

令和4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

## 令和4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

都市型の生活支援ネットワークの構築に関する  
調査研究事業

## 報告書

令和5（2023）年3月

株式会社エヌ・ティ・ティ・データ経営研究所

**NTT DATA**  
株式会社NTTデータ 経営研究所

## <目次>

第1章	調査研究の概要	1
1.	背景・目的	1
2.	調査内容	3
3.	調査研究の実施体制	3
4.	スケジュール	4
第2章	ニーズ発掘・対応およびフレイル予防機能向上の実証	6
1.	実施概要	6
2.	ささえ愛実行委員会等での取組	10
3.	あけぼの町会での取組	37
4.	考察	44
第3章	複数地域へのモデル展開可能性の検討	52
1.	目的	52
2.	調査方法	52
3.	調査結果	53
4.	まとめ	61
第4章	総括	63
1.	都市型の生活支援ネットワークの普及展開モデル案への期待	63
2.	今後の展望	70

参考資料（別添）

# 第1章 調査研究の概要

## 1. 背景・目的

後期高齢者、特に85歳以上人口が急増し、高齢者世帯は一人暮らし及び高齢者夫婦のみの世帯が中心となり、高齢者のフレイルの進行に伴い、生活支援ニーズが大幅に増加することが見込まれる。特に、高度経済成長期に開発された大都市の郊外住宅地の多くでは、団塊の世代が一斉に入居し住み続けているため、急速な人口増加とその後の高齢化が生じており、今後85歳以上人口の急増とともに、生活支援ニーズ、更には介護サービスニーズの急増が予想される。

一方、このような郊外都市型の地域構造は脆弱であり、生活支援ニーズを地域において早期に把握することが困難であるということが指摘されている。また、2045年までに全国の94.7%の市町村では人口減少が予想されており、都市部であっても就労世代の縮小は避けられず、介護人材の確保は一層厳しい状況となる。したがって、都市型の地域において特に留意すべきことは、①生活支援ニーズはフレイルの進行の過程で生ずるといえるとともに、フレイルの進行を防止するためには社会性の低下を防止する必要があるということと、②生活支援ニーズと社会参加ニーズとを一体的に捉えかつ早期に把握した上でフレイル予防にも着目した生活支援体制を構築することが急務であるということである。そのため、地域住民や団体、民間企業などの多様な力を結集させ、住民が極力弱りにくいフレイル予防に資する地域構造を構築することを目指した生活支援体制をいかにつくるかが喫緊かつ重要な課題である。

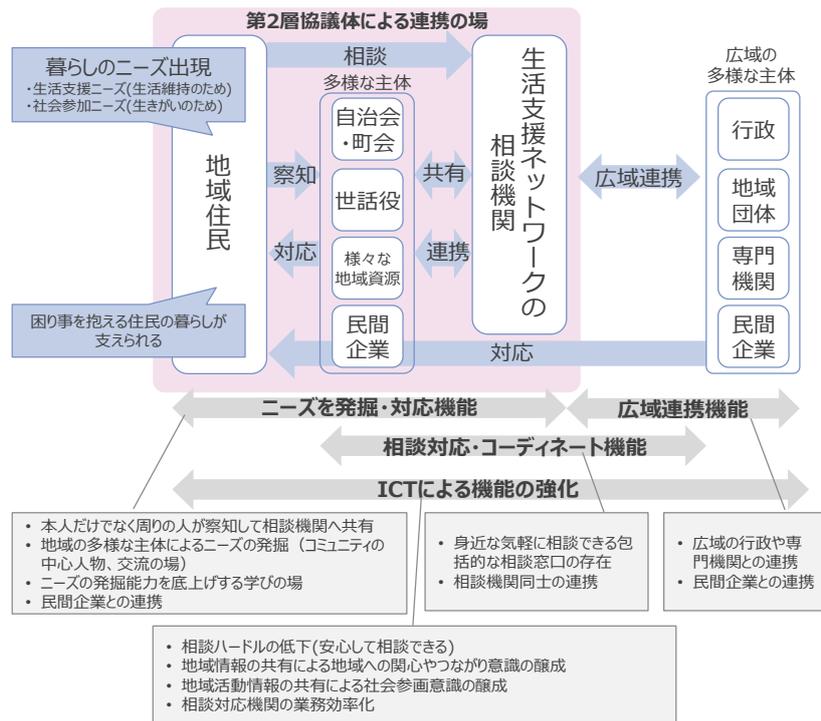
一方、令和3年度にNTTデータ経営研究所が行った調査研究<sup>1</sup>（以下、令和3年度調査という）における、都市部における生活支援体制整備に関する事例調査、フィールド調査の結果から、都市部における支え合いのシステムとして以下の要件が必要であるとの仮説を構築した。（図表1）

- 日常生活圏域のネットワーク（多様な主体の連携の場）
- 生活支援ニーズの発掘・対応機能
- 相談対応・コーディネート機能
- 広域連携機能
- ICTによる各機能の強化

