地域づくりによる介護予防の取組の効果検証・マニュアル策定に関する調査研究事業 報告書

平成 29(2017)年3月 株式会社日本能率協会総合研究所

目 次

1. 事業の背景・目的	1
2. 事業の実施内容	
(1)事業実施フロー	
(2)スケジュール	3
(3)実施体制	4
3. 事業の実施結果	5
(1)「平成 28 年度地域づくりによる介護予防推進支援事業」からの情報収集	5
(2)都道府県毎の研修及びアドバイザーによる現地支援等の視察	5
(3) 通いの場が増加している市町村へのアンケート調査の実施	13
①対象市町村の抽出	13
②アンケート調査の実施	13
(4) 市町村へのヒアリング調査の実施	14
(5) 都道府県の取組内容の分析・整理	15
(6) 手引き作成に向けての委員会の開催	15
(7)手引きの作成	16
資料編	17

1. 事業の背景・目的

団塊の世代が全員 75 歳以上の後期高齢者となる 2025 年に向けて、高齢者個人の状態に応じて、 尊厳を保ちながら、住み慣れた地域で暮らし続けることができるよう、医療・介護・予防・住まい・生 活支援が一体的に提供できる地域包括ケアシステムの構築を実現することが国及び地方公共団体の責 務として位置づけられている。地域包括ケアシステムの構築は、地域の実情を最も把握している市町村 が中心となり地域の自主性や主体性のもと、関係者と協力し、地域課題の共有と課題解決の共通意識を 持ち、取り組むことが重要となっている。

地域包括ケアシステムを構築する要素である介護予防については、今まで一次予防と二次予防に分けて取り組んでこられたが、二次予防については、目標とする参加率 5%に大きく及ばず、その費用対効果にも問題があるとされてきた。また、高齢者のリハビリテーションについては、心身機能の回復訓練を中心に進められてきたが、日常生活の活動を高める場づくりが十分ではなかったとされてきた。このような課題を踏まえ、平成 27 年度の制度改正では、一次予防と二次予防を分け隔てることなく、住民運営の通いの場を充実させ、人と人とのつながりによる「地域づくりによる介護予防」を推進することが重要とされた。そして、地域包括ケアシステムの構築に向けて、介護予防を推進するためには、高齢者人口の1割以上が通いの場に参加することを目標に、体操などを行う住民運営の通いの場を地域に展開し、人と人とのつながりを通じて参加者や通いの場が継続的に拡大するような地域づくりに取り組んでいくことが求められている。

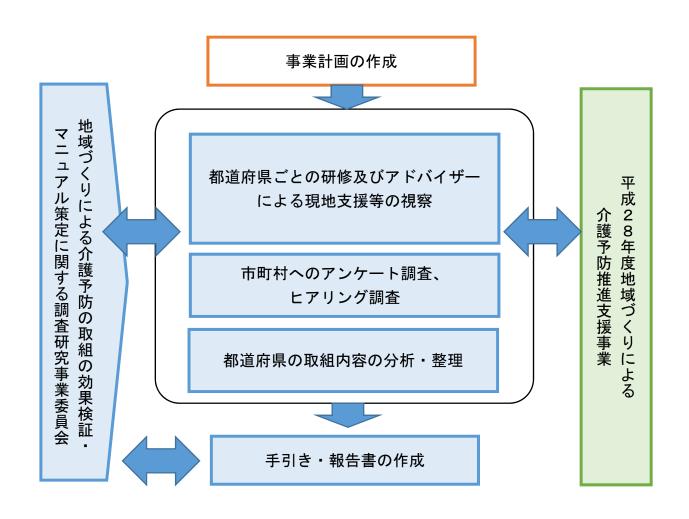
また、国では一億総活躍社会実現に向けた健康寿命の延伸に向けて、効果的な介護予防の取り組みと 戦略的な組み合わせを行っていくとしており、その中で、「地域づくりによる介護予防」は、健康寿命の 延伸に向けた取り組みの中で基礎となる重要な位置づけとしている。

平成 26 年度から始まった地域づくりによる介護予防推進支援事業は、平成 27 年度には、北は北海道から南は沖縄まで日本全国での取り組みが始まっている。また、大都市である東京都でも取り組まれ、一定の成果をあげている。しかし、成功している都道府県・市町村もあれば、そうでないところもある。そのため成功している都道府県・市町村の展開手法を検証し、マニュアルとしてとりまとめ、横展開を図っていくことが必要である。特に全市町村で横展開していくためには、都道府県による市町村支援が欠かせないことから、その役割や手法(都道府県による市町村支援のスキーム)をとりまとめたマニュアルの作成が求められている。本事業では、市町村の取組に地域間格差が生じないよう技術的に支援するため、「地域づくりによる介護予防推進支援事業(H26~)」参加自治体における住民運営の通いの場を充実していくための取り組みの検証及び都道府県による市町村支援のマニュアルの作成を行った。

2. 事業の実施内容

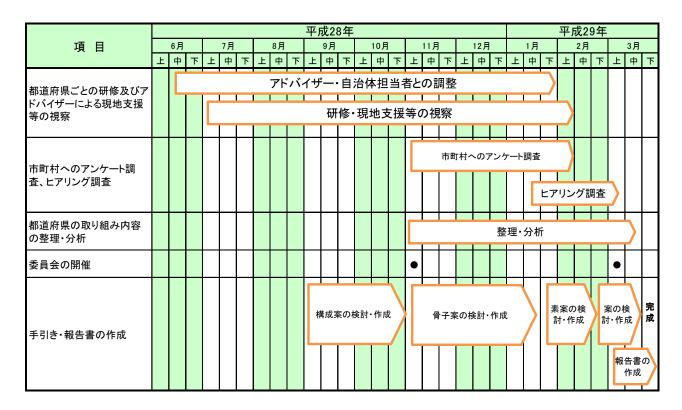
(1) 事業実施フロー

本事業は「平成 28 年度地域づくりによる介護予防推進支援事業」と同時並行で実施した。本事業において市町村や都道府県が取り組んだ内容、平成 26 年度から取り組んでいる市町村からの情報収集、そして広域・密着アドバイザーの知見等を整理し、最終的に都道府県版の手引きとしてとりまとめた。



(2) スケジュール

本事業の実施スケジュールは以下のとおりである。



(3) 実施体制

本事業は、厚生労働省老健局老人保健課及び「平成28年度地域づくりによる介護予防推進支援事業」の広域アドバイザー等から構成される『地域づくりによる介護予防の取組の効果検証・マニュアル策定に関する調査研究事業』委員会におけるご意見を踏まえ、株式会社日本能率協会総合研究所がとりまとめを行った。

委員名簿

(敬称略、◎は委員長)

氏	名	所 属	職種	
江田 化	佳子	長崎県佐々町住民福祉課地域包括支援センター	保健師	
小川(佐知	高知県高知市高齢者支援課	理学療法士	
川村E	明範	高知県高知市高齢者支援課	理学療法士	
児嶋	朱美	兵庫県姫路市保健所健康課	保健師	
小塚	典子	千葉県印西市健康福祉部高齢者福祉課	理学療法士	
佐藤	和彦	北海道恵庭市保健福祉部保健課	作業療法士	
田中	康之	千葉リハビリテーションセンター 地域連携部	理学療法士	
富本	紘之	関西総合リハビリテーション専門学校	作業療法士	
西山	幸範	埼玉県福祉部地域包括ケア課	行政職	
野瀬	明子	岡山県総社市長寿介護課	理学療法士	
畑山	浩志	兵庫県洲本市健康福祉部健康増進課	理学療法士	
早川も	岳人	立命館大学衣笠総合研究機構地域健康社会学研究センター	教授	
廣末 /	ゆか	中芸広域連合保健福祉課	保健師	
堀川(俊一	高知県高知市役所健康福祉部 健康推進担当理事/高知市保健所	医師	
村井	八恵子	北海道滝川市健康づくり課	作業療法士	
安本	勝博	岡山県津山市こども保健部健康増進課	作業療法士	
柳尚	夫 ◎	兵庫県豊岡健康福祉事務所	医師	
※以下	※以下はオブザーバー			
中野	輝美	兵庫県淡路市健康福祉部地域福祉課	保健師	
岡持	利亘	医療法人真正会 霞ヶ関南病院	理学療法士	

3. 事業の実施結果

(1) 「平成28年度地域づくりによる介護予防推進支援事業」からの情報収集

「平成 28 年度地域づくりによる介護予防推進支援事業」への会議の出席や、立ち上げた情報共有システム(サイボウズ)、当該事業に参加している都道府県・市町村の作成資料から情報収集を行った。(一部を資料編に掲載)

(2) 都道府県毎の研修及びアドバイザーによる現地支援等の視察

「平成 28 年度地域づくりによる介護予防推進支援事業」において実施された都道府県毎の研修、 アドバイザーによる現地支援の視察を行い、手引きの内容に盛り込むべき事項について情報収集を行った。

■視察先一覧

訪問先	研修名称等	日時	参加市町村
岩手県	岩手県介護予防推進支援市	平成 28 年 10 月 18 日(火)	全市町村等
	町村セミナー	13:00~16:00	
山形県	山形県市町村介護予防担当	平成 28 年 9 月 23 日(金)	全市町村等
	者向けセミナー	10:00~16:00	
宮城県	地域づくりによる介護予防推	平成 28 年 8 月 26 日(金)	全市町村等
	進研修会	10:30~15:30	
千葉県	地域づくりによる介護予防推	平成 28 年 7 月 8 日(金)	全市町村等
	進支援事業研修会	13:00~17:00	
長野県	介護予防事業担当者研修会	平成 28 年 9 月 1 日(木)	全市町村等
		13:00~15:30	
富山県	地域づくりによる介護予防推	平成 28 年 8 月 29 日(月)	
	進支援事業第2回連絡会議	10:00~11:45	モデル市町村等
	第2回市町村職員等セミナ	13:15~16:30	全市町村等
	_		
山梨県	地域づくりによる介護予防推	平成 28 年 8 月 4 日(木)	第1部:全市町村等
	進支援事業研修会	10:30~17:00	第2部:モデル市町村
	現地支援(住民説明会)	平成 28 年 8 月 5 日(金)	
		10:00~12:00	上野原市
		14:00~17:00	昭和町
三重県	第2回介護予防市町担当者	平成 28 年 8 月 24 日(水)	全市町村等
	研修会	13:30~16:30	
奈良県	地域づくりによる介護予防推	平成 28 年 7 月 7 日(木)	第1部:全市町村等
	進モデル事業第2回研修会	9:30~17:00	第2部:モデル市町村等
	地域づくりによる介護予防第	平成 29 年 2 月 10 日(金)	第1部:モデル市町村等
	5回研修会•介護予防従事	10:00~17:15	第2部:全市町村等
	者研修·検討会		第3部:モデル市町村等

訪問先	研修名称等	日時	参加市町村
和歌山県	地域づくりによる介護予防推	平成 28 年 11 月 24 日(木)	全市町村等
	進事業研修会	13:00~17:00	
佐賀県	平成 28 年度介護予防行政	平成 28 年 8 月 3 日(水)	全市町村等
	担当者向け研修会	13:30~16:50	
大分県	第3回市町村介護予防体操	平成 28 年 8 月 10 日(水)	
	普及推進会議	10:45~12:30	モデル市町村、保健所等
	地域づくりによる介護予防推	14:00~16:30	全市町村、保健所等
	進事業研修会		
宮崎県	地域づくりによる介護予防推	平成 28 年 7 月 29 日(金)	全市町村等
	進支援モデル事業に係る研	10:00~17:00	
	修会		
	リハビリテーション専門職へ	平成 28 年 7 月 30 日(金)	リハ職等
	の研修会	10:00:~12:00	
鹿児島県	先行市町村戦略策定会議	平成 28 年 7 月 27 日(水)	モデル市町村等
		14:30~16:45	
	研修会・高齢者元気度アップ	平成 28 年 7 月 28 日(木)	
	セミナー	9:45~15:00	全市町村等
	新規市町村戦略策定会議	15:10~16:30	モデル市町村等

視察先のいくつかの都道府県における研修等の実施概要を以下に示す。

都道府県名	実施概要
千葉県	7月8日(金)に、千葉県において、モデル4市町を対象にした、地域づくりによる介護予防
H28.7.8	推進支援事業研修が行われた。
	前半の講義では、「なぜ、地域づくりによる介護予防を進めるのか」を再確認するとともに、
	「プレゼンテーションの実践」と題したロールプレイング形式の講義を通じて、頭の中にあるボ
	ヤッとしたイメージを具体的なものにすることを目的として実施された。また後半のグループワ
	一クでは、各市町の取り組み状況を発表し、課題等を共有することで、今後の取り組み推進
	につながる活発な意見交換が行われた。そして、最後に県の担当者より、「積極的に県として
	支援していくので、何でも連絡してほしい。みんなで課題や情報を共有して一緒に進めましょ
	う」とのモデル市町にとって心強い言葉があった。
	■当日のスケジュール
	13:00~開会、あいさつ
	13:05~15:00
	講義1「なぜ、地域づくりによる介護予防を進めるのか」
	講義2「住民のやる気を引き出すプレゼンテーション実践」
	講師:印西市健康福祉部高齢者福祉課 主任理学療法士 小塚 典子氏
	15:00~ 休憩
	15:10~ グループワーク
	~15:25 ①自己紹介、講義の感想とこの事業への思いを自由に発表(1人1分程度)
	~16:40 ②各市町における本事業の取組方針と現状発表(3分×4市町)
	以降全体で意見交換
	16:40~ AD・講師から各市町に助言
	16:50~ 県から今後の方針について説明と依頼
	17:00 閉会

鹿児島県 H28.7.27 ~ 28

鹿児島県では、7月27日(水)~28日(木)の2日間に亘り、「かごしまモデル」に基づく「地域づくりによる介護予防推進支援事業研修」が行われた。「かごしまモデル」とは、前年度の 先行モデル市町村が次年度の新規モデル市町村を支援する方法である。

研修は先行市町村、新規モデル市町村、未実施市町村の対象に対して、それぞれの立場に応じた課題や不安などを軽減するためのテーマを設定しており、同席した広域 AD から随時、的確なコメントがあった。

1日目は、先行市町村から「事前課題整理表」を提出してもらい、これに基づいた討議が行われ、2日目は、先行市町村、新規モデル市町村、未実施市町村が参加する研修が行われた。また県からの支援の概要や先行市町村の推進状況の説明などがあり、午後からはグループディスカッションが行われた。グループディスカッションでは、メンバー構成を工夫し、先行市町村、新規モデル市町村、未実施市町村、県職員が入り、2つのテーマに対して熱のこもった討議が行われた。さらに、終了後に新規モデル市町村と先行市町村の討議が行われ、先行市町村から成功要因などのアドバイスが行われ、一連の活動を通じて、新規及び未実施市町村に対する不安軽減と事業推進の動機付けが図られていた。

宮崎県 H28.7.29 ~

30

宮崎県では7月29日(金)に「地域づくりによる介護予防推進支援モデル事業に係る研修会」が開催された。

第1部(29日午前): 平成28年度新規モデル市町村による個別戦略会議第2部(29日午後): 地域包括支援センター・介護予防事業担当者会議

第1部では、今年度にモデル事業を行う4市町の戦略会議を開催した。各市町に事前に資料作成を依頼し、これを基に当日の議論を進めた。資料は「地域特性を踏まえた地域づくりによる介護予防を進めるための行動計画」、「モデル事業ワークシート」の2種類である。安本ADからは、「立ち上げ期~継続期」に関わるアドバイスやコメントがあり、特に継続期における重点的な支援策・活動などの紹介があった。また県からは、「庁内の現場レベルでの意見調整には県として説明を行う」ことで、内部のコンセンサスづくりを支援するなどのアドバイスがあった。

第2部では、以下の先行する3市町から、それぞれの取り組み状況の紹介があった。

- ①新富町:地元の公民館で、めざせ元気
- ②都城市:地域のパワーでもっと元気に(こけないからだづくり講座)
- ③延岡市:地域づくりによる介護予防推進(介護予防モデル事業に参加してみて)

最後に 26 年度と 27 年度の先行市町村を支援の対象とする戦略策定会議が開催された。 各市町から「事前課題整理表」の 7 つの課題、「情報交換会シート」で「市町の概要、特徴」「事業上の悩みなど」を提出してもらい、各課題についての討議が行われた。安本 AD から適宜アドバイスやコメントがあり、また県からも未実施市町村に対する立ち上げ支援、先行市町村に対する継続支援の対策などの紹介があった。

翌日の7月 30 日(土)には、「地域づくりによる介護予防推進事業」における、リハビリテーション専門職の役割について理解し、市町村への支援や事業への参画を推進することを目的に、リハビリ専門職を対象にした講演会が開催された。

山梨県 H28.8.4~5

山梨県において、8月4~6日の3日間、研修会、トップセミナー、サポーター研修会が開催された。

8月4日の広域ADの畑山氏の講義では、総合事業との関係性や介護予防ケアマネジメントの重要性、「総合事業はサービスづくりではなく、地域づくり」「したい、できるようになりたいを目標にすることが大切」など、通いの場が総合事業や地域づくりの土台になるとの話があった。

トップセミナーを開催した上野原市、昭和町では、ともに首長が本事業に積極的に取り組みたいとの考えを表明し、改めてトップセミナーという仕組みの有効性を認識した。またトップセミナーと言っても、自治体としての政策判断を決める幹部だけが集まるパターンではなく、住民と一緒に幹部も参加・体験し、住民のやる気を感じ取り、実施することを決めるパターンもある

ということが明らかになった。

【8月4日】

午前:講義

これからの介護予防と総合事業をどうされますか?~いまからできる地域づくりとは~

講師:広域アドバイザー畑山氏

地域づくりによる介護予防事業と総合事業の関係性について

午後:報告

- ◎活動事例報告 山梨県の取り組み状況について
 - ・県密着度度バイザー久保田氏による報告
 - ・昨年度モデル市町の身延町、富士川町、韮崎市より現状報告
- ◎グループワーク
 - ・新旧モデル市町村による情報交換

【8月5日】

午前:上野原市にてトップセミナー(市長、教育長や区長会会長、民生委員代表者 等)

午後:昭和町にてトップセミナー(町長、住民リーダー 等)

【8月6日】

午前:南アルプス市にて、いきいき百歳体操サポーター研修会

大分県 H28.8.10

8月10日(水)に、大分県において、モデル市町村を対象にした「第3回市町村介護予防体操普及推進会議」、全市町村を対象にした「地域づくりによる介護予防推進事業研修会」が開催された。

午前のモデル市町村を対象にした会議では、現在の進捗状況と課題、今後の予定について情報交換が行われた。県からは「通いの場は、卒業後の受け皿として、そして生活支援の基盤となる大変重要なものであり、しっかりと支援をしていきたい」との説明とともに、健康運動士の派遣スケジュールについての説明があった。広域ADの柳氏からは、エビデンスのある体操の重要性、虚弱な高齢者(主役)を巻き込むこと、市町村担当者の自信(成功体験)の必要性などについて講義&アドバイスが行われた。また、昨年度のモデル市町村から、進捗状況の報告と今年度のモデル市町村へのアドバイス、さらには各保健所からも意見が寄せられた。

午後の全市町村を対象にした研修会では、広域ADの柳氏から、本事業の概要や進めるにあたってのポイント・注意点などの講義が行われた。講義後にはグループワークを行い、本日の講義についての不明な点や、進めるに当たっての課題について意見交換が行われた。

三重県 H28.8.24

8月24日(水)に三重県において、市町担当職員、地域包括支援センター職員を対象にした「第2回介護予防市町担当者研修会」が開催された。

広域ADの西山氏は、埼玉県内での展開事例をもとにした講演を行った。また、四日市市北 包括支援センターの土田保健師は事例発表を行った。西山氏の講演のポイントは以下のとおり(主なもの)。

- ・総合事業移行にあたっては、地域に受け皿(通いの場)がない状態で、従来の二次予防事業をそのまま移行してはいけない。可能な限り効果のない事業は再編し、予算等を効率的に使うべきである。
- ・リハ専門職は、今までのようなマンツーマン支援ではなく、地域へ出向き、間接的な支援を 行うことで、より多くの高齢者支援が可能となる。
- ・埼玉県では、全市町村展開へ向けて、事業未実施市町村に対し、平成 28 年度中に県が出 前講座を行うことも検討している。
- ・二次予防事業と地域づくりによる介護予防の費用のシミュレーション比較をすると、圧倒的に地域づくりによる介護予防のコストが低い。埼玉県では、市町村の事業実施のための予算編成についての支援を行っている。
- ・既存の体操(ご当地体操)との整理が必要だが、様々なしがらみがあってやめられない場合

は、上手く組みあわせて活用することも、一つの方法である。

- ・市町村の住民への支援の方針としては、将来の地域の姿を見据え、将来できないことはや らないことがポイントである。
- ・地域包括支援センターのケアマネジャーは、住民主体の通いの場へ積極的に赴き、ケアマ ネジメントを行っていくことが必要である。

また、三重県の担当者からは、今年度のスケジュールが説明されるとともに、次年度以降 も、引き続き取り組んでいきたいとの話があった。

宮城県 H28.8.26

8月26日(金)に、宮城県において、市町村介護予防事業及び健康づくり事業担当者、地域包括支援センター職員を対象にした「地域づくりによる介護予防推進研修会」が開催された。

【当日の次第】

 $(10:35\sim12:00)$

講義:「エビデンスに基づいた介護予防の展開と地域づくりを進めるためのコンセプト」 講師 高知市保健所長(医師)堀川 俊一 氏

 $(13:00\sim14:00)$

事例発表:

- ①名取市の取組成果と課題 介護長寿課 保健師 早川 美紀 氏
- ②白石市の取組成果と課題 地域包括支援センター 保健師 森 恵美 氏
- ③柴田町でのこれまでの実践と課題 県在宅保健活動者連絡協議会会長 佐藤 利 氏(14:10~15:25)

グループワーク・意見交換:

県からは、「平成 28 年7月に地域包括ケア推進協議会を構成する 49 団体のうち、県の理学療法士会、作業療法士会、言語聴覚士会3団体によるリハビリテーション専門職協会が設立され、介護予防事業への支援体制づくりが進められている。モデル事業が今年で終わるが、次年度以降は全県的に普及していく予定である。こういった研修の機会を設けるとともに、事業の企画や陰影、専門職の派遣などについて、市町村の皆様と一緒に考えていきたいので、県まで相談してほしい」との話があった。

広域アドバイザーの堀川氏からは、いきいき百歳体操が高知市で広まった理由、そして全国へと拡大している理由として、体操のエビデンスと住民主体などがポイントであること、そしてリハ専門職については、事業の趣旨を理解していれば大いに力になってくれるであろうが、そうでないならば必要不可欠ではないとの話があった。

密着アドバイザーの佐藤氏からは、自分自身が取り組んできたダンベル体操の取り組み経 緯が発表され、その中で会員の高齢化に伴う体操に来られなくなった人、できなくなった人へ の対応をどうするかといった課題を全て解決できるのが、いきいき百歳体操であるとの話がさ れ、会場内から大きな歓声が沸いた。

グループワークでは、本日疑問に思ったことなどについて意見交換が行われた。その中で、「何をやっても介護予防ではないか。体操を行う必要性はどこにあるのか」との意見があった。堀川氏からは「半永久的に週1回続いている活動が他にあるか。サロンは月に1、2回で社協から補助金が出る。健康があってこそ、そういった活動ができるのではないか。また、週1回だと人間関係が築き易い。2025年を見据えた場合に、この地域づくりによる介護予防(いきいき百歳体操などを中心にした通いの場)は必要ないか」と、地域づくりによる介護予防の必要性について、大変納得できる話があった。

富山県 H28.8.29

8月29日(月)に、富山県において研修会が開催された。

午前はモデル市町村による進捗状況の報告と広域アドバイザー柳氏を交えた意見交換会が行われた。午後の広域アドバイザー柳氏による講義では、総合事業を見据えた地域づくりによる介護予防を展開していくことの重要性について話があった。最後に県から、「市町村独

自の体操については、エビデンスがあるかどうかを検証し、その上で住民に勧めてほしい。いきいき百歳体操を取り入れたい市町村は、県内で取り組んでいる先行自治体の視察もできるので、県まで連絡してもらえれば調整する。ノウハウを県内全市町村で共有し、展開していきたい。」と積極的に県として支援を行うとの心強い言葉があった。

【午前】地域づくりによる介護予防推進支援事業第2回連絡会議

(対象)モデル市、いきいき百歳体操実施市町

・進捗状況報告と意見交換・助言

【午後】第2回市町村職員等セミナー

(対象)市町村、広域介護保険者、地域包括支援センター、厚生センター

講義:「効果的な地域ケア会議の開催~個別の課題から地域づくりへ~」

奈良県生駒市社会福祉協議会地域包括支援センター 係長 世古 奈津江 氏

講義:「これからの介護予防・日常生活総合支援事業の充実に向けて」

兵庫県豊岡健康福祉事務所 所長 柳 尚夫 氏

取組報告:「地域づくりによる介護予防推進支援事業の取組みについて」

砺波市地域包括支援センター 主任 福田 悠美子 氏

グループワーク・情報共有:各市町村・地域包括支援センターにおける介護予防の 取組みについて

【広域AD柳氏の講演ポイント】

- ・旧制度を維持した場合と制度見直し後(総合事業移行後)の費用差額について、住民主体の地域づくり(サービス)などが、上手く進まない市町村は、その発生した差額を単費(自主財源)で負担しなければならなくなる。これは介護部門だけの問題ではなく、自治体財政に大きな影響を与えるものであり、財政部門がこのことを理解し、自治体一丸となった戦略をたてていくことが必要である。
- ・リハ専門職については、1年目は1人だけとし、あらゆることに同行させる。これは、 市町村 のあらゆることを理解しなければ、上手く関与できないためである。2 年目以降 は、そのリ ハ専門職が中心となって他のリハ専門職へ指示する形でよい。
- ・住民主体だからこそ、エビデンスがなければ継続しない(介護予防につながらない)。3ヶ月で効果が出ないものは、改良するか、きっぱりとやめる。
- ・担当職員が自信を持って、住民に勧めることができるかどうか。最初の3ヶ月間の 事業に は、担当者として密接にかかわり、自信を持つことが必要である。持つことができないなら、 この通いの場は広められない。
- ・最終的な通いの場の目標数を設定することが必要である。これにより、必要な人員や予算、 そして目指す目標が明確となる。
- ・この事業は元気高齢者の健康づくり活動ではなく、虚弱高齢者をメインターゲットにしたものである。
- ・通いの場を、要支援者と虚弱高齢者の通所の場として機能するようにしていくこと。通いの場で、虚弱高齢者の生活支援ニーズを世話役が聞き、生活支援コーディネーターにつなぐことができると高齢者には便利である。また、体操の場のメンバー同士での生活支援にもつながる可能性がある。

長野県 H28.9.1

9月1日(木)に、長野県において、市町村、広域連合、地域包括支援センター職員等を対象にした介護予防事業担当者研修会及び、モデル市町村を対象にした進捗報告会議が開催された。

研修会では、県から地域づくりによる介護予防事業の内容や必要性、県内における通いの 場の状況についての説明が行われた。

広域アドバイザー児嶋氏の講演では、「いきいき百歳体操」を姫路市でどのように展開して

いったのか、そのエッセンスについて話があった。

(児嶋氏講義のポイント)

- ・平成 24 年から百歳体操に取り組み、現在 329 グループとなっている。目標値は平成 34 年に 770 グループ(7,700 人)と定めている(ひめじ健康プランに記載)。既に人数は目標値を達成しているが、高齢者人口の7%なので、国が定める基準には達していない。
- ・今後は立ち上げ支援から継続支援へとシフトし、グループとしての定着を目指す。さらには、そこから地域での互助的活動、住民同士の助け合いや生活支援へとつなげていく。
- ・継続支援のために気をつけていることは、次のとおり。
 - ◎住民主体を忘れず支援する
 - ◎顔と名前を覚えるようにして、名前で声かけをしている
 - ◎特にお世話係さんとは話をするように心がけている
 - ◎目に見える変化があればすぐに伝えるようにしている
 - ◎会場へできるだけ足を運ぶようにしている
 - ◎他のグループで良くなったこと、新聞掲載されたこと、センター便りへの掲載等の情報を発信し、継続活動へつなげる
 - ◎グループ同士の交流会や市全体で講演会等を企画し、モチベーションの維持向上 をめざす

山形県 H28.9.23

9月23日(金)に、山形県において市町村担当者を対象にした介護予防セミナー及びモデル市町村による情報交換会が開催された。

午前の研修会では、最初に県から、これからの介護予防事業の進め方についての説明があり、その中で県内の半数の市町村が「いきいき 100 歳体操」に取り組み始めているとの話があった。続いての広域アドバイザー畑山氏による講演では、以下の点について説明があった。

- ・なぜ、地域づくりによる介護予防が必要なのか。
- ・介護保険が必要な人もいれば、そうでない人もいる。認定ありきではなく、本人が望む生活を送れるようにすることが重要。
- ・総合事業の本質は介護予防ケアマネジメント。「したい」「できるようになりたい」を目標に する。
- ・通いの場は生活支援の多様化につながる。 等

午後の情報交換会では、モデル市町村から現在の進捗状況の報告が行われた。報告における取り組みのポイント等は、以下のとおり。

- ・健康部門の保健師と連携を図っていることで、通いの場の構築のマンパワーにプラスとなっている。また、念願だった元気な高齢者向けの健康づくり事業とタイアップが可能となった(庁内連携の推進)。
- 住民への案内広報は5月くらいに行うのが効果的である。
- →年度末に区長が交代する場合もあり、春先は暑い夏や寒い冬より季節的に動きやす く、新たな活動に取り組みやすい。
- ・市長に体力測定を行い、体操に参加してもらい、効果を実感してもらうとともに、広報で発信した。オリジナル DVD を作成したいとの声が市長からあがっている。
- ・住民へのプレゼンを専門職だけでなく、事務職でもできるようにしている。(マンパワーの 確保)
- ・統一基準で誰でも体力測定ができるよう、イラスト入りの体力測定手法の資料を作成している。

岩手県 H28.10.18

10 月 18 日(火)、岩手県で市町村における新しい介護予防事業の取組への支援の一環として、地域づくりによる介護予防への理解を促進するとともに、介護予防に資する住民運営による通いの場の構築を推進するための実践力の向上を図ることを目的とした「岩手県介護予

防推進支援市町村セミナー」が開催された。

元課長補佐の福本氏の講演では、「地域包括ケア」とは何か、「自立とは重度な要介護状態になっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けること」、住民が生きがいや役割を持てるよう、場・環境を整えることが行政の役割などといった話があった。

広域 AD の小川氏からは、「いきいき百歳体操」の効果や、実施にあたってのエッセンスだけではなく、この取り組みが地域づくりにつながっていくとの話があった。

そして岩手県から、平成29年度以降の市町村支援策の一案が示された。内容としては、県が養成した「地域づくりアドバイザー」を市町村に派遣するというものである(予算措置等はこれからで確定ではありません)。

また、セミナー終了後には、モデル市町村やシルバーリハビリ体操に独自に取り組んでいる市町村による意見交換会が行われた。

当日のプログラム等は以下のとおり

【対象者】

市町村職員(介護予防、地域包括ケア、健康づくり担当者)、社会福祉協議会職員、 リハビリテーション専門職 等

【プログラム】

①講演 I「地域づくりによるこれからの介護予防~生き生きとした、持続可能で、 健康的な地域を取り戻そう~」

講師:下関市保健部長兼下関市立下関保健所長

(元厚生労働省老健局老人保健課課長補佐) 福本 怜 氏

②講演 II 「私たちが『住民主体』にこだわる理由~住民主体の介護予防事業は 地域をつくる!~」

講師:高知市健康福祉部高齢者支援課 小川 佐知 氏

③岩手県における平成29年度介護予防市町村支援事業(案)について

和歌山県 H28.11.24

11 月 24 日(木)、和歌山県において、市町村介護予防及び地域包括支援センター担当部課長、担当者を対象にした研修会が開催された。

最初に県からの挨拶と地域づくりによる介護予防の必要性と取り組み方針について説明が行われた。次に広域アドバイザーの冨本氏による、自身の淡路市の取組を題材にした講演が行われた。講演内容は平成 21 年まで取り組んでいた介護予防事業の課題を徹底的に分析し、平成 22 年から全介護予防事業を「いきいき百歳体操」に移行したこと、そのために先進地への視察とデータ分析を行ったこと、スタッフ研修を通じて課の垣根を越えて目標を共有したこと、そして具体的な取組・展開方法などである。また、淡路市のいきいき百歳体操を会議の参加者全員で体験した。

続いて平成 26 年度から取り組んでいる先輩自治体である紀美野町と有田川町から、取組にあたってのコツや苦労したこと、今後の課題・方針について情報提供が行われた。また、平成 28 年度から取り組んでいる美浜町とみなべ町からは、本事業に対する担当職員の熱い思いを会場内に広めてもらった(熱心さが伝わってくる楽しいプレゼン内容となっていました)。

冨本氏からは、「住民自身が取り組みたいと思えるようになるには、担当であるみなさん自身が取り組みたいと思えなければいけません」との言葉があった。

(3) 通いの場が増加している市町村へのアンケート調査の実施

通いの場が増加している市町村の取組ポイントを分析・整理するため、アンケート調査を実施した。

①対象市町村の抽出

地域づくりによる介護予防推進支援事業において、作成された資料データをもとに、通いの場づくりが進んでいる以下の 16 市町村を抽出した。抽出の基準は通いの場の箇所数と参加人数をもとに行った。

高齢者人口×10%÷25人

◎平成28年度第2回アドバイザー合同会議資料より

	口门五贼英和6	• •			\rightarrow	
H26	H27	H28	高齢者人口	時点	目標値	達成率
3箇所88人	51箇所1,036人	71箇所1,249人	31,771	H28 年9月末	127	55.9%
9箇所235人	27箇所606人	40箇所880人	68,745	H27年10月1日	275	14.5%
1	9箇所290人	31箇所732人	82,329	H28年10月1日	329	9.4%
2箇所40人	12箇所222人	16箇所297人	38,374	H28年10月1日	153	10.4%
2箇所42人	17箇所385人	27箇所600人	74,411	H28年10月1日	298	9.1%
1	19箇所300人	28箇所430人	13,858	H28年10月1日	55	50.5%
4箇所99人	10箇所175人	23箇所476人	10,431	H28年1月1日	42	55.1%
1箇所55人	8箇所199人	37箇所977人	43,001	H28 年9月末	172	21.5%
5箇所82人	29箇所452人	37箇所532人	45,334	H28年11月末	181	20.4%
1	5箇所74人	20箇所288人	7,700	H26年10月1日	31	64.9%
	7箇所138人	20箇所460人	10,299	H28 年9月末	41	48.5%
25箇所636人	82箇所2,160人	112箇所2,760人	48,462	H28年10月1日	194	57.8%
9箇所203人	28箇所460人	39箇所925人	7,381	H28年10月1日	30	132.1%
1箇所20人	20箇所400人	36箇所700人	15,973	H28年10月1日	64	56.3%
1箇所20人	55箇所1,200人	71箇所1,817人	9,548	H26年10月1日	38	185.9%
_	8箇所185人	14箇所283人	9,280	H28年1月1日	37	37.7%
	H26 3箇所88人 9箇所235人 —— 2箇所40人 2箇所42人 —— 4箇所99人 1箇所55人 5箇所82人 —— 25箇所636人 9箇所203人	H26	H26	H26	H26	H26 H27 H28 高齡者人口 時点 目標値 3箇所88人 51箇所1,036人 71箇所1,249人 31,771 H28年9月末 127 9箇所235人 27箇所606人 40箇所880人 68,745 H27年10月1日 275 25 25 25 25 25 25 2

②アンケート調査の実施

抽出した市町村に対してアンケート調査を実施した。通いの場の進捗状況や取り組みのポイント等を把握できる設計とした。回答結果については、その内容の整理・分析を行い、手引きに反映した。

調査対象:16市町村

調査期間:平成29年1月25日~2月6日

調査方法:メール配布・回収 回答市町村数:12 市町村

調查項目:

問1. 貴市町村で、採用している体操について、ご記入ください。

問2. 平成26年度から平成28年度現在における通いの場の箇所数と参加者数、平均年齢をご

記入ください。

- 問2-1. 通いの場の評価指標としては次の①~⑧などが考えられます。問2で記入したH28の内容について次の項目で再整理してください。なお、地域により有益な評価指標は異なることから、可能な範囲でご記入ください。また、市町村独自の評価指標を設定している場合は、⑦に具体的にご記入ください。
- 問2-2. 問2-1以外に評価指標として、こんなものが考えられるというアイデアがありましたら、その具体的内容と計算方法等をご記入ください。算出方法が難しいのですが、面積カバー率などの指標が出てくると非常に参考となります。
- 問3. 通いの場が増加した要因(取り組みのポイント)について、①住民への啓発、②立ち上げ支援、③継続支援の段階別に、人・物・予算(費用)の視点を含めてご記入ください。また、取組当初に失敗したことがある場合、どのように改善したことで上手くいくようになったのか、ご記載ください。
- 問4. 都道府県からのどのような支援が役に立ったのか、具体的にご記入ください。
- 問5. 通いの場から、総合事業や生活支援につながっている事例(検討中含む)がありましたらご記入ください。
- 問6. 立ち上げや継続にあたり、他の地域の参考となる行政や住民等の取組(工夫)があれば、 ご記入ください。例えば、地域のつながりの薄い都市部、住宅が点在する過疎地・山間部、リ ーダーのなり手がいないほど高齢化が進んだ地域、男性の参加が少ない地域、虚弱高齢者や認 知症の人など仲間内以外の参加者が広がらない地域等で、そのような課題を上手く解決しなが ら取り組んでいる事例があればご記入ください。
- 問7. 貴市町村の政策における通いの場の位置づけや、他事業との連携状況をご記入ください。 また、通いの場が将来、どのような状態(どんな役割を果たす場)になっていることが理想(到 達点)なのか、具体的にご記入ください。
- 問8. 貴市町村における通いの場の今後の展開方針(総合事業や生活支援への展開・連携などを含む)をご記入ください。

(4) 市町村へのヒアリング調査の実施

「平成 26 年度地域づくりによる介護予防推進支援事業」に参加し、通いの場が拡大している4市について、ヒアリング調査を行い、成功のポイント等の整理・分析を行った。ヒアリング結果をもとに、手引きに掲載する事例の作成を行った。詳細は手引きのとおり。

市町村名	訪問日・概要
宮崎県都城市	平成29年2月7日(火)
宮崎県えびの市	平成29年2月8日(水)
岩手県花巻市	平成29年2月10日(金)
鹿児島県いちき串木野市	平成29年2月17日(金)

(5) 都道府県の取組内容の分析・整理

都道府県による市町村支援の仕組みについて、全都道府県の取組内容を分析するとともに、そのうち、特徴的な取り組みを行っていると考えられる7都県の支援内容のポイント等について整理・分析を行った。整理した類型及び具体的な事例については、作成した手引きのとおり。

(6) 手引き作成に向けての委員会の開催

実施体制に掲載したメンバーによる「地域づくりによる介護予防の取り組みの効果検証・マニュアル策定に関する調査研究事業委員会」を2回開催するとともに、メールや「平成28年度地域づくりによる介護予防推進支援事業」において立ち上げた情報共有システム(サイボウズ)を活用して情報交換を行い、手引きの作成を行った。

①第1回委員会

日時: 平成 28 年 11 月 11 日(金) 12:20~13:20

場所:AP品川 9F会議室

議事:

- (1) 次年度以降の地域づくりによる介護予防について
- (2) 本委員会の実施内容(事業説明)
- (3) 新たな手引きに関する意見交換

②第2回委員会

日時:平成29年3月3日(金)12:15~13:15

場所:AP品川 9F会議室

議事:

(1) 新たな手引きについて

(7) 手引きの作成

収集した情報をもとに(5)の『地域づくりによる介護予防の取組の効果検証・マニュアル策定に 関する調査研究事業』委員会を開催し、「地域づくりによる介護予防を推進するための手引き【都道府 県による市町村支援・総合事業展開編】」を作成した。

手引きの目次構成は以下のとおりである。また、作成した手引きは資料編に掲載している。

■手引きの目次構成

はじめに~本手引きの目的~	1
1. 地域づくりによる介護予防と総合事業について	2
(1) 地域づくりによる介護予防推進支援事業の取り組み状況について	2
(2) 総合事業としての通いの場について	2
①総合事業における通いの場の位置づけ	2
②通いの場は生活支援の基盤	3
③地域のニーズに合わせて進化する通いの場	3
④通いの場と生活支援、地域ケア会議の連携	3
(3) 地域リハビリテーションの効果的な活用による通いの場の展開について	5
2. 都道府県による市町村支援のあり方について	6
(1) 都道府県が市町村を支援することの必要性	6
(2) 出先機関である保健所や支所の役割	6
(3)都道府県としての通いの場の方向性(位置づけ)の提示	6
(4)都道府県としての市町村支援の仕組みの構築	6
3. 市町村が都道府県に求める支援	7
4. 都道府県による市町村支援の仕組みについて	8
(1)山形県〜地域ニーズに応じた通いの場の進化〜	10
(2)埼玉県~「ご近所型介護予防」の展開~	12
(3) 東京都〜地域住民の活躍の場、居場所づくり〜	14
(4) 奈良県〜全県展開を目指し、市町村に寄り添い、ともに考える〜	16
(5) 大分県~体系的な市町村支援による介護予防の推進~	18
(6) 鹿児島県〜住み慣れたかごしまで、自分らしくいつまでも〜	20
(7)沖縄県~レジェンド保健師と専門職のチームで地域づくり~	22
5. 本事業3年間における市町村の実践事例	24
(1)岩手県花巻市~高齢者が"お互いに支えあう地域拠点"を目指して~	26
(2)宮崎県都城市〜地域づくりの拠点、生活支援の場として〜	28
(3) 宮崎県えびの市~サポーターとともに目指す"地域づくり"~	30
(4) 鹿児島県いちき串木野市〜地域リハ職と一緒に!〜	32

※本手引きは、「住民運営による通いの場」について、平成 26、27 年度に作成した手引きの続編となる 3 冊目の手引きです。本手引きは、通いの場の総合事業との関係性や、都道府県による市町村支援の具体的な仕組み、また本事業に参加し、通いの場が拡大しているモデル市町村の取り組みを掲載しています。

過去の手引きについては、厚生労働省のホームページをご参照ください。

 $http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/kaigo_koureisha/yobou/index.html\\$

資料編

地域づくりによる介護予防を推進するための手引き	100,57	
【都道府県による市町村支援・総合事業展開編】	19~57	
かわら版	58~75	
手引き作成にあたり参考にした都道府県・市町村資料	76~192	

地域づくりによる

介護予防を

推進するための

手引き

[都道府県による市町村支援・総合事業展開編]



E次 Contents

地域づくりによる介護予防を推進するための手引き【都道府県による市町村支援・総合事業展開編】

はじ	めに~本手引きの目的~	1
1 地	也域づくりによる介護予防と総合事業について	2
	1. 地域づくりによる介護予防推進支援事業の取り組み状況について	2
	2. 総合事業としての通いの場について	2
	1 総合事業における通いの場の位置づけ	2
	2 通いの場は生活支援の基盤・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	3
	3 地域のニーズに合わせて進化する通いの場	3
	4 通いの場と生活支援、地域ケア会議の連携	3
	3. 地域リハビリテーションの効果的な活用による通いの場の展開について …	5
2 都	B道府県による市町村支援のあり方について	6
	1. 都道府県が市町村を支援することの必要性	6
	2. 出先機関である保健所や支所の役割	6
	3. 都道府県としての通いの場の方向性(位置づけ)の提示	6
	4. 都道府県としての市町村支援の仕組みの構築	
	5町村が都道府県に求める支援	
4 都	R道府県による市町村支援の仕組みについて ·····	8
	1. 山形県〜地域ニーズに応じた通いの場の進化〜	
	2. 埼玉県~「ご近所型介護予防」の展開~	
	3. 東京都〜地域住民の活躍の場、居場所づくり〜	
	4. 奈良県〜全県展開を目指し、市町村に寄り添い、ともに考える〜	
	5. 大分県~体系的な市町村支援による介護予防の推進~	
	6. 鹿児島県〜住み慣れたかごしまで、自分らしくいつまでも〜	
	7. 沖縄県~レジェンド保健師と専門職のチームで地域づくり~	
5 本	事業3年間における市町村の実践事例	
	1. 岩手県花巻市~高齢者が"お互いに支えあう地域拠点"を目指して~	
	2. 宮崎県都城市〜地域づくりの拠点、生活支援の場として〜	28
	3. 宮崎県えびの市〜サポーターとともに目指す"地域づくり"〜	30

※本手引きは、「住民運営による通いの場」について、平成26、27年度に作成した手引きの続編となる3冊目の手引きです。本手引きは、通いの場の総合事業との関係性や、都道府県による市町村支援の具体的な仕組み、また本事業に参加し、通いの場が拡大しているモデル市町村の取り組みを掲載しています。

過去の手引きについては、厚生労働省のホームページをご参照ください。

http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/kaigo_koureisha/yobou/index.html

はじめに ~本手引きの目的~

地域づくりによる介護予防推進支援事業は、3年目の最終年となった。本手引きは、この3年間の活動の成果の確認と、その成果に基づいて全国の市町村が今後どのように介護予防に取り組むことが望ましいか、そしてそれを効果的に支援する都道府県への提案で構成されている。

3年間の成果という点では、本手引きで紹介しているとおり、ゼロから始めてこの3年の間に高齢者人口の20%近くが参加する活動に発展させた市町村が現れるなど、多くの市町村が、住民主体の介護予防の場づくりに成功し、当初の予想を遙かに超える成果をあげている。また、参加年数や参加年度により、都道府県ごとにその達成状況に差異がみられるが、住民主体の介護予防の場づくりに成功しているモデル市町村を少なくとも1市町村得られたことは大きな成果である。さらに、生活支援を中心とした総合事業との連携や協働についても、一部のモデル市町村から、本事業で生まれた介護予防の活動の場を活用することで、生活支援の活動が上手くいきつつあるとの報告を受けている。

一方、市町村の介護予防に対する取り組み方法への認識に変化を起こせたことも意義が大きい。 単なる事業として職員が取り組むのではなく、「住民を信じて」「住民と一緒になって」「地域づくりと して」介護予防に取り組むことは、平成 18 年以降に国が示してきた「市町村が対象者を選別し、短 期間の介入により改善させる」という姿勢とは、全く異なるものである。モデル市町村でも当初は戸 惑いを隠せないようであったが、活動が住民から評価され、活動が進展するにつれて、多くの職員 の意識が変化していった。また、超高齢社会において住民の健康と生活を守る責任のある市町村が、 住民と協働してこの課題に取り組むという新たな活動のヒントを本事業を通じて得たと考えている。

しかしながら、都道府県の市町村支援については、普遍性のある顕著な成果をこの3年間で得ることはできなかった。勿論、積極的なトップセミナーの開催や、市町村の成功事例の相互支援システムを成功させた鹿児島県、総合事業との連携を県OBOG保健師の効果的な支援をもとに制度化した沖縄県、本事業の趣旨に沿って運営される介護予防推進支援センターを平成29年度に新たに立ち上げる東京都の取り組みなどは、本事業における研修会や会議が参考になったかもしれないが、その成果はそれぞれの都県の独自の努力によるところが大きい。従って、本手引きにおいては、都道府県の活動を紹介して、分類や例示を行っているが、残念ながらこれらの活動を全国の都道府県で展開できるほどの方法論としての確立はできていない。この課題については、来年度以降に、別の事業等で解決することが必要で、引き続き都道府県に対しての国の支援が望まれる。

なお、本事業には、先進地域の市町村の保健師や理学療法士、作業療法士等の専門職に、アドバイザーとして参加してもらっており、多くの市町村や都道府県に対して、現場での指導を含めた支援をしてもらった。その結果、全国で地域づくりによる介護予防の成果を上げることができた。このことは、自分の時間を割き、職場の理解を得ながら、3年間に亘って参加いただいたアドバイザーの皆さんのおかげである。本事業を終えるに当たって、深く感謝したい。

本手引きが、先の2年間に作成した手引きとともに、全国の市町村、都道府県で、介護予防に住 民とともに取り組む関係者の参考になれば幸いである。

> 平成 28 年度厚生労働省老人保健事業推進費等補助金 老人保健健康増進等事業 地域づくりによる介護予防の取組の効果検証・マニュアル策定に関する調査研究事業 (平成 28 年度地域づくりによる介護予防推進支援事業アドバイザー組織)

> > 委員長 柳 尚夫

1

地域づくりによる介護予防と総合事業について



1 地域づくりによる介護予防推進支援事業の取り組み状況について

地域づくりによる介護予防推進支援事業として、平成26年度から取り組んできた「住民運営による通いの場」(以下、通いの場)づくりには、この3年間で約300市町村が参加し、北海道から沖縄まで全国的な広がりを見せています。参加した市町村のなかには、鹿児島県いちき串木野市のように、3年間で通いの場が72箇所、参加者数1,922人(H29.1時点)と、国が目安と示す高齢者人口の1割の参加を大きく上回る2割近くが参加するという大成功をおさめているところもあります。また、地方だけではなく、東京といった都市部でも成功事例が生まれ、この地域づくりによる介護予防の仕組みは、全国どこでも取り組めることを証明しました。

通いの場が拡大している市町村からは、単に体操の場に留まらず、住民にとっての憩いの場、生きがいの場、生活に張りを与えてくれる場等になっているとの報告を受けています。また、参加者同士の見守りや、買い物の付き添いといった生活支援に結びついたり、地域のお祭りが復活し、コミュニティの再生につながったりしている事例も出てきています。

0

2. 総合事業としての通いの場について

1 総合事業における通いの場の位置づけ

介護予防・日常生活支援総合事業(以下、総合事業)は、その名称のとおり、介護予防と生活支援を市町村が総合的に推進する事業です。そのなかの一般介護予防事業に、地域における住民主体の介護予防活動の育成・支援が位置づけられています。一般介護予防事業は旧来の一次予防事業と二次予防事業の枠組みを取り外し、要支援者や要介護者に加えて、虚弱な高齢者(介護認定を申請すれば要支援認定になるかもしれない人)など、すべての地域の高齢者を対象としています。

市町村には、この通いの場が、歩いて通える範囲に満遍なく普及展開された状態を目指し取り組んでいくことが求められます。また、通いの場が普及展開された状態は、介護予防の基盤整備が整ったとも言い表すことができます。市町村はこの基盤を前提にした上で通所型サービスをどのように地域で展開するのかを検討していくことが必要です。

既存の介護保険の通所型サービスの多くが利用者の機能を高めることができなかった反省から一般介護予防事業が生まれたものであることを考えると、従来の通所介護や、それを緩和した通所型サービスAに高齢者の自立を促す役割を過度に期待するのは困難です。また通所型サービスBは住民主体という点が共通しますが、支援を受ける住民と支援する側の住民といったように、その役割が分担されており、虚弱な高齢者の主体性を引き出せるか、また継続性や地域の広がりにも課題が残ります。通所型サービスCは、一部の参加者の体力向上への効果は期待できますが、終了後の受け皿が必要となり、住民主体の介護予防が必須となります。

国では、平成28年度より、効果的な介護予防の横展開を目指して、大分県などをモデルにして、地域ケア会議を中心とした新たな事業に取り組んでいます。この考え方にも地域づくりによる介護予防の展開は基盤であると位置付けられています。つまり、この基盤がなければ、効果的



な介護予防は展開できないということになります。実際に、モデルである大分県では、一部の地域で住民主体による介護予防の拠点が不足しており、地域ケア会議で自立支援プログラムを作っても、既存の通所型サービスしかないことから、今まで通りのサービス利用を継続せざるを得ないという事例も出ています。いくら自立支援プランを地域ケア会議でつくっても、介護予防の基盤がなければ、絵に描いた餅になってしまうことが、明らかになっています。

総合事業とは、単に介護保険サービス提供事業者に安価なサービス提供を強要するものでも、 住民同士の相互支援による基盤作りもしないで、介護保険サービスを打ち切るものでもありません。市町村が住民の力を信じて、その地域にふさわしい住民主体の介護予防活動を一緒に形作っていくことが必要です。

2 通いの場は生活支援の基盤

前述したとおり、通いの場は、総合事業における一般介護予防事業として地域住民の誰もが 自由に参加できることを前提にして取り組んでいくことが望ましいと考えられます。

その上で、通いの場単独ではなく、総合事業における通所型サービスAやCの受け皿、生活支援サービスと連動させていくことが望ましいと考えられます。参加者が隣近所の住民と週1回以上顔を合わせることで、地域との新しいつながりが形成され、住民同士の相互支援が生まれてきたりします。通いの場の活動日時を忘れがちな軽度の認知症の方に、近所の参加者が声をかけ、一緒に会場まで来たり、帰りに買い物に付き添ったりなどの取り組みが、自然と行われるようになってきます。このように通いの場の継続的な活動が、地域住民の互助の基盤となり、生活支援の基盤につながっていきます。

3 地域のニーズに合わせて進化する通いの場

住民主体による支援(サービス B)を目指して通いの場づくりに取り組んでいる市町村も見受けられます。この場合、新しいサービス提供者が誕生するというメリットがある一方、今まで参加していた住民が参加できなくなり、その活動内容が制限されてしまうというデメリットもあります。地域住民の居場所であるはずの通いの場に、地域住民が自由に出入りできない状態は本末転倒としか言いようがありません。仮にもっと踏み込んだ地域住民への生活支援を行いたい場合は、ボランティアポイント制度と連動させるなど、工夫の余地がいろいろとあるはずです。

しかし、住民主体の観点からは、地域住民自らが住民主体による支援(サービス B)に移行したいと言うのであれば、その移行を妨げるものではありません。住民だけの通いの場、サポーターによる支援がある通いの場、住民主体による支援(サービス B)による通いの場など、地域住民のニーズに応じた様々な形態の通いの場が地域の中に存在することが、理想の姿ではないかと考えます。つまり、住民主体による支援(サービス B)を前提に通いの場を立ち上げるのではなく、いろいろと模索した結果、そのようになったというのが本来のあり方といえます。

4 通いの場と生活支援、地域ケア会議の連携

通いの場は、そこに参加している高齢者のニーズに応じた様々な形態に進化する可能性を秘めています。生活支援コーディネーターや保健師等が定期的に出向き、地域の情報を把握することで、必要な支援や新たなサービスの開発にもつなげることができます。





しかし、住民主体の介護予防の拠点が、住民の身近な場所になければ、個人の自立支援を促進するために多職種で行う地域ケア個別会議で高齢者のQOLの向上を目指しても、サービス等利用後に、介護予防に資する活動が継続されず、結果的に今まで通りのサービス利用に戻ってしまうことが懸念されます。「通いの場」と「生活支援」は深く関わっており、この両者がなければ「地域ケア会議」が効果的なものになりにくいといえます。地域ケア会議を活用し、個人、集団、地域、組織の健康を住民とともに考え、大きな方向性を共有し、その実践の手段として通いの場、生活支援を活用することが重要です。さらには、各事業を単体として取り扱うのではなく、連続性かつ双方向性をもった事業スキームの組み立てが重要です。そのイメージ図を以下に示します。

市町村は、要支援者や虚弱高齢者をできるだけ地域で支える仕組み作りに意識的に取り組むことが必要です。その取り組みが上手くいかなければ、結果として市町村の介護保険の財政負担の増大につながることも懸念されます。一方、現在の介護予防事業の枠組みで事業者の通所型サービスを利用している要支援者の多くは、地域づくりによる介護予防事業に参加することで、体力の向上と地域活動への参加という本来の介護予防の目的を達成できるはずです。総合事業に先進的に取り組んでいる市町村や、地域づくりが進んでいる市町村でも、受け皿となる通いの場の必要性に気づき、その構築に取り組んでいます。

通いの場の必要性とその果たす役割について、都道府県は第7期介護保険事業支援計画に、市町村は第7期介護保険事業計画にそれぞれ明確に定め、取り組んでいくことが求められます。

