



地方独立行政法人

東京都健康長寿医療センター

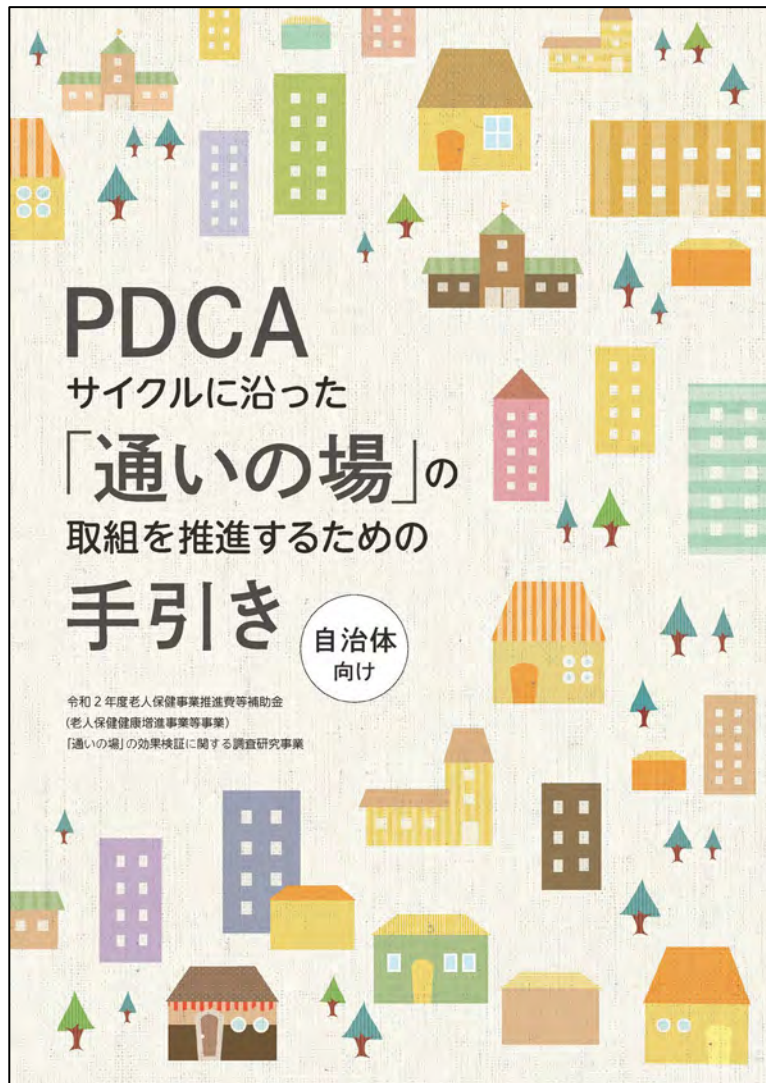
令和5年度

PDCAサイクルに沿った取組の推進に資する研修会

効果検証と評価の枠組み (Act-Recipe)

