



第④回 健康寿命をのばそう! アワード

介護予防・高齢者生活支援分野

健康寿命をのばそう!

| 受 | 賞 | プ | ロ | ジ | ェ | ク | ト | 事例のご紹介

厚生労働大臣 最優秀賞

企業部門

団体部門

自治体部門

表彰の目的

厚生労働省では、平成23年2月より、より多くの国民の生活習慣を改善し、健康寿命を延ばすことを目的として、「スマート・ライフ・プロジェクト(Smart life Project)」を開始し、3つのテーマ(適度な運動、適切な食生活、禁煙)に添った取組を推進してきました。

さらに、平成25年12月に成立した「持続可能な社会保障制度の確立を図るための改革の推進に関する法律」第2条、第4条及び第5条において、健康管理、疾病予防、介護予防等の自助努力が喚起される仕組の検討等を行うことと規定されたところです。

これらを踏まえて、この表彰制度は、特に優れた取組を行っている企業、団体、自治体を表彰し、生活習慣病の予防推進及び個人の主体的な介護予防等の取組につながる活動の推奨・普及を図るとともに、企業、団体、自治体が一体となり、個人の主体的な取組があいまって、あらゆる世代のすこやかな暮らしを支える良好な社会環境の構築を推進することを目的としたものです。

第4回健康寿命をのばそう!アワード(介護予防・高齢者生活支援分野)実施概要

実施期間	<<取組の募集>> 2015年5月～6月 <<取組の評価>> 2015年9月 <<表彰式>> 2015年11月16日(月)11:00～ 会場：丸ビルホール(東京都)
募集方法	地域包括ケアシステムの構築に向け、地域の実情に応じた優れた取組を行っており、かつ、それが個人の主体的な取組の喚起に資するような取組を行っている企業、団体、自治体を都道府県が推薦する。
募集部門	①企業部門 ②団体部門 ③自治体部門

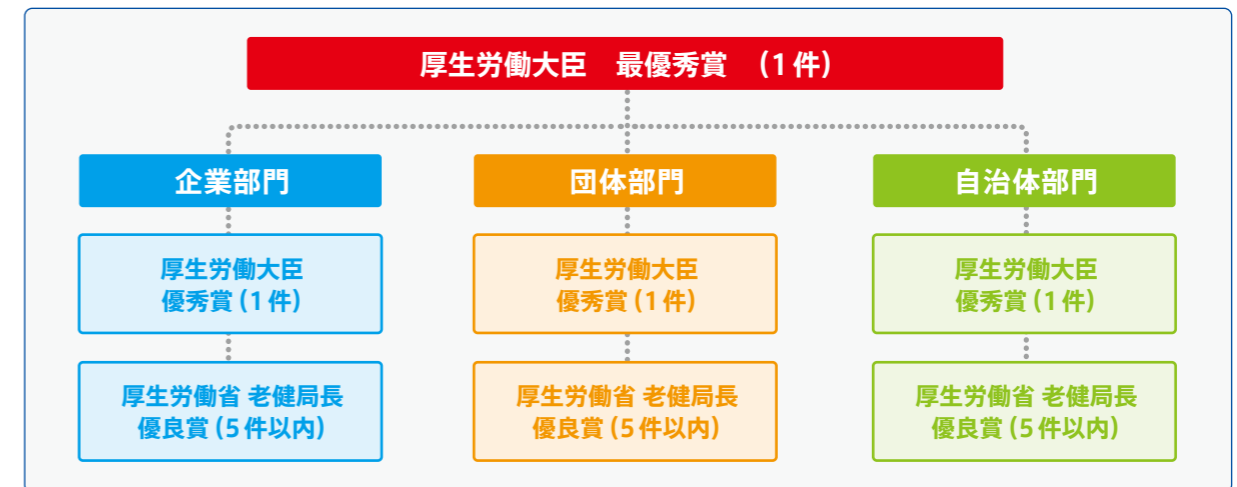
評価委員長

大森 彌 東京大学名誉教授

評価委員

雨師みよ子 一般社団法人日本介護支援専門員協会常任理事
 鎌田久美子 全国保健師長会会長
 栗原 正紀 一般社団法人日本リハビリテーション病院・施設協会会長
 齊藤 秀樹 公益財団法人全国老人クラブ連合会常務理事
 迫井 正深 厚生労働省老健局老人保健課長
 寺尾 徹 社会福祉法人全国社会福祉協議会常務理事
 中村 春基 一般社団法人日本作業療法士協会会長
 辺見 聡 厚生労働省老健局振興課長

表彰の対象



表彰者一覧

厚生労働大臣賞

表彰名	事業者・団体・自治体等の名称(所在地)	取組名
最優秀賞	株式会社堀内組(長崎県佐世保市)	高齢者が住み慣れた地域で住み続けられるよう支援していく取り組み
優秀賞	企業部門 株式会社ミタカ(熊本県嘉島町)	高齢者の健康と生きがいづくりに関する取り組み
	団体部門 金見水曜クラブ(鹿児島県徳之島町)	元気な集落は、憩の場から～金見水曜クラブ～サロン活動を中核とした地域活性化!!
	自治体部門 掛川市(静岡県)	住み慣れた地域で最期まで暮らせる支援拠点「ふくしあ」(地域健康医療支援センター)の取り組み