■通いの場と生活支援、地域ケア会議の連携イメージ図

【イメージ図の解説】

通いの場は、住民が"主役"として運営し、行政職員は"黒子"として支援することが成功のポイントです。

地域住民や関係者が「通いの場(介護予防)」と「生活支援」を両輪とした自転車に乗り、地域包括ケアを進めていくイメージを表しています。地域住民、保険者である行政職員(行政職、保健師、リハ職等)、住民側の支援者(サポーター、ボランティア、民生委員等)、公的な支援者(ケアマネジャー、生活支援コーディネーター、リハ職等の専門職)が共にペダルをこぎ、「地域ケア会議」というハンドルで舵取りをしながら、目指すべき地域へと進んでいきます。地域包括ケアを実現するためには、地域住民や関係者間の協働が必要であるとともに、「通いの場(介護予防)」と「生活支援」の両輪なくして前に進むことはできません。





3. 地域リハビリテーションの効果的な活用による通いの場の展開について

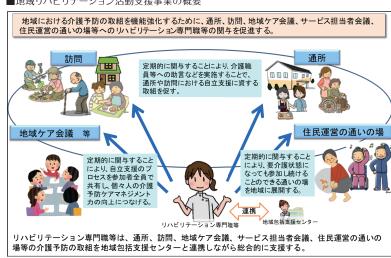
通いの場の展開にあたっては、地域の医療機関等に所属するリハビリテーション専門職等の 関与を促進させることがより効果的です。

国では、都道府県がリハビリテーション専門職等の広域派遣調整を行うための介護保険事業 費補助金を設けています。専門職の通いの場への関与が円滑に行われるためには、例えば二次医 療圏等の中核的リハビリ医療機関などを事務局とした地域リハビリテーション広域支援センター 等を通じて専門職を市町村に派遣する体制を構築することが望まれます。

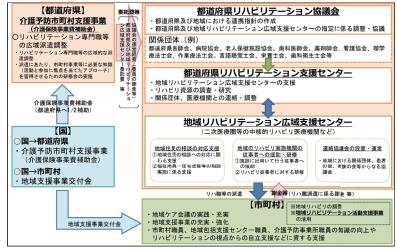
その上で市町村は、一般介護予防事業に位置づけられている地域リハビリテーション活動支援事業を活用し、通いの場への継続的な参加を可能とする運動方法の指導や、認知症の方への対応方法の指導、体力測定の方法などについて、専門職からの定期的な支援を受けることで、効果的な地域展開が可能となります。

都道府県・市町村には、通いの場の取り組みを推進するため、地域リハビリテーションを積極的に活用することが期待されています。

■地域リハビリテーション活動支援事業の概要



■地域リハビリテーションの体制について



資料:厚生労働省





都道府県による市町村支援のあり方について



1 都道府県が市町村を支援することの必要性

市町村では、通いの場づくりについての人員体制やノウハウ、情報などが不足しており、市町村単独で取り組むことは困難な場合が多く、他の事業と連携して取り組むことは、より一層難しい状況にあります。そのため、通いの場の必要性や有効性について、都道府県が市町村に説明し、理解してもらうことが必要です。また、都道府県内の全市町村に展開していくためには、市町村間の情報共有の推進や他都道府県における先進的な市町村の取り組みの情報提供などが必要です。



2 出先機関である保健所や支所の役割

都道府県(本庁)単独では、人員体制が限られており、全市町村への継続的な支援は容易ではありません。出先機関である保健所や支所の役割は、管轄区域にある市町村への支援に他なりません。そのため、市町村支援に関わってもらえるよう、保健所や支所を巻き込むことが必要です。



3. 都道府県としての通いの場の方向性(位置づけ)の提示

総合事業としての通いの場の位置づけや、生活支援、地域ケア会議との関係性について、都道府県としての方向性を示すことが求められています。そのため、都道府県としての総合事業の支援の中に「通いの場」の方向性を明確に示すことが必要です。

この3年間にモデルとして取り組んだ市町村は、今後も独自に取り組むことができると考えられますが、まだ取り組んでいない市町村に「やりたい!」と思ってもらうには、県としての方向性を示すことが重要です。



4. 都道府県としての市町村支援の仕組みの構築

都道府県としての方向性を示した後は、それを実現するための具体的な市町村支援の仕組みを構築することが必要です。その際は「通いの場」を構築するだけの支援ではなく、介護予防全体の取り組みのひとつとして支援を行っていくこと、そして長期的な支援の仕組みとすることが必要です。また、支援にあたっては、できる限り市町村に負担をかけない、楽になるような仕組みとすることが求められます。

具体的な支援策としては、市町村を支援するアドバイザーの育成・派遣の仕組みや、市町村が市町村を支援する仕組み、先進的な取り組みの情報提供、首長を対象にしたトップセミナーなど、全市町村に通いの場を広げることのできる仕組みを構築することが求められます。また、通いの場の構築も含めた、市町村の介護予防活動全体の評価・分析を行い、必要な支援を行っていくことが求められます。

なお、上記以外の支援のポイントは、平成27年度に作成した「地域づくりによる介護予防を 推進するための手引き」(地域展開編)のP32、33をご参照ください。



市町村が都道府県に求める支援

都道府県の支援で役立ったものとして、通いの場が拡大している市町村からは、次のとおり 挙げられています。共通するポイントは「ノウハウ」と「情報」に関することです。

都道府県には、市町村が求めている支援を把握するとともに、支援の時機を逸することがないよう、取り組んでいくことが求められます。

○広域・密着アドバイザーの派遣調整、指導・助言

- ⇒立ち上げや継続支援のノウハウを有していない、また成功体験がない中での実際に取り組 んだ経験のあるアドバイザーからの有益な指導・助言
- →住民への具体的な説明方法(実践)。住民向けの講演会が、地域のキーマンたち(公民館長、 民生委員など)の理解を促進
- →マンパワーが不足している中、身近で常に相談でき、一緒に現地で動いてくれる密着アドバイザーは重要

◎都道府県内における市町村担当者会議(研修会)

- →報告の機会は自らの事業の進捗状況を整理する良い機会(⇒報告会がなければ、詳細に整理しないため)
- →他市町村の進捗状況や取り組み内容、情報交換会が有益
- →広域アドバイザーの講演は、実際のやり方を学ぶ良い機会であるとともに、住民主体の取り組みに必要な発想の転換に効果的

◎県外や他市の取り組みに関する随時の情報提供、介護予防に関する最新の情報提供

- →全国における先進的な取り組みや他市の情報提供は、庁内での合意形成に効果的
- →通いの場の立ち上げや継続支援の手法等を検討する上で、多くの市町村の取り組み事例が あるのはとても有益
- →都道府県からの時機を捉えた最新の情報が有益

○先進地への視察研修(他市町村への視察の仲介)

- ⇒市として、通いの場づくりに取り組むかどうかの判断を決定する上で、とても効果的
- →地域住民に「やりたい!」と思ってもらうための手法として、実際に取り組んでいる通いの場合への視察は効果的
- →担当として自信が持てない場合、モチベーションを上げるには視察が有効
- →視察は、他市町村とのネットワークができ、情報交換につながり有効

◎リハ専門職の派遣

→介護予防の知識を持つリハ職の派遣は、市のマンパワー不足の解消、通いの場の立ち上げ 支援や継続支援に効果的

◎体操のDVDの無料配布

- →どのような体操が効果的なのかを理解・判断するにあたり活用
- →新たな体操のDVDを作る上での参考として活用





都道府県による市町村支援の仕組みについて

都道府県による市町村支援として、次のような仕組みの構築や取り組みが行われています。

進行管理系

◎支援スケジュールの提示

立ち上げ支援の時期や継続支援の時期等を想定し、前もって年間のスケジュールを市町村に 提示し、支援と進捗管理を行っていく仕組みです。都道府県、市町村ともに年間を通じて取り組 むべきことが明確となります。

◎進捗管理

市町村担当者が実施時機を逃さないよう、電話やメール、他業務の会議など、日頃のやり取りの機会に困りごとがないかを聞き、マンツーマンによる進捗管理を行います。支援スケジュールの提示とあわせて実施すると効果的です。何でも相談してくださいという姿勢をみせ、都道府県の熱意を伝えることがポイントです。

人材活用系

◎都道府県を通じた三士会やリハビリテーション三団体協議会等との連携

都道府県が三士会(各都道府県理学療法士会、作業療法士会、言語聴覚士会)やリハビリテーション三団体協議会(三士会からなる合議体)等と連携し、市町村に研修やリハ職等の派遣を行う仕組みです。

◎先行市町村が新たに取り組む市町村を支援

先行市町村が新たに取り組む市町村にアドバイスを行う仕組みです。都道府県が実施する研修会でのアドバイスだけに留まらず、本事業における広域アドバイザーのように先行市町村職員が新たに取り組む市町村を訪問してアドバイスを行っている場合もあります。

◎保健師の活用

在宅保健師の会に所属している保健師や、退職した保健師とのネットワークを形成し、立ち上げや継続の支援者として活用する仕組みです。

◎独自アドバイザーの設置

本事業における都道府県密着アドバイザー、もしくは介護予防に知見を有する人を独自のアドバイザーとして位置づけ、市町村支援に活用する仕組みです。

研修・普及啓発系

◎介護予防担当者会議、研修会

市町村の介護予防担当者や地域包括支援センター職員、リハ職、保健所職員など、通いの場の関係者を集め、都道府県の方針や支援内容を共有します。あわせて、各取り組みの進捗状況の共有や好事例の紹介のほか、工夫点や苦労話を共有することで、担当者間のモチベーションアップを図ります。課題解決をテーマとしてグループワーク形式で行うところもあります。



◎プレゼンテーション研修

住民に「やりたい!」と思ってもらえるような住民説明会とするため、プレゼン資料の作成 方法やプレゼン技術のスキルアップを図るための研修を行います。模擬プレゼンテーションを実 施し、先行市町村職員にアドバイスをもらうとより効果的です。

◎現地視察

先行している市町村の通いの場等を他の市町村担当者が視察する機会を設けます。先行市町村の数が少ない場合などは視察等が重なり負担が大きくなることから、都道府県がスケジュール調整を行い、よりスムーズに先行市町村のノウハウを広げられるようにします。

◎トップセミナー

市町村の首長や議員、部課長といった自治体トップを集め、通いの場の必要性をプレゼンします。通いの場の実施判断を仰ぐことができていない場合や、人員確保、予算獲得などに効果的です。

◎マニュアルの作成

都道府県としてのノウハウを蓄積し、担当者が異動しても円滑に事業が行われるよう、独自 に作成しているところがあります。市町村職員向け、住民向け、ボランティア向けなど、対象者 にあわせて作成されています。

関係機関活用系

◎出先機関の活用

市町村が所在する地域を管轄する保健所や支所等の出先機関に市町村支援を行うことを業務として位置づけ、推進を図ります。

◎市町村支援を行う機関の構築

市町村の通いの場づくりの支援を専門に行う機関を新たに立ち上げるものです。

その他

◎他事業との連携

自立支援型地域ケア会議や協議体、認知症施策など、他事業と通いの場を連動させ取り組みます。それぞれの取り組みの関係性が明確になるとともに、相乗効果が期待できます。

◎情報共有の仕組み

通いの場の立ち上げに役立つ情報や資料を共有したり、市町村間で情報共有・交換できる仕組みを構築(ICTの活用)したりしています。

次ページ以降に、7都県の具体的な市町村支援の取り組みについてご紹介します。





1.山形県

~地域ニーズに応じた通いの場の進化~



キーワード

プレゼンテーション研修、自立支援型地域ケア会議・総合事業・認知症施策との連携、 立ち上げ失敗から成功へ

1 山形県における通いの場の位置づけ・展開方針

山形県では、「やまがた長寿安心プラン」(第6次山形県介護保険事業支援計画)において、県内35市町村全てにおける高齢者の活動拠点の設置を目標に掲げ、まずは市町村に対して「いきいき百歳体操」を活用した通いの場の立ち上げ及び活動の継続に向けた支援を行ってきました。

具体的には、モデル市町への都道府県密着アドバイザーの派遣や助言指導などの支援を中心に、全市町村を対象とした普及啓発セミナー開催や、継続支援等に向けた情報の共有などになります。

通いの場の裾野を拡大することにより、その通いの場でのニーズを、本県が取り組んでいる自立支援型地域ケア会議で把握された地域課題や、総合事業、認知症施策等と結び付けることで、そのニーズに応じた通いの場ご

との進化につなげていくことを目 指します。

そのため、これまで実施してきた高齢者の生きがいづくりや、多様な生活支援活動の担い手を養成するための研修会開催に加え、今後は新たに、地域住民が主体となって運営する地域の介護予防・生活支援拠点を県内に100箇所程度立ち上げることとしています。

通いの場の取組みの拡大により裾野を広げるとともに、地域の多様なニーズに応じることのできる機能を有した活動拠点への発展につなげていく。

者の総合

住民主体による通いの場

地域ケア会議との連携

〇「自立支援型地域ケア会議」の全県普及により、元気を回復した高齢者の社会参加の場(受け皿)としての機能

総合事業との連携

- 〇一般介護予防の受け皿機能
- 〇要支援者(事業対象者)の受け入れノウハウの取得等による総合事業の「住民主体の通所サービスB」へ発展

認知症施策との連携

○県内全市町村で開設が目標となっている認知症カフェとしての機能

2 本事業の進捗状況

平成 26 年度から平成 28 年度の 3 年間、合計 13 市町が本事業に参加しました。モデル以外の 13 市町でも独自に通いの場づくりに取り組んでおり、35 市町村中 26 市町村で何かしらの通いの場が形成されていることになります。

1年目に立ち上げに至らなかったモデル2町でも、あきらめずに啓発活動を続けた結果、2年目には立ち上げに成功し、その後は住民の口コミ等により取り組みが広がりつつあります。町職員だけではなく住民支援者と連携した啓発活動の実施や、広範囲における周知活動から地区ごとの小さい周知活動への転換など、その地域に適した働きかけを進めれば、どこでも通いの場が立ち上げられるということを実践してくれました。

モデル市町村	平成26年度	平成27年度	平成28年度	目標値		
山形市	9箇所235人 27箇所606人		54箇所1,179人	検討中		
中山町	0箇所0人	2箇所31人	9箇所136人	毎年度1箇所以上の実施地区増		
最上町	6箇所141人	10箇所246人	12箇所304人	H29年度末において13箇所		
米沢市	1箇所14人	8箇所69人	18箇所221人	H30年度において50箇所		
遊佐町	3箇所29人	14箇所185人	20箇所262人	H37年度において40箇所		
河北町	_	3箇所45人	3箇所45人	H28年度末までに4箇所		
大石田町	大石田町 一		5箇所80人	H28年度において3箇所		
西川町	1	1箇所21人	1箇所21人	H28年度において2箇所		
鶴岡市	_	19箇所568人	34箇所868人	H28年度末において43箇所		
庄内町	ı	1箇所39人	7箇所129人	H32年度末において30箇所		
舟形町	_	_	14箇所265人	H28年度において100人の参加		
長井市	_	_	7箇所155人	検討中		
酒田市	_	_	16箇所273人	H29年度において20箇所		

■大石田町での取り組みの様子





3 市町村支援の仕組みとポイント

地域診断やプレゼン研修の実施など、取り組みの段階や時期を踏まえた支援を心がけています。また、全市町村を対象とした担当者向けセミナーを開催するほか、他事業との連携として、自立支援型地域ケア会議の普及事業における高齢者やその家族向けの一般介護予防セミナーの中で、都道府県密着アドバイザーが「いきいき百歳体操を行う住民主体の通いの場」の紹介を行うなど、モデル以外の市町村へ対しても、様々な機会をとらえて取り組みの拡大を図るとともに、希望する市町村への個別支援も行っています。

〈平成 28 年度の実施内容〉

①地域診断・戦略策定のための現地支援(モデル市町対象) 関係者への事業説明と併せて現地支援による聞き取り及び助言を実施しました。

②プレゼンテーション研修会(モデル市町対象)

モデル市町が実施する模擬プレゼンテーションに対して、都道府県密着アドバイザーや過年度モデル市町担当者から、今までの経験やノウハウに基づくアドバイスを行い、技術向上に役立てることを目的とした研修会を実施しました。

③市町村介護予防担当者向けセミナー(全市町村対象) 広域アドバイザーによる講演と、これまでのモデル市町 による取り組み状況報告を行いました。

④取り組み成果報告会(全市町村対象)

今年度のモデル市町による成果報告会を実施しました。



■市町村介護予防担当者向けセミナー

4 今後の課題と展開方針

(1) 取り組み市町村の拡大に伴う支援スキームの検討

県内35市町村のうち、24市町が本事業のスキームを用いて地域づくりによる通いの場づくりに取り組んでいます。しかし、市町村数が増えるにしたがって、県庁1箇所のみでの支援には体制的に限界があること、また立ち上げ支援だけではなく、継続支援への対応も求められるなど、その支援内容が広範なものとなっています。さらには、地域毎に展開の進度は一様でなく、特性や社会資源の状況等を踏まえた上での、より「地域に密着した支援」が必要とされていることから4地域に所在する県の出先機関や、健康づくり等の関係部門との役割分担・連携、地域ごとの情報共有を促進していくことが課題となっています。

(2) 平成 29 年度以降の市町村支援の方針

①情報交換会・交流会の開催

特性や状況の近い4つの地域ごとに開催し、工夫した点やうまくいった点・いかなかった点などを共有することで、各々の取り組みを今後の展開に生かすとともに、参加者のモチベーションの維持と通いの場の継続に役立てます。

②セミナーの開催

全国的な先進事例の紹介や、地域間における情報交換・広域での交流促進を図るとともに事業趣旨等の説明を通して、未実施市町村における理解を促し、取り組みの拡大につなげます。

③福祉型小さな拠点(仮称)づくり事業

地域住民が主体となって運営する高齢者の生活支援・介護予防のための地域の拠点を設置する際の立ち上げ経費を助成します(市町村への間接補助)。通いの場が生活支援や居場所などの機能を備え、バージョンアップしていく際の活用なども想定しています。





2.埼玉県

~「ご近所型介護予防」の展開~



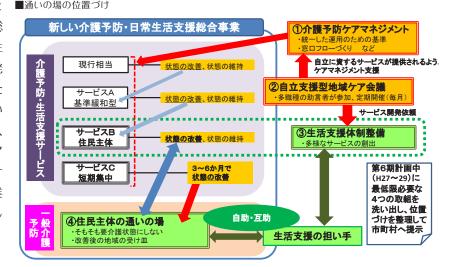
キーワード

リハ職との連携、住民向けマニュアルの作成、生活支援体制整備事業等との連携

1 埼玉県における通いの場の位置づけ・展開方針

住民主体の通いの場は、「そもそも要介護状態にしない」場であり、サービスC(短期集中予防サービス)等

の「改善後の地域の受け皿」と もなる場です。また、新しい総合事業の通所型サービスB(住民主体による支援)などへの発展の可能性もあります。そのため、市町村に対しては、新しい総合事業全体をとらえた上で、サービス事業、介護予防ケアマネジメント、自立支援型地域ケア会議、生活支援体制整備事業と関連づけて説明するようにしています。



2 本事業の進捗状況

全県展開を目指し、平成28年度は、取り組む市町村を増やす(新たに13市町村を支援)、モデル事業に参加していない市町でも事業が展開できるようにすることを方針に取り組みました。

平成 $26 \sim 28$ 年度の 3 年間で、18 市 8 町 1 村(県独自モデル市町村含む)が取り組み、平成 28 年 12 月時点で県内 272 箇所 6,128 人が参加するまでに至っています。週 1 回以上の体操を行う住民主体の通いの場がない市町村数は 21 <u>※</u> (63 市町村中)までになっています。

※「介護予防事業及び介護予防・日常生活支援総合事業(地域支援事業)の実施状況に関する調査(平成27年度実施分)」の調査結果より

	熊谷市	秩父市	所沢市	飯能市	本庄市	春日部市	羽生市	鴻巣市	深谷市
H26 (03.31)	_	_	_	_	_	_	_	_	_
H27 (01.01)	_	_	_	1 箇所 32 人	3 箇所 73 人	_	_	1 箇所 19 人	_
H28 (12.01)	4 箇所 85 人	3 箇所 115 人	8 箇所 168 人	10 箇所 157 人	70 箇所 1, 400 人	4 箇所 84 人	3 箇所 101 人	4 箇所 56 人	3 箇所 43 人

	蕨市	戸田市	志木市	新座市	蓮田市	坂戸市	鶴ヶ島市	日高市	吉川市
H26 (03. 31)	_	_	_	_	_	_	_	_	_
H27 (01.01)	3 箇所 68 人	_	3 箇所 80 人	2 箇所 32 人	4 箇所 109 人	11 箇所 226 人	1 箇所 18 人	_	5 箇所 120 人
H28 (12.01)	11 箇所 267 人	8 箇所 178 人	10 箇所 290 人	8 箇所 180 人	9 箇所 284 人	21 箇所 575 人	5 箇所 94 人	4 箇所 74 人	8 箇所 250 人

	毛呂山町	小川町	川島町	吉見町	小鹿野町	東秩父村	上里町	杉戸町	松伏町
H 26 (03. 31)	4 箇所 99 人	_	_	_	_	_	_	4 箇所 99 人	_
H27 (01.01)	10 箇所 175 人	_	_	_	2 箇所 53 人	_	4 箇所 100 人	2 箇所 66 人	_
H 28 (12. 01)	30 箇所 553 人	4 箇所 82 人	7 箇所 113 人	2 箇所 71 人	8 箇所 264 人	4 箇所 53 人	12 箇所 259 人	7 箇所 252 人	5 箇所 80 人



3 市町村支援の仕組みとポイント

(1) 支援の概要と仕組みのイメージ

身近な場所で、住民同士が、効果のある介護予防体操を行う取り組みを、市町村・埼玉県理学療法士会・県が ■埼玉県版地域づくりによる介護予防「ご近所型介護予防」

一緒になって支援する仕組みを作 り、「ご近所型介護予防」として推 進しています。筋力の維持・向上だ けでなく、近所とのつながりを深 め、お互いに支えあう関係づくりに もつながることを期待しています。

市町村支援としては、市町村がや るべきことと実施時期を整理した 年間スケジュールの提示、アドバイ ザー (理学療法士) 派遣、研修会や 先進地視察、住民向けマニュアルの 作成等を行っています。

「ご近所型介護予防」〜埼玉県版「地域づくりによる介護予防」 3つのポイント を満たす介護予防の取組を、リハビリテーション専門職の立上げ支援を受けながら実施。



普及啓発 効果のある体操の紹介 (体操アドバイスや体力測定等 ・ボランティア養成講座講師・アドバイザー養成 ボランティアの養成

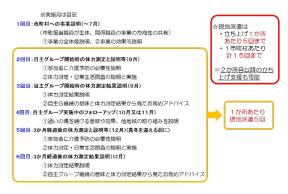
(2) 主な取り組み内容とそのポイント

①県理学療法士会との連携 ⇒県予算でアドバイザー派遣

埼玉県理学療法士会(地域リハビリテーションケアサポー トセンターと連携)との協力体制のもと、県予算でアドバイ ザー(理学療法士)を派遣しています(上限:各市町村15回)。 体操教室の立ち上げと運営支援(体操のアドバイスや体力測 定等)を受けることで、効果的な介護予防の場とすることが できています。

また、市町村とアドバイザーの関係構築を深めるために、 通いの場の立ち上げ、運営支援等についての研修会は、市町

■アドバイザー(理学療法士)による現地支援イメージ



村担当者及び市町村アドバイザー(理学療法士)合同で実施しています。ここでの関係構築は、一般介護予防事 業へのリハ専門職等活用の導入的な役割も持っています。

②全県展開に向けて ⇒介護予防マニュアル (住民向け) の作成

モデル事業未参加の市町も含め、通いの場が全県に普及する よう、通いの場の運営方法、運動の仕方等を記載した住民向け マニュアル(参加者用、ボランティア用の2種類)を平成28 年度に作成しました。市町村や地域包括支援センター等への配 布とともに、県ホームページにも掲載し、普及啓発を進めてい くためのツールとして活用予定です。

■ご近所型介護 予防実践マニュ 「近くで」 「みんなと」 アル:参加者用 #B0t® ご近所型介護予防 実践マニュアル 1~8のカウントで動かします。 埼玉県 ⊅っくり元に戻します。 数を数えて、**息を止めない**。 申びている感じがした

今後の課題と展開方針

全県展開に向けて、定期的な実施状況調査や情報交換等によって、未実施市町への支援を行っていきます。また、 既に実施している市町村に対しては、住民主体の通いの場の展開(認知症予防体操の導入やサロン活動の開始な ど)や、新しい総合事業の充実を意識した取り組みの展開に向けて、支援していくことが課題と考えています。





3.東京都

~地域住民の活躍の場、居場所づくり~



キーワード

都市部モデル、独自アドバイザー、リハ連絡会(リハ職との連携)、介護予防推進支援センター

1 東京都における通いの場の位置づけ・展開方針

地域包括ケアシステムを支える介護予防や生活支援、住民同士の互助を基本とした地域づくりの基盤として「通いの場」を位置づけています。そして、総合事業の推進に必要な「地域づくりによる介護予防推進(住民運営の通いの場)」と「介護予防ケアマネジメント」「自立支援型地域ケア会議」「生活支援体制整備」の4つをバランスよく"つなぐ"視点で区市町村への支援を展開していきます。

2 本事業の進捗状況

本事業には平成27年、28年の2年間、合計9区市町が参加しています。また、モデル以外の10区市町でも独自に通いの場づくりに取り組んでいます。

加齢に伴い独りでできることが徐々に減り、生活圏域にお付き合いが少なくなっていくこの時期に、無理なく 担える「出番」と「役割」を自分の歩いて通える範囲に獲得することは、ここ東京においても普遍的なニーズです。 本事業に参加した多様な地域性を持った自治体には既に一定数の通いの場が展開されていますが、本事業への参

加により、通いの場を増やし育成する手法が 都市部でも有効であることを立証できました。 高齢者人口の1割が通いの場へ参加すること を目指すという地域全面展開に向けた具体的 な戦略として、本事業コンセプトに基づく通 いの場の展開手法をモデル以外の区市町村に 対しても推奨しています。

モデル区市町村	平成27年度	平成28年度	目標値
世田谷区	世田谷区 41箇所988人		H37:600箇所
北区	北区 12箇所123人		H37:271箇所
国分寺市	4箇所87人	13箇所185人	H37:45箇所
日の出町	11箇所163人	17箇所248人	30箇所600人
台東区	ı	22箇所383人	H37:190箇所
立川市	1	30箇所500人	H37:220箇所
町田市	_	22箇所475人	H37:195箇所
東村山市 -		0箇所0人	H37:150箇所
多摩市	_	19箇所725人	H37:160箇所

3 市町村支援の仕組みとポイント

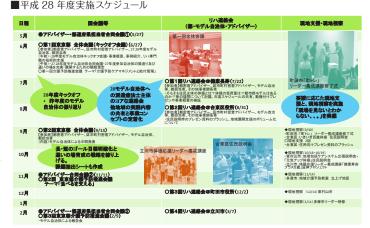
(1) 独自のアドバイザー組織の設置、情報共有の支援

地域に根ざした介護予防活動の推進、モデル自治体における通いの場の本格育成の支援者として地域のリハビリテーション専門職をマッチングし、都独自のアドバイザー組織を設置しました。各モデル地域に派遣されたリハ職が互いの実践事例から学び、ノウハウを分かち合い、関係性を構築し、即戦力を磨くための「リハ連絡会」を定期的に開催しています。また、都内の全区市町村が通いの場づくりを行うにあたってのノウハウや情報を深め合う仕組みとしてグループウェアを活用しています。

(2) 主な取り組み内容とそのポイント

平成28年度におけるおおよその動きは表のとおりです。キックオフとして6月に新旧モデル自治体を対象とした全体会議を開催し、過年度モデル区市町は取り組みを振り返り、今後の方針を検討します。新モデル区市は、

過年度の取り組み内容を参考に自らの戦略を 検討します。そして7・8月に開催したリハ 連絡会において、具体的な立ち上げに向けた 各種取り組みについて、担当アドバイザー同 士で共有、事業コンセプトとの整合性を保ち、 今後の取り組みの軌道修正を行います。その 後は各区市町村の状況に応じた情報支援や現 地支援に取り組むとともに、進捗状況の確認 や共通する課題の解決、長期・短期の目標の 明確化、それに向けた具体的な戦略の確認・ 修正を兼ねた全体会議を2回ほど開催します。



4 今後の課題と展開方針

2年間の事業への参加を通して、都内で展開していくための課題は次の4点に整理できます。

- ・地域ごとに環境(ヒト・モノ・金・情報)が異なるため、先進事例の活用に限界がある
- ・住民の「やりたい」を引き出すためのきめ細かい事業戦略が必要
- ・住民が求めるものは金銭的な支援よりも、専門職の助言やサポート等の継続的な関与
- ・住民同士が理想とする地域を実現するための活動を合意形成するための「想いを共有する場」が必要

これらの課題を踏まえて、平成29年度以降は次の方針により区市町村支援を行っていきます。

- ✓「活動」、「参加」を導くバランスの良いアプローチを可能とする介護予防事業を展開します。行政の担当 部署や地域包括支援センター等の有する地域診断に資する各種データに基づく現状認識と目標設定支援を 行い、関係者間で共有します。
- ✓ 地域づくりによる介護予防事業を展開するための専門的知見やノウハウを付与するとともに関連職種との 連携を深め、プロセス評価の支援を行います。
- ✓ リハ職等と連携した介護予防や生活支援サービスの拠点となる通いの場の本格的な育成に向けて、リハ専門職の派遣調整や通いの場の運営者間の連携支援、地域のプレーヤー間の調整支援などを行います。

平成29年度以降の具体的な支援の中心となるのは次の取り組みです。

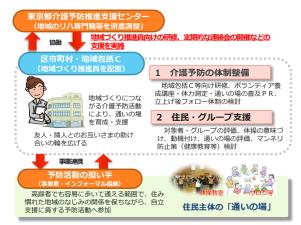
①東京都介護予防推進支援センターの設置

区市町村は新しい総合事業への移行に向けた体制整備等に追われ、介護予防活動に不可欠な専門的な知見やノウハウの蓄積が十分とは言えません。そこで地域の実情や取り組み段階に応じた専門的・技術的な支援を総合的かつ継続的に区市町村に提供することで、介護予防活動の普及に向けた取り組みを加速化させるための支援機関を設置します。



②介護予防による地域づくり推進員の配置

住民主体の通いの場を育成するなど地域づくりにつながる介護予防活動を推進し、リハ専門職等の地域の多職種・他機関との連携を強化する職員を配置する区市町村に対して補助を行います。(1人当たり550万円、区市町村あたり65歳以上高齢者数1万人未満1人まで)





4.奈良県

~全県展開を目指し、市町村に寄り添い、ともに考える~



キーワード

年間スケジュール、進捗管理、相談しやすい体制づくり

1 奈良県における通いの場の位置づけ・展開方針

県内全域に通いの場が立ち上がり、住民の意向を踏まえながら、各市町村で通いの場を活用した各種取り組みや、総合事業、生活支援サービス等との連携が図られることを目指しています。市町村担当者には、研修会において、通いの場立ち上げ後の継続・充実に向けた支援が必要であること、それぞれを生活支援や自立支援型ケア会議等と連携させて進めることの必要性について説明しています。専門職団体、保健所、庁内関係課等には、会議等への参加依頼や情報提供を行い、ネットワーク構築を図っているほか、ノウハウを培ったモデル市町村にはアドバイザー的な役割を担っていただき、研修会での助言や通いの場・住民説明会の視察受入等、取り組みの全県普及に貢献していただいています。

■地域づくりによる介護予防の市町村における展開戦略

視点1 ・住民主体の通いの場を活用した 次の展開(口腔ケア、認知症予防、 栄養講座などを取り入れる)

視点3 •通いの場の元気高齢者を生活支援 の担い手に繋ぐ

第一段階

〇市町村における 仕組みの導入 第二段階 〇市町村全域での展開・活動の継続 第三段階 〇総合事業・生活支援との連携 〇地域ケア会議との連携

視点2 ・通いの場の箇所数増加を見越した フォロー体制づくり(行政とリハ職の 役割分担と連携等)

視点4 ・いきなり介護サービスに繋ぐのではなく、 対象者の状態に応じて地域の通いの場に繋ぐ 視点5 ・介護サービス卒業者を地域の通いの場に繋ぐ

2 本事業の進捗状況

平成 27、28 年度で、10 市町村(県独自モデル市町含む)が取り組み、人口約 79,000 人の市から約 1,500 人の村まで、全てで通いの場が立ち上がりました。モデル市町村向け研修会を全市町村に公開、適宜相談対応や情報提供をすることで、モデル市町村以外にも取り組みが広がっています。進捗報告様式に、通いの場の目標数や、要支援・要介護・認知症の方の参加、体操以外の取り組みについての記載欄を設けることで、市町村担当者に通いの場において重要な視点の意識付けをしています。

	モデル市町村	モデル事業による拠	・ル事業による拠点数(29年3月時点)		備考
	(モデル年度)	平成27年度	平成28年度	取組	1 用 右
27	大和高田市	5箇所100人	6箇所240人	0	1箇所は不定期
年度	香芝市	1箇所44人	3箇所77人	0	見守り隊結成
度	天川村	4箇所82人	5箇所88人	0	小学生との交流
	五條市 /		2箇所36人	0	
	御所市		2箇所21人	0	
28	宇陀市		17箇所240人	0	
年度	山添村	8箇所95人	0		
芨	安堵町		3箇所70人	0	
	高取町		5箇所90人	0	移動販売が誕生
	下市町		4箇所69人	_	

3 市町村支援の仕組みとポイント

(1) 支援の概要と仕組みのイメージ

平成28年度は、国事業参加の集中支援モデル市町村(2町1村)と、県独自モデル市町村(3市1町)、平成27年度モデル市村(2市1村)を併せて支援しました。国会議における広域アドバイザーの「市町村が楽になるように考えてほしい(最小の労力で最大の効果を発揮できるように助言してほしい)」との言葉をテーマに、各種支援を行いました。

(2) 主な取り組み内容とそのポイント

①年間スケジュールの設定・提示 ⇒やるべきことの『見える化』

前年度末に、目的も踏まえた事業スケジュールや、市町村が通いの場を立ち上げるまでの参考スケジュールを示すことで、市町村担当者がどの時期にどのようなことをすればよいかが分かるように工夫しています。厚生労



■前年度末に示すモデル事業スケジュール(案)

働省や埼玉県のスケジュールを参考にした上で、27年度の県内での実践を踏まえ、27年度モデル市町村による助言等の機会を節目毎に設定し、奈良県版スケジュールを作成しています。

初年度の取り組み、特に1つ目の通いの場を立ち上げるまでは、市町村担当者の不安が非常に強く、立ち上げに向けた第一歩を踏み出しにくい時期だと感じています。

また、立ち上げた団体が初年度中に3か月以上継続することは、担当職員の成功体験につながると考えています。そこで9~10月を立ち上げ時期とするスケジュールを示し、時機を捉えた相談支援をすることにより、市町村担当者の後押しをしています。

②時機を捉えた相談支援 ⇒ "市町村担当者に次のステップを 意識してもらう"進捗管理

事業の節目に、進捗報告・意見交換会を実施しているほか、立上げ前後・体力測定前・3か月直前・半年後・交流会などのイベント開催前後など、時期に応じて電話等により個別相談に対応しています。時機を捉えて資料提供、進捗状況の確認、進



め方の解説、アイディア提供等を行うことで、他の業務で忙しいときにも適時に取り組んでもらえるよう、進捗管理も兼ねています。28 年度は、モデル市町村がほぼ同時期に通いの場を立ち上げ始めたため、その2か月後には「体力測定時に気に掛けるポイント」などをメールで一斉案内するなど、前年度のモデル市町村支援から得た実践ノウハウを活かし、効率的に次のステップに向けた事前支援もできました。

また、住民向け説明会、地域ケア会議等への同席のほか、介護予防事業以外の業務での連絡時や会議等で出会う機会にも、挨拶のように「最近どうですか?」と声掛けをすることで、"顔のみえる関係づくり"と"いつでも相談に乗る姿勢"を示し、市町村の取り組みが進むように相談体制を整えています。

≪相談支援で意識していること≫

- ・相談時には、関連記事の手引き掲載ページの紹介や、「●●アドバイザーが」「●●市の立ち上げ時に」「●●の住民さんが」と 具体的にイメージできるような説明を心がける
- ・住民向け説明会で活用する他市の活動普及啓発 DVD のレンタル依頼時には、説明会の日時、対象者、その準備で困っていることはないか等の聞き取り(必要に応じて、説明会に出席)。返却時には、実施結果を確認
- ・イベント(説明会・体力測定・交流会など)の日程を把握し、電話で連絡

4 今後の課題と展開方針

2年間の国事業への参加で得られた国アドバイザーや全国の都道府県、市町村の方々などの人脈から有益な情報をいただきつつ、県内モデル市町村担当者、県担当者が助言者となり、アドバイザー機能を担い始めています。 今後は、庁内関係課、保健所、リハビリ専門職団体との連携をさらに推進していく予定です。

全県展開に向けては、通いの場がなく、関心も低い市町村へのアプローチをどうするのか、特に、職員体制が十分ではない村部での取り組みが課題と考えています。保健所保健師の協力や他市町村の助言を踏まえて実施した天川村の取り組み(⇒34頁のコラム参照)を一つの成功事例として、各市町村の地域資源や実施体制を考慮しながら、住民主体による通いの場の必要性を伝え、市町村担当者に事業そのものを、やりたいと思って取り組んでもらえるような働きかけをしていきたいと考えています。

■住民運営の通いの場の充実・拡大に向けた 展開方針



○研修会等による地域づくりによる介護予防のコンセプトの理解促進 ○適宜相談対応

○モデル事業スケジュールに沿った通いの場の立ち上げ支援 (個別相談、先進地視察、現地支援、研修会の実施等)

○研修会・意見交換会等によるフォローアップ ○他市町村への助言・情報提供に協力 住民運営の 通いの場 充実・拡大



5.大分県

~体系的な市町村支援による介護予防の推進~



キーワード

健康運動指導士、めじろん元気アップ体操、介護予防市町村支援委員会

1 大分県における通いの場の位置づけ・展開方針

第6期介護保険事業支援計画において、通いの場を含む介護予防の取り組み方針として次のとおり定めています。

地域の高齢者が、体操教室などの介護予防活動に主体的に運営・参加できるよう、職能団体等と連携して、介護予防に取り組む活動組織の育成・支援を行います。また、介護予防体操(めじろん元気アップ体操)の普及リーダーを地域の高齢者の中から養成し、サロン等に普及させていくなど、住民主体の健康づくり、介護予防を推進していきます。高齢者自身が、要介護者が必要とする生活支援の担い手となるなど、社会参加を促進することにより、介護予防につなげていくための取り組みを進めます。

通いの場づくりにあたっては、大分県の介護予防体操である「めじろん元気アップ体操」の実施を推奨しています。また、ご当地体操がある市町村には両方実施を提案しています。1年目における各市町村の立ち上げ目標は2箇所以上とするとともに、国事業における都道府県密着アドバイザーとしての役割は保健所保健師に期待を寄せ、担ってもらっています。

2 本事業の進捗状況

平成 26 年度から平成 28 年度の3 年間で、合計 13 市町村が本事業のモデル市町村として、通いの場の立ち上げに取り組みました。また、モデル以外の1 市町村でも独自に通いの場が立ち上がっています。

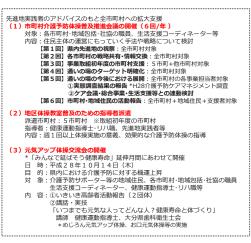
モデル市町村	平成 26 年度	平成 27 年度	平成 28 年度 (H29.2 月末時点)	目標値
佐伯市	5 箇所	11 箇所	25 箇所	90 箇所
国東市	3 箇所	12 箇所	21 箇所	50 箇所
中津市	-	2 箇所	8 箇所	10 箇所
臼杵市	-	2 箇所	8 箇所	206 箇所
津久見市	-	3 箇所	5 箇所	26 箇所
豊後高田市	-	2 箇所	14 箇所	100 箇所
豊後大野市	-	6 箇所	13 箇所	-
九重町	-	4 箇所	5 箇所	-
大分市	_	1	1 箇所	_
別府市	_	_	4 箇所	_
竹田市	_	_	2 箇所	_
由布市	_		3 箇所	_
玖珠町	_		1 箇所	5 箇所

3 市町村支援の仕組みとポイント

平成 18 年度に「大分県介護予防市町村支援委員会」を設置し、市町村の介護予防推進に向けた支援に取り組んでいます。委員会の下部組織として3つの部会が設置されており、そのうちの「運動機能向上専門部会」が通いの場の推進担当となり、年1~2回の会議を開催しています。そして全市町村職員等を対象にした「市町村介護予防体操普及推進会議」を中心に市町村支援に取り組んでいます。平成 28 年度に実施した市町村支援の取り組みは次のとおりです。また、市町村が通いの場の立ち上げるにあたって、健康運動指導士・リハビリテーション専門職を4回派遣する仕組みを構築しています。



■平成 28 年度の具体的な市町村支援の取り組み

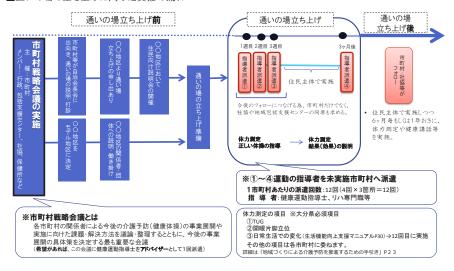


	県主催の取組
4月	事業説明会
5月	第1回介護予防体操普及推進会議(32名) ※県内先進地視察
6月	第2回介護予防体操普及推進会議(36名)
7月	
8月	第3回介護予防体操普及推進会議(24名) 第4回介護予防体操普及推進会議(45名)
9月	
10月	大分県元気アップ体操交流大会(約200名)
11月	
12月	第5回介護予防体操普及推進会議(46名)
1月	
2月	
3月	第6回介護予防体操普及推進会議(約200名) ※市町村及び地域住民からの報告





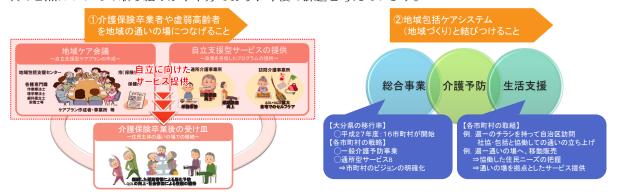
■通いの場の立ち上げに向けた支援の流れ



4 今後の課題と展開方針

(1) 通いの場の有効活用と地域拠点としての機能化

体操による身体的効果や、参加者の生きがい、楽しさに結びついていることは明らかとなりました。しかし、次の2点についての取り組みが不十分であり、今後の課題と考えています。



(2) 平成 29 年度以降の市町村支援の方針

平成 28 年度までの取り組みを継続するとともに、「大分県介護予防市町村支援委員会(運動機能向上専門部会)」において、現状や課題を整理しながら、市町村ニーズに応じた支援を行い、県内全市町村での通いの場の展開、地域づくりによる介護予防の推進を図ります。





6.鹿児島県

~住み慣れたかごしまで、自分らしくいつまでも~ 9



キーワード

かごしまモデル、先行市町村、保健所(地域振興局・支庁等)

1 鹿児島県における通いの場の位置づけ・展開方針

誰もが住みなれた地域でその人らしく暮らせるよう、その人らしさを生む「居場所」、暮らしのための「生き場所」、役割・出番となる「活き場所」として機能する通いの場づくりに取り組んでいます。

目指すは、全市町村での住民主体の通いの場づくりの取り組みの実施です!

2 本事業の進捗状況

平成26年度から平成28年度の3年間、合計12市町村が本事業に参加しました。また、モデル以外の4市町村でも独自に、本事業に基づいた形での通いの場づくりに取り組んでいます。平成26年度に参加した日置市やいちき串木野市では、当初1箇所だった通いの場が飛躍的に拡大しており、なかでもいちき串木野市では、国

が目安としている高齢者 人口の10%を大きく上回 る20%近くが参加してい ます。こういった先行市 町村の好影響を受け、平 成28年度に参加した市 町村も、引き続き立ち上 げに取り組んでいます。

モデル市町村	平成26年度	平成27年度	平成28年度	目標値
日置市	1箇所(2自治会)	18箇所 (22自治	54箇所 (60自治	H37:178全自治会
口區川	20人	会) 446人	会) 1,249人	参加
いちき串木野市	1箇所36人	49箇所1,255人	72箇所1,922人	H30:100箇所
阿久根市	_	2箇所70人	18箇所400人	H28:17地区
		2回月70人	10回月400人	H31:全地区
西之表市	1	2箇所50人	23箇所380人	H37:50箇所
十島村	1	1箇所20人	1箇所20人	
肝付町	1	1箇所15人	4箇所60人	H37:25箇所
宇検村	1	6箇所65人	14箇所163人	H31:18箇所
出水市	_	-	2箇所40人	H38:50箇所
南さつま市	1	ı	3箇所90人	H29:13箇所
奄美市	1	ı	2箇所36人	H33:45箇所
大崎町	_		2件記60 1	H32:50自治公民館
八呵叫	_	_	3箇所60人	H37:100自治公民館
東串良町	_	_	1箇所15人	H32:15箇所

3 市町村支援の仕組みとポイント

(1) 支援の概要と仕組みのイメージ

県内の全市町村で取り組みが行われるように、先に取り組んだ市町村と保健所(振興局・支庁等)が協働で、新たな市町村の立ち上げ支援を実施する「かごしまモデル」を構築し取り組んでいます。また、県として、取り組んでいる市町村内での事業理解が深まるよう、トップセミナーの開催の支援を行うなど、市町村が事業を円滑に実施できるような取り組みを行っています。

(2) 主な取り組み内容とそのポイント

①先行市町村が新規市町村を支援する仕組み

平成 26、27 年度にモデル市町村として参加した7市町村の職員が、事業アドバイザー(国事業における広域アドバイザー的な位置づけ)として新規市町村の立ち上げを支援しています。意見交換会で、先に取り組んだ市町村が助言をすることで、事業への取り組みを身近に感じてもらうことができました。また、広域アドバイザーの直接支援が行われない市町村に対して、先に取り組んだ市町村の職員が、経験と実績に基づくプレゼンを行いました。職員と住民のコラボで、より説得力を高めたプレゼンを行った市町村もありました。

■住民による住民へのプレゼン

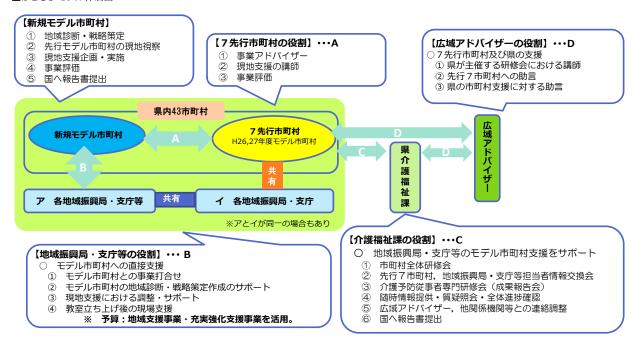




②保健所(地域振興局・支庁)との連携

新規モデル市町村の支援は、市町村が所在する保健所が担当することで、モデル市町村の状況をより身近で理解した支援が可能となりました。県と保健所の役割が明確となり、県内全市町村への展開が可能となります。

■かごしまモデル体制図



4 今後の課題と展開方針

(1) 課題

①地域特性に応じた市町村支援方法の確立

立ち上げ手法についてはある程度確立しましたが、離島の多い本県では、離島への立ち上げ支援や継続支援については、交通機関の不便さ等もありさらなる工夫が必要です。

②リハ職確保等への支援

住民主体の通いの場を増やすため、県として地域リハに関わるリハ職の充実や派遣体制の検討が必要です。

③継続的な事業展開への工夫

基本理念である「住民主体の地域づくり」を住民や地域で共有するために、広報研修を継続して行うことが必要です。また、場の効果を十分に上げるためには、例えば「適切な生活目標を導き出す」といった技術を持った 人材育成もさらに必要になります。

(2) 平成 29 年度以降の市町村支援の方針

本事業終了後も「全市町村での住民主体の通いの場づくりの取り組みの実施」という目標に向け、かごしま地域づくり介護予防推進支援事業として、次のような取り組みを実施します。

①介護予防事業評価指標の検証・普及啓発

県が作成した通いの場の評価指標に基づき、各市町村は事業評価を実施します。各市町村の評価を深め、事業 展開に活用するため、県振興局単位で意見交換を実施します。

②介護予防事業従事者研修会(年3回)

市町村及び事業所従事者研修を実施(介護予防活動普及展開事業含む)します。





7.沖縄県

~レジェンド保健師と専門職のチームで地域づくり~



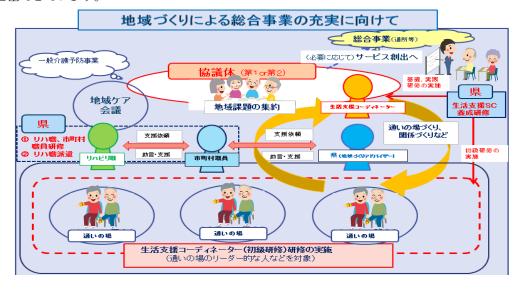
キーワード

保健師OBOG、総合事業・生活支援体制整備事業等との連携

1 沖縄県における通いの場の位置づけ・展開方針

地域づくりは地域包括ケアの土壌づくりであるとの考えのもと、通いの場づくりを新しい総合事業や生活支援体制整備事業、地域ケア会議などと関連づけ、介護予防全体としての仕組みづくりを進めています。この仕組みを担う人材として、通いの場づくりに関する市町村への技術支援・助言を行うために、"レジェンド保健師"こと県保健師OBOGから"沖縄県地域づくりアドバイザー"を任命し、生活支援コーディネーターやリハビリ専門職とともに、チームで通いの場づくりの現地支援を行うこととしています。現地支援をチームで行うことで、生活支援コーディネーターは地域との関係づくりを行うことができ、地域課題を把握することが可能となります。また、リハビリ専門職も、地域ケア会議での助言だけではなく、通いの場づくりの支援も同一人物が行うことで、より有効な結果が得られると考えています。県としては、通いの場の元気な参加者を含めた生活支援コーディネーターの養成研修(詳細は、次頁参照)や、地域づくりを行うためのリハビリ専門職向けの育成研修・派遣事業を実施しています。

このように、地域づくりを行うプレイヤーを結合させることで、行政のトップダウンとはまた異なる、地域のボトムアップで介護予防事業の充実を図っていく方向性を目指しています。実際に、通いの場の1箇所が協議体の構成メンバーとなり、一般社団法人を立ち上げて新しい総合事業や一般介護予防事業を自治体から受託している事例も出てきています。



2 本事業の進捗状況

平成 27、28 年度の 2 年間で、島も含めて 4 市 1 町 3 村がモデル市町村として参加しました。平成 29 年 2 月時点で、48 箇所 855 人の参加に至っています。また、モデル市町村以外にも通いの場づくりの取り組みが広がりつつあります。

モデル市町村	平成27年度	平成28年度	目標値
石垣市	8箇所230人	20箇所466人	47箇所
沖縄市	4箇所45人	7箇所100人	55箇所
恩納村	1箇所14人	1箇所15人	15箇所
伊是名村	1箇所12人	2箇所24人	5箇所
渡嘉敷村	2箇所30人	3箇所45人	3箇所
名護市	-	8箇所105人	1,100箇所
宜野湾市	_	2箇所30人	66箇所
竹富町	_	5箇所70人	10箇所

市町村支援の仕組みとポイント

(1)"レジェンド保健師"と生活支援コーディネーター、リハビリ専門職とのチームプレイ

地域づくりの豊富なノウハウを持つ"レジェンド保健師"を「地域づくりアドバイザー」に任命し、市町村へ 派遣する仕組みをつくりました(沖縄県地域づくりアドバイザー派遣事業)。派遣先では、市町村が作成した地 区診断に基づき、市町村の強みや課題の把握を行い、住民説明会などの支援を行います。地域づくりのノウハウ を持っていることから、実施した市町村からは、「事業のイメージをつかむことができた」「身近に相談できて良 かった」「立ち上げの雰囲気づくりができた」といった声が聞かれ、立ち上げ成功のポイントとなっています。

また、生活支援コーディネーターとリハビリ専門職とのチームで現地支援を行うこととし、生活支援コーディ ネーター養成研修、地域づくりを行うリハビリ専門職の育成研修・派遣事業を実施しました。チームプレイにより、 生活支援コーディネーターは地域との関係づくりが進み、地域情報をキャッチしやすくなるほか、協議体へつな がる可能性もあります。リハビリ専門職のいない市町村にとっては、専門的なアドバイスがもらえるほか、地域 づくりに関心のあるリハビリ専門職とつながる場となります。何より、地域づくりを行うプレイヤーの結集によ り、"地域づくり"としての連携が可能となりました。

■通いの場づくりの仕組み

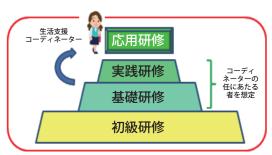


(2) 通いの場の参加者なども対象に、生活支援コーディネーター養成研修の実施

都道府県が実施することとなっている生活支援コーディ ネーター養成研修について、初級、基礎、実践、応用の4段 階とし、重層的な研修体系としています。初級研修には、協 議体の構成メンバーやその候補となる自治会、シルバー等の 団体役員、高齢者の地域の支え合い活動、地域づくりに関わっ ている一般の方も対象とすることで、元気な高齢者、特に前 期高齢者の活躍の場を拡充したいと考えています。

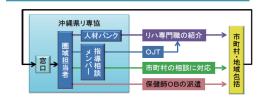
今後の課題と展開方針

今後に向けては、他部局(保健医療部、保健所)との連携、「地 域づくりと地域ケア会議等に対応できるリハビリ職」の人材 育成が課題と考えています。29年度は、沖縄県地域づくり アドバイザーを5人に増やし、さらにチームプレイによる通 いの場づくり、新しい総合事業等の充実を図っていく予定で す。

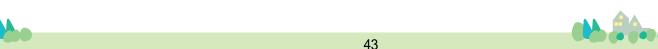


沖縄県生活支援コーディネーター養成研修の体系

平成29年度地域包括ケアシステム構築事業 実施体制(案)



- ●沖縄県リハビリテーション専門職協会の役割
 - | 神機県リハにリテーション専門職協会の仮制
 1. 圏域担当者を定め、圏域ことに人材紹介・派遣のコーディネートを行う。
 ① 人材パンクを活用して【リハ専門職の紹介】
 ② (指導相談メンバーが)紹介したリハ専門職に対する【OJT】
 ③ (指導相談メンバーが)【市町村の相談に対応】
 ④ 【保健師○日の派遣】





本事業3年間における市町村の実践事例

本事業に参加した市町村数は、3年間で約300市町村となります(都道府県独自モデル市町村舎む)。その中で、通いの場の数が拡大したポイントについて、「住民への啓発」「立ち上げ支援」「継続支援」の3つの視点から整理すると次のとおりとなります。

(※通いの場の数が増えている 15 市町村程度を抽出し、アンケート調査を実施)

○住民への啓発(プレゼン、広報等)

最初は、行政が関わっている様々な講座やイベントを普及啓発の機会と捉え、積極的に説明に 出向くことがポイントです。講座等を所管している他課との協力体制、いつでも説明に行ける人 員体制、委託先の地域包括支援センターやリハ職等との連携が必要となってきます。

また、住民に「やりたい!」と思ってもらえる、効果的なプレゼン資料の作成が求められます。 特にビフォーアフターの映像はとても効果的であり、必須といえます。

市町村の声

- ・各種講座や研修会、民生児童委員の定例会などの場で広く周知
- ・従来から行っている出前講座や介護予防講座、教室、養成講座のメニューすべてにいき いき百歳体操を組み込み、普及啓発を徹底
- ・アドバイザーによる講演会を活用し、地域のキーマンへの働きかけ
- ・生活支援の説明会の場でも、介護予防の取り組みを積極的にPRし、それぞれが必要なものだということを説明
- ・介護部門だけではなく、健康部門の関連団体にも積極的に通いの場の情報提供を実施
- ・早朝、土日・祝日、夜なども依頼があればプレゼンに訪問
- ・組織内部、委託先の地域包括支援センター職員と連携
- ・リハ職が地域づくりによる介護予防の目的と体操の効果の両方をプレゼン
- ・リーダーへは介護保険制度や人口減少による今後の問題点を中心に説明し、参加する住 民には体操による効果を中心に説明することでそれぞれのやる気を啓発
- ・介護予防の必要性を理解し、「やりたい!」と思ってもらえるプレゼン資料の作成
- ・住民への啓発用パワーポイントについては、原則統一したものとし、地域に合わせて人口や高齢化率等を変更
- ・地元TVや広報紙、新聞を活用して、通いの場の良さとともに、参加者の声を発信
- ・住民から住民への口コミで拡大
- ・既に取り組んでいる住民から体験談を発表
- ・高知市や津山市のビフォーアフターの映像を活用
- ・1箇所目の通いの場でビフォーアフターを撮影し、普及啓発に活用
- ・他市町村からの視察が、さらに市内への普及啓発に好影響

◎立ち上げ支援

住民主体の視点から、行政が行う支援と住民の役割を明確にすることがポイントです。ただし、 会場や重りの準備などについて住民から相談があった場合には、一緒に悩むことが求められます。 また、地域の医療機関にいるリハビリテーション専門職などの活用も効果的です。



市町村の声

- ・実施のお願いはしないで、住民自身が「やりたい!」と言うまで待つ
- ・立ち上げに必要な物品準備や、キーパーソンへの働きかけ、運営の役割分担への支援を 標準化し、スタッフの誰でも行えるようツール化
- ・通いの場のルール (行政の支援内容) を住民が理解しやすい言葉で整理
- ・リハ専門職のマンパワー不足を解消するため、また医療現場のリハ職にも地域リハビリ テーションを理解してもらえるよう、医療機関からのリハ職の派遣委託を予算化
- ・健康運動指導士やリハ職を確保
- ・会場利用料や備品購入が必要な場合は、サロン(社協委託事業)への登録を紹介
- ・会場使用料の減免を実施
- ・DVD や重りを貸与するための予算を確保
- ・ボランティアポイント制度を活用

◎継続支援

定期的な継続支援として、リハ職による専門的な指導や各種講座の提供等が行われています。 また、交流会や表彰、視察、体操のバージョンアップなど、それぞれの通いの場の状況に応じた 取り組みを行っていくことが必要です。

市町村の声

- ・定期的な体力測定と継続支援(3か月、6か月、1か年等)の取り組み(各種講座の提供)
- ・リハ職などの専門家による体力測定や体操の効果的な指導を実施
- ・体力測定の比較結果を個人に配布。また、合計した全体結果をリーダー等に配布
- ・多様な職種 (PT、認知症サポーター、社会福祉士) に地域に入ってもらい、内容や運営 について様々な視点からアドバイスを実施
- ・2年以上継続している団体は、マンネリ化しないよう、モチベーション維持のため、講師派遣、体力測定を併せて年3回まで(体力測定は年2回まで)実施
- ・体操以外の活動は住民の自由。ただし、したいことはできるように支援
- ・参加住民にアンケート調査を実施し、要望があった取り組みを導入
- ・リーダーやサポーターの交流会、研修会を開催
- ・参加住民全員を対象にした介護予防講演会、交流会を開催
- ・新しい体操やバージョンアップした体操を紹介し、導入
- ・継続しているグループや個人を表彰
- ・別地区の活動団体への視察や交流
- ・リーダーの相談に協力
- ・ 通いの場に顔を出す (住民のモチベーション維持につながる)
- ・継続支援のための予算、人員体制を確保

次ページ以降に、本事業にモデルとして参加した4市の進捗状況や取り組みのポイント、今後 の方針についてご紹介します。





1.岩手県花巻市



~高齢者が"お互いに支えあう地域拠点"を目指して~

1 市町村の概要

	平成29(2017)年	平成37(2025)年
項目	1月1日時点	(将来推計)
①総人口	98,059人	87,082人
②高齢者人口	31,752人	31,032人
③高齢化率(②/①)	32.4%	35.6%
④後期高齢者人口	17,083人	18,400人
⑤高齢者人口のうち後期高齢 者の占める割合(④/②)	53.8%	59.3%
⑥要介護認定率(65歳以上)	19.8%	24.0%

体操名称	元気でまっせ体操			
体操開始年	平成	26年		
平成28(2016)年12月末時 点の拠点数と参加者数	73拠点	1,233人		
最終的な目標拠点数と目標 年度	200拠点	平成37年度		



雪ぐれぇ てぃしたごど ねぇ~

2 通いの場の進捗と地域課題の解決 ~通いの場は地域づくり~

自治公民館や集会所、個人宅等での身近な通える場で、住民主体の通いの場づくりに取り組んでいます。平成27年3月時点では3箇所77人でしたが、平成28年12月時点には73箇所1,233人まで拡大しています。行政区単位での実施を原則としており、特に行政区長や公民館長、民生委員を上手く巻き込むことができた地域では、参加人数も多く、運営自体も上手くいくようです。鍵当番や会場準備などの役割分担を行って運営することにより、全員が主体的に参加するようになってきます。また、通所型サービスと併用している方や認知症の方も参加している通いの場もあります。

通いの場から、次のような地域課題の解決につながっている事例がいくつか出てきています。個人が抱える課題と地域の課題をマッチングさせることで、立ち上げや継続、そして課題解決につながります。個人への動機付けが介護予防であっても、通いの場の立ち上げ自体は地域づくりを意図しています。

事例1:認知症の早期受診と行方不明者の発見

通いの場では、認知症に関する講座を継続支援の1つとして行っています。認知症は加齢により誰にでも起こりうることであり、何も特別なことではないということを理解してもらい、早期発見だけではなく地域の支え合いへとつなげることが目的です。講座では、認知症の正しい理解や認知症の方への対応の仕方、受診や相談先について学んでいただきます。

この講座を実施してから、たびたび認知症の早期受診につながるケースが出てきており、家族から相談対応への御礼の手紙を初めてもらい、担当者一同で感激しました。また、認知症行方不明者(道に迷っていた人)に積極的に声かけを行い、発見につながった事例もあります。

事例2:体操実施日にあわせた移動販売の実現

体操終了後に、参加者同士で地域の課題を話し合う機会を1年に2回ほど設けています。その中から体操実施日に合わせたスーパーの移動販売につながっている通いの場が何箇所かあります。ここでのポイントは買い物ができることだけではなく、一人暮らしの高齢者が、「〇〇の商品が安い」「今度は△△を持ってきて」という何気ない会話を、他の高齢者やお店の人とできることが喜びにつながっているという点にあります。

上記のほか、通いの場に参加していない方も含めた困難

◎地域課題の話し合いから、体操実施日に合わせた スーパーの移動販売につがなりました!





