



# 第6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



## 受賞事例のご紹介

厚生労働大臣 最優秀賞

最優秀賞

厚生労働大臣 優秀賞

企業部門

団体部門

自治体部門

厚生労働省老健局長 優良賞

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。

実施概要

第6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）

|      |                                                                                               |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 実施期間 | 《 取組の募集 》 2017年6月～ 7月<br>《 取組の評価 》 2017年10月<br>《 表彰式 》 2017年11月13日(月)11:00 会場：赤坂ベクトルスタジオ(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

|      |                   |
|------|-------------------|
| 堀田 力 | 公益財団法人 さわやか福祉財団会長 |
|------|-------------------|

評価委員

|       |                              |
|-------|------------------------------|
| 青柳 玲子 | 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 |
| 込山 愛郎 | 厚生労働省老健局振興課 課長               |
| 齋藤 秀樹 | 公益財団法人 全国老人クラブ連合会 常務理事       |
| 鈴木 健彦 | 厚生労働省老健局老人保健課 課長             |
| 寺尾 徹  | 社会福祉法人 全国社会福祉協議会 常務理事        |
| 中林 弘明 | 一般社団法人 日本介護支援専門員協会 常任理事      |
| 中村 春基 | 一般社団法人 日本作業療法士協会 会長          |

表彰の対象



表彰者一覧



厚生労働大臣 最優秀賞

|      |                            |                                      |
|------|----------------------------|--------------------------------------|
| 最優秀賞 | 特定非営利活動法人ホームひなたぼっこ(宮城県岩沼市) | 世代を超えた支え合い・心のふれあい交流サロン～ホームひなたぼっこの取組～ |
|------|----------------------------|--------------------------------------|

厚生労働大臣 優秀賞

|       |                          |                                             |
|-------|--------------------------|---------------------------------------------|
| 企業部門  | 株式会社ミズ(佐賀県佐賀市)           | 高齢者向け複合施設「そいよかね」を中心とした介護予防・高齢者支援の取組及び行政連携事業 |
| 団体部門  | 社会福祉法人磐田市社会福祉協議会(静岡県磐田市) | 磐田市型の我が事・丸ごと！住民参加型生活支援事業【せいかつ応援倶楽部】の取組      |
| 自治体部門 | 天草市(熊本県天草市)              | 住民主体の「通いの場」をきっかけにした「支え合うまちづくり」              |

厚生労働省老健局長 優良賞

|       |                            |                                        |
|-------|----------------------------|----------------------------------------|
| 企業部門  | 余目町農業協同組合(山形県東田川郡庄内町)      | JAあまるめ地域支援事業                           |
| 団体部門  | 狭山台地域づくりをすすめる会(埼玉県狭山市)     | めざせ！認知症を予防する街狭山台、認知症になっても安心な街狭山台       |
| 団体部門  | 鹿ノ台いきいき街づくり会(奈良県生駒市)       | 生駒市鹿ノ台地区のサロンと生活支援活動－高齢地域の世代間交流と助け合い－   |
| 団体部門  | 西町笑天楽寿会(岡山県倉敷市)            | 定年男性の地域デビュー ～地域のなかの男性の居場所・居場所で広がる男の活躍～ |
| 団体部門  | 打馬町内会(鹿児島県鹿屋市)             | うつまげんきな～                               |
| 自治体部門 | 川根本町地域包括支援センター(静岡県榛原郡川根本町) | 誰もが自分らしく！ ケアラーズ・カフェ                    |
| 自治体部門 | 津山市高齢介護課(岡山県津山市)           | めざせ元気!! こけないからだ講座                      |
| 自治体部門 | 佐賀市役所保健福祉部高齢福祉課(佐賀県佐賀市)    | 佐賀市高齢者見守りネットワーク事業                      |
| 自治体部門 | 球磨村(熊本県球磨郡球磨村)             | 健康いきいき山村くまむら「ふれあいサロン」の取組               |

## 事例目次

## 厚生労働大臣 最優秀賞

- 06 世代を超えた支え合い・心のふれあい交流サロン～ホームひなたぼっこの取組～  
特定非営利活動法人ホームひなたぼっこ（宮城県岩沼市）

## 厚生労働大臣 優秀賞

- 08 高齢者向け複合施設「そいよかね」を中心とした介護予防・高齢者支援の取組及び行政連携事業  
株式会社ミズ（佐賀県佐賀市）

- 09 磐田市型の我が事・丸ごと！住民参加型生活支援事業【せいかつ応援倶楽部】の取組  
社会福祉法人磐田市社会福祉協議会（静岡県磐田市）

- 10 住民主体の「通いの場」をきっかけにした「支え合うまちづくり」  
天草市（熊本県天草市）

## 厚生労働省老健局長 優良賞

- 11 JAあまるめ地域支援事業  
余目町農業協同組合（山形県東田川郡庄内町）

- 12 めざせ！認知症を予防する街狭山台、認知症になっても安心な街狭山台  
狭山台地域づくりをすすめる会（埼玉県狭山市）

- 13 生駒市鹿ノ台地区のサロンと生活支援活動—高齢地域の世代間交流と助け合い—  
鹿ノ台いきいき街づくり会（奈良県生駒市）

- 14 定年男性の地域デビュー ～地域のなかの男性の居場所・居場所で広がる男の活躍～  
西町笑天楽寿会（岡山県倉敷市）

- 15 うつまげんきな～  
打馬町内会（鹿児島県鹿屋市）

- 16 誰もが自分らしく！ケアラズ・カフェ  
川根本町地域包括支援センター（静岡県榛原郡川根本町）

- 17 めざせ元気！！こけないからだ講座  
津山市高齢介護課（岡山県津山市）

- 18 佐賀市高齢者見守りネットワーク事業  
佐賀市役所保健福祉部高齢福祉課（佐賀県佐賀市）

- 19 健康いきいき山村くまむら「ふれあいサロン」の取組  
球磨村（熊本県球磨郡球磨村）

## 巻頭に寄せて

## 評価委員長

## 堀田 力

公益財団法人 さわやか福祉財団会長



地域共生の進展による日本社会の活性化が求められる中、非営利の諸団体には、住民主体の助け合い、支え合い活動を強力に推進することが求められ、企業にはそれらの活動を本来事業の力を生かして支援することが、また、自治体にはそれらの活動を支援する体制や仕組みを整え、住民の主体的な活動を引き出し、バックアップしていくことが求められています。

今回応募された数は多くはありませんでしたが、上記のような視点から見てレベルの高い活動が多く、選定に苦労しました。

最優秀賞に選ばれたのは「NPO法人ホームひなたぼっこ」（宮城県岩沼市）で、「赤ちゃんからお年寄りまで一つ屋根の下で助け合いながらともに過ごす」という活動理念のとおり、全世代共生型の地域交流サロンであることが高く評価されました。さまざまな関係団体と連携し、介護者や独居男性など多様な参加者の特性に対応して活動内容を工夫し後期高齢者の利用実績も高いなど、優れた共生型の活動を、0.5割の補助金で主体的に展開している点は、全国のモデルたるにふさわしいものです。

団体部門優秀賞に選ばれた磐田市社会福祉協議会の「せいかつ応援倶楽部の取組み」は、平成22年から先駆的に地域住民が生活を支え合う活動の仕組みをつくり、7年間継続する間、さらに地域力向上プログラムを策定して各種の支援活動の内容の改善向上に努めており、高齢者の在宅生活の自立の成果に合わせ、活動者の介護予防に資する効果を上げるなど、まさに今、全国自治体が取り組もうとしている新しい総合事業の住民主体の活動のモデルとしてふさわしい事業であることが高く評価されました。

企業部門優秀賞に選ばれた株式会社ミズ（佐賀市）の「そいよかねの取組み」は、ドラッグストアなどを運営する株式会社ミズが中心となって高齢者向け複合施設「そいよかね」を開設し、かかりつけ薬局活動（健康講座、お薬手帳の啓蒙、健康体操等）を行うほか、民生委員や自治会、老人クラブ等と連携して健康相談を行い、店舗のスペースを活用して認知症カフェや健康マージャンなども行う通いの場を開設するなど、薬局による地域貢献のモデル事例として評価されました。

自治体部門優秀賞に選ばれた天草市の「通いの場登録団体の取組み」は、市が新しい総合事業の展開のベースになる「通いの場」の普及にまず取り組む方針を定め、住民の協力を得て普及啓発に取り組んだ結果、通いの場の登録が91団体に達し、それぞれの運営を地域の住民が主体的に行い、生活上のちょっとした困りごとへのお互いさまの支援や移動販売車による買い物支援などに発展している成果が評価されました。