厚生労働省 老健局長賞

表彰名	事業者・団体・自治体等の名称(所在地)	取組名	
老健局長優良賞	企業部門 羽立工業株式会社(静岡県湖西市)	健康寿命をのばそう! いつまでもたくしく、オシャレに、かっこよく! アクティブシニアを応援 仲間と一緒に自立体カプログラム	
	企業部門 ネスレ日本株式会社(兵庫県神戸市)	こうべ 元気!いきいき!!プロジェクト	
	団体部門	かあちゃん食堂 たまりば(北海道江差町)	かあちゃん食堂 たまりば
		大垣市社会福祉協議会(岐阜県大垣市)	あんしん見守りネットワーク事業
		特定非営利活動法人 中・西会(東京都葛飾区)	「中・西会のつどい」
		生駒市健康づくり推進員連絡協議会(奈良県生駒市)	ひまわりの集い
		実家の茶の間(新潟県新潟市)	実家の茶の間・紫竹
	自治体部門 御船町(熊本県)	住民と協働の介護予防のまちづくり	



評価委員長
オオ モリ ワタル
大森 彌
東京大学 名誉教授

「健康寿命をのぼそう!アワード」介護予防・生活支援分野については、昨年度(平成26年度)より設けられ、今年で2年目を迎えました。

平成12年度(2000年度)に介護保険制度がスタートした時点から、高齢者の介護予防と日常生活支援の取組は特に重要な課題とされてきました。

厚生労働省も「要介護認定で介護保険の対象外となった高齢者を含め、在宅の高齢者が、要介護状態とならないようにする(介護予防)とともに、自立した生活の支援(生活支援)を行うための対策を推進する」として重要課題に位置づけられていました。

その介護予防・高齢者生活支援施策の骨格として、平成18年度より始まった介護予防・日常生活支援総合事業は、今年度から一新されました。2025年に向けて、医療・介護・予防・住まい・生活支援が一体的に提供される地域包括ケアシステムを構築すべく、高齢者一人一人が地域の中で生きがいをもって生活できるような居場所や役割づくりの取組を各自治体が一層推進していくことができるものとなりました。

それぞれの地域において、多様な居場所や役割が生まれることにより、高齢者がいきいきと活動していくことで、一方的なサービスの受け手ではなく、場面に応じてサービスの担い手にもなりえることが、新しい介護予防や高齢者生活支援の取組において求められているのだと考えます。

そのためには、地域の実情を踏まえて、多様な地域資源を組み合わせ、住民の力を活かしていくことが重要となります。

そうした地域における高齢者の居場所出番づくりの先進的な取組を顕彰するため、都道府県の推薦を受けた事業について、住民参加や地域連携などの視点から評価を行い、当アワードが実施されています。

以上を評価委員長の講評とさせていただきます。



厚生労働大臣 最優秀賞

- 06 高齢者が住み慣れた地域で住み続けられるよう支援していく取り組み …… 株式会社堀内組 (長崎県)

企業部門

厚生労働大臣 優秀賞

- 08 高齢者の健康と生きがいづくりに関する取り組み …… 株式会社ミタカ (熊本県)

厚生労働省老健局長 優良賞

- 09 健康寿命をのぼそう!いつまでもたのしく、オシャレに、かっこよく!アクティブシニアを応援仲間と一緒に自立体力プログラム …… 羽立工業株式会社 (静岡県)

- 09 こうべ 元気! いきいき!! プロジェクト …… ネスレ日本株式会社 (兵庫県)

団体部門

厚生労働大臣 優秀賞

- 10 元気な集落は、憩の場から～金見水曜クラブ～サロン活動を中核とした地域活性化!! …… 金見水曜クラブ (鹿児島県徳之島町)

厚生労働省老健局長 優良賞

- 11 かあちゃん食堂 たまりば …… かあちゃん食堂 たまりば (北海道江差町)

- 11 あんしん見守りネットワーク事業 …… 大垣市社会福祉協議会 (岐阜県大垣市)

- 12 「中・西会のつどい」 …… 特定非営利活動法人中・西会 (東京都葛飾区)

- 12 ひまわりの集い …… 生駒市健康づくり推進員連絡協議会 (奈良県)

- 13 実家の茶の間・紫竹 …… 実家の茶の間 (新潟県)

自治体部門

厚生労働大臣 優秀賞

- 14 住み慣れた地域で最期まで暮らせる支援拠点「ふくしあ」(地域健康医療支援センター)の取り組み …… 掛川市 (静岡県)

厚生労働省老健局長 優良賞

- 15 住民と協働の介護予防のまちづくり …… 御船町 (熊本県)

厚生労働大臣 最優秀賞



取組名

高齢者が住み慣れた地域で住み続けられるよう支援していく取り組み

受賞者

株式会社堀内組 見守りネットワークきずな事務局

所在地 ●〒858-0908 長崎県佐世保市光町109

電話 ●0956-47-2127

U R L ●http://horiuchi-g.co.jp/

E-mail ●info@horiuchi-g.co.jp

地域概要 [長崎県佐世保市]

取組の活動範囲：小学校区単位
 総人口：261,101人
 65歳以上人口：66,705人(25.8%)
 75歳以上人口：19,874人(7.6%)
 一般世帯数：104,226世帯
 高齢単身世帯数：12,488世帯(12.0%)
 高齢夫婦世帯数：11,969世帯(11.5%)

※「平成22年度国勢調査」
 ※65歳以上人口・75歳以上人口の(%)：総人口に占める割合
 ※高齢単身世帯数・高齢夫婦世帯数の(%)：一般世帯数に占める割合

キーワード

買物代行事業、(無料)お元気確認訪問、(有料)生活支援サービス、地域行事の参加、協力店会議および「きずなの会」の実施、きずな通信の発行、収益部門との組み合わせによる事業費捻出