野藤 悠

東京都健康長寿医療センター研究所
社会参加とヘルシーエイジング研究チーム 研究員

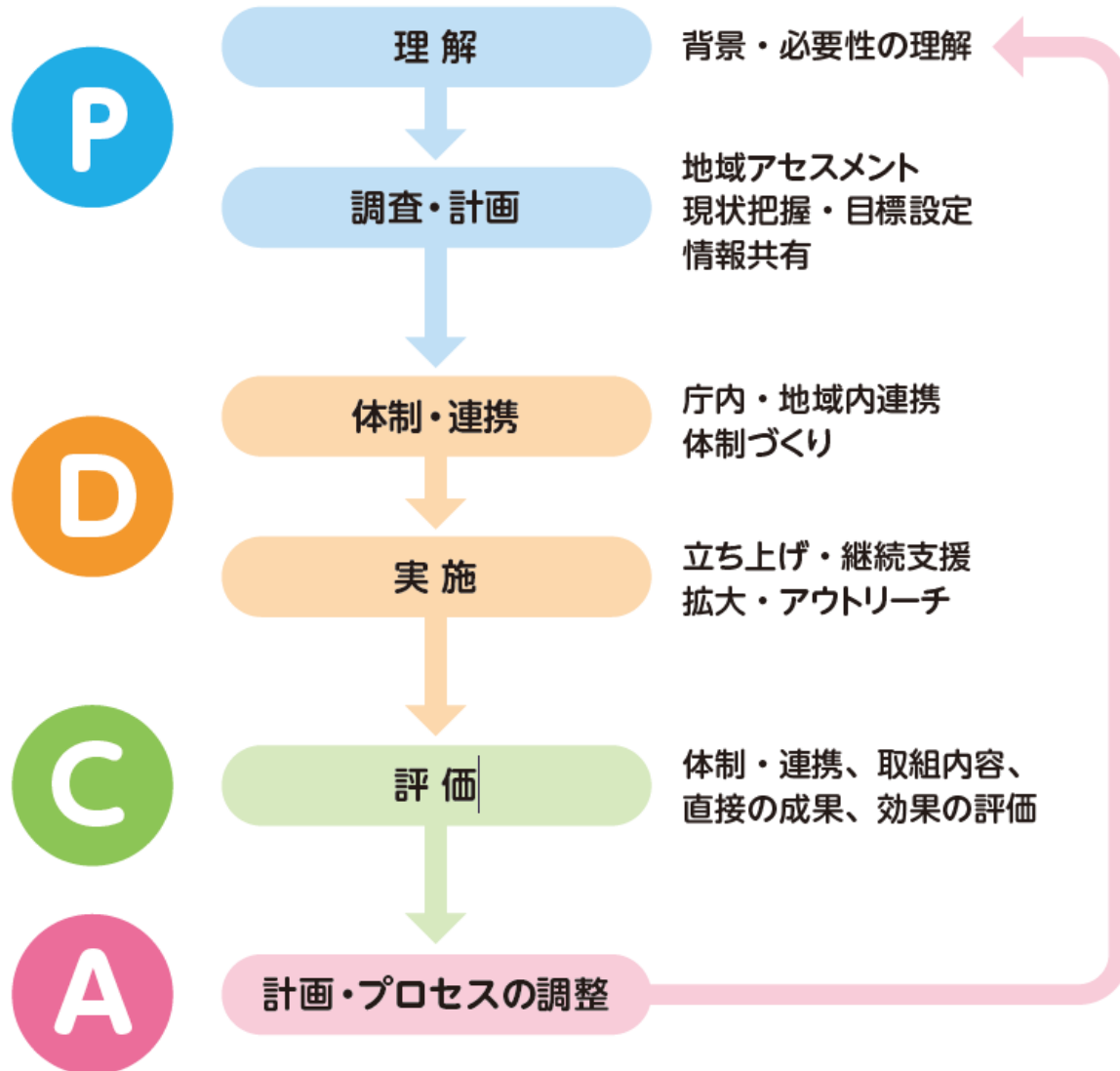


特長：

- 行政担当者が、PDCAサイクルに基づいて事業として推進・評価する場面を想定。
- 推進・評価の枠組み（ACT-RECIPE）を提示。
- ✓ 各局面で留意すべき10のコア項目とそれに付随する小項目をチェックリスト形式で掲載。
- ✓ 「一般介護予防事業評価事業」「保険者機能強化推進交付金」等の国の指標とも整合。

厚労省 老人健康増進等事業(R2)
厚生労働科学研究(R3・4) 研究班
研究代表者：藤原佳典

行政におけるPDCAサイクルの流れ



① 地域づくりによる介護予防の背景を理解している

理解

小項目(当てはまる項目に✓)

✓

1 介護予防・フレイル予防の要点を理解している

2 介護予防・フレイル予防の要点を住民や関係者に説明できる

3 通いの場の必要性を理解している

4 通いの場の必要性を住民や関係者に説明できる



図 13 フレイルの予防習慣“3プラス1”



東京都介護予防・フレイル
予防ポータルサイト

2 調査結果等から地域の強みと弱み、 通いの場の現状を把握している

調査・計画	
小項目(当てはまる項目に✓)	✓
1 少なくとも数年に1 度程度、地域診断の際に調査(ニーズ調査等)を活用している	
2 地域にある通いの場の実施状況(場の数、活動頻度、内容、運営者等)を把握している	
3 通いの場の参加者の状況(性別、年齢層、健康状態、要支援・要介護認定者の参加の有無等)を把握している	
4 地域の強みと弱みを把握している	

通いの場の
類型化も
参考に!

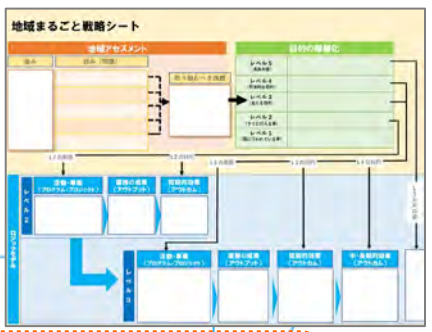
「運営」がなされていない活動	「運営」がなされている活動 行政が、通いの場として、把握することが望ましい活動の場・機会
タイプ0 住民を取り巻く多様なつながり 例) 月1回未満の住民の集まりや、月1回以上であっても、挨拶程度の関係性(喫茶店やファミレス、フィットネスジムや銭湯、犬の散歩等、顔なじみ同士の関係)	タイプⅠ 共通の生きがい・楽しみを主目的とした活動 例) 趣味活動(運動系、文化系活動等)、総合型地域スポーツクラブ、就労的活動、ボランティア活動の場等の社会貢献活動等 タイプⅡ 交流(孤立予防)を主目的とした活動 例) 住民組織が運営するサロン(補助金の有無にかかわらず)、地域の茶の間、老人クラブ等 タイプⅢ 心身機能の維持・向上等を主目的とした活動 例) 住民組織が運営する体操グループ

図 8 主目的による通いの場の分類

注) 運営手法(屋内外、料金の有無、多世代の参加、民間企業等の関与の有無等)は問わない

③ 重点課題を明確にし、 課内で共有している

しっかりとした計画を立てるには
「戦略シート」を活用



調査・計画

小項目(当てはまる項目に✓)

- 1 通いの場に関する地域の弱み(問題点)を洗い出している
- 2 重点的に取り組むべき課題(重点課題)を決めている
- 3 上記を課内で協議・共有している

簡単にアセスメントするには「ACT-RECPE+」を活用

こんな視点で!!

地域の強み		()
地域の弱み		☐ 運動機能低下:多 ☐ 低栄養:多 ☐ 口腔機能低下:多 ☐ 社会参加:少 ☐ その他 () ()
通いの場の現状	数・分布	☐ 不足している地域がある ☐ 全体的に不足している
	頻度・内容	☐ 週1回未満が多い ☐ 地域の弱みに対応した場が少ない
	参加者・運営者の状況	☐ 参加率が低い ☐ 新規の参加が少ない ☐ 担い手不足 ☐ 男性が少ない ☐ ハイリスク者が少ない ☐ 参加者の高齢化
重点課題		☐ 新規立ち上げ ☐ 継続支援(機能強化、参加者の拡大等) ☐ その他 ()

4 重点課題の解決に向けた 実施計画・目標値を策定している

調査・計画

小項目(当てはまる項目に✓)