事例の早期発見や、震災避難者が地域に上手く溶け込めていないことなど、多くの情報が通いの場から市役所に 寄せられてきています。

3 通いの場が継続するためには ~真の継続支援とは?~

継続支援の取り組みとしては、電話支援や6か月ごとの各種講座提供、リーダー交流会や介護予防講演会などがあります。どれも参加者やリーダーのモチベーションを維持するものであり、重要な取り組みです。しかし、会場数が増えるにつれて継続支援を行う行政職員が不足気味になっているのも事実です。そこで、住民自身で

何かできないかと考えています。本市では体操以外の活動は自由にしており、行政からはお願いはしません。参加住民が好きなことをやっている会場もあればそうでない会場もあります。新たな試みとして、参加者の得意なことの掘り起こしを行い、それを取り組みの一つとして実施することを提案しています。真に必要な継続支援とは何か。あの手この手と新しいものを追加することよりも、住民の持っている力を活かしながら、行政も地域に積極的に関わっていく姿勢を見せることが、住民が活動を継続するモチベーションにもなるのではないかと考えているところです。









刺繍を取り入れたバックや服の作成

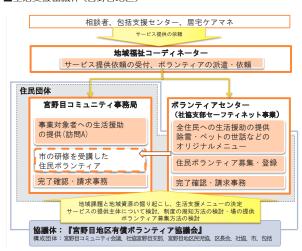
4. 今後の課題と展開方針

通いの場を活用して目指す姿は「参加している人だけではなく、参加していない人も必要な時につながることができる地域」です。通いの場に関わっている行政区長・公民館長や民生委員からも、「通いの場に来られる人は比較的元気な人が多いので、閉じこもりがちな人を引っ張って来るのが今後の課題です」との声が挙がっています。そのためには「通いの場の拡大」と「生活支援協議体(=住民主体の有償ボランティアによるサービスA)との連携」が必要と考えています。

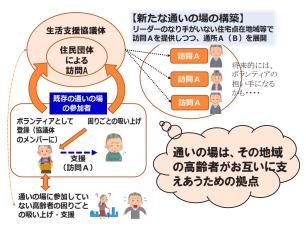
住宅が点在する山間地域や、後期高齢者が多くリーダーのなり手がいない地域で、どのように通いの場を構築していくか、また現在通いの場に参加していない閉じこもりがちな人をどう引っ張ってくるのかを考え、通いの場を拡大していく必要があります。新たなリーダーの発掘や若手の活用なども考えられますが、生活支援協議体との連携を一つの方策として検討しているところです。

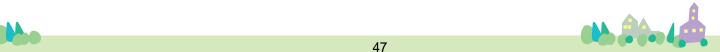
現在、6小学校区で生活支援協議体を形成し、その中で住民主体による訪問型サービスAの提供を行うモデル事業を実施しています。そこでは住民がボランティアとして登録し、住民が住民に有償で支援を行っています。この仕組みを活用し、協議体による山間地域での通所A(B)の展開、さらには通いの場に参加していない人の困りごとを吸い上げ、支援へと結び付けていけないかどうかと考えているところです。

■生活支援協議体(宮野日地区)



■通いの場と生活支援の連携イメージ





2.宮崎県都城市



~地域づくりの拠点、生活支援の場として~

市町村の概要

福口	平成29(2017)年	平成37(2025)年
項目	1月1日時点	(将来推計)
①総人口	167,351人	156,071人
②高齢者人口	49,301人	51,027人
③高齢化率(②/①)	29.5%	32.7%
④後期高齢者人口	26,342人	28,731人
⑤高齢者人口のうち後期高齢	53.4%	56.3%
者の占める割合(④/②)		
⑥要介護認定率(65歳以上)	19.3%	24.4%

体操名称	こけないからだづくり 講座	
体操開始年	平成	26年
平成29(2017)年2月末時 点の拠点数と参加者数	127拠点	2,982人
最終的な目標拠点数と目標 年度	250拠点	平成31年度

通いの場の進捗

本市では、自治公民館単位で住民主体の通いの場づく りに取り組んでいます。ただし、地区単位や複数の自治 公民館を集約しての実施など、地域の状況に応じた柔軟 な実施も可能としています。通いの場は平成27年3月 時点では25箇所500人だったものが、平成29年2月 時点には 127 箇所 2,892 人まで拡大しています。高齢 者人口でみると 6.1%の参加となり、国が示す 10%に なるには、あと100箇所程度が必要と考えられます。

平成29年1月に開催した「こけないからだづくり講

■大交流会表彰式(中央:市長)



座」大交流会には1,000人を超える参加がありました。認知症の方や通所型サービスから卒業した方が参加す るなど、通いの場は地域住民にとって居場所、支え合い、見守りや声かけの場となっています。なかには、有志 による「地域ささえ隊」を結成し、取り組もうとしているところもあります。住民からは、身体的効果はもちろ んのこと、QOL の向上に結びついていると考えられる声も多数寄せられています。

■中蓑原自治公民館にて



疲れてリズムが早くなってしまうと、どこからともなく「早いぞー!」 との大きな声。みなさん笑顔で一生懸命に体操をしていました。

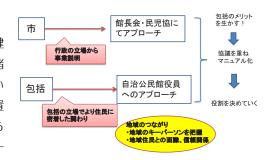
(参加者の声)

- (学加号のデリング) 地域で顔を合わせる機会ができた 気持ちがどんどん明るく元気になり、毎週火曜日が待ち遠しい
- みんなでわいわい楽しい場所。快楽の場 他の用事より、こちらが優先
- 街なかで顔を合わせても「こんにちは」程度だったが、今は立ち話をするようになった

- 欠席者には心配なので声かけをしている 自分からは入りにくかったので、声をかけてもらってよかった (男性) みんなでわいわいご飯を食べる機会が楽しい
- る齢になって、そろそろ卒業しないといけないのかなと思うけど、そうなった時の自分を考えるとものすごく寂しいから、顔なじみの皆さん
- に甘えて参加させて貰いたい この通いの場ができたことで、公民館活動自体も活発になった

地域包括支援センターとのチームプレイ

本市には7つの地域包括支援センターがあり、それぞれに保健 師と介護予防担当を配置しています。この2人と市担当者が一緒 になって地域に入り、通いの場を立ち上げていきます。この通い の場への支援は、地域包括支援センターの業務として明確に位置 づけました。地域に密接している包括職員が地域の行事などあら ゆる機会に顔を出して説明を行います。この地道な取り組みが一





番効果のあった普及啓発方法です。継続支援については、県の理学療法士会や認知症キャラバンメイト、歯科衛生士、栄養士などと協働で取り組んでいますが、具体的な内容については、包括職員がメンバーの月1回開催している介護予防担当者会議で一緒に決めていきます。

4 取り組みにあたっての工夫

通いの場や地域の状況にあわせた工夫は、次のとおりです。

- ✓ いきなりの各公民館での実施が難しいという声を受け、いくつかの地区合同で通いの場を開催し、サポーターとしての業務に慣れた段階で、各地区に戻って自分たちの公民館で実施しています。
- ✓ リーダーのなり手のいない地区では、地区の中心部でサポーターをしている方が交代でサポーターとして活動し、週1回実施することができています。
- ✓ 今後の方向性についてサポーターで集まり、声かけの仕方(初めて来た人にわかりやすく、やさしくなど) や広報、食事会の企画など具体的な計画について話し合い、継続やより多くの参加者が集まるよう工夫しています。
- ✓ 住民からの提案を受け、買い物支援カーの移動販売日の時間にあわせて、体操を実施することでより多くの 住民が参加しやすくなっています。
- ✓ 市の温泉施設を活用した通いの場を立ち上げる予定です。温泉まではコミュニティバスで来られるようになり、移動の問題もクリアできるようになります。

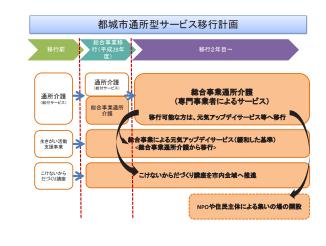
5 今後の課題と展開方針

通いの場の立ち上げができていない地区について、どのようにアプローチし、立ち上げていくかが課題です。 地区ごとに目標数を設定しており、その達成には地域包括支援センターとの連携が重要になりますので、チーム として取り組んでいきます。移動手段の問題なのか、サポーターの問題なのか、「やりたい!」のスイッチがつ いていないだけなのか、それとも行政側に問題があるのかなど、課題を把握・解決し、立ち上げにつなげていき ます。

継続支援については、今までのままで良いと思いながらも、悩んでいる部分があります。新たな継続支援の仕組みとして、一芸に秀でたボランティアとして登録している「キラリびと」の活用を検討しているところです。

市では通いの場を、介護予防サービスの卒業の場、全ての通所サービスの受け皿として位置づけていますが、 住民が自由に参加できる現状を率先して変えようとは考えていません。このまま住民主体で(でも必要に応じて 行政は支援をして)、進化していくことを見守っていきたいと考えています。

地区	自治公民館数	実施箇所数(H29年2月1 日現在)		H28年度 目標数 (H27年度計画)	H31年度 目標数 (H27年度計画)
姫城	14	10	71.4%	10	14
小松原	12	12	100.0%	12	12
妻ケ丘	16	13	81.3%	14	16
祝吉	18	12	66.7%	16	18
五十市	23	6	26.1%	20	23
横市	18	10	55.6%	16	18
沖水	12	11	91.7%	10	12
志和池	19	12	63.2%	15	19
庄内	10	11	110.0%	10	10
西岳	11	6	54.5%	9	11
中郷	18	6	33.3%	15	18
山之口	33	2	6.1%	6	20
高城	21	3	14.3%	6	13
山田	35	4	11.4%	4	18
高崎	43	8	18.6%	6	28
合計	303	126	41.6%	169	250







3.宮崎県えびの市



20.2 22日本

~サポーターとともに目指す"地域づくり"~

1 市町村の概要

古中	平成29(2017)年	平成37(2025)年
項目	1月1日時点	(将来推計)
①総人口	20,337人	17,193人
②高齢者人口	7,937人	7,593人
③高齢化率(②/1)	39.0%	44.2%
④後期高齢者人口	4,682人	4,324人
⑤高齢者人口のうち後期高齢 者の占める割合(④/②)	59.0%	56.9%
⑥要介護認定率(65歳以上)	20.7%	23.0%

体操名称	はつらつ	百歳体操			
	(いきいき	百歳体操)			
体操開始年	平成	26年			
平成29(2017)年2月末時	44拠点	1.043人			
点の拠点数と参加者数	TTICIN	1,0407			
最終的な目標拠点数と目標 年度	全65自治会で実施				

2 通いの場の進捗状況

65 ある自治会を通いの場の基礎単位としています。平成29年2月現在、自治会以外の自主運営の3箇所を含む44拠点で1,000人超が参加し、国が目標として示す高齢者人口の10%を上回る約13%の高齢者が参加しています。さらに、参

				Z9. Z	2.22現仕
中学校区別	飯野校区	上江校区	加久藤校区	真幸校区	計
自治会数	19	9	18	19	65
実施自治会数	14	8	11	8	41
(別計:自主運営)	(1)	0	(1)	(1)	(3)
65歳以上人口(28.4.1)	2,921	1,067	1,737	2,132	7, 851
参加実数(直近、半年)	364	177	292	210	1,043
毎週の平均参加数	239	115	189	111	654
要支援・要介護者	20	6	30	16	72
最重度	要介護4	要介護1	要介護4	要介護2	12
運営を担うサポーター数	76	40	54	52	222

加者の平均年齢は77歳、後期高齢者人口に占める割合は約14%となっているほか、要支援・要介護認定者の方も参加しています。人口が60人前後の地区や高齢化率が60%を超える地区でも取り組みが始まっています。市内福祉作業所に重りの作製をお願いしたことで、市内での経済効果が生まれたほか、健康部門の保健師の講話・市の事業(高齢者)の説明の場にもなるなど、波及的な効果もみられます。

3 地域を支える住民力も育てる

地域の取り組みとなるよう、説明会は自治会長による申請としています。自治会長には、参加者の体力測定結果の推移等を自治会長会や地域行事開催時に合わせて返却し、関係の構築を図っています。自治会長によっては自分のコメントを付けて回覧してくれるなど、積極的に関わってくれているところもあります。

ある自治会長からは、「地域のイベント時、養成講座を受けた人は頼まなくても色々と動いてくれた」という声も聞かれます。地域運営は様々な人を巻き込むことになるため、役員に任せていた地域のことをみんなで考えるようになったり、養成講座をきっかけに、地域の中での動き方や地域を見る目が変わったりと、地域を支える住民力がついてきているように感じます。

取り組みの少ない地域での実施に向けて

■体操、自治会、サポーター、包括の取り組み関係図



上江校区は28年度中に9つ全ての自治会で取り組みが始まる予定ですが、真幸校区は19自治会のうち8自治会と実施率が低く、実施状況に差があります。各校区で高齢化率や住民性も異なることから、28年度は校区別にターゲットを絞り、これまで市中央で開催していたサポーター養成講座を取り組みの少ない地域へ出向いて開催しました。3箇所で実施したところ、新たな動きが出てきています。

また、未実施自治会に対しては、自治会長、民生委員、顔の知っている人のところへサポーター養成講座の 受講勧奨をしています。サポーターは若い人でなくてもできるため、地域の他の役などで多忙な60代ではなく、 役を退いた75歳前後の家に居る人をターゲットにしています。



支え手(はつらつサポーター)を支える仕組み

(1)『サポーター連絡会』

えびの市の取り組みの要は、体操当日の受付や レクリエーションなどの役割を担ってくれている ボランティアの『はつらつサポーター』の皆さん です。29年2月時点で200名超の方が活躍して います。

サポーターを支えるため、会員の知識及び技術 向上のための研修会等の開催、サポーター活動の 調整を行う『サポーター連絡会』を作っています。 28年度からは校区別に連絡会代表を置くととも に、ボランティア団体登録も校区別としました。 これにより校区別にまとまりを出し、ゆくゆくは、 困っているサポーターを支え合う関係性の構築を サポーター連絡会で取り組めるようにと考えています。

- 図日の運営支援と「先輩の活動を聞き、交流しよう」への参加 延べ33人

3. 研修及	び情報交換	等

内容	回數	参加数
研修 - 手話歌とマジックショー(5月 総会時) - 歯科の最新治療と口腔ケア(7月) - レクリエーションの実技指導(9月) - 楽以体を動かそう(11月) - 認知症の方とのコミュニケーション法一回想法(2月)	5回	378人
情報交換:いらっしゃい!うちの百歳体操へ ・加久藤・真幸・飯野・上江校区:各2自治会	8回	115人
情報交換:校区別研修 -上江校区(12月) 他の校区(1月)	4回	123人
短期集中の百歳体操支援(飯野校区) (9月)	1回	5人
飯野小学校6年生との交流会 (7月)	1回	29人
役員会 (5月・11月・12~1月)	3回	36人



サポーター向け研修会は、負担軽減を図るため、28年度から毎 月開催を隔月開催へと変更しました。代わりに、公開日を設けて 実際に活動している通いの場を見学できる公開教室『いらっしゃ い!うちの百歳体操へ』を校区別に2会場、年8会場開催し、校 区別集会を年1回開催する形にしました。各通いの場主催の公開 教室に切り替えることで、各会場で行われている様々な「脳活き!



(脳を活性化させるための指体操・クイズ等)」等の学びの場になったことはもちろん、受け入れ会場のサポーター にとってはモチベーションアップにつながりました。また、見学後の座談会では、活用しているDVD、資料等 について情報交換し、市内の本屋や図書館に探しに行くなど、一方的に聞く研修会よりも人の動きが活発になっ ています。

ただ、ハイレベルな内容で実施していると他のサポーター達の重荷になることもあり、サポーターが増えない 地域もあります。箇所数の増加と新しい層への拡大と合わせ、サポーター達が疲れずに楽しく取り組める内容を 習得できる機会を作る必要があると考えています。

29年度は全体交流会を開催し、さらなる情報交換の場とする予定です。

今後の課題と展開方針

要介護3で認知症高齢者でもある参加者の方は、通いの場に参加するようになってから、専門医が「地域の人 の力はすごいね」と仰るほど、状態が良くなりました。28年度からは、軽度認知症チェックも一部参加者を対 象に試行的に実施しました。今後、通いの場と通いの場で行っている「脳いき!」が認知症予防にも効果がある ことを示せればと考えています。

総合事業との関連では、「みんなができることはなんやろか?」と、住民が考えられるチャンスを作っていく ことが、ボランティア意識の啓発であり、活動の掘り起こしとなります。そのためには、やはり"一緒にやって いきましょう"という信頼関係と人を動かすほどの情熱が必要と考えています。

また、全自治会での開催、山間部等での実施への対応のほかに、サポーターからは、参加者が固定化しつつあ るとの新しい課題も寄せられています。行政側のマンパワーが続けば、在宅介護支援センターが把握している対 象者となり得る方を訪問し通いの場につなげていければと考えています。





4. 鹿児島県いちき串木野市



~地域リハ職と一緒に!~

1 市町村の概要

16日	平成29(2017)年	平成37(2025)年
項目	1月1日時点	(将来推計)
①総人口	28,910人	26,022人
②高齢者人口	9,923人	9,799人
③高齢化率(②/①)	34.3%	37.7%
④後期高齢者人口	5,325人	5,545人
⑤高齢者人口のうち後期高齢	53.6%	56.6%
者の占める割合(④/②)		
⑥要介護認定率(65歳以上)	19.4%	24.4%

体操名称	ころばん	ん体操			
体操開始年	平成26年				
平成29(2017)年2月末時 点の拠点数と参加者数	72拠点	1,922人			
最終的な目標拠点数と目標 年度	143拠点	平成37年度			

2 通いの場の進捗状況

本市では、143 ある公民館を通いの場を構築する際の基礎単位としています。通いの場では週1回体操を行っており、平成29年2月現在、72拠点1,900人超となっており、国が示す高齢者人口の10%を大きく上回る20%近くの高齢者が参加しています。

普段は別々の公民館で体操を行っている4姉妹も、みんなで集まるお正月には体操の話題で盛りあがります!

3 地域のリハ職による継続支援

最初の立ち上げ支援の5回と3か月評価は健康運動指導士が行います。

6回目からは住民自身が運営し、前に出る講師役や準備、後片付けなどの役割分担を決め、運営していきます。そして9か月目の体力測定、中級の体操指導から、市内の7施設に所属する23名のリハ職が継続支援を行います。今年のお世話役さん研修会についてもリハ職が企画・運営を行いました。リハ職が伝える運動効果や指導は、保健師が伝える視点(主に予防)と異なり、住民の生活行動に密接したものであり、住民からはとても好評でした。また効果のある正しい体操方法を写真付きで解説した「運動マニュアル」もリハ職の方たちが自主的に作成してくれました。

この行政とリハ職の連携は、行政ではなくリハ職が地域包括支援センターを訪問してきたところからスタートしたものであり、平成27年度当初のころばん体操の立ち上げ・継続支援の仕組みにはなかったものです。リハ職は地域に貢献したい、そして行政はリハ職を活用したいという思いとタイミングが一致したことによります。リハ職は病院や施設にいるものであり、まさか地域で一緒に仕事をすることになるとは、担当者としては考えてもいませんでした。現在も月に1回勉強会を開催し、運動指導の留意点やより良い支援方法についての検討を行っています。



四姉妹がそれぞれの公民館で頑張ってます!!



■リハ職と一緒に行うお世話役さん研修会



■運動マニュアル



4. ボランティアポイント制度の活用

高齢者元気度アップポイント事業 (個人対象)、高齢者元気度アップ地域包括ケア推進事業 (グループ対象) を活用することで、個人のモチベーションアップやお世話役さんの確保、団体運営費の確保などへの効果を発揮し、ころばん体操の普及へとつながっています。

高齢者元気度アップポイント事業	・ころばん体操では市が支援する最初の5回にポイントがつきます。(1ポイント100円に換算) ・健康増進課が実施する各種がん検診、各種教室や、市民スポーツ課が実施するウォーキング 大会、福祉課が主催する元気いきいきフェスタなども対象です。 ・グループ登録の構成員活動(お世話役活動)でも個人のポイントがたまります。
高齢者元気度アップ 地域包括ケア推進 事業	・ころばん体操をグループ登録すると、活動1回に対し1ポイント(1ポイント1,000円に換算)とし、上限は年間120ポイント(12万円)付与されます。 ・活動実績表などの必要書類の提出、活動写真の添付が必要です。 ・構成員(お世話役さん)の登録と、お世話役さん3名以上(半数は65歳以上)の毎回の活動が要件です。

5 通いの場の活用

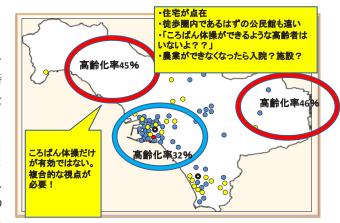
地域ケア会議において、通いの場をどのように活用していけばよいかの話し合いも進められています。また、主任ケアマネジャーによる検討会では、通いの場をケアプランに入れることが自立支援に向けて必要であることを学んでいます。実際に要介護3で訪問リハビリを利用していた方が、訪問リハビリを卒業して、他の介護サービスと併用しながら奥様と一緒に通いの場へ通っているという事例もあります。また、認知症地域支援推進員や在宅医療・介護連携推進担当者が通いの場に訪問し、高齢者の状態の把握と情報の提供を行っています。

さらには、ころばん体操グループが参加する徘徊模擬訓練や包丁研ぎボランティアの開催など、地域にとって 必要な取り組みが少しずつ生まれてきています。

6 今後の課題と展開方針

ころばん体操が今後5年、10年と続くにはどうすればよいのか、これは正解がない悩みです。しかし、先進地である津山市への視察を通じて、特別なことは特に必要ないということを理解できただけでも気持ちが大変楽になりました。

通いの場が市内に拡大するにつれて、山間部といった立ち上げが上手くできない地域が出てきます。そこは住宅が点在し、公民館も徒歩圏内にない、そして「体操ができる高齢者はいないよ?」との住民の声があがる地域です。本当に通いの場が必



要ないのか、それとも他に有効な手段があるのかどうかについて、実態調査を行い、地域の状況を把握するとともに、地域ケア会議や在宅医療・介護連携、認知症対策、生活支援体制整備などを含めた複合的な視点から対策を考え、この地域づくりによる介護予防を推進していきます。

現在のところ、通いの場は、住民側にとって「楽しみ」「交流」の場であり、それ以上のものではありません。同様に行政側としても住民に何かをさせようとは考えていません。成果として数字で表すことは難しいですが、確かにころばん体操によって住民が元気に、そして幸せになっています。また、自然な形での住民同士の助け合いや支え合いから活動の広がりも出てきています。通いの場は地域包括ケアシステムの基盤です。通いの場を今後どのようにしていくかの答えは、ころばん体操という住民活動の中から探していきたいと思います。





~天川村:介護保険料、日本一。 「介護」への関心をパワーに 山間過疎地での取り組み~ 🔀



■ 天川村の概要

村は、人口 1,479 人、高齢者人口 689 人(平成 29 年 3 月時点)となっています。 4 分 の1が吉野熊野国立公園に指定された自然豊かなところで、近畿最高峰の八経ヶ岳(1.915m) を擁するなど、高い山と深い谷によって形成されており、冬季は非常に寒い地域です。

■ モデル事業参加の背景

■広報紙の表紙をいきいき百歳休操が 飾りました (広報てんかわ 478号)

在宅サービスとしては、訪問介護事業所が1つ、通所介護事業所が1つのほか、福祉用具 貸与・購入費や住宅改修費の支給があるのみで、重度な介護が必要な状態になると施設入所 せざるをえない状況にあります。住民自身も"介護が必要になったら施設に"という意識が強いように感じます。 そのようなこともあり、第6期計画期間の介護保険料は8,686円と、日本で最も高くなりました。マスコミ等 に取り上げられたことで村全体の介護への関心が高まっていたこともあり、ノウハウを学んで自ら介護予防に取 り組む実践につなげたいとの思いから、参加しました。

■ なかなか出てこない「やりたい!」…地域性も考えて、戦略を転換

モデル事業では、チラシを作成し、社会福祉大会や会食の集い等の高齢者の集まる場所を活用し、「やりたい!」 という住民の声があがるのを待ちました。しかし、興味を示してくれる人はいるものの、なかなか期待する反応 がありません。「住民の『やりたい!』をいつまで待っていたらいいのだろうか」という不安でいっぱいでした。 県研修会で相談したところ、アドバイザーや他のモデル市担当者から、「少ない人口では新しい人材の発掘は 難しい」「既存グループに働きかけ、とにかく1か所を立ち上げることを目標にしては」とのアドバイスがあり ました。そこで、戦略を変更し、既存グループに3カ月間のモデル事業への協力を依頼し、その取り組みや効果 を村内にPRして「やりたい!」の声があがる環境をつくることにしました。モデル事業には20名程度が参加 し、住民自身が会場準備や体操後のゲーム等をほぼ自主運営で行っていました。参加者からは、「家でじっと一 人でいるよりも楽しい」という声も聞かれました。

■ モデル事業開始後に聞こえてきた、住民の 「やりたい!|

モデル団体からは、「誰かが世話してくれるなら続け たいけど・・・ という声もあったものの、代表者が多 忙だったこともあり、モデル事業終了後の継続には至り ませんでした。しかし、モデル団体での週1回の通いの 場を村内にPRし続けたことで、通いの場の良さを感じ た他地区から、「やってみたい! | との声が上がり始め ました。少しずつ口コミで良さが広がっていき、現在で は5拠点88人が参加しています。天川村の場合は、同 じ村の人の取り組み事例から実際に良さを感じてもら い、「やりたい!」を引き出す方法が合っていたようです。



■ 保健所保健師の協力と新しい人材の発掘で、人員不足でも軌道に

小規模村であり、通いの場の担当者は保健師1名と限られた職員(特に専門職)しかいない点がネックでした。 モデル事業に参加し、アドバイザーや県、他のモデル市からのアドバイスや視察が、事業を進めていく上での 参考となりました。特に、なかなか通いの場が立ち上がらないなか、地区担 当の保健所保健師から、事業の進め方の検討やチラシ及び進捗報告資料の作 成等において、助言や協力を得られたことが、人員不足の村にとっては大き な頼りになりました。現在は、新しい人材として地域おこし協力隊も加わり、 小学生との多世代交流など、取り組み拡大や充実にあたり、大きな役割を果 たしてくれています。

■学童保育の子どもたちとの交流会 色紙で桜の木を作りました



本手引きの作成にあたっては、「平成 28 年度地域づくりによる介護予防推進支援事業」の広域アドバイザーの皆様を委員とする委員会を開催し、ご意見をいただいた上でとりまとめました。

『地域づくりによる介護予防の取組の効果検証・マニュアル策定に関する調査研究事業』 委員名簿

(敬称略、◎は委員長)

氏 名	所属	職種						
江田 佳子	長崎県佐々町住民福祉課地域包括支援センター	保健師						
小川 佐知	高知県高知市高齢者支援課	理学療法士						
川村 明範	高知県高知市高齢者支援課	理学療法士						
児嶋 朱美	兵庫県姫路市保健所健康課	保健師						
小塚 典子	千葉県印西市健康福祉部高齢者福祉課	理学療法士						
佐藤 和彦	北海道恵庭市保健福祉部保健課	作業療法士						
田中 康之	千葉リハビリテーションセンター 地域連携部	理学療法士						
冨本 紘之	関西総合リハビリテーション専門学校	作業療法士						
西山 幸範	埼玉県福祉部地域包括ケア課	行政職						
野瀬 明子	岡山県総社市長寿介護課	理学療法士						
畑山 浩志	兵庫県洲本市健康福祉部健康増進課	理学療法士						
早川 岳人	立命館大学衣笠総合研究機構地域健康社会学研究センター	教授						
廣末 ゆか	中芸広域連合保健福祉課	保健師						
堀川 俊一	高知県高知市役所健康福祉部 健康推進担当理事/高知市保健所	医師						
村井 八恵子	北海道滝川市健康づくり課	作業療法士						
安本 勝博	岡山県津山市こども保健部健康増進課	作業療法士						
柳 尚夫 ◎	兵庫県豊岡健康福祉事務所	医師						
※以下はオブザーバー								
中野輝美	兵庫県淡路市健康福祉部地域福祉課	保健師						
岡持 利亘	医療法人真正会 霞ヶ関南病院	理学療法士						

平成 28 年度厚生労働省老人保健事業推進費等補助金 老人保健健康増進等事業 『地域づくりによる介護予防の取組の効果検証・マニュアル策定に関する調査研究事業』

地域づくりによる介護予防を推進するための手引き【都道府県による市町村支援・総合事業展開編】

平成29(2017)年3月

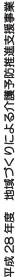
発行·編集:株式会社日本能率協会総合研究所 社会環境研究事業本部 〒105-0011 東京都港区芝公園3-1-22 TEL:03-3578-7500 FAX:03-3432-1837

地域づくりによる介護予防の取組の効果検証・ マニュアル策定に関する調査研究事業

地域づくりによる介護予防を 推進するための手引き

[都道府県による市町村支援・総合事業展開編]



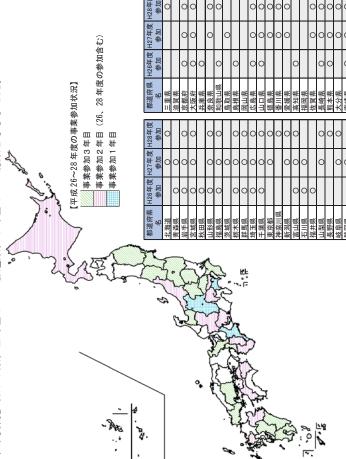




- バイザーの皆様、30 名の都道府県密着アドバイザーの皆様とともに、最終年度を実りある 「地域づくりによる介護予防推進支援事業」も、平成 28 年度で3年目を迎えました。28 年度は、34都道府県101市町村(6月末時点)の自治体担当者の皆様、18名の広域アド ものにしていきます。 0
- 各地域において住民主体の「地域づくりによる介護予防」を推進し ていくなかで、本事業に関わる全ての人が情報を共有し、お互いを支え合えるよう、サイボ ウズ内でのやり取りや、各地域の取組を随時紹介していきます この「かわら版」では、 0

本事業に参加する都道府県が決まりました!

3年目が 17 府県となりました。 ○ 本年度初参加が3県、2年目が14都道県、



第1回都道府県介護予防担当者・アドバイザー合同会議の様子

5月27日(金)に、都道府県担当者と広域・密着アドバイザーを対象に、第1回都道府県介 護予防担当者・アドバイザー合同会議が行われました。当日の議事は、表1のとおりです。

厚生労働省ホームページ http://www.mhlw.go.jp/stf/shingi2/0000126556.html なお、公開の会議資料は厚生労働省ホームページで公開されています

皆様の御意 引き続き、御協力をお願いしたい。」とご挨拶があのました。引き続いて、福本氏からの行政説 明では、昨今の介護予防施策の方向性及び介護予防と自立支援に向けた取組強化を中心にご説明 結果を出す段階になった。また、第7期介護保険事業計画に向けて介護予防・自立支援に向けて 見、そして何よりも実践を通したアドバイスをいただきながら、介護予防施策の充実を図りたい。 会議冒頭に、厚生労働省者健局老人保健課 課長補佐 福本氏から、「本事業は3年目を迎え、 どのようなことをしていくべきなのかという点においても、非常に重要な年になる。 がありました。

10:00~12:00 第1回都道府県介護予防担当者・アドバイザー合同会議<公開> 米1

福本 氏》 《老健局老人保健課 課長補佐

1. 小級の封政プヘのに

「介護予防と自立支援の取組強化について」 《老健局老人保健課 課長補佐 福本 氏.》

よる介護予防推進支援 事業の展開について

《広域アドバイザー 江田氏(長崎県佐々町住民福祉課地域包括支援センター)》

「佐々町といきいき百歳体操との出逢い。~本物の住民主体へ~」

《広域アドバイザー 小川氏(高知県高知市高齢者支援課)

~いきいき百歳体操~」 「高知市の介護予防の取組み

≪出大調 《鹿児島県介護福祉課医療介護連携推進係

「鹿児島県における『地域づくりによる介護予防推進支援事業(国モデル事業)』 を活用した市町村支援の取組について」

《広域アドバイザー 安本氏(津山市 健康増進課)

「鹿児島県の発表を受けて」

手引きの問題 3. 劫域づくのによる介

柳氏(豊岡健康福祉事務所)》 《広域アドバイザー(委員長)

手引の説明 護予防を地域展開して

事例報告では、広域アドバイザーの江田氏から長崎県佐々町の取組内容について、広域アドバ イザーの小川氏から高知県高知市の取組についてご発表いただき、鹿児島県の取組については、 県担当者の曽木氏及び広域アドバイザーの安本氏からご発表いただきました。

での地域づくりの取組にいきいき百歳体操を取り入れることで、参加者が受け身から自主的な姿 勢に変化したり、新たなキーパーソンが現われたり、要支援者の受け皿のような位置づけになっ 江田氏からは、地域力・地域支援事業・介護保険サービスを連携させた、高齢者を支える地域 支援体制の展開や、地域優先・住民主体の介護予防の取組についてご発表がありました。これま ていることを実感できたなどの効果についてご報告がありました。

小川氏からは、いきいき百歳体操が始まった経緯、住民主体であることの効果や活動の広がり こついてご発表いただきました。当日は、多数の写真や通いの場に参加している住民の方が作成 した活動紹介動画なども交えてのご説明でした。

津山市での住民主体の取組内容と成果とともに、市町村の立場で都道府県に期待することについ 置付け、現地支援の講師や事業評価の役割を担ってもらうことなどをご説明いただきました。安 第事業 ~かごしまモデル体制図~」などを用いて、本年度の計画についてご発表いただきまし
 本氏からは、事業が3年目を迎えることから、継続支援の考え方を中心にご発表いただきました。 た。先行して取り組んできた市町村(26、27年度のモデル市町村)を事業アドバイザーと位 曽木氏からは、27年度の本事業の取組と「平成28年度 地域づくりによる介護予防推進支 て、参加者同士の話し合い等で会場の雰囲気を和らげながらご説明いただきました。

かりと都道府県担当者及びアドバイザーの方にも持ってもらい、本事業を広げていただきたい。」 最後に、柳委員長より、平成 27 年度に策定した「地域づくりによる介護予防を推進するため の手引き【地域展開編】」のご紹介と、改めて本年度の事業趣旨をご説明いただきました。事例 を使って生活支援の仕組みにどう発展させていくかが大きな宿題となる。大分モデルや和光市モ デルは、生活支援の仕組みと介護予防の仕組みが地域にしっかりとある中で、より適切なマネジ メントを地域ケア会議の中で行う点が肝となっている。国からは、地域リハビリテーション活動 支援事業や総合事業など、様々な施策が出されている。都道府県担当者の中には、介護予防のみ が担当という方もいると思うが、県庁内部での横のつながのや施策の合意形成をしなければ、市 市町村に示してほしい。介護予防から入るのか、地域ケア会議から入るのか、生活支援から入る のかはそれぞれ登り口が違うが、目指す頂上は恐らく同じだと思う。その辺りのイメージをしっ 報告の総括では、「今後の総合事業への移行・充実にあたっては、生活支援と介護予防が両輪と なっていることが重要。介護予防の地域拠点が多く出来ているところでは、住民のネットワーク 町村は混乱してしまう。しっかのとトータルとしての総合事業のイメージや進め方、戦略を作り、 とのお話がありました。

第1回アドバイザー台同会議の様子

59

着アドバイザーを対象とする、第1回アドバイザー合同会議が行われました。当日の議事は、表 第1回都道府県介護予防担当者・アドバイザー合同会議と同日に、都道府県担当者と広域・密 2のとおりです。

13:00~17:10 第1回アドバイザー合同会議<非公開> 表2

・グループごとに打合せ 1. アドバイザー・都道府 打合せ 県担当者打合について

趣旨説明 2. 今後の都道府県戦略に ついて

《広域アドバイザー(委員長) 柳氏(豊岡健康福祉事務所)》「都道府県による市町村支援について(GMの趣旨)」

都道府県による市町村支援について

- 質疑応答、意見交換
- ・グループワークを踏まえたアドバイザー・都道府県担当者打合せ

Ψ デル事業が終了する本年度以降、市町村支援をどのように進めていけばよいか、話し合いが行わ グループワークは、広域アドバイザーが担当する県ごとにグループ分けされ(表3参照)、

表3 グループ分け

JC/ J// OXF	グループ名	A 奈良県、和歌山県、	B 岩手県、宮城県、 佐賀県	C 福島県、長野県、	D 栃木県、群馬県、	E 北海道、富山県、		G 山形県、山梨県、	H 埼玉県、東京都、
	都道府県名	,你島県	神奈川県、香川県、愛媛県、	三重県、京都府	千葉県、新潟県	大分県、沖縄県	熊本県、宮崎県、鹿児島県	広島県、山口県	岐阜県、大阪府
	広域アドバイザー(散称略、あいうえお順)	中野AD、富本AD	JVII AD、III村 AD	児島AD、早川AD	小塚AD	佐藤AD、村井AD、柳AD	江田AD、安本AD	畑山AD、村上密着AD	岡持密着 AD

【グループワークにおける主な発表内容&コメント】

都道府県内全域に通いの場を広げるための市町村支援の方法やアイデアについての発表が行 したました。

【Aグループ】

今年度のモデル市町村との意見交換会や研修会を最初に行う。その後に、全市町村を対象とし た 研修会を開催し、県の保健所にも出席してもらい、協力体制を構築していくことで、県内全 〇モデルフ市町村の取り組みを県内全市町村に広めていくため、事前に昨年度のモデル市町村と 域での取り組みを進めていく。 / ■→モデル市町村だけではなく、他市町村、さらには保健所も入れた形で今年度は取り組むと のことである。モデル事業で終わらないような仕組みづくりをお願いしたい。(柳委員長)

〇県内全域に広げるため、普及・啓発の場としての研修会をどのように行っていくか、密着AD をどのように活用していくかを考えなければならない。また、市町村の人材不足を補うための 方法として、リハ職や在宅保健師を活用する方法も考えられる。

■ 一広域的に展開するためには、ADの人材バンクのような仕組みも必要である。(柳委員長)

[Cグループ]

〇広域 AD、密着 AD がいなくても対応可能な仕組みをいかにつくるか。1 つは県の本庁から保 健所に指示を出し、保健所を中心にした仕組みをつくる。そして、リハ職との関わりでは、リ ハ瞬自身に地域づくり・介護予防という目を持ってもらうことが大事である。 そのためには各 地域のリハビリテーションの協議会や基幹病院のリハ職などとの協働が必要である。

ぶ一一県独自のシンクタンク的なADグループを形成するために、ベテラン保健師やセラピスト が育成・協力できる仕組みを作ると、市町村が独自に人材を養成しなくても、そこからス ーパーバイズしてもらいながら動かしていくことができるようになる。(柳委員長)

ち変わってくることから、都道府県間での情報共有を行うなどといった協力体制も必要になる。 ○県がリーダーシップをとり、県内全域に広げていくためには、県が市町村を見極めることが重 きているかどうかを評価し、目標に向かった取り組みができるような体制を整えていく必要が ある。立ち上げ支援が必要な市町村、継続支援が必要な市町村など、必要とされる支援ニーズ 要である。実際に行われている市町村の通いの場が、県や国が目指しているものとして展開で



→県は研修を通じて人材育成を行ったり、市町村のモチベーションを向上させているが、そ れを全部県が主導でやるのではなく、成功している市町村に手伝ってもらったり、アドバ イスをしてもらった方がより上手くいく。そのためは、どこの市町村が成功しているのか、 都道府県が一定の尺度を持ち、評価ができないといけない。評価基準を標準化させながら 進めていくことで、支援として必要なこと、つまり都道府県の役割が明確になってくる。 (柳委員長)

[日グループ]

〇ご当地体操への県としての考え方を統一していくとともに、保健所の巻き込み方法や市町村間 の情報共有の方法などについて、県の方針を作ることが必要である。複数回の研修や先進地視 察を行うなど、市町村を支援する方法は多種多様である。

60

に重点をおいている。そのため、介護予防の推進に関して、保健所に具体的な役割の再確 2 →「都道府県型の保健所の市町村支援は業務」と本来は位置づけられているが、あまり評価 されない。どちらかと言えば、危機管理対策や感染症対策の方が評価されるので、そちら 認とノウハウの研修や指示を行っていけば、多くの保健所は対応できるようになると考え られる。(柳委員長)

[トグループ]

〇県と保健所の連携に関しては、例えば地域リハを活用して保健所を巻き込んでいくなど、それ 作っていくことが必要である。また、先行自治体(モデル市町村)が他の市町村を支援する際 それの県が持っている強みを活かした方法を考える必要がある。介護予防と健康づくりの部署 には、支援するメリットが先行自治体にも必要であり、そのメリットを県が考える必要がある。 そして、今年度以降も国が支援していくとのメッセージを県に出すことが継続・発展していく が別々な場合が、市町村も都道府県も多いことから、その連携の仕組みを都道府県が先導して ためには必要である。

短期集中をやったところで効果は続かないというメッセージは国として一貫している。国 としても、来年度以降について都道府県任せにするわけではない。支援の在り方は変わる が、引き続き、国としても必要な支援は行っていく。(福本補佐)

[Gグループ]

及・展開事業の中においても、非常に重要な要素としている。本事業を行わずに、いくら

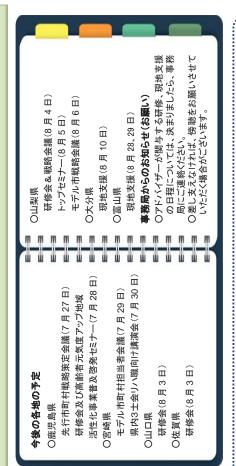
殯 →一般介護予防事業として、事業費は地域支援事業の中に位置づけられているとともに、普

いくか。他部署やヘルス部門との連携については、研修会の共同実施、会議等への合同参加な どの方法がある。また、「なぜリハ職を使うのか?」「リハ職の効果とは何か?」が、市町村に 〇総合事業にどのように展開していくか。また医師会・保健所・社協との連携をどのようにして は見えにくいので「リハビリテーション専門職の活用の手引き書」を作成し、活用している。

[エグループ]

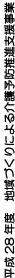
一緒にディスカッションできるようにしていこうというものである。みんなで助け合って、自 〇都道府県により、進み具合も様々なため、効果測定や継続支援に向けて、県内全域に広げるた めの協力者をいかに増やしていくかを考える必要がある。そのためには、二期目に入っている 市町村の取り組みをいかにフォローしていくか。「こういう風になりましたね」と初参加の市 町村も含め、全市町村で良い結果も課題も共有していくことが必要である。また、都道府県戦 好事例や課題を共有するのも大事だが、行政職、保健師、市町村担当、包括、リハ職みんなで 略のキーワードとして、「市町村が楽に取り組めるようにしましょう」という意見があった。 前の AD が生まれたり、各都道府県内での発展型事業が生まれてくると良い。 🥒 →どこの都道府県も目指すところは同じである。一方的に国から「こういう風にやりなさい」 ということではなく、都道府県の介護予防に対する取り組みの情報交換ができ、アイデア が共有できるこのような場はあったほうが良い。ADはいなくても、それぞれの都道府県 が他都道府県の話を聞きながら、その内容をしっかりと受け止め、問題整理を行い、対応 策を考えていくことが重要である。(柳委員長)

お知らせ等



[編集後記]

本事業も3年目となり、事業としては最終年度を迎えます。ただ、住民主体の地域づくりによる介護予防の取組 は、次年度以降も継続的に取り組まれるものです。これまでの広域アドバイザーの方や、地域住民の皆様とともに 奮闘されてきた密着アドバイザー・自治体担当者の方々の"汗"を今後につながる"バトン"にできるよう、事務局も 精一杯のご支援をできればと考えております。本年度も、どうぞよろしくお願いいたします。 地域づくりによる介護予防推進支援事業事務局(株式会社日本能率協会総合研究所) (平日10:00~17:00) 担当:川村、田中、河野、政岡 E-mail: k_yobou@jmar.co.jp TEL: 0120-676-715





○ 本号では、千葉県、鹿児島県、宮崎県の取組を紹介いたします。

1. 千葉県

7月8日(金)に、千葉県において、モデル4市町を対象にした、地域づくりによる介護予防推進支援事業研修が行われました。

前半の講義では、「なぜ、地域づくりによる介護予防を進めるのか」を再確認するとともに、 「プレゼンテーションの実践」と題したロールブレイング形式の講義を通じて、頭の中にあるボ ヤッとしたイメージを具体的なものにすることを目的として実施されました。

また後半のグループワークでは、各市町の取り組み状況を発表し、課題等を共有することで、 今後の取り組み推進につながる活発な意見交換が行われました。

そして、最後に県のご担当者より、「積極的に県として支援していくので、何でも連絡してほしい。みんなで課題や情報を共有して一緒に進めましょう!」とのモデル市町にとっては大変心強い言葉がありました。

61

■当日のスケジュール

時間	多位	備考
12:45	对付	
13:00	開会、あいさつ	
13:05 ~ 15:00	講義1「なぜ、地域づくりによる介護予防を進めるのか」 講義2「住民のやる気を引き出すプレゼンテーション実践」 講師:印西市健康福祉部高齢者福祉課 主任理学療法士 小塚 典子	請的
15:00~	休憩	
15:10~	グループワーク	
~15:25	①自己紹介、講義の感想とこの事業への思いを自由に発表(1 人 1 分程度)	(H)
~16:40	②各市町における本事業の取組方針と現状発表(3分×4市町) 以降全体で意見交換	各市町
16:40~	16:40~ AD・講師から各市町に助言	AD·講師
16:50~	県から今後の方針について説明と依頼	県担当
17:00	温沙	

講義 1 なぜ、地域づくりによる介護予防を進めるのか

講義 1 では、印西市がなぜ地域づくりによる介護予防に取り組むようになったのか、その経緯と、移行の中で生じた課題や継続のポイント等についてのお話がありました。概要は以下のとおい

既存の介護予防事業に問題点(費用対効果、ADL 改善に結びつかない、参加者の固定化等) を感じていた中で、高知市や津山市の事業に出会ったことが本事業に取り組むこととなったきっ かけでした。その中での大きな課題として、送迎の廃止があり、住民からは批判的な意見がかな り寄せられましたが、結果として住民は参加したければ、自分で行くための交通手段を自ら探し てでも参加することが分かりました。地域づくりによる介護予防は、住民自らの「やりたい!」 が鍵となっています。市としては、「安全、効果がある、単純、指導者がいらない」など、自信 を持って住民に勧められることが魅力です。また住民にとっても「効果を実感できる、参加しや すい、役割があるなど」が、"楽しい、やりがい、生きがい"につながり、それが継続へとつな がっています。

講義2 住民のやる気を引き出すプレゼンテーション実践

講義2では、実際に印西市で使っている住民説明資料をもとに、自分自身がプレゼンを行う職員、プレゼンを聞く住民の立場、そして学ぶ場(研修)として、ロールブレイング形式で行われました。どの資料をどこに入れれば住民のやる気を引き出すことができるか、住民主体と行政主体で取り組んだときの効果の違いなどについて説明を行う。そして、印西市の目指すまち「活気と回結力のある地域のつながりが強いまち」・・「印西っていいね。元気だよね。あそこ行くと何かいいよね。」と言われるようなまちづくりを皆さんと一緒にしたいと説明し、方向性を共有し、そのために「いんざい健康ちょきん運動」を行っている、といったような説明をしているとの話がありました。

グループワーク (意見交換会)

各市町から現在の取り組み状況と課題について報告が行われました。広域アドバイザーの田中氏からは、「市町としての計画(目標)を持ち、実現に向かって必要な取り組みを行うことが重要で、体操やサロンはそのうちの一つである。そして要支援1、2や要介護1の方が集まり、元気になり、身体機能や生活力が向上していく仕組みを取り入れることが重要である。」とのアドバイスがありました。

◎千葉県ご担当者より一言(健康福祉部高齢者福祉課 伴流 光氏)

4月から新たに本事業の担当となりました。幸いなことに、千葉県には先行してこの取組を行ってい る市町村がありますので、度々御連絡をし、お力をお借りしています。 7月8日に実施した研修を踏まえ、今後アドバイザーさんとともにモデル市町へお伺いし、担当者の 方々とコミュニケーションを図って参りたいと考えています。 アドバイザーさんとモデル市町の皆さん、さらに、先行市町村を繋ぎ、県全体へ展開するよう働きか けることが、県担当の役割と捉え、微力ながら取り組んでいきたいと考えています。

◆◆◆干葉県の今後の市町村支援や、県内全域への展開に向けたアドバイス◆◆◆

◎広域AD 田中 康之氏

志駆的な自治体は数年単位で「成功」に辿り着いています。「総合事業だから」という理由で住民の理解は 本事業に取り組む市町村には「何故、住民主体なのか」ということを今一度考えて欲しいと思います。 得られないでしょう。 その上、介護予防の目的、対象が徳目的になっていませんか。時間が無いと考えるなら、その分具体的 な目標とそこに到達する根拠を持った手法を考えるしかありません。それが何かは自ずと答えが出るはず さらに今後全県展開をするには、各市町村の資源だけでなく、県事業や県単位の職能団体との恊働が欠 かせないと考えます。共に多部署・機関に跨ります。ここの「根回し係」の確保と異動を視野に入れた人 「精築が必要と考えます。

62

◎講師 印西市 小塚 典子氏(兼広域AD)

多くの市町村が本事業の実施に向けた取り組みに奮闘され、従来の事業と住民主体での事業の整合性や 展開方法に悩み、思うように進まない日が続くこともあるでしょう。 当市も先駆的に事業を実施している高知市や津山市の取り組みを基に、地域に則した『成功要因』を捉 え、『目指す姿』を住民、担当職員と共通理解を図りながら、「あきらめない」「住民の力を信じる」を胸に 事業を展開しています。 事業担当者、県担当者、アドバイザーの皆さんで、各市町村の取り組みの経験を千葉県全体の「ちから」



