

釧路市

～おたっしやサービスの取組～

取組経緯

釧路市は以前から介護予防事業に力を入れていました。そうした中で、平成29年度（2017年度）より、介護予防・日常生活支援総合事業が開始されることに合わせて何かできることはないかと模索したことが取組開始のきっかけでした。

釧路市と地域包括支援センターで連携し、地域の実情把握及びニーズ調査を実施し、地域の実情や高齢者の実態について分析を行いました。その結果、自宅から歩いて通える距離に介護予防のための通いの場があればぜひ通いたいというニーズが高いことがわかりました。当時、介護予防に資する取組をしている団体や行われている通所型サービスが少なかったこともあり、これらの整備が必要と考え本事業が始まりました。



釧路市
介護予防普及啓発キャラクター
まんねん

取組概要

活動の 3か条

①運動機能の向上…例：ラジオ体操やストレッチ

②認知機能の向上…例：脳トレやクイズ

③参加者同士の交流…例：茶話や料理、生け花

おたっしやサービスは、住民等主体の通所型サービスB事業として釧路市が実施している通いの場での各種活動です。活動内容は図の①～③を含んでいれば各団体の自由で、どの団体でも「自宅から通える距離で」のコンセプトを大切にしています。

利用対象者は要支援1・2の方、生活機能に低下がみられる等の基準を満たす方です。活動の曜日・時間帯は団体により様々で、参加費は1回100円、内容によってその他実費負担が発生する場合があります。実施地域は市内全域です。

参加者および活動団体（担い手）の募集は、ホームページ、新聞、全戸配布している「広報くしろ」、釧路市公式LINEで行われています。

会場の皆さんにお話を伺いました！

今回は、中部北地区の芦野会館の活動団体の「おたっしゃサービス系の会」の活動を見学させていただきました。

とにかく楽しい

参加者の方にお話を聞かせていただくと、「高齢になり、忘れっぽくなってきた。そんな中、娘の紹介と、地域包括支援センターで声をかけてもらったことがきっかけで参加するようになった。活動してみて、とにかく楽しい。参加したての頃は転んで足が痛くなったりしたが今ではそれもなくなり、日々効果を感じている。買い物に行った際にはこの活動で知り合った友人と会って挨拶するなど、とても充実している。」とおっしゃっていました。



日々、飽きさせない工夫を



また、中部北圏域の6団体を担当している地域包括支援センターの生活支援コーディネーターの方にもお話を聞き、「飽きさせず、楽しく継続してもらうことを目標に日々工夫しており、3か月に1度行われる関係者間の企画会議では、活動をどう盛り上げるかのアイデアを出し合っている。『人が人を呼び、輪が広がってゆく』という考え方を大切にしている。」とおっしゃっていました。

今後の課題と展望

おたっしゃサービスは事業開始時に計画した小学校区（歩いて通える距離）に活動地区を分けて行われており、将来的にはすべての小学校区で一つ以上の団体を設置することを目指しています。令和7年11月に新たに一つの団体が発足し、現在26校区のうち22校区でサービス展開しているため、残りの未実施は4校区です。特に阿寒地区・音別地区では社会資源が少なく人口も減っている状況ですが、立ち上げに向けて準備中です。

また、既存団体の維持とサービスの拡充、そして参加者・ボランティアの確保も今後の課題です。参加者だけでなく担い手も高齢化が進んでいる状況のため、釧路市、地域包括支援センター、社会福祉協議会が協働して後継者の発掘に取り組んでいます。