1

重点課題に対する取組内容を策定している

2

取組の年間計画を決めている

3

取組の目標や目標値を設定している

4

役所内の他事業とどのように連動させるかを整理している

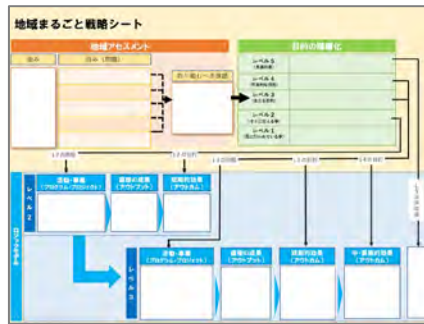
5

連携が必要な機関・組織を整理している

6

上記を課内で協議・共有している

しっかりとした計画を立てる
には「戦略シート」を活用



重点課題の課題解決に向けて		計画	実施		計画	実施
体制・連携	行政内の他部署と連携	☐	☐		☐	☐
	他機関と連携					
	・地域包括支援センター	☐	☐	・介護サービス事業者	☐	☐
	・保健所	☐	☐	・NPO 法人	☐	☐
	・社会福祉協議会	☐	☐	・協同組合	☐	☐
	・シルバー人材センター	☐	☐	・民間企業	☐	☐
	・医療機関	☐	☐	・その他 ()	☐	☐
	・社会福祉法人	☐	☐			
	職能団体と連携					
	・理学療法士	☐	☐	・管理栄養士 / 栄養士	☐	☐
取組状況	・作業療法士	☐	☐	・歯科衛生士	☐	☐
	・言語聴覚士	☐	☐	・その他 ()	☐	☐
	・薬剤師	☐	☐			
	住民組織と連携					
	・住民ボランティア	☐	☐	・各種推進員	☐	☐
	・自治会・町会	☐	☐	(食生活改善推進員		
	・老人クラブ	☐	☐	スポーツ推進員等)		
	・民生委員・児童委員	☐	☐	・その他 ()	☐	☐
	支援者・ボランティアの養成講座					
	支援者・ボランティアのスキルアップ講座					
	個別相談					
	専門職の定期的な関与					
	通いの場の機能強化支援					
	広報活動					
	地域ケア会議との連携					
	総合事業サービス(サービスC等)との連携					
	生活支援体制整備事業との連携					
	通いの場での健康チェック					
	通いの場での栄養指導					
	通いの場での口腔ケア					
	その他 ()					

5 評価計画が明確である

調査・計画	
小項目(当てはまる項目に✓)	✓
1 体制・連携や取組の実施状況の評価方法を決めている	
2 取組による直接の成果(通いの場の数や参加者数等)の評価方法を決めている	
3 取組による効果の評価方法を決めている	

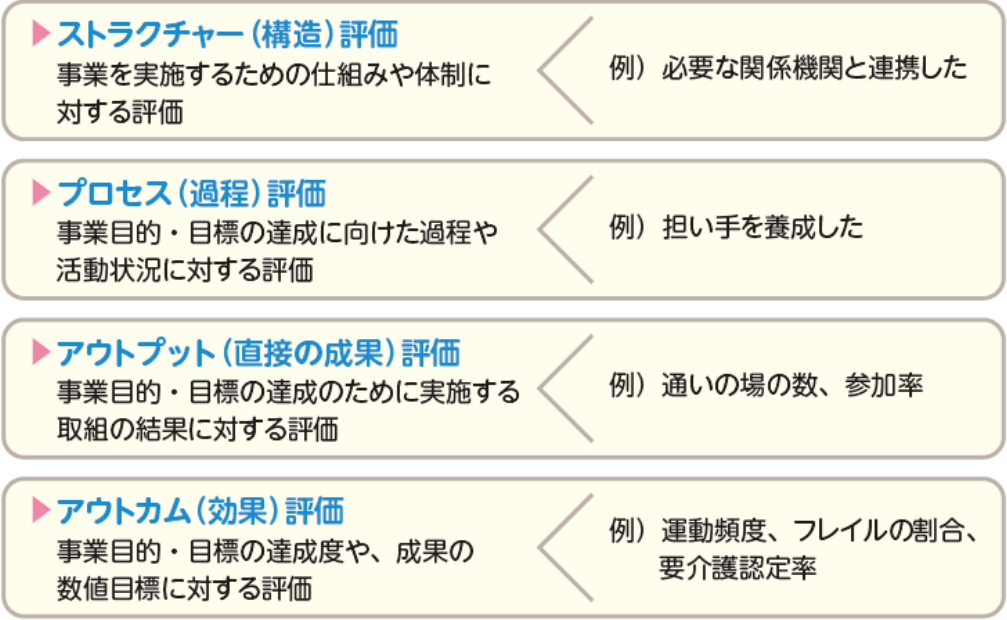
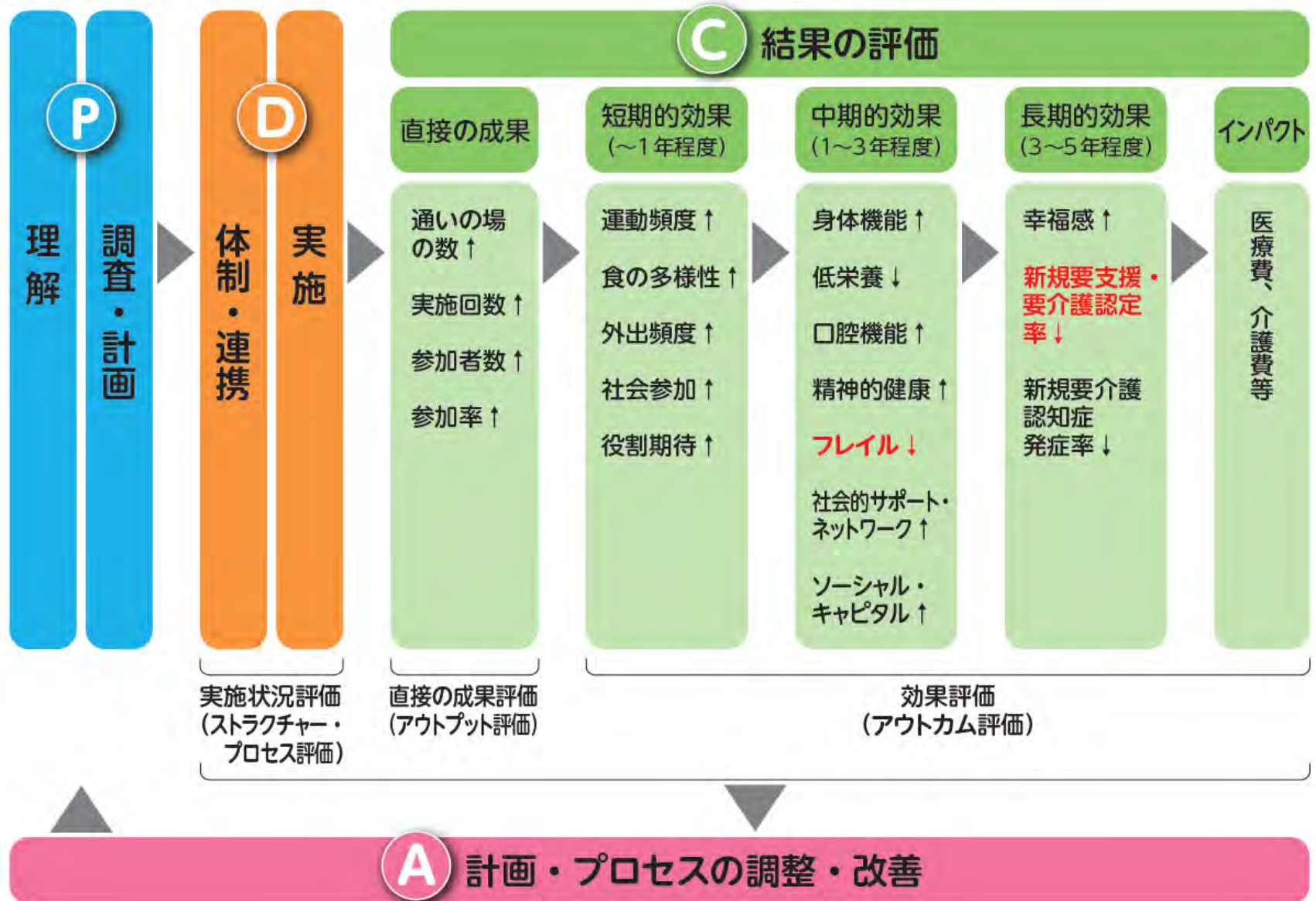