2. 鹿児島県

鹿児島県では、7月27日(水)~28日(木)の2日間にわたり、「かごしまモデル」をベ スにした「地域づくりによる介護予防推進支援事業研修」が行われました。「かごしまモデル」 とは、**先行市町村が新規市町村を支援する仕組み**です。

また、研修は先行市町村、新規市町村、未実施市町村に対して、それぞれの立場に応じた課題 や不安などを軽減するためのテーマを設定し、実施しました。研修期間を通して、広域 AD 安 本氏から随時、的確なコメントがありました。

る研修が行われました。 28 日午前には県からの支援の概要や先行市町村の推進状況の説明など 基づいた討議が行われ、2 日目の 28 日には、先行市町村、新規市町村、未実施市町村が参加す 研修 1 日目の 27 日午後は、先行市町村から「事前課題整理表」を提出してもらい、これに があり、午後からはグループワークが行われました。

グループワークではメンバー構成に工夫して、各グループに先行市町村、新規市町村、未実施 市町村、県職員が満遍なく入るようにし、2つのテーマに対して熱のこもった討議が行われまし た。さらに、研修終了後に新規市町村と先行市町村の討議が行われ、先行市町村から成功要因な どのアドバイスがありました。 鹿児島県は、以上のような一連の活動を通じて、新規及び未実施市町村に対する不安軽減と事 業推進の動機付けを図るとともに、先行市町村に対しても、広域 AD から"継続支援"のアド バイスを受けるなどのフォローアップも行い、事業全体を俯瞰した支援を実践しています。

2日間のスケジュール

【27日(水)】先行市町村戦略策定会議

品品	内容	備考
14:00~	冰 付	
14:30~	開会、挨拶	
14:35~14:50 行政説明	行政説明	鹿児島県
14:50~16:40	14:50~16:40 討議 1 「先行市町村における事業展開の検討」	広域AD
	討議 2「かごしまモデルにおける事業展開の検討」	
16:40~16:45 閉会	閉会	

行政説明:平成 28 年度地域づくりによる介護予防推進支援事業を活用した市町村支援について

最初に「事業コンセプト」と26年度からの事業経緯、本年度の支援イメージを整理した説明 が行われした。「かごしまモデル」の体制図の中で各関係者の役割を整理し、さらに地域の通い の場の立ち上げまでの事業展開のスケジュールを例示するとともに、県としての支援を、地域振 興局(保健所)を通じて行うもの(各種資料や媒体の準備など)、市町村に直接行うもの(各首 長への依頼状の発出や情報交換シートの準備など)に整理して示しました。また、支援する側と なる先行市町村に対する負担軽減策なども説明し、先行市町村による新規市町村への支援を促し

討議:「先行市町村における事業展開の検討」「かごしまモデルにおける事業展開の検討」

先行市町村から意見交換用の「事前課題整理票」 ら、8 つの課題について直面している現状や課題、 (8つの課題:事業評価、事業拡大に伴う体制・ 管理、継続支援など)を提出してもらい、これに 基づいて議論を進めました。それぞれの市町村か 悩みなどを発表してもらい、それぞれの課題につ いて、広域アドバイザー安本氏から的確なアドバ イスを得ました。



[28日(木) その1]

モデル事業に係る研修会及び高齢者元気度アップ地域活性化事業普及啓発セミナー

備考			鹿児島県	広域AD	先行市町村	鹿児島県			メンバー:先行	市町村、新規市	町村、未実施市	町村、県職員	(地域振興	局•支庁等)	広域AD	
内容	受付	開会、挨拶	行政説明	講義「住民主体の介護予防活動の立ち上げと展開」	報告「平成 27 年度住民主体の介護予防活動取組み」	行政説明「高齢者元気度アップ地域活性化事業につい	[2]	休憩	13:10~13:55 グループワーク1 (意見交換)	テーマ「高齢者の居場所・生き場所・活き場所を創るた	めの高齢者元気度アップ地域活性化事業の活用」	グループワーク2 (意見交換)	テーマ「"介護予防に資する住民主体の通いの場"につ	いて考えよう」	アドバイス	閉会
暗留	9:15~	9:45~ 9:50	9:50~10:05 行政説明	10:05~11:25	11:25~11:45	11:45~12:00		12:00~13:10 体憩	13:10~13:55			13:55~14:45			14:45~14:55	14:55~15:00

63

行政説明:「地域づくりによる介護予防推進事業について」「高齢者元気度アップ地域活性化事業について」

「地域づくりによる介護予防推進事業について」の概要と鹿児島県でのモデル事業の成果、先 行市町村の進捗状況などの説明が行われました。さらに、この事業の推進支援となる鹿児島県独 自の「高齢者元気度アップ地域活性化事業について」や、事業の仕組みと内容、県内市町村の実 **施状況、財源、総合事業との関係などを整理して示し、新規市町村や未実施市町村に対して事業** の特徴が伝えのたました。

講義:「住民主体の介護予防活動の立ち上げと展開」

広域アドバイザー安本氏より、津山市の活動事例を踏まえて、「立ち上げ支援〜継続支援」、「住 民主体」につながる項目について、質問形式を取り入れた講義が行われました。立ち上げ期にお ダー支援やマンネリ化防止などの留意事頃など、それぞれの期間に発生する課題などに対してど ける「主体的・自立・自律」を目指す意義や、行政職員としての働きかけ、継続期におけるリー のように対応したか、どのような対応が考えられるかについての講義が行われました。

報告:「平成 27 年度住民主体の介護予防活動取組み」

先行市町村である「阿久根市」から事例報告が行われました。介護予防事業の課題、取組の経 (4) 庁内のコンセンサスづくり、住民説明会やモデル事業の実施状況などの説明、さらに参加者 の声、モデル事業の成果と課題とともに、高知方式に倣って体操教室参加者の歩行状況の動画(参 加前後)も取り入れた報告が行われました。

グループワーク:

グループワークでは、「高齢者の居場所・生き場所・ 庁等)が満遍なく入り、それぞれの立場から意見が出 化事業の活用」「"介護予防に資する住民主体の通いの 新規市町村、未実施市町村、県職員(地域振興局・支 場"について考えよう」の2つのテーマについて意 見交換が行われました。各グループには、先行市町村、 活き場所を創るための高齢者元気度アップ地域活性 るような構成となっていました。

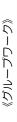
また、広域アドバイザー安本氏から以下の点につい てアドバイスがありました。

①既存の活動・取組の活用、もしくは新しい活動の創設 (既存の体操と新規の体操の調和・整理)

③リハガリテーツョン類の活用 ②マンパワーの対応

【28日(木)その2】新規モデル市町村戦略策定会議







28 年度に新規モデルとなった 5 市町村から、モデル事業のスケジュール、「事前課題整理票」に基づく現状報告(取り組みのきっかけ、目標、介護予防の取組・課題、モデル地区の状況など)が行われました。一方、こうした新規モデル市町村の発表を受けて、以下の頂目について先行市町村と広域 AD と意見交換を行いました。

- 1.「モデルとなる地域」の成功要因
- ||. サポーターの育成方法について(既存の組織や人的資源の活用など)
- !!! 内部の連携について
- トップの巻き込み(理解、参画など)について

◎鹿児島県ご担当者より一言(保健福祉部介護福祉課 曽木 茜氏)

平成 50・37 年度の2年間に安本 AD, 廣末 AD のお二人が関わってくださり, 鹿児島県には, いくつものモデル市町村が誕生しました。

今年7月の一連の研修等では、安本 ND の存在が、鹿児島県の市町村・県職員へ安心感を与え、また、先行市町村の言葉が、これから取り組む市町村に伝わっていく場面を目にし、いろんな"つながり"を感じた時間でした。

県の担当としては、事業の"バトン"が次々に渡されていけるように、長期的な視点で市町村支援できるように、今年の事業に取り組んでいます。

◆◆◆鹿児島県の今後の市町村支援や、県内全域への展開に向けたアドバイス◆◆◆

立域AD 安本 勝博氏

先行市町村が、新規市町村をバックアップする「鹿児島モデル」は、県が支援のフレームを明確に市町 时に示し、協力を求め、理念や実践手法がきちんと伝承されているという意味で、非常に先進的な取り組 みといえます。 このフレームでは、新規に取り組みを行う市町村へのバックアップ体制が充実している一方で、先行市町村が抱える課題を整理し、フォローする体制が必要です。県は事前に課題を整理し、①事業評価②事業、拡大に伴う体制③継続支援④他事業・他課との連携などについて、先行自治体と今後の戦略策定をしている点もすばらしいと思います。

アドバイスさせていただいた点は、次のとおりです。

①体力測定は、効果の高いものを厳選し、継続を促す道具として結果を活用すること

②インストラクターを養成し、行政や包括以外の、地域住民の支援者を養成すること

③マンネリ化、リーダー交代、参加者数の減少、男性参加者が増えないなど、長く続けるほどに課題は変化する。支援の肝は支える人を支えること(リーダー支援)であること

3. 的崎県

宮崎県において、7月29日(金)に市町村を対象にした「地域づくりによる介護予防推進支援モデル事業に係る研修会」、そして7月30日(土)に、リハビリテーション専門職の役割について理解し、市町村への支援や事業への参画を推進することを目的に、リハビリ専門職を対象にした講演会が開催されました。

ここでは、7月29日(金)に開催された研修内容についてご紹介いたします。

7月29日(金)第1部(午前): 平成28年度新規モデル市町村による個別戦略会議第2日(4後): 地域包括支援センター・介護予防事業担当者会議

第 1 部:平成 28 年度新規モデル市町村による個別戦略会議

童	新規モデル市町村、広域 AD 宮崎県	
内容	高寸義	質疑応答・まとめ
時間	10:00~11:20	11:20~11:45

第1部として、今年度、モデル事業を行う4市町(日向市、門川町、高原町、三股町)の戦略会議を開催しました。

各市町に事前に資料作成を依頼し、これを基に当日の議論を進めました。資料は「地域特性を踏まえた地域づくりによる介護予防を進めるための行動計画」、「モデル事業ワークシート」の2種類です。

行動計画	モデル事業ワークシート(地域診断)
モデル事業に参加を決めた動機	既存データの整理、地域資源の整理(人・組織、
これまだの取組内容	場所・移動手段)、行政課題の整理
・本モデル事業の概要(取り組む地域、地域	
の特性や課題、事業推進上の課題など)	
・今後の介護予防での重点的な取り組みとそ	
の理由(制度改正を踏まえ)	

この中で行われた討議に対して、広域 AD の安本氏からは、津山市での取り組みを踏まえた「立ち上げ期~継続期」に関わるアドバイスやコメントがあり、特に、継続期における重点的な支援策・活動などの紹介がありました。また、県からは、「庁内の現場レベルでの意見調整には県として説明を行う」ことで、内部のコンセンサスづくりを支援するなどのアドバイスがありました。

第2部:地域包括支援センター・介護予防事業担当者会議

時間	2000年	備考
13:00~13:05	挨拶	
13:05~13:15	行政説明	宮崎県
13:15~14:25	発表:先行市町村による取り組み	先行市町村
14:25~14:35	休憩	
14:35~16:05	講義	広域 AD
16:05~16:10	質疑応答・まとめ	
16:10~17:00	先行市町村戦略策定会議(平成 26~28 年度事業)	モデル市町村

行政説明 :「地域づくのによる介護予防推進支援モデル事業について」

宮崎県の行政説明では、まず「これまでの介護予防に関わる制度の概要」の紹介が行われました。事業導入の経緯から、その後の事業の推移、また、介護予防の考え方やリハビリテーションの重要性、「住民運営の通いの場の充実プログラム」のコンセプトなどが紹介されました。そして、県としての通いの場の目標値(市町村別の目安)が示されました。

 $| \overline{\mathbf{x}} | \mathbf{x} |$:先行する3市町から、それぞれの取り組み状況の発表が行われました。 発表概要は以下のとおりです。

65

①新富町:地元の公民館で、めざせ元気 地域包括ケアシステムの実現に向け、その一環 として津山方式「こけないからだ講座」を取り 入れて、新しいコミュニティづくりを目指して います。「生活支援コーディネーター」を配置 するなどして取り組みを進めており、平成 27 年 4 月には「新富の明るい未来宣言 2015」 を発表しました。



②都城市:地域のパワーでもっと元気に(こけないからだづくり講座)

先進地の視察や津山市の取り組み研究などを経て、1 箇所から開始した住民説明会は、即座に開催&講座の実施を希望する声が各所で挙がり、市長の賛同も得て、市全体の取り組みへと発展しています。市と地域包括支援センターが協働で取り組み、さらに継続支援に県の理学療法士会や認知症キャラパンメイトも参画しています。

③延岡市:地域づくりによる介護予防推進(介護予防モデル事業に参加してみて)高知市「いきいき百歳体操」の勉強会と実践している町の視察、地域包括支援センターへの協力依頼などの準備を整え、住民説明会用、市関係者説明会用、地区社協説明会用などの各種資料を作成し、効果的な周知活動を展開しました。さらにヘルス部門、退職者(保健師、看護師など)と協働する体制づくりにも着手し始めています。

|講 | 義| :「住民主体によるこれからの介護予防実践と効果について」

広域ADの安本氏を講師に、住民主体の事業の「立ち上げ期~継続期」に関する講義が行われました。立ち上げ期については、そのプロセスや各段階での留意点などを中心に紹介があり、継続支援については、「リーダー支援」「支援者育成」「マンネリ化対応」「住民のしたいことの支援」などのポイントが紹介され、同時に、宮崎県からも「年度途中からの参加に対しても支援を借しまない」というアドバイスなどがありました。

戦略策定会議:先行市町村を対象とした(継続や展開に向けた)支援会議

(事業の動向の発表や相互の意見交換、広域 AD からのアドバイスなど)

戦略策定会議には、26 年度先行市町村である「都城市、小林市、えびの市」と 27 年度先行市町村である「新富町、木城町、西都市、川南町、延岡市」の 5 市 3 町が参加しました。

各市町から「事前課題整理表」で7つの課題(事業の評価、体操の実技、事業拡大に伴う体制整備・管理、継続支援など)を、「情報交換会シート」で「市町の概要、特徴」「事業上の悩みなど」を提出してもらい、討議資料としました。

県の継続支援策として、理学療法士会、作業療法士会、言語聴覚士会、歯科衛生士会、栄養士会と連携して、リハビリテーション活動支援の派遣要領を策定中であることや、派遣の工程では、「地域ケア会議」や「通いの場の立ち上げ」に合わせて市町村から県に要請し、県から各団体に投げかけた上で結果をフィードバックするような体制を構築中であることなどの紹介が行われました

(戦略策定会議》



◎宮崎県ご担当者より一言(福祉保健部長寿介護課 與那嶺 佑樹氏)

宮崎県の強みとしては、平成26年度にモデル事業に積極的に取り組んだ3市が成果を上げ、翌年の国の研修ではそのうちの1市が実践報告として発表するまでに至ったことです。

県としては、このような市町村が1つ出てくることで、地元メディア (テレビ、新聞など) へ取り組み事例として紹介できますし、未実施の市町村に対して先行市町村への視察研修等を企画することもできます。

また、県民向けの周知として、各市町村の介護予防の取り組みを取りまとめ、随時更新しながら情報提供しております。URL: http://kenkochoju.pref.miyazaki.lg.jp/care/

今後もより多くの市町村が末長く当事業を推進して行けるよう、多機関を巻き込みながら様々な支援 に努めて参りたいと考えています。

10

◆◆◆宮崎県の今後の市町村支援や、県内全域への展開に向けたアドバイス◆◆◆

心広域AD 安本 勝博氏

かわら版には記載がありませんが、県庁の担当の方は、新規自治体の職員さんと先行自治体の視察に同行し、実際に足を運び悩みを共有し両者のパイプ役として活動されています。理念やスキルの伝承に県の方が立ち会ってくれていることは、市町村にとって心強いことだろうと想像します。

また新規市町村、先行市町村、全体会議と進捗も悩みも異なるグループを分け、課題の要点をまとめ明日につながる話し合いができたことは意味があったと思います。

今後は新規に取り組む市町村にとっては、先行自治体のノウハウが生きてくると思いますが、先行自治 本は継続支援をどのように行っていくかを考えることが、長く続けていくうえで重要です。 マンネリ化、リーダー交代、参加者数の減少、男性参加者が増えないなど、長く続けるほどに課題は変化していきます。支援の肝は支える人を支えること(リーダー支援)であり、長く続けていることを認め、必要があればサポートするという行政と住民の距離感をどのように保つことが大切か、お伝えしました。

お知らせ等

66

★第2回 AD 会議 11月11日(金)10:00~17:00(予定) 会場:AP 品川9F会議室

A March 1877 | A March 1878 | (港区高輪 3-25-23 京急第2ピル9F)

今後の各地の予定

〇山梨県 現地支援 (10/12~14)

事務局からのお知らせ(お願い)

○困った点、AD や他市町村・都道府県に聞きたいことがありましたら、サイボウズの掲示板をご活用ください。

Oアドバイザーが関与する研修、現地支援 の日程については、決まりましたら、事務 局にご連絡ください。

の差し支えなければ、傍聴をお願いさせて いただく場合がございます。

【編集後記】

早いもので、本年度も半年が過ぎました。事務局で各地の取り組みを傍聴させていただいておりますが、先日、鹿児島県いちき串木野市さんからは、通いの場が 70 箇所、1,600 人を超えたとの嬉しい声をいただきました。皆様のところでも着々と通いの場の構築がすすめられているところかと思います。引き続きどうぞよろしくお願いいたします。

地域づくりによる介護予防推進支援事業事務局(株式会社日本能率協会総合研究所) 担当:川村、田中、河野、政岡

TEL: 0120-676-715 (平日10: 00~17: 00)

E-mail: k_yobou@jmar.co.jp

平成 28 年度 地域づくりによる介護予防推進支援事業





第 3 号 平成 28 年 11 月

○ 本号では、宮城県、富山県、山形県の取組を紹介いたします。

1. 宮城県

8月26日(金)に、宮城県において、市町村介護予防事業及び健康づくり事業担当者、地域 包括支援センター職員を対象にした「地域づくりによる介護予防推進研修会」が開催されました。

午前は県の挨拶後、広域アドバイザー堀川氏による講演が行われ、住民主体の通いの場を広げるにあたってのエビデンスの重要性と、地域展開にあたっては各市町村の創意工夫が必要とのお話がありました。

午後は、モデル市町村による取り組みの成果と工夫や課題などについて発表が行われました。 そしてグループワークでは、それぞれが感じている課題について意見交換がなされ、堀川氏から 的確なアドバイスが行われました。

《研修会の様子》

県からは、今年の7月に地域包括ケア推進協議会を構成する49回体のうち、県の理学療法士会、言語聴覚士会3団体によるリハビリテーション専門職協会が設立され、介護予防事業への支援体制づくりが進められています。モデル事業は今年で終わりますが、次年度以降は県内全域に普及していく予定です。こういった研修の機会を設けるとともに、事業の企画や専門職の派遣などについて、市町村の皆様と一緒に考えていきたいので、県まで相談してほしいとのお話がありました。



■当日のスケジュール

時間	多位	備考
~10:30 函付	旁付	
10:30	開会、あいさつ	
	業	
10.35~	0:35~ 「エビデンスに基づいた介護予防の展開と地域づくりを進めるため	ر ج ا
12:00	12:00 のコンセプト」	72 X D
	講師。高知市保健所長(医師)堀川(俊一)氏	
12:00~ 休憩	休憩	

	事例発表	
	(1) 名取市の取組成果と課題	
	介護長寿課 保健師 早川 美紀 氏	
13:00~	西地域包括支援センター 永谷 由美 氏	市担当者
14:00	(2) 白石市の取組成果と課題	密着 AD
	地域包括支援センター 保健師 森 恵美 氏	
	(3) 柴田町でのこれまでの実践と課題	
	県在宅保健活動者連絡協議会 会長 佐藤 利 氏	
14:00~	休憩	
14:10~	に して ひまれる	0
15:25	ンプーノン・同児X核	II(
	場 会	
15:30		
	※閉会後、モデル市町村と AD による意見交換会を実施	

講義 エビデンスに基づいた介護予防の展開と地域づくりを進めるためのコンセプト

などがポイントとの説明がありました。そして、いきいき百歳体操が地域づくのにつながってい 広域アドバイザーの堀川氏からは、いきいき百歳体操が高知市で広まり、そして全国へと拡大 している理由(H28.5 現在 40 都道府県 223 市町村)として、体操のエビデンスと住民主体 る理由として次の点があげられていました。

67

- ・高齢者同士のつながりが強化される(情報交換の場、互いに知り合い支え合う)
- ・高齢者に情報を伝える場として活用できる
- ・既存の地区組織(町内会、老人クラブ、自主防災組織等)の活性化につながる
- ・地域の課題解決の場になる

また、地域展開のためには、住民から信じても らえるかどうかが重要であり、そのためには体操 の効果を担当として確信できているかどうか、住 民を信じることができるか、役所が一致回結して いるかなどが重要との話がありました。最後にリ ハ専門職については、事業の趣旨を理解していれ ば大いに力になってくれるであろうが、そうでな いならば必要不可欠ではないとの話もありまし



(塩川 AD による講義》

事例発表

白石市からは、事業の対象者や条件、支援内容、体力測定項目など、市としての仕組みについ 内容がばらついてしまうこと、などが挙げられていました。体操の身体的な効果は当然のことな がら、近所の通いの場に通い始めた要支援者が、デイサービスより楽しいと言って、生き生きと て説明が行われました。また課題として、重錘バンドが準備できないこと、指導員によって指導 通っているとの話がありました。

維持するための工夫として、市内における通いの場の交流会や、サポーター養成講座へ通いの場 地域の理学療法士の活用などについて説明が行われました。また、住民主体のモチベーションを 名取市からは、今までの介護予防事業とは異なること、お世話役だけに負担をかけないこと、 が出張、新たな DVD (脳トレ、ストレッチ) の配布などが挙げられていました。 密着アドバイザーの佐藤氏からは、自分自身が取り組んできたダンベル体操の取り組み経緯が 発表され、その中で会員の高齢化に伴い、体操に通えなくなった人、できなくなった人への対応 をどうするかといった課題を全て解決できるのが、いきいき百歳体操であるとの話がなされ、会 場内から大きな歓声が沸きました。

グループワーク(意見交換会)

グループワークでは、本日の講義や発表を聞いて疑問に思ったことなどについて意見交換が行 われました。その中で、「何をやっても介護予防ではないか。体操を行う必要性はどこにあるの

久的に週1回続いている体操(活動)が他にあります か。サロンは月に1、2回で社協から補助金が出ます。 健康があってこそ、そういった活動ができるのではな 2025 年を見据えた場合に、この地域づくりによる住 民主体の介護予防 (いきいき百歳体操などを中心にし よる介護予防の必要性について、大変納得できる回答 た通いの場)は必要ないですか。」と、地域づくのに か。」との意見がありました。堀川ADからは「半永 いですか。また、週1回だと人間関係が築き易い。 をいただきました。

《グループワーク》



②宮城県ご担当者より一言(保健福祉部 長寿社会政策課 三浦 禎氏)

本県はモデル事業を開始し3年目を迎えました。旧介護予防事業の課題認識の下、6市が本事業に取 り組み、取り組みはじめの段階では、関係課や地域包括支援センターとのビジョンやコンセプトの共有 化に紆余曲折があり時間を要したモデル市もありましたが、全てのモデル市が効果を実感し、確実に通 いの場が拡大しています。 次年度以降は、他の市町村への拡大が目標となります。モデル市が展開する通いの場の視察など取り 入れながら、引き続き普及を図っていきたいと考えています。

◆◆◆宮城県の今後の市町村支援や、県内全域への展開に向けたアドバイス◆◆◆

◎広域AD 堀川 俊一氏

昨年度から宮城県を担当して、2回の市町村介護予防担当者の研修会と5つのモデル市への現地支援を 行ってきました。モデル市についてはいずれも助走が終わりここから加速していくと感じています。 ただ、県全体としては、慎重に他市町村の出方を伺っているのかもしれませんが、住民主体の通いの場 の必要性がいまだ十分に理解されていないように感じます。迷っているところの背中を押すのには実際に 見てもらうのが一番だと思います。県内で半年もかからずに十数カ所立ち上がっているところも出てきて いるで、来年度に向けて真剣に考え始めている自治体にはぜび視察を勧めてほしいと思います。

2. 富山県

8月29日(月)に、富山県において研修会が開催されました。

午前はモデル市町村と独自実施市町村による進捗状況の報告と広域アドバイザー柳氏を交え た連絡会議が行われました。午後の広域アドバイザー柳氏による講義では、総合事業を見据えた 地域づくりによる介護予防を展開していくことの重要性についてお話がありました。最後に県か ら、「市町村独自の体操については、エビデンスがあるかどうかを検証し、その上で住民に勧め てほしい。いきいき百歳体操を取り入れたい市町村は、県内で取り組んでいる先行自治体の視察 もできるので、県まで連絡してもらえれば調整する。ノウハウを県内全市町村で共有し、展開していきたい。」と積極的に県として支援を行うとのい強い言葉がありました。

68

事務局では H27 に引き続きの傍聴 となりましたが、H27 の研修では、「こ

となりましたが、H27の研修では、「こ の通いの場は本当にできるのだろうか」 という疑心暗鬼な気持ちがモデル市町 村に少なからずあり、盛り上がりに欠 けていたことを思い出しました。しか しながら、今年度は H27 モデル市町 村の成功事例もあり、それぞれの市町 村担当者が活発な意見交換を行うなど、 着々と通いの場が進んでいることを感 で取ることができる有意義な研修会と なりました。

(午後のセミナーの様子》



【午前:地域づくりによる介護予防推進支援事業第 2 回連絡会議】

			出	
			記	
			章	
内容	 あいさつ 議題 (1)富山県よる事業説明 (2)進捗状況報告 モデル市(砺波市、射水市) 	いさいさ白蔵体深実施巾町(水見巾、魚津巾、蛸日町) (3) 意見交換・助言	広域アドバイザー(兵庫県豊岡健康福祉事務所所長) 柳 尚夫	
暗留	10:00~11:45			

富山県による事業説明は、「全市町村での住民主体の通いの場づくりに向けて」と題して行力れました。現在抱えている課題として、従来の介護予防事業から脱却できていない市町村への支援をどうするか、市町村の介護予防施策を県として把握し切れていない、何も取り組んでいないち市町村へのアプローチをどのように進めるか、などが挙げられていました。

また、県としての市町村支援の方法としては、保健所の活用、モデル市町村から新規市町村へのアドバイスの仕組み、交流会の開催などに取り組むとの話があり、それを受け、広域アドバイザーの柳氏からは、モデル市町村だけではなく、未実施市町村も巻き込んだ情報交換の機会を設定すれば、必要性を感じ、行動に出るようになるのではないかとのアドバイスがありました。さらには、いきいき百歳体操にこだわらず、全市町村による介護予防自慢大会を開催し、積極的な情報交換を進めていってはどうかとのアドバイスもありました。

【午後:第2回市町村職員等セミナー】

内容	主催者挨拶	講義	「効果的な地域ケア会議の開催~個別の課題から地域づくのへ~」	講師:奈良県生駒市社会福祉協議会地域包括支援センター	係長 世古 奈津江 氏	講義	「これからの介護予防・日常生活総合支援事業の充実に向けて」	講師:兵庫県豊岡健康福祉事務所 所長 柳 尚夫 氏	(地域づくりによる介護予防推進支援事業委員長)	休憩	朝告	「地域づくのによる介護予防推進支援事業の取組みについて」	発表者:砺波市地域包括支援センター 主任 福田 悠美子 氏	/ グループワーク・情報共有	「各市町村・地域包括支援センターにおける介護予防の取組みについて」	閉会	
暗留	13:15~13:20	13:20~14:20				14:20~15:10				15:10~15:20	15:20~15:40			15:40~16:30		16:30	

講義:これからの介護予防・日常生活総合支援事業の充実に向けて

広域アドバイザー柳氏の講演のポイントは次のとおりです。

- 旧制度を維持した場合と制度見直し後(総合事業移行後)の費用差額について、住民主体の地域づくり(サービス)などが、上手く進まない市町村は、その発生した差額な単費(自主財源)で負担しなければならなくなる。これは介護部門だけの問題ではなく、自治体財政に大きな影響を与えるものであり、財政部門がこのことを理解し、自治体ー丸となった戦略をたてていくことが必要である。
 - リハ専門職については、1年目は1人だけとし、あらゆることに同行させる。これは、 市町村のあらゆることを理解しなければ、上手く関与できないためである。2年目以降は、そのリハ専門職が中心となって他のリハ専門職へ指示する形でよい。
- ▶ 住民主体だからこそ、エビデンスがなければ継続しない(介護予防につながらない)。 3ヶ月で効果が出ないものは、改良するか、きっぱりとやめる。
- ▶ 担当職員が自信を持って、住民に勧めることができるかどうか。最初の3ヶ月間の事業には、担当者として密接にかかわり、自信を持つことが必要である。持つことができないなら、この通いの場は広められない。
- ▶ 最終的な通いの場の目標数を設定することが必要である。これにより、必要な人員や予算、そして目指す目標が明確となる。
- この事業は元気高齢者の健康づくり活動ではなく、虚弱高齢者をメインターゲットにしたものである。

69

▶ 通いの場を、要支援者と虚弱高齢者の通所の場として機能するようにしていくこと。通いの場で、虚弱高齢者の生活支援ニーズを世話役が聞き、生活支援コーディネーターにつなぐことができると高齢者には便利である。また、体操の場のメンバー同士での生活支援にもつながる可能性がある。

《柳 AD による講演》



グループワーク

グループワークは、「本日わかったこと、わからなかったこと」「地域にどのような介護予防が必要か」をテーマに行われました。グループワークで出た疑問点などについて、広域アドバイザーの柳氏から的確な回答がありました。ここでは次の2つの質問・回答を紹介します。

〇行政は、費用も含めどこまで住民支援を行えばいいのか

→将来の通いの場の数(目標数)を見据えて、その際に支援できるかどうかという視点で決める。最初に支援していたことが、後からのグループに支援できないということがあってはいけない(不公平感がうまれる)。

○短期集中の受け皿はどうすればいいか

→そもそも、受け皿がないのだから、短期集中はやらないほうがいいのではないか。短期集中をやったとしても、結局はこの住民主体の通いの場が必要不可欠となるのだから、これを作ることに注力すべきである。介護保険サービスより、コストパフォーマンスも良い。

○富山県ご担当者より一言(厚生部 高齢福祉課 地域包括ケア推進班 高石麻奈絵氏)

平成 26 年度から柳広城アドバイザーのご支援により、富山県内にもいき百歳体操を導入する市町 村が増えてきました。また、県内には従来の介護予防事業やご当地体操を継続している市町村もありま 7。 今回の研修会では、介護予防・日常生活総合支援事業と絡めて柳広域アドバイザーからご講演いただ いたことや、先行市町村と未実施市町村のグループワークを入れることで、通いの場の必要性を再認識 する時間となりました。研修会終了後、新たに取組みを始めた市町村もでてきています。 今後は、全市町村で一般介護予防事業を着実に推進していけるように、先行市町村からの助言を受ける機会や、全市町村の交流会等を企画していきたいと考えております。

◆◆◆富山県の今後の市町村支援や、県内全域への展開に向けたアドバイス◆◆◆

◎広域AD 柳 尚夫氏

3年間地道に取り組んだ結果、砺波市という待望の成功事例が誕生し、今後の展開に向けた明るい兆しが見えてきました。今後は成功市町村を活用した研修や見学、厚生センター(保健所)にいる優秀な保健師の活用など、富山県としての市町村支援の仕組みを形成していくことが必要です。

地域づくりによる介護予防(住民主体による通いの場の構築)を県の事業としてしっかりと位置づけ、 そして総合事業までを見据えた取り組みを展開していくことを期待しています。 国の本事業は今年で終わりです。頑張りましょう!

3. 山形県

9月23日(金)に、山形県において市町村担当者を対象にした介護予防セミナー、及びモデル市町村による情報交換会が開催されました。

[次第]

		備考
~	会開	
Ø	あいさつ	健康長寿推進課課長補佐
ო	説明 これからの介護予防と地域づくりによる介護予防の推進について	健康長寿推進課
4	講演「これからの総合事業と介護予防をどう考えますか〜通いの場の重要性について〜」	<u>広域アドバイガー</u> 备日
Ŋ	質 疑	
	- ○休憩~	
9	地域づくりによる介護予防推進支援事業に係る情報交換会	広域アドバイザー 畑山 浩志氏
7	7 その也	
ω	閉 会	



70



《畑山 AD による講演》



午前の部:県説明・講演

午前の研修会では、最初に県から、これからの介護予防事業の進め方についての説明があり、「県内の半数の市町村が『いきいき 100 歳体操』に取り組み始めている。住民運営の通いの場の充実は、通所型事業終了者の受け皿につながり、要支援・ハイリスクへの転落を抑止できる。元気な高齢者が増加し、高齢者が地域のプレーヤーとして活躍でき、支え合いが可能となる。」などのお話がありました。

続いての広域アドバイザー畑山氏による講演では、以下の点について説明がありました。

- ・なぜ、地域づくりによる介護予防が必要なのか。
- ・介護保険が必要な人もいれば、そうでない人もいる。認定ありきではなく、本人が望む生活を送れるようにすることが重要。
- 総合事業の本質は介護予防ケアマネジメント。「したい」「できるようになりたい」を目標にする。
- ・総合事業はサーブスグへのではなく、站域グへの。
- ・通いの場は生活支援の多様化につながる。
- 目指すべきゴールは同じなので、介護予防から入るか、地域ケア会議から入るか、生活支援から入るかは市町村によって様々ある。
- ・地域づくのによる介護予防を進めていくために必要なエッセンスは、次の手引きにまとめ、セージュ
- ■地域づくりによる介護予防を推進するための手引き (H26 作成)
- (http://www.mni.co.jp/project_related/roujinhoken/uploadfiles/h26/h26_07_tebiki.pdf)

■地域づくりによる介護予防を推進するための手引き【地域展開編】(H27作成)

(http://jmar-im.com/healthcare/news/kaigoyobo-guidance_h27-69,pdf)

午後の部:情報交換会

午後の情報交換会では、モデル市町村から、現在の進捗状況についての報告が行われました。 報告における取り組みのポイント等は、以下のとおりです。

- 健康部門の保健師と連携を図っていることで、通いの場の構築のマンパワーにプラスとなっている。また、急願だった元気な高齢向けの健康づくり事業とタイアップが可能となった(庁内連携の推進)。
- ・住民への案内広報は5月くらいに行うのが効果的である。
- →年度末に区長が交代する場合もあり、春先は暑い夏や寒い冬より季節的に動きやすく、新たな活動に取り組みやすい。
 - · 市長に体力測定を行い、体操に参加してもらい、効果を実感してもらうとともに、広報で発信した。オリジナル DVD を作成したいとの声が市長からあがっている。
- 住民へのプレゼンを専門職だけでなく、事務職でもできるようにしている。(マンパワーケ雑母)
- ・統一基準で誰でも体力測定ができるよう、イラスト入りの体力測定手法の資料を作成している。

◎山形県ご担当者より一言(健康福祉部 健康長寿推進課 松本 陽子氏)

山形県では、平成26年度からの3年間で13の市町からモデル事業に取組んでいただいております。9月23日に開催した担当者向けセミナーでは、畑山広域ADより様々な経験・実践に裏打さされた講演をいただくとともに、モデル事業を行った市町村からそれぞれの工夫に満ちた取組みの報告があり、参加者からも「まずはやってみようかという気持ちになった」という前向きな感想が得られました。

今後は、全ての市町村が総合事業に移行することにより、より多様な生活支援・介護予防サービスの提供が求められてくることから、地域住民の主体で運営する高齢者の生活支援・介護予防のための拠点づくりと生活支援のための担い手の養成に力を入れて参ります。

◆◆◆山形県の今後の市町村支援や、県内全域への展開に向けたアドバイス◆◆◆

◎広域AD 畑山 浩志氏

事務職と理学療法士の資格を有する職員(密着アドバイザー)との協働により、約半数の市町村で「い きいき百歳体操」に取り組まれ、その数も年々増えている状況です。また、和光市・大分県等をモデルと した自立支援型地域ケア会議のモデル事業を県独自で実施しており、本事業との連動がすばらしいと感じ ました。これから県内全域へ展開していくためには

①もう一度これからの高齢化社会に対して何が必要かを考えてもらう(通いの場、地域づくり等)

②県内で先駆的に取り組まれている市町村との連携(視察、情報交換等)

③自立支援型地域ケア会議との連動(インフォーマルサービス、受け皿づくり等)

④リハビリテーション専門職の活用(地域リハビリテーション活動支援事業)

そして、県の役割を明確に示し、各市町村へのバックアップ、情報提供、つなぎ役として引き続き支援 などが考えられます。

していくことが必要となります。県の「やる気」が市町村の「やる気」に繋がります。

お知らせ等

(港区高輪 3-25-23 京急第2ピル9F) 11 月 11 日(金)10:00~17:00(予定) 会場:AP 品川9F 会議室 ★第2回 AD 会議

今後の各地の予定

市町村研修会(11/24) 〇和歌山県

〇差し支えなければ、傍聴をお願いさせて

いただく場合がございます。

O困った点、ADや他市町村・都道府県に聞きたいことがありましたら、サイボウズの Oアドバイザーが関与する研修、現地支援 の日程については、決まりましたら、事務 事務局からのお知らせ(お願い) 掲示板をご活用ください。 局にご連絡ください。

[編集後記]

全国各地の取り組みを傍聴しておりますが、やはり都道府県としての支援の仕組みが上手〈構築されていない ことが課題ではないでしょうか。担当個人に頼る部分が大きく、異動すると毎年ゼロから組み立てるという状況が 散見されます。これでは通いの場はなかなか展開しません。本事業も今年度で終了してしまいますので、残りの後 半で、次年度以降に向けたそれぞれの仕組みづくりに取り組んでいくことが必要と考えられます。 皆様、本格的な寒さに向かう時節、風邪など召されませぬようご自愛ください。

地域づくりによる介護予防推進支援事業事務局(株式会社日本能率協会総合研究所) 担当:川村、田中、河野、政岡

.

TEL: 0120-676-715 (平日 10: 00~17: 00)

E-mail: k_yobou@jmar.co.jp

平成 28 年度 地域づくりによる介護予防推進支援事業





第 4 号 平成 28 年 11 月

卯 ○ 本号では、11月11日(金)に開催された第2回アドバイザー合同会議の実施概要と、 手県の取組を紹介いたします。

■事業参加都道府県及び市町村一覧(平成 28 年 11 月 11 日時点)

一田村名	-	北上市、久慈市、陸前高田市、岩泉町	角田市、	-	\vdash	佐野市	-	-	館山市、旭市、勝浦市、白井市	台東区、立川市、町田市、東村山市、多摩市	(小田原市、葉山町	新発田市、見跗市、糸魚川市、胎内市、津南町	砺波市、射水市	上野原市、昭和町、高士河口湖町	岡谷市、東御市、北アルプス広域連合	岐南町	岡崎市、蒲郡市、幸田町	四日市市、名張市、東員町	京田辺市、木津川市	-	山添村、安堵町、高取町	美浜町、みなべ町	大竹市、安芸高田市、坂町、世羅町	光市、長門市、田布施町	那灣町		新居浜市	Н	佐世保市、松浦市、波佐見町		大分市、	日向市、三股町、高原町、門川町	(西之表市、日置市、いちき串木野市、肝付町、	_	109市町村
都道府県	北新師	岩手県	宮城県	山形県	福島県	栃木県	群馬県	埼玉県	干葉県	東京都	神奈川県	新潟県	二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二二	日禁県	長野県	岐阜県	愛知県	三重県	京都府	大阪府	奈良県	和歌山県	広島県	一十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二	徳島県	香川県	愛媛県	佐賀県	長崎県	熊本県	大分県	宮崎県	鹿児島県	世界是	34 報道府庫
		Ħ	K ÷	7				謡	₩	_				0	嘂				y	7 %	ž.		0	H	•		Ħ			f	3 4	Ē			
				4	A. O.	Andrew	The state of the s	5	S. S				3	200					2			and the same of th				000	100	-	事業を行び	中米参加34円	事業参加2年目(26、28年度の参加含む)	事業参加1年目			
											э	\	_	_			A		_		(2)	-	00	The Thomas of the state of the	した。イング	というないという	がおかったこう								

1. 第2回アドバイザー合同会議(非公開)

第2回アドバイ 11月11日(金)に、都道府県担当者と広域・密着アドバイザーを対象に、 ザー合同会議が開催されました。当日の議事は、表1 のとおりです。

なお、会議資料及び動画は、サイボウズ上でのみ公 開しております。 会議冒頭に、厚生労働省老健局老人保健課 課長補佐 井口氏から、「本事業に参加している多くのモデル市町 モデル市町村以外でも本事業をきっかけにして、通い 村で、住民主体の通いの場の立ち上げが進み、また、



の場への関心が高まるとともに、今までの介護予防事業を見直す良いきっかけになったとの声も あがっている。本年度で国の事業は終了してしまうが、この事業で得た知見をもとに、次年度以 **発も各地域の実情を踏まえ、効果的・効率的な介護予防に取り組んでいただきたい。」 とご挨拶** がありました。

10:00~17:00 第2回アドバイザー合同会議〈公開〉

株球 株球 株球 株球 株球 株球 株球 株球	快渉 《老健局老人保健課 課長補佐 井口 氏.》 《老健局老人保健課 課長補佐 井口 氏.》 その1 奈良県
	その2 山形県
	山形県 事業進捗状況報告 (山形県健康福祉部健康長寿推進課 松本氏)
	講評:広域アドバイザー 畑山氏

图

いくための課題 (GW その 都道府県内全域で展開して 1)~都道府県戦略(市町 村支援)について~

柳氏(豊岡健康福祉事務所)》

《広域アドバイザー(委員長)

趣旨説明&進行役

その3 大分県 3. 進捗状況と都道府県戦略(現 時点) についての報告2

大分県の取組 ~ すべってころばぬ大分県

(大分県福祉保健部高齢者福祉課 芋迫氏) 講評: 広域アドバイザー

その4 半舗票

72

沖縄県における「地域づくりによる介護予防推進支援事業」事業進捗報告 ~フジェンド保健師と専門職などによるチームプフィで勘域以への~

(沖縄県子ども生活福祉部高齢者福祉介護課

講評: 広域アドバイザー 柳氏

《広域アドバイザー(委員長) 柳氏(豊岡健康福祉事務所)》・講義(介護予防と生活支援と地域ケア会議の連携調整必要性) グループワーク いくための課題(GWその 都道府県内全域で展開して

4.

趣旨説明&進行役 2) ~介護予防・日常生活 支援総合事業を見据えた通 いの場の展開について~

村への支援内容と取り組みのポイント、課題や平成 29 年度以降の予定についてご発表いただき 当日は、午前と午後の2回、都道府県による事業進捗状況の発表と担当広域アドバイザーによ る講評が行われました。都道府県からは、管内市町村における通いの場の状況や、具体的な市町 ました。(詳細はサイボウズ掲載資料・動画をご参照く

市町村を支援する**継続的な仕組み**、そして**総合事業を** そのためには、**地域づくりによる介護予防だけではな** く、生活支援、地域ケア会議と連携させた戦略を考え また柳委員長からは、「本事業が終わる次年度以降、 見据えた取り組みを展開していくことが必要である。 ていく必要がある。」とのお話がありました。



グループワークは、広域アドバイザーが担当する都道府県ごとにグループ分けされ(表2参照)、 モデル事業が終了する本年度以降、市町村支援をどのように進めていけばよいか、また総合事業 と結び付けていくにはどのように進めていけばいいのか、話し合いが行われました。

表2 グループ分け

	内域アドバイザー (徴答品)	堀川AD、佐藤AD	協山AD、児嶋AD	小川AD、小塚AD	廣末AD、野瀬AD	富本AD、西山AD	安本AD、中野AD	早川AD、江田AD	替AD、II村AD	岡持密着AD
\ \frac{1}{1}	都道府県名	北海道、宮城県、愛媛県	山形県、長野県、山梨県	岩手県、栃木県、群馬県、佐賀県	新潟県、千葉県、山口県、熊本県	奈良県、和歌山県、三重県	愛知県、徳島県、宮崎県、鹿児島県	福島県、京都府、長崎県	富山県、神奈川県、香川県、大分県、沖縄県	埼玉県、東京都、広島県
, ,	グループ名	∢	മ	O	۵	ш	L	ഗ	I	_

グループワークでは、都道府県内全域に(総合事業を見据えて)通いの場を広げるための市町 村支援の方法やアイデアについての意見交換が行われました。

グループワークにおける主な意見は参考資料1のとおりです。

※付箋の記載内容を掲載しておりますので、戦略策定の検討材料としてご活用ください。内容で不明な部分がありま したの、サイボウズにい牧権へだおい。

らないと、この事業は消えてしまう恐れがあるため、しっかりと頑張っていただきたい。」との ψ うでないところも多々ある。都道府県内に 1 箇所でも2桁以上の自治体を先行自治体としてつく 最後に、堀川ADから、「この3年間で、3桁まで通いの場が増えている自治体もあれば、 激励をいただきました。

そして、柳委員長からは、次のとおり締めのお言葉をいただきました。

- ✓ 本日の発表内容やGWで出た意見を都道府県それぞれが持ち帰り、政策化、予算化につな げてほしい。また、新たな手引きを作成する予定であるためご協力いただきたい。
- 都市部で数百箇所は難しいとの声も聞こえるが、50万都市である姫路市(目標:700箇 所)では、既に5年目で343箇所ができており、決して不可能ではない。各都道府県内 の都市部では今後高齢者が増えていくので、目標設定(戦略)を行い、関示してほしい。 開示することで前進できるようになる。本事業での成功事例を示せば可能であるというこ **イや** 耳解 いきる。
- 本事業は今年で終了するので、この3年間で培ったノウハウを、次年度以降は都道府県が 中心となり、管内市町村に広めていただきたい。
 - 次回の最後の会議では、都道府県としての平成 29 年度以降の具体的な取組内容や、沖縄 が取り組み始めているような総合事業とのつながりについて聞けることを期待したい。ま で、平成29年4月から全自治体で総合事業がスタートすることから、この機会を都道府 県としての介護予防の方針(総合事業との関係性)を示すチャンスと捉えてほしい。







2. 岩手県の取組について

10月18日(火)、岩手県で市町村における新しい介護予防事業の取組への支援の一環として、地域づくりによる介護予防への理解を促進するとともに、介護予防に資する住民運営による通いの場の構築を推進するための実践力の向上を図ることを目的とした「岩手県介護予防推進支援市町村セミナー」が開催されました。

元課長補佐の福本氏の講演では、「地域包括ケア」とは何か、「自立とは重度な要介護状態になっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けること」、住民が生きがいや役割を持てるよう、場・環境を整えることが行政の役割などといったお話がありました。

広域 ADのJVIII氏からは、「いきいき百歳体操」の効果や、実施にあたってのエッセンスだけではなく、この取り組みが地域づくりにつながっていくとのお話がありました。

そして岩手県から、平成29年度以降の市町村支援策の一案が示されました。内容としては、 県が養成した「地域づくりアドバイザー」を市町村に派遣するというものです(予算措置等はこれからで確定ではありません)。

また、セミナー終了後には、モデル市町村やシルバーリハビリ体操に独自に取り組んでいる市町村による意見交換会が行われました

当日のプログラム等は以下のとおりです。

[対象者]

市町村職員(介護予防、地域包括ケア、 建康づくの担当者)、社会福祉協議会職員、 リハビリテーション専門職等



[プログラム]

①講演 I 「生き生きした、安全で、持続可能で健康的な地域を取り戻す」一地域づくりの観点からの地域包括ケアシステム・介護予防の在り方について講師: 下関市保健部長兼下関市立下関保健所長

(元厚生労働省老健局者人保健課課長補佐) 福本 怜 氏

②講演Ⅱ「私たちが『住民主体』にこだわる理由

○住民主体の介護予防事業は地域をつくる! ○ 講師: 高知市健康福祉部高齢者支援課 リリ 佐知 氏

③岩手県における平成 29 年度介護予防市町村支援事業(案)について

(詳細内容)

講演 地域づくりによるこれからの介護予防 ~生き生きとした、持続可能で、健康的な地域を取り戻そう~

福本氏による講演内容のポイントは次のとおりです。

「地域包括ケアシステム」で求められていることは、『自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができる』環境を、地域コミュニティを基本に構築していくことであり、医療・介護サービスを在宅に投入するという手段を目的化することに陥ってはいけない。

- ▶ 介護とは「療養上の世話」ではなく、「自立支援」であることが重要であり、自立とは「自 分らしい暮らしを続ける」ことである。そのためには、その人にとっての居場所と役割があ るということが重要で、地域コミュニティの関与が欠かせない。すなわち、自立支援とは「人 間としての尊厳」を確保するための地域での活動そのもの。
- ▶ 自分らしい暮らしとは、「生き生きした、持続可能で健康的な生活」のことである。そこでは人間としての役割を持ち、その人の興味・関心に沿った活動が行われることが大切で、だからこそ持続的な活動となる。そしてそのような活動をする「場・環境を整える」ことこそが元気~軽度高齢者における自立支援に繋がるのであり、介護予防の大きな役割といえる。
- 地域リハビリテーション活動支援事業について、いまだに訪問リハと同じと捉えている専門 職が多い。本人への直接関与ではなく、通所や訪問、地域ケア会議、住民主体の通いの場等 への関与(間接的関与)により、地域における介護予防の取り組みを多面的に高めていくこ とがリハ専門職には求められている。
- 地域包括ケアを推進するには、これまでの「行政主導に住民が参加してもらう」から「住民主体を行政が支援する」に転換し、小地域レベルで住民や民間が地域の課題を解決していくことのできる環境整備が求められている。
- ▶ これからの行政・専門職には「生き生きした、持続可能で健康的な地域を取り戻す」ために、 サービスづくりではなく、住民自身が「ほしい暮らしは自分たちでつくる」ための地域づく りの観点の支援が求められている。



講演 私たちが『住民主体』にこだわる理由~住民主体の介護予防事業は地域をつくる!~

広域AD小川氏による講演内容のポイントは次のとおりです。

- 介護度が維持・改善したことから、高齢者の身近な場所に継続して参加できる体操会場が必 地域で体操を継続した方は、 いきいき百歳体操について取り組み、追跡調査を行った結果、 要と考え、展開している。
- 地域展開の方法としては、市民への普及啓発、支援、そして住民主体をサポートする体制作 りから構成される。普及啓発については、日常的な保健活動の場をベースとし、あらゆる機 の支援内容としては、開始の条件や支援の内容等を明確に決めた。そしてサポートする体制 会(違うテーマの講座を依頼されても百歳体操の情報提供)を通じてPRを行った。市民へ として、サポーターの育成や交流会、インストラクターの養成を行った。

A

市内で広がった理由として、次の点が挙げられる。

- 効果が実感できる体操を開発したこと
- ・徹底した効果の宣伝(年間数百回の健康講座)
- ・市民の力を信じて待ったこと(住民主体をモットーに、行政からはお願いしない)
- ・それぞれの活動開始にあたり、市民と一緒に悩んだこと
- 適切な介護予防の体操とは、次の構成要素からなる。 A
- 1. 初めての人でも簡単にできる体操

74

- 虚弱高齢者でも安全にできる体操 $\dot{\circ}$
- 虚弱高齢者から元気高齢者まで誰もが一緒にできる体操 ю (n)
- 住民自身が体操の効果を実感できる体操 4.
- 介護予防の効果が実証されている体操
- 住民主体の介護予防事業だからこそ、地域づくのになる! A

行政の場合、公的な会場しか確保できないが、住民は歩いて参加できる範囲にバラエティ に富んだ会場の確保が可能であり、回覧板や口コミで参加者が増えていき、結果として多く の高齢者が参加可能となる。 誘い合っての参加、休んだ場合の立ち寄り、中良し中間でランチ会など、一緒に体操する

中間がいることが継続につながる。また、体操以 外の取り組みの豊富さも継続要因である。

ていく。通いの場を拠点にして、高齢者同士のつ ながりが強化され、見守りへとつながったり、情 見守りの必要性などについての話し合いが自然発 生的に行われ、そこから課題の解決へとしながっ 報を伝える場として機能するなど、地域活動にと また通いの場では、高齢者の栄養不足や認知症、 って欠かせないものとなっている。



岩手県における平成29年度介護予防市町村支援事業(案)について

岩手県の平成 29 年度以降の市町村支援策の一案は次のとおりです(当日配布資料を転載)。 なお、予算措置等はこれからであり、確定ではありませんのでご注意ください。 市町村における新しい介護予防事業への取組の支援の一環として、地域づくりによる介護予防 事業への理解を促進するとともに、介護予防に資する住民運営による通いの場の構築を全県で推 進するため、アドバイザー派遣事業の実施を検討。

(仮) 地域づくりによる介護予防推進支援事業 〇事業名

〇実施主体

平成 29 年度より 〇実施期間

〇実施内容

県が養成した「地域づくのアドバイザー」を派遣し、市町村が行う「介護予防に資する住 民運営による通いの場の構築」を支援する。

①支援対象 県広域振興局管内各1市町村程度

2)支援内容

- ・介護予防に資する住民運営の通いの場の構築技術の提供
- ・いきいき百歳体操(高知市)の導入に関する技術的支援(要望がある場合)

③支援条件

- ・実施市町村は、地域支援事業の一般介護予防事業(地域介護予防事業支援事業)において、 住民運営による通いの場の構築を推進
- ・住民運営による通いの場については、以下のとおり定義 高齢者が容易に通える範囲に設置

対象者を限定することなく参加を促す

介護予防に効果があると認められる体操の実施

体操の実施は週 1 回以上を原則

○岩手県ご担当者より一言(保健福祉部 長寿社会課 西川 博志氏)

密着アドバイザーをお願いしている在宅保健活動者連絡協議会に改めてご協力をいただいて、県独自 のアドバイザー組織を作る予定です。専門職による地域支援が話題となる昨今、第一線を引かれた大先 輩の"保健婦"の方々の力をどのように発揮していただくか、頭を悩ませながらもなぜか心はワクワク 岩手県では今、平成29年度に向けて市町村に対する支援体制の構築について検討しています。 しています。 そして…いかにして市町村は住民の「やりたい!」を引き出していくのか。住民の力を信じて、住民 とともに歩む。この事業を「やりたい!」と市町村に思ってもらうため、私達もまた、市町村からの信 頼を得られるよう、伴走していきたいと思います。

◆◆◆岩手県の今後の市町村支援や、県内全域への展開に向けたアドバイス◆◆◆

◎広域AD 小川佐知氏

昨年度,初めて岩手県にお伺いした時に,市町村から「岩手の住民は奥ゆかしくて,自ら進んで何かをすることはないです。行政が実施するのであれば参加はしてくれます。」と口をそろえて「住民主体は難しい」と言われたことを今でも鮮明に覚えています。

それが今ではどうでしょう! 花巻市や北上市の成功事例を皮切りに, 9 市町が取組を進めています。今年度は住民のやる気を支えきると覚悟を決めた久慈市が, 約1ヶ月間で 15 カ所の体操会場開催へと広がっています。住民の「やりたい」気持ちと行政の「やる気」がマッチすれば, 必ず成功します。

岩手県は全ての市町村を支える覚悟で,準備をはじめています。県と市町村が一体となった,新たな取組みが実を結ぶことを期待しています。

お知らせ等

今後の各地の予定事務局からのお知らせ(お願い)ウアドバイザーが関与する研修、現地支援
の日程については、決まりましたら、事務
局にご連絡(ださい。
(早成 29 年 3 月 3 日 (金)]の日程については、決まりましたら、事務
局にご連絡(ださい。
(25 年 3 月 3 日 (金)]第 2 回都道所県小護予防担当者・アドバイザー
イザー合同会議及び第 3 回アドバイザー
合同会議 (予定: 10:00~17:00)の日にご連絡(だまい。
(25 上支えなければ、傍聴をお願いさせて
いただく場合がございます。

【編集後記】

第2回アドバイザー合同会議では、都道府県がそれぞれ取り組んでいる市町村支援(戦略)や課題について、活 発な意見交換が行われました。事業2年目、3年目を迎える都道府県からの市町村支援の仕組みについての情報 提供は、非常に参考になったのではないかと思います。引き続き、皆様の市町村支援の仕組み構築に向けて、事務局一同頑張りますので、どうぞよろしくお願いいたします。

地域づくりによる介護予防推進支援事業事務局(株式会社日本能率協会総合研究所)担当:川村、田中、河野、政岡TEL:0120-676-715、0120-876-300(平日 10:00~17:00)E-mail:k_yobou@jmar.co.jp

山形県

さくらんぼ県 やまがたの挑戦 EpisodeⅢ

本事業へ参加して3年目となる今年度は、モデル市町村の支援を中心として、全市町村を対象とした住民主体の通いの場の普及啓発セミナーを開催するとともに、継続支援等についての情報共有を図るなどの市町村支援を行いました。

また、地域包括ケアシステムの推進を図る中で、本事業で得たノウハウを活かしながら、山形県としての支援方法を探ってきました。

山形県

都道府県としての市町村支援の仕組み(平成28年度)

(1) 支援の仕組みと実施内容

前回(第2回AD会議)

- ・地域診断・戦略策定のための現地支援
- プレゼンテーション研修会の開催
- ・広域ADによる市町村介護予防担当者向け セミナーの開催
- 取組み成果報告会(県主催)

今回(前回より変更がある場合のみ記入)

- ・住民主体の通いの場の継続に向けた、成果 報告会(市町村主催)での講演
- ・ 上記報告会への他市町村からの傍聴参加

支援のポイント!工夫している点!