---

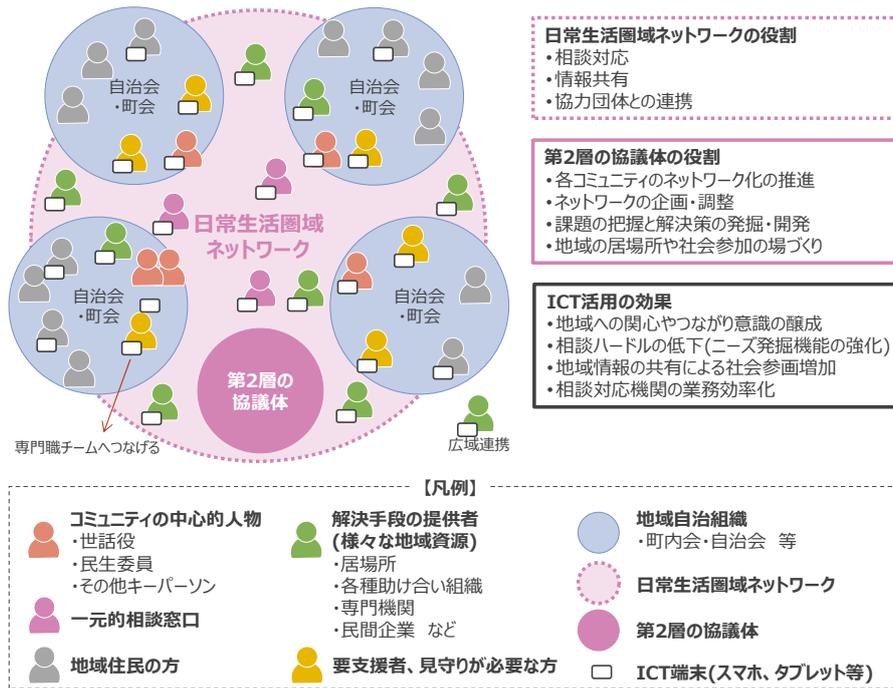
<sup>1</sup> NTTデータ経営研究所,ICTを活用した都市型的生活支援ネットワークに関する調査研究事業（令和3年度）

図表 1 都市型生活支援ネットワークモデル（仮説 1）



上述した都市型生活支援ネットワークモデルは、生活支援体制整備事業における第二層の協議体を母体としてその事業を発展させたものである（図表 2）。これは従来の自治会・町会だけでは対応しきれない今後の都市部の高齢者の生活支援ニーズ（これと一体的に位置づけられる社会参加ニーズを含む）への対応のモデルとしての第二層の協議体の機能を深堀するものであるが、これをさらに機能させるためには、第二層の協議体と日本における普遍的な自治組織である個々の自治会・町会単位の活動との関係性をさらに明らかにしつつ、コミュニティ機能の脆弱な都市部のフレイル予防の視点も加味した生活支援体制整備のあり方のモデルを明らかにし、それを各地域に波及させる必要がある。

図表 2 都市型生活支援ネットワークモデル（仮説 2）



本事業は以上の考え方に基づき、自治会・町内会単位の活動と第二層の生活支援ネットワークの関係性を明らかにした上で、都市型の生活支援ネットワークの普及展開モデルの構造を具体化することを目的とした実証及び調査を行う。この場合、調査研究の目標として以下 3 点を掲げる。

- ・生活支援ニーズ（社会参加ニーズを含む。以下同じ）の早期の発掘・対応機能向上に向けた様々なアンテナ機能の開発を行う。特に、民間企業や地域住民の中での世話役的な存在との連携やその機能を明らかにする。
- ・生活支援ニーズへの対応において、介護予防、特にフレイル予防の観点を深めるため、モデル地域における地域のフレイル予防のための活動力を高める取り組みのモデル化を行う。
- ・上記の活動の効果がさらに上がるような、ICT 活用モデルの開発を行う。

## 2. 調査内容

本調査研究では、1.背景・目的で記載した 3 つの目標を達成するとともに、これらの手法が各地の日常生活支援体制整備事業へ横展開されることを展望するため、以下 2 点を実施する。

- ・1.背景・目的で記載した 3 つの目標を達成するための実証（柏市豊四季台地域での実証）
  - ・複数地域へのモデル展開可能性の検討（複数の都市部自治体へのヒアリング調査）
- また、上記を実施するに伴い、検討委員会の開催と報告書の作成も併せて実施する。

## 3. 調査研究の実施体制

学識経験者と実務者から構成される検討委員会を設置し、本研究事業の設計と検証及び結果の

とりまとめを行った。検討委員会の委員を図表 3、事務局一覧を図表 4 にそれぞれ示す。

図表 3 検討委員会 委員（五十音順、敬称略）

	氏名	所属・役職名
委員長	服部 真治	(一財)医療経済研究・社会保険福祉協会 医療経済研究機構 政策推進部 副部長（企画推進担当）兼 研究部 主席研究員
	山下 嘉人	柏市社会福祉協議会 事務局長
	高橋 史成	柏市社会福祉協議会 地域福祉課 課長
	橋本 圭司	柏市役所 保健福祉部 福祉政策課 課長
	恒岡 真由美	柏市役所 保健福祉部 地域包括支援課 課長
	関根 伸弘	春日部市
委員	神谷 哲朗	東京大学高齢社会総合研究機構 学術専門職員
	松本 小牧	豊明市 市民生活部 市民協働課 課長
	辻野 文彦	八王子市 福祉部 高齢者いきいき課 主査
	木村 清一	元柏市保健福祉部長
	田嶋 身友希	NTT コミュニケーションズ(株) ビジネスソリューション本部 担当部長
	倉持 淳	NTT コミュニケーションズ(株) プラットフォームサービス本部 担当課長
顧問	飯島 勝矢	東京大学高齢社会総合研究機構 機構長
	辻 哲夫	東京大学高齢社会総合研究機構 客員研究員
	熊野 将一	厚生労働省 関東信越厚生局 健康福祉部 地域包括ケア推進課 課長
オブザーバー	岸 英二	厚生労働省老健局 認知症施策・地域介護推進課 地域づくり推進室 室長 補佐
	小塚 郁武	(独)都市再生機構 ウェルフェア総合戦略部 戦略構築課 課長