図 15 保健事業の評価で用いられる用語

通いの場等の効果評価のロジックモデルと具体的な評価指標



評価計画の立て方の基本：誰が、何を、いつ、どこで・どのように

- **誰が（Who）** 行政担当者、専門職、住民（介護予防サポーター） など

下記の3つは、目的に応じた組み合わせで検討する。

- **何を（What）**

- **いつ（When）**

- **どこで・どのように（Where・How）**



6 重点課題の解決に必要な
行政内外の機関・組織と連携している

体制・連携

小項目(当てはまる項目に✓)	✓
1 行政内の他部署・支局(出張所等)と連携している	
2 他機関と連携している	
3 職能団体と連携している	
4 住民組織と連携している	

重点課題の課題解決に向けて		計画	実施			計画	実施
体制・連携	行政内の他部署と連携	☐	☐			☐	☐
	他機関と連携						
	・地域包括支援センター	☐	☐	・介護サービス事業者		☐	☐
	・保健所	☐	☐	・NPO 法人		☐	☐
	・社会福祉協議会	☐	☐	・協同組合		☐	☐
	・シルバー人材センター	☐	☐	・民間企業		☐	☐
	・医療機関	☐	☐	・その他 ()		☐	☐
	・社会福祉法人	☐	☐				
	職能団体と連携						
	・理学療法士	☐	☐	・管理栄養士 / 栄養士		☐	☐
取組状況	・作業療法士	☐	☐	・歯科衛生士		☐	☐
	・言語聴覚士	☐	☐	・その他 ()		☐	☐
	・薬剤師	☐	☐				
	住民組織と連携						
	・住民ボランティア	☐	☐	・各種推進員		☐	☐
	・自治会・町会	☐	☐	(食生活改善推進員			
	・老人クラブ	☐	☐	スポーツ推進員等)			
	・民生委員・児童委員	☐	☐	・その他 ()		☐	☐
	支援者・ボランティアの養成講座					☐	☐
	支援者・ボランティアのスキルアップ講座					☐	☐
	個別相談					☐	☐
	専門職の定期的な関与					☐	☐
	通いの場の機能強化支援					☐	☐
	広報活動					☐	☐
	地域ケア会議との連携					☐	☐
	総合事業サービス(サービスC等)との連携					☐	☐
	生活支援体制整備事業との連携					☐	☐
	通いの場での健康チェック					☐	☐
	通いの場での栄養指導					☐	☐
	通いの場での口腔ケア					☐	☐
	その他 ()					☐	☐

7 重点課題の解決に必要な取組を実施している

実施

小項目(当てはまる項目に✓)	✓
1 支援者・ボランティアの養成、スキルアップを行っている	
2 通いの場の立ち上げ支援を行っている	
3 通いの場の継続支援を行っている	
4 住民の参加を促す取組を行っている	
5 他事業と連携している	
6 保健事業と介護予防の一体的実施を行っている	
その他の取組を実施している()	