(前回:第2回AD会議)

〇地域診断・戦略策定の現地支援時には、担当だけではなく所属長や関係課・関係機関等の職員にも極力同席いただき、取り組み開始時点での関係者の共通理解を図る。

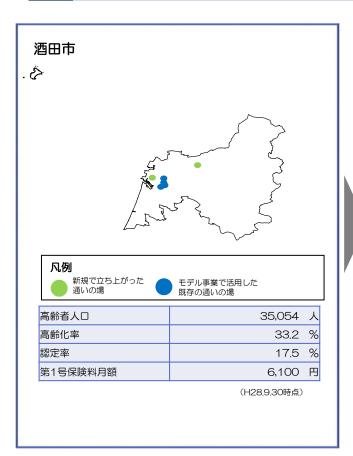
〇プレゼンテーション研修会では、過年度のモデル 市町に対し、より効果的な内容にブラッシュアップ するための立ち上げ経験やノウハウを活かしたアド バイスを依頼。

○県が行う他事業との連携

県事業として実施している自立支援型地域ケア会議の普及事業にある、高齢者やその家族向けの一般介護予防セミナーの中で、地域密着ADが「いきいき百歳体操を行う住民主体の通いの場」の紹介を行う。

→市町村説明+住民向けセミナーの2回支援 10月~3月 5市町村で実施

①酒田市の取組



取り組みのポイント等

- ①説明会&体験会の機会を増やす
- ②説明会&体験会では、実現可能な条件や目標を提 示し、気軽に「まず、やってみよう」と思っていただける ような説明をする。

③その他:

- ・市からは、道具や金銭的な補助は一切しない(地域 で継続可能な体制づくりのため)。
- •「いき百マップ」を作成し、担当者のがんばりを見え る化する。



山形県

②長井市の取組

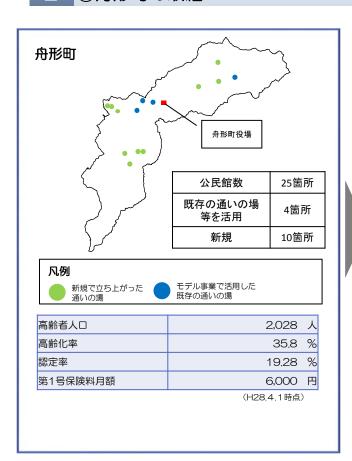


取り組みのポイント等

- ・公民館関係者や老人クラブの会合の際に百歳体操のプレゼ ンを実施した。
- ・介護予防講座に参加した一般市民にプレゼンを実施。
- ・新規立ち上げのミニデイサービスやサロンを対象に
- プレゼンを実施。そのうちNPO法人が主体となって行っている サロンで百歳体操を毎週実施中。3か月毎の体力測定を行い、 活動が継続できるよう支援を行っている。
- ・希望があった地区には、出前講座を行い、広報活動を行って いる。
- ・既存のミニデイサービス市内32か所に対しても、今後働きか けを進めていく。



2 ③舟形町の取組



取り組みのポイント等

【県の支援で良かった点】

- はじめるきっかけづくりのポイントを知ることができた。
- •「待つ」ことに始めは不安があったが、その効果を知ることができた。

【取り組みの工夫】

- ・地域の人たちが主導になれるように心掛けた。
- ・参加する人が、自分のために、自分たちのために何が出来るか、何を するかを考えてもらえるように配慮した。
- ・広報で積極的に取り組み状況を周知した。
- ・体操だけでなく、認知症サポーター養成講座を合わせて開催したり、健康ポイントの対象とした。

【苦労した点】

- ・マンパワー不足があった。(ここ最近になって、急に参加希望の申込みが増え、既存の職員体制では対応が大変だった。)
- ・体操する前後での体力測定を行ったが、思ったほど効果が表れない人が多く、その点をどうフィードバックするか悩んだ。

【今後の課題】

- ・既存の活動の場をいかに継続していくか。(体操の飽きなどへの対応)・サポーター養成講座を行ったが、まずは自分が参加している団体で活動してもらっているが、今後は全町的にサポーターの活躍の場を広げていくためにどうするかを検討中。
- ・男性が盛り上がると、活動全体が盛り上がってくる傾向が感じられるが、 全体的に男性参加者が少ないため、今後、男性をいかに盛り上げていく かがポイントになるのではないかと感じている。

山形県

- 3 国モデル市町村(H26~28)における事業の進捗状況 ※平成29年2月時点
- ① 国モデル市町村(H26~28)における"<u>週に1回以上</u>、体操を行う住民主体の通いの場"*1の 拠点数と参加者数*2の推移(H26~28)

H26モデル	山形市	中山町	最上町	米沢市	遊佐町
H26	9箇所235人	0箇所0人	6箇所141人	1箇所14人	3箇所29人
H27	27箇所606人	2箇所31人	10箇所246人	8箇所69人	14箇所185人
H28	54箇所1,179人	9箇所136人	12箇所304人	18箇所221人	20箇所262人
目標値	検討中	毎年度1箇所以上の 実施地区増	H29 年度末において 13箇所	H30年度において 50箇所	H37年度において 40箇所
参考值※	275箇所(6,872人)	15箇所(372人)	13箇所(314人)	98箇所(2,446人)	21箇所(542人)

H27モデル	河北町	大石田町	西川町	鶴岡市	庄内町
H27	3箇所45人	0箇所0人	1箇所21人	19箇所568人	1箇所39人
H28	3箇所45人	5箇所80人	1箇所21人	34箇所868人	7箇所129人
目標値	H28年度末までに 4か所	H28年度において 3箇所	H28年度において 2箇所	H28年度末 において 43箇所	H32年度末において 30箇所
参考值※	25箇所(641人)	11箇所(267人)	9箇所(232人)	169箇所(4,217人)	30箇所(747人)

- 3 事業の進捗状況(住民主体の通いの場の数) ※平成29年2月1日時点
- ① 国モデル市町村(H26~28)における"<u>週に1回以上</u>、体操を行う住民主体の通いの場"*1の 拠点数と参加者数*2の推移(H26~28) その2 €

H28モデル	舟形町	長井市	酒田市
H28	14箇所265人	7箇所155人	16箇所273人
目標値	H28年度において 100人の参加	検討中	H29年度において 20箇所
参考值※	8箇所(202人)	36箇所(908人)	136箇所(3,400人)

② 国モデル市町村以外で、"<u>週に1回以上</u>、体操を行う住民主体の 通いの場"がある市町村数

13

市町村

③ 上記(①、②)以外の市町村数

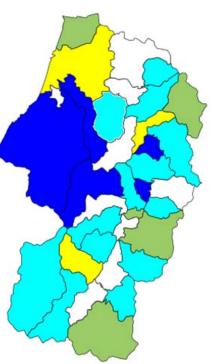
9

市町村

H26モデル(5) H27モデル(5)

H28モデル(3)

モデル以外(13)



山形県

4 国モデル市町村(H26~28)の取組のポイント

(1) 住民への啓発(プレゼン・広報等)

米沢市 (H26モデル)

平成26年度モデル事業で参加。

「百歳体操無料体験会」を実施するも、DVDの機器がない、週1回の体操の困難感等の住民の声があったが、担当保健師がめげずに、啓発活動を行い、市内17か所での通いの場で実施中。

啓発活動の一部

- ① 若手(男性)の市役所職員がモデルとなり体操リーフレット を作成
- ② 写真を多く掲載した広報誌での啓発
- ③ 住民向けプレゼンテーションの内容に、グラフ・写真・イラストを盛り込み伝わりやすさを重視した
- ④ 市役所内の担当課前に、いきいき百歳体操の紹介ポスターを掲示
- ⑤ 住民参加型イベントとのコラボ
- ⑥ 市長を巻き込み、広報誌に掲載(体力測定を庁舎内で実施、体操への参加)



(1) 住民への啓発(プレゼン・広報等)

遊佐町(H26モデル)

平成26年度モデル事業で参加。

地元住民間のつながりが強く、新しい事業は受け入れられないのではないかと、町保健師も心配しながらの事業参加であった。

しかし、その町民性を生かし、『集落』単位での啓発活動を実施したことで、現在20か所での実施となっている。

啓発活動の一部

- ①住民向けプレゼン中、集落ごとの高齢化率を示し、 危機感に訴えかける。
- ②通いの場が、集落の仲間と交流できる場・介護予防の場となることを、プレゼンで伝える。



山形県

4 国モデル市町村(H26~28)の取組のポイント

(1) 住民への啓発(プレゼン・広報等)

大石田町(H27モデル)

平成27年は、町職員が「いきいき百歳体操体験会」を3回開催するも、住民主体の通いの場は立ち上がらなかった。27年度末に県担当者・密着アドバイザー・町担当者・町社会福祉協議会職員・地域包括支援センター職員で、町内支援者が連携して当事業に取り組むことを確認。平成28年3月から地域包括支援センターの職員が、地区に出向いて行う出前講座の中で、いきいき百歳体操を紹介。興味をもった地区から連絡があれば、「いきいき百歳体験会」をその地区で実施した。農家が多い町の特徴を生かし、農閑期に入る冬の始めのタイミングを見計

らい、体験会を町広報誌で紹介し、現在は5つの地区





(2) 立ち上げ支援

中山町 (H26モデル)

- ・H26年度は、二次予防事業で関わりのあった住民 の方に事業内容を説明する、町で行った健康づくり のイベントで、いきいき百歳体操の紹介ブースを設 ける等行ったが、通いの場は立ち上がらなかった。
- ・H27年度に入り、<u>広い周知活動から、地区ごとの</u> 小さい周知活動へ転換。

(<u>ヘルス部門と連携</u>して、地区座談会の際に、15分程度の時間をもらい、いきいき百歳体操を用いた地域づくりの話をさせてもらう、地道なプレゼン活動を展開。)

- ・H27夏に1か所の地区で立ち上がったのをきっかけに、その後口コミが広がった。
- ・現在9か所の 通いの場が立 ち上がる。



鶴岡市 (H27モデル)

平成28年度元気もりもり地域出前講座プログラム

*時間は1時間30分から2時間で、開催日時は開催地と協議の上決定

-1- µ	4 [E] [O F4 [E] [O)	カルツと町向く、同田口町の同田田地と同時数ツエグル
回	日程	内 容
1	月 日()	事業説明「元気もりもり地域出前講座について」 実技「いきいき百歳体操」
2	月 日()開始1週間後	実技「いきいき百歳体操」 講話「腰痛・膝痛の方へのアドバイス」と個別指導(理学療法士) 脳トレーニング「頭と体を楽しく鍛えよう!」
3	月 日() 開始4週間後	講話「元気な体は栄養から」(管理栄養士) 実技「いきいき百歳体操」
4	月 日() 開始2か月後	講話「鶴岡市の介護保険の実態について」、「運動の効果」 実技「いきいき百歳体操」

- ・市で行っている「元気もりもり地域出前講座」を、 住民主体の通いの場立ち上げ支援の初回4回に 当て、立ち上げ支援と介護予防啓発をセットで実施。
- ・4回の支援の中で、運動実施の際の、体調の自己管理についても説明を行い、市職員(保健師)が常時いなくても運動を実施できることを伝えた。
- ・また事業説明や体力測定も行い、住民のやる気を 引き出す支援を展開した。

11

山形県

4 国モデル市町村(H26~28)の取組のポイント

(3) 継続支援

山形市 (H26モデル)

- ・通いの場の中心的役割を担っている方々の 「情報交換会」を、平成29年2月に開催。 県担当者、山形市基幹型包括支援センター所属 生活支援コーディネーターからの話と、実施団体の 住民の方々の事例発表、グループワークを実施。
- ・それぞれの悩みや取組みの情報交換を行うことで、 住民の方々が自ら解決の糸口を探るきっかけとなっ た。
- ・現在54箇所において実施中。



西川町 (H27モデル)

- ・いきいき百歳体操を始めた1か所の通いの場では、 公民館でその他のサロン活動も行っているため、 体操以外の活動をしている人も参加しやすいように、 町内会長が声かけしている。
- ・町の地域包括支援センター職員が、民生委員や公 民館長とも連携を図り、公民館の除雪等、後方支 援を行っている。
- ・町内の地区会長の集まりにて、体操を行っている地 区会長から公民館活動のプレゼンを行ってもらい、 地区の方々のモチベーションの維持を図っている。



5 国モデル市町村(H26~28)における通いの場から総合事業や生活支援に展開した事例

山形市 (H26モデル)

総合事業の実施に至った実例はまだ見られないが、通いの場を継続して実施する中で お互いに気にかけあったり、独自のルールづくりなどを行い、見守りや助け合いのかたちが生じつつある。

①マンションの住民13名による通いの場

東日本大震災をきっかけに、マンションは特に住民同士のつながりが希薄である事を懸念し、顔の見える 関係づくりを目指して通いの場の取組みを開始した。現在はメンバーで旅行に行くなど広がりを見せている。 茶話会時に「もしもの時」の話になり、枕元に携帯電話を置いて寝ることを皆で決め、 連絡を取りやすい体制を取ったところ、3名が実際に緊急連絡。

②市内中心部住宅街、登録者100名、常時50名を超える参加者を抱える通いの場 町内会ごとに小班を作り、3回以上来ない方へは小班のリーダーが訪問を行う等、声掛けを行っている。

③高校の一室(学生食堂)を借りて行っている通いの場 通いの場をきっかけに学生と地域との交流が発生。 高校生が冬場、バス停まわりの除雪ボランティアを行うようになった。

④高齢者福祉施設の一室を借りて行っている通いの場

施設入所者も参加し交流が発生。

施設を借りているお礼にと、地域の高齢者が施設入所者の繕いものを実施。

山形県

13

6 平成29年度以降における都道府県としての市町村支援の仕組み

(1)3年間の本事業を通じての市町村支援及び都道府県内で展開するための課題

前回(第2回AD会議)

○取組み市町村の拡大に伴う支援スキームの検討 県内35市町村のうち、約半数の市町村が本事業の 手法により取組みを拡大。

取組み市町村	H26	H27	H28
(累計)	5	14	17

- 一箇所(県庁)での対応には限りがある。
- 支援内容も立上げ支援から継続支援へシフトしている。
- ・地域毎に展開の進度は一様でないことから、特性や社会資源の状況等を踏まえた上での、 より「地域に密着した支援」が必要
- ⇒4地域に所在する県の出先機関や、健康づくり等の関係部門との 役割分担・連携、地域ごとの情報共有を促進していくことが 課題となっている

	村山	最上	置賜	庄内	計
取組市町村	6	4	3	4	17
市町村数	14	8	8	5	35



6 平成29年度以降における都道府県としての市町村支援の仕組み

(2) 都道府県における通いの場の位置づけ・展開方針(総合事業や生活支援、地域ケア会議との連携)

通いの場の取組みの拡大により裾野を広げるとともに、地域の多様なニーズに応じることの できる機能を有した活動拠点への発展につなげていく。

住民主体による通いの場

地域ケア会議との連携

○「自立支援型地域ケア会議」の全県普及により、元気を回復した高齢 者の社会参加の場(受け皿)としての機能



総合事業との連携

- 〇一般介護予防の受け皿機能
- ○要支援者(事業対象者)の受け入れノウハウの取得等による総合事 業の「住民主体の通所サービスBIへ発展

認知症施策との連携

○県内全市町村で開設が目標となっている認知症カフェとしての機能

山形県

15

6 平成29年度以降における都道府県としての市町村支援の仕組み

(3) 具体的な市町村支援の仕組み・内容 例)予算や実施予定内容等

前回(第2回AD会議)

- ① 情報交換会・交流会の開催
 - ・特性や状況の近い4つの地域ごとに開催。
 - 各々の取り組みを今後の展開に生かせるよう、 工夫した点やうまくいった点・いかなかった点など を共有。
 - 参加者のモチベーションの維持と通いの場の継続 に資する。
- ② セミナーの開催
 - 全国的な先進事例の紹介。
 - ・地域間における情報交換・広域での交流促進。
 - 事業趣旨等の説明により、未実施市町村における 理解を促し取組みの拡大につなげる。

今回(前回より変更がある場合のみ記入)

く関連事業予算>

- ①福祉型小さな拠点(仮称)づくり事業
 - •地域住民が主体となって運営する高齢 者の生活支援・介護予防のための地域 の拠点を設置する際の立ち上げ経費を 助成。(市町村への間接補助)
 - 通いの場が生活支援や居場所などの機 能を備え、バージョンアップしていく際の 活用なども想定。
- ②自立支援型通いの場普及事業

「福祉型小さな拠点」等で実践する、住 民自らで行うことができる効果的な介護予 防プログラムの作成。当該プログラムを普 及していくことで、高齢者の自立状態の長 期間維持を図る。

6 平成29年度以降における都道府県としての市町村支援の仕組み

(4) 都道府県としての通いの場の評価指標とその定義(内容)

- ・現在用いている指標
- ⇒ "住民主体により""週一回以上開催されている"通いの場の 「取組み市町村数」と「実施拠点数」

平成28年2月現在	通いの場実施	うち"いき百"実施
取組み市町村数	26市町村	17市町村
実施拠点数	302箇所	175箇所

「やまがた長寿安心プラン」(第6次山形県介護保険事業支援計画)においても、 35市町村における高齢者の活動拠点の設置を目標としていることから、まずは 全市町村での通いの場の実施を目指す。

・その他の評価指標については今後検討を行っていく。 例) 通いの場への参加人数 等

埼玉県

~埼玉県版地域づくりによる介護予防~ 「ご近所型介護予防」の展開

平成28年度の方針

- 取り組む市町村を増やす
 - 新たに13市町村を支援する
- モデル事業に参加していない市町でも事業が展開できるようにする(横展開)
 - 通いの場の立上げ等のノウハウや運動の仕方についてマニュアル(住民向け) を作成する

都道府県としての市町村支援の仕組み(平成28年度)

埼玉県



1

(1)支援の仕組みと実施内容

「ご近所型介護予防」〜埼玉県版「地域づくりによる介護予防」

3つのポイント を満たす介護予防の取組を、リハビリテーション専門職の立上げ支援を受けながら実施。

住民

近くで

·誰でも歩いて通える地域の集会所

→送迎の不安を解消

みんな

・住民同士で運営 (行政は程良い距離感で支援)

効果

- ·効果検証されている体操
- ·週1回以上の定期開催

介護予防をきっかけに

- ・地域でのつながり
- ・地域での見守り
- ・地域での支え合い

-般介護予防事業から、総合事業の通所B などへの発展の可能性もあり

介護認定率の低減

サポート

埼玉県

市町村

県理学療 法士会

連携 リハビリテーション ケアサポート センター

・市町村への研修、情報提供 ・理学療法士会との調整

- •普及啓発
- ・効果のある体操の紹介
- ボランティアの養成
- ・体操教室の立上げと運営支援 (体操アドバイスや体力測定等)
- ボランティア養成講座講師 アドバイザー養成





H28年度参加市町村への支援

- 1 年間スケジュールの提示市町村がやるべきこと、実施時期を整理
- 2 県理学療法士会との協力体制のもと県予算でアドバイザー派遣(各市町村15回)
 - 市町関係者に対する事業の方向性の共有支援(6~7月)
 - ・住民主体の通いの場への支援(通いの場の立ち上げ時期:9月を目標)
- 3 市町村担当者及び市町村アドバイザーへの研修
 - ・9月立ち上げ、12月体力測定を目標に、7月までに研修を3回実施 5月 アドバイザーとの顔合わせ・目指す方向性の共有、グループワークなど 6月 先進地視察、意見交換(蓮田市)
 - 7月 先進自治体(千葉県印西市)の講演、先行市町から取組報告、グループワーク
 - ・上記の他に市町村関係者に対する事業説明への同席、進捗状況等への助言

埼玉県

1 都道府県としての市町村支援の仕組み(平成28年度)

H26~28年度参加市町村への支援

- 1 介護予防事業研修(9月)※全市町村対象
 - 総合事業における通いの場の位置づけなど
- 2 フォローアップ研修(1月)
 - ・通いの場が増えることを見据えた事業運営の工夫、住民支援のあり方など。

全市町村への支援

介護予防マニュアル(住民向け)を作成(2月)

・モデル事業未参加市町も含め、通いの場が全県に普及するよう、通いの場の運営方法、運動の仕方等を記載した住民向けマニュアルを作成し、市町村や地域包括支援センター等へ配布



ご近所型介護予防実践マニュアル



H28年度参加市町村の年間スケジュール

		市町	材	理学療法士
		(県と市町村で行う業務)	(市町村が主で行う業務)	市町村アドバイザー
27	2月	市町村担当課長説明会		
年度	3月	市町村意向調査(県→市町村)	地域診断	
	4月	★参加市町村決定	1673年20日	
	5月	★第1回アドバイザー合同会議 (5/17 埼玉教育会館) 市町村担当者とアドバイザーの 顔合わせ、グループワーク、 国会議伝達	・住民への普及に向けた方策検討 ・介護予防ボランティア養成	★アドバイザー合同会議 (5/17埼玉教育会館) (上記会議前に県アドバイザーから市 町村アドバイザーへ研修を完了予定)
	6月	★通いの場視察 (6/6・6/13、蓮田市)		★通いの場視察(蓮田市) 介護予防ボランティア養成
	7月	★第2回アドバイザー合同会議	(市町の関係職員へ事業説明、情報共有)	1回目現地支援
28 年度	8月	(7/20 さいたま商工会議所会館) 先進自治体からの講義 先行市町による発表、 立ち上げに向けた課題解決など	住民説明	(第2回アドバイザー合同会議前に実施) ★アドバイザー合同会議 (7/20)
	9月	★介護予防事業研修(9/2)	通いの場の立ち上げ、体力測定	2・3回目現地支援
	10月		通いの場の普及	4回月現地支援
	11月		通りの場の自反	4回日玩地又按
	12月		3か月後体力測定	5・6回目現地支援
	1月	★成果報告会、事業戦略検討会議		★成果報告会、事業戦略検討会議
	2月		通いの場の普及、 立ち上げ後のフォロー	
	3月		# JE! / K 0) / 1	

★は県が独自に取り組むもの

埼玉県

5

1 都道府県としての市町村支援の仕組み(平成28年度)

アドバイザー(理学療法士)による現地支援イメージ

※実施月は目安

1回目:市町村への事業説明(~7月)

(市町担当職員が主体、関係職員の事業の方向性の共有)

①事業の全体像説明、②事業の効果等説明

2回目:自主グループ開始時の体力測定と説明等(9月)

①参加者に介護予防の必要性説明

②体力測定・日常生活調査の説明と実施

3回目: 自主グループ開始時の体力測定結果説明(9月)

①体力測定結果説明

②自主G継続の意味と体力測定結果から見たお薦めアドバイス

4回日: 自主グループ実施中のフォローアップ(10月又は11月)

①通いの場を続ける意味や効果、他地域の取り組みを説明

5回目:3か月経過後の体力測定と説明等(12月)(真冬を迎える前に)

①参加者に介護予防の必要性説明

②体力測定・日常生活調査の説明と実施

6回目:3か月経過後の体力測定結果説明(12月)

①体力測定結果説明

②自主グループ継続の意味と体力測定結果から見たお薦めアドバイス

☆現地派遣は

- 立ち上げ1か所 あたり5回まで
- 1市町村あたり 計15回まで

=<u>2か所目以降の立ち</u> 上げ支援も可能



1か所あたり 現地派遣5回



支援のポイント!工夫している点!

≪年間スケジュールの提示≫

立ち上げに必要な業務を手順化し、目標時期を決めることで、新任の職員でも年度内に確実に通いの場を立ち上げられる。

≪アドバイザー(理学療法士)の派遣≫

アドバイザー(理学療法士)の派遣をセットにし、効果的な介護予防の場とする。

≪市町村担当者及び市町村アドバイザー(理学療法士)合同研修≫

通いの場立ち上げ、運営支援等について合同研修を設けることで、市町村とアドバイザーの関係構築を深める。

ここでの関係構築は、一般介護予防事業へのリハ専門職等活用の導入的役割も持つ。

埼玉県

埼玉県、

7

- 2 モデル市町村における事業進捗状況
- ① 27市町村における週に1回以上体操を行う住民主体の通いの場の推移(H26~28)

- 1 1 1 - 1 1 1 3 C G		·	10 0 1 3 P I				20 20)
	熊谷市	秩父市	所沢市	飯能市	本庄市	春日部市	羽生市
H26年度(H27.3.31)	未参加	未参加	未参加	未参加	未参加	未参加	未参加
H27年度(H28.1.1)	未参加	未参加	未参加	1か所、32人	3か所、73人	未参加	未参加
H28年度(H28.12.1)	4か所、85人	3か所、115人	8か所、168人	10か所、157人	70か所、1,400人	4か所、84人	3か所、101人
参考值※	210か所	79か所	342か所	90か所	82か所	262か所	59か所
	鴻巣市	深谷市	蕨市	戸田市	志木市	新座市	蓮田市
H26年度(H27.3.31)	未参加	未参加	未参加	未参加	未参加	未参加	未参加
H27年度(H28.1.1)	1か所、19人	未参加	3か所、68人	未参加	3か所、80人	2か所、32人	4か所、109人
H28年度(H28.12.1)	4か所、56人	3か所、43人	11か所、267人	8か所、178人	10か所、290人	8か所、180人	9か所、284人
参考值※	124か所	150か所	67か所	84か所	69か所	158か所	73か所
	坂戸市	鶴ヶ島市	日高市	吉川市	毛呂山町	小川町	川島町
H26年度(H27.3.31)	未参加	未参加	未参加	未参加	4か所、99人	未参加	未参加
H27年度(H28.1.1)	11か所、226人	1か所、18人	未参加	5か所、120人	10か所、175人	未参加	未参加
H28年度(H28.12.1)	21か所、575人	5か所、94人	4か所、74人	8か所、250人	30か所、553人	4か所、82人	7か所、113人
参考值※	108か所	70か所	66か所	61か所	42か所	40か所	25か所
	吉見町	小鹿野町	東秩父村	上里町	杉戸町	松伏町	ält
H26年度(H27.3.31)	未参加	未参加	未参加	未参加	4か所、99人	未参加	未参加
H27年度(H28.1.1)	未参加	2か所、53人	未参加	4か所、100人	2か所、66人	未参加	52か所、1,171人
H28年度(H28.12.1)	2か所、71人	8か所、264人	4か所、53人	12か所、259人	7か所、252人	5か所、80人	272か所、6,128人
参考值※	22か所	16か所	4か所	29か所	53か所	30か所	2,417か所

※参考値=高齢者人口(町(丁)字別人口調査(平成28年1月1日現在))÷25

埼玉県



2 モデル市町村における事業進捗状況

② モデル市町村以外で、週に1回以上体操を行う住民主体の通いの場がある市町村数

15

市町村 (H28.8.1現在)

③ 上記(①、②)以外の市町村数

21

市町村 (H28.8.1現在)

3 モデル市町村(H26~28)の取組のポイント

※27市町村の取組から抜粋

(1)住民への啓発(プレゼン・広報等)

- ・住民説明会の際に、効果が伝わりやすいように動画や数値を示す(95歳のおばあちゃんの動画を見せる、既存の通いの場の体力測定データなどを見せる)。
- ・サポーターや参加者の口コミが一番宣伝効果があるため、敬老会でサポーターや参加者にステージに上がってもらい、PR。
- ・広報誌で定期的に各地の通いの場を紹介し、宣伝する(参加者のモチベーションアップにもつながる)。



3 モデル市町村(H26~28)の取組のポイント

(2) 立ち上げ支援

- ・通いの場でリーダー的な役割をするボランティアを養成し、立上げ希望の通いの場に派遣する。
- ・理学療法士を通いの場に派遣し、体操指導や体力測定、結果説明などをしてもらい、開始意欲を向上させる。
- ・使用する重りは無償貸与とし(無期限の場合と、3か月程度の有期限の場合あり)、取組を開始しやすくする。

(3)継続支援

- ・定期的に体力測定を行うことで効果を見える化し、参加意欲を維持できるようにする。
- ・重りの体操後に取り組めるような口腔体操や認知症予防体操、または簡単なレクリエーションなどのメニューを提供し、 バリエーションを持たせることで、参加する楽しみが付加されるようにする。
- ・通いの場のリーダー的な役割をするボランティアを集めたフォローアップ研修や情報交換会などを開催し、通いの場での課題や工夫が共有できるようにする。
- ・体操や取組を披露する場(イベント等)を提供し、モチベーションを高めてもらえるようにする。

4 モデル市町村 (H26~28) における通いの場から総合事業や生活支援に展開した事例

※27市町村の取組から抜粋

- ・自力で歩いてこられない参加者を一緒に車に乗せてくるなどの活動が自然に始まった。
- ・スーパーまでの買い物が困難な参加者に対し、体操後に車で一緒に買い物へ行く参加者が現れた。
- ・欠席の参加者がいると連絡し、安否確認をしている。 など



5 平成29年度における都道府県としての市町村支援の仕組み

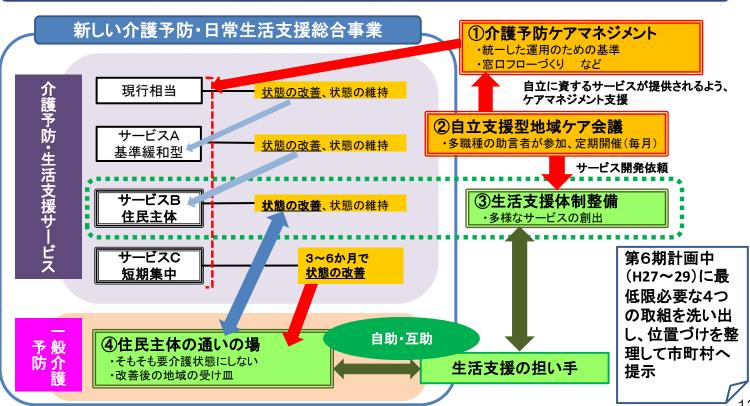
(1)3年間の本事業を通じての市町村支援及び都道府県内で展開するための課題

- 1 住民主体の通いの場からの展開
 - ・住民主体の通いの場を活用した次の展開(認知症予防体操の導入、サロン活動 の開始など)
- 2 総合事業全体を意識した取組の展開
 - 短期集中の通所C終了後の受け皿
 - ・住民主体の通所Bへの発展
 - ・通いの場に通っている元気高齢者を生活支援の担い手につなげる
- 3 未実施市町村への働きかけ
 - ・定期的に実施状況を調査、実施について個別に働きかけ
- 4 別の形で住民主体の取組を既に実施している市町村への支援



5 平成29年度における都道府県としての市町村支援の仕組み

(2) 都道府県における通いの場の位置づけ・展開方針(総合事業や生活支援、地域ケア会議との連携)



90



5 平成29年度における都道府県としての市町村支援の仕組み

(3) 具体的な市町村支援の仕組み・内容

1 住民主体の通いの場からの展開

・通いの場で認知症予防体操や口腔体操などにも取り組めるよう、住民向け教材 (DVD等)を作成、配布(教材は職能団体の専門職によるワーキングで作成)。

2 総合事業全体を意識した取組の展開

総合事業全体を取り扱う研修で、先進地事例等を紹介し、理解を深められるようにする。

3 未実施市町村の実施支援

・新たに5市町程度を支援(独自の取組がない(または予定がない)すべての市町 村を支援)。

4 別の形で住民主体の取組を既に実施している市町村への支援

・他市町村の取組状況等を情報提供し、課題の発見や対応策の企画等につなげる (実施状況調査取りまとめ、情報交換会の実施等)。



13

5 平成29年度における都道府県としての市町村支援の仕組み

(4) 都道府県としての通いの場の評価指標とその定義(内容)

- ◆ 県としてオーソライズしたものではないが、以下のような項目が考えられる。
- 1 体力向上の機能 参加者の体力測定データなどの集計値比較
- 2 生活行動活発化の機能 参加者の生活行動などのデータの集計値比較
- 3 虚弱者の受け皿としての機能 虚弱者(事業対象者、要支援者、要介護者等)の参加率 サービス事業からの移行者数(または復帰者数)
- 4 社会参加の受け皿としての機能 介護予防ボランティア養成数、通いの場での活動率
- 5 要介護等認定率

地域住民の活躍の場、居場所づくり

~住民主体の「通いの場(集いの場)」の育成について~

「老い」という独りでできることが徐々に減り、生活圏域にお付き合いが少なくなっていくこの時期に、適切な規模の「出番」と「役割」を自分の歩いて通える範囲に獲得することは、ここ東京においても普遍的なニーズです。

通いの場育成のコンセプトを羅針盤として、モデル自治体の皆さまと共に考え、なんども「地域優先・住民主体」とつぶやきながら足元を確認して取り組んでいます。

この取組が、圧倒的に多い割合で地域に暮らす「住民さん」の「生きづらさ」を緩和できたら、 人口減少+超高齢化社会のなか、若者も、子どもも、様々な障害や困難を抱える人を遍く対象に した、「人」が「人」を支える仕組み作りのヒントになるのかも???

東京都

1

1 都道府県としての区市町村支援の仕組み

(1) 支援の仕組み

独自のアドバイザー組織

◆各モデル自治体に担当密着アドバイザーを数名配置

→ より地域の実情に応じたきめ細かな支援が可能に!

都に対するアドバイス。国主催の会議への出席及びその内容について、区市町村密着アドバイザー等へ伝達。区市町村密着アドバイザーが区市町村を支援する際の後方支援・アドバイス

<u>事業コンセプトを踏まえた戦略づくりや地域診断への関与</u>など専門職としての知見を活かした支援・アドバイス

モデル区市町が事業を行う上での事業上の相談・支援、 連絡調整等。国及び都密着アドバイザーとの調整

支援のポイント

地域に根ざした介護 予防活動の推進、モ デル自治体における 通いの場の本格育 成の支援者として地 域のリハ専門職を マッチング。

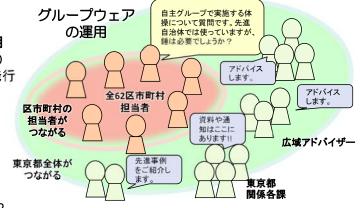
各モデル地域の実 践事例から学び、ノ ウハウを分かち合い、 関係性を構築し、即 戦力を磨くためのリ ハ連絡会を定期開 催しています。

情報共有の支援

- ◆「介護予防・日常生活支援総合事業情報共有ねっと」の活用 (平成27年9月システム稼働)
 - ・介護予防に関する好事例・有用な情報の提供、情報誌の発行
 - 都内自治体同士の情報共有の支援

人員配置の支援

◆介護予防について幅広い知識と経験を持った "介護予防機能強化支援員"の配置を支援 (区市町村への人件費等補助)



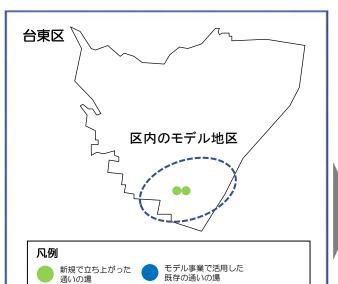
2

大まかな実施スケジュールは以下の通り、その他メールや電話での相談対応は随時行う。

	人よがな美心人グラエールは以	トの通り、その他ケールや电話での相談別心	は他はリン。
日程	国会議等	リハ連絡会 (都・モデル自治体・アドバイザー)	現地支援・現地視察
5月	●アドバイザー・都道府県担当者合同会議①(5/27)	第一回全体会議	
6月	○第1回東京都 全体会議(キックオフ会議)(6/27) 【参加者】都密着アドバイザー、区市町村密着アドバイザー、27.28年度モデル自治体、都担当者 (午前)・28年度モデル自治体キックオフ会議・事業概要、事例紹介、リハ専門職の技術的支援 (午後)・27.28年度モデル自治体合同会議・27年度参加自治体の振返り及び通いの場を充実・展開するための戦略策定 ○第一回介護予防推進会議 テーマ「介護予防ケアマネジメントと給付管理」		
7月	28年度キックオフ + 昨年度のモデル 自治体の振り返り 28モデル自治体へ の派遣療法士主体 のコアな連絡会	○第1回リハ連絡会@健康長寿(7/22) 【参加者】都密着アドバイザー、区市町村密着アドバイザー、モデル自治 体、都担当者、その他事業関係者 ・そもそも住民主体の体操とは?体操の負荷量は?都市部モデルはある のか?等の疑問について討議、年度スケジュールの共有、動機付けプレ ゼンや事業経費の検証	町田市「町トレ」 リーダー養成講座修了式 要請に応じた現地支 援と、現地視察を実施
8月	他地域の実践内容 の共有と事業コン セプトの定着化	〇第2回リハ連絡会@台東区役所(8/31) 【参加者】都密着アドバイザー、区市町村密着アドバイザー、モデル自治体、都担当者、その他事業関係者 ・住民説明時のブレゼン資料のブラッシュ、地域展開支援のボリューム化 について 台東区住民説明会	「現場を見ないとわからない、、。」を実感
9月	〇第2回東京都 全体会議(9/13) 【参加者】都密着アドバイザー、区市町村密着アドバイザー、モデル自治体、 都担当者 (内容)モデル自治体による中間発表	操応援リーダー養成講座	◆現地視察(9/30) ・町田市:「町トレ」リーダー養成講座修了式 ・台東区:いきいき百歳体操 住民説明会 □現地支援 2回 ・台東区:住民向けプレゼン資料のブラッシュ
10月	長・短のゴール目標明 確化と通いの場育成の 戦略を練り上げる。 課題抽出シートも作成		◆現地視察(10/18·10/19) ・東村山市: 地域包括ケアシステム出張説明会+ 「元気アップ体操」住民説明会 ・立川市: 体操応援リーダー養成講座「健康寿命 プラス5歳」延伸プロジェクト
11月	●アドバイザー合同会議②(11/11) ○第2回 東京都介護予防推進会議 テーマ「食べるを支える」		◆現地視察(11/14) ・多摩市:地域介護予防教室 立上げ地区
12月		〇第3回リハ連絡会@町田市役所(12/2)	◆現地視察(12/14)東村山市
1月			◆現地視察(1/11)多摩市リーダー研修
2月	●アドバイザー・都道府県担当者合同会議② ○第3回東京都介護予防推進会議(2/9) ・モデル自治体による報告会	〇第4回リハ連絡会@立川市(3/7)	
			3

東京都

2 台東区の取組



高齢者人口 45,155 人 高齢化率 25,20 % 認定率 19,64 % 第1号保険料月額 5,650 円

(H29 1 1時点)

認定率は、H28.11末時点※厚労省介護保険状況報告より計算 第1号保険料は、平成27年~29年現在

取り組みのポイント等

<工夫したことについて>

- ・都の地域リハビリテーション広域派遣アドバイザー事業を活用し、地域リハ職と協働し取り組んだ。(戦略策定~グループ支援まで)
- ・動機付け支援としてモデル地区を選定し、区民向け説明会をリ ハ職と共に実施した。

く苦労したこと>

- ・住民主体となるためのかかわり方
- ・区民向け説明会をどのように行うか

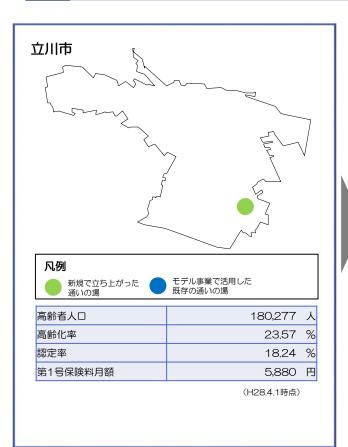
<今後の課題>

・区民向け説明会後、やる気のある区民がいても、[会場がない、一緒に動いてくれる仲間が少ない] などの理由のため、通いの場立ち上げが困難である。

<都の支援で良かったこと>

- ・区民向け説明会実施に向けて、都アドバイザーのスーパーバイズを受けられた。
- ・困った時、悩んだ時に都より情報提供してもらったり、助言をもらったことで考えるヒントとなった。
- ・モデル事業を通して、地域のリハ職との接点が持てたことで、介護予防の取組においてリハ職と連携するという視点がもてた。

2 立川市の取組



取り組みのポイント等

<取り組みの工夫>

・市と生活支援コーディネーターが連携し、通いの場を立ち上 げ支援していく仕組みを一緒に考え、構築することができた。 また、地域の住民組織とつながりのある地域福祉コーディ ネーターの協力を得たことで、通いの場のニーズを把握し、住 民グループとつながることができた。

・体操ツールは、市内のリハビリ専門職の協力を得て作成した。 さらに、養成した住民リーダーからの意見も取り入れ、

体操ツールを完成させた。住民 リーダーが自分達の体操という意 識を持つようになった。

・DVDの作成は、庁内の協力・連携 制度をうまく活用した。庁内のアド バイザー制度を利用し、市民アドバ



イザーから事業の効果的なPR方法について一緒に検討し、 助言をもらうことができた。また、庁内の若手職員によるプロ ジェクトチームを立ち上げ、DVD作成の技術的な助言等を 得ることができた。

・モデル地区での通いの場の立ち上げは、当初から公的な 施設は利用率が高く困難だったが、住民の自宅での実施を モデルとして試みることができた。

東京都

立川市の取組

取り組みのポイント等

<苦労した点>

- 市全体で、「ラジオ体操」を中心に取り組むことになって いるが、さらに高齢者向けの体操をどうするか、庁内や関 係機関との調整に手間取った。
- 健康体操DVDやCDは、撮影・編集・ナレーション等、全て

自前で作成することに なり、完成までに多く の時間や労力を要した。

• 多くの住民リーダーが 多忙のため、通いの場 のサポートにつながら ず、コーディネートに 苦慮した。



<今後の課題>

- ・地域包括支援センターごとに、住民主体の通いの場の支 援への関心や、国のコンセプトの理解に差があった。 地域包括支援センターとは引き続き、地域づくりについて の考え方を共有し、役割分担や連携を構築したい。
- ・体操ツールについては、負荷の程度など意見が出ている。 継続支援を進めながら、体操ツールのバージョンアップや 追加を検討する。

取り組みのポイント等

・住民リーダーが有機的に 活動につながるよう、養成 講座の募集について、工夫 が必要である。(一般募集 とともに、通いの場を希望 する団体からもメンバーを 募る等)

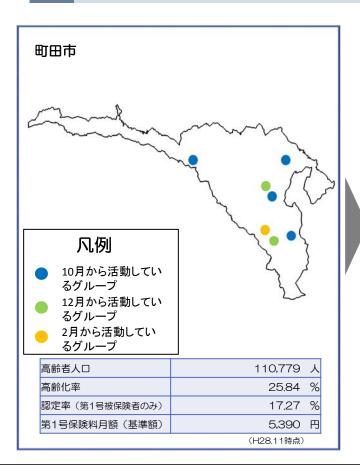


・住民リーダーの連絡会の自主運営化。

<都の取り組みで良かった点>

- ・その都度、困った時に相談に応じて助言をいただくことが できた。(住民リーダー養成講座の際、他自治体の取り組 みの情報提供や現地支援で直接助言をいただいたこと
- ・適宜、都から送られてくるメールで、先行自治体の取り組 みや参考資料の情報提供は、とても参考になった。
- ・都内区市町村における、グループウェア「情報共有ねっと」 にも迅速に資料を挙げていただき、活用することができた。

町田市の取組



取り組みのポイント等

【取り組みの工夫】

①関係者とのつながりを意識

市職員が作る事業ではなく、リハ職・健康運動指導士・高齢者支援 センター(地域包括支援センター)等関わるすべての関係者で作る 事業、として取り組みを進めた。

②住民に選択権がある事業

先行事例自治体などの話を参考に、住民が決める・選ぶ事業という 点を意識的に作り上げた。行政はあくまでも黒子、だけど消えない 存在であるという信頼感を持ってもらえる様に努めた。

【苦労した点】

・オリジナルトレーニングにした為の、膨大な準備作業 トレーニングメニューの検討から、DVD・パンフレット・教材までオリ ジナルだからこその準備が多かった。

【今後の課題】

協力リハ職の確保

市内全域で広げていくために、現在病院・施設と調整中。

【都の支援の良かった点】

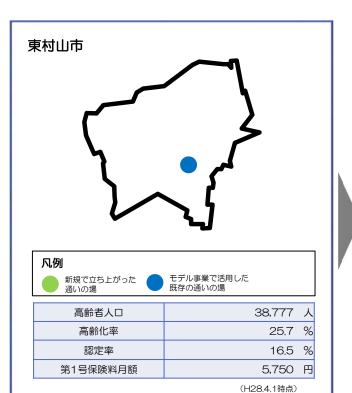
①アドバイザー・都職員の方のバックアップ ベースは市内関係者との調整で作り上げ たが、その裏で細かな相談などにきめ細か くご対応いただき、いつでも相談できる関係 性があり非常に良かった。 ②区市町村密着アドバイザーの設置



他モデル地域のリハ職の方とつながる場であり、情報交換機能 として有益であったと考える。

東京都

東村山市の取組

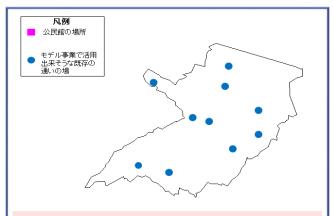


取り組みのポイント等

自主的・自律的な拡大を図るための支援を構築

- ① 新たな担い手の発掘を図るため、新たなチャンネルへの アプローチ
- ② 支援策の「パッケージ化」「見える化」により、参加のハー ドルを下げる
- ③ 体操体験会だけでなく、「介護保険料」を切り口に、介護予 防への意識を高める。





取組内容

- ・平成28年4月から開始している住民主体の活動「地 域介護予防教室」の評価(効果)を見える化する
- 今後さらに広めていく仕組みを検討する

高齢者人口	40,110人(H29.1.1現在)
高齢化率	27.0% (H29.1.1現在)
認定率	13.0% (H28.8.1現在)
第1号保険料月額	4,550円(平成27年度~29年度)

取り組みのポイント等

◆地域介護予防教室のコンセプト

- ・介護予防リーダーを中核として、地域の方とともに、住民自身の積極的な 参加と運営による自立的活動
- ・虚弱な高齢者も気軽に通える通いの場(コミュニティセンターや集会所な
- ・元気高齢者のみならず、閉じこもりがちの高齢者や虚弱高齢者等、要支 援の方などにも参加してもらえるものにする
- ・週1回以上の元気アップ体操や認知症予防のための活動等 (元気アップ体操は、介護予防リーダーと共に開発、DVD作成)
- ・H28年4月から各コミュニティエリア10箇所で開催
- ・通所型短期集中予防サービスと連動する仕組み
- ・評価指標として、対象者に対する評価と事業の評価を行う 対象者に対する評価指標:①体力測定値の改善、②主観的健康感 の変化、③地域の活動への繋がり(フォーマルサービスからイン フォーマルサービスへの移行)

事業に対する評価指標:基本チェックリストから外れた値、計画値 との比較 等

◆工夫点(市のサポートなど)

- ・介護予防機能強化支援員(リハビリテーション専門職)による体操の技術 的指導、体力測定の補助
- ・通所Cリハビリテーション専門職による月1回の出張講座
- ・介護予防リーダー定例会での「わが教室自慢!」でリーダーの情報交換と モチベーションアップを図る
- 補助金の交付
- ・市職員や地域包括支援センター職員の巡回
- 評価については市内の大学や都アドバイザーから助言を得る

果京都

国モデル市町村(H26~28)における事業の進捗状況 ※平成29年2月時点

① 国モデル市町村(H26~28)における"<u>週に1回以上</u>、体操を行う住民主体の通いの場"*1の<u>拠点数と参加者数</u>*2の推移 $(H26 \sim 28)$ ᇬᅮᆕᇿᇰᄽᄼ

(1120 20)		27モナル目治体			28モナル目治体					
	都計	世田谷区	北区	国分寺市	日の出町	台東区	立川市	町田市	東村山市	多摩市
H26	不参加									
H27	68箇所 1,361人	41箇所 988人	12箇所 123人	4箇所 87人	11箇所 163人					
H28	210箇所 3,785人	63箇所 1,061人	24箇所 208人	13箇所 185人	17箇所 248人	22箇所 383人	30箇所 500 人	22箇所 475人	0箇所 0人	19箇所 725人
目標 値	H37: 2,431箇所	H37: 600箇所	H37: 271箇所	H37: 45箇所	30箇所 600人	H37: 190箇所	H37: 220箇所	H37: 195箇所	H37: 150箇所	H37: 160箇所
参考 值※	2,330箇所	718箇所	351箇所	105箇所	26箇所	183箇所	181箇所	442箇所	164箇所	160箇所

※1:定期的に週に1回以上、体操を行っている通いの場をカウントしてください。ただし農繁期や降雪期など、住民の判断によりやむを得ず月に1、2回休む場合 なども含めてカウントしてください。その際は※などで注記して、コメント(その条件の内容)を入れてください。

→定期的に週に1回以上体操を行っていない(月に1~3回が通常)ものは含めないでください。

※2:人数は延べ人数ではなく、1箇所1回あたりの平均参加者数(または名簿登録者数など)を積み上げてください。

※3: 高齢者人口×10%÷25人(1箇所あたりの平均人数<仮>)で算出してください。

② 国モデル市町村以外で、"<u>週に1回以上</u>、体操を行う住民主体の通いの場"がある市町村数

10 市町村

③ 上記(①、②)以外の市町村数

43

市町村

(1)住民への啓発(プレゼン・広報等)

台東区(H28モデル)

1. リハ職とのプレゼン(区民向け説明会) …お互いの専門性を活かすことができた。

2. 都アドバイザーによるプレゼンのスーパーバイズ

・・・・区民のやる気を引き出す効果的な プレゼンのノウハウを学び、自信をもって プレゼンができた。

3. 関係機関や地区組織への事業説明やPR

・・・町会組織が活発な当区にとっては、それら地区組織への丁寧な根回しが重要。説明会の参加者増やその後のグループ立ち上げにつながった。

4. 区内でのモデル地区選定

・・・全地域への働きかけではなく、モデル地区を選定し丁寧なかかわりをおこなったこと。成功事例が上がりそうな地域住民の協力が得られやすい地域に焦点を絞り、地区診断を行ったり、包括への情報収集を経て地域を選定した。



立川市 (H28モデル)

◆関係機関への普及

住民説明の前に、地域包括支援センター等の関係機関へ 事業紹介のため、今までに養成した住民リーダーと一緒に事 業説明にまわり、事業内容の理解を深めてもらうよう努めた。

◆関係者との連携

生活支援コーディネーターが既存の文化系サロン(体操を主目的にしていない)に呼びかけ、事業を紹介する機会を得た。住民リーダーと一緒に回ったことにより、事業に興味を示すきっかけ作りができた。また、地域の自治会とつながりのある地域福祉コーディネーターと連携し、通いの場など社会資源が少ない地域を把握、効果的なアプローチを可能とした。

◆住民リーダーによる普及

住民リーダーが、地元のネットーワークの中で、事業を口コミで紹介したことにより、出前講座としてプレゼンする機会を設けることができた。

東村山市(H28年モデル)

- ◆「100の言葉よりも一つの動画」と考え、実際に定期的 に体操を実施している自主グループの活動の様子、
- 参加者の実感、そして立 ち上げを担ったメンバーの 感想をVTRにまとめた。
- ◆地域包括支援センター 圏域で実施した、体操体 験会にて当該VTRを映し、 体験から参加への機運を 高めた。
- ◆また、市内全13町で実施した出張説明会においても、介護予防事業の取り組みとしてVTRを放映した。



東京都

4 国モデル市町村(H26~28)の取組のポイント

(1) 住民への啓発(プレゼン・広報等)

町田市 (H28モデル)

【プレゼン】

支援センター経由で興味のありそうなグループ・個人の方たちに、高知市の取組みや認定に至る経緯、町田市の現状など客観的事実を提示しながら、町トレの魅力を紹介した。

~ヒト~ 市職員

【広報】

~ヒト~ 係内の職員全員で分担し、イベントなどに参加。 ~モノ~ 町トレDVD・町トレ読本(教材・約50ページ)作成。広 報紙などのほか、市の広報番組「まちテレ」で取り上げてもらう。 町トレTシャツを作り、部課長・リハ職も含めて、着用し浸透を 図った。

~費用~

DVDも費用を抑えるため、出演・ナレーションともに市職員やリハ職・健康運動指導士で作成。 **町トレ 読本**





多摩市(H28モデル)

- ①H25より東京都健康長寿医療センターに委託し介護予防リーダー養成講座開始(H28年度現在69名)
- ②養成講座を修了した介護予防リーダーから「何か活動をしたい、介護予防リーダーの共通のツールが欲しい」と望む声があがった
- ③H27年度、介護予防リーダーと「体操開発」と共に「虚弱な方も参加できる通いの場」について意見交換を実施 →高知いきいき100歳体操参加者の動画を見て、『こういう変化を起こす体操をまとめて、教室を開催してみないか』と投げかけ

多摩市は、介護予防に関する知識をきちんと持った意識の高い住民を養成し、地域の核になって活動するよう働きかけ!

広報、HP等での啓発は勿論だが、ロコミが一番の効果!