取組の背景・経緯

高齢者の隠れたニーズを発掘、新たなサービスの開発へ

平成23年11月、長崎県の「買物弱者支援システムモデル事業」の採択を受け事業を開始。相浦地区における相浦11カ町を主な対象地域として、買物弱者を対象に買物代行事業をモデル事業的に実施することで、高齢者等の安否確認及び日常生活の不便さを解消すると共に新たな販路や顧客ニーズを掘り起こし、新たなビジネスモデルを構築することを目的としていた。その後、利用者に関わる中で、買物以外の些細な日常の困りごとで「電球の交換や大きな家具を移動させたいけど自分では出来ないから困っている」といった悩みや、「介護保険制度の仕組みが全くわからない、どこに相談すればいいのかわからない」など、高齢者等の抱える困りごとが多岐にわたり、個人々の抱える多様な問題やニーズを把握。

さらに、買物代行・商品配達を実施する中で、利用して頂いた方に対して氏名・連絡先・同居者の有無などを確認するために「利用票」を作成し、訪問時には訪問記録を作成していたところ、継続利用がない方がいることが判明。「利用希望者からの連絡を待つだけでは、困っている人が声を上げにくいのではないか」「声をかけやすい対応が必要ではないか」との思いから、平成24年度からは「無料のお元気確認訪問」および「生活支援(便利屋) 有料サービス」をスタートさせ、行政・地域包括支援センター・居宅介護支援事業所、病院への連携を強化させている。

取組の概要と特徴

隙間を埋める支援と地域との関係主体とのネットワーク構築

訪問対象者は、(1)原則60歳以上の方で住み慣れた自宅で自分らしい生活を行う為に、ちょっとした手助けが必要な方(2)日々の買い物などに不自由している方(高齢者や障がい者等)(3)介護保険の申請はする(している)予定だが、すぐに買物や掃除等の支援が必要な方(4)介護保険の訪問介護を利用しているが、さらに掃除や買物・見守りが必要な方、である。

サービス内容は、①買い物代行・商品配達、②生活支援(便利屋)サービス(自宅や倉庫の掃除・片付け・整理、調理、室内の様式替え、通院時や買物などの外出時の付き添い、入院先での洗濯物代行、草取り・草刈、木の剪定など)、③灯油配達、④無料のお元気確認訪問(主に高齢者の独り世帯や、高齢者のみの世帯を優先的に訪問。利用間隔の空いている利用者や、訪問時に普段と様子に変化が見られた方に関しても依頼の有無に関わらず実施)⑤協力店会議の実施(地域商店との意見交換や高齢者の見守りネットワークの構築に向けた研修会等)、⑥「きずな会」の実施(地域の協力者や賛同者に対して事務局としての活動内容の報告・確認するとともに地域・行政・商店の枠を超えて意見交換)、⑦地域行事への参加、⑧きずな通信の発行、など多様に実施している。

当事務局は、地域の見守りネットワークの事務局的存在として高齢者が住み慣れた地域で生き生きと過ごせる環境の提供を目指し、地域住民、民生委員、商店、行政、地域包括支援センター、居宅介護支援事業所、病院等との幅広い連携を図ったサービス提供を進めている。また、本事業は現在、補助金等の資金を活用せず、総合建設業の株式会社堀内組の地域後見事業の一環として社内収益部門との組み合わせにより事業費を捻出していることも大きな特徴である。今後は、介護周辺サービス事業としてのビジネス性を生かした展開は期待されている。

取組の成果

困りごとの早期発見から生活状態や心身状態の悪化予防が実現

お元気確認訪問は、平成24年度～26年度の3年間で総人数376人、利用件数4,229件の利用実績が出ており、取組の成果が着実に見られている。具体的には、訪問を通じて、孤立しやすい高齢者であっても見守りの目があることにより、不審者や悪徳業者などとの関わりを関係機関へ報告し、利用者にとって不利益な事態に陥ることを早期に防ぐことが出来たり、利用者から日常生活の些細な困りごとを相談しやすい関係を作ることが出来るなどの効果が見られている。また、利用者の身体的・精神的変化・生活状況の変化を利用者本人より聞き取ったり、観察・確認することにより、状況に応じた対応をスムーズに行い、利用者の住み慣れた地域で自分らしく生活するためのサポートができています。

上記のような個別支援を通じて、利用者のニーズに柔軟に対応することにより、高齢者の日常の些細な困り事の解決につながり、高齢者の在宅生活の維持、生活の質の向上が実現されている。さらには、地域包括支援センターや居宅介護支援事業所などの連携を図ることにより、利用者本人のニーズに応じたフォーマル・インフォーマルなサービスへの円滑な移行や検討などを行うことが出来、生活状態や心身状態の悪化を未然に防ぐことができています。

加えて、きずなの会や協力店会議時に活動内容の報告をその都度行い、活動内容の評価をしていることも重要なポイントである。具体的には、文字が小さく読みにくいなどの指摘があって簡潔な紙面づくりにつなげたり、商工振興会が主催した勉強会に参加して人の目を引くチラシ作りのレイアウトを学ぶなど、活動の改善を図っている。また、利用者アンケートを実施して今後の活動に反映させるべく、自己評価も行っている。



きずなの会



地域行事参加



生活支援(付添い)



生活支援(掃除)

取組が活かされた個別事例

家族介護の負担軽減、介護サービスと生活支援のつながりをスムーズに

夫婦ともに80歳代で、要介護1の妻と二人暮らしをしているAさん。妻は訪問介護やデイサービスを利用しているものの、その他の介護保険では補えない部分のサービスをAさんが担っており、心身の負担からサービス利用を依頼。依頼内容は、買物や通院時の付き添いや自宅の大掃除、障子の張替え等であった。以前は妻の通院付き添いや外出付き添いもAさん自身で行っていたが、きずな事務局が関わるようになり、Aさんの介護負担が軽減され、妻も外出(買物)を楽しみ、よい気分転換になっている。

さらに、利用当初は身体的にお元気だったAさんも少しずつ身体的衰えが目立ち、自動車免許証を返納した後はほぼ自宅に引きこもり状態となり、徐々に依頼の頻度も増えてきたことから、Aさん自身の介護サービス利用へのスムーズなつながりや介護と生活支援のトータルな支援を目指している。