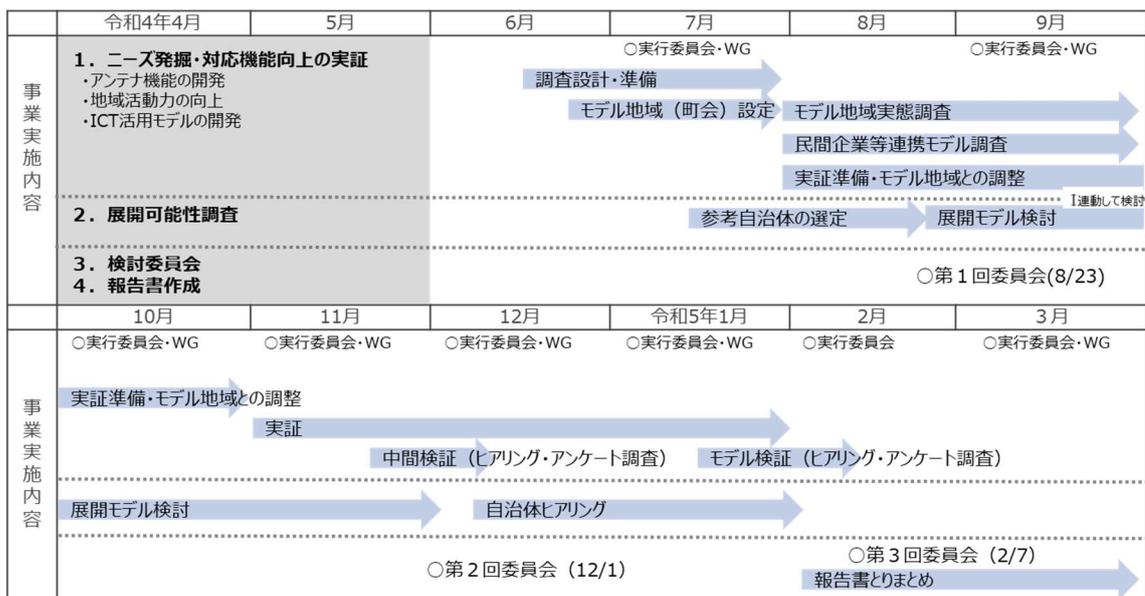
図表 4 事務局

	氏名	所属・役職名
	大野 孝司	株式会社 NTT データ経営研究所 ライフ・バリュー・クリエイションユニット シニアマネージャー
事務局	三上 拓	株式会社 NTT データ経営研究所 地域未来デザインユニット シニアコンサルタント
	荒川 悠佳	株式会社 NTT データ経営研究所 ライフ・バリュー・クリエイションユニット コンサルタント

#### 4. スケジュール

本事業の全体スケジュールを図表 5 で示す。

図表 5 全体スケジュール



## 第2章 ニーズ発掘・対応およびフレイル予防機能向上の実証

### 1. 実施概要

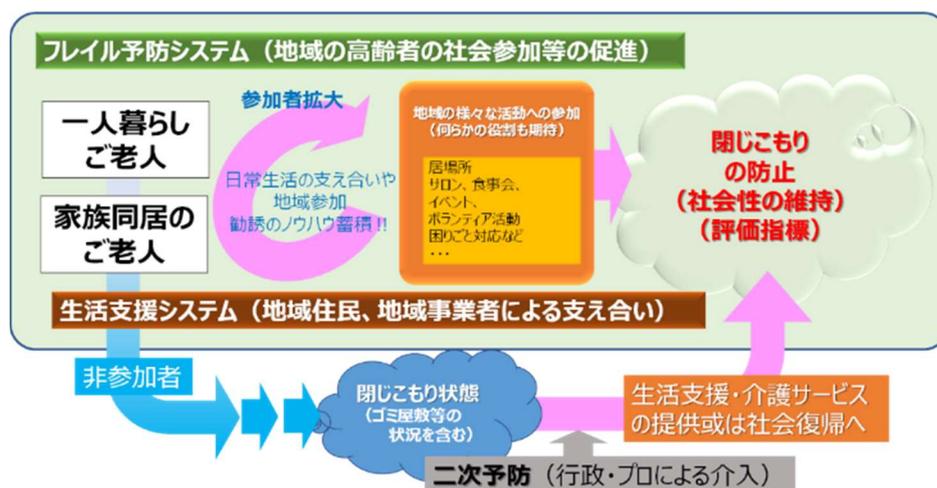
#### (1) 目的

生活支援ニーズへの地域における的確な対応を行うためには、そのニーズの早期の把握が不可欠である。一方、地域コミュニティ意識の希薄な都市部においては、地域における生活支援ニーズの把握が困難である。このため、専門機関だけでなく地域における多様な主体による生活支援ネットワークを構築すると共に、一元的な相談システム及び地域における生活支援ニーズの早期把握の機能（アンテナ役）のシステムを構築することが重要となる。

また、生活支援ニーズはフレイルの過程で生じることが少なくない。フレイルが生じる大きな要因として、社会性の低下があるため、居場所等社会参加の場への誘導によるフレイル予防が、生活支援ニーズへの対応の際に一体的に行われることが重要である。このことを地域住民が一定の説明プログラムで学び、生活支援ニーズ（行き場のない孤立した状態における何らかの社会参加ニーズを含む。以下同じ）のある人の居場所への誘導などが町会などの地域コミュニティ単位で取り組まれるという流れが、生活支援システムに組み込まれていることが必要である。特に、地方の伝統的なコミュニティと比較して高齢者が役割を持ちにくい、都市部のコミュニティにおいてはこの点は極めて重要である（図表 6）。