重点課題の課題解決に向けて		計画	実施		計画	実施
体制・連携	行政内の他部署と連携	☐	☐		☐	☐
	他機関と連携					
	・地域包括支援センター	☐	☐	・介護サービス事業者	☐	☐
	・保健所	☐	☐	・NPO 法人	☐	☐
	・社会福祉協議会	☐	☐	・協同組合	☐	☐
	・シルバー人材センター	☐	☐	・民間企業	☐	☐
	・医療機関	☐	☐	・その他 ()	☐	☐
	・社会福祉法人	☐	☐			
	職能団体と連携					
	・理学療法士	☐	☐	・管理栄養士 / 栄養士	☐	☐
取組状況	・作業療法士	☐	☐	・歯科衛生士	☐	☐
	・言語聴覚士	☐	☐	・その他 ()	☐	☐
	・薬剤師	☐	☐			
	住民組織と連携					
	・住民ボランティア	☐	☐	・各種推進員	☐	☐
	・自治会・町会	☐	☐	(食生活改善推進員		
	・老人クラブ	☐	☐	スポーツ推進員等)		
	・民生委員・児童委員	☐	☐	・その他 ()	☐	☐
	支援者・ボランティアの養成講座				☐	☐
	支援者・ボランティアのスキルアップ講座				☐	☐
	個別相談				☐	☐
	専門職の定期的な関与				☐	☐
	通いの場の機能強化支援				☐	☐
	広報活動				☐	☐
	地域ケア会議との連携				☐	☐
	総合事業サービス(サービスC等)との連携				☐	☐
	生活支援体制整備事業との連携				☐	☐
	通いの場での健康チェック				☐	☐
	通いの場での栄養指導				☐	☐
	通いの場での口腔ケア				☐	☐
	その他 ()				☐	☐

8 通いの場事業を評価している

評価

小項目(当てはまる項目に✓)	✓
1 体制・連携を評価している	
2 取組の実施状況を評価している	
3 直接の成果を評価している	

✓ 通いの場の数、年間実施回数、参加者数、参加率など

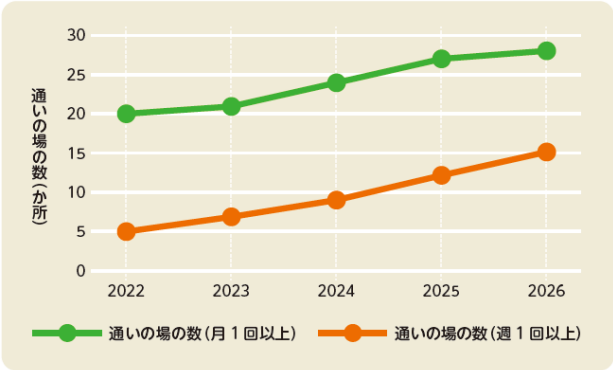


図 20 通いの場の数の推移：グラフ(例)

重点課題の課題解決に向けて			計画	実施		計画	実施	評価	
								判定	理由
体制・連携	行政内の他部署と連携		☐	☐		☐	☐		
	他機関と連携								
	・地域包括支援センター		☐	☐	・介護サービス事業者	☐	☐		
	・保健所		☐	☐	・NPO 法人	☐	☐		
	・社会福祉協議会								
	・シルバー人材センター								
	・医療機関								
	・社会福祉法人								
	職能団体と連携								
	・理学療法士								
・作業療法士									
・言語聴覚士									
・薬剤師		☐	☐		☐	☐			
住民組織と連携									
・住民ボランティア		☐	☐	・各種推進員	☐	☐			
・自治会・町会		☐	☐	(食生活改善推進員					
・老人クラブ		☐	☐	スポーツ推進員等)					
・民生委員・児童委員		☐	☐	・その他 ()	☐	☐			
取組状況	支援者・ボランティアの養成講座		☐	☐		☐	☐		
	支援者・ボランティアのスキルアップ		☐	☐		☐	☐		
	個別相談								
	専門職の定期的な関与								
	通いの場の機能強化支援								
	広報活動								
	地域ケア会議との連携								
	総合事業サービス(サービスC等)								
	生活支援体制整備事業との連携								
	通いの場での健康チェック		☐	☐		☐	☐		
通いの場での栄養指導		☐	☐		☐	☐			
通いの場での口腔ケア		☐	☐		☐	☐			
その他 ()		☐	☐		☐	☐			

✓ PLANのフェーズで想定していた機関・組織と連携できたか？

✓ その質はどうだったか（形骸化していないか）等？

✓ PLANのフェーズで想定していた取組を実施できたか？

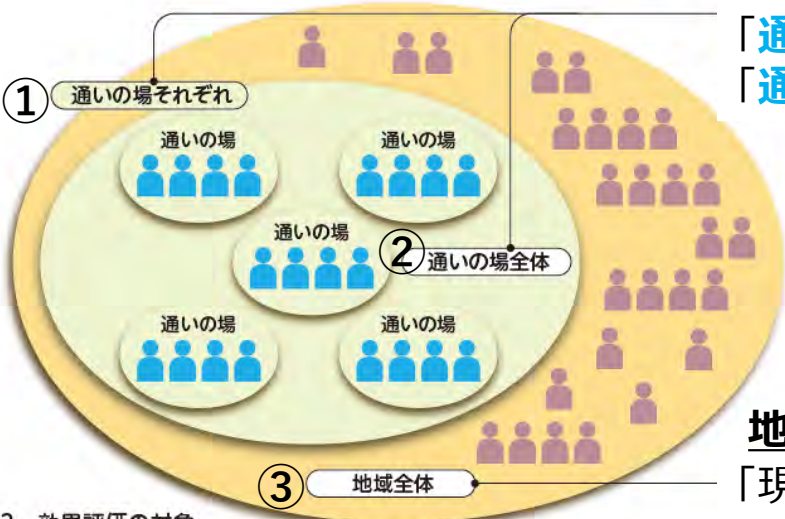
✓ その質はどうだったか（効果的に実施できたか）等？

9 通いの場の効果を評価している

評価	
小項目(当てはまる項目に✓)	✓
1 通いの場の参加者を対象にした調査・評価を随時行っている	
2 高齢者全体を対象に、個人を識別した調査を、少なくとも数年に一度実施している	
3 個人を識別した調査において、通いの場の参加者と非参加者を識別できる	
4 個人を識別した調査データ(通いの場の参加状況やアンケートデータ等)と医療・介護保険情報等を結合できる	