企業部門 優秀賞



取組名

高齢者の健康と生きがいづくりに関する取り組み

受賞者

株式会社ミタカ

所在地 ●〒861-3107 熊本県上益城郡嘉島町上仲間 850-2
 電話 ●096-237-2257
 U R L ●http://www.t-mitaka.com/

地域概要【熊本県嘉島町】

取組の活動範囲：中学校区単位
 総人口：8,676人
 65歳以上人口：2,158人(24.9%)
 75歳以上人口：1,188人(13.7%)
 一般世帯数：2,923世帯
 高齢単身世帯数：229世帯(7.8%)
 高齢夫婦世帯数：285世帯(9.8%)

キーワード

ウェルネスライフサポート事業部の立ち上げ、専門職による運動指導、効果検証とモチベーションアップの仕組み

取組の背景・経緯

より若年者からの介護予防に着目した事業部の立ち上げ

当社は、介護保険福祉用具貸与事業所として、福祉用具や介護用品を活用した高齢者の自立支援や介護負担の軽減を目的とした事業を主たる業務として行ってきたが、多くの高齢者と関わりを持つ中で、「足腰が弱って歩けなくなった」「自分では何にも出来ないから」等の声を耳にしたことから、「高齢者の尊厳ある豊かな生活を支援していきたい」との考えのもと、より若い年齢層からの介護予防の必要性や運動の重要性及び高齢者の自立支援が重要と考え、平成18年度の地域支援事業の開始をきっかけとしてウェルネスライフサポート事業部を立ち上げた。

事業開始当初は、理学療法士1名、健康運動指導士1名の少人数からスタートし、試行錯誤しながら取り組んできたが、徐々に活動範囲を広げ、平成27年度までの10年間で、熊本県内37の自治体と協力しながら高齢者の健康づくりと生きがいづくりを進めている。

取組の概要と特徴

トレーニングの評価がモチベーションアップに貢献

ウェルネスライフサポート事業部が中心となり、市町村から依頼を受け、多職種（理学療法士・管理栄養士・歯科衛生士・看護師・健康運動指導士等）を各種事業に派遣し、運動教室等を実施している。具体的には、高齢者に「自分の脚で歩く自信」を持ってもらうをコンセプトに、ストレッチや筋力トレーニングをはじめ、スクエアステップやノルディックウォークなどの様々なツールを活用することにより、高齢者が自らの脚で歩いて地域の活動に参加し、いつまでも地域とのつながりを持って尊厳ある暮らしが出来るよう支援を行っている。

また、体力測定や自立体力全国検定、PhysionMDによる体組成測定等による評価を行い、参加者のモチベーションアップにつなげるとともに、それらのデータを蓄積することで効果の検証を行い、運動内容や支援内容の見直し、指導者のスキルアップに役立っている。その他、運動以外では、料理教室や家族介護者教室、介護予防健診など多様なメニューで取り組みを行っている。

取組の成果

「歩く」ことの自信回復で気持ちが前向きに

益城町で開催している「はつらつ教室」に参加されているBさんは、89歳という高齢でもあり、歩くことに自信を無くして、自宅に引きこもりがちだったが、体操教室に参加する事で、精神的にも前向きになり、体力も向上したため、「もう一度自分の脚でデパートに買い物に行く」というご自身の目標を達成された。

また、人吉市で開催している「人吉男の生き方塾」では、男性が同世代の仲間をつくることで、自らの健康づくりに対する意識も高まり、新たな生きがいにつながっており、さらにそれをきっかけに地域を支える担い手としてのボランティア、介護予防サポーターの活動につながっている。益城町で開催している「介護予防健診」では、65歳という節目の年に、自らの体力を知ること健康づくりに対する意識が高まり、体操教室へ参加するようになり、体力の向上につながっている。



企業部門 優良賞



取組名

健康寿命をのばそう！いつまでもたのしく、オシャレに、かっこよく！アクティブシニアを応援仲間と一緒に自立体カプログラム

受賞者

羽立（はたち）工業株式会社

所在地 ●〒431-0421 静岡県湖西市新所3
 電話 ●053-578-1501
 U R L ●http://www.hatachi.jp/
 E-mail ●info@hatachi.jp

地域概要【静岡県湖西市】（平成27年3月31日現在）

取組の活動範囲：市区町村内の概ね全域
 総人口：61,027人
 65歳以上人口：15,010人(24.6%)
 75歳以上人口：6,919人(11.3%)
 一般世帯数：23,257世帯
 高齢単身世帯数：1,949世帯(8.4%)
 高齢夫婦世帯数：2,043世帯(8.8%)

キーワード

大学との共同研究による「自立体カプログラム」開発、客観的データによる可視化

取組の概要と特徴

大学との共同研究によるプログラム開発から全国展開へ

静岡県は健康寿命日本一であり、介護を要しない自立高齢者の割合が高く（全国4位）、1人当たりの後期高齢者医療が少ない（全国3位）。また高齢者就業率が高く（全国4位）、元気な高齢者が多いという特徴がある。当社では、こうした地域の特性を踏まえ、さらなる健康づくりの推進のため、静岡大学との共同研究で「自立体カプログラム」を開発し、若い世代からの介護予防の推進に努めている。

具体的には、自立体カテスト（歩行能力、手作業能力、身体調整能力、姿勢変換能力の4能力を測定・確認）、自立体カトレーニング（自立体カ4能力を簡単な器具を使ってトレーニング）、自立体カプランナー認定講座（地域における運動機能向上の指導者の育成）、の3つのプログラムを実施。体力の衰えを客観的データで可視化し、予防的に介入する仕組みを構築するとともに、取組の全国的な普及を図っている（30都道府県で実施され、300団体が参加）。