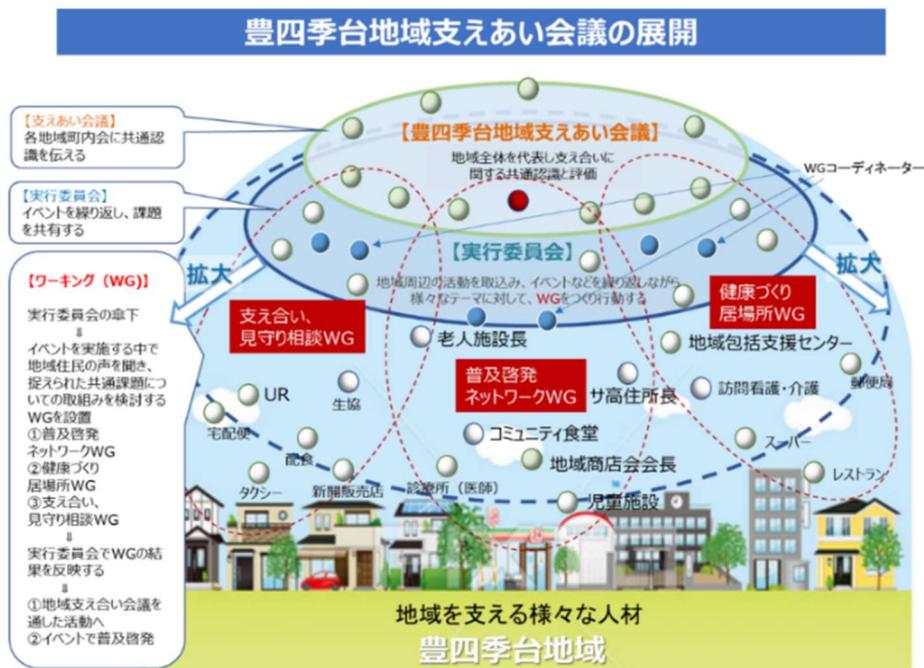
以上のような考え方に立った生活支援システムを地域コミュニティで構築しないことには、都市部の介護予防政策において、要支援者へのハイリスクアプローチによる水際作戦だけでは限界があるといえる。

図表 6 地域におけるフレイル予防と生活支援システムの総合的対応イメージ



令和 3 年度調査の結果、柏市など一部の地域では、上記のような課題に対応するための土台として、日常生活圏域単位での住民主体の支え合いのネットワークが生活支援体制整備事業の一環で徐々に構築されている（図表 7）。

図表 7 柏市豊四季台地域における支えあい会議の展開



出所：東京大学高齢社会総合研究機構による資料より引用

こうした取組を活かし、生活支援体制整備事業の取組において、生活支援ニーズのアンテナ機能の開発とフレイル予防の構造に着目した一定の説明プログラムを活用したフレイル予防のための地域活動力向上のためのモデルの開発をしながら、これらを汎用的な形で全国に普及することを目指すことが必要である。さらに、新型コロナ禍以降、高齢者においてもオンラインコミュニケーションへの関心が高まり利用が広がっていることや、技術革新により ICT の利便性も高まっていることから、ICT を活用したより効果的・効率的なシステムの検討も重要である。

以上の背景を踏まえ、本事業では ICT の活用を含めつつ以下の 2 点について実証を行なった。

①アンテナ機能の開発

困りごとを抱えている人は自ら相談せず、事態が悪化する傾向にある。早めに困りごとをキャッチするために、アンテナ機能を担う地域の世話役が必要ではないかという問題意識にたち、地域住民を中心としたニーズ発掘・対応機能向上の可能性と連携のあり方を明らかにすることを目的とし、生活支援体制整備事業の第二層協議体の下で世話役は誰がなり得るか、どのような役割を果たすべきか、どのように困りごとをキャッチし対応するかを調査した。

また、ICT によるアンテナ機能の強化が可能かについても、既存の ICT サービスの試験的活用を通じて調査した。

②フレイル予防のための地域活動力の向上

フレイルが進行する高齢者がつながりや活動性を維持するためには通いの場等の居場所の設営やイベントの実施など多様な地域資源（地域の活動）が必要である。特に地縁が希薄になりがちな都市部において、地域の活動力を向上させるため、町会単位の介護関係統計（見通しを含む）を開示しつつフレイルについて学び、行動変容を促す一定の説明プログラムが有効ではないかという視点にたち、生活支援体制整備事業の第二層協議体の下でモデル町会の試行を行い、効果を検証した。

また、コロナ禍で外出機会が減っているところ、オンラインを活用したつながりの維持や介護予防が有効ではないかという視点にたち、ICT サービスを通じて既存の地域資源を活かしたオンラインによる交流を試験的に実施し、その効果を検証した。

## **(2) 実施内容**

### **1) 調査対象**

本調査における調査対象は、千葉県柏市豊四季台地域とし、その中において設置されている生活支援体制整備事業の第二層協議体である豊四季台地域支え合い会議の下部組織であるささえ愛実行委員会およびこれに関連している地域内の商店、民間企業並びに豊四季台地域の中の一つのモデル町会としてのあけぼの町会の二つのフィールドを対象とする。

#### **①千葉県柏市豊四季台地域 ささえ愛実行委員会、地域の商店および民間企業**

ささえ愛実行委員会は、豊四季台地域の 14 の自治会・町会の住民（現役員、元役員含む）を中心に、柏市、社協、地域包括支援センター、地域の商店会の店主、民生委員、助け合い団体、通いの場の主催者などの約 30 名で構成されている。ここでは、住民主体の助け合い組織や地域の商店会等の様々な資源をつなげて困りごとを解決していくネットワーク作りに取り組んでおり、柏市社会福祉協議会の「ちいきいきセンター」、柏西口地域包括支援センター、地域内に存在している UR 賃貸住宅団地の生活支援アドバイザーの 3 者を困りごとや生活支援ニーズの一元的な相談窓口（共通マニュアルによりいずれに相談しても同じ機能を果たすこととしている）として位置づけるなどの取組を実施している。

また、豊四季台地域における商店街の商店会および、地域に新規店舗を出店したフィットネスジムを営業する民間企業もアンテナ機能を担う可能性があることを調査するため、対象とした。

#### **②あけぼの町会**

あけぼの町会は柏市豊四季台地域における自治会・町会の一つであり、住所表記における「あけぼの町 1 丁目～5 丁目」を範囲としている。事前のヒアリングにより、本町会は町会役員間の連絡手段として ICT の導入を検討していたため、本調査における ICT ツールの導入実証にご協力いただいた。また、本町会は定期的にフレイル予防を目的とした活動を実施しているため、フレイル予防のための地域活動力の向上に関する調査対象としても取り上げた。