理想的な評価に必要な要件

通いの場の効果評価の対象は3つ



参加した人がどう変わったか？

「**通いの場の参加者**を対象に調査」または
「**通いの場の参加者**、**非参加者**を対象に比較調査」

地域がどう変わったか？

「**現行のニーズ調査**」を活用

図 23 効果評価の対象

9 通いの場の効果を評価している

評価

小項目(当てはまる項目に✓)

- 1 通いの場の参加者を対象にした調査・評価を随時行っている
- 2 高齢者全体を対象に、個人を識別した調査を、少なくとも数年
- 3 個人を識別した調査において、通いの場の参加者と非参加者
- 4 個人を識別した調査データ(通いの場の参加状況やアンケート

通いの場の効果以外の要因が影響している可能性が排除できない。

心身機能は加齢とともに低下するので、評価期間が長くなると効果が見えにくくなることも。

● 通いの場それぞれ、または通いの場全体を対象とした評価

「通いの場の参加者を対象に調査」を行う場合



図 24 参加者の前後比較のイメージ図

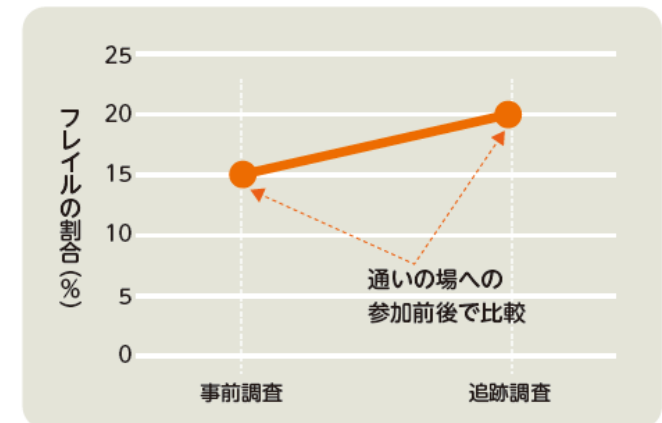


図 25 得られる結果のイメージ図

⑨ 通いの場の効果を評価している

評価

小項目(当てはまる項目に✓)

- 1 通いの場の参加者を対象にした調査・評価を随時行っている
- 2 高齢者全体を対象に、個人を識別した調査を、少なくとも数年に一度実施している
- 3 個人を識別した調査において、通いの場の参加者と非参加者を識別できる
- 4 個人を識別した調査データ(通いの場の参加状況やアンケートデータ等)と医療・介護保険情報等を結合できる

ニーズ調査がこのように実施できるとよいが・・・

「通いの場の参加者、非参加者を対象に調査」を行う場合（理想的な評価方法）

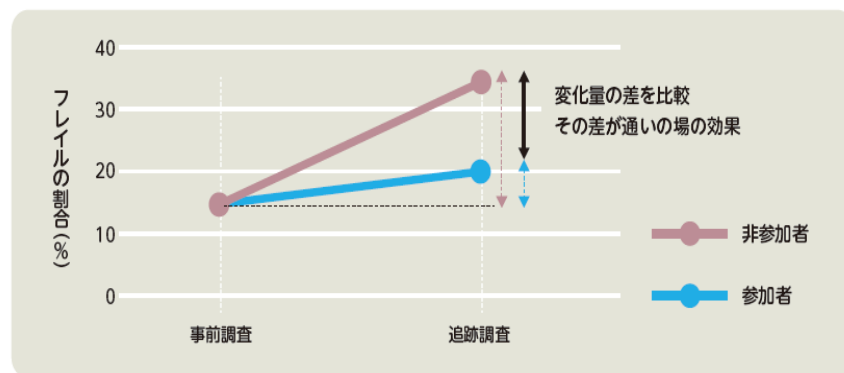
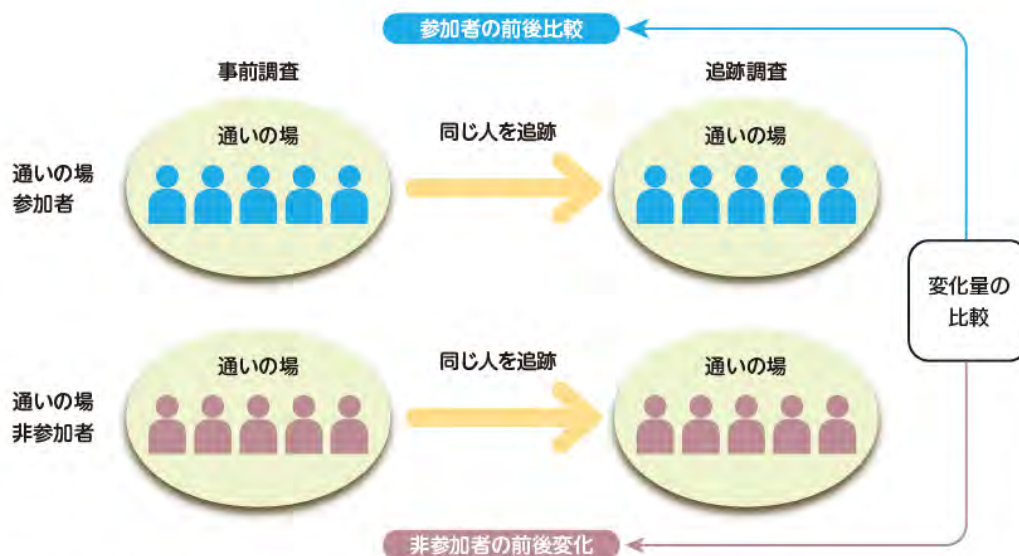