企業部門 優良賞



取組名

こうべ元気！いきいき！！プロジェクト

受賞者

ネスレ日本株式会社

所在地 ●〒651-0087 神戸市中央区御幸通 7-1-15
 電話 ●078-230-7000
 U R L ●http://www.nestle.co.jp/

地域概要【兵庫県神戸市】

取組の活動範囲：中学校区単位
 総人口：1,544,200人
 65歳以上人口：354,218人(23.1%)
 75歳以上人口：165,736人(10.7%)
 一般世帯数：683,310世帯
 高齢単身世帯数：84,193世帯(12.3%)
 高齢夫婦世帯数：72,159世帯(10.6%)

キーワード

自治体との連携協定、介護予防カフェの実施

取組の概要と特徴

民間ノウハウを活用しつつ、公民連携で情報発信力を強化

平成25年10月に当社と神戸市が「こうべ 元気！いきいき！！プロジェクト」にかかる連携協定を締結し、①介護予防カフェの実施、②介護予防プログラムの実施、③介護予防教室の開催、④介護予防の啓発活動の4つの柱で取り組んでいる。当社が有する栄養や健康に関するノウハウを活かした魅力的な介護予防の取り組みと、神戸市との連携による情報発信力の強化を図っている。

具体的には、介護予防カフェのリーダーをカフェマネジャーと位置付け、カフェマネジャーに対し当社から隔月で介護予防カフェ通信（ネスレ日本作成）やその他介護予防情報等を発信。カフェマネジャーは、参加者へ介護予防情報を発信する役割を担っている。介護予防カフェには講師を派遣し、カフェ参加者に対する介護予防教室を開催。



団体部門 優良賞

取組名 **かあちゃん食堂 たまりば**受賞者 **かあちゃん食堂 たまりば**所在地 ●〒043-0031 北海道檜山郡江差町字愛宕町 205
電話 ●0139-52-0068

地域概要 [北海道江差町]

取組の活動範囲：市区町村内の概ね全域
 総人口：8,235人
 65歳以上人口：2,780人(33.8%)
 75歳以上人口：1,518人(18.4%)
 一般世帯数：4,415世帯
 高齢単身世帯数：951世帯(21.5%)
 高齢夫婦世帯数：522世帯(11.8%)

キーワード **気軽に立ち寄れる交流の場づくり、食事提供によるきっかけづくり**取組の概要と特徴 **気軽に立ち寄れる居場所が交流促進へ**

本取り組みのリーダーは、老舗の酒屋を営む傍ら、民生委員として活動。地域をまわる活動をしているなかで、話し相手がいなくてなかなか帰してくれない高齢者や引きこもりがちな高齢者が多いこと、また、昔のように上がり込んで集まる場所や道すがら気軽に立ち寄り休むところがないことが気になってきた。そんななか受講した起業セミナーがきっかけになり、地域の交流の場を作る事業の立ち上げを決意。昭和40年代、どの酒屋でも行っていた店頭での立ち飲み「もっきり」をイメージし、自分の店の半分以上を交流の場に解放することとした。しかし、それだけでは人は集まらないと仲間と検討し、食事を提供することにした。利用者は高齢者のみに限定せず、地域の交流の場としたことで、口こみで参加者が増えていった。利用した高齢者から他の高齢者の状況についての情報も得られるようになり、楽しく時を過ごす中で安否確認が出来る。利用者からは「たまりばに来ないと隣近所の情報がわからない」などの声も聞こえている。食事のメニューは1種類で1食300円と安価で提供。その日に入手した食材に応じて臨機応変にメニューを変更しているため、『その日にならないと何が食べられるかわからない』が、むしろそういった部分を、利用する側、される側が楽しんでいる。送迎が必要な利用者もいるが、そこまではお手伝いをせず、利用者が声をかけ合って集まっている。



団体部門 優良賞

取組名 **あんしん見守りネットワーク事業(食事サービス、緊急連絡のてびき、ふれあい・いきいきサロン、見守りネットワーク、災害要援護者個別支援計画の作成等)**受賞者 **大垣市社会福祉協議会**所在地 ●〒503-0922 岐阜県大垣市馬場町 124
電話 ●0584-78-8181
U R L ●http://www.ogakishakyo.or.jp/
E-mail ●info@ogakishakyo.or.jp

地域概要 [岐阜県大垣市] (平成27年12月1日現在)

取組の活動範囲：小学校区単位
 総人口：162,455人
 65歳以上人口：41,757人(25.7%)
 75歳以上人口：20,294人(12.49%)
 一般世帯数：58,472世帯
 高齢単身世帯数：4,541世帯(7.8%)
 高齢夫婦世帯数：6,103世帯(10.4%)

キーワード **地区社協の組織化、小学校区を単位とした包括的な見守りネットワーク事業**取組の概要と特徴 **地区社協を主体とした組織づくりと包括的な取り組み**

地域を支える住民活動を推進するためには、地区社協を組織化することと地区社協の役割を明確化することが必要であることに着目して事業を展開。小学校区を単位にボランティアによる包括的な高齢者の見守りネットワーク事業を実施している。具体的には、①食事サービスの実施②「緊急連絡のてびき」の作成、③在宅福祉サービスネットワーク事業の実施、④一人暮らし高齢者を囲む会の実施、⑤福祉推進委員の設置、⑥ふれあい・いきいきサロンの実施、⑦「地区社会福祉推進協議会活動計画」の策定、⑧「あんしん見守りネットワーク事業」の実施、⑨「地域支援ネットワーク委員会」を設置、⑩小地域ネットワーク会議(自治会単位)の開催、⑪買い物支援(生活支援)事業の実施、⑫災害時要援護者個別支援計画作成事業の実施、⑬防災士の養成及び地区防災士の組織化、等を実施している。