## **2) 調査内容**

#### **①千葉県柏市豊四季台地域 ささえ愛実行委員会、地域の商店および民間企業**

- アンテナ役として機能する可能性のある主体
- アンテナ機能を発揮するために必要な要件
- 専門職とアンテナ役との連携による効果
- 商店や民間企業とアンテナ機能との連携可能性
- アプリ導入によるアンテナ機能の強化に対する効果
- オンラインによる交流(体操教室)の試行実施とその効果
- フレイル予防のための地域活動力の向上に関するあけぼの町会での試行結果を踏まえた豊四季台地域における今後の活動展開の在り方の検討

#### **②あけぼの町会**

- アプリ導入によるアンテナ機能の強化に対する効果

- フレイル予防のための地域活動力の向上に資する説明プログラムによる勉強会の実施
- 上記勉強会を踏まえた町会幹部による町会活動の自己評価と今後の活動の在り方の検討

### 3) 調査方法

#### ①千葉県柏市豊四季台地域 ささえ愛実行委員会、地域の商店および民間企業

- ささえ愛実行委員会メンバーに対するヒアリング：  
定期的に開催されるささえ愛実行委員会の場における、委員会メンバーとの議論を行なった。
- 地域の商店会店主及び民間企業へのヒアリング：  
豊四季台商店会の会長および店舗の店主、商店街付近のフィットネスジムを運営する民間企業に対してヒアリングを実施した。
- アンケート：  
ささえ愛実行委員会メンバーに対して試験的に導入したアプリに対して、導入前と実証期間中にアンケートを実施した。

#### ②あけぼの町会

- アプリに関するアンケート：  
あけぼの町会の会員へ試験的に導入したアプリに対して、実証期間中にアンケートを実施した。
- フレイル予防のための地域活動力向上に関する勉強会の実施とアンケートとヒアリング：  
あけぼの町会メンバーに対して、柏市、豊四季台地域及びあけぼの町会における高齢化率や要支援・要介護認定率等の地域データを共有し、フレイル予防に関して学ぶ一定の説明プログラムによる勉強会を実施し、その後のアンケートとヒアリングにより住民の意識がどう変化したかを調査した。

#### ③あけぼの町会の活動実績の取りまとめとその評価

これまであけぼの町会で取り組まれてきた活動を調査し、その実績を取りまとめた結果をささえ愛実行委員会で共有し、今後の活動の在り方の検討を行った。

以上の二つのフィールドでの活動概要は図表 8 の通りである。

図表 8 二つのフィールドでの活動概要

	第 2 層協議体（ささえ愛実行委員会）	モデル地区（あけぼの町会）
7 月	研究事業全体の趣旨説明 市・社協・ネットワーク窓口との協議	
9 月	実施方法の議論、第 1 回アンケート実施 地域内町会でのアプリ活用事例聞き取り	モデル地区の打診・合意形成
10 月	フレイル予防のための地域活動力向上の取組方針及びそれに関連する説明プログラムの考え方の提案 アプリインストール(説明会)、オンラインサロンの計画	アプリ導入(説明会)
11 月	アプリ利用方法説明会・第 2 回アンケート実施 アプリ利用ガイドライン作成 フレイル予防のための地域活動力向上に関するモデル町会での勉強会の合意形成	実行委員会での合意の下でのフレイル予防関係勉強会の実施 勉強会についてのアンケート調査等の実施

12月	アンテナ機能、フレイル予防のための地域活動力向上のあり方検討（フレイル予防のための地域活動力向上に関するあけぼの町の勉強会等の結果報告を含む） オンラインサロン試行・アンケート実施	これまでのモデル町会の地域活動の総括調査開始
1月	アンテナ機能及びフレイル予防のための地域活動力向上に関する取り組み方針（フレイル予防関係の試行結果についての町会幹部による総括を想定）の確認 商店会・企業へのヒアリング実施	
2月	アンテナ機能の開発についての総括及び議論 第3回アンケート実施	アプリのさらなる活用方法勉強会・アンケート実施 モデル町会の幹部役員による町会地域活動とフレイル予防関係勉強会の意義の総括
3月	フレイル予防のための地域活動力の向上についての総括（町会幹部役員からのコメントを含む）及び議論	

## 2. ささえ愛実行委員会等での取組

### (1) 経緯と結果

令和4年7月から令和5年3月の期間中、全8回にわたり開催したささえ愛実行委員会等における議論内容や取組について列挙する。

#### 1) 7月の取組概要

ささえ愛実行委員会においては、本事業の内容を理解してもらうべく、ささえ愛実行委員会構成員を対象に取組概要についての説明を行った。また、さんあいネットワーク相談窓口へのヒアリングを実施した。

<議題>

#### 説明事項

- 令和3年度調査の振り返り
- 令和4年度調査の計画概要、検討の進め方(案)