(2) 立ち上げ支援

台東区(H28モデル)

- 1. 区民の力を信じて、待つ姿勢でいた。
 - ・・・・住民主体となるためには、区民自ら、会場確保などグループ立ち上げのために動くのを待った。
- 2. 町会向けミニ説明会を行った。
- ・・・・立ち上げのために動き始めたグループへの支援として、町会向けミニ説明会を行った。その結果、区民自らの働きかけもあり、グループ参加者を募ることができた。 また町会長など支援者の理解を得ることもできた。
- 3. おもりを購入し、体操DVDと一緒に貸与した。
- 4. 体操を指導するリハ職の確保・派遣を行った。

立川市(H28モデル)

◆体操のDVDやCDを貸与するための予算の確保

参加者同士で体操ができるよう、DVDやCDを作成し、事業を利用する団体には、立ち上げ支援として無料配布する。

◆住民リーダーの動機づけ支援~立ち上げ支援での派遣

市が住民グループに事業をプレゼンする時から、住民リーダーに 同席してもらい、団体が通いの場の活動を始める際には、その住民 リーダーを派遣し、立ち上げがスムーズになるよう支援する。

◆していることや興味の確認シートの活用

国が例示している介護予防手帳の一部「していることや興味の確認」を使用し、参加者のQOLの評価や目標設定に活用する他、参加者の興味がある事項は、必要な時に情報提供し、グループ活動が活性化するよう考えている。



町会向けミニ説明会



東村山市 (H28年モデル)

- ◆立ち上げのハードルを下げるために、決まりきった体操を勧めるのではなく、体操を集いの場形成のツールの一つとした。⇒やりたいことを実現するための**ヒアリングシートと提案シート**を準備。
- ◆体操テキストと指導者用DVDの作成。また集いの場づくりのマニュアルを準備した。
- ◆市内各地域で説明会を開催し、体操の効果を伝える。
- ◆また、市内5カ所で体操体験会を実施した。





東京都

4 国モデル市町村(H26~28)の取組のポイント

(2) 立ち上げ支援

町田市 (H28モデル)

モデル事業では、「リーダー養成講座(複数グループの代表各2-3名に対し、まとめて講座を実施・全4回(8時間))」と「スタート応援講座(各グループに訪問し講座を実施・全3回(6時間))」の2つの方法を実施。それぞれ一長一短あり、来年度に向けては特徴に合わせて実施していく予定。

~ ۲ -

理学療法士・健康運動指導士・市職員・支援センター職員 ~モノ~

各講座修了のグループには、DVD1枚と町トレ読本を参加 者人数分配布し、自主的に継続しやすいように支援。

トレーニングの基礎・安全についてなどグループ活動の一助になるような講義だけでなく、再度地域づくり・仲間と元気に、という想いの共有を意識的に行うようにした。



多摩市 (H28モデル)

④介護予防リーダーと市職員、介護予防機能強化支援員(リハ職)で、体操をまとめリーダーが「元気アップ体操」と名付ける

⑤<u>介護予防リーダー用</u>のテキストとDVD、参加者用パンフレットを作成

⑥体操をまとめている時点で開催する所にDVDやTVなどがないところも想定され

たため、介護予防リーダーが覚えられるよう体操のポイントなどを技術指導(介護予防機能強化支援員市職員による)



- ⑦養成講座終了後は、個々バラバラに活動することが多かった介護予防リーダーを、居住(活動)エリアの近い方同志の顔つなぎを行い、共に活動が行えるようグルーピング
- ⑧場所の確保が難しいエリアは相談にのり市からも働きかけ、会場費等の活動費として月10,000円を補助することとする
- ⑨専門職等の人的支援体制の整備

(3) 継続支援

台東区(H28モデル)

- 1. グループの参加者に通いの場の効果を実感してもらう機会のひとつとして、定期的に体力測定を行っている。
- 2. リハ職または区職員が、時々さりげなく訪問して、見守り支援をしている。訪問の際は、なるべくグループ内で解決できるように、悩み事などの相談を受けている。
- 3. 体操以外にやりたいことを、自由に活動できるよう助言している。

自分たちで考えたゲームをしたり、差し入れ をみなで分けて食べるなど、楽しみながら活動 している。グループ立ち上げ後も、メンバーは 増えている。



立川市(H28モデル)

◆継続的なグループへの支援

グループ立ち上げ後、1年目は3か月ごとに保健師等の専門職が訪問して、体力測定や技術支援、健康教育等の支援を行う予定である。2年目以降は、6か月ごとの支援を検討している。

◆モチベーションを維持するための工夫

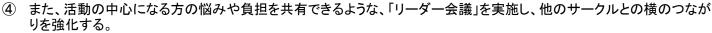
体操のバージョンアップのほか、数年後は、グループ同 士の交流会や大会等のイベントを検討している。

◆リーダー連絡会の開催

体操応援リーダーに連絡会を呼びかけ、リーダー同士の 交流や勉強会を実施することにより、リーダーの意識を高 め、質の向上がはかれるように支援する。

東村山市 (H28年モデル)

- ◆現在、新規立ち上げ件数はO件
- ◆そのため継続支援に着手していない
- ◆継続支援の予定は次のとおり
- ① 特定のサークルに対して一定の期間ごと(6か月や12か月)に支援することが望ましい。
- ② しかしながら、活動サークルが増加することで、投入する人的資源に限界が生じることが予期される。
- ③ よって、毎年2回程度、活動に参加している全てのサークルが一同に会する場を用意する。



⑤ 加えて、市報や広報誌にて活動団体を紹介し、モチベーションの維持、社会的承認を意識した支援を行う。



東京都

4 国モデル市町村(H26~28)の取組のポイント

(3) 継続支援

町田市 (H28モデル)

【活動1年目】

初回・3か月目・6か月目・12か月目に体力測定を実施し、市職員や理学療法士(スタート養成講座から立ち上がったグループの初回は除く)が訪問し活動の活性化を図る。

~ヒト~

高齢者支援センター職員・理学療法士・市職員・町トレ測定員* *市で養成している介護予防サポーター(ボランティア)の中から、体力 測定を一緒に行っていただく測定員を選出し依頼。

~モノ~ 体力測定機器

【活動2年目~】(今年度未実施)

年に1回程度、各地域で活動する町トレグループを集め、情報交換会やグループ発表会などで地域全体で継続支援を行う。

あくまでも支援者は黒子、という意識で、住民に求められる 事に対し精いっぱい向き合うという姿勢で行った。



多摩市 (H28モデル)

- ◆通所Cリハ職の月1支援(介護予防についてのミニ講座、教室運営への助言等)による介護予防リーダーの後方支援
- ◆市·介護予防機能強化支援員の訪問による体操等の 技術支援やグループ活動における相談などの支援
- ◆通所Cリハ職・地域包括支援センター・市・介護予防機能強化支援員による体力測定補助(概ね5月.12月開催) →結果から会場ごとの特徴や注意の必要なポイントをまとめ、介護予防リーダーに情報提供
- ◆2か月に1回のリーダー定例会での情報共有や意見 交換会
- ◆8月に2教室のみ体力測定を行い、数値的な変化、アンケートの集計結果などをリーダー定例会で報告(変化を見える化・実感を数値化し共有)
- ◆現在足りていない地域への**展開の相談対応** →拡大・展開に関しては補助金や支援も含めて、現在検 討中(社協との協力なども検討)

5 国モデル市町村(H26~28)における通いの場から総合事業や生活支援に展開した事例

台東区(H28モデル)

・欠席者への声かけや一人暮らしで認知機能が低下 したメンバーを誘って会場へ来るなど、参加者同士の 声の掛け合いができている。

町田市 (H28モデル)

※平成29年4月から、介護予防・日常生活支援総合 事業を開始するため、現時点では、それらのサービス の準備やモデル事業での実績となる。

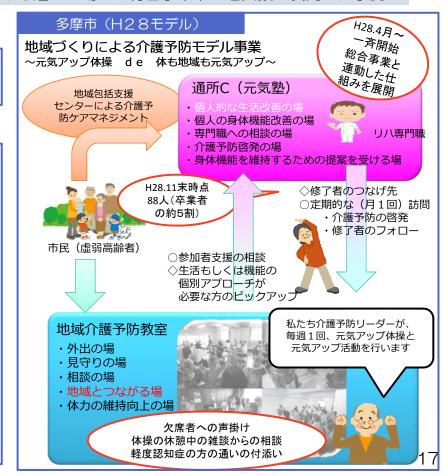
【通いの場→総合事業(サービスB)】

モデル地区のグループが、地域活動団体型サービス (サービスB)事業としての活動を検討中。

【総合事業(サービスC)→通いの場】

サービスCを想定したモデル事業修了者が、地域で始まった町トレのグループへ合流し、週1回の運動習慣を継続している。

(町田市では、当初町トレを作成する際の目標に、 サービスC修了者の通いの場として検討を進めていた。 サービスの中でも、町トレを取り入れ、3か月終了後も スムーズに地域での活動に入れるように工夫を行って いる。)



東京都

6 平成29年度以降における都道府県としての市町村支援の仕組み

(1)3年間の本事業を通じての市町村支援及び都道府県内で展開するための課題

現状

区市町村の実態として、地域づくりによる介護予防推進支援事業の通いの場育成のコンセプトに合致した取り組みを行っているのは 15区市町/62区市町村(うち、国モデル事業参加自治体9区市町)に留まるなど、総合事業への移行や移行後の事業展開の動きは鈍くなっている。※H28年3月調査時点

課題

◆先行事例活用の限界

先進自治体の活動のエッセンスやノウハウは手引き等で参考にすることができるが、地域の実情(ヒト・モノ・金)が異なる以上、自治体ごとの創意工夫とそれに合わせた支援が不可欠である。

◆地域住民に届く事業の確立

住民ニーズを適切に把握し、住民の心に響き、やる気や主体性を引き出すような動機付けとなるプレゼン資料の作成はもちろん、事業説明会への集客チラシの内容から、説明会当日の「お隣さんワーク」や体操の実演、質疑応答など、企画を含めた、きめの細かい事業戦略を立て、実践のなかで磨いていく必要がある。

◆専門職の継続的な関与

住民主体の活動にとって金銭的な支援は必ずしも必要ではなく、地域で継続的に関わってくれる専門家からのちょっとした助言や技術的なサポート、活動場所の提供や情報提供などが重要であるが、リハ人材等の専門職不足や質の担保とともに、送り手となる医療機関・介護施設の理解が不可欠である。

◆関係者の規範的統合

どのような予防活動が必要か?どのような地域であって欲しいのか?といった合意形成をするために、様々な背景を持つ人たちが、互いに自分の考えを自己開示し、共に実現したいことを見つけ出すような「想いを共有する場」が必要

⇒ 地域支援のプレイヤーを交通整理し、住民やプレイヤーの「やらされ感」を削ぎ、共通の目標を描き、協働関係を つくるというプロセスは事業実施上の様々な場面で必要になる。

- 6 平成29年度以降における都道府県としての市町村支援の仕組み
- (2) 都道府県における通いの場の位置づけ・展開方針(総合事業や生活支援、地域ケア会議との連携)

これまでの課題

平成27年度~28年度

- ①新しい総合事業への円滑な移行支援
- ②住民主体の運営による介護予防活動や、通いの場の立ち上げ支援
- ③介護予防事業の機能強化に向けたリハビリテーション専門職の育成・派遣

これからの課題

平成29年度~

- ①「活動」、「参加」を導くバランスの良いアプローチを可能 とする介護予防事業の展開
- ②地域づくりにつながる住民運営による予防事業を展開するノウハウや専門的知見の付与
- ③リハ職等と連携して介護予防や生活支援サービスの拠点となる住民運営の通いの場の本格的な育成(高齢者の1割が参加)

都の区市町村支援策

- 地域包括支援センター機能強化支援事業 (うち、介護予防による物域づくり推進員配置事業) (※29予算額 294,800千円)
- ▼ 区市町村による地域包括支援センターの効果的・効率的な運営を確保し、地域包括支援センター全体の機能強化を図るとともに、住民主体の通いの場を育成するなど地域づくりにつながる介護予防活動を推進する地域づくり推進員の配置、地域の実情に応じた包括的・総合的な相談支援体制を拡充するために職員の増配置等を行う区市町村に対して補助を行う。
- 東京都介護予防推進支援事業

(29予算額 152,079千円)

- 東京都介護予防推進支援センターを 設置し、介護予防に取り組む人材の育成等やリハビリテーション専門職等の派遣など、地域づくりにつながる介護 予防に取り組む区市町村を支援することで、要介護認定に至らない高齢者の増加及び重症化予防を推進する。また、区市町村担当者を対象に介護予防や生活支援に係る情報共有を図るための情報システムを運用する。
- 介護予防における地域リハビリテーション促進事業

(29予算額 50,917千円)

地域においてリハビリテーションの専門職等を活かした効果的な介護予防を推進し、要支援者等の自立支援に資する取組の強化を図るため、都の指定病院にアドバイザーを設置して区市町村を支援するとともに、地域のリハビリテーション専門職を幅広く対象にした研修を実施するなど、高齢者の生活期リハビリテーションを支える人材を養成する。

展開方針

介護予

防

生活支援サー

Ľ

総合事業の推進に必要な4つの取組を"つなぐ"視点で支援を展開

新しい介護予防・日常生活支援総合事業

連動

サービスの「流れ」をつくる

※各事業は地域に応じてカスタマイズする、 すべてを作ることが目的ではない。 現行相当 機能安定・短時間 レスパイト目的 サービスA 機能回復が 基準緩和型 望めかい 身体安定 地域参加目的 機能低下が 認められる サービスC サービスB 短期集中 住民主体

ー ④地域づくりによる介護予防推進

機能回復が

見込める

改善後の

受け皿

・住民が主体的に運営する介護予防活動を通して住民同 士の交流を促進、その支援体制の構築

機能低下が進

行する

・容易に歩いて通える「通いの場」を本格的に育成、居場所や出番作りから生活支援を視野に

①介護予防ケアマネジメント

- ・本人の「したい」を大切に
- ・運用基準・窓口体制づくり等

自立支援の強化

②自立支援型地域ケア会議

- ・多職種でケアマネジメントを強化
- ・地域づくりとセットで考える

目<mark>的に応</mark>じた 連携

③生活支援体制整備

- ・インフォーマルの限界をフォーマルで補
- う視点、自発的な参加の促進



地域包括ケアを支える介護 予防・生活支援の充実、 「互助」を基本とした支え 合いの地域づくり(社会基 盤の整備)

予般 防介護 活動長期化

から発展

区市町村支援のポイント ※現時点で想定される支援内容として記載

1 規範的統合

- ・ 庁内のデータに基づく現状認識と目標設定
- ・ 地域包括支援センターなど, 地域の関連機関のデータに基づく現状認識 と目標共有

2 能力の付与

- ・ 地域づくりによる介護予防を進めるノウハウの提供
- ・ 地域づくりによる介護予防に関わる関連職種の連携
- ・ 先行自治体の関連職種による立ち上げ支援
- ・ 住民のやるを引き出すプレゼンテーションの作成支援
- ・プロセス評価支援

3 調停

- ・ リハ専門職などの教育と派遣調整
- ・ 通いの場を運営する高齢者等の連携支援
- 相談受付
- ・ 地域のプレーヤー間の調整 など

(その他)

- 本事業の評価支援
- 情報交換の場の提供

21

(3) 具体的な市町村支援の仕組み・内容 例) 予算や実施予定内容等

東京都介護予防推進支援センター設置事業について

- <u>住民主体の介護予防活動が、</u>人と人、社会とのつながりを深め、自分らしく住み慣れた地域で暮らし続けることのできる地域づくりの基盤となる。
- 区市町村や地域包括支援センター職員は、住民が自ら考え、地域ぐるみで健康づくりや介護予防に取り組むよう働きかけるとともに、介護予防活動を効果的かつ継続的に実施できるよう、支援を行っていく必要がある。
- しかし、区市町村は新しい総合事業への移行に向けた体制整備等に追われ、介護予防活動に不可欠な専門的な知見 やノウハウの蓄積が十分とは言えない。地域の実情や取組段階に応じた専門的・技術的な支援を<mark>総合的かつ継続的に</mark> 区市町村に提供することで、介護予防活動の普及に向けた取組を加速化させる。

東京都介護予防推進支援センター

組織と業務内容





センターの組織 能経験者、医師、歯科医

学識経験者、医師、歯科医師、看護師、PT・OT・ST、CSW、事務職員等で構成

1 人材育成

- 区市町村・地域包括支援センター職員(介護予防による地域づくり推進員)、地域のリハ専門職等に対するセミナー等の実施
- 地域の介護予防リーダー、リーダー会の組織化、開催、交流支援

・セルフマネジメントの重要性や健康に必要な食事の摂取などの知識の付与

- 付与 ・ 科学的根拠に基づく体操をツールとした通いの場づくりの支援
- ・ 通いの場を通じた交流や仲間づくり、高齢者の社会参加や生きがい創 出のための支援
- ・リハビリテーション専門職等を活用した効果的・効率的な介護予防活動の支援

総合的・ 継続的支援

区市町村・地域包括支援 センター(地域づくり推 進員など)

事業連携

予防活動の担い手 (既存事業者・インフォーマル組 織等)

2 派遣調整

- 区市町村が行う、リハビリテーション専門職を活用した介護予防事業への派遣調整
- 地域の自主グループ活動へのリハビリテーション専門職の紹介

3 相談支援

○ 地域で介護予防に取り組む職員、専門職等から相談を電話やメール等で受け、蓄積されたノウハウをもとに助言。また、内容等に応じて現地に 赴き、課題解決を支援

4 事業評価・効果検証

- 効果的な予防事業等の事業評価
-) 地域づくりによる予防事業の効果検証

介護予防による地域づくり推進員の配置事業について(平成31年度まで)

取組の方向性

人と人とのつながりを通じ、参加者や通いの場が継続的に拡大 していくような地域づくりを推進



~平成28年度

- ○新しい総合事業への円滑な移行支援
- ○住民主体の運営による介護予防活動や、通いの場の立ち上げ支援

地域包括支援センター等における 介護予防機能強化推進事業(28予 算:315,731千円)

地域づくりによる介護予防推進支 援事業〔国事業、一部都単〕 (28 予算:1,380千円)

平成29年度~

○住民主体の地域づくりにつながる介護予防活動を推進

介護予防による地域づくり推進員の配置(29予算: 294,800千円)

- 介護予防機能強化支援員は、総合事業への移行支援を目的としていたため廃止
- 地域づくりによる介護予防推進支援事業(国事業)は廃止

補助内容

目的・内容

住民主体の通いの場を育成するなど地域づくりにつながる介護予防活動を推進し、リ ハ専門職等の地域の多職種・他機関との連携を強化する職員を配置する区市町村に対し て補助を行う。

2 補助概要

【実施主体】区市町村(地域包括支援センターへ委託可)

【補助内容及び基準額】「介護予防による地域づくり推進員」の配置経費を基本と 事業実施に必要な経費を対象とする(備品購入費除く)。 【人員配置】

(1)原則として主任ケアマネ、社会福祉士、保健師、リハビリテーション専門職等 (2)常勤又は非常勤の専従職員、専任職員でも可

(3)地域包括支援センター等に配置

介護予防による地域づくり推進員の配置事業 補助金交付基準

1 区分	2 補助基準額		3 補助対象経費	4 補助率	
介護予防による	65歳以上 高齢者人口 1万人以上	1人当たり5,500千円 (区市町村あたり最大2人まで)	事業実施に必要な報酬、給料、職員手当等、賃金、共済費、報償費、旅費、需用	10/10	
地域づくり推進員	同 1万人未満	1人当たり5,500千円 (区市町村あたり最大1人まで)	背員、報負員、派員、而用 費、役務費、委託料、使用 料及賃借料、負担金	10/10	

東京都介護予防推進支援センタ (地域のリ八専門職等を派遣調整)

地域づくり推進員向けの研修、定期的な連絡会の開催などの 支援を実施

区市町村・地域包括 C (地域づくり推進員を配置)



地域づくりにつな がる介護予防活動 により、通いの場 を育成・支援

友人・隣人とのお互いさまの助け 合いの輪を広げる

1 介護予防の体制整備

地域包括C等向け研修、ボランティア養 成講座・体力測定・通いの場の普及PR、 立上げ後フォロー体制の検討

2 住民・グループ支援

対象者・グループの評価、体操の意味づ け、動機付け、通いの場の評価、 防止策 (健康教育等) 検討

事業連携



高齢者でも容易に歩いて通える範囲で、住み 慣れた地域のなじみの関係を保ちながら、自立 支援に資する予防活動へ参加





23

住民主体の「通いの場」

介護予防における地域リハビリテーション促進事業について(平成29年度まで)

(1)地域リハビリテーション推進広域派遣アドバイザーの設置

(目的)

リハビリテーション専門職等を活用した地域における介護予防の取組を推進するため、地域リハビリテーション支 援センター等に広域派遣アドバイザーを設置し専門的な支援を行うとともに、区市町村や関係機関等と生活期の 在宅高齢者を支える地域リハビリテーションのネットワーク充実を図り、要支援高齢者等の心身機能の改善に留ま らない、自立支援に資する取組の強化を図ることを目的とする。

(主な事業内容)

①広域派遣アドバイザーの設置 区市町村がリハ職を活用した介護予 防事業等を検討する際に、専門職の 助言が得られるよう、医療機関、理学 療法士協会·作業療法士会·言語聴 覚士会などと連携してアドバイザーを 設置

②圏域連絡会の開催 関係機関による地域リハビリテーショ ンのネットワーク構築を支援

③普及啓発 地域のリハ専門職、一般都民を対象 にした普及啓発

(広域派遣アドバイザ-地域リハビリテーション支援センター リハビリテーション専門職団体

都が指定する12医療圏12指定病院(地域リハビリテーショ ン支援センターなどを想定)等ヘアドバイザーを設置、POS 各職能団体とも連携して支援を行う。

(区市町村) 地域リハビリテーション活動支援事業等 ※既存のリハビリテーション専門職を活用した 介護予防事業含む

区市町村は、地域の基幹的なリハビリテーション提供機関のリハビ -ション専門職との連携強化を図り、介護予防事業の機能強 化を図る。

訪問



アドバイザーによる 技術的助言・職員派遣等の支援

地域ケア会議等 住民運営の

(地域リハ専門人材育成研修)

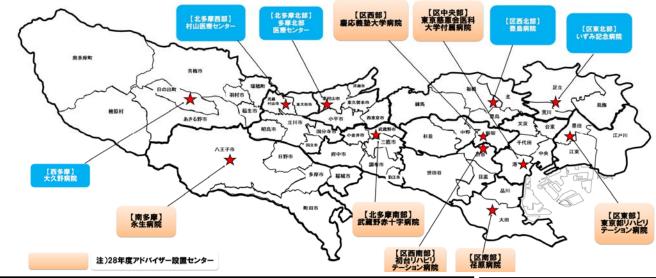
生活期の高齢者を支える質の高いリハビリテーションを提供する人材の養成を図る。

通所

介護予防における地域リハビリテーション促進事業 〔東京都事業〕

地域リハビリテーション推進広域派遣アドバイザーの設置状況

(平成28年度末時点で7医療圏で実施、平成29年度は12医療圏に拡大予定)



圏域 実施医療機関 担当部署 圏域 実施医療機関 医療福祉連携室 区中央部 東京慈恵会医科大学 リハビリテーショ 03-3433-1111 附属病院
ン科 医局 区東部 東京都リハビリテーション 病院 地域リハビリテー 03-3616-8622 ション科 ^{−□・域リハビリ} テーション支援 8000(内1619) センター事務局 地域リハビリ 地域リハビリテー 地域リハビリテー ション支援事業推 (直) 区南部 荏原病院 南多摩 永生病院 准室 区西南部 初台リハビリテーション 地域リハ支援セ03-5365-8500 0422-32-3111 北多摩 総務課 武蔵野赤十字病院 南部 内線6835 ンター事務局 区西部 慶応義塾大学病院 総務課 03-5363-3611

リハビリテーション専門職3団体 協働窓口 東京都理学療法士協会内 リハ3団体係 03-3370-9035

tpta@eagle.ocn.ne.jp

地域リハビリテーション活動の推進に関わる東京都の関連 団体として東京都理学療法士協会・東京都作業療法士 会・東京都言語聴覚士会の協働窓口を設置しています。

東京都の設置する広域派遣アドバイザーと同様に、地域リ ハビリテーションに関する技術的助言、支援等についてのご 連絡等にご活用いただけます。

<u>介護予防における地域リハビリテーション促進事業について(平成29年度まで)</u>

②地域リハビリテーション専門人材育成研修

(目的)

リハビリテーションの理念を踏まえて「心身機能」「活動」「参加」のそれぞれの要素にバランスよく働きかける介護予防事業を推進 するために、リハビリテーションの専門職等を対象とした研修を実施。

研	修実施体制	地域リハビリ	テーション専門人材育成研修
	研修日程	〔初任者研修〕 <mark>原則として勤続2年以上</mark> 2日間×6時間 募集定員約100名	〔現任研修〕 <mark>原則として勤続5年以上</mark> 2日間×6時間 募集定員約50名
	対象及び 募集方法	PT・OT・ST各職能団体、地域リハビリテーション支援セリハビリテーション専門職の推薦を受け、都が受講決定※受講者の能力、経験、意欲を最優先とする。 ※各圏	センター、区市町村介護予防担当部署から地域の第一線で活躍している 圏域で修了者の偏在が出ないように努める。
研修修了者の活用		東京都 接援相談 独では専門職確保が困難な区市町村	アT・OT・ST 都士会 連携 連携 下遺依頼 窓口 地域リハ支援 センター (協力医療機関等) 療法士の派遣
		都内 62区市町村	

区市町村において地域リハビリテーション活動支援事業など、リハビリテーション専門職を活用した自立支援に資する介護予防の取組を推進する際に、単独では専門職の確保が困難な区市町村を支援する。

- 6 平成29年度以降における都道府県としての市町村支援の仕組み
- (4) 都道府県としての通いの場の評価指標とその定義(内容)

評価指標(案)

- ・週1回効果的な体操を含む住民主体の通いの場の設置状況
- ・通いの場における後期高齢者の参加率
- ・地域の運動器等のリスク者数の推移など

内容(評価の視点)

- ①区市町村の介護予防担当者が長期間・継続的に十分な事業予算・職員体制を確保できるように、首長や財政当局にも説明できる強度と明快さを持った指標とする。
- (例) 「参加者にこれだけ効果があり、認定率も医療・介護の費用額も下がっています!」と胸をはって言える。
- ②新しく打ち出した行政施策が、地域にどのような社会的インパクトをもたらしたのか、 実態調査等に基づいた共通点をデータベース化、各自治体の目標設定・進捗状況把握の 支援を可能とする。
- ③上記の評価指標や個人レベル(主観的健康観、孤独感)、地域レベル(互酬性、私的社会統制、新規要介護認定発生者数)のデータ等と②で構築するデータベースを検証し、効果的な予防事業等の評価や次の行動計画の参考となるプロセス指標を確立する。 27

住民のやりたい! を引き出すために ~2年目の取組み~



市町村担当者に寄り添い共に考えるという方針のもと、モデル市町村での住民運営の通いの場の立ち上げと継続・拡大、県内全域への普及を目指して昨年度からの取り組みで得た情報をできるだけお伝えし、やりたい!と思ってもらえるような支援に取り組んでいる。

先行モデル市町村の担当者に、意見交換や通いの場の視察時においてアドバイザー的役割を 担ってもらうことで、モデル市町村の悩みに対するより具体的な解決策が導き出された。

奈良県

1

1 奈良県の市町村支援の仕組み(平成28年度)

(1)支援の仕組みと実施内容

- 1. H27年度:モデル市町村として介護保険料日本一となった天川村を含む3市村を支援。 H28年度:モデル3市町村の募集に7市町村の応募あり。
 - 3町村を国のモデルに登録する集中支援モデル、他4市町を県モデルとして支援。
- 2. モデル市町村担当者が他市町村の取組の助言者となる仕組み
- 3. モデル以外の市町村にも、モデル市町村の住民支援や研修会を公開

県内全域への普及

H27モデル市村

- 研修会・意見交換会等によるフォローアップ
- 他市町村への助言・情報提供に協力

H28モデル市町村

モデル事業スケジュールに沿った通いの場の立ち上げ支援(個別相談、先進地視察、現地支援、研修会の実施等)

全市町村

- 研修会等により地域づくりによる介護予防のコンセプトの理解促進
- 適宜相談対応

充実・拡大 住民運営の通いの場

住民主体の「地域づくりによる介護予防」の推進

~ 「住民運営の通いの場の充実」に向けた市町村の取組支援 ~

地域包括ケアシステムの実現には、医療と介護の充実だけではなく、併せて高齢者が可能な限り元気な状態を保つた めの取組が重要。また、高齢者が社会参加し、互いに助け合いながら生活を続けられる地域づくりが必要

行政主導で実施する体操教室などの介護予防は、人員、会場、予算に限りがあることから、参加者数が限られ継続と 普及が困難。また、<mark>住民の主体的な健康行動につながりにくい</mark> (役場に頼まれたから参加しているという意識)

地域づくりによる介護予防 住民運営の通いの場充実プログラムのコンセプト

- ◆ 市町村の全域で、高齢者が容易に(歩いて)通え る範囲に通いの場を<u>住民主体</u>で展開
- ◆ 前期高齢者のみならず、後期高齢者や閉じこもり 等何らかの支援を要する者の参加を促す
- ◆ 住民自身の積極的な参加と運営による自律的な拡 大を目指す
- ◆ 後期高齢者・要支援者でも安全に行えるレベルの 体操などを実施
- ◆ 体操などは週1回以上の実施を原則

○ モデル市町村

大和高田市、香芝市、天川村

- 市町村は住民のやりたいという気持ちを引き出し、住民の主体 的な取組を黒子として支援
- 県は国アドバイザーと連携して研修会、現地支援、助言を実施 (モデル市町村

H27年度の取組に加え、

五條市、御所市、宇陀市、山添村、 安堵町、高取町、下市町

- ◆ H27モデル市町村が失敗談、成功談を語り、H28モデル市町村の取 ◆ 県内外の先進地で研修会を行い、住民や担当者の声を聞く機会を
- 設け取組を後押し 県は、H27モデル市町村支援で蓄えたノウハウを活用して支援
- (課題を抱える市町村に対し、解決につながる事例紹介等の助言)

平成29年度の取組

- ◆ 引き続き、市町村支援を実施
- ◆ H27~H28年度モデル市町村と連携して地域づくりによる介護予 防未実施市町村に働きかけ、全県普及へとつなげる

奈良県の市町村支援の内容 H28地域づくりによる介護予防推進モデル事業の歩み

▶第1回研修会(5/31)~平成27年度モデル市村から学ぶ~ 住民運営の通いの場見学(香芝市)

第1部:H27年度モデル市の住民運営の通いの場の視察

第2部:H27·28モデル市町村、保健所、県による意見交換会

- 1. 「地域づくりによる介護予防の推進に向けて」県からの説明
- 2.「通いの場の立上げのポイントアドバイス」 平成27年度モデル3市村より報告
- 3. 意見交換・質疑応答(H28年モデル7市町村からの質疑に対してH27年モデル3市村、県担当者が回答)
- ◆モデル市町村が通いの場立ち上げを住民に働きかけ 6月
 - ◆ 第2回研修会(7/7) ~戦略的に住民運営の通いの場を立上げるために~

第1部:講義とグループワーク

7月

- 1. 講義「地域づくりによる介護予防の意義と市町村、リハビリ専門職の役割」
- 2. グループワーク(県内市町村、リハビリ専門職、医師会、保健所、県関係課、和歌山県関係者)
 - テーマ:住民運営の通いの場について~10年後にいくつ必要か~
 - ①各市町村の10年後の高齢者人口推計から必要な通いの場数を導き出す
 - ②取組みを進める上で不安なこと③10年後も続けられる支援内容の検討

第2部:モデル市町村意見交換会(各担当者からの報告と、H27モデル市村とアドバイザーからの助言や意見交換

- 1. H28年度7モデル市町村の地域診断状況と課題整理をふまえた今後の進め方
- 2. H27年度モデル3市村の抱える継続支援と拡大に関する課題
- 3. 和歌山県の取組み経緯について ⇒近隣県と情報交換する関係性を構築。
- 8月 ◆H28年度モデル村の住民説明会視察と意見交換(8/17) 県内市町村と三重県モデル市、県
- ◆H27年度モデル村の住民説明会視察と意見交換(9/5.9/14)県内市町村、県
- 10月 ◆第3回研修会(10/6)~住民運営の通いの場見学、先進地住民や、担当者との意見交換(兵庫県淡路市)
 - ◆第4回研修会(10/14) ~住民運営の通いの場を立上げはじめて~
- 2月 ◆第5回研修会・介護予防従事者研修会(2/10)モデル市町村からの進捗状況報告
- ●その他・適宜電話にて個別相談対応。(資料の提供や進め方の解説等)
 - ・研修会での意見やアンケート内容から必要と思われる方には個別に相談対応。
 - ・包括が取組みを検討されている市を訪問し、事業概要、コンセプト、取組むこと、 市町村と包括、専門職の役割等について説明。
 - ・なら県政出前トーク「地域包括ケアシステムについて」において県民向けに情報提供





1 奈良県の市町村支援の仕組み(平成28年度)

都道府県に求める支援:市町村が楽になるように考えて欲しい

最小の労力で最大の効果を発揮できるように助言して欲しい

平成28.5.25

都道府県介護予防担当者・AD合同会議安本AD資料より

(2) 支援のポイント! 工夫している点

1. 前年度末に年間スケジュールの提示

今年度の県モデル事業のスケジュール及び、各市町村が通いの場を立上げる参考スケジュールを示し、 9~10月には立上げ、2月の実績報告時には3ヶ月以上継続した団体があることで自信を持って報告してもらえるように

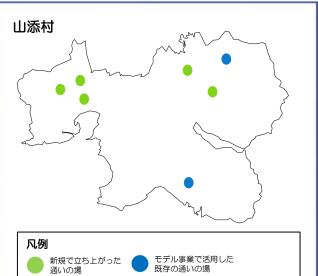
- 2. H27・28モデル市町村に対して進捗報告・意見交換会を定期的に実施。モデル以外にも公開。
 - ・将来的な事を考えた通いの場の立ち上げとなるように
 - ・課題や解決策の共有、先進地住民との意見交換、来年度以降もアドバイザー的な役割を担うことの意識付け
- 3. 先進自治体より講師を迎えた研修会の開催・この取り組みの必要性が伝わり意識に変化あり
- 4. H27年度から研修会にはリハビリ専門職も参加

市町村担当者の声

- ・総合事業を開始して、地域に住民運営の通いの場がもつと必要だとわかり、研修後立ち上げ目標を変更。
- ・集中Cの受け皿とだけ考えず、住民自身がやりたいと思って自主的に取り組まれるように進めることが大事。
- 5. モデル市町村から県担当者への相談や報告を、適宜、他のモデル市町村等に情報提供。
- 6. 淡路市いきいき100歳体操啓発PRDVDを長期レンタルし、利用を希望する市町村に貸出。
- 7. いつでも相談に乗る姿勢、楽しいと思って取り組んでもらえる働きかけ

奈良県

2 山添村の取組



高齢者人口	1,610人
高齢化率	43.1%
認定率	19.3%
第1号保険料月額	5,300円

(H29.1.1時点)

取り組みのポイント等

〈取り組みの工夫〉

限られた職員体制の中で地域の要望に迅速に対応できるよう、 保健師だけでなく事務職員も共通認識を持ちながら、一体的な 取り組みを進めた。

今までの健康づくり活動の中で、中心的な役割を担う人材となっている健康づくりボランティアやサロン事業協力員、民生委員などが「いきいき百歳体操説明会」に参加し、自分の地域で「やってみたい」と思ってもらえたことが、各地域に広がるきっかけとなっていった。

いきいき百歳体操の効果を実感された人の口コミで、地域住民の「やってみたい」気持ちが高まり、実施につながったところもある。通いの場に職員が出向いた時には、参加していない人にも参加を勧めてもらえるよう促している。

行政主導ではなく、住民主体の取り組みであることを理解していただいたうえで、「やりたい」と手を あげた地域に支援を行った。

てんまる

〈苦労した点〉

住民説明会の参加者(リーダー的な存在)に事業の趣旨や効果を理解していただいても、「やりたい」、「やってみよう」という思いが広がりにくかったので、直接地域に出向いて住民に体験してもらうことにより、行動へとつながっていった。

会場の確保(地域の集会所は畳の部屋が多い)や物品(パイプ椅子やDVDプレイヤーなど)の調達見通しが立たなければ、実施に向けた協議が進みにくかった。(村からは長期間の貸し出しができない)

特に参加を促したい虚弱高齢者(要支援レベル)の参加が進みにくい。

→ 会場まで自力で来ることが困難。 百歳体操に興味を持つ年代が前期高齢者に多かった。

職員体制や業務量の問題もあり、多くの地区から一度に希望を出されても十分な対応ができない実情がある。



〈今後の課題〉

〇実施地区

- ・定期的な体力測定による効果検証とフィート・バック
- 体操の継続支援。
 - →効果・成果が実感できる取組や「お得感」を感じられるような工夫、仕掛けの検討 (例: 個別の参加目標の設定。介護予防のワンポイントアドバイス。継続している人への特典(健康グッズのプレゼント)等)
- ・参加者を増やすための周知啓発

〇未実施地区

村内の実施状況や効果などについて広く啓発し、「やりたい」という意識を熟成していく。

通いの場から総合事業や生活支援への展開

〈県の支援で良かった点〉

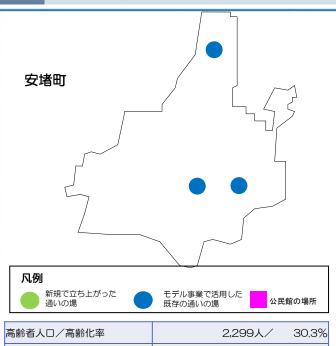
効果的なプレゼンの方法や立ち上げ支援など、的確なアドバイスをいただけた。

先進地の視察研修及び情報交換。

奈良県

7

2 安堵町の取組



高齢者人口/高齢化率	2,299人/ 30.3%
高齢者人口の1割	230人
認定率	16.5%
第1号保険料月額	5,700円
参加人数/拠点数(1/30時 点)	55人/ 2拠点/ 2.4%
目標参加人数/拠点数 (H30年度末までに)	260人/ 13拠点/ 11.3%
	(H28.4.1時点

取り組みのポイント等

取り組みのきっかけ

町の課題解決につ ながればいいな・・・

- ・地域活動の参加者が増えない、広がりの停滞・・・
- ・ボランティアの高齢化
- ・住民の予防への意識、セルフマネジメントカアップしたい
- ・小さな町にある貴重な資源のボランティア(やる気のある元気な高齢者)の活躍の場を広げたい



●3つの会議を行いながら事業を展開

①地域づくりによる介護予防戦略会議

- ・職員・関係課内の共通認識
- ・住民の意識を変えていくリーダー的存在の発掘
- ・地域づくりを進める上でのキーパーソン探し

②ボランティアさんとの協議

③リハビリ専門職との協議

- ・自主活動で運動を地域に広 めようと活動されているボラン ティアさんを巻き込む
- ・予防に特化した運動について投げかけてみる
- り グバビッキ 一帆との 励成
- 町としてのビジョンを共有継続できるためには・・・
- ・町民への啓発が大事(時には厳しい現実も伝えることも大事)

2 安堵町の取組

取り組みのポイント等

●運動普及ボランティア → 健康リーダーにステップアップし、活躍!!

安堵町健康リーダー養成研修

あくまでお世 話役という立 ち位置で・・・

- ・住民への予防に対する意識改革の先導役となる人材を育成すべく、安堵町健康リーダーを養成した。リーダーにとらわれず、お世話役、先導役として活躍してもらうため、リーダーさん、職員共に共通認識を持つよう心掛けた。
- ・ボランティアの活躍を広げるため、既存の"運動普及ボランティアさん"に"健康リーダー"へのステップアップを投げかけた。

●週に1回行うことの壁 (住民さんの負担に思うことって?)

住民さんに何ができないのかを聞き取る

- ・毎週公民館を開けるのが負担(鍵の管理)
- ・月1回のサロンのようなお茶の用意が大変
- ・鍵と電気、エアコンをつけて、消す~交代制は?
- ・筋力運動は、週1回でないと効果がない、せっかく 行うなら、効果のある方が・・・。
- ・水分は各自で・・・・と後押しした。



よっしゃ、やってみようか

「やっぱり体にもいいことだし、地域のみんなで元気になるなら・・・・!」の声があがる。

●体操を何にするか

いきいき百歳体操にするのか、既存の町民体操を活用するのか、頭を悩ませた・・・

既存の町民体操を活用するか



今ある資源を活用したいが、本当 に筋力アップに効果があるかが不 明だった。

いきいき百歳体操に決定!

わざわざ作る労力を使わなくとも エビデンスのあるものを活用!

活動の様子

「毎週の体操が楽しみ」「体が軽くなった」 「貯筋(ちょきん)できているのかなあ」などの声

『パイプイスに滑り止めをつけました』 ~と嬉しそうに話して下さいました。 ゴルフクラブのグリップを 巻いておられました・・・

奈良県

2 安堵町の取組

モデル支援を受けてよかったこと

住民さんの意識の変化

あちらでやってるな ら、2番目にうちで も体操やろうか!



いいことやし、みん なに知ってもらうた めに回覧しとくわ~

- ・自主的に各区域毎に回覧板で案内してくれていた。
- ・ロコミから問い合わせが増えてくる。
- ・広報紙等で活動内容を記載したことにより、競争心が出てくる。

職員の意識の変化



淡路市の 視察で・・・ 県・国のバック アップ

- ・住民さんの力を信じる、時には諦めも必要。
- ・先進地視察では・・・
- 「住民さんのきらきら笑顔に元気をもらった」
- 「住民さんが元気になるならうちの町でもやってみたい」
- 「できるかも」
- に繋がった。

県の支援がお手本、参考になった

私たちの使命、、、

住民主体の活動が立ち上がったら終わりではなく、その後 もモチベーションが下がることなく、支援していくこと・・・

- ・日頃の業務に追われ、忘れかけた時も、定期的に各町の進み具合を聞き取り、アドバイスをもらえたことで、市町村職員の意欲も向上し、モチベーションが維持できた。
- ・市町村の住民さんへの支援の仕方、関わり方の雛形になった。

認知症高齢者の見守り支援

認知症の方も参加しておられ、顔を合わせる機会が増えたことから、地域ぐるみでの見守りにつながっている。

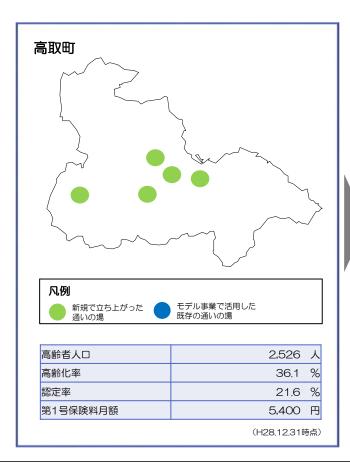
「あの人今日はきてへんな」

「近所で見かけたら声をかけよう」

と言った動きになっている。

- ・住民の「やりたい」を引き出す
- ・住民の意識を変えるための啓発
- ・しすぎない、おもてにたたない、黒子に・・

高取町の取組



取り組みのポイント等

- ・H27年度より生活支援体制整備事業において高齢者の居場 所について協議を重ねてきたが、なかなか進展しない。また、 包括で実施している介護予防事業についても、職員体制、経 費的にこれ以上回数等を増やせない状況であった。これらの 課題解決のために、「いきいき百歳体操」を活用した住民主体 の高齢者の居場所、通いの場づくりを推進することとなった。
- ・県及びアドバイザーに協力いただき、10/14に住民向け説明 会を実施。説明会でアドバイザーの説明や淡路市のPRビデオ を視聴したことにより、より具体的に自分たちでも体操を実施 できること、地域でのつながりや触れ合いが大事であることを 感じていただけたと思う。参加8団体中、5団体において「いき 百」を始めることとなった。社会福祉協議会(小地域福祉活 動)、リハ職(地域ハビリテーション活動支援事業)にも関わっ てもらうこととなった。
- 各団体が無理なくできるよう、おもりやDVDデッキなど物品を 貸し出すことにより、会場に行くだけで体操が実施できるよう な体制を整えた。しかし、当初から負荷調整できるおもりを使 用できなかった。(予算の都合上、100円均一ショップで購入 した250gのおもりを使用)
- ・体操に議会議員も参加、また他の議員も体操の現場を視察 され、本事業の目的や意義などを理解していただけ、12月議 会で負荷調整できる錘の購入予算を認めていただき、今年度 中に購入し使用できることとなった。

奈良県

高取町の取組

取り組みのポイント等

- ・老人クラブなどで実施している場合、役員や世話役に負担が かかっているように思われる。(会場準備、出欠確認など) 今後はそれらの方たちのフォローが必要と思われる。
- ・体操を実施している2か所で、体操の日に合わせて町内の スーパーによる移動販売が始まった。(町内には生鮮3品を 扱うスーパーが2か所しかなく、また交通不便な地区もあるた め、買い物に困っている人が多い。)
- ・移動販売を実施しているスーパーは、以前に生活支援体制 整備事業協議体において高齢者の買い物について協議した 際に参画していただいた。
- ・テレビや新聞等で「いき百」が取り上げられたこともあり、問い 合わせが増えている。体操による体力向上だけでなく、そこ から始まる地域づくりや助け合いなどを今後どのように進め ていくかが今後の課題である。

3 国モデル市町村(H27~28)における事業の進捗状況

※平成29年2月時点

① 国モデル市町村(H27~28)における"<u>週に1回以上</u>、体操を行う住民主体の通いの場"*1の<u>拠</u> 点数と参加者数*2の推移(H27~28)

		大和高田市	香芝市	天川村	山添村	安堵町	高取町
1127		6箇所110人	166644人	4箇所82人			
H27	モデル事業で立上げた拠点	5箇所100人	166所44人	4箇所82人			
1120		7箇所250人	3箇所77人	5箇所88人	7箇所68人	4箇所90人	5箇所90人
H28	モデル事業で立上げた拠点	6箇所240人	3箇所77人	5箇所88人	7箇所68人	3箇所70人	5箇所90人
	目標値 H37	35箇所	68箇所	10箇所	16箇所	13箇所	24箇所
	参考值※3	76箇所	68箇所	3箇所	6箇所	9箇所	10箇所

- ※1:定期的に週に1回以上、体操を行っている通いの場をカウントしてください。ただし農繁期や降雪期など、住民の判断によりやむを得ず月に1、2回休む場合なども 含めてカウントしてください。その際は※などで注記して、コメント(その条件の内容)を入れてください。
 - →定期的に週に1回以上体操を行っていない(月に1~3回が通常)ものは含めないでください。
- ※2:人数は延べ人数ではなく、1箇所1回あたりの平均参加者数(または名簿登録者数など)を積み上げてください。
- ※3: 高齢者人口×10%÷25人(1箇所あたりの平均人数<仮>)で算出してください。

② モデル市町村以外で、週に1回以上体操を行う住民主体の通いの場がある市町村数

18

13

③ 上記(①、②)以外の市町村数

15

*②③については介護予防・日常生活支援総合事業実施状況調査及び、県への進捗報告による把握市町村

奈良県

4 国モデル市町村(H27~28)の取組のポイント

4 国モナル中町村(ロ21~26)の取組のパイプト

(1) 住民への啓発(プレゼン・広報等)

香芝市(H27モデル)

「地域でみんなが集まるために何かしたい」と申し出 のあった地区に出向いて説明会を行い体操を実施 するかどうかを決めてもらった。

説明時には地域包括支援センターの職員が2名で、市の現状や介護保険料について説明し、介護予防の必要性や実際の通いの場の様子を淡路市のDVDを見てもらった後に実際に体操を行ってもらった。市の広報誌で介護予防の特集を組み、地域のみんなで取り組む活動として「いきいき百歳体操」に取り組んでいる地域の代表者の記事を掲載した。また、民生児童委員の勉強会でも通いの場づくりの取り組みを知ってもらうために

説明会と同様の内容で

説明を実施した。

淡路市での百歳 体操の様子や 住民の声をDVD でみていただき ました。



天川村(H27モデル)

興味を示す人がいるものの

- ·参加を呼びかけても期待していた反応がない。
- 住民からの「やってみたい」という声があがるのを

いつまで待っていたらいいのだろうか?

少ない人口では新しい人材の発掘は難しい ことから、既存のグループに働きかけ、実施 することに。

密着ADの一声: とにかく1箇所 立ち上げましょう!

・H27年度では、県保健所保健師が相談役となり、共同で体操のチラシを作成し、社会福祉大会や会食の集い、老人クラブなど高齢者が多く集まる場にて、体操の紹介等を行った。

モデル団体で、週1回の通いの場を実施し始めたことを 村内にPRし続けましょう!

モデル団体をみて、他地区 から「やってみたい!」 と声が上がり、現在も継続中

・その後、広報誌に実際に体操を実施している会場に協力してもらい、 表紙に体操している時の写真を掲載したり、体操に関する特集を組 んだりと、住民への啓発を行った。

・またH28年度の社会福祉大会では 体操の説明と共に現在実施している 会場のビデオ紹介や新たに開始した ポイント制度などの情報提供を行った。



...

(1)住民への啓発(プレゼン・広報等)

山添村 (H28モデル)

〇取り組み当初に全村民向け説明会を開催。

- ・開催周知は、村広報誌にちらしを折り込んで配布するとともに、既に活躍している住民組織(健康づくりボランティア サロン事業協力員)には、会議の場に出向き説明した。
- ・ちらしには、開催日時のほか、いきいき百歳体操の効果や実施にあたって「地域住民が行うこと」と「行政が行うこと」を明確にするなど内容をわかりやすいように示した。
- ・説明会時には、山添の現状を伝えるとともに<mark>淡路市のDVD</mark>や先例地における実施前・後の体力測定の様子を映すなど、体操効果の わかりやすい説明に心がけた。





安堵町 (H28モデル)

- ・プレゼンの対象を分類し、住民全体、各地域の活動の場、各団体と分けて行った。資料は基本を一つ包括で作成し、それを担当職員で共有し、担当者がプレゼンできるようにした。プレゼン対象を分けて行ったことで、それぞれの住民さんの立場によって聞いていただくことができたと思う。
- ・住民さんには、予防は自主的な筋力アップが大事である根拠をニーズ調査の結果をもとに啓発し、投げかけた。





奈良県内の市町村では、淡路市普及啓発用のPRDVDを住民説明会で活用させていただいたおかげで、多くの住民さんのやりたい!を引き出すことができました。

奈良県

4 国モデル市町村(H27~28)の取組のポイント

(2) 立ち上げ支援

香芝市(H27モデル)

H27年度は、自治会長が閉じこもりの人が出てこられるきっかけ作りを希望していた1地区をモデル地区として実施した。開始から3ヶ月間は、椅子やおもり等の不足している物品の貸し出しを行い、継続して体操を実施すると決定後に購入してもらった。初回から3回目までは市の職員が運動指導を行い、12回目最終日には体操をしての感想や継続するかどうかについて話し合いの場を設けた。

継続された地区には、半年後に体力測定を実施し運動の効果判定を実施している。

H28年度は地域の人が集まれるきっかけを希望していた2地区に立ち上げ支援を行った。生活支援コーディネーターもいきいき百歳体操による通いの場の

立ち上げは地域づくりに 有効であると関心を持っ てくれており、地域での 運動開始時等に同行 してくれている。



山添村(H28モデル)

- ・地域集会場の使用等に関し協力・理解が得やすいよう、大字区長や地域老人クラブ役員など代表者にも文書で協力を要請した。
- ・必要物品の準備についての相談にのるとともに、 3ヶ月の期限付きではあるが、村からの貸し出し物品 (おもり・パイプ椅子・足マット・DVDプレイヤー)を用 意し、直ぐに始められるようにした。
- ・おもりは、2種類(安価なものと高価ではあるが重さが変えられる物)を用意し、実際に体験した後に個人購入できるようにした。
- ・実施希望地区等からの要望に応じ、土・日や夜間にも説明会を実施した。迅速に対応していくために保健師だけではなく事務職も共通認識を持ち、一体的な取り組み体制を整えた。



4

(2) 立ち上げ支援

安堵町(H28モデル)

・おもりやその他必要経費を県の地域包括ケアシス テム構築支援補助金(構成要素充実)事業を使って 購入した。

・まずは、住民さんの予防への意識を変えるきっかけとして、既存のボランティアの活動域の拡大も含め、住民の先導役として活躍してもらえる「安堵町健康リーダー」を養成した。



とても熱心に 取り組んでお られました



高取町 (H28モデル)

- ・地域づくりの視点から生活支援体制整備事業の生活支援コーディネーター及び地域リハビリテーション活動支援事業の一つとしてリハ職(作業療法士)にも訪問やアドバイスなど支援していただいた。
- ・「いき百」実施希望団体等には、職員やリハ職の訪問、必要物品の貸し出しなどを行い、会場さえあれば実施できる体制を整えた。
- ・必要物品の貸し出し、職員の支援など具体的な支援策を伝えたことにより、あまり負担無く行えることがわかっていただけたと思う。
- ・各団体等の役員や世話役の方に必要以上に負担 がかからないよう、相談体制を整えた。



17

奈良県

国モデル市町村(H27~28)の取組のポイント

(3) 継続支援

大和高田市(H27モデル)

- 1. 体力測定の実施
- ・初回と6か月後の効果を実感していただくために、 体力測定を実施。
- ・測定結果は参加者へ返却し、各項目内容も説明・団体の平均値も算出し、参加者へ提示。
- ・次回の測定日を目標に、いきいき百歳体操に取り組んでいただくきっかけづくりをしている。
- 2. リハビリ職への協力依頼
- ・体力測定結果をフィードバックする際、体操により、 どこの筋肉が鍛えられ、その結果、日常生活動作がし やすくなるのか講話していただく。
- ・体力測定の結果を基に、悪かった項目を改善する ための具体的な運動などを、アドバイスしていただく。
 - ・個別相談にも対応。
- 3. シニアリーダーの活動
 - 体操の声かけ
 - 体力測定
 - ・レクリエーション



香芝市 (H27モデル)

- ・理学療法士も派遣し効果的な運動等について話をしてもらい モチベーションの維持や参加者の状態の評価を実施した。
- ・定期的に体力測定を実施し、評価を実施している。
- ・いきいき百歳体操だけでなく、一般介護予防事業の栄養教室や口腔機能向上教室も開催し、運動以外でも参加者同士が交流できる機会を持つことができた。地域での栄養教室開催にあったっては、レシピ紹介講座として申し込みのあった地域から5名のボランティアを選出してもらい、福祉センターで栄養や調理の勉強を3回した後に、地域で料理教室3回/1年を2年間継続して支援。

講師として管理栄養士を派遣しフライパンやホットプレートだけで簡単に数人分の調理が出来るレシピを提案し調理の指導を行う。季節や病気などテーマに沿った低栄養改善の講義も2年間で4回開催。地域で足りない調理道具やホットプレートは包括から貸し出しも行っている。口腔機能向上教室は、歯科衛生士による、ブラッシング指導や口腔の体操等の口腔ケアについての講義を実施。

地域型栄養教室

(3) 継続支援

天川村(H27モデル)

- 参加者のモチベーションを維持するため、体力測定だけで なく、参加することで貯めることのできるポイント制度を開始 したり、参加者の希望に合わせて、いきいき百歳体操と一緒 に行う体操の紹介を行っている。
- その他、各会場での交流を図れるよう食事会や日帰り旅行 の相談に応じたり、全会場を集めて、理学療法士による体操 の指導などのイベントも検討している。



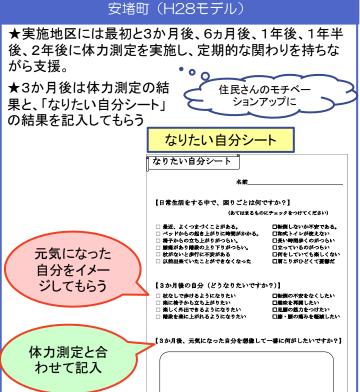
山添村(H28モデル)

・実施地区では、継続的な体力測定や運動指導士の体操指

導などにより、意欲の持続に向けて 支援を行っている。

◆体力測定時には、保健師が 高血圧予防等の健康づくり啓発 を行っている。





奈良県

19

国モデル市町村(H27~28)における通いの場から総合事業や生活支援に展開した事例

大和高田市(H27モデル)

- 介護予防・日常生活支援総合事業への移行は、平 成29年4月1日からであるが、総合事業開始前に、地 域の受け皿づくりや一般介護予防事業として展開す る目的を持ちながら実施してきた。
- ・地域のサロン活動や老人クラブ活動など既存の住 民のつながりを活用し、互助活動として育成している。 そこから、通いの場へと発展し、欠席者の自宅訪問 をするケースもある。
- ・元気な方は、徒歩や自転車で通われている一方で、 要介護認定を持っている方は、乗り合いで来られ、 参加している。
- ・総合事業開始後は、いきいき百歳体操の参加者間 で更なる互助が芽生え、見守りの仕組みが構築され る、あるいは住民主体のサービスや買い物などの生 活支援へと展開されることを期待している。

香芝市 (H27モデル)

・欠席者への声かけを行うなど、参加者同士の見守 りの仕組みができている。H27年度のモデル地区で は地域での「見守り隊」が結成された。

今後は介護予防から、見守り活動やサロン活動への 展開につなげていくために、生活支援コーディネー ターや社会福祉協議会と連携して、立ち上げ支援の ときから地域に一緒に関ってもらい、介護予防から、 見守り活動やサロン活動への展開へつなげていく。

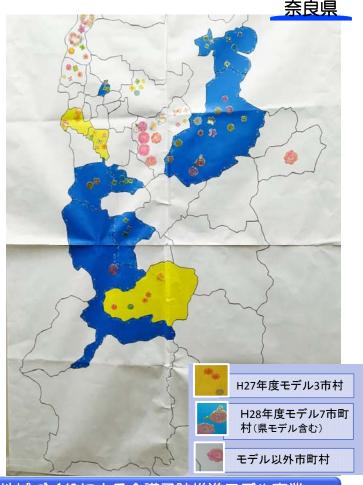
総合事業を進めていく上で 「通いの場」づくりは重要。 これができていないとC型 の通所サービスを実施して も二次予防事業と同様の結 果になると思われるため、 次年度は通いの場の拠点 数を増やせるような事業展 開が必要である。



高取町 (H28モデル)

- ・欠席者の確認(理由など)を参加者同士で連絡し合う団体等が増加。また最初は役員や世話役が行っていた会場準備や片付けも、参加者皆で実施するようになっている。
- ・交通手段がなく買い物困難地域である「いき百」実施場所(2か所)に、地元スーパーによる移動販売が始まった。
- ・移動販売を実施しているスーパーは、以前に生活支援体制整備事業協議体において高齢者の買い物について協議した際に参画していただいた。





「地域づくりによる介護予防推進モデル事業」 による2年間の成果

奈良県

6 平成29年度以降における都道府県としての市町村支援の仕組み

(1)3年間の本事業を通じての市町村支援及び都道府県内で展開するための課題

前回(第2回AD会議)

- ・アドバイザーのシンクタンク機能(県担当者、モデル市町村が助言者となる仕組みで実施中)
- 保健所やリハビリ専門職団体と、今後も 良い関係を築きながら連携を進めていく。
- ・関心のない市町村へのアプローチ

担当者の課題

- ・相談対応内容のとりまとめ方法
- ・モデル市町村以外の取組状況の把握
- ・いきいき百歳体操を活用させていただく ための情報を誰に、いつ、どの程度お伝 えするのか。

今回(前回より変更がある場合のみ記入)

- アドバイザーのシンクタンク機能 (県担当者、モデル市町村が助言者となる 仕組みで対応できている)
- ・県関係課、保健所、リハビリ専門職団体 と、今後も良い関係を築きながら連携を進 めていく。
- ・関心のない市町村へのアプローチ

6 平成29年度以降における都道府県としての市町村支援の仕組み

(2) 都道府県における通いの場の位置づけ・展開方針(総合事業や生活支援、地域ケア会議との連携)

- 1. 研修会等において意識付けを行う。(以下①~④は平成29年2月10日研修会において実施)
- ①通いの場を立上げた後は、通いの場の継続・充実に向けた支援が必要であり、 口腔・栄養・認知症予防など、健康増進をはじめとした関係者と連携をすすめることが必要。
- ②通いの場を立ち上げたら(これから立ち上げる場合は立上げ前から)生活支援や介護予防のための地域ケア個別会議等と連携することを意識して進めることが必要。
- ③モデル市町村からの報告の機会を設けることにより、参加者への意識付けを行う。
 - ・短期集中支援の卒業後の受け皿が、地域の中に多数必要であると実感されたこと
 - ・移動販売等の生活支援に繋がった事例 等
- ④新たに社会福祉協議会、生活支援コーディネーター等、生活支援体制に関わる関係者等、市町村が今後連携を進めたいと思われる方も研修会参加対象とし、市町村内の連携促進を図る。
- 2. 通いの場での課題から個別ケア会議に繋げるように、また、個別ケア会議から通いの場に 繋がる事をめざす。
- 3. 総合事業、自立支援、生活支援体制整備事業も意識して市町村に情報提供。(当室での連携も含む)

奈良県

6 平成29年度以降における都道府県としての市町村支援の仕組み

(3) 具体的な市町村支援の仕組み・内容 例) 予算や実施予定内容等

前回(第2回AD会議)

県と前年度までのモデル市町村が連携し、 平成29年度モデル市町村が住民運営の 通いの場を充実していく各段階において、 個別相談、現地支援、研修等の技術的支 援を行う。

- ・平成29モデル市町村 3カ所
- 平成28モデル市町村 7カ所
- 平成27モデル市町村 3カ所

今回(前回より変更がある場合のみ記入)

県と前年度までのモデル市町村が連携し、 平成29年度モデル市町村が住民運営の 通いの場を充実していく各段階において、 個別相談、現地支援、研修等の技術的支援を行う。

- ・平成29モデル市町村 3カ所
- 平成28モデル市町村 7カ所
- •平成27モデル市町村 3カ所
- ・自立支援型地域ケア会議推進事業を実施予定。リハビリ専門職団体等との連携をさらに進める。

|平成29年度以降における都道府県としての市町村支援の仕組み

(4)都道府県としての通いの場の評価指標とその定義(内容)

○ 通いの場の評価指標について

- ・2025年の各市町村の高齢者人口の推計値一覧と高齢者人口の1割が参加されることを目標とした時の通いの場 の必要数を、研修会資料として提示し、モデル市町村には現在の参加者数、拠点数、高齢者のうち何%が参加して いるか、体操以外の取組み、H30年度末の目標参加人数、拠点数、を報告してもらっているが、それによる評価は行 っていない。
- ・虚弱高齢者の参加率、後期高齢者の参加率、参加者平均年齢などは現在のところ指標としていない。

〇 参加者の状態把握について

- ・通いの場の把握状況一覧を作成し、地域づくりによる介護予防推進モデル事業の研修会資料として研修会等のタ イミングでモデル市町村に更新を依頼し状況を把握。
- ・通いの場の把握状況一覧には、参加者把握の有無として(要支援・要介護・認知症)の人数記載欄を設けること により、市町村担当者の意識付けを行う。

〇 評価指標設定にあたっての課題や質問事項等について

・モデル市町村外でも相談対応している市町村については、本事業のコンセプトに沿った通いの場の状況を把握 することができるが、その他の市町村においては、全市町村向けの調査をしなければ把握できないのが現状。 頻繁に調査するのは、市町村にも負担がかかり、県としても様式作成等に手間がかかる。また、様式を作成し県 独自の調査を実施しても十分に主旨を理解した上での回答でないものもあり、介護予防・日常生活実施状況調査 等、全国的に実施するものに必要項目を加えていただくなど、ご配慮いただきたい。

先<u>行都道府県では、どのように設定されているのか、是非参考にさせていただきたい。</u> 25

安本アドバイザー, 廣末アドバイザー, ありがとうございました!