今、全国で健康長寿を目指す住民の主体的活動は大きく発展しつつあり、地域に非営利団体が続々と生まれ、企業も地域活動に目覚めつつあります。自治体は、体制整備をせまられ、住民主体の活動のあり方とそれを後方支援する方法を急速に学びつつあり、極意を習得してみごとな支援ぶりを見せる自治体も、次々に生まれています。

どうか、それらの新しい動きを工夫した団体や企業、特に自治体は、自らの成果を全国で共有するためにも、どんどん応募し、惜しみなく知恵を披露してほしいと願っております。

## 厚生労働大臣 最優秀賞



## ○取組名○ 世代を超えた支え合い・心のふれあい交流サロン～ホームひなたぼっこの取組～

## ○受賞者○ 特定非営利活動法人ホームひなたぼっこ(宮城県岩沼市)

所在地 宮城県岩沼市桑原二丁目1-6  
電話 0223-24-0674  
URL <http://www.home-hinatabocco.com/corporation.html>  
E\_mail [home\\_hinatabocco@tenor.ocn.ne.jp](mailto:home_hinatabocco@tenor.ocn.ne.jp)

## キーワード

年齢、性別、ハンディの有無に関わらず、互いに寄り添い、人と人との自然な関わりを大切に。心身ともに健康で自分らしくいきいきと暮らす。

## 取組・事業の背景・経緯

昭和53年に「乳幼児は特に、膝元から手が届くような環境で育てたい」との思いから、自宅を開放し託児活動を始めた。その後、地域の高齢者との関わりが増えていき、平成11年12月、ホームひなたぼっこを開設。住み慣れた地域で赤ちゃんからお年寄りまで、世代、性別、障害のあるなしにかかわらず、誰もが互いに支え合い、心がふれあうコミュニティをめざし活動がひろがっていった。

保育、介護、障害児支援活動とともに、高齢者の自立した生活を支援するため、誰もが気軽に集える地域サロンを立ち上げた。

## 取組・事業の概要と特徴

ホームひなたぼっこは、多世代大家族である。20代から70代の職員、乳幼児や70代から100歳の利用者。10代の学生がボランティアに入ると各世代が揃い、大家族ようになる。

「赤ちゃんからお年寄りまで一つ屋根の下、みんな一緒に大家族のように」。ひなたぼっこの活動理念である。また、ひなたぼっこでは、さまざまなサロン活動を展開し大家族の輪を広げている。

## 1 ひなたくらぶ(平成15年～)

「行きたいところがある、逢いたい人がいる、したいことがある」をモットーに毎週1回活動。気心の知れた仲間同士で集まり、創作や健康セミナー、カラオケなどいろいろな企画のもとに活動している。「今日もほんとに楽しかった」「また来るね」と参加者は次回を楽しみにしている。

## 2 介護仲間のおしゃべりサロンあまやどり(平成22年～)

家族介護に関わる者同士、情報交換や悩み相談ができる場。月1回集まり、互いの労をねぎらいながら、なかなか話にくい介護の話題でも心おきなく相談でき、智慧をだしあえる。しだいに気持ちもほぐれ、癒やしのひとときとなる。

## 3 みんなのおしゃべりサロンお茶っこ(平成23年～)

東日本大震災後、仮設住宅入居者を対象に活動開始。被災された方々がほっとできる、気持ちの和らぐ場になるよう願った。みんなで一緒に趣味やおしゃべりを楽しみ、回数を重ねるごとに参加者同士、互いに顔なじみになり笑顔が増えていった。

## 4 生き生きサロン(平成27年～)

気軽に参加できるサロンを、もっと地域に広げようと開始した。おしゃべりサロンお茶っこの仲間と合流し、創作や健康体操など好きな活動を楽しみながら、仲間の輪を広げた。

## 5 おばんですサロン(平成28年～)

主に一人暮らしの男性対象サロン。地域にサロンが増えていく中、参加者には女性が多く、なじめない男性が少なくない。活動時間帯を夕方を設定し、仲間と団らんを楽しむスタイルを提案した。月1回の夕食会を楽しみにする仲間が増えつつある。

※「おばんです」：宮城県の方言で「こんばんは」の意味

| 活動地域概要                                                    |           |                    |
|-----------------------------------------------------------|-----------|--------------------|
| 平成29年宮城県高齢者人口調査(H29.3.31末)<br>※高齢夫婦世帯数については、H27国勢調査結果より引用 |           |                    |
| 活動範囲                                                      | 宮城県岩沼市    | 岩沼市の概ね全域           |
| 総人口                                                       | 44,289 人  |                    |
| 65歳以上人口                                                   | 10,796 人  | 24.4% (総人口に占める割合)  |
| 75歳以上人口                                                   | 5,036 人   | 11.4% (総人口に占める割合)  |
| 一般世帯数                                                     | 17,377 世帯 |                    |
| 高齢単身世帯数                                                   | 1,667 世帯  | 9.6% (一般世帯数に占める割合) |
| 高齢夫婦世帯数                                                   | 1,617 世帯  | 9.3% (一般世帯数に占める割合) |

## 取組・事業の成果

- 参加者の中には、家族や親しい方を亡くされ、喪失感や寂しさが癒えなかった方々もいる。そのような方がサロンに来ることで、少しずつ笑顔がふえ、仲間同士でおしゃべりを楽しめるようになった。サロンの「仲間」として和やかな雰囲気の中、おしゃべりや笑顔がたえないひとときをすごせ、「楽しかった、来てよかった」「また来るよ」と喜ばれている。
- 参加者の奥さんの勧めで、ご主人も一緒に参加するようになった方、自分たちの町内会で新たにサロン活動を立ち上げる方も出るようになった。「自分たちでもできる」「やれるんじゃないか」と意欲をひきだすきっかけになった。
- 地域に集いの場が増えたことで、複数のサロンにも参加される方もでてきた。サロン同士の情報交換も積極的になってきている。
- サロン活動をおとして参加者と事業所がなじみになり、参加者にとってはサロンの場が、悩みごと、相談の窓口、気軽に話ができる場所として安心感につながり、事業所側は利用者の状況をよく把握できるようになる。何かあれば地域包括支援センターや専門機関へつなげる体制ができた。
- サロンが増えたことにより、平成29年10月サロン合同バス遠足を企画した。サロン同士、顔なじみになり、また一つ交流の輪を広げることができた。大勢とともに旅を楽しみ、一日を過ごした想い出が、「また行こう」「みんなに会いたい」「話したい」とこれからの楽しみにつながっていくように感じる。

## ■ サロン活動を地域へ広げたところみ

- ①河北108ボランティアパワーアップ企画に応募し実施したバス遠足。  
地域の高齢者から親子連れまで幅広くよびかけ、松島水族館へバス遠足を企画実施した。多世代で構成した少人数グループで行動し、一日家族のように楽しみ過ごした。
- ②秋のバザー企画  
ひなたぼっこ主催のバザー企画。催しの一つにファミリーアート展を開催。サロン参加者、地域住民に幅広く呼びかけ、年齢問わず大勢の方が出展した。公の場に作品発表することで、趣味に対する意欲、自信が高まり、仲間の活動を見ることがよい刺激にもなった。

## ■ これから

サロンの枠にとらわれることなく、誰でも気軽に参加できる企画。外にでて、いろいろな人と出会い、活動を楽しめる場、機会を多くつくること。誰もが生き生きと暮らせる地域づくりをめざしている。



## 取組名 磐田市型の我が事・丸ごと！ 住民参加型生活支援事業【せいかつ応援倶楽部】の取組

### 受賞者 社会福祉法人磐田市社会福祉協議会（静岡県磐田市）

所在地 〒438-0077 静岡県磐田市国府台57番地7 iプラザ（磐田市総合健康福祉会館）内  
電話 0538-37-9617  
URL http://www.iwatashakyo.or.jp  
E\_mail tiiki@iwatashakyo.or.jp

#### キーワード

磐田市型の我が事・丸ごと！ 住民参加の生活支援活動から見えて来た課題を専門職も交えて解決する活動に発展！

#### 取組・事業の背景・経緯

### “ちょっとした困りごと”を抱える住民と社会参加したいという思いの住民とをマッチング！

#### ■背景

市社会福祉協議会として、住民と共に地域福祉推進事業に取組んでいる中で、聴こえてくる声と声をマッチングさせた地域の支え合い事業。住民のちょっとした困りごとを支援することで、在宅生活を継続する仕組みと時間を有効に使いたい、社会参加したいという思いの住民の活躍の場の創設をとおして、みんなにやさしいまち、磐田市を目指して事業検討をスタート。