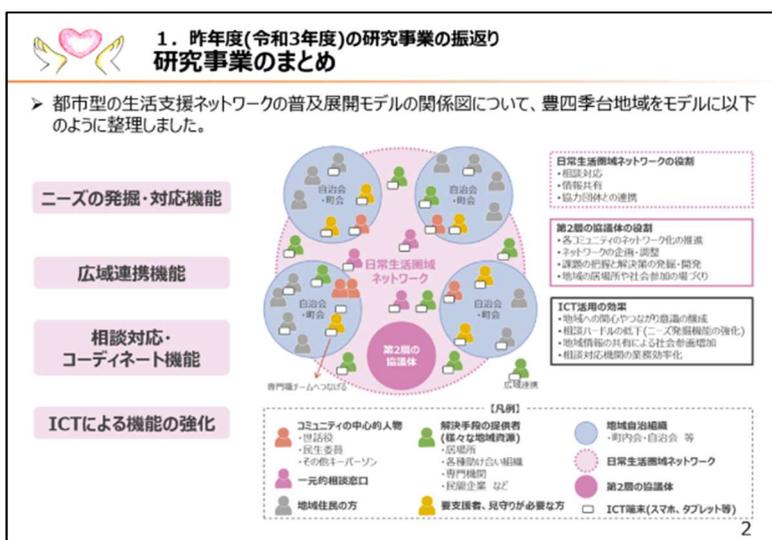
<参加者>

- ささえ愛実行委員会構成員

<実施内容>

令和3年度取組の振り返りを行ったうえで、令和4年度調査の背景や目的、スケジュールに関して、図表9及び図表10等の資料を用い説明を行った。

図表 9 令和 3 年度調査まとめ



図表 10 令和 4 年度調査の背景・目的

2. 今年度(令和4年度)の研究事業の計画概要  
(1)背景・目的

【今年度の取組み】

▶ 今年度は、モデル町会を設定し、自治会・町内会単位の活動と第二層の生活支援ネットワークの関係性を明らかにすることで、都市型の生活支援体制整備の普及に向けたモデルの構造を具体化する調査研究を行います。

▶ 具体的には以下3点を目的に取り組んでいきたいと思います。

- ① アンテナ機能の開発**  
ニーズ発掘・対応機能の向上のために様々なアンテナ機能の開発を行う。特に、身近な民間企業および地域住民の中での世話役的な存在との連携やその機能を明らかにする。
- ② フレイル予防のための地域活動力の向上**  
生活支援ニーズ・社会参加ニーズへの対応において特にフレイル予防の視点を深めるため、モデル町会を設定し、フレイル予防のための地域の活動力を高める。また生活支援体制整備事業と地域フレイル予防体制の一体的モデルを検討する。
- ③ ICT活用モデルの開発**  
上記①②の活動の効果がさらに上がるような、ICT活用モデルを開発する。

4

また、令和 4 年 7 月 29 日には、さんあいネットワーク相談窓口である、豊四季台地域いきいきセンター(柏市社会福祉協議会)職員、柏西口地域包括支援センター職員、UR 生活支援アドバイザーの 3 名を対象に、アンテナ機能の開発と地域での見守りを支える ICT アプリに関してヒアリングを行った。  
<実施結果>

さんあいネットワーク相談窓口へのヒアリングの結果、アンテナ機能及び地域での見守りを支える ICT アプリについての需要があることや、地域の活動情報を配信する機能がアプリに必要であることが確認された。その他の主な意見については、図表 11 に示す。

図表 11 ICT アプリに対する主な意見

議題	主な意見
アンテナ機能の開発に向けて	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 包括として見守りが必要と思う方はたくさんいるが、マンパワーが足りない状況であるので、アンテナ機能があると助かると感じる。</li> <li>• アンテナ機能で、人との関り（通院等も含め）を拒絶する人や周囲の方が見守りを困難と感じる人について、見守りができると良いと考える。</li> <li>• 気がかりな人の生活導線を把握できると良い。</li> </ul>
地域での見守りを支える ICT アプリについて	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 地域の活動情報を配信してくれる機能があると良い。写真の掲載があると、活動内容をイメージし易いのではないかと。</li> <li>• スマートフォンの活用が難しい世話役も多いため、スマートフォン教室等の実施が必要ではないかと。</li> <li>• スマートフォンを所持していない人への対応については検討が必要。</li> </ul>

## 2) 9月の取組概要

### <議題>

豊四季台地域での取組に関するアイデアを目的として、ささえ愛実行委員会構成員を対象に事業内容の説明、一定の議論事項を提示した上での意見交換及びアンケートを行った。

### 説明事項

- 取組の主旨
- フレイル予防のポイント
- 豊四季台地域の現状と取組イメージ
- スマホアプリの概要
- 今後の想定スケジュール

### 議論事項

- 地域の様々な人がアンテナ役となれば、悪化する前に困りごとをキャッチできないか。
- 支援が必要な人、活動をしたい人にとって、もっと役立つ情報を共有できないか。さんあいネットワークの力をもっと活かせないか。
- コロナ禍で集まる機会が減っている中、オンラインで顔を合わせる機会も必要ではないか。特に外出しづらい人のためにそのような機会をつくれぬか。

### アンケート実施

- ささえ愛実行委員会構成員のスマートフォンの活用状況について

### <参加者>

- ささえ愛実行委員会構成員

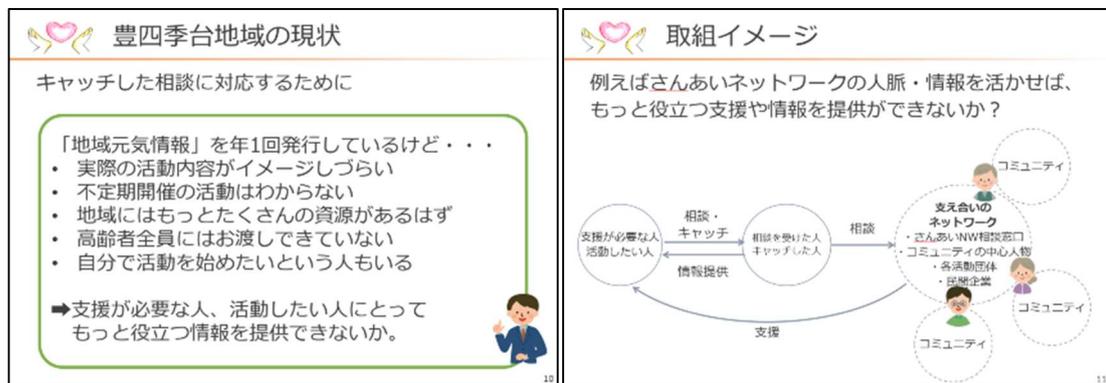
### <実施内容>

図表 12、図表 13、図表 14 に示すような資料を用い、フレイル予防のポイント、豊四季台地域の現状や取組イメージ、スマホアプリの概要について説明したうえで、豊四季台地域での支え合いの仕組みや仕掛けについて実行委員会構成員に議論頂いた。また、スマートフォンの活用状況に関してアンケート（図表 15）を実施した。