特に、新たな地域の福祉人材として福祉推進委員を設置するなど工夫を重ねるとともに、一人暮らし高齢者の訪問やサロン活動等を市内全域に拡大するなど、活動基盤となる組織づくりと包括的な取り組みが特徴である。



団体部門 優秀賞

取組名 **元気な集落は、憩の場から～金見水曜クラブ～
サロン活動を中核とした地域活性化!!**受賞者 **金見水曜クラブ(かなみすいようクラブ)**所在地 ●〒891-7422 鹿児島県大島郡徳之島町金見
電話 ●0997-82-1111

地域概要 [鹿児島県徳之島町]

取組の活動範囲：徳之島町金見地区
 総人口：95人
 65歳以上人口：53人(55.8%)
 75歳以上人口：37人(38.9%)
 一般世帯数：45世帯
 高齢単身世帯数：8世帯(17.8%)
 高齢夫婦世帯数：13世帯(28.9%)

キーワード **空き倉庫の改修による活動拠点整備、参加者の自主性を重視した運営、サロン以外の日常的交流**

取組の背景・経緯

拠点整備で集落ぐるみの活動へ発展

金見地区は、町の中心部から車で50分程度要する僻地であり、町の中心部と比較すると資源は十分ではないが、地域の支え合い・見守り活動等の互助活動が根付いている地域であった。15年前から個人の空き家を活用して10名前後での集まりを続けていたが、個人宅であることから参加者も限られていた。平成25年度に県の補助事業である「地域支えあい体制整備事業」を活用し、集落中心部にある空き倉庫を改修し活動拠点整備を行った結果、男性も含めた参加者が増加。平成26年度より自主地域サロンの運営が集落委託事業となり、集落の住民総会で協力体制の話し合いがもたれるなど集落ぐるみの活動に発展し、運営の担い手や参加者も増えさらに盛んになっている。

取組の概要と特徴

参加者の自主性重視が持続性のポイント

サロンは毎週水曜日(13時～17時)に開催、地区の高齢者が自由に集い脳トレや体操、季節ごとの行事等が行われている。サロン運営は、自主的に参加したい人が集まり参加したくない時は休むなど自由な設定にしていることや、参加者同士で健康チェック(血圧の測り合い)を行う等、参加者一人一人が役割をもち、活動内容もその日の参加者自身で決める等、参加者の自主性を重視していることが特徴。電子機器の取り扱い等、高齢の参加者自身では難しい作業内容は、ボランティアの方が声かけ、補助等の支援を行い、高齢者の自主的な活動を見守るスタイルをとっている。また、集落の高齢者が通える場を拠点とし、若手の高齢者(60歳代)などが仕事の合間をぬって、活動に使う材料(花香や竹など)の提供や花壇の手入れ等の環境整備など、各自役割分担を行いながら活動支援を行っている。

取組の成果

要介護高齢者や男性も参加できるつながりの場

参加者は、毎週地域サロンに参加することを楽しみにしており、欠席者の状況把握や日常的な声かけ等を行い、サロン以外の日にもお互いの自宅を往来するなど日常的な交流にもつながっている。長年の活動であることから、継続して参加している方の中には認知症や要介護となる方もいるが、通いなれた場と仲間とのつながりを持ち続けたいと、車いすでも参加されているケースもある。参加者のほとんどが後期高齢者であり、杖やシルバーカー利用で会場に来られるが、要支援・要介護1レベルの方はほとんど介護保険サービス利用に至ることなく住み慣れた地域で生活を維持できている。運営ボランティアにも男性が加わることで、男性参加者も増え、時には、子どもたちも参加しての世代間交流の場ともなり、地区住民が拠点周辺の環境整備を行うなど、地域の子どもから高齢者まで地域全体で交流し支え合う地域づくりにつながっている。



団体部門 優良賞



取組名 **実家の茶の間・紫竹
(新潟市との協働運営)**

受賞者 **実家の茶の間 (任意団体)**

所在地 ●〒950-0864 新潟県新潟市東区紫竹 4-21-62
電話 ●025-287-2819 (実家の茶の間事務局)
025-226-1281 (新潟市地域包括ケア推進課)

地域概要 [新潟県新潟市]

取組の活動範囲：市区町村内の概ね全域
総人口：8,235人
65歳以上人口：2,780人(33.8%)
75歳以上人口：1,518人(18.4%)
一般世帯数：4,415世帯
高齢単身世帯数：951世帯(21.5%)
高齢夫婦世帯数：522世帯(11.8%)

キーワード 空き家を活用した多世代を対象とした常設的な居場所づくり、支え合いのしくみづくり

取組の概要と特徴 **人と人とのつながりをつくり、お互いの不自由を知り助け合える場**

「地域の茶の間」創設者が代表者である任意団体「実家の茶の間」と、新潟市の協働運営による、「地域包括ケア推進モデルハウス」において、平成26年10月に常設型地域の茶の間「実家の茶の間・紫竹」を開設した。赤ちゃんからお年寄りまで障がいの有無も関係なく、誰もが参加できて、すべての人を受身にしない場づくりをしている。特別なプログラムはなく、それぞれがやりたいことができる環境を整えて、楽しみながら、お互いに助け合って過ごしている。

「どなたが来られてもあの人だれ!という眼をしない。」「その場にいない人の話をしない。」「プライバシーを聞き出さない。」などの参加者ルールの張り紙をして守りあっていることが、地域の参加者増加につながっている。