#### ■経緯

平成20年から事業検討に入り、住民参加型で生活支援事業に取組んでいる先進地（県外2市社協）を視察。ノウハウを学び、磐田市型の仕組みを構築。事業実施にあたり、地区社協や民生委員児童委員協議会、シルバー人材センター等、関係団体からの意見を伺いながら、事業にご協力いただける地域支援員（支えてくださる住民）の募集と地域住民に対しての事業説明を並行して行い、平成22年5月から事業開始。

#### 取組・事業の概要と特徴

### 市社協事業としての展開を住民主体の運営に移行！両輪で地域福祉力向上！

#### ■事業概要

在宅福祉の充実と地域コミュニティの進展を図るために、地域住民が主体となって実施する住民参加型の生活支援事業。地域支援員として事前登録いただいた地域住民が、介護保険制度や障害者総合支援法などによる公的サービスでは対応できない生活上の“ちょっとした困りごと”（掃除、動物の世話、草取り、ごみ出し・分別、買い物代行、整理整頓、話し相手、病院等付き添い等）の解決を支援する、地域の助け合い・支え合い事業。

#### ■特徴

##### ①市社協事業としての展開

市社協事業としての仕組み（コーディネート方法、初回訪問・同行、チケット制《1時間500円》、保険加入、地域支援員説明会・連絡会・スキルアップ講座・包括・ケアマネへの事業周知と連携 等）を構築した。

##### ②『地域福祉力向上プログラム』による、地域住民組織（地区社協）事業への移行

磐田市社協の『地域福祉力向上プログラム』（H23.11策定、H25・29改訂）は、市内に設立された20地区社協を基盤に、地域住民で支援を求めている人に気づき、地域ニーズに即した事業や住民同士の助け合い事業等、地域における支え合い活動の裾野を広げることを目的に策定。具体的な事業メニュー（地域せいかつ応援倶楽部 等）を提示し、更なる“地域福祉力向上”を目指すプログラム。現在、6地区社協が事業実施主体となり、「地域せいかつ応援倶楽部事業」を運営している。

#### 取組・事業の成果

### 磐田市型の“我が事・丸ごと”につながる活動に発展！！

事業スタートしてから、随時、課題分析と見直し・改善を図り、協力者（現在：315人）を増やしながら、より利用しやすい生活支援事業になるよう地区社協と共に努めてきた結果、支援件数は、年間4,253件。7年間で、延べ19,639件（H28年度末実績）に上っている。

また、住民参加型生活支援事業に賛同する6地区社協が主体的に事業展開したことにより、住民同士の支え合い活動から見えて来た地域課題をどう解決していくのか？ 関わった住民が、我が事と感じ、専門職（包括・ケアマネ 等）を交えて丸ごと地域の支え合い活動の限界点を上げる活動に発展。

磐田市の住民パワー！ ちょっとある時間と知恵を地域に広げることで、生活支援・介護予防を充実させ、誰もが生きがい・役割を持って、いきいき生活できる住民主体の地域包括ケアシステム構築につながる活動となっている。



## 取組名 高齢者向け複合施設「そいよかね」を中心とした介護予防・高齢者支援の取組及び行政連携事業

### 受賞者 株式会社ミズ（佐賀県佐賀市）

所在地 〒840-0054 佐賀県佐賀市水ヶ江1丁目1番11号  
電話 0952-22-7974  
URL http://www.miz-pharmacy.co.jp/  
E\_mail iribe@miz-pharmacy.co.jp

#### キーワード

①地域と薬局が協力することで、介護予防・高齢者支援へ貢献する  
②行政と企業が連携を図り、新しい形の公共事業を構築する

#### 取組・事業の背景・経緯

### 薬局・薬剤師の地域包括ケアシステムへの積極参加を推進

住みなれた地域で暮らし続ける為の地域包括ケアシステムにおいて、薬局・薬剤師単独で協力できる部分はまだまだ限定的であると思います。そこで、株式会社ミズ（以下、ミズ）は地域住民や行政と薬局・薬剤師が連携する中で地域のニーズを知り、それらに対応していくことで、より積極的に地域包括ケアシステムへ参加していくことを目指しています。

平成24年7月に佐賀県と「健康増進！佐賀県とミズとの連携と協力に関する協定」を締結。高齢者の皆様の健康増進を目的として、これまで地域高齢者サロンへ薬剤師を派遣した健康講座の開催や、認知症への理解を深めて頂く為の認知症サポーター養成講座など様々な活動を県内にて実施してきました。また、平成26年6月に佐賀県佐賀市木原に高齢者向け複合施設「そいよかね」（以下、「そいよかね」）を開設。（「そいよかね」とは佐賀弁でそれいいねという意味。施設の構成は高齢者介護施設、クリニックモール、薬局・コンビニエンスストア、菓子店）これを機に、これまで佐賀県との連携の中で培ってきたノウハウを活かし、当該施設をモデルケースに地域住民、行政と連携した取組を推進しています。当該施設も開業から3年が経過し、様々な取組を実施してきましたが、現在も薬局・薬剤師が地域包括ケアシステムの中でどの様にお役立ちできるのか模索しています。

#### 取組・事業の概要と特徴

### 対話を通じて地域課題を抽出し、地域と協力して課題解決へ

ミズは組織内に地域・行政との連携の担当部署を設け、①地域と薬局を繋ぎ、新しい価値を創出すること、②行政との連携を図り、新しい公共事業を構築することの2点を事業目的とし取り組んでいます。

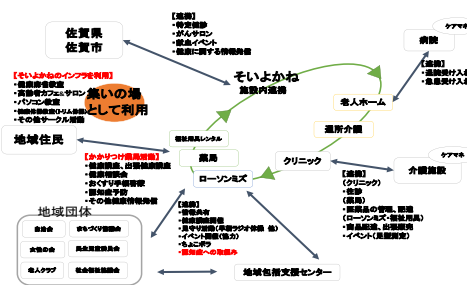
「そいよかね」を活用した取組について、地域のニーズを知るために、そして、地域にミズの取組を知ってもらうために、毎月地域の自治会長や民生児童委員などの団体代表者との意見交換の場を設けています。その中で、地域の取組や課題と感じられていることをヒアリングし、取組に繋げています。現在、地域の高齢者を取り巻く課題として見えてきたものは、軽度認知症の方の引きこもりと見守り、高齢者の社会参加の促進です。そこで、ミズでは施設の一部を地域住民の方へ開放し、歌声喫茶やサークル活動、高齢者サロン開催会場として貸し出すなど「そいよかね」が「集いの場」となる取組をおこなっています。また民生児童委員さん向けの講座（高齢者宅へ訪問した際に気にかけることなど）を毎月開催するなど薬剤師の職能を活かした取組も実施しています。行政との連携では、施設を活用した健診イベント「コンビニ健診」の開催を平成27年度より実施しており、平成29年10月現在累計10回の開催、地域の方を中心に延べ人数で1,000名を越える方に健診を受診いただいています。そして、昨年度からは薬局でがん検診受診勧奨の講座を9月のがん征圧月間にあわせて開催。講座受講後にがん検診を受診された方から1名早期がんが発見されました。今後は地域と行政との三者連携を強化していきたいと考えており、認知症カフェの開催や介護予防事業と自主的な介護予防の取組の融合などの実施を検討しています。

#### 取組・事業の成果

### 社会参加が生きがいを生む

老人介護施設を利用した歌声喫茶は開催当初は10名程度の参加者から毎月約50名（内地域住民20名）が参加するイベントに成長。施設を利用したサークル活動は現在4団体が利用されており、その活動内容はパソコン教室、健康麻雀教室、健康体操教室と多岐にわたっています。なお、サークル活動及び高齢者サロンの参加者は10名程度から最大30名程度となっています。こうした「集いの場」へ参加されている高齢者の皆様の変化を見ていると、そこに新しいコミュニティが形成され、別の地域活動やボランティアへ参加されるようになるなど、社会参加の促進に繋がっていることがうかがえます。また歌声喫茶に参加されている方からは「生きがいです」と嬉しいお言葉を頂戴することもありました。やはり、人とふれあい、交流することが活力を生み、健康寿命の延伸へ繋がるのではないかと実感しています。