図表 12 フレイル予防のポイント



図表 13 豊四季台地域の現状と取組イメージ



図表 14 スマホアプリの概要





図表 17「支援が必要な人、活動をしたい人にとって、もっと役立つ情報を共有できないか。さんあいネットワークの力をもっと活かせないか。」

どのような情報を届けるか	どのように情報を届けるか
<ul style="list-style-type: none"> <li>参加者の属性、活動のレベル感など、「自分がそこに入っていけるか、相応しいか」が判断できる情報</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>紙の地域情報誌（元気情報）は発行部数に限りがあり全員に行き渡っているわけではない。</li> <li>家に留まっている人に情報を共有することが必要。</li> <li>信頼している人、知っている人からの紹介の方が素直に聞きやすい。</li> <li>紙だけだと活動の場には来ない、信頼できる人からの声掛けが重要。</li> </ul>

図表 18「コロナ禍で集まる機会が減っている中、オンラインで顔を合わせる機会も必要ではないか。特に外出しづらい人のためにそのような機会をつくれぬか。」

オンライン交流のニーズ	スマートフォン等が使えない人へのフォロー
<ul style="list-style-type: none"> <li>弱ってくると一人での参加はつらい。付き添ってくれる人いるとありがたい。</li> <li>外出しなくても友人に会えるといったビデオ通話機能はニーズがあると思う。 (通いの場に車で乗せ合っというのも気を遣う)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>各町会活動内での見守りや情報共有の体制づくり</li> <li>やってみたいといった声も多いが、ICT（スマホ）が使えるのが不安な人も多いと思う。</li> <li>地域のスマホ講座を活用するとよいのではないか。</li> </ul>

## アンケート結果

回答者 17 名のうち、14 名はスマホ保有・メールを使用しており、13 名は日常的に LINE を使用していることが明らかになった。そのことから本実証におけるアプリの利用について住民が問題なく使えると判断した。アンケート結果の詳細を図表 19 に示す。

図表 19 第 1 回アンケート結果

質問項目	回答項目	回答者数（人）
性別	男性	9
	女性	8
年齢	40 代未満	1
	40 代	0
	50 代	0
	60 代	2
	70 代	9
	80 代	5
	90 代以上	0
インターネット回線有無	ある（有線）	3

	ある（無線、ワイファイ）	9
	ある（わからない）	2
	ない	3
	わからない	0
使用機器 （複数回答）	パソコン	12
	携帯電話	1
	タブレット端末	3
	使っていない	2
	その他	0
スマートフォン使用有無	使っている	14
	使っていない	2
	無回答	1
スマートフォン仕様機能 （複数回答）	電話	12
	メール	14
	LINE	13
	カメラ	13
	ゲーム	3
	その他	3
	無回答	1
（スマートフォン未所持者に対し て）スマートフォンを使用したいか	使用したい	1
	使用したくない	1

### 3) 10月の取組概要

LINE WORKS アプリのインストール方法及びフレイル予防のための地域活動力向上に関するモデルプログラムに関して実行委員会メンバーに説明を行った。

<議題>

**説明事項**

- さんあいネットワークアプリ導入方法の説明
- フレイル予防のための地域活動力の向上に関する取り組み方針とモデルプログラムの説明
- 今後のスケジュールについて

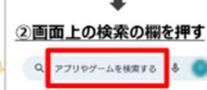
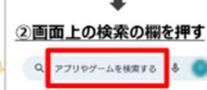
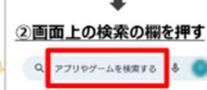
<参加者>

- ささえ愛実行委員会構成員

<実施内容>

実行委員会構成員を対象に、図表 20 に示す資料を用い、LINE WORKS アプリのインストール方法及びログイン方法に関して説明し、各構成員のスマートフォンにアプリをインストールいただいた。また、フレイル予防の重要性に関して住民に理解してもらい行動に移してもらうことを目的とするフレイル予防モデルプログラムについての説明を行った。説明において使用した資料の抜粋を図表 21 に示す。

図表 20 LINE WORKS 導入説明書<sup>3</sup>

<p><b>本日の進め方</b></p> <p>今日はさんあいネットワークアプリが使える状態になるまでの作業を実施します。</p> <p>不明点があれば随時近くのサポート係までお声掛けください。</p> <p>◆本日導入するスマホアプリ</p> <p><b>LINE WORKS</b> ライン ワークス</p> <p>◆本日の作業の内容</p> <p>Wi-Fiの設定</p> <p>↓</p> <p>アプリのダウンロード ※既にLINE WORKSを他の活動で利用中の方はダウンロード不要</p> <p>↓</p> <p>アプリのログイン</p> <p>© NTT Communications Corporation All Rights Reserved. 2</p>	<p><b>LINE WORKSのダウンロード その1</b></p> <table border="1"> <tr> <th style="text-align: center;">&lt;iPhoneの方&gt;</th> <th style="text-align: center;">&lt;Androidの方&gt;</th> </tr> <tr> <td style="text-align: center;"> <p>①アプリ「App Store」を押す</p>  <p>↓</p> <p>②画面下の「検索」を押し 検索の欄を押す</p>  <p>↓</p> <p>③「ラインワークス」と入力し、検索結果から「W」アプリを選択する（押す）</p> </td> <td style="text-align: center;"> <p>①アプリ「Play ストア」を押す</p>  <p>↓</p> <p>②画面上の検索の欄を押す</p>  <p>↓</p> <p>③「ラインワークス」と入力し、検索結果から「W」アプリを選択する（押す）</p> </td> </tr> </table> <p>© NTT Communications Corporation All Rights Reserved. 6</p>	<iPhoneの方>	<Androidの方>	<p>①アプリ「App Store」を押す</p>  <p>↓</p> <p>②画面下の「検索」を押し 検索の欄を押す</p>  <p>↓</p> <p>③「ラインワークス」と入力し、検索結果から「W」アプリを選択する（押す）</p>	<p>①アプリ「Play ストア」を押す</p>  <p>↓</p> <p>②画面上の検索の欄を押す</p>  <p>↓</p> <p>③「ラインワークス」と入力し、検索結果から「W」アプリを選択する（押す）</p>
<iPhoneの方>	<Androidの方>				
<p>①アプリ「App Store」を押す</p>  <p>↓</p> <p>②画面下の「検索」を押し 検索の欄を押す</p>  <p>↓</p> <p>③「ラインワークス」と入力し、検索結果から「W」アプリを選択する（押す）</p>	<p>①アプリ「Play ストア」を押す</p>  <p>↓</p> <p>②画面上の検索の欄を押す</p>  <p>↓</p> <p>③「ラインワークス」と入力し、検索結果から「W」アプリを選択する（押す）</p>				