鹿児島県



住み慣れたかごしまで、自分らしくいつまでも~3年間のモデル事業取組から考えるこれからの介護予防~

★鹿児島県基本情報★

65歳以上の高齢者割合:29.4%

高齢者単身世帯割合:15.3%(全国2位)(H27年国勢調査) 要介護認定率:20.4%(H27年10月末 介護保険事業報告)

県平均第1号保険料月額 5,719円(第6期)

★鹿児島県の事業取組の歩み★

事業3年目の鹿児島県。今年度は、先行市町村と保健所が協働して新規モデル市町村へ立ち上げ支援を実施、併せて、先行市町村と事業継続の取組も検討しました。

鹿児島県

1 都道府県としての市町村支援の仕組み(平成28年度)

(1) 支援の仕組みと実施内容

前回(第2回AD会議)

【支援の仕組】次頁

【実施内容】

4月 新規モデル市町村の意向調査実施

6月 新規モデル市町村・事業AD市町村の決定

7月 全市町村研修会·事業取組市町村会議(安本AD)

9月 第1回情報交換シートの情報を照会

10月 還元

12月 第2回情報交換シートの照会・還元。

1・2月 事業まとめとなる研修会・会議の開催

今回(前回より変更がある場合のみ記入)

12月 第2回情報交換シートの照会(発行せず)

12/1 先行3市町村で事業評価検討会開催

(伊集院保健所主催)

1月 モデル事業関係者情報交換会(国AD)

2月 介護予防従事者研修会(国AD)で事業取組紹介

(全市町村·事業所等対象)

県から国へ事業報告

県から12市町村へ事業報告依頼

※12市町村:新規モデル5市町村, 先行7市町村

3月 県下市全町村・保健所へ, 事業報告を還元

支援のポイント!工夫している点!

(前回:第2回AD会議)

・振興局・支庁等が支援することで、各市町村をより理解した上で、細やかな支援ができる。

・県庁は、振興局・支庁等での支援が円滑に進むように、 後方支援(情報交換等)をしている。 (今回:前回より変更がある場合のみ記入)

・29年度以降に立上げる市町村が活用できるよう、事業報告(取組のポイント、工夫など)をまとめる。

平成28年度 地域づくりによる介護予防推進支援事業 ~かごしまモデル体制図~

【新規モデル市町村】

- ① 地域診断·戦略策定
- ② 先行モデル市町村の現地視察
- ③ 現地支援企画・実施
- ④ 事業評価
- ⑤ 国へ報告書提出

【7先行市町村の役割】・・・A

- ① 事業アドバイザー
- ② 現地支援の講師
 - 事業評価

【広域アドバイザーの役割】・・・D

- ○7 先行市町村及び県の支援
 - ① 県が主催する研修会における講師
 - ② 先行7市町村への助言

広域アドバ

③ 県の市町村支援に対する助言



【地域振興局・支庁等の役割】・・・B

- モデル市町村への直接支援
 - ① モデル市町村との事業打合せ
- ② モデル市町村の地域診断・戦略策定作成のサポート
- ③ 現地支援における調整・サポート
- ④ 教室立ち上げ後の現場支援
 - ※ 予算:地域支援事業・充実強化支援事業を活用。

【介護福祉課の役割】・・・C

介護福祉

課

- 地域振興局・支庁等のモデル市町村支援をサポート
 - ① 市町村全体研修会
 - ② 先行7市町村,地域振興局・支庁等担当者情報交換会
- ③ 介護予防従事者専門研修会(成果報告会)
- ④ 随時情報提供・質疑照会・全体進捗確認
- ⑤ 広域アドバイザー, 他関係機関等との連絡調整
- ⑥ 国へ報告書提出

※1 新規モデル市町村の選考について

本県は、1地域振興局・支庁等におおむね1モデル市町村を想定している。 想定数以上の市町村からの手上げがあった場合、モデル以外の市町村は、事 業打合せや現地支援に参加し事業展開のノウハウを理解した上で、独自で取り組 んでもらうこととする。

基本的に事業アドバイザーの直接支援が入るのは、モデル市町村のみ。

※2 事業アドバイザーの担当市町村の決め方について

基本的に、モデル市町村と同じ管轄地域振興局・支庁内の 先行モデル市町村が担当する。

※ 先行モデル市町村の負担等を勘案し、モデル市町村との距離が 近いことを優先する。

鹿児島県

2-1 出水市の取組(28年度事業開始)



高齢化率

第1号保険料月額

認定率

取り組みのポイント等

「出水こけん塾」について

ころばん体操を実施する通いの場として、本市では「出水こけん(ころばない、の意)塾」と銘打ち、H28年度からモデル事業として2地区展開している。

•「出水こけん塾」を支える体制について

世話役の責任感や負担感を軽くするために、準備や運営をみんなで協力して行うよう説明している。

•「出水こけん塾」の継続支援について

体操を継続することで効果が出てくるので、長く続けること が必要であることを伝えている。

・「出水こけん塾」の地域展開について

モデル地区2か所を核に、近隣の興味のある方に実際に 視察していただいて、展開を進める。



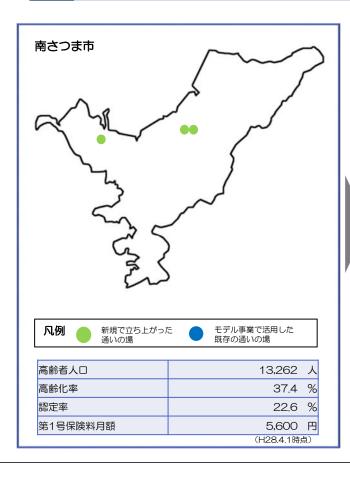
3

30.48% 20.25%

6.100円

(H29.1.31時点)

2-2 南さつま市の取組(28年度事業開始)



取り組みのポイント等

通いの場についての住民への周知について

- ・9月から11月にかけて、民生委員会定例会5ヶ所に出向き説明。
- ・11月に公民館長・自治会長等の住民代表や一般住民を対象に「介護予防市民講座」を開催。南薩地域振興局職員より「これからの介護予防について」の講話や、本市のアドバイザーである日置市の担当職員と日置市の住民に来ていただき、住民主体の通いの場

の取り組みや通いの場の活動について講演していただいた。

通いの場の立ち上げについて

- ・3ヶ所から立ち上げの希望が上がり、11月から支援を開始している。 参加登録者104名
- ・支援内容としては、初回は住民説明会を行い、介護予防の必要性や住民が自ら「やりたい」という気持ちで取り組めるよう支援した。
- ・1回目~5回目の支援は、体操の指導を健康運動指導士に依頼。 役員だけでなく、参加者全員で運営ができるようスタッフで打ち合わせを行い支援した。6回目からは自主運営。
- ・1回目と3ヵ月後に体力測定を実施し評価する予定。
- ・リハ職との連携や活用については 検討中。

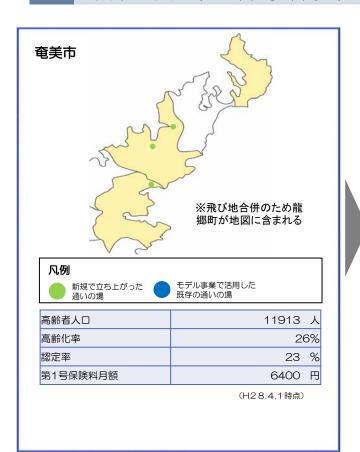
通いの場の地域展開について

・来年度以降も引き続き、立ち上げ 希望のあったところに支援を行って いく。(H29年度目標10ヶ所)



鹿児島県

2-3 奄美市の取組(28年度事業開始)



取り組みのポイント等

- ・今年度はモデル事業で新規2箇所、今まで市で立ち上げてきた形の教室を1箇所立ち上げた。
- ・今後は通いの場を自治会単位で取り組めるように民生委員・ 自治会長への合同の介護予防セミナーを実施し周知していく 予定。
- ・県から今までのモデル地区での話を聞けたり、資料等を提供していただいたので立ち上げの準備がスムーズに行えた。
- ・今後の課題は立ち上がった通いの場をどのようにして発展させて地域での支え合いの拠点としていくか、どのようなしかけが必要か検討していきたい。
- ・今後セラピストの有志と検討会を実施し、地域リハにセラピストがどのように入っていくことがいいのかをセラピストと一緒に 考えていきたい。

2-4 東串良町の取組(28年度事業開始)



ハル1 <i>9</i> リ						
	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

高齢者人口	2,397	人
高齢化率	35.5	%
認定率	19.6	%
第1号保険料月額	5,900	円

(H28..4時点)

取り組みのポイント等

<工夫した点>

- ●モデル地区のメンバーの中から数名と一緒に事前に他町で取組しているころ ばん体操の実際の状況を視察に行った。このことで、自分たちでも「運営出来 る」とポジティブシンキングに捉えてもらった。
- <苦労した点>
- ●住民主体で運営できるように徐々に行政の支援を離していく事(住民さんたちで役割分担がスムーズに行くような働きかけ)
- <今後の課題>
- ●既に口コミで事業について住民内での広まりがある。今後、他の地区も徐々に立ち上げする事となるが、住民側に住民主体の運営になる事等を落としこんで行く事が重要である。今後立ち上げる際は事前説明や既に立ち上がっている地区への見学等を行うなどのプロセスを組み込み対応していきたい。
- ●今後立ち上げした後のフォローについて、先進市町の取組を参考にしながら 対応していきたい。

<県の支援で良かった点>

- ●住民説明会を県とオブザーバーの先進モデル町と協力をもらい実施。住民だけではなく、トップ及び庁舎内への周知等が図られた。
- ●県から定期的に進捗状況についての確認や相談対応等の支援があり、その 都度の困り事等にも対応しながら事業実施できた。





7

鹿児島県

2-5 阿久根市の取組(27年度事業開始)

高齢化率

第1号保険料月額

認定率

(H29年1月末時点)

38.38

19.7

5,600

% %

円

取り組みのポイント等

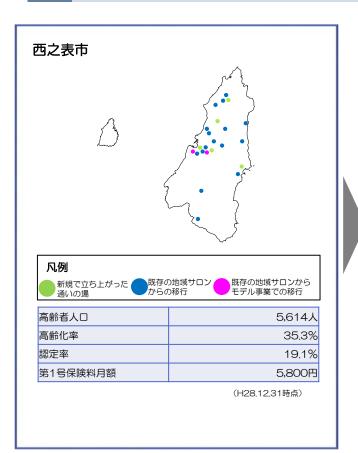
- ・地域包括、ヘルスの保健師、社会福祉協議会と協働し実施。
- ・ヘルス事業で教室を運営する地区の協力員がころばん体操の実技習得が出来る機会を設けた。
- ・体力測定結果を体操実施前と3ケ月後のビデオを見ながら説明を行った。
- ・開始6ケ月後は、リハ職におもりの負荷がかかりすぎていないか、体操会場の住環境等への指導助言を依頼している。
- ・参加者数の多い会場では、体力測定のスタッフの確保が難しいが県に支援をしていただき大変助かった。
- ・スタッフ間の連絡や打ち合わせする時間が十分取れない。
- 体力測定結果やアンケートを分析する時間が取れない。



週1回 楽しいく参加 してます!

※ 福祉のつどいで活動紹介。最前列は、80代参加者です。

2-6 西之表市の取組(27年度事業開始)



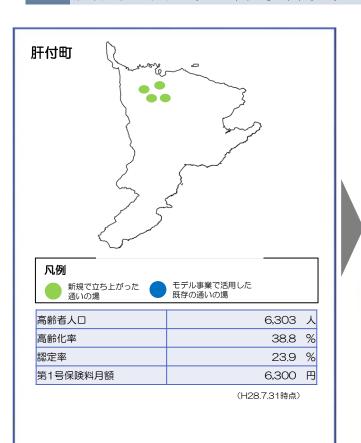
取り組みのポイント等

- ・説明会などでも住民主体で運営する教室であることを強調し、 行政任せにならないように進めた。
- ・説明会の際、モデル地域と他の開催地域で効果が出た方の 比較動画を使用し、親近感を持ってもらい、動機付けにつな がった。
- ・画一的な取組にならないよう、地域の特性を尊重した。
- 集落が小規模なところについては、校区単位の開催とした。
- ・支援者の負担になりすぎないように、教室運営についてアド バイスを行った。
- ・介護予防サポーターの養成も同時に行い、支援体制の強化 を図った。
- ・モデル市町村の研修や意見交換会で、他の市町村の取り組 みの様子を知ることができた。
- ・この取り組みを通して、住民の持っている力を知ることができ た。



鹿児島県

2-7 肝付町の取組(27年度事業開始)

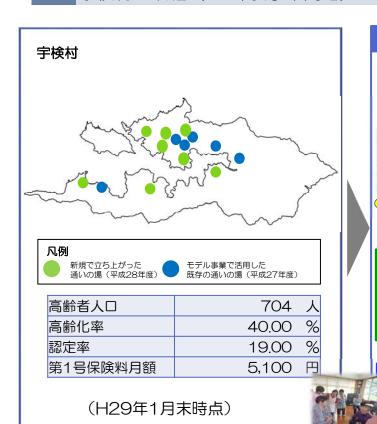


取り組みのポイント等

- ・平成27年度は国アドバイザーから頂いたビフォー・アフターの動画や通 いの場の良さや効果をPRして普及啓発を行った。町内の通いの場が立 ちあがってからは、町内の効果や実際の声を加えてPRしている。
- ・平成28年10月に町内のボランティアやサロン含めた大交流会が行われ、 その場で住民さんに通いの場の良さをPRしてもらった。
- ・通いの場の良さについて参加している方々から口コミで広まり、「やって みたい」という声が上がってきている。
- ・行政主体にならないよう、体操の通いの場の趣旨を十分理解してもらっ た上で始めてもらっている。
- ・立ち上げしやすいよう必要物品の貸出しや準備について相談にのって おり、運営については、参加者の中でお互いに無理なくできることを協力 し合えるような声かけ、楽しく参加しやすい雰囲気づくりを心がけている。
- 高齢者元気度アップ地域包括ケア推進事業を活用して、体操以外のや りたいことや様々な活動が取り組みやすいように支援している。
- ・サロンリーダー含めた合同研修会や高齢者元気度アップ地域包括ケア 推進事業のリーダー研修会などを定期的に開催し、グループ間の交流を



2-8 宇検村の取組(27年度事業開始)



取り組みのポイント等

『筋膜マッサージ体操』

準備体操と整理体操に

筋膜ケアを取り入れています。



『ころばん体操』

コラボ体操として

ないきいきどうくさ体操』が誕生

「どっくさ」は奄美の方言で 「元気」「健康」という意味。 島の高齢者にわかりやすく、覚えや すいネーミングです!



(取組前の工夫及び県の支援で良かったこと)

*H26年度モデル事業実施市の担当者とその地区のお世話役を講師に事前 「自分達でもできる」と住民のやる気が高まった。 説明会を実施。

*県の介護福祉課の協力支援の元,村長・副村長を始めとした全課長及び 村会議員の出席が得られ、トップセミナーを実施。事業に対する目的や目 標の共有が図られ,協力支援の体制ができた。

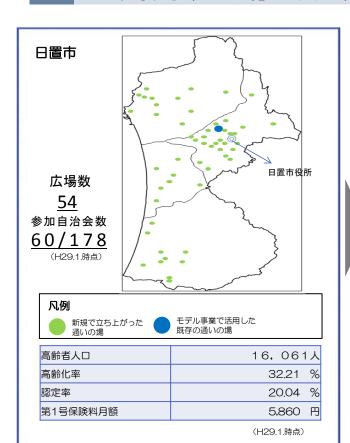
(2年目の継続取り組みの工夫)

*9か月目支援に理学療法士、1年3カ月目に歯科衛生士と、リハ職等の介入を図ることで住民のモチベーションを下げない工夫を行っている。

*半年ごとにお世話の方々の交流及び研修会を実施し、日頃の労いや困り ごとへの支援, またお互いの情報交換を行うことで, ボランティアの方々 のやる気につなげている。

鹿児島県

2-9 日置市『筋ちゃん広場』の取組(26年度事業開始)



取り組みのポイント等

・住民や関わるスタッフの意見を、共有・検討出来る場を設定 <u>"支え手を支えることが継続の秘訣"の助言を元に支援を企画。</u> 年1回のアンケートで進捗確認、『筋ちゃん集会』: 立ち上げ自治会代表者の情報共 有の場、『介護予防市民講座筋ちゃんサミット』:活動発表や介護予防講演会・ 実技指導、介護予防インストラクター養成研修(運動指導員研修)等)

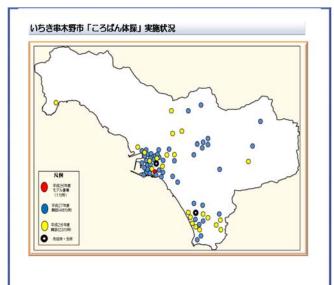
・支援するスタッフ(仲間)を増やす(随時体制の見直し、強化)。 住民のやる気が途絶えないよう、要請があれば迅速に立ち上げ支援をしたい、 また安全性を持って事業展開したいと気持ちがある一方で、他業務との兼ね合 いやスタッフ体制等、行政だけでは支援体制に課題があった。そこで係内や広域リ ハ等関係する機関と、本事業の概要、必要性を共有・検討を随時重ね、支援体 制を強化。そのおかげで受入数は拡大、リハ職介入で専門性も強化し、安全面 も確保された。多職種、他機関との連携した介入は、広く周知が出来たり、また あらゆる視点で、事業の見直しも出来る。

住民も支援者も 楽しいを実感。

_____ "住民を信じて"の安本先生の 助言を、日置市も信じて早2年 経過。"手を出し過ぎず、住民 のやりたいを引き出す支援"は 難しいが、意識する事はとても 大事。住民自ら得意な事を披露 したり、継続の工夫を考えたりと 報告を聞くたび住民の力に驚き、 感動。関係スタッフ同士で住民の 変化を報告し合う事も今は楽し



2-10 いちき串木野市の取組(26年度事業開始)



高齢者人口	9,923 人
高齢化率	34.3%
認定率	19.3%
第1号保険料月額	5,992円
	(H28 12日時占)

(H28.12月時点)

取り組みのポイント等

- ・地域リハ職による、継続支援。9か月評価、1.9ヶ月評価。 体力測定と、運動指導を実施。運動は、初級編から中級編・ 上級編へ。運動マニュアルも作成。
- ・地域リハ職による、「お世話役さん研修会」の実施。企画から 運営までリハ職が行う。リハ職による運動の効果の説明、運動 実技を行った。
- 元気いきいきフェスタにおける、「ころばん交流大会」の実施。







13

鹿児島県

- 3 国モデル市町村(H26~28)における事業の進捗状況 ※平成29年2月時点
- ① 国モデル市町村(H26~28)における"<u>週に1回以上</u>、体操を行う住民主体の通いの場"*1の <u>拠点数と参加者数</u>*2の推移(H26~28)

	日置市	いちき串木野市	阿久根市	西之表市	十島村	肝付町	宇検村
H26	1か所(2自治会) 20人	1か所36人	-	-	-	-	-
H27	18か所(22自治会) 446人	49か所1255人	2力所70人	2か所50人	1か所20人	1か所15人	6か所65人
H28	54か所(60自治会) 1249 人	72か所1922人	18力所400人	23か所380人	1か所20人	4か所60人	14か所163人
目標値	H37:178全自治会 参加	H30:100か所	H28:17地区 H31:全地区	H37:50か所	-	H37:25か所	H31:18か所
参考値	64か所	40か所	33か所	22か所	1か所	25か所	3か所

	出水市	南さつま市	奄美市	大崎町	東串良町
H28	2か所40人	3か所90人	11か所244人	3か所60人	1か所15人
目標値	H38:50か所	H29:13か所	H33:36箇所	H32:50 自治公民館 H37:100 自治公民館	H32:15か所
参 <u>考</u> 值 ※3	67か所	53か所	47か所	20か所	16か所

① 12 市町村

② 国モデル市町村以外で、"<u>週に1回以上</u>、体操 を行う住民主体の通いの場"がある市町村数

14 市町村

※ 津山・高知式以外も含む。

③ 上記(①、②)以外の市町村数

17 市町村

鹿児島県における地域づくりによる介護予防推進支援事業(津山・高知式)取組市町村(28年12月末)



鹿児島県

4 国モデル市町村(H26~28)の取組のポイント(H29.1.19意見交換会資料)

(1) 住民への啓発(プレゼン・広報等)

市町村からのコメント

○効果的なプレゼンテーション

- ・説明時、あくまで自主教室、自己管理、自己責任であり、実施は強制ではない旨伝えるようにしている。
- ・初回は説明会とし、市の現状や今後の介護予防の 取組、事業目的についてスライドを使用し説明を行 なっている。
- ・町内の参加者の実際の声や、3ヵ月後の動画を 使って興味をもってもらうような説明を工夫している。

〇立ち上げるための根回し

- •区長会等で説明, 公民館借用依頼等の調整
- ・各地区での自治会長の集まりの場で周知を図った。
- ・民生委員・区長への働きかけをして自治会単位で 取り組めるようにしている。

県からのコメント

・先行市町村へ、新規市町村の立ち上げ支援を依頼 したところ、保健師と先行市町村の住民が一緒に なって講演をしてもらえた。既に取り組んでいる住民 のプレゼンテーションは説得力があり、これから取り 組む住民にとってよい目標となる。





4 国モデル市町村(H26~28)の取組のポイント(H29.1.19意見交換会資料)

(2) 立ち上げ支援

通いの場の支援者の確保

1 関係者研修

- ・介護予防インストラクター(こけないからだ体操を指導する者)の養成と研修を行った。
- ・協力員の研修の場として、市内3か所で開催するへルス主催の元気アップ教室を活用。

2 リハ職との連携体制

リハ職と年2回は情報交換会を実施。H28年度から、協力リハ職を登録し、派遣体制を整備

3 インセンティブ事業の活用

高齢者元気度アップポイント事業の活用。

4 人材活用

- ・通いの場の研修講師にリハ職を依頼した。
- ・体操の指導は健康運動指導士に依頼した。
- ・スタッフとして在宅看護師を検討している。
- ・体操の指導に、健康運動指導士や健康運動普及 推進員(自治体独自の取組)を活用。

通いの場のお世話役さん支援

1 負担の分担指導

- ・支援者の負担になりすぎないよう、参加者も含めた 役割分担をすすめた。また、体操の読み上げ用の紙 を作成し、必要な方に渡した。
- ・世話役の責任感や負担感を軽くするため、準備や運営をみんなで協力して行うよう説明。
- ・役員だけでなく、参加者全員で運営できるよう打ち合わせをおこなった。
- ・お世話役になる方には、自分だけで頑張りすぎないよう、また参加メンバーでできる人ができることを無理のない範囲で続けて楽しみながら継続できるよう伝達している。

2 男性への役割

男性には役割を持ってもらうようにしている。

3 お世話役さん研修会

フォローアップ研修として、お世話役さんを対象に 研修を開催した。

17

鹿児島県

4 国モデル市町村(H26~28)の取組のポイント(H29.1.19意見交換会資料)

(3) 継続支援

参加者のモチベーション維持の工夫

1 情報交換

(3年目市町村)

- ・場の代表が情報交換できる場として「集会」開催。
- ・介護予防市民講座で、住民による活動発表や住民主体の活動の効果を学ぶ講演(リハ職による講話)。
- ・3ヶ月に1回は、出来る限り担当職員が訪問や電話等で関わりを持つ。
- ・お世話役さん研修会、交流大会の開催
- ・健康祭りでのリハビリ相談実施。

(2年目市町村)

- ・体力測定時,ビデオ撮影を行い3ケ月測定後,保健師が出向き個別にビデオを見ながら評価を実施。
- ・長く続けているグループの3ヶ月後の効果、6ヵ月以降の効果などをお伝えし、続けることで様々な効果が出ることお伝えしている。また、無理なく続けられるような参加しやすい雰囲気づくりを心がけてもらっている。
- ・9か月・1年3ヶ月時の体力測定等の実施や評価報告会の実施。健康教育も導入。

市町村としての事業展開の工夫

(3年目)

- 市民講座開催に向け、各自治会長会、民生委員会、 各支援員への事業説明と周知を実施。
- ・立ち上げ2年間は、スケジュール管理に追われたが、保健師で分担し、ほぼ毎日地域に出向いた。 (2年目)
- 年度末に、体操実技研修会を開催した。
- 小規模集落は、校区単位の開催とした。
- ・町内で拡大するため、キーパーソンが集まる会等で 普及啓発を行い、参加者口コミでも広まっている。
- ・サロン活動や支え合い(見守り)活動に広がるような意識した声かけ
- ・モデル地区2か所を見学してもらい、展開を進める。
- ・民生委員の定例会や市民講座(先行市の講演)で 説明を行なった。今後は、立ち上がった地区から発 信して地域展開していきたい。

5 国モデル市町村(H26~28)における通いの場から総合事業や生活支援に展開した事例

- 十島村では、28年1月住民主体Bが立ち上がった。
- その他(H29.1.19意見交換会)
 - ・挨拶をするようになった、声かけをするようになった、地域で会話が増えたなどの声が聞かれる。
 - ・参加者同士での声掛け活動、集会所や周辺の清掃活動など。
 - ・地域サロンの開催・食事支援・教室への送迎支援等
 - 認知症カフェの開設

鹿児島県

6 平成29年度以降における都道府県としての市町村支援の仕組み

(1) 3年間の本事業を通じての市町村支援及び都道府県内で展開するための課題

前回(第2回AD会議)

① 地域特性に応じた市町村支援方法の確立 かごしまモデルとして市町村支援を担う振興局・ 支庁等は模索しながら支援している。

課題整理や方向性の確認等, 庁内連携の仕組 みが未確立である。

取組市町村が事業をより深化・発展させていくための,本庁・振興局・支庁等の役割確認や情報交換等の継続も必要である。

② リハ職派遣システムの構築

当県としてのリハ職派遣システムは、長年の懸案 事項であり、リハ職を確保できている市町村とそうで ない市町村とで、活用に差がでている。県市町村介 護予防委員会でも派遣システムを検討しているが、 離島も抱え、専門職の偏在や移動手段の問題等が ある。

当該事業をより県内に広めるには、リハ職派遣システムの構築が必要である。

今回(前回より変更がある場合のみ記入)

① 地域特性に応じた市町村支援方法の確立

立ち上げ支援が、同じ手法で対応できない市町村がある。(例:離島においては、先行市町村や保健所が地続きでない。また、島の集合体である市町村においては、住民グループ立ち上げ支援に5週連続で通うことや住民グループ同士の交流が困難。)

② リハ職確保等への支援

住民主体の通いの場を増やすためには、地域リハに 関わるリハ職の充実や派遣体制の構築が必要。平成 29年度事業として、地域リハ職を支える人材の育成と 資源調査を予定。

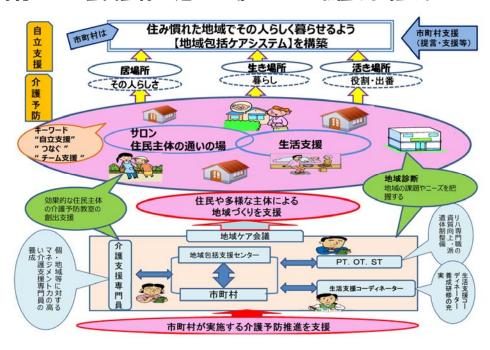
③ 継続的な事業展開への工夫

- ・必要な技術を身につけた人材養成が必要。 (例:適切な生活目標を導き出す)
- ・基本理念である、住民主体の地域づくりを、住民や地域で共有するための広報・研修の必要性。

6 平成29年度以降における都道府県としての市町村支援の仕組み

(2) 都道府県における通いの場の位置づけ・展開方針(総合事業や生活支援、地域ケア会議との連携)

全市町村での、住民主体の通いの場づくりの取組を目指す。



鹿児島県

6 平成29年度以降における都道府県としての市町村支援の仕組み

(3) 具体的な市町村支援の仕組み・内容 例) 予算や実施予定内容等

前回(第2回AD会議)

- 1 かごしま地域づくり介護予防推進支援事業(国庫 1/2:国介護予防市町村支援事業)
- (1)市町村介護予防推進支援委員会(直営, 年3回) 市町村介護予防事業の取組評価 等
- (2)市町村介護予防推進支援委員会·推進班会議(委託)

介護予防事業評価指標(28年度検討中)の検証・ 普及啓発 等

(3)介護予防事業従事者研修会(年3回)

市町村及び事業所従事者研修の実施(介護予防 活動普及展開事業含む)

- 2 地域支援事業充実·強化支援事業(県10/10:地域 医療介護総合確保基金)
- (1)全体会議・・・県全体での会議
- (2)エリア別会議・・・振興局・支庁等単位での会議(活動旅費含む)
- ※ 関係分のみ抜粋。

今回(前回より変更がある場合のみ記入)

- 1 かごしま地域づくり介護予防推進支援事業
- (1)介護予防事業評価指標の検証・普及啓発
 - ・県評価指標に基づき、各市町村は事業評価を実施。
 - ・各市町村の評価を深め、事業展開に活用するため、 県振興局単位で意見交換(1回×8か所)を実施。
 - 介護予防事業推進支援委員会委員を意見交換会に派遣し、評価指標の検証・普及啓発を図る
 - ・効果:県内全市町村が事業評価に取り組む。 評価指標の妥当性の検証を行う。
- (2)介護予防委員会における市町村介護予防事業の 取組評価
 - ・県全体としての市町村介護予防事業の取組評価。
 - ・効果: 県全体での介護予防事業の評価検証を行う。 国で検討中の評価指標の検討や, 研修を効 果的に組み込むための検討を行う。

平成29年度以降における都道府県としての市町村支援の仕組み

(4) 都道府県としての通いの場の評価指標とその定義(内容)

以下の理念に基づいて、全ての評価を行う。

- ① 高齢者の居場所(その人らしさ)、生き場所(暮らし)、活き場所(役割・出番)づくりに繋がっているか。
- ② 住み慣れた地域でその人らしく暮らせるような地域づくりに繋がっているか。

ストラチャー ① 住民主体の介護予防活動の基本的な考え方を関係者と共有しているか。 仹 ② 活動の対象となる地域を把握し、活動の考え方を普及できているか。 民 評価 ③ 「通いの場」を支え、地域展開する工夫をしているか。 主 体 ① 関係職員数(主務課, 庁内連携課, 連携職種等)(関係者の拡がりを把握すること) プロ の セス ② 地域の活動状況(自主活動実施数:サロンや公民館, グループ等) 介 ③ 世話役数,参加人数・率,導入地域数・率(導入地域数については実施単位ごとに把握) 評価 護予 ④ 脱落者数・率(体力的に活動についていけなくなった者,活動に消極的になった者等) · 防活動 ① 住民が自主的に介護予防活動に取り組んでいるか。 ②「通いの場」において、参加者間の支援や見守りにつながっているか。 ③「通いの場」が、地域の見守り活動やサロン活動の展開、生活支援の仕組みづくりにつながっているか。 ④「通いの場」や地区間での交流やつながりができているか。 ⑤ 地域活動へのリハ職の活用ができているか。 ⑥ 行政の立場から住民活動の見守りを継続的に行っているか。 ⑦ 参加者の変化を活動の評価の視点で確認できているか。(「通いの場」参加者の変化、「通いの場」の変化) ① 我がまちにおける, 高齢者の居場所・生き場所・活き場所数 (下記以外で, 高齢者の介護予防に役立っている特筆すべき場所数。例:美化活動, グラウンドゴルフ場数) トカ ム評 ② 65歳以上新規認定申請者数及び割合 ③ 65歳以上新規認定者数及び割合(要支援・要介護度別) 価 ④ 65歳以上要支援・要介護認定率(年齢調整済要支援・要介護度別) ⑤ 介護予防・日常生活支援総合事業の費用額,介護給付費(総額,年齢調整済サービス別ー人当たり) ① 日常生活圏域ニーズ調査等による健康に関連する指標の状況 普段の健康状態,現在の幸福度,生きがいの有無,地域のつながり等

参考1:新しい総合事業における評価指標(H28年度暫定版)

- 以下の理念に基づいて,全ての評価を行う。
 ① 高齢者の居場所(その人らしさ),生き場所(暮らし),活き場所(役割・出番)づくりに繋がっているか。
 ② 住み慣れた地域でその人らしく暮らせるような地域づくりに繋がっているか。

	ストラチャー 評価		地域包括ケアシステム構築に向けた ① 基本方針及び目的について,説明できる職員の養成や資料の準備が出来ているか。 ② 基本方針及び目的を共有し,関係部署間での連携体制が構築できているか。 ③ 市町村と地域包括支援センターとの連携体制が構築されているか。	
	各活動共通の	プロ セス 評価	量的	 基本方針及び目的が共有できるよう、企画・実施・評価のプロセスの中で、地域住民の意見収集や協議への住民参画が行われているか。 基本方針及び目的が共有できるよう、介護サービス事業者や医療機関など多職種に働きかけを行っているか。 地域資源を適切に把握できているか。(自治会や社会福祉協議会、NPO法人など) 行政課題を整理できているか。 長期的な視点をもって具体的な戦略を立てられているか。 関係機関において、共有情報の範囲、管理及び活用方法の取り決めをしているか。
	評価指標	アウ トカ ム評 価	量的	 ① 我がまちにおける、高齢者の居場所・生き場所・活き場所数(下記以外で、高齢者の介護予防に役立っている特筆すべき場所数。例:美化活動、グラウンドゴルフ場数) ② 65歳以上新規認定申請者数及び割合 ③ 65歳以上新規認定者数及び割合(要支援・要介護度別) ④ 65歳以上要支援・要介護認定率(年齢調整済要支援・要介護度別) ⑤ 介護予防・日常生活支援総合事業の費用額、介護給付費(総額、年齢調整済サービス別ー人当たり)
			質 的	① 日常生活圏域ニーズ調査等による健康に関連する指標の状況 普段の健康状態、現在の幸福度、生きがいの有無、地域のつながり等



各活動別の評価指標:住民主体の介護予防活動推進班、生活支援体制づくり 地域リハビリテーション活動活用推進班... 地域ケア会議活用推進班

参考2:新しい総合事業における評価指標評価指標の特徴

- 新しい総合事業が、「高齢者の出番や役割の創出」や「地域づくり」に 繋がっているかという視点を重視して作成。
- 抽象的な表現の項目もあるため、別途記載要領を作成予定。
- 全市町村で平成29年4月まで開始される「介護予防・生活支援サービス」や介護予防ケアマネジメント等との関連性を含めて、今後、示される 予定の国の評価指標の追加を行う。
- 各市町村において、庁内外の関係者で<u>目指す方向性を共有・確認</u> (規範的統合) しながら事業展開を考え、<u>改善に活かすツール</u>。
 - →現時点では評価できない項目もあり得る。評価できない項目について 要因や課題を分析することが必要。
- 評価指標を各市町村での試行を予定(~H29年6月) 試行評価をエリア別会議等に持ち寄り意見交換。
 - →評価項目や視点の微調整や評価精度の平準化を図る予定。

沖縄県



沖縄県における「地域づくりによる 介護予防推進支援事業」事業進捗報告



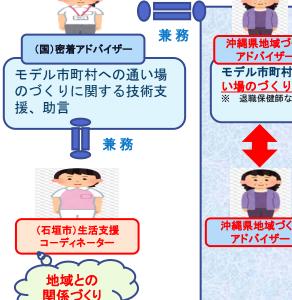
- レジェンド保健師と専門職などによるチームプレイで地域づくり
- ・ 総合事業、生活支援体制整備事業を見据えた地域づくり

沖縄県

大宜味村(H28.10.14)

- 1 都道府県としての市町村支援の仕組み
- (1)支援の仕組みと実施内容

レジェンド保健師(2名→3名)と県職員 による現場支援 地区診断(市町村作成)に基づき、ヒアリングを実施、 市町村の強みや課題の把握をし、住民説明会な ど支援を行っている。



名護市(H28.10.14)

132

1 都道府県としての市町村支援の仕組み

(1) 支援の仕組みと実施内容

地域づくりアドバイザー、リハビリ職、 生活支援コーディネーターによる現地 支援

チームプレイによる地域づくりに努める。





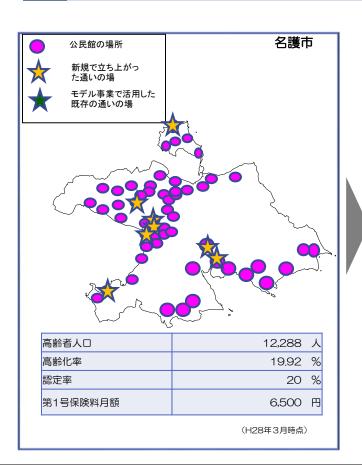
支援のポイント!工夫している点!

地域づくりを行うプレイヤーを結合し、手厚く市町村支援

「地域包括ケアシステム」は「地域統合ケアシステム」(三菱UFJ&コンサルティング岩名礼介)

沖縄県

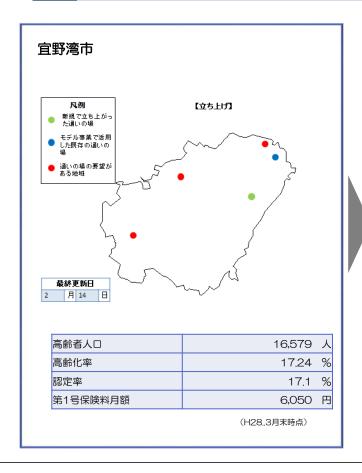
2 名護市の取組



取り組みのポイント等

- ・苦労した点:私たちが伝えたいことと、住民の集中できる・興味をもてる時間・内容を合わせることが難しい。人間関係・地域性もふまえた介入がとても大事だと感じた。
- ・課題:地域で体操を継続していく中で、その参加者だけでは 安全管理として不安が残る地域もあり今後サポーター養成も 検討していく必要がある。説明会が重要なポイントとなるため、 説明会の内容を名護市としてなぜ取り組んでいきたいか、個 人としてなぜ取り組むことがいいのか、リハ職も含めてプレゼ ン内容・方法を見直していきたい。後期高齢者だけではなく、 前期高齢者から壮年期の少し若い世代へ、介護予防の必要 性を啓発していく必要がある。
- ・県: ①この事業をきっかけに、リハビリ専門協会とのつながりができ、名護市内で地域を盛り上げていきたいと思っているリハ職とつながることができた。名護市は、リハ職の職員がいないため介護予防を積極的に勧めていくにはカ不足を感じる。よって、リ専協の協力は不可欠である。

2 宜野湾市の取組



取り組みのポイント等

- ・各公民館での住民説明会のセッティングの際には、第2層協議体の事務局である社協スタッフにも協力してもらった。
- ・住民説明会の際には、宜野湾市の介護保険計画や宜野湾市の現状、地域包括ケアシステム、総合事業についての説明もわかりやすく説明した後に、体操の効果について説明すると効果的であった。
- ・健康部門(健康増進課)の保健師にも協力してもらい、健康づくり推進員へも説明会を実施。40代~50代の若い世代にも体操を知ってもらう機会をもった。
- ・県の担当者が、モデル事業担当を集めての報告会を設けてくれたことで、取組の見直しや事業趣旨の再確認をすることができて良かった。
- アドバイザーが近くにいてすぐに相談できる体制が良かった。



沖縄県

2 竹富町の取組



取り組みのポイント等

- ・本町は石垣市に庁舎があり各離島に船で通って業務を行っている。天候次第で船が欠航になることもあり業務調整に苦労した。
- ・取り組みの工夫としては既存のサロン活動がなくなったことを きっかけに事業説明を行い、通いの場と介護予防について地 域の方が考える機会となった。
- ・地域包括支援センターの業務(高齢者料理教室や口腔ケア) 等に一緒に同行し、地域包括支援センターの業務終了時に合わせて事業説明を行った。
- ・県の支援で元保健師の長浜さんよりアドバイスを頂き、事業 説明及び立ち上げ後のフォローまで関わり、立上りやすい雰 囲気になった。
- ・今後の課題として継続できるようマンネリ化をしないような工夫と通いの場から地域課題を拾い上げる仕組みを検討する。



- 3 国モデル市町村(H26~28)における事業の進捗状況 ※平成29年2月時点
- ① 国モデル市町村(H26~28)における"<u>週に1回以上</u>、体操を行う住民主体の通いの場"*1の 拠点数と参加者数*2の推移(H26~28)

W-4711	石垣市	沖縄市	恩納村	伊是名村	渡嘉敷村	名護市	宜野湾市	竹富町
H27	8箇所230人	4箇所45人	1箇所14人	1箇所12 人	2箇所30人	-	-	-
H28	20箇所466人	7箇所100人	1箇所15人	2箇所24 人	3箇所45人	8箇所105人	2箇所30人	5箇所70人
目標値	47	55	15	5	3	110	66	10
参考值	200	103	9	2	1	44	66	4

- ※1:定期的に週に1回以上、体操を行っている通いの場をカウントしてください。ただし農繁期や降雪期など、住民の判断によりやむを得ず月に1、2回休む場合なども含めてカウントしてください。その際は※などで注記して、コメント(その条件の内容)を入れてください。
 - →定期的に週に1回以上体操を行っていない(月に1~3回が通常)ものは含めないでください。
- ※2:人数は延べ人数ではなく、1箇所1回あたりの平均参加者数(または名簿登録者数など)を積み上げてください。
- ※3:高齢者人口×10%÷25人(1箇所あたりの平均人数<仮>)で算出してください。
- ② 国モデル市町村以外で、"週に1回以上、体操を行う住民主体の通いの場"がある市町村数

14

市町村

③ 上記(①、②)以外の市町村数

19

市町村

沖縄県

4 国モデル市町村(H26~28)の取組のポイント

(1)住民への啓発(プレゼン·広報等)

名護市(H28モデル)

・初年度は、地域の代表者を集めての説明会から開始。区長・書記・老人会などへの参加を呼びかけ、日程を平日昼間で設定し案内文を公民館あてに送付。区長からの呼びかけのあった方で興味のある方のみの参加となった。よって、参加のない区もあった。民生員の定例会の場合は、普段地域の高齢者に深く関わっている方で関心は高いものの、自分たちへの負担を考慮し、積極的に体操をしたいと手をあげることへの不安を感じているように思われた。ミニディでの説明会では、高齢ということもあり、資料からグラフをはずしたり、重要な言葉を簡単な言葉で大きく表示したりと資料の修正を行なった。

・今年度は、名護市としての効果も確認したいと思い、 積極的な広報は行なっていないが地域の広報係が

すてきな活動だということで 取材し、一部地域の広報誌 に掲載するなどして、情報 提供できたと思われる。



4 国モデル市町村(H26~28)の取組のポイント

(2) 立ち上げ支援

宜野湾市(H28モデル)

- ・協議体のフォーラム(100名規模)の際に、介護予防、体操の効果について話せたことで、体操を知ってもらうことが出来た。
- ・社協や包括、健康部門の保健師へもいきいき百歳体操を知ってもらい、協力してもらえた。
- ・リハビリ専門職協会から専門職を派遣してもらい、 住民へ専門的なアドバイスをしてもらえた。
- ・今後も、社協のCSW、第2層コーディネーター等と 連携してチームで地域づくりによる介護予防を展開し ていく。



竹富町(H28モデル)

- ・当初は何をどうするのか、イメージが沸かずにいた がモデル事業と県の元保健師のアドバイザー支援で 立ち上げることができた。
- ・立ち上がった拠点から口コミで活動が広がり介護予防への意識が上がった。
- ・介護部門だけでなく健康部門の保健師も協力してくれるようになり、立ち上げのマンパワーが増えた。



沖縄県

4 国モデル市町村(H26~28)の取組のポイント

(3) 継続支援

石垣市(H27モデル)

「いきいき百歳体操の歌」 作詞 : 山田 善照

作曲: 下地 憲治 振り付け:久貝 道子 88歳の山田さんの 作詞。地域のサポーターが曲と振付 をしました。 交流会 でみなさんに披露



石垣市 (H27モデル)







5 国モデル市町村(H26~28)における通いの場から総合事業や生活支援に展開した事例

大浜地区(H27モデル) → 空き店舗を借り上げ、通いの場を立上げ。声かけや見守り活動へ





水曜日と金曜日は体操の日!