また、薬局・薬剤師の取組では健康講座やイベント等を開催することで、地域住民と接点を増やし、気軽に健康相談をして頂ける関係づくりを目指しています。これまで講座を受講した方などから、健康相談の電話をいただくことや薬剤師やスタッフの紹介で健診、がん検診受診の行動変容に繋がることも増えており、これまで脳梗塞症状の早期対応や早期がんの発見に結びつくなど、健康サポート薬局としての機能の強化にも繋がっています。



## 取組名 JAあまるめ地域支援事業

## 受賞者 余目町農業協同組合(山形県東田川郡庄内町)

所在地 山形県東田川郡庄内町余目字三人谷地172番地  
電話 0234-45-1500  
URL http://www.ja-amarume.or.jp/  
E\_mail soumu@ja-amarume.or.jp

## キーワード

「抛り所しゃんしゃん」を拠点として、地域住民や高齢者の地域の関わり、生きがい作りの活動をしています。

## 取組・事業の背景・経緯

平成24年頃からJAあまるめでも福祉事業に着手してほしい旨の要望が組合員・地域住民からあったため、調査検討を行い、平成27年、組合員へのアンケート調査を実施しました。その中で、「買い物支援」「食材の配達」「配食(弁当配達)」「語らいの場」のサービスを提供してほしいとのアンケート結果が出されました。

これまで頑張ってきた地域の方々への恩返しができるような事業展開を目指し、平成28年10月に「抛り所しゃんしゃん」を開所しました。利用者のくつろぎの場、交流の場となることで、自分らしく元気に暮らしてもらうことを目的としています。また、「農協便利しゃんしゃん号」による食材宅配・配食は、外出困難者への支援とともに、地域の見守りの役割も担っています。

庄内町では、平成29年4月から「医療・介護・予防・生活支援」が一体的に提供される地域包括ケアシステムの実現に向け、町が関係機関とともに取り組んでいくこととなりました。JAあまるめでは、地域包括ケアシステムの「予防」の分野、「一般介護予防」と「食材宅配サービス事業」を行い、地域包括ケアシステムの一翼を担うこととなりました。

## 取組・事業の概要と特徴

「抛り所しゃんしゃん」では、月～金曜日の午前中、65歳以上を対象に介護予防体操(健康元気アップ教室)を実施、午後からは、趣味の時間として健康マージャン、手芸等をしています。また、金曜日の午後からは、年齢制限なしの健康講話や交通安全教室等の「金曜しゃんしゃん塾」を開講しています。

宅配「農協便利便」では、「しゃんしゃん号」で65歳以上の1人暮らしの方等に食材や弁当を配達すると同時に、会話を通して健康状態を聞き取り、不安解消するなど、“生活と健康の見守り”を実施しています。

「抛り所しゃんしゃん」では、子育て支援センターとの連携により、若いお母さんや小さな子供との交流や、高校生の交流の場など、多世代交流の場としても活用しています。

また、利用者には、3ヶ月ごとに介護予防のための「基本チェックリスト」(チェックリスト内容：日常生活関連動作、運動器の機能、栄養状態、口腔機能、閉じこもり、認知症、うつに関すること)を実施してもらい、体力強化の効果の検証、活動の総括を行っています。運営側も、半年ごとにボランティア会議を開催し、感想、反省、総括し、改善を図っています。

## 取組・事業の成果

高齢者の抛り所として、月曜日から金曜日の午前中は誰でも簡単に参加できることから、居場所ができたとの声や、顔見知りのスタッフが常時いることから安心して利用できると口コミで利用者が増加しています。この場所がなかった時は、1日中自宅で誰とも話さない日が多かったが、「しゃんしゃんに行く日」とメリハリのある生活ができ、健康体操をした後の「おしゃべりタイム」を楽しみにして利用している方も多です。運動効果としては、足の上げ下げが実感として、以前より楽になった等の利用者からの感想と、実際一緒に体操しているスタッフも上がりの幅だったり、伸びの間隔だったり効果が目にみえるなど、“転倒防止の為に筋力アップ”の効果がみられます。6ヶ月継続利用者53名中12名が介護予防のための基本チェックリストで改善があり、町全体の介護認定者数でみても、平成17年度から右肩上がりでしたが、平成28年度は前年度と比べ減少しました。また、体操参加者に実施している血圧測定の間では、スタッフによる健康相談を一人ひとりに実施することにより、病気だけでなく、心の悩みの発見がありました。家族からは、気付いてもらい良かったという声や、普段は昼まで布団から出てこない時もあるが、しゃんしゃんに行く日は、お化粧をして、明るく、帰ってきてからもいろんな話をしてくれるようになった、という声を聞きます。「抛り所しゃんしゃん」を通して、家族のコミュニケーションも深まっています。



## 取組名 住民主体の「通いの場」をきっかけにした「支え合うまちづくり」

## 受賞者 天草市(熊本県天草市)

所在地 熊本県天草市東浜町8番1号  
電話 0969-23-1111  
URL https://www.city.amakusa.kumamoto.jp/  
E\_mail tisien@city.amakusa.lg.jp

## キーワード

リハビリ専門職との協働、住民の意欲に働きかけた啓発、認知症予防を入口とした担い手育成

## 取組・事業の背景・経緯

天草市は、熊本県下で最も面積が広く、核家族化が進み、市内の中心部に人口が流動している地域である。若年層の人口減少が顕著で、高齢化率が40%を超える地域が多く、中心部以外の地域では約7年後に高齢化率が50%を超える見込み。要介護認定率も全国・県平均を上回っている。

平成18年度から二次予防事業を実施してきたが、短期集中型の教室であったため、卒業後に地域で活動を継続できる場所がなかった。そこで、平成27年度から公民館活動やサロンなど、住民主体の介護予防の場の把握を行い、課題等を抽出。高齢者が容易に通える範囲に、元気な人も虚弱な人も地域住民なら誰でも通える場を、住民主体で実施できるような方策について検討することとした。

まず、通いの場をきっかけにした介護予防効果と支え合いの醸成を目指し、リハビリ専門職等と、普及する介護予防メニューや専門職支援等について検討を行った。そこで「通いの場登録制」(下記)を確立し、住民への啓発を精力的に行いながら、登録団体を募集した。また、平成28年度からは「脳いきいきサポーター」を養成し、住民主体の認知症予防の取組普及を図った。

現在は通いの場の継続支援として、「通いの場交流会」を開催し、団体同士の情報交換を促進。住民に「先生」役を担ってもらい、新しいメニューを通いの場団体から多数紹介いただいた。住民主体だからこそその自由な発想で、活動が多様化してきている。

## 取組・事業の概要と特徴

平成27年11月から住民主体の「通いの場」登録団体の募集を開始。登録要件は「参加者の過半数が65歳以上」「週1回以上開催」「参加人数5人以上」「市が薦める介護予防活動(いきいき百歳体操等)を実施」としている。市の支援として、体操DVDの配布、DVDプレイヤー・血圧計の貸与、リハビリ専門職による現地支援、新たなメニュー提供の教室開催等を実施。拡大のポイントとして、以下の3点が考えられる。

## ①リハビリ専門職等による支援体制の充実

地域リハビリテーション広域支援センター、理学療法士協会、作業療法士会、健康運動指導士会、歯科医師会、歯科衛生士会の協力により、リハビリ専門職の現地支援(年1回)、「いきいき体操教室」における新たなメニュー提供(講話と実技指導)等が実施でき、住民の意欲が向上した。

## ②とことん普及啓発

市・包括・リハ職が一丸となって、住民への普及啓発を徹底に行った。広報・ケーブルテレビ・出前講座等、あらゆる手法で啓発を実施。市の現状と将来人口推計、課題を伝え、自分にできることを考えてもらうなど、住民の意識に働きかけた。結果、通いの場に取り組んだ住民から、その効果が口コミで地域へ伝播した。

## ③認知症予防の担い手「脳いきいきサポーター」養成

通いの場等で認知症予防の取組を実践するサポーターを約100名養成。通いの場が認知症予防の場にもなり、様々なメニュー提供でマンネリ化防止につながっている。認知症サポーター養成講座も兼ねており、認知症の方も安心して通える場へと進化している。

## 取組・事業の成果

住民主体の通いの場は、約2年間で105箇所、約1,500人が参加するまでに急速に拡大している。平成29年4月の総合事業開始前から、通いの場の増加に伴って要支援1の認定者が減少しており、取組の成果と感じている。また、参加者の約8%が要支援・要介護認定者であり、最近ではケアマネジャーの紹介により、認定者が通いの場につながるケースが増えてきた。通いの場ができたことで、認定者が地域から切り離されることなく、なじみの関係を保てるようになってきたといえる。