図 27 得られる結果のイメージ図

図 26 参加者と非参加者の比較のイメージ図

9 通いの場の効果を評価している

評価

小項目(当てはまる項目に✓)

✓

1 通いの場の参加者を対象にした調査・評価を随時行っている

2 高齢者全体を対象に、個人を識別した調査を、少なくとも数年に一度実施している

3 個人を識別した調査において、通いの場の参加者と非参加者を識別できる

4 個人を識別した調査データ(通いの場の参加状況やアンケートデータ等)と医療・介護保険情報等を結合できる

● 地域全体を対象とした評価

現行のニーズ調査を活用する場合

通いの場事業の目的は、住民全体の健康度やQOLを維持・向上させることです。したがって、効果評価の際には、参加者のみならず、地域全体でどのような効果が得られたか、という視点を持つことも重要です(図28)。この観点からすると、通いの場の参加者への効果を確認したうえで、地域全体を対象とした評価を行うことが理想的といえます。

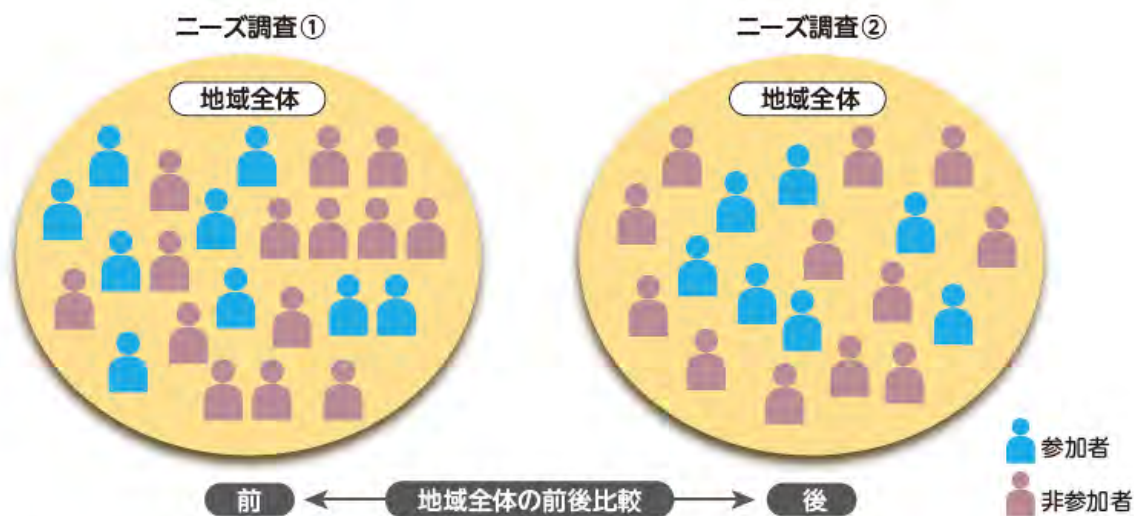


図 28 地域全体の前後比較のイメージ図

● 効果評価のステップアップ

さて、ここまで効果評価の方法について解説しました。現在、効果評価を行っていない場合は「通いの場の参加者を対象に調査」を実施してみる、既にそうした評価を行っている場合はより質の高い評価を目指して、追跡調査を実施したり大学や研究機関との連携を模索したりする等、検討してみましょう。

また、通いの場事業の目的である地域全体のフレイル予防・介護予防の達成状況を把握するためには、通いの場全体を対象とした評価とともに、地域全体を対象とした評価を合わせて実施していくことが重要です。

表 5 通いの場の効果評価の方法

評価対象	通いの場それぞれ／通いの場全体		地域全体
方法	通いの場の参加者を対象に調査	通いの場の参加者・非参加者を対象に比較調査(ニーズ調査の活用が望ましいが、クリアすべき課題あり)	現行のニーズ調査を活用
調査対象	通いの場の参加者	地域住民	地域住民
個人の識別・追跡	あり	あり	なし
非参加者との比較	なし	あり	なし
長所・短所	○比較的容易に行える ×通いの場の効果を結論づけることはできない	○通いの場の効果を結論づけられる ×手間やコストがかかる →大学や研究機関と連携することでこれらの問題が解消される場合がある	○容易に行える ×通いの場の効果を結論づけることはできない

PLANで設定した目標がどこまで達成できたかを確認！

計画のフェーズで目標と
するものにチェック

直接の成果			短期的効果		中期的効果		長期的効果	
評価指標	目標値	達成値	評価指標	判定	評価指標	判定	評価指標	判定
☒ 通いの場の数 ↑	25	27	☒ 運動頻度 ↑	○	☒ 身体機能 ↑	○	☒ 幸福感 ↑	—
☐ 実施回数 ↑			☒ 食の多様性 ↑	○	☒ 低栄養 ↓	△	☒ 新規要支援・要介護認定率 ↓	—
☒ 参加者数 ↑	384	400	☒ 外出頻度 ↑	○	☐ 口腔機能 ↑		☐ 新規要介護認知症 発症率 ↓	
☒ 参加率 ↑	4.8	5.0	☒ 社会参加 ↑	○	☒ 精神的健康 ↑	△	☐ その他	
☐ その他			☐ 役割期待 ↑		☐ フレイル ↓		効果評価の結果を 踏まえ3段階評価	
			☐ その他		☐ 社会的サポート・ネットワーク ↑			
					☐ ソーシャル・キャピタル ↑			
					☐ その他			