また、地域の中で助け合いを広げることが推進する「新潟市地域包括ケア推進モデルハウス」としては、地域を構成する地縁組織、団体、機関、学校等のネットワーク創りや、生活支援コーディネーターの研修を始め、地域の茶の間の立ち上げや運営、住民相互の助け合い活動の創出・運営、バリアの多い家で身体が不自由になっても暮らし続けるための技術、介護の方法等の研修を行っている。



団体部門 優良賞



取組名 **中・西会のつどい**

受賞者 **NPO 法人中・西会**

所在地 ●〒124-0011 東京都葛飾区四つ木1-10-4
電話 ●03-3697-6671

地域概要 [東京都葛飾区]

取組の活動範囲：市区町村内の概ね全域
総人口：442,586人
65歳以上人口：97,391人(22.0%)
75歳以上人口：44,365人(10.0%)
一般世帯数：197,072世帯
高齢単身世帯数：21,222世帯(10.8%)
高齢夫婦世帯数：16,724世帯(8.5%)

キーワード 自治体との協働事業、コミュニケーションの場と楽しみ創出

取組の概要と特徴 **通う楽しみから生きがいの発見へ**

現中・西会副理事長の「高齢者が健康で豊かな老後を送るため、安心して暮らせる町づくりをしよう」との呼びかけに賛同した四つ木一丁目の二つの町会と三つの高齢者クラブ、地元商店街が一つになって平成16年に発足。その後、高齢者の相談窓口として「よろず相談窓口」を開設。平成22年からは葛飾区との協働事業として食を共にしながらふれあい、楽しむ「ふれあい共食会」を開始。区との協働事業によって、スタッフと参加者に加え地元ボランティアが増加し、取り組み内容や対象者が拡大した。平成23年には「麻雀サロン」を開設し、多くの男性の参加を得ている。平成27年からは、安心して生活できる街のセイフティーネットとして「市民後見センター四つ木」を立ち上げた。

妻が認知症の夫婦が2組参加している。妻は参加者とのコミュニケーションを楽しみながら認知症の進行予防となり、夫は日頃の介護の悩みを相談したり、自身の息抜き、楽しみの場となり、明るく過ごせるようになっていく。また、地域から孤立している2人の男性高齢者が、麻雀の趣味があることからスタッフの呼びかけで「中・西会のつどい」へ参加、麻雀卓を囲み会話も弾むようになり、これをきっかけに同好の仲間もできて「いきがい麻雀サロン」にも参加するようになった。今では「つどい」や「麻雀サロン」に通うことが生きがいとなり、食事や病気の治療など自身の生活も気をつけ、見違えるように元気になった。



団体部門 優良賞



取組名 **ひまわりの集い**

受賞者 **生駒市健康づくり推進員連絡協議会**

所在地 ●〒630-0288
電話 ●0743-74-1111
URL ●<http://www.city.ikoma.lg.jp/0000002870.html>
E-mail ●kourei@city.ikoma.lg.jp

地域概要 [奈良県生駒市]

取組の活動範囲：市区町村内の概ね全域
総人口：120,893人
65歳以上人口：30,282人(25.04%)
75歳以上人口：12,499人(10.34%)
一般世帯数：48,784世帯
高齢単身世帯数：3,306世帯(6.8%)
高齢夫婦世帯数：5,848世帯(11.9%)

キーワード 食事とレクリエーションを主軸にしたサロン活動、後期高齢者の参加

取組の概要と特徴 **高齢者自身が主体となった企画で健康・仲間づくり**

生駒市が、閉じこもりがちな高齢者の外出機会を作る施策を模索していたところ、生駒市健康づくり推進員連絡協議会の会長が、食事とレクリエーションを主軸に高齢者をもてなす会食サロンを企画。献立作りから、買物・調理・おもてなし・脳トレ・軽体操・レクリエーション等の提供を行い、参加する高齢者の新型低栄養の防止や健康・仲間づくりに大きく寄与することを目的に実施している。

参加者は後期高齢者が多いが、過去に体操を特技としていた人が参加者になると、その参加者にレクリエーションや軽体操の一部を担っていただくなど、部分的なリーダーで活躍いただくことで、その日の主役となり、次回も小出しで何かを披露しようと日々の生活でも脳を活性化させるなど、結果的に認知症予防や介護予防の活動につながっている。また、虚弱な高齢者で、杖をついて歩く人には、元気な人がそと手を差し伸べるなど、自然な形で相互にいたわり合う形が生まれている。サポーターである健康づくり推進員の年齢も高いが、自身の介護予防につながっているなど、双方にとって健康づくりにつながるなど、副次的な効果が生まれている。



自治体部門 優良賞



取組名

住民と協働の介護予防のまちづくり

受賞者

御船町

所在地 ●〒861-3296 熊本県上益城郡御船町御船995-1
 電話 ●096-282-2911
 U R L ●tiikihokatsu@town.mifune.lg.jp

地域概要【熊本県御船町】

取組の活動範囲：市区町村内の概ね全域
 総人口：17,888人
 65歳以上人口：4,953人(27.7%)
 75歳以上人口：2,753人(15.4%)
 一般世帯数：6,203世帯
 高齢単身世帯数：653世帯(10.5%)
 高齢夫婦世帯数：840世帯(13.5%)

キーワード

介護予防サポーター連絡協議会の設置、循環型介護予防システムの構築、閉じこもり地域格差対策目標決定

取組の概要と特徴

地区単位での介護予防活動が着実に拡大

御船町では平成15年度から住民主体の介護予防の取組みを推進するため、「地域の中で、予防する仕組みを創ろう」をスローガンに介護予防サポーターを養成、介護予防活動が開始。平成18年に地域支援事業による介護予防事業の開始を機会に小学校区単位(10ヶ所)における住民主体の介護予防活動の場(元気クラブ)が始まり、平成19年に介護予防サポーター連絡協議会を設置し組織化をして、地域活動の推進を図った。平成24年度には参加者の状態に応じた効果的な支援ができるよう専門職(理学療法士、運動指導士等)による短期集中型の元気が出る学校を開始し、4ヶ月の教室終了後に元気クラブや地域サロンへ移行する循環型の介護予防システムを構築。平成25年度末現在、地域サロンは85行政区中72行政区で活動が拡大している(平成25年度は全高齢者の32%が参加)。