平成29年度からは通いの場リーダーに「介護支援ボランティアのポイント」を付与。対象となる65歳以上の方にリーダーを依頼する団体が増加し、役割の獲得につながった。また、通いの場で元気になった高齢者が、近所の要介護認定者の家へ傾聴ボランティアとして出向くようになり、担い手へ移行した例もある。

「参加者の声」(年1回のアンケート)からは、心身機能の改善、食事会やカラオケなど楽しみの拡大、参加者同士の送迎支援、欠席者の安否確認など、地域の絆が強まったという声が多く挙がっている。住民の依頼により、通いの場に移動販売車が来るところもあり、移動販売車で購入した惣菜を通いの場で食べるなど、食の楽しみにもつながっている。

住民主体が功を奏し、介護予防だけでなく、参加者の役割拡大や生活支援など、多様な意味を持つ場へと発展している。通いの場をきっかけに、助け合いの土壌づくりが着実に進んでいる。

| 活動地域概要  | 平成29年9月末現在 | 天草市住民基本台帳          |
|---------|------------|--------------------|
| 活動範囲    | 熊本県天草市     | 天草市の概ね全域           |
| 総人口     | 82,805人    |                    |
| 65歳以上人口 | 31,198人    | 37.7%(総人口に占める割合)   |
| 75歳以上人口 | 17,749人    | 21.4%(総人口に占める割合)   |
| 一般世帯数   | 37,313世帯   |                    |
| 高齢単身世帯数 | 8,882世帯    | 23.8%(一般世帯数に占める割合) |
| 高齢夫婦世帯数 | 5,030世帯    | 13.5%(一般世帯数に占める割合) |



いきいき体操教室でのリハ職支援



脳いきいきサポーターによる脳トレ

## 厚生労働省老健局長 優良賞 団体部門

○取組名○ 生駒市鹿ノ台地区のサロンと生活支援活動  
—高齢地域の世代間交流と助け合い—

## ○受賞者○ 鹿ノ台いきいき街づくり会(奈良県生駒市)

所在地 奈良県生駒市鹿ノ台東3丁目5-5

電話 0743-78-6654

URL -

E\_mail ntagw7@kcn.jp

## キーワード

地域共生社会を目指し、「サロン・イベント交流活動」「交通弱者支援」「幼稚園児と高齢者交流活動」を行っている。

## 取組・事業の背景・経緯

鹿ノ台地区は、生駒市内で高齢化率が高く、住民の約40%が65歳以上で、10年後には半数以上が75歳以上になる高齢化地域である。古来の良き共生生活の崩壊、地域社会の分断が起こり、このため自治会活動をはじめ、住民活動に「いきいきさ」や「活力」が失われることが危惧された。

この状況より、鹿ノ台自治連合会の中で、住民が心身ともに元気でふれあい、共感を持って生活できるような仕組みづくりと実践が大切であるとの話し合いがされた。

平成26年4月に、この考えに賛同する有志10名が集まり、そこへ行けば楽しい語らいができる場づくりと外に出たいと思うまちづくりのため、支え合い、助け合いの仕組みづくりに取り組むこととなった。

## 取組・事業の概要と特徴

生駒市の鹿ノ台地区11自治会で構成する鹿ノ台自治連合会の一組織である「いきいき街づくり会」は、次の3つの取り組みを中心に、交流活動や支え合い、助け合いの仕組みづくりを行っている。また、屋内外でセンサーを活用した見守り支援を検討中である。

「百歳サロン」＝毎週月曜日に自治連合会の集会所に集まり、DVDやインターネットを使って、前半に健康体操やシナプソロジー、後半に役に立つ情報の交換、イベントとして、昼食会や大学教授による講演会を開催している。28年度がのべ1150名以上、29年度が10月までのべ700名以上が参加されている。

「移動・送迎支援」＝足腰の不自由な高齢者の生活支援として、常時は、地域内における買物、医療機関、郵便局、サロン会場へのサポーターの自家用車で無料送迎を実施している。また、地域外の医療機関や商業施設へは、臨時的なイベントとして会が介護タクシー会社に利用料を支払い、送迎している。利用者は、28年度がのべ約180名、29年度が10月までのべ約140名。

「園児との交流」＝幼稚園の年中園児3クラス約100人と高齢者とが幼稚園で、歌、お遊戯、おはなしで交流する。



## 取組・事業の成果

## 【百歳サロン】

サロン参加者の多くがお互いのふれあいを共感し、自発的に「地域をよくしよう！」の声が上がり始め、サロンへの参加や送迎支援の利用を自主的に勧誘し、各取組の28年度ののべ参加者数は、前年度の約2倍以上となり、顔見知りを増やすことができ、独居の人が自宅で体調不良時に電話をできる仲間ができたなどの助け合いの絆ができた。

サロン終了後、小グループで各自懇談を継続し、生活に役立つ情報の振り返りや交流を深める流れができた。サロンで得た情報を、帰ってから友達や家族に伝えるなど情報共有で地域との関わりを深めた。また、交流、健康体操、指体操、シナプソロジーなどを通じて、認知症予防につながっている。

## 【移動・送迎支援】

今まで知らなかった者同士が、買物送迎でサポーター（送迎する者）と利用者として顔を合わせている間に信頼関係が生まれ、利用者が毎週のリピーターとなった。

地域外の送迎の要望が高まってきたため、介護タクシー会社との連携する仕組みを作り上げた。タクシー会社から、専門職の車椅子の取り扱いなど、利用者乗降時の気配りを学ぶことができ、普段の生活で実践につながったとの声があった。

## 【園児との交流】

参加した高齢者たちが終始いきいきした笑顔で園児と接し、後日届いた園児たちのお礼の寄せ書きに感動していた。園児の情操教育にも繋がることから、園長から交流の継続の申し入れあり、27年度に続き、28年度も実施した。



## 厚生労働省老健局長 優良賞 団体部門

○取組名○ めざせ！認知症を予防する街狭山台、認知症になっても  
安心な街狭山台

## ○受賞者○ 狭山台地域づくりをすすめる会(埼玉県狭山市)

所在地 埼玉県狭山市狭山台1丁目21 狭山元気プラザ狭山台地区センター別室

電話 04-2958-6701

URL -

E\_mail qqmc4fv9k@blue.ocn.ne.jp

## キーワード

旧小学校跡地を拠点にイベントを主催、自治会の垣根を越えた包括的な地域住民の交流の場や生きがいの創出等の「地域づくり」活動

## 取組・事業の背景・経緯

当地区でも少子高齢化と核家族化の波が押し寄せており、加えて地元商店街も、大型店舗の進出と顧客の減少で活気がなくなってきている。また、当地区に移り住んだ人たちは、圧倒的に狭山市出身以外の人が多い。

当地区では、以前はイベントを含む様々な活動は各自治会単位でそれぞれ行っていた。

平成24年4月、旧小学校跡地に「狭山台地区センター別室」が開設されたことを契機に、その一部を地域づくりの拠点とし、様々な活動（地域の活動拠点、地域貢献活動を推進する）をすすめる任意団体「狭山台地域づくりをすすめる会」が設立された。

当会では、包括的に地域住民の趣味や教養・社会貢献などの諸行事を主催し、交流の場や生きがい・雇用の創出、地域商店の活性化、地域福祉の向上と公益の推進に寄与することを趣旨としている。

## 取組・事業の概要と特徴

当会が毎週行っているサロンには毎回多くの高齢者が参加している。また、イベント開催も定期的に行っており、高齢者のみならず多くの住民の参加がある。高齢者の生きがいづくりとして、PC、畑、陶芸教室（夏休みは親子陶芸教室）を行い、介護予防として、ノルディックウォーク、介護予防教室（ここからウィンドウ体操）を行っている。さらに、地域防災、子供支援、子育て応援等、地域住民全てに向けた取り組みも行っている。

また、「NPO狭山安心お助け隊」という生活支援事業を行っている団体との運動も円滑に行われており、4つある老人会も高齢者の生きがいに繋がっている。

見守り活動としての見守りカード作成（包括支援センター作）、あいさつ運動（着ぐるみ「だいちゃん」作成）等地域包括支援センター、自治会等協働による活動展開も行っている。