**10 課題解決に向けた計画、体制、
取組内容、目標値を再検討している**

[illegible]

直接の成果と効果それぞれの
目標到達度に応じて、
計画・プロセスを再検討

調整・改善

小項目(当てはまる項目に✓)

✓

1 計画を再検討している

2 体制を再検討している

3 取組内容を再検討している

4 目標値を再検討している

(例)取組内容の具体的な見直しのポイント

- 立ち上げを支援した通いの場の参加数や参加率が伸びない場合
- 掲示や回覧から口コミ戦略へ切り替える(アウトリーチ計画の再検討)
- 取組内容やターゲットの見直し(計画、実施内容の再検討)
- 医療機関、ケアマネジャー、自治会・町内会の協力を得る(体制の再検討)等
- 既にある通いの場でフレイル予防の効果を高めたい場合
- 担い手を対象とした講座を開催して、既存の活動内容にフレイル予防の要素
るよう働きかける等

図 12 アクトレシピプラス

フレイル予防“ちょい足しメニュー”の実施方法を掲載したテキストを開発



↑総論プログラムで使用するリーフレット

●総論プログラム

- ・リーフレットを使ってフレイルを説明しよう

●運動プログラム

- ・ストレッチ (全6種類)
- ・筋力運動 (全7種類)
- ・ゲーム体操 (全7種類)

●栄養プログラム

- ・10食品群のチェック表を使ったプログラム等 (全3種類)
- ・目安の量について学ぶプログラム

●口腔プログラム

- ・クイズで学ぶお口の健康情報
- ・口腔機能向上ゲーム
- ・口腔体操①～③



各通いの場に
足りない要素
を取り入れら
れるように！



セルフ付きで
誰でも簡単に
正確に！



フェーズ	コア項目	小項目(当てはまる項目に✓)
理解	①地域づくりによる介護予防の背景を理解している	☐ 1 介護予防・フレイル予防の要点を理解している ☐ 2 介護予防・フレイル予防の要点を住民や関係者に説明できる ☐ 3 適いの場の必要性を理解している ☐ 4 適いの場の必要性を住民や関係者に説明できる
	②調査結果等から地域の強みと弱み、適いの場の現状を把握している	☐ 1 少なくとも数年に1度程度、地域診断の際に調査(ニーズ調査等)を活用している ☐ 2 地域にある適いの場の実施状況(場の数、活動頻度、内容、運営者等)を把握している ☐ 3 適いの場の参加者の状況(性別、年齢層、健康状態、要支援・要介護認定者の参加の有無等)を把握している ☐ 4 地域の強みと弱みを把握している
	③重点課題を明確にし、県内で共有している	☐ 1 適いの場に関係する地域の弱み(課題点)を洗い出している ☐ 2 重点的に取り組むべき課題(重点課題)を決めている ☐ 3 上記を県内で協議・共有している
	④重点課題の解決に向けた実施計画・目標値を策定している	☐ 1 重点課題に対する取組内容を策定している ☐ 2 取組の年間計画を決めている ☐ 3 取組の目標や目標値を設定している ☐ 4 役所内の他事業とどのように連携させるかを整理している ☐ 5 連携が必要な機関・組織を整理している ☐ 6 上記を県内で協議・共有している
	⑤評価計画(いつ、誰が、何を、どのように評価するか)が明確である	☐ 1 体制・連携や取組の実施状況の評価方法を決めている ☐ 2 取組による直接の成果(適いの場の数や参加者数等)の評価方法を決めている ☐ 3 取組による効果の評価方法を決めている

DO (実施)

体制・連携	⑥重点課題の解決に必要な行政内外の機関・組織と連携している	☐ 1 行政内の他部署・支局(出張所等)と連携している ☐ 2 他機関と連携している ☐ 3 義塾団体と連携している ☐ 4 住民組織と連携している
	⑦重点課題の解決に必要な取組を実施している	☐ 1 支援者・ボランティアの養成、スキルアップを行っている ☐ 2 適いの場の立ち上げ支援を行っている ☐ 3 適いの場の継続支援を行っている ☐ 4 住民の参加を促す取組を行っている ☐ 5 他事業と連携している ☐ 6 保健事業と介護予防の一体的実施を行っている ☐ 7 その他の取組を実施している()

CHECK (評価)

評価	⑧適いの場事業を評価している	☐ 1 体制・連携を評価している ☐ 2 取組の実施状況を評価している ☐ 3 直接の成果を評価している
	⑨適いの場の効果を評価している	☐ 1 適いの場の参加者を対象にした調査・評価を随時行っている ☐ 2 高齢者全体を対象に、個人を識別した調査で、少なくとも数年に一度実施している ☐ 3 個人を識別した調査において、適いの場の参加者と非参加者を識別できる ☐ 4 個人を識別した調査データ(適いの場の参加状況やアンケートデータ等)と医療・介護保険情報等を結合できる

ACTION (改善)

改善・応答	⑩課題解決に向けた計画、体制、取組内容、目標値を再検討している	☐ 1 計画を再検討している ☐ 2 体制を再検討している ☐ 3 取組内容を再検討している ☐ 4 目標値を再検討している
-------	---------------------------------	---

アクトレシピの活用方法

- 事業を進める上での手引きとして
- 取組状況を確認するためのチェックシートとして



次年度は1つでも多くチェックがつくように、ステップ・バイ・ステップ方式で事業を推進