の待合です。  
10名前後と参加者は少ないですが、みんな  
で誘い合って続けてます。  
ちなみに、平均年齢は75歳。  
リーダーはいませんが、なんとなく集まった  
メンバーで助け合ってます！！

有田川町と合同で草津市からの指導を受けました。  
みんな、気持ちはまだまだ青春時代でした。



3 有田川町の取組① ～集いの場ができるまで&その後～ 4コマ漫画

住民代表との調整～地域一団となって～

地元の事は地元の人に相談するのが一番！区長さんや民生委員さん、老人クラブ会長さんに相談。

住民の声は聴いたものの…。どうやって集いの場を立ち上げていこうか？住民主体でなければ続かない！



地元の医師にも知ってもらおう！住民は先生を信頼しているし

3

役場の机上で考えていても…(><)

チェックリストによる訪問調査から1人1人の声を聞こう！地区の65歳以上の訪問調査を実施



まずは地域を知ろう

有田川町は、10年前に旧3町が合併した町。高齢化は30%だけど、山間部では限界集落も珍しくない！

役場は考えた！このままではいけない！何とかもっと町民みんなが元気になる方法はないだろうか？！

1

主体的な集まりへ～モチベーションを上げるために～

体力測定の結果、数値的な変化と共に気持ちや意欲の変化がありみんなで共有した

町の広報で紹介「広報にのってうれしい！」隣の地区からも「見たよ！」と大反響

同じように始めた紀美野町さんとの交流会「紀美野町の人とも交流できたり広域ADの話良かったわ」



3ヶ月が経過「年末年始は忙しいけど休んだら休み癖つくから早々に始めよか。」と継続へ



4

住民との話し合い(地区懇)

以前、サロンがあったがなくなってしまった。

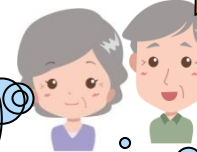
訪問調査後、その結果について地区懇談会で、直接住民の声を聴いてみた。

よそへはあまり行きたくない。近くで自分達で集まりたい

健康のためにも集まりの場がほしい！

年金の足しに少しでも働きたい

不便でも農業してここで住みたい



2

## 3 有田川町の取組②

## 自慢Point

住民の力ってすごい！  
実は主体的？

地域が広く交通の便が悪い過疎地域。  
送迎の問題が必ずと言っていいほど出てくる状況。  
役場から来るなら集まると言った依存的な住民性だと思っていた……  
住民主体の集まり。続いていくのだろうか不安の中1ヶ月が過ぎのぞいてみると



おもりの装着は  
お隣さんのこと  
気かけながら

「DVDなんて初め  
て!?無理無理!」と最  
初。操作方法を絵で書き  
渡すとみんなで交代して  
操作するように

DVDは自治会に交渉  
し買ってもらった！  
操作は私たちに任せと  
いて！

紀美野町での研修会  
へも積極的に参加

最初は車で送っ  
てもらったけど  
今は手押し車で  
来る日もあるな  
ど、移動方法に  
も変化が！



## 住民の声

- ・近くであるので行きやすいよ！
- ・体が動きやすくなったよ
- ・とにかくみんなで集まれるので楽しいよ！
- ・たまに休むと体が硬い。  
やっぱり続けんとあかんなあ

## 4 都道府県としての来年度への抱負

### モデル事業の成果

- ・住民自らの力で教室運営を続けている事。
- ・住民の中から自然に役割分担ができています。
- ・住民の声・・・この教室に来るのが楽しい。
- ・教室を休んだ人を気にかける。

★地域づくりに繋がっている事に気づいた。

### 市町村支援の課題

- ・地域診断(地域を知る。地域と繋がる)の重要性、再確認をすること。
- ・全県へ展開するためには、県内モデル町の好事例の積み重ねが必要。
- ・今までの介護予防教室運営方法と異なることを市町村職員に理解してもらう。

### 来年度への抱負

- ・モデル町住民同士で交流会を計画中。口コミで広がる事を期待。
- ・来年度末に、県内で「地域づくりによる介護予防推進事業」の事例発表ができるようモデル町である、紀美野町・有田川町で教室の箇所数の増加を図る。