また、会と連携している狭山台地域包括支援センターの取り組みとしては、毎月行う「園児会議」にて多くの団体との連携を行い、地域課題の抽出、解決へと積極的に取り組んでいる。さらに平成21年から狭山台中学校の格技場を借りて、高齢者の介護予防を目的とした自主活動グループの立ち上げ、活動支援の継続、認知症予防としての「脳力アップ」自主グループの立ち上げ・活動支援も行い、横断的な役割を担っている。加えて、3年前より狭山台小学校6年生対象に「キッズ認知症サポーター養成」を行い、多世代への取り組みも担っている。連携している社会医療法人 人間川病院とは「すこやかスクール@狭山台」と題して、毎月地域住民向けの健康講座を開催している。

## 取組・事業の成果

サロン展開・老人会活動等、積極的に行われており、高齢者には毎日出かける場所を提供できている。

高齢者の活動場所が多くあることで、介護保険の認定率の低下に繋がっている。

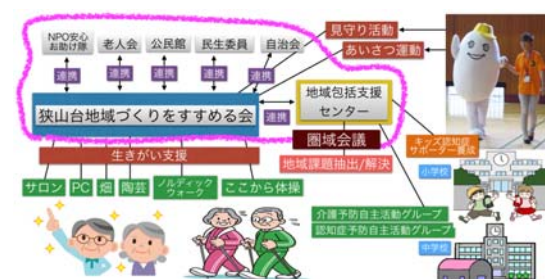
平成29年6月より狭山台地域包括支援センターの設置がされ、高齢化率は40%に達する現状があるが、介護認定率は12.8%と全国平均の認定率18%台を考えると、大きく下回っている事がわかる。

認知症と診断された方に対しても見守りができているので、安心した生活を継続することができる。

高齢者に優しい街づくりは、子供支援、子育て支援、障害者支援など多世代が住みやすい街へと繋がっている。

生活困窮などの課題に対しても、「NPOフードバンクネット西埼玉」と連携し、現在「フードドライブ」も行っている。

地域で生活するすべての人が、幸せに生活していくために、地域での縦割り（子育て・障害・高齢者等）をなくし、今後多機関と横断的に連携を行い、次世代に繋げる役割を担っていく。



## 厚生労働省老健局長 優良賞 団体部門



## ○取組名○ うつまげんきな～

## ○受賞者○ 打馬町内会(鹿児島県鹿屋市)

所在地 鹿児島県鹿屋市打馬地区  
電 話 090-9725-4887 (代表携帯)  
URL -  
E\_mail -

活動地域概要 鹿児島県鹿屋市

## キーワード

住民が主体的に介護予防に取り組む機運の醸成, サロン活動, 見守り活動の充実・継続への創意工夫

## 取組・事業の背景・経緯

打馬町内会において、高齢者のみの世帯、高齢者の一人暮らしの世帯、認知症の方が増加しており、住民が公的な制度やサービスだけでは全て支えきれない状況があった。また、民生委員、在宅福祉アドバイザーだけでは足りず、民生委員を中心に、町内会全体での見守り活動に発展した。

打馬町内会では、男性で癌を患っている方がおり、「先行きもなく、何もおもしろくない」と話していたことから男性で何かおもしろい活動ができないかと男性サロンの取組を始めたり、町内で認知症の方の徘徊が増加したため、認知症徘徊模擬訓練の取組を実施した。

## 取組・事業の概要と特徴

地域住民が支え合い、主体的に福祉活動に参加し、安心して住み続けられる仕組みづくりのために、サロン活動や見守り活動を展開している。サロン活動は、住民自身が得意としていること、できることについて講師として招くなど、役割をもってもらうことで高齢者の生きがいづくりにつながっており、対象者別に4種類のサロンを実施している。①「どんぐり」(H17年～)は、男性のみのサロンで男の料理教室、竹細工、植物園の見学など体を動かすような活動が多いサロン。②「さくら」(H18年～)は、小物作りやお菓子作り等を元気な高齢者が集まって活動するサロン。③「公民館の日」(H19年～)は、身体的に不自由な方があやとりや鹿児島弁かるたなどの遊びをしながら交流ができるサロン。④「オレンジろばさん」(H27年～)は、認知症の方とご家族の方が集まって、茶話会や年2回医師への相談ができるサロンである。また、町内会主催で「私の作品展」を開催し、生涯学習やサロン活動の発表の場を設けることで、活動の充実や継続につながるよう創意工夫を重ねている。

見守り活動は、独り暮らし高齢者等の孤独死や事故等を未然に防ぐため、「打馬あんしん安全見守り隊」を発足。地域住民の支え合いによる見守り、声かけ活動やちょっとした困りごとへの生活支援を行っている。「見守り推進会」を開催し、対象者の見直し、組み合わせの調整、方向性の確認を行ったり、「連絡会」による実際に活動した事例の振り返りや、救急時の体制整備、また、鹿屋市社会福祉協議会や地域包括支援センターと連携し、助言や情報提供が行われている。

## 取組・事業の成果

サロン活動は、男性参加者が、保健センターで実施している料理教室に参加するようになる等、積極的に外に出る活動が見られるようになった。また、参加者として参加だけでなく、講師役として教える側になることで、生きがいや役割の創出につながっている。見守り活動では、地道な見守り活動により、最初は、訪問しても戸を開けてくれなかった高齢者が戸を開けて話ができるようになったり、高齢者徘徊模擬訓練の実施により、早期発見や認知症の方への対応について理解を深めることができ、地域の見守り体制についてさらに充実させることを再確認できた。



福祉の会

全体として、サロン活動や見守り活動を継続して行うことで、地域住民が主体的に介護予防や地域支え合いの活動に取り組んでいく機運が醸成され、なんでもサービスに頼るのではなく、いかに地域住民で支え合い、住み続けられるかの意識改革を行うことができた。それぞれの活動を充実させ、継続させていくかの創意工夫を住民が主体的に実行している。

※町内の福祉活動を総括する会。  
課題解決の方策や新規事業の協議、  
方向性の確認を町内会全体で取り組んでいる。



徘徊模擬訓練



男の料理教室

## 厚生労働省老健局長 優良賞 団体部門



## ○取組名○ 定年男性の地域デビュー

～地域のなかの男性の居場所・居場所で広がる男の活躍～

## ○受賞者○ 西町笑天楽寿会(岡山県倉敷市)

所在地 岡山県倉敷市連島町西之浦366-1  
電 話 086-445-1555  
URL -  
E\_mail -

活動地域概要 住民基本台帳(H29.9月末)/世帯数 H27国勢調査

## キーワード

男の居場所。活動の担い手は全員男性、住んでいるまちをより良くするため、町内の会館を拠点に活動。

## 取組・事業の背景・経緯

活動の拠点である倉敷市連島町西之浦は、岡山県西部を流れる高梁川の東岸に位置し、昔ながらの町並みが並ぶ360所帯ほどの閑静な住宅街。男性の多くは「仕事一筋だったため、地域のことがよく分からない」と退職後、家庭内に閉じこもりがちになったり、地域活動への参加に消極的な面がみられ、地域のつながりが薄くなりがちであった。「自分たちが楽しみ、その元気を地域の色々な人に分けてあげたい」と、『男の居場所』を平成26年度に発足。

「仕事を終えた今だからこそ、仲間と一緒に交流し一人ひとりの居場所を住み慣れた地域でつくりたい」という思いのもと、男同士が声をかけ合い、交流の場へ招き入れ、お互いを知り、楽しみを共有することで、結束力を生み、仲間づくりの場から地域の活躍の場へ広がりを見せている。『西町笑天楽寿会』の名前には「西之浦西町の男性が第二、第三の人生を仲間と一緒に交流し、笑い、楽しみながらも地元のためにできることに取り組み、幸せな天寿を全うしたい」という思いが込められている。



メンバーの結束力を高める

## 取組・事業の概要と特徴

活動の担い手は全員男性。少子化に伴い、子ども会の行事の開催に応援が必要と知ると、年4回の廃品回収の手伝いを担い、夏休みに子どもたちと一緒にラジオ体操を行い、登下校時は見守り支援を行う等世代を越えた交流の場づくりを進めており、暮らしのなかに西町笑天楽寿会がいつもそばに寄り添っている。

また、「家族の後押しがあって活動できる」と、日頃お世話になっている家族への感謝の気持ちを大切に、年に2回、男の料理教室を開催。愛情いっぱいの料理を、妻や近所の高齢者の方に振舞われており、自分たちだけではなく、地域の方にとっても居心地の良い場を作り上げている。