月2回の開催ではあるが、自宅でも体操等に取組む参加者が多いため、参加者の中には運動機能が維持向上しているケースが多い。利用者も効果を実感しているため、サロン等への欠席が少なく、また要介護に移行するケースも少なくなった。介護予防サポーターは介護予防の必要性を実感し、活動することの楽しさや参加者の笑顔が励みになり、自身が社会に貢献していることに自信を持つようになった。介護予防サポーター同士のネットワークが形成され、人と人のつながりがサポーター自身の健康づくりにつながっている。

平成25年度に日本老年学的評価研究(JAGES)と連携し取組んだ「健康と暮らしの調査」による地域診断では、中山間地と平坦地域で「閉じこもり」の格差が大きいことが明らかになった。地域包括ケア推進会議を役場庁内多部署連携により定期的に開催し、地域課題や介入する優先地域、地域格差改善目標値を決定し、第6期介護保険事業計画に「格差対策」具体策を明記した。今後は、人と人のつながり資源をもっと活用し、閉じこもりがちの人や活動に参加できていない人を巻き込む新しいしくみづくりを進めていくこととしている。



自治体部門 優秀賞



取組名

住み慣れた地域で最期まで暮らせる支援拠点「ふくしあ」(地域健康医療支援センター)の取り組み

受賞者

掛川市

所在地 ●〒436-8650 静岡県掛川市長谷一丁目1番地の1
 電話 ●0537-21-1324
 U R L ●http://www.city.kakegawa.shizuoka.jp/life/iryuu/fukusia.html
 E-mail ●iryuu@city.kakegawa.shizuoka.jp

地域概要【静岡県掛川市】(平成27年3月31日現在)

取組の活動範囲：市区町村内の概ね全域
 総人口：117,450人
 65歳以上人口：28,673人(24.4%)
 75歳以上人口：14,359人(12.2%)
 一般世帯数：42,169世帯
 高齢単身世帯数：3,367世帯(8.0%)
 高齢夫婦世帯数：3,436世帯(8.1%)

キーワード

総合相談窓口、多職種・多機関の連携体制構築、積極的なアウトリーチ活動

取組の背景・経緯

支援の狭間にいる市民の悩みが出発点

掛川方式の地域包括ケアシステム「ふくしあ」誕生の背景には、次のような課題認識がある。①法律や制度の狭間でサービスを活用できず困っている方の支援機関がなかった。②どこへ相談に行けばよいか、相談先がわからない人がいた。③心身の障害や高齢者世帯などにより相談に行けない人がいた。④相談窓口が分散していたため、相談内容によって市民が移動をしていた。問題が複合化していたり、問題の中心が若い世代にあり、そこへの対応が必要であるなど、垣根の無い支援体制が必要だった。⑤医師・看護師不足を発端とした地域医療の危機を乗り越えるために、全国初となる自治体病院同士の統合である「中東遠総合医療センター」の開院に合わせて、病院が十分に機能を発揮できるように、新たな医療連携体制の構築が必要であった。⑥家族構成の変化により家族のサポート力が低下したことで、対応困難なケースが多くなってきていた。⑦今後の超高齢社会の進展など社会の変化に目を向ける、その変化に応じて対応可能な支援体制をとる必要があった。以上から、多くの住民の願いでもある「住み慣れた地域で安心して最期まで暮らせる」よう支援することをコンセプトに、行政、地域包括支援センター、社会福祉協議会、訪問看護ステーションが連携して総合的な在宅支援策の展開する官民協働の地域拠点として、市内5箇所で「ふくしあ」開設に至った。

取組の概要と特徴

横断的な支援体制と積極的なアウトリーチ活動

「ふくしあ」の大きな特徴は、次の5点にまとめられる。①垣根のないきめ細やかな支援(年齢や健康状態で垣根をつくらず、全ての地域住民を対象とした横断的な支援体制)、②迅速な多職種連携(住民からの相談に対しては、入所団体内の専門職をはじめ、地域の民生委員や地区役員、ケアマネジャーなど多くの関係機関で力を合わせ対応)、③アウトリーチの重視(来所できない方にも地域に出向き相談対応する、アウトリーチ活動を積極的にを行い早期対応)、④予防的な視点を重視(地域からの情報発信を早期に受け止め、問題が重症化する前に総合支援体制につなげる)、⑤先駆的な面的整備(「中部ふくしあ」の同一敷地内に、地域医療、地域包括ケア、住まいのあり方を支える拠点として旧病院跡地を医療、保健、福祉、介護、教育の中核ゾーン「希望の丘」を整備)

取組の成果

相談のしやすさから市民の困りごとと解決へ

市民の困りごとへの総合的な相談対応(来所相談、電話相談、訪問相談)として、訪問相談8,549件、来所相談4,774件、電話相談9,218件の実績を挙げている。また、具体的な市民の声として、「家庭まで出向いて困りごとを聞いてくれるため、相談がしやすくなった」「どこに相談してよいかわからなかったが、ふくしあに相談したら、適切な部署や制度につなげてもらえた」「一人暮らし高齢者でも安心して生活できるようになった」「日中独居の母親のことをふくしあに相談したら、安心して働きに行けるようになった」「これまで地区役員や民生委員が対応に悩んでいたケースに、ふくしあが対応してもらえることで、解決が早くなり、役員の負担軽減にもつながった」といった声も上がっている。