平成28年11月に法人設立 地域の空き店舗を借り上げ 通い場「おっかん家」で、会 食を試行的に実施。26人の 方が参加した。独居や高齢 者夫婦からは継続の声が多 々あった。体操やゆんたく では、みんなで誘いあい、閉 じこもりがちな方や認知症の 方への声かけ等、積極的 取り組むようになった。

11

沖縄県

国モデル市町村(H26~28)における通いの場から総合事業や生活支援に展開した事例

竹富町(H28モデル)

- ・体操を行う住民主体の場において、本町では生活 支援コーディネーターと一緒に通い場の立ち上げを 行っている。
- ・生活支援コーディネーターが関わることで<u>地域の</u>情報をキャッチしやすく、また信頼関係も築け、今後の協議体に繋がっている。



沖縄市 (H27モデル)

生活支援コーディネーターといきいき百歳体操 担当者間の連携により、住民主体による通いの場に おいて、「いきいき百歳体操」の活動が広がった。 (活動内容)

- ・住民主体による通いの場として、ゆんたく会や買い物広場、ダンス等の活動にいきいき百歳体操の実施が加わった。
- •それにより、新規参加者が増えてきている。



6 平成29年度以降における都道府県としての市町村支援の仕組み

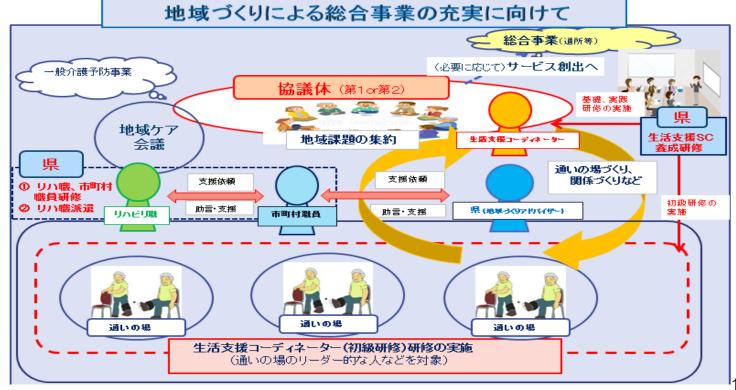
(1)3年間の本事業を通じての市町村支援及び都道府県内で展開するための課題

- ・ 「広域行政マネジメント」の第一段階である市町村への 都道府県職員による「地域診断」支援の充実及び評価の確立
- 他部局(保健医療部、保健所)との連携
- 地域づくりと地域ケア会議等に対応できるリハビリ職の人材育成

沖縄県

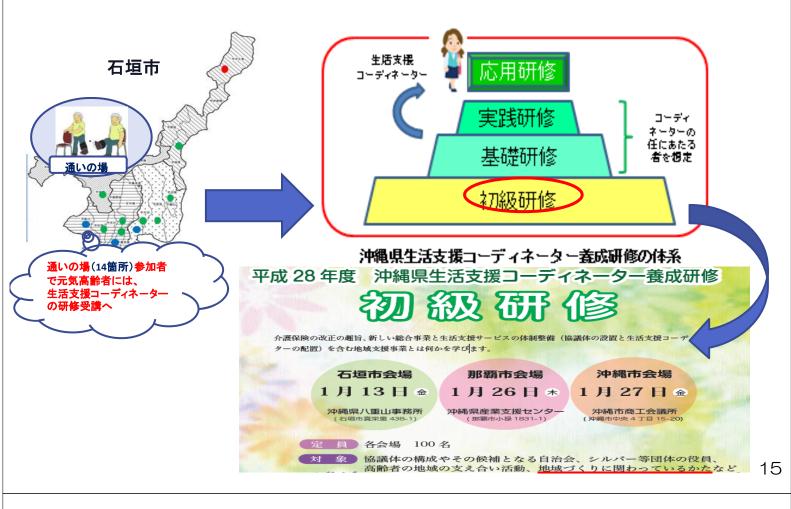
6 平成29年度以降における都道府県としての市町村支援の仕組み

(2) 都道府県における通いの場の位置づけ・展開方針(総合事業や生活支援、地域ケア会議との連携)



138

通いの場の参加者なども対象に生活支援コーディネータ一養成研修



沖縄県

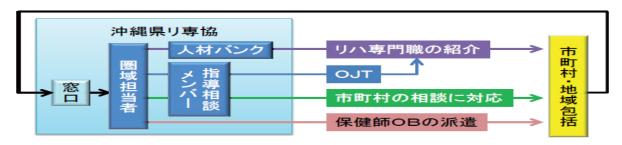
平成29年度以降における都道府県としての市町村支援の仕組み

- (3) 具体的な市町村支援の仕組み・内容 例)予算や実施予定内容等
- 沖縄県地域づくりアドバイザー派遣事業 (退職保健師を活用) 1

H28 3人 → H29 4or5人 (予算は下記2に含む)

- リハビリ専門職による地域包括ケアシステム構築事業 (下記実施体制) H 2 8 年予算 8,000千円 → H29 14,000千円 (上記 1事業も含む)
- 生活支援コーディネーター養成研修(初級、基礎、実践、応用研修、アウトリーチ) H29 7,500千円

平成29年度地域包括ケアシステム構築事業 実施体制(案)



- 沖縄県リハビリテーション専門職協会の役割
 - 1. 圏域担当者を定め、圏域ごとに人材紹介・派遣のコーディネートを行う。

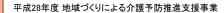
 - 人材バンクを活用して【リハ専門職の紹介】 (指導相談メンバーが)紹介したリハ専門職に対する【OJT】 (指導相談メンバーが)【市町村の相談に対応】
 - (3)
 - ④ 【保健師OBの派遣】
 - 2. リハ専門職、市町村・地域包括支援センター職員の研修の企画〜実施を行う。

6 平成29年度以降における都道府県としての市町村支援の仕組み

(4) 都道府県としての通いの場の評価指標とその定義(内容)

- ① 総合事業対象外となった方の参加者数
 - ・ 総合事業チェックリストから漏れた方の参加(セルフケア)
- ② 要支援者、総合事業対象者らの参加者数
 - 参加時点では、給付等サービスを受けていても、動機付け(エビデンス、近隣住民との交流)により、サービス→通いの場への参加を期待

その他、例)後期高齢者、虚弱の参加者数、友達につれてこられた数(引きこもり予防)、 通いの場からの派生的なサロンの増等々



第2回都道府県介護予防担当者:



花巻市における「通いの場」 の進捗状況について

∼高齢者が"お互いに支えあう地域拠点"を目指して~



花巻市健康福祉部長寿福祉課

1

花巻市の概要(H28.9月末)

■面積:908.390km²

-人口:98,241人

■高齢化率:32.3%

要介護認定率:19.7%

- 第6期介護保険料: 5.506円

■高齢者だけの世帯:26.2%

(単身高齢世帯:15.1%)







宮澤賢治生誕の地





◎通いの場の数

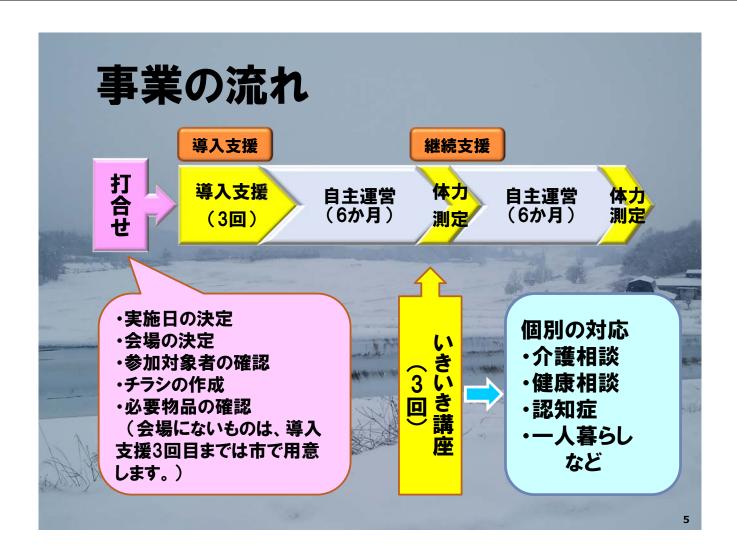
H26(H27.3)	H27(H28.3)	H28(H28.12)
3箇所	49箇所	73箇所
77人	843人	1,233人
平成74.2歳	平均75.8歳	平成75 1歳



31%=69/223行政区







行政の役割と住民の役割

行 政

- ・導入時3回まで専門スタッフによる体操指導と実施方法の支援
- ・体操DVDまたはビデオの提供
- ・体操資料を1人に1冊提供
- ・6か月毎の体力測定
- ・専門スタッフによる講座を定期的 に開催します
- 困ったときはいつでも対応します



住 民

- ・会場予約、かぎ開け、いす等の 会場準備、テレビ・DVDの操作 を、参加者全員で当番を決めて 行っていただいています。
- ・リーダーさんには市との連絡窓口 をお願いしています。
- ・自分の飲み物は持参します。

体操以外の活動は、自由に行っていただいております。

導入支援(3回)

~導入が決定した団体への支援~

1回目

- •体力測定
- •体操指導
- ・講話(動機付け)
- ·体力測定結果 説明
- •同意書記入
- ·基本CL記入



2回目

- ·講話 (血圧測定方法、 脳卒中予防)
- 血圧測定
- ・DVDによる体操
- ·DVD等操作 方法指導
- 住民運営に あたっての 役割分担

3回目

- 住民による実施の見守り
 - ·血圧測定
 - ·体操(20分)



運営のルールはみなさんで話し合って決定 グループ分けは、 チーム名は? 行政区の班? 名簿のあいうえお順? 更晴山地区 団体名 東晴山しちょうの会 「元気でまっせ体操」 お当番表 実施場所(00公民館 重暗山多田的研修集会持設 何時に集まる? 新しい人が入っ 民族成日: 区 卷道 火 项目 白山 何曜日がいい? たらどうする? 口 不定期(開催日時 (2) 下海 次回開催:① 月 日()② 月 日(③ 月 日()④ 月 日((3) 松原 ①氏名: 民主等ま 大管コル 公民館の予約は、 連絡窓口 椅子がないけ 4 どこに?誰が? (お当番のお仕事) 血圧計はどこに 9:30 43 保管する? テレビのつけ方 当年年11 色ぬりする県名カードの準備 は大丈夫? 血圧計の準備一(事発室) 体操の DVD をつける の体操のDVDをつける~ ○ 公民館の使用日誌の記入 の後片付け・構設ー ○公民館使用日誌の記入一 周知方法は? 鍵は何時に チラシのひな形 開ける? もし、自分がすべてやりたいというリー 必要ですか? ダーさんがいた場合は、それでいいかど うか皆さんにお諮りしています。

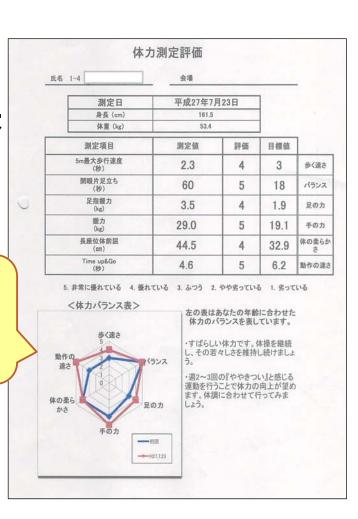
継続支援

- ■1か月後の電話支援
- ■困ったときの見守り
- 6か月後の体力測定
- ■各種講座(6か月毎)
 - ・低栄養改善・脱脳卒中対策
 - ・口腔機能向上
 - ・認知症施策
 - ・生活支援サービスの検討の場
 - ・行政からのお知らせ (マイナンバー制度の普及、特殊詐欺防止 等)
 - ・民間事業所の協力事業、委託事業
- ■介護予防講演会での活動発表



体力測定結果表 (継続支援)

初回結果を青線、 以降の結果を<mark>赤線</mark> で示します。



◇いきいき講座(6か月後評価の後実施)

- ①低栄養改善:栄養士による講話
 - ■食事のチェックシート
 - ■低栄養について
 - ■減塩、高血圧予防(脳卒中対策)



11

◇いきいき講座(6か月後評価の後実施)

- 2口腔機能改善
 - ■口腔機能についての理解
 - ■セルフチェック(反復唾液嚥下テスト、口腔内視診、発声持続時間等)
 - ■口腔体操(顔面体操・舌体操・唾液腺 マッサージ・パタカラ体操)
 - ※DVDの提供





◇いきいき講座(6か月後評価の後実施)

③認知症対策

認知症サポーター養成講座の開催

- ■認知症の正しい理解
- ■認知症の方への対応の仕方
- ■受診や相談先





認知症地域支援推進員

13

◇いきいき講座(6か月後評価の後実施)

③認知症対策

物忘れ相談プログラムによる簡易スクリーニング





家庭訪問による実態把握

- ■体力測定時に、認知機能の低下が疑われる方をチェック
- ■講座の際、物忘れ相談プログラムを実施
- ■結果および観察により詳しい相談が必要と思われる方には、後日包括支援センター職員とともに家庭訪問による実態把握や相談を行っている

◇いきいき講座(6か月後評価の後実施)

③認知症対策

◎通いの場における認知症施策の最終目標

■認知症の診断を受けた方が、認知症であることを周囲に話すことができ、周りからのサポートを受けられるようになること



- ・正しい認知症の理解により、本人が早期受診を受け入 れられる
- ・認知症の疑いに、早期に気がつく
- ・認知症の方への対応の仕方を正しく理解する
- ・いざという時にサポートを受けられる人間関係を築く

15

通いの場からの地域課題の解決例①

◎認知症の早期受診につながりました!

ご家族からお手紙をいただきました。

- 今先日、○○公民館でお世話になりました○○○の家族です。
- ○その後、○○クリニックへ行きました。はじめてではなかったのでスムーズに受診することができました。
- ○○○○という薬をいただいて、また、○日に行く ことになりました。
- あの時に、相談にのっていただき本当にありがと うございました。

通いの場からの地域課題の解決例②

◎認知症の行方不明者の方の発見につながりました!

H28.8月 高齢者の行方不明事案が発生

6:30 散歩に出かける 10:00 家族が警察へ通報 10:30 市も動き始める

18:00 発見との連絡を警察より受ける



翌日 約3 k m離れた地点の、『通いの場』で1年目の体力測定を実施。 講演会の内容に触れながら、"散歩をしている途中で道に迷うことがあるかもしれない"もし自分が迷ったら?迷っているような人をみかけたら?

⇒「昨日、迷っている人を見かけて、警察に通報したよ!」

【通報までの流れ】

- ✓ 参加者 1 午前10時ころから、公民館の周りに座っているおばあさんがいた
- ✓ 参加者 2 午後1時頃、近くの公園のベンチに近所の人ではないおばあさんがいて、私がトイレを掃除しているそばに付いてきて、どうしたのだろうと思っていた
- ✓ 参加者 1 午後3時頃出かけた先から戻ってきたら、家の周りの袋小路をぐるぐる回っていた。認知症の講座で習ったように、勇気を出してさりげなく声をかけると、名前を名乗った。自分の地域の人ではないことを確認した。暑い中、歩いていたようなので、まずは自分の家の中に入れて、麦茶を出したら5杯一気に飲んだ。おなかが空いているのではと思い、自家製のトマトを食べさせてから、警察へ連絡した。おばあさんは、「おかげで助けられた。」と何度も感謝の言葉を言っていた。

17

通いの場からの地域課題の解決例③

◎地域課題の話し合いから、体操実施日に合わせた スーパーの移動販売につがなりました!



参加者同士で地域の課題を話し合う機会を設けています。

・・・「自分たちの地域ではこんなことに困っている」「こんなことならお手伝いができる」との声

体操の後は、ワイワイお買いものお食事を一緒に食べて帰る方も。 自然と重いものを持って手伝っても









どう書こう・・・

保健師OBの方から健康のお話をしてもらいました。

STEP 2

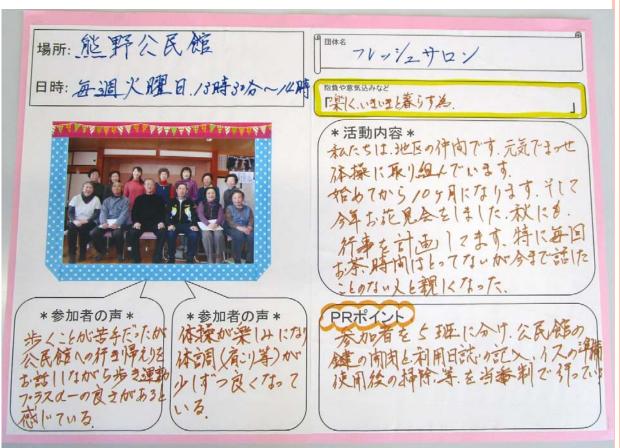
すべての参加団体が、自分の団体の活動を紹介します。



- •運営方法
- ·役割分担
- 体操以外の活動
- ・参加者の声
- ・P R ポイント 団体毎にポスターを 作ります。

19

◎完成した活動団体のポスター例



STEP3 全体へ発表



2:

平成28年度介護予防講演会 (H28.7.25開催)



実施団体から活動発表



23

参加者の感想(自由記載)

- ●体を動かすことが楽しい
- ●体が軽くなった
- ●仕事 (ボランティア) をはじめた
- ●皆さんと会って話をすることができて楽しい
- ●家で一人でやることは無理だが、楽しくできる
- ●あまり集まりに参加しない方が、参加するように なった
- ●人との関わりが面倒だと思っていたが、休みたく ないという気持ちになった
- ●地域、住民と顔見知りになったことも大きい

本人アンケート結果(上位6項目)

:回答者数605人 導入後6か月時点

質問	該当率(%)
楽しいと思うことが増えた	38.0
肩こりが軽くなった	35.7
気持ちが前向きになった	35.3
体の動きが軽くなった	34.2
やる気が出てきた	28.3
人と話すことが多くなった	28.0

25

家族アンケート結果(上位5項目)

:回答者数355人 導入後6か月時点

質問	該当率(%)
人と話すことが多くなった	27.7
顔色表情が明るくなった	27.0
集まりに顔を出すようになった	27.0
友達や付き合いが増えたようだ	25.4
よく眠れるようになったようだ	25.4

体操以外の活動は 自由に行っていただいています

- お茶のみ会
- お話し
- •手芸
- ・お食事会
- •コグニサイズ (認知症予防の運動)
- ●健康講座を独自で開催
- ●味噌作りの合間に体操

27

◎各地区の取組内容

みんながわかりやすいよう当番票を掲示



折り紙で作品作り



刺繍を取り入れたバックや服の作成



ピアノ演奏に合わせた歌の練習♪



半年たったら、お孫さんも体操を覚えてくれました。



◎運営がうまくいっているグループのポイント!

- >役割分担がきちんとできている
- ▶全員が主体的に参加しているところ
- >リーダーさんの負担が少ない
- ▶体操だけで帰っても、その他の取り組みがあっても、みなさんが会に参加することを楽しんでいる
- みんなが楽しく参加しているとリーダーさんも 嬉しい

継続を支える

立ち上げのきっかけは、

役割を与えられたけど、どうしらたいいんだろう? 問題意識をもっているけど具体的にどう行動したらいいんだろう? とにかく自分が元気になりたい。仲間を作りたい! という方をとおして地域に入っている。

立ち上がった後は、

マンネリ化してきそうだ、どうしよう。

もっとみんなを楽しませたい。こんなことも学びたい。

こんなケースどうしよう。

リーダーにはこんなに負担がある。もうやっていられない! リーダーさんの思いに親身に答えたり、リーダーさんが心配していることを参加者はどう受け止めているのか意見を集約したり、トラブルがあったときは解決方法を一緒に探したりの繰り返し。

あの手この手と新しいものを追加することよりも、住民の持っている力を 活かしながら、行政も、地域に積極的に関わっていく姿勢を見せることが、 住民さんが活動を継続するモチベーションにもなるのでは・・・

٦.

◎今後の展開(予定)

【通いの場を活用した目指す姿】

参加している人だけではなく、参加していない人 も必要な時につながることができる地域

その1:通いの場の拡大

①住宅が点在する山間地域、リーダーのなり手がいない地域をどうしていくか ⇒リーダーの発掘、若手の活用・・・・

②マンネリ化防止

⇒参加者の得意なことの掘りおこし・・・・

その2:

生活支援協議体(=住民主体の有償 ボランティアによるサービスA)との連携

公民館長・行政区長さんからは、 「今後の課題として、通いの場に来られる人は、比較的元気な人が多いので、閉じこもりがちな人を引っ張って来たい」との声



花巻市生活支援モデル事業について

花巻市内27地域(小学校区単位) の住民によるまちづくり組織 "コミュニティ協議会"を活用。

「地域で行う生活支援」の試行的取り組みとしてモデル地区を指定し、実施するための協議を行うとともに、生活支援を提供する。

平成29年4月から実施する「総合事業」に向け、地域の事例づくりと

制度の検証作業を目的とする。

①地域の「協議体」で 生活支援の体制づくり について「話し合う」



②有償ボランティアにより生活支援を提供する。



モデル地区

- ①宮野目地区
 - (宮野目コミュニティ会議)
- ②笹間地区

(笹間地区コミュニティ会議)

- ③八幡地区
 - (八幡まちづくり協議会)
- ④八日市地区 (八日市地区コミュニティ会議)
- ⑤亀ヶ森地区

(亀ヶ森地区コミュニティ会議)

⑥高松第三行政区

(高松第三行政区ふるさと地域協議会)

33

~花巻市生活支援モデル事業の流れ~ 意思決定→立ち上げ

(1) 地域での意思決定

①地域でのモデル事業受託の決定



②市との委託契約



③地域への周知・ボランティアの募集



④ボランティアの登録・管理 ボランティアの研修(市主催)

(2) 生活支援の提供 → 完了報告

ケアマネからボランティアの依頼 →

⑤ボランティアの手配・報告



ケアプランで決められた日程で →

⑥生活支援の提供・完了報告



⑦市へ月報、請求書の提出



⑧ボランティアへ謝礼の支払い

宮野目地区の事例

1 人口·高齢化率等(H28.3.31)

人 ロ 5,408人 高齢者人口 1,570人 高齢化率 29.03% 要支援1・2 87人 (うちヘルパー利用数



用数 4人)

3 契約主体、協議体メンバー等

①契約主体 宮野目コミュニティ会議 ②事 務 局 リ

③協議体メンバー

宮野目コミュニティ会議、社協宮野目支部 民生児童委員協議会、区長会、社協、 市、包括

2 受託までのスケジュール

月	内容
H28.5	コミュニティ役員、社協支部へ事業説明
H28.7	事業受託の決定、協議
H28.8	ボランティア研修の地区案内
H28.9	協議体準備委員会
H28.10	第1回協議体開催

4 特徵的事項

①社協宮野目支部による「ボランティアセンター」を開設(社協セーフティネット事業による独自の取り組み)

②総合事業の「生活支援メニュー」「支援対象者」 以外の生活支援ニーズは「ボランティアセンター」 で対応予定。

③社協地域福祉懇談会等において、総合事業、ボランティアセンターの周知。

※第1回目の支援は1月実施(ヘルパー同行の現場研修)

35

相談者、包括支援センター、居宅ケアマネ

サービス提供の依頼

地域福祉コーディネーター

サービス提供依頼の受付、ボランティアの派遣・依頼

住民団体

宮野目コミュニティ事務局

事業対象者への生活援助 の提供(訪問A)

市の研修を受講した 住民ボランティア

完了確認・請求事務

ボランティアセンター

(社協支部セーフティネット事業)

全住民への生活援助の提供 除雪・ペットの世話などの オリジナルメニュー

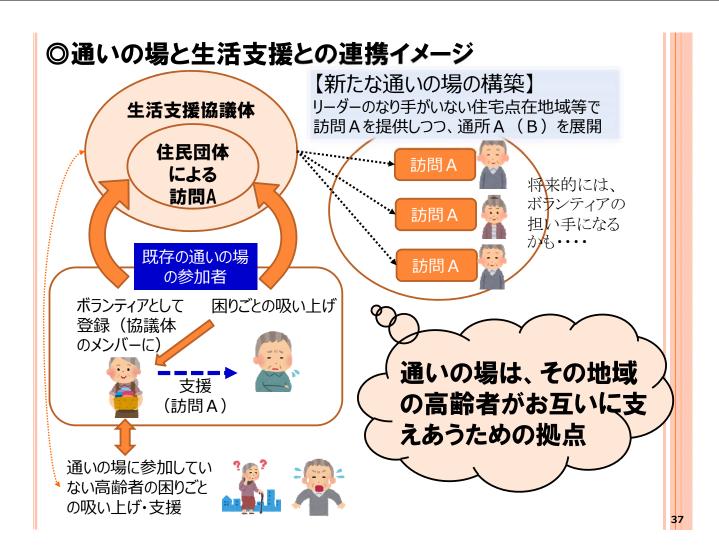
住民ボランティア募集・登録

完了確認・請求事務

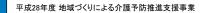
地域課題と地域資源の掘り起こし、生活支援メニューの決定 サービスの提供主体について検討、制度の周知方法の検討・場の提供 ボランティア募集方法の検討

協議体:『宮野目地区有償ボランティア協議会』

構成団体:宮野目コミュニティ会議、社協宮野目支部、宮野目地区民児協、区長会、社協、市、包括







第2回都道府県介護予防担当者・ アドバイザー合同会議(H29.3.3)

資料2-2

地域づくりによる介護予防

えびの市のはつらつ百歳体操の取組み





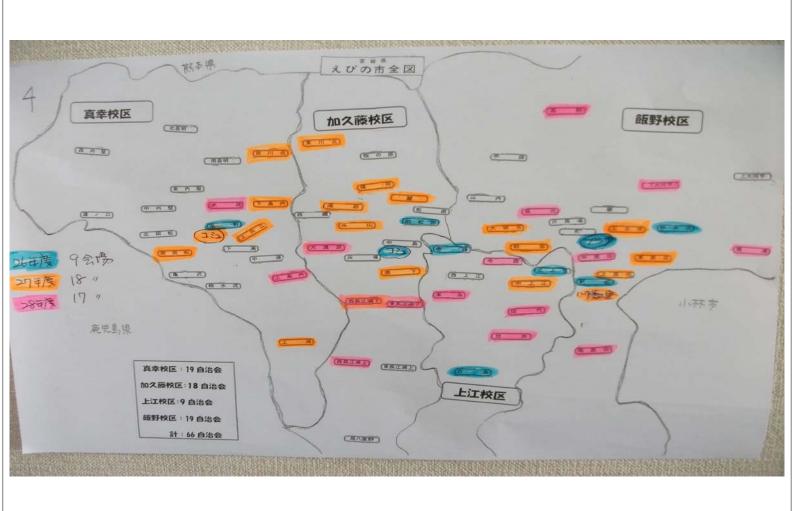
えびの市の取り組みについて

- 1 はつらつ百歳体操について
- 2 はつらつサポーター養成講座について
- 3 はつらつサポーター連絡会について
- 4 まとめ
- 5 今後の総合事業へ

1 はつらつ百歳体操について

☆えびの市のはつらつ百歳体操の内容

- ・受付 血圧測定と問診
- ■体をほぐす健康情報の提供や歌など
- ・DVD「いきいき百歳体操」を使っての筋力運動
- ・脳活き!(脳を活性化させるための指体操・クイズ等)



;	えびのホ	のはつら	つ百歳体	燥			
9 半数以上の自治会が耳	────────────────────────────────────	治会外を加える	┣━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━	場で行われ	────────────────────────────────────		
ここ半年間の参加者は	:1000人を超	え、介護認定を	を受けているブ	ちも参加され	います。		
運営の中心になってい	運営の中心になっているのはボランティアのはつらつサポーターです。						
U					29.2.22現在		
中学校区別	飯野校区	上江校区	加久藤校区	真幸校区	計		
自 治 会 数	19	9	18	19	65		
実施自治会(別計:自主運営)	14(1)	8	11(1)	8(1)	41(
65歳以上人口(28.4.1現在)	2921	1067	1737	2132	7851		
参加 実 数(ここ半年間)	364	177	292	210	1043		
毎週の平均参加数	239	115	189	111	654		
参加者で介護度認定あり	20	6	30	16	72		
最重度	要介護 4	要介護 1	要介護 4	要介護2			
運営を担っているサポーター	76	40	54	52	222		

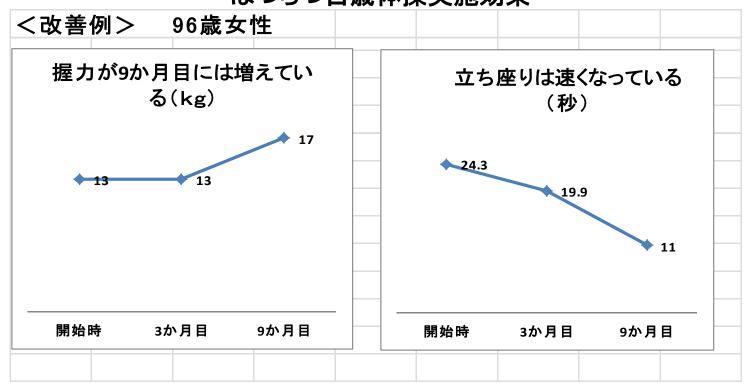


はつらつ百歳体操実施効果

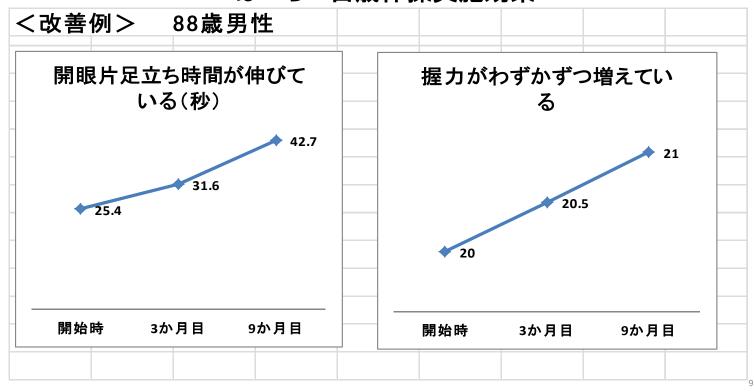
平均年齢77歳の方達が、百歳体操に毎選参加することで、体力を維持 向上させ、日常生活動作が身軽にできるようになっています。

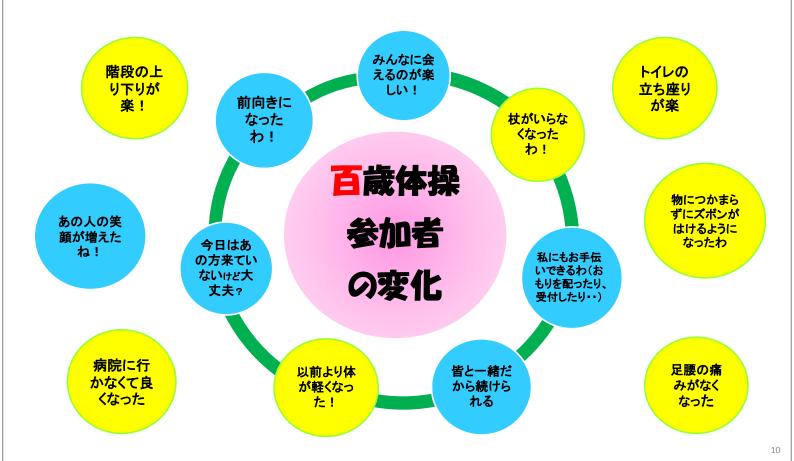
			ALC: NO.		
4回とも測定できた方の	平均	数値が増え	ると好転	数値が減	或ると好転
平均値	参 加	開眼片足立ち	握力	T&G(立っ ⁻	て歩いて
	回数	秒	kg	坐る)	秒
開始時		23.9	21.8	9.1	
3 か 月 目	10	29.6	22	8.4	
9 か 月 目	26	30	22.3	8.2	
1年9 か 月 目	56	未夹施	22.4	7.4	
	平均値 開始時 3か月目 9か月目	平均値 参加回数 開始時 3か月目 10 9か月目 26	平均値参加 回数開限片足立ち 砂開始時23.93か月目1029.69か月目2630	平均値 参加 開眼片足立ち 振力 kg 開始時 23.9 21.8 3か月目 10 29.6 22 9か月目 26 30 22.3	平均値 参加 開眼片足立ち 握力 kg 工&G(立っか kg) 開始時 23.9 21.8 9.1 3か月目 10 29.6 22 8.4 9か月目 26 30 22.3 8.2

はつらつ百歳体操実施効果



はつらつ百歳体操実施効果





自治会への立ち上げ支援

自 治 会

百歳体操の実施主体となる 公民館の無料使用 (使用料・暖房費・電気代等) 自治会長に実施申し出してもらうこと、 回覧で住民へ周知し説明会を開催 説明会後に実施が決まると、曜日と時間を調整しスタート



- ・説明会の回覧文提供・説明会へ出席し、説明
- ・立ち上げ支援は毎週1回4週支援
- ・その後は効果判定や継続支援及び自治会長へ報告
 - ・ 3 か月・ 9 か月・ 1 年 3 か月・1 年 9 か月時にフォロー実施後

えびの市地域包括支援センター

体力測定後個人へ返す結果表

		様	(歳)参	加回数()回 1	重り()本
*	最初	と今回行	た体力測定	Eの結果に	ま次の通	りでした	,
1、選欠(首が名	らくなった7	5が好転のエ	百日			
***	E13 7	~ ~ ~ <i>></i> ~ <i> </i> ~	J 73 43 7407	х —			
	٤	†足立ち(秒)	片足立ち(秒)	握力(kg)	握力(kg)		
		右	左	右	左		
最初							
今回							
2. 数1	直が但	らくなった7	ちが好転のエ	自			
	Ţ.	なち歩き回り					
		坐る(秒)					
最初							
今回							

さて、「はつらつ百歳体操」につきましては、自治会長様をはじめ、はつらつ サポーター及び自治会員の皆様のご協力により、毎週1回継続していただいて いるところです。

参加者からは、体操による身体機能の向上はもちろんのこと、身近なところ に安心して通える場ができたことに大変喜ばれております。

6ヶ月毎にこちらからも支援に出向き実施状況を伺っておりますので、ここ半年間の実施経過について下記のとおり報告いたします。

今後とも御協力のほどよろしくお願いいたします。

○支援日:平成28年9月28日 開始(平成27年6月24日)から1年3ヶ月目

1、 支援内容

講話「指ヨガ」 脳いきいき活動

2、実施経過

天心中上		
開始からの	参加人数	31 人
開始からの実施回数		65 回
ここ半年	参加人数	25 人 (男性 4 人 女性 21 人)
間	平均参加人数	15 人
	最高年齢	89 歳
	最若年齢	50 歳
	平均年齢	76 歳
	おもり最高本数	5本

自治会長へフィードバック

これは手紙の一部です。

		<開始時	。 (2回目)と3ヶJ	□ 目後(14	回目)に派	則定>		
1: }	男女別	にみた測	定者の	変化					
1)女(性								
				数値が多	くなると好	子転		数値が少な	なくなると好転
人数	平均	平均		開眼片足	立ち(秒)	握力〔kg〕		T&G(立:	5座り〕
	年齢	参加回数		左右平	均	左右平均			[秒]
			開始時 (28.4.11)		36.1		21.6		8.6
29人	73歳	9回	3ヶ月目 (28.7.14)		45.9		24.1		7.4
		評価			好転		好転		好転
2)男1	连			数値が多	くなると好	子転		数値が少な	なくなると好転
人数	平均	平均		開眼片足立ち〔秒〕握力〔kg〕		握力〔kg〕		T&G(立	5座り〕
	年齢	参加回数		左右平	均	左右平均			[秒]
			開始時		36.1		28.7		7.1
	74歳	7回	3ヶ月目		36.9		20		8.6
5人					好転				
٥٨		評価			AF LK				
		評価 5(体幹バラ	ンス)がタ	<u> </u> 子転してに					
			ンス)がす	子転してい					
※開即	艮片足立名								
※開即	艮片足立名	5(体幹バラ		変化		子転		数値が少な	よくなると好転
※開即	艮片足立名	5(体幹バラ		変化 数値が多	いる。	f転 握力〔kg〕		数値が少な T & G[立な	
※開即	限片足立转 2回共浿	がない 大学 の できまれる かいまま かいまま の できま の できま の できま かいま かいま かいま かいま かいま かいま かいま かいま かいま かい		変化 数値が多	いる。 らくなると好 立ち〔秒〕				

自治会長へ フィードバック

自治会への報告は男女別の 評価・どちらも測定できた人 の評価・最高齢者の評価の 表にしています。

1/

軽度認知症のチェック

① 自分で電話番号を調べて、電話を掛けることができますか	1. できる	2. できない
②リーダーとして、何かの行事の企画や運営を行うことができますか	1. できる	2. できない
③何かの会の世話係や会計係を務めることができますか	1. できる	2. できない
④ひとりでバスや列車を利用して、あるいは車を運転して、出かける	1. できる	2. できない
ことができますか		
⑤見知らぬ場所へひとりで計画を立てて旅行することができますか	1. できる	2. できない
⑥薬を決まった分量を決まった時間に飲むことができますか	1. できる	2. できない
⑦貯金の出し入れや、家賃や公共料金の支払い、家計のやりくりなど、	1. できる	2. できない
家計を管理することができますか		
⑧日用品の買い物をすることができますか	1. できる	2. できない
⑨請求書の支払いができますか	1. できる	2. できない
⑩銀行預金・郵便貯金の出し入れが自分でできますか	1. できる	2. できない
⑪年金や税金の申告書をひとりで作成することができますか	1. できる	2. できない
⑫自分で食事の用意ができますか	1. できる	2. できない
⑬自分で掃除ができますか	1. できる	2. できない
④洗濯物・食器などの整理ができますか	1. できる	2. できない
⑤手紙や文章を書くことができますか	1. できる	2. できない
I ————————————————————————————————————		

判断の基準(軽度認知障害の可能性)

65~69歳	11点以下
70~74歳	10点以下
75~79歳	8点以下
80~84歳	7点以下
85歳以上	6点以下

日本認知症ケア学会編 認知症ケアの標準テキスト 2011年版「改訂・認知症ケ アの基礎」より

脳活き!の様子







16

2 はつらつサポーター養成講座について

☆サポーター養成講座の目的

- まずは自分自身の介護予防に関する理解を深める
- •身近な人をはじめ、一人でも多くの人に介護予防の 大切さを発進!
- ・地域包括支援センターが実施する事業のサポート

はつらつサポーター養成講座

	実施日時	内容	講 師
	1月31日(火)	- 開講式	介護保険課課長
1	午前 9 時 30 分	・オリエンテーション ・自己紹介	包括支援センター
•	~	・講話「筋力を鍛える意義と百歳体操について」	
	午前 11 時 30 分	• 実技:百歳体操	
	2月7日(火)	・講話:「食べることを大切にしましょう」	健康保険課
2		介護予防の基本は食べること	市民健康係
~		食事の果たす役割 不足しがちな栄養成分	栄養士
		• 実技:百歳体操	
	2月21日(火)	・講話:「口腔機能を向上させましょう」	歯科衛生士
3		口腔ケア・かむ力・飲み込む力	
3			
		• 実技:百歳体操	
	2月28日(火)	・先輩サポーターの活動報告を聞こう	包括支援センター
4		実施している会場からの報告を聞き、交流	
-		・サポーター活動の実際	
		・実技:百歳体操のポイント確認	
	3月7日(火)	・講話「認知機能の低下を予防しましょう」	包括支援センター
5		脳の仕組みと関連の病気	
9		脳いきいきレク	
		• 実技:百歳体操	
	3月14日(火)	• 実技:百歳体操	えびの市社会福祉
6		・講話「ボランティア活動とは」	協議会:ボランテ
J		・今後のサポート活動	ィア育成担当
		・閉講式(はつらつサポーター認定証授与)	介護保険課課長

	8期 サポーター		↑ III (+ 1	也域別に5班に	カルブキリキ	*		
						9		
	1月31日	2月7日	到	II長・副班長を	決めましょう			
8:45	会場準備·受付	会場準備·受付						
	血圧測定・おもり渡し	血圧測定・おもり渡し	*当番班	の役割:①準備	第 ②進行			≘≢£ra†
	出口·松井·先輩応援	出口・松井:担当班	①準備:血圧	E計(上腕用)を持つ	ってきてくださいー	+最低3台		講妈
旦当	進行 : 萩原	真幸A 班	会場設営	は:8時45から				
9:30	開講式: (10分)	栄養士	・机・イ	ス:受付用・血圧測	定用・受講生用		. 44	<u>- クニ</u> =
	·介護保険課·課長挨拶	市民健康係後藤 恩氏	受付•血	圧測定・おもり渡し	の流れ:会場設営	終了後スター	,]	行
	・講座の目的と進め方	「食べることを	•受付:	出席の印をつける	。当日の配布資	[料を渡す。		
	センター長	大切にしましょう」	・血圧を	E測定し、記録用紙	に記入。(記録用	紙は本人保管	F)	
	自己紹介:1人30秒以内		・おもりを各自取ってもらう。初日は全部1本ずつ入っている。					
10:00	(気分転換含) 萩原(40分)	2日目以降は2本ずつ入れておき、各自調整してもらう。					
	筋力を鍛える意義と		2日目3	以降の重りの片づけは	、入っているおもりの	本数別に。		
	百歳体操について	質疑も含めて	最終日					
	出口 (20分)	(60分)		で保険料を集める・写		4		
10:30	休憩	休憩		合本を事務局か			会本(二)年 2 2	2
10.50	(10分)		Z/E1J·F	コーク・サーク・カー・ファイン	・う反しよりの	C. 21124	多号に進める	9
10.40	いきいき百歳体操	·脳いきいきゲーム		14T 45 000 5	〇副班長			
10:40	いざいざ日威体探	・脳いさいさケーム		班紀の班長				
		10.11 (00.4)		真幸A	9			
		松井 (20分)	\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	7 ^{真幸B}	9			
11:00		いきいき百歳体操	養成講座の	加久藤・昌	8			
	(30分)		運営を受講生	が「上江	8			
			/					
	班編成及び運営当番		担うポイント	飯野·末永	10			
(班編成及び運営当番 を決める		担うポイント	飯野・末永	10			
11:30	を決める	(30分						
	を決める 出口 (15分) イスのみ	(30分前半:講義形式		飯野・末永		てくる人・進	1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1)ましょう
	を決める 出口 (15分)	(30分				てくる人・進	生行係を決め)ましょう
座席の形	を決める 出口 (15分) イスのみ 前向き	(30分前半:講義形式	*班長・記		血圧計を持つ	てくる人・進	≜行係を決め)ましょう
座席の形 寺って	を決める 出口 (15分) イスのみ 前向き	(30分 前半:講義形式 後半:体操イスのみ 重り(ベルト)・CD・出席簿	*班長·副	引班長を決め、 ニーターの参加と役	血圧計を持つ			かましょう
座席の形	を決める 出口 (15分) イスのみ 前向き 名札・重り(ベルト)・CD	(30分 前半:講義形式 後半:体操イスのみ 重り(ベルト)・CD・出席簿	*班長·副	引班長を決め、	血圧計を持つ	先輩たち	の役割を	かましょう
座席の形 寺って	を決める 出口 (15分) イスのみ 前向き 名札・重り(ベルト)・CD 出席簿・血圧の記録用紙 資料(百歳体操・ゲーム・ 活動の手引き)	(30分 前半:講義形式 後半:体操イスのみ 重り(ベルト)・CD・出席簿	*班長・副 *先輩サホ ① 1回目 ② 5回目	引班長を決め、 ニーターの参加と役	血圧計を持つ		の役割を	かましょう



サポーター養成講座の様子





これまでのサポーター養成数

年度	回数	養成数		
26年度	2回	68人		
27年度	3回	112人		
28年度	3回	97人(予定)		
	80	277人(予定)		

20



3 はつらつサポーター連絡会について

☆サポーター連絡会

- •会員の知識及び技術の向上のための研修会等 の開催
- ・サポーター活動の調整
- ※会員はボランティア団体として登録しボランティア保険に加入

28年度 サポーター連絡会の活動

<会員数>29年2月時点の会員数227人 実施中の養成講座受講中35人

- 1. 各地域ではつらつ百歳体操運営 44会場:運営しているサポーター222人
- 2. 養成講座支援 初日の運営支援と「先輩の活動を聞き、交流しよう」への参加 延べ33人
- 3. 研修及び情報交換等

内。 容	回数	参加数
研修 - 手話歌とマジックショウ(5月 総会時) - 歯科の最新治療と口腔ケア(7月) - レクリエーションの実技指導(9月) - 楽しく体を動かそう(11月) - 認知症の方とのコミュニケーション法―回想法(2月)	5回	378人
情報交換:いらっしゃい!うちの百歳体操へ ・加久藤・真幸・飯野・上江校区:各2自治会	8回	115人
情報交換:校区別研修 ・上江校区 (12月) 他の校区(1月)	4回	123人
短期集中の百歳体操支援(飯野校区) (9月)	1回	5人
飯野小学校6年生との交流会 (7月)	1回	29人
役員会 (5月·11月·12~1月)	3回	36人

4 まとめ

- (1) 取り組みのポイント
- (2) 28年度の取り組み
- (3) えびの市のはつらつ百歳体操の取り組み

24

取り組みのポイント・特徴・工夫した点

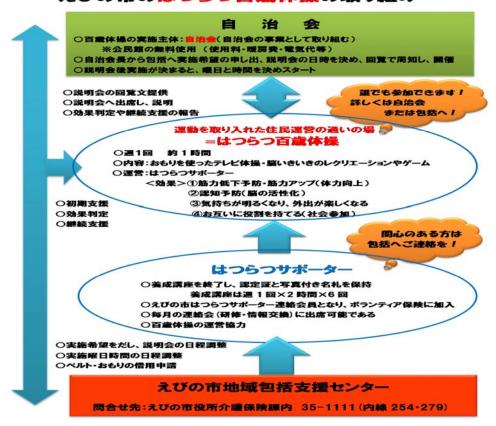
可視化・共有化 ⇒ 情報を誰でもわかるようにし、誰でも出来るようにする

項目	ポイント	工夫した点
1. 百歳体操	・自治会主催	・自治会長の申し出で説明会
	・サポーターがいること	・養成講座を適宜実施
	・開始後4回の支援	・アセスメント実施
	・3 カユ月評価	体力測定結果は当日本人へ
	・9 カユ月評価	・会場ごとの評価を自治会長へ
2. サポーター養成	・1 期から同じカリキュラム	独自のテキスト
	・2 日目の運営から受講生参加	・タイムテーブル
	・ 先輩の支援	• 各種台本
		・先輩の支援内容
4. サポーター連絡会の内容充	・養成講座1期終了時に会を立	・ボランティア保険に加入
実	ち上げ	・徐々に会員が増えることへの
	・ボランティア団体として登録	支援
	セルフケアの研修	• 学習内容
5. 情報発信·啓発	・説明会の回覧文作成	わかりやすい体操の説明
	・体力測定結果を自治会長・サ	・最新データの作成
	ポーターへ報告	・市広報への掲載、文化祭や市
	・市民全体への広報	役所ロビーでの展示、高齢者
	• 養成講座	クラブ女性部研修での事例
		発表・各種出前講座・生涯学
		翌堆進士会での自治会発表

28年度の取り組み

- 1 自治会への働きかけ
- 2 運営を担うサポーターの養成は適官行う
- 3 市全体の活性化のためには、経済の循環も考慮
- 4 山間部の地域での実施への働きかけ
- 5 フォロー体制の確立
- *これらが行えた背景には①マンパワーの充足と②テレビ等の貸与がある

えびの市のはつらつ百歳体操の取り組み



5 課 題

- (1) 未実施自治会への働きかけ
- (2) 実施している自治会・サポーターへの支援
- (3) 支援する側のマンパワーの確保
- (4) はつらつサポーター連絡会の活動体制の確立
- (5) 総合事業等とのかかわりをどう進めるか
 - ①年度内に百歳体操を実施する自治会は66%になる。これは多くの 自治会で顔見知りの関係で集まる場所があるということになる
 - ②百歳体操の参加者(ここ半年以内の実数)の7%(72人)は介護認定者である。 会場によりばらつきはあるが0~7人
- (6) 庁内各課との連携

資料2-1

地域づくりによる介護予防 笑顔ころがる ころばん体

~ 立ち上げから継続支援、そして今後の展開について~

鹿児島県いちき串木野市 地域包括支援センター 中袴田 洋絵





がいっぱいのまち /chikikushikino City



「i」が6文字 日本一の市

- 平成17年10月11日生まれ 11歳
- 面積 112.30平方キロメートル
- 東シナ海に面する吹上浜北端。年間平均気温 18度の温暖な気候。
- 1つの航路、2つのインターチェンジ、3つのJRの 駅がある。
- 好きな植物:サクラ(市花)、マツ(市木)
- 好きなもの:共生協働のまちづくり、安心安全、 活力ある産業、快適な環境
- 好きな言葉:「人が輝き、文化の薫る、世界に 拓かれたまち」
- 嫌いな言葉:人口減少、景気低迷、税収減
- 特技:「食」を核にしたまちづくり

「食のまちづくり宣言」や「焼酎で乾杯条例」「薩 州串木野まぐろプロジェクト」など他市にない取り 組みを官民共同で進めている。

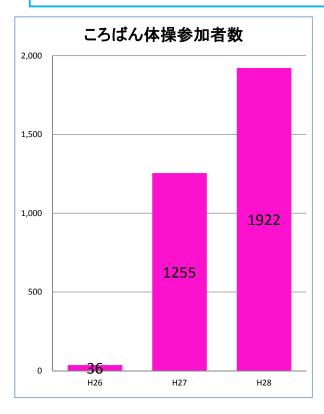
いちき串木野市における高齢者の現状

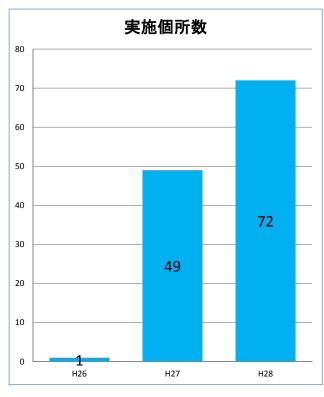
総人口	65歳以上		75歳以上		
	人口	高齢化率	人口	高齢化率	
28,910 人	9,923 人	34.3 %	5,325 人	18.4 %	

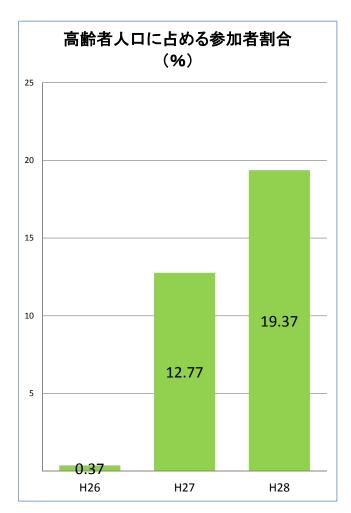
平成28年12月末現在

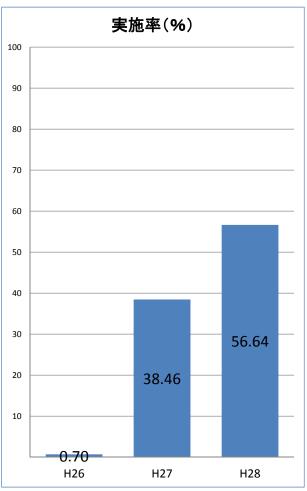
2

参加者数・立ち上げ箇所数

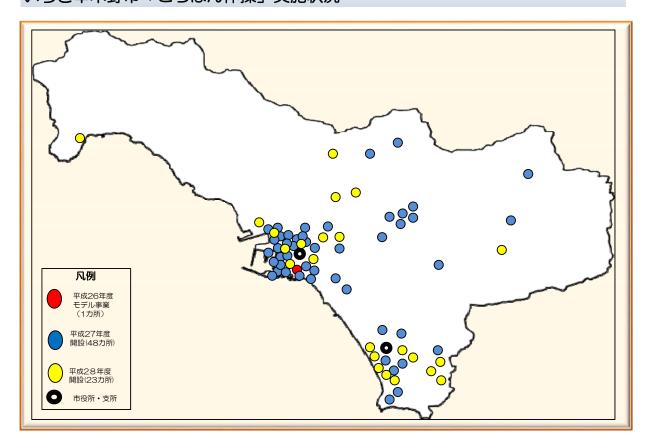




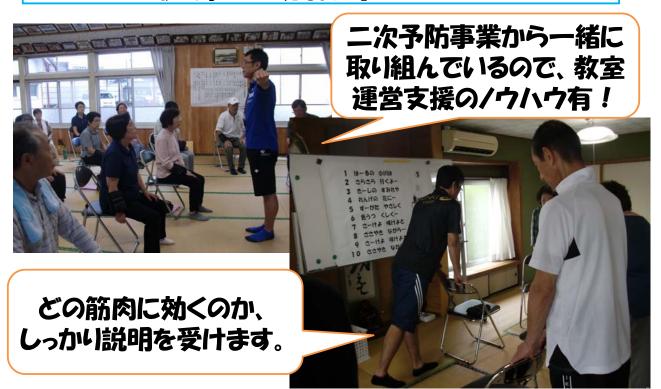




いちき串木野市「ころばん体操」実施状況



立ち上げ最初の5回と3か月評価は健康運動指導士に!



住民の皆さんが運動の先生!!

6回目以降は自 分たちで運営し ます!

前に出る講師役は交 代でしています。







住民さんの手作りです!!

まるで住宅改修の様(旧大工さん) (以前は苔で滑りそうな坂道でした)





四姉妹がそれぞれの公民館で頑張ってます!!









10

参加者全員でお当番を決めて、 準備や後片付けも当番でしています。



・高齢者元気度アップ地域包括ケア推進事業(県100%)により、グループポイント1回1P(1000円)、世話役ポイント個人1P(100円)が付与されます。

継続の秘訣??(立ち上げ1年9か月)

最初は我々も「半信半 疑」でした。こんなふ わっとした運動で効果 が出るのか?と。それ がしっかり筋肉に効い て、今では週に1回身 体のメンテナンスをし ているようなものです。 a Administration of the Control of t

膝が痛くて、月に2回 膝の水を抜いていまし たが、今ではほとんど 抜かなくても良くなりま した。

まっこてよかこ とを、 はじめっく いやったなあ! 皆さんと会うのが楽し みで、館長さんが準備 して下さる脳トレも楽し みです。

秘訣第1位:運動の効果

秘訣第2位:交流

12

ころばん体操本家本元へ 津山市「沼」公民館10年目

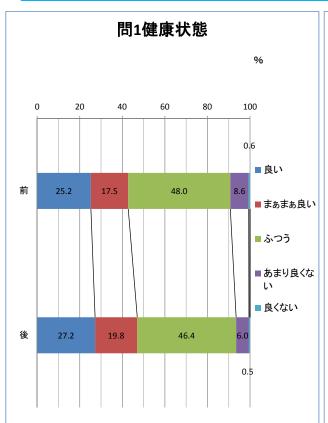
・「通いの場」が そこにずっとあ ること。 ・いつでも、だれ でも、また、い ける!

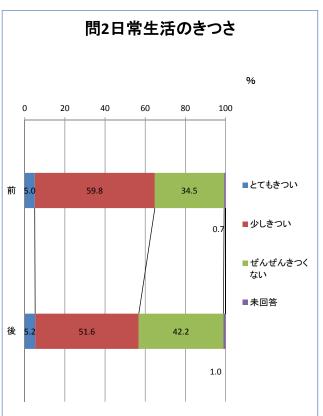


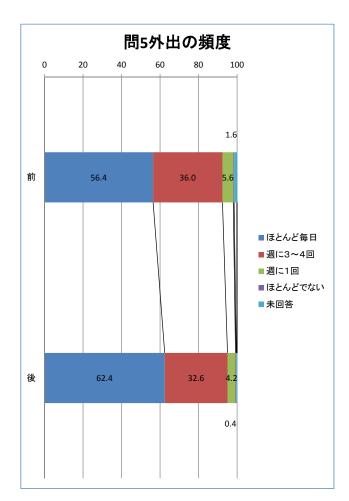
病気で3年間休んだけど、 また来れてうれしいわ!

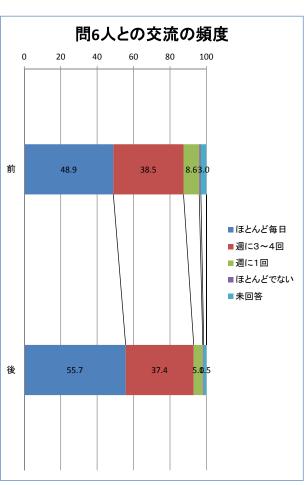
「10年継続の**礼記**??」 そんな特別なものはありません。 みんな、ここを楽しみに してるだけ。 「**来るのが楽しみ**」 なだけですよ

体操による効果









継続支援①

地域リハ職によるころばん体操開始!

中級・上級編 体操の指導



体力測定!!

16

9か月目の体力測定以降、 年1回の体力測定と運動指導へ



継続支援② リハ職と一緒にお世話役さん研修会



日曜日開催! 研修内容もすべてリハ職が 企画・運営

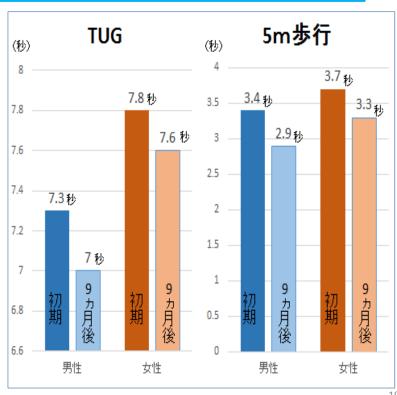
グループワークも! リハ職として、地域の皆さんのため にできること。



18

リハ職が伝える運動の効果





リハ職が伝える運動指導



運動の「誤用」「過用」には 気を付けて!



地域リハビリテーション活動 コアメンバー会議

-「ころばん体操」への参加

・「運動マニュアル」の作成

広域リハセンターから指導・助言を受 け、市独自で活動を開始しました!





リハ職の普及啓発 市来ふれあいフェスタ(地域イベント)





県のバックアップ体制

- トップセミナー開催
- 事業の進捗管理
- 現地支援内容の検討、助言
- アドバイザーとの連絡調整
- 各種報告書作成における助言
- 全体研修会、戦略策定会議の実施
- かごしま地域づくり介護予防推進 支援事業体制整備と、推進支援委員 会の開催

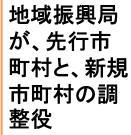
- ●住民主体の介護予防活動推進班
- ●生活支援体制づくり推進班
- ●地域リハビリテーション活動推進班
- ●地域ケア会議活用推進班



24

地域づくりによる介護予防推進事業 ~かごしまモデル~

H26 2先行市(いちき串木野市・日置市)



H27 5先行市町村



H28 新規モデル市町村



県内43市町村 独自実施もあり

評価について

市としても、県としても悩んでいます。

生活支援体制整備や地域ケア会議、 地域リハビリテーション活動と連動して、事業が展開されているか?

- 市町村としても、共通した指標項目があるとありがたい。
- ・他市との取り組みの比較もでき、参考になる。
- ・地域が元気になった、住民が幸せに なったということを示す指標とは?
- ・いざ、指標シートとしてあらわすと、何 を持って「できている」「できていない」と 判断するのか?

26

他の事業と連動して(地域ケア会議)



いちき串木野市介護支援専門員協議会 (主任ケアマネ検討会)

• 勉強会にて、「ころばん体操説明会」実施。

• 主任ケアマネによる自立支援に向けたケアプランの資質向上検討会

- ころばん体操をケアプランにぜひ!
- ・インフォーマルなサービスへ。
- ころばん体操の場にも顔を出してください。

・地域ケア会議からでた課題を整理し、課題分析票へ。

・介護保険のサービスを利用 しながら、ころばん体操に参 加することで、地域に居場所 ができます!卒業の受け皿 としても!!

・個別の事例を丁寧に検証し、ケアプランの資質向上へ。

28

訪問リハからころばん体操へ



ころばん体操開始時は副公民館長 脳梗塞から高次脳機能障害へ 要介護3

現在は、訪問リハビリは卒業 奥様と一緒に毎週ころばん体操へ 地域の忘年会ではカラオケも!



認知症対策や、在宅医療介護推進の場として





認知症地域支援推進員

在宅医療について(出張講座)

30

ころばん体操参加者が徘徊模擬訓練



90名(ころばん体操 7グループ)参加

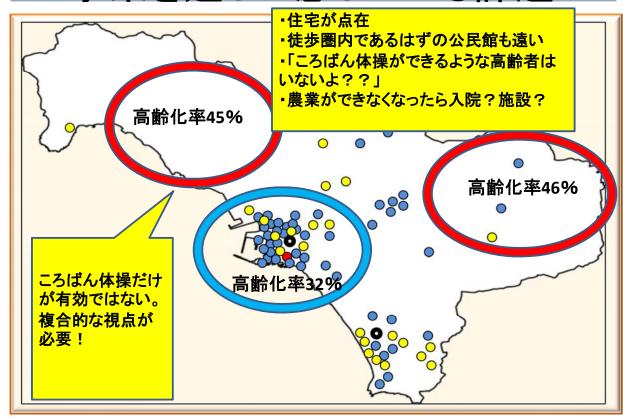
声かけ訓練

ころばん体操がきっかけで 包丁研ぎのボランティア!

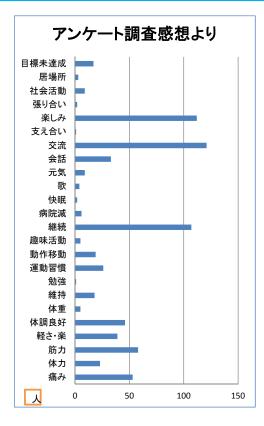


32

事業を通じて感じている課題



これからの展開(複合的な視点で)



- ・高齢者の生活の丁寧な実態調査
- ・地域ケア会議を通しての地域課題を住 民と一緒に
- ・生活支援コーディネーターの活用
- •在宅医療介護連携の推進
- ・多様なサービスの開発



美化活動などへの広がり

※未務や地域にかって

コーディネートを行います

平成 28 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 地域づくりによる介護予防の取り組みの効果検証・マニュアル策定に関する調査研究事業 報告書

平成 29 (2017) 年3月

発行:株式会社日本能率協会総合研究所 社会環境研究事業本部

〒105-0011 東京都港区芝公園 3-1-22

TEL: 03-3578-7500 FAX: 03-3432-1837