廃品回収の支援



料理教室の様子

## 取組・事業の成果

最初は4、5人ほどで始まったが、メンバーが積極的に声をかけ、新しい趣味や活動の場として仲間が増えていき、メンバーが一人も欠けることなく、現在は19名で活動している。

長く市外で生活されていた方もメンバーの一人として活躍しており、「年をとってから、新しい土地での生活がはじまり、分からないことと不安ことも多かったが、男の居場所が自分の人生や楽しみを広げてくれた」と魅力あふれる地域の居場所となっている。

地域の中で自分たちができることを話し合い、暮らしのなかで困りごととアンテナを張って、解決を目指すことで、活躍の場が広がりつつある。気心知れた元気な男たちの結束力が地域も元気にしている。

## 厚生労働省老健局長 優良賞 自治体部門

## 取組名 めざせ元気!!こけないからだ講座

## 受賞者 津山市高齢介護課(岡山県津山市)

所在地 岡山県津山市山北520番地  
電話 0868-32-2070  
URL -  
E\_mail kaigo@city.tsuyama.lg.jp

## キーワード

住民主体、運動習慣、介護予防体操、地域の支え合い体制づくりの推進、住民の自助互助による介護予防の推進

## 取組・事業の背景・経緯

めざせ元気!!こけないからだ講座は、「津山市高齢者施策及び在介支の運営事業における有用事業の開発・普及・住民組織化のためのモデル事業」を平成16年度に実施した。モデル事業利用者に対し、サポーターを1人配置し事業実施を行ったが、その後サポーターが地域に体操を持ち帰り、各地域へ拡大した。

関節疾患によるADL・IADL低下をきたしている高齢者が多いため、その対策として介護予防の強化を図る。

## 取組・事業の概要と特徴

津山市が、徒歩圏内で通うことのできる住民運営の通いの場の普及に取り組み、重りをつけた筋力アップの体操が市内の高齢者に定着して12年が経過している。今では、高齢者人口の1割以上が参加するようになり、地域の交わりの中で、日常的な介護予防と安否確認の相乗効果が生まれている。

地域によっては、自主的に男性を体操へ誘い出すための工夫や参加者を増やす取り組み等を実施するなど、住民が自ら考えながら取り組んでいる。

講座実施希望地区へは必ず市の職員が出向いて事業説明を行い、講座に興味を持つ高齢者だけではなく、地域の役員等の理解を得られるようはたらきかけている。お世話役として町内会長や民生委員、愛育委員等が参加している地域もあり、地域の活動として実施している。

年に1度、グループのリーダー（お世話役）を集め、リーダー研修会を実施し、リーダー同士の情報交換等を行うなど、リーダーへのフォローアップをしている。

## 取組・事業の成果

## ①参加者の身体評価

膝伸展筋力、5メートル歩行、握力の3指標。体操開始時、体操開始3か月後、体操開始9か月後、体操開始15か月後の4時点で測定。  
⇒身体評価結果は、多くの参加者で体操開始3ヶ月後に改善が認められている。

## ②財政への影響評価

体操参加者と非参加者の総医療費・介護保険給付を比較。  
⇒「入院・外来医療費」は、体操非参加者が増加傾向、体操参加者は低下傾向を示し、「介護保険給付費」は、軽度認定者で伸びが抑えられていた。

## ③その他（住民の感想）

参加者から「週に1度集まる場所があり、体操以外にも仲間とさまざまな事ができるので楽しい」「体操を続けたら、転びにくくなった、できなくなっていたことができるようになった」「体操が体に良いことがわかっていても一人では続かないが、仲間と一緒にだから何年も続けられる。」等の声があがっている。



## 厚生労働省老健局長 優良賞 自治体部門

## 取組名 誰もが自分らしく！ケアラズ・カフェ

## 受賞者 川根本町地域包括支援センター(静岡県榛原郡川根本町)

所在地 〒428-0313 榛原郡川根本町上長尾627番地  
電話 0547-56-2234  
URL http://www.town.kawanehon.shizuoka.jp/  
E\_mail koreisha-fukushi@town.kawanehon.lg.jp

活動地域概要 町統計調査(平成29年4月1日現在)

## キーワード

介護者の会や話相手ボランティアを中心に、温泉施設を活用した垣根のない居場所づくり。

## 取組・事業の背景・経緯

高齢化率が47.5%の当町においては、高齢者が高齢者を介護するケースが増え、介護を受ける側だけでなく、介護をする側のケアをすることで、介護疲れで共倒れしない体制を作る必要性を感じていた。

そうした中、認知症の介護者から「目を離すと家の外に出てしまう、たまにはゆっくりお風呂に入りたい」という声があり、地域ケア会議を行う中で「町営の温泉施設を利用してはどうだ」という意見が出され、ボランティアをはじめ、民生・児童委員、日赤奉仕団、ふれあいサロンの協力者、食推協会員、ママ宅会員などボランティアとの話し合いを行い、H27年4月、高齢者や介護者が集うカフェ（居場所）を町の温泉施設で実施の運びとなった。スタートから2年が経ち、現在では、認知症の方や要介護認定を受けた方も、気軽に参加している。

## 取組・事業の概要と特徴

## 概要

住民（ボランティア）の協力（スタッフとしての運営への参加）を得ながら、温泉施設などで実施。健康体操、健康チェックをはじめ、ゲーム、歌、紙芝居などのレクリエーション、会食など、ボランティアが工夫したプログラムを実施。

当初、介護者のリフレッシュ、高齢者の閉じこもり予防や認知症予防等を目的に始めたが、今では、子育て中の母親や、知的に障がいのある人など、誰もが参加できる居場所となっている。参加者にも好評で「回数を増やしてほしい」という声が多く、実施回数も、現在は月1回から週1回と増えている。

## 特徴

## ①地域の高齢者による主体的な活動

地域の高齢者による自発的・主体的な取組であり、参加による心身機能の改善、孤立防止、生活意欲の向上はもとより、高齢者が主体となり運営・活動することで社会参画、生きがいにもつながっている。

## ②地域資源の有効活用

町の温泉施設等、身近な会場で実施しており、近隣住民が主体的に参加・協力しており、ふれあいの輪が広がっている。  
また、町営の温泉施設の年間延べ利用者数も、前年度利用者数を約3,000人上回った。（延べ利用者数：3,590人が6,573人）

## 取組・事業の成果

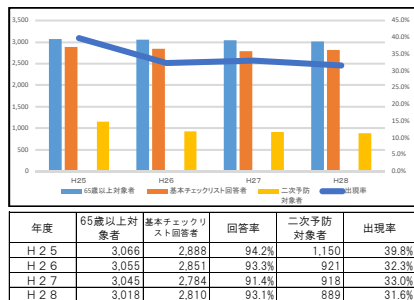
ケアマネジャーや保健師が通所を勧めても絶対行かなかった閉じこもりがちな高齢者が、ケアラズカフェのボランティアが「一緒にカフェに行こう」と誘ったところ、ケアラズカフェには参加してくれ、社会参加への意欲が向上してきた。

実際、基本チェックリストにおける閉じこもり対象者が、H26年度12.8%、H27年度12.4%、H28年度11%と減少している。

また、副次的効果として、温泉施設の利用増や、昼食等を売りに来る業者の売上が100万円増えたという経済効果もあった。



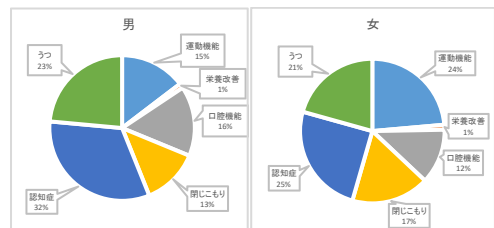
## ①二次予防事業対象者の出現率



## ②リスク別対象者数

|       | H26 |     | H27 |     | H28 |     |
|-------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
|       | 男   | 女   | 男   | 女   | 男   | 女   |
| 運動機能  | 140 | 317 | 145 | 314 | 143 | 299 |
| 栄養改善  | 10  | 19  | 8   | 16  | 10  | 14  |
| 口腔機能  | 157 | 152 | 170 | 144 | 152 | 156 |
| 閉じこもり | 145 | 248 | 132 | 247 | 124 | 221 |
| 認知症   | 340 | 321 | 331 | 323 | 318 | 315 |
| うつ    | 223 | 300 | 238 | 273 | 230 | 262 |

## ③平成28年度リスク別割合



## 厚生労働省老健局長 優良賞 自治体部門



## 取組名 健康いきいき山村くまむら「ふれあいサロン」の取組

## 受賞者 球磨村(熊本県球磨郡球磨村)

所在地 熊本県球磨郡球磨村大字渡丙1730番地  
電話 0966-32-1112  
URL http://www.kumamura.com/  
E\_mail k-matamoto@kuma.kumamoto.jp

## キーワード

生きがいつくり、支え合い、介護予防サポーター、コミュニケーションの創出、集いの場、住民と行政の協働

## 取組・事業の背景・経緯

## 【背景】

本村の要介護認定者割合：要支援・要介護1の軽度者が153人（全体の43%）。平成15年度の老人保険医療費のうち、転倒骨折によるものが102件発生。さらに、高齢者独居世帯が村全体の16.8%に達し、自立支援・転倒防止・社会的孤立・閉じこもり予防対策が喫緊の課題であった。

## 【経緯】

平成17年1～3月、「ふれあいサロン試行事業」を実施。実施結果等を検討し、5月「ふれあいサロン事業」を開始した。  
平成17年度～：サロンの昼食作りを担う「調理ボランティア」を住民から募集。  
平成21年度～：運動指導・会場設営等を行う「ふれあい応援団」を住民から募集。同応援団の養成・フォロー講座を実施。  
また、ボランティアの活動支援策として、ボランティア活動数に応じて活動費を支給する「介護支援ボランティア・ポイント制度（上限5千円/年間）」を創設した。

## 取組・事業の概要と特徴

ふれあいサロン事業は、村内16会場で開催し、参加者同士のコミュニケーションや生きがいつくりの場だけではなく、地域住民にとっても役割づくりの場であり、行政との情報交換の場となっている。

事業内容については、従事する職員を村が6名雇用（看護師2名・活動支援員4名）し、血圧測定、会場運営、調理指導、運動指導及び送迎等を行っている。また、利用中断者や病気等の要観察者に対しては、ふれあいサロン職員や保健師等が個別訪問し、状態の把握、介護サービス等への引継ぎ等を行っている。また、村内全域を定期的に訪問し、新規利用者の呼びかけを行っている。

昼食メニューは、村職員の管理栄養士（28年度末退職）が作成したレシピに基づき調理し、運動については、ふれあいサロン職員（各種運動有資格者）と住民ボランティアであるふれあい応援団が養成講座等で習得したものをを行う。村職員も健康運動指導士として運動指導のサポートをしている。

また、教育委員会主催による「いきいき大学」として、音楽の先生に依頼し、合唱など音楽にふれる活動も行っている。

## 取組・事業の成果

ふれあいサロン事業の28年度の実績は、実施回数309回、参加者2,355人、ボランティア1,156人でした。

ふれあいサロン事業では、新規介護認定者の分析などを行い、その対策となる様々なプログラムや事業を通して、参加者の健康意識の向上、閉じこもり予防などに繋げている。

同事業の参加者同士の交流、ボランティアや職員など若い人との交流により、笑顔があふれる活動であり、身だしなみにおいても、化粧や服装が明るいものを着用されるなど、参加をととても楽しみにしている。

また、みんなで食事ができる喜びや調理した料理を家庭でも挑戦するなど、栄養や料理への関心の向上に繋がっている。  
さらに、行政からの情報や調査物の説明を職員から直接聞くことができること、認知症や日常生活に支援が必要な人の早期発見につながるといった安心感も得られている。

ボランティアでは、参加者との会話や支援に関われる達成感や使命感によるやりがいにつながり、自ら健康に関する情報を発信したり、支援等が必要な方の情報を行政につないだりと、好循環のサイクルに繋がっている。

地域に行政が外向き事業を展開する為、地域が抱える問題（事業参加者以外の方の安否確認や健康相談等）解決にも活用されている。  
人と人がつながり、行政と地域がつながることで、「地域コミュニティの持続」、「支え合う地域づくり」に大きく寄与する取り組みとなっている。



## 厚生労働省老健局長 優良賞 自治体部門



## 取組名 佐賀市高齢者見守りネットワーク事業

## 受賞者 佐賀市役所保健福祉部高齢福祉課(佐賀県佐賀市)

所在地 佐賀県佐賀市栄町1番1号  
電話 0952-40-7284  
URL https://www.city.saga.lg.jp/  
E\_mail korei@city.saga.lg.jp

## キーワード

佐賀市高齢者見守りネットワーク事業で広がる見守りの輪

## 取組・事業の背景・経緯

本市は、高齢者が住み慣れた地域で安心して生活し続けられることを目指し、平成21年に概ね中学校区に1ヶ所、全15ヶ所の地域包括支援センター（愛称：おたっしや本舗）を設置しました。

本市においても高齢化は急速に進み、独居高齢者や高齢者のみの世帯の増加に伴い、身体機能の低下や認知症等の増加で何らかの支援が必要な高齢者が増加し、地域での見守り体制を強化する必要がありました。従来より、民生委員を始めとする地域の方々により見守りは行われてきましたが、今後はこれを強化する必要があると考え、民間事業者等の協力をお願いすることを考えました。地域で高齢者と接する機会の多い店舗や訪問事業者等、日頃の業務の中で高齢者をさり気なく見守り、あたたかい言葉かけや対応をしてもらうことで、まずは高齢者が安心して買い物や手続き等ができる高齢者にやさしい地域をつくり、その中で高齢者の異変に気づいた時は、おたっしや本舗に連絡をしていただくことで、高齢者の尊厳や生命に関わるような事態にも速やかに対応できるネットワーク体制を構築していきたいと考え、平成24年10月から「佐賀市見守りネットワーク事業」を開始しました。



## 取組・事業の概要と特徴

「佐賀市見守りネットワーク事業」による見守りは、見守る人・見守られる人を特定せずに、事業の趣旨に賛同又は登録していただいた協力団体（公共的な活動を行っている団体等、自治会、民生委員児童委員協議会等）、協力機関（高齢者支援に関わる協力機関等、警察署、社会福祉協議会等）、協力事業者（高齢者の生活に関わる民間事業者等、医療機関、金融機関、コンビニ、個人商店等）の皆さんに、日常生活や業務の中で地域の高齢者をさりげなく見守っていただき、「気になるなあ・・・」「心配だなあ・・・」などと気づいた方を電話で地域のおたっしや本舗にご連絡をいただくものです。連絡を受けた担当のおたっしや本舗職員が訪問等を行い、高齢者の健康状態や生活状況などを把握し、必要な支援や介護保険サービス、福祉制度などの適切なサービスに繋がります。

協力事業者への依頼方法は、各おたっしや本舗で、地域の高齢者に関わる店舗等を訪問し、おたっしや本舗の活動紹介と見守りネットワーク事業の趣旨説明及び「高齢者見守りネットワーク事業登録承諾書」の提出を依頼し、承諾書の提出があった事業者を協力事業者として登録します。登録をいただいた事業者には、「高齢者見守りネットワーク事業協力事業者登録証」と「ステッカー」を配布し、同意をいただいた事業者の事業者名を本市のホームページで公表します。

## 取組・事業の成果

平成24年10月から開始した本事業ですが、安否確認、認知機能を含む健康状態の変化や消費生活トラブルなど様々な異変に対応ができること、事業者の皆様が無理せず普段の活動の一環として取り組んでいただけることから多くの賛同をいただき、現在は、1,000を超える事業者が協力事業者として地域の高齢者の生活に関心を持って活動に取り組んでいただいています。

また、平成24年10月～平成29年3月末までに、協力団体、機関、事業者の皆様から、地域の気になる高齢者に関して、2,249件の連絡をいただきました。

これまで連絡をいただいた事例は、

- ・新聞販売店より、「玄関に新聞が数日分溜まっているが、中で倒れていないだろうか？」と連絡があり、訪問。救急搬送が必要な状態であったが、発見が早かったため、命に別状は無かった。
- ・店舗より、「来店中の方が最近食事を摂っていないと話されている。ひとり暮らしのようで心配だ。」と連絡があり、訪問。ADL面の低下が見られ、介護保険の申請を行い、家族にも連絡を取り、病院受診を依頼した。
- ・電力会社より、「電気料の未納が続いている方に連絡を取っているが、話のつじつまが合わない。認知症ではないだろうか？」と連絡があり、訪問。料金の支払い方法が分からなくなっていたため、支払いの支援を行い、認知症の進行により生活全般の支援が必要であったため、介護保険の申請を行った。

など、多くの事例が早期の介入支援に繋がっています。