図表 21 フレイル予防モデルプログラムに関する説明資料（抜粋）

**【別添1】 柏市豊四季台地域の介護分析の学びを通じた地域住民のフレイル予防のための行動変容の推進(1)**

**【モデルプログラムの趣旨】**  
令和2年度の65歳以上の豊四季台地域の介護認定者は1459人である。これを基に、豊四季台地域の各町内に要介護認定者ほどの程度存在し、どのような特徴なのか、町丁目ごとに要介護認定状況の差はあるのか、そして介護度はどのように上がって（下がって）いくのかについて、現在提供されているデータから分析を行った結果を学ぶことを通じて、地域住民の行動変容を促すプログラムを試行する。

(1) 地域住民が地域の介護の実態を通してフレイル予防の概念を学ぶことの意義

- ① **実態把握の重要性**： 柏市の平均寿命は男性が81.7歳、女性が87.6歳(H27年千葉県報告書)であるが、要介護認定と年齢の関係を分析すると85歳以上で要介護3～5認定者は大幅に増加している。また別のデータからの推計で、女性の平均寿命を過ぎた後の要介護3～5認定者数は突出している。死亡要因は、介護度の進行によるものではなく死亡に至る原因としては、肺炎、循環器等急性疾患に起因する病態変化もあるが、年齢を動因すれば多くの場合が身体の虚弱化（フレイル進行）や老衰によるものである（分析1、参考分析1）。市全体だけでなく、それぞれの地域では実態がどの様になっているのかを正しく知ることが重要。
- ② **要介護となる現状の理解とフレイル予防**： 要介護認定はIADL低下即ちフレイルが進行し要支援1から徐々に進行するケース、脳卒中等の疾患が原因で突然要介護3或は4認定等を受けるケース、その後回復リハビリテーション等により介護認定を下げるケース、享年の年齢まで介護認定を受けないケースなど様々なデータが混在するが、フレイルが進行し要支援1から徐々に進行するケースが最も多い。要介護認定を受ける際の年齢、その後の様な形で介護認定が推移するかは、地域で生活する高齢者の日常生活課題を把握する上で重要な課題である。一般的に要支援1～要介護2までは日常的に自宅で自立した生活を送ることが可能で、本人が望めば周辺の支援は必要とするものの外出や買物などの日常活動もできるようになる。即ち、フレイル予防の概念を理解することで要介護度の進行を地域の力で抑制することが可能となってくる。

(2) まちづくりに向けた地域コミュニティ活動への行動変容の推進（学びの結果、想定される行動変容）

- ① 住民が主体となって、現在ある地域の様々な拠点や地域リソース（公的介護予防活動、保険外活動（移動、居場所、学び、カフェ、健康づくり・生活改善、助け合い等）の実態を把握し、それを必要とする地域住民に結びつけるための課題を考え、行動に移す（≒豊四季台地域実行委員会活動）。
- ② 出かけられないことによる生活不活発撲滅のため、病院付添、公営タクシー、拠点間をつなぐスローモビリティ、元気シニア学習支援等々の活動を高めるための地域での課題を考え、行動に移す（≒豊四季台地域実行委員会活動）。

<sup>3</sup> 詳細は別添の参考資料2を参照されたい。

## 柏市豊四季台地域の介護分析の学びを通じた地域住民のフレイル予防のための行動変容の推進（Ⅱ）

(3) 地域住民が、フレイル予防を自分事化し行動変容する土台作り（モデルプログラムの入口の作業）

### ① 東京大学が開発した介護分析の学びのプログラムの試行

- i) 各圏域との比較で、自らの住む日常生活圏の要介護者の状況を自覚し、将来、高齢者が増加する中で、地域在住高齢者の自立のあり方について考える（分析2、参考1）
- ii) 町丁目別の要介護者の数、要介護認定率及び要介護認定度の違いを見て、要介護となることを自分事化する（分析3-1、3-2）
- iii) 町丁目別の年齢別の要介護認定率（推計）と要介護者数（推計）を知るとともに、将来の高齢者人口の予測と重ね合わせることで危機意識を共有する（参考分析4、参考1）
- iv) 男性と女性の要介護認定度の進行の分布の違いを学び、特に平均年齢を超えた女性の問題を理解する（参考分析5）
- v) 要介護になった者の実際の経過を知り、加齢に伴うものと脳卒中等によるもの違いを学ぶ（参考分析6）
- vi) 日本人の自立度の経過の資料から、急速に自立度の下がるグループ（脳卒中等）と徐々に下がるグループ（フレイル進行）があり、後者が大部分であることを知る（参考2）
- vii) 要介護になる多くのケースについては、可逆性のある段階でのフレイル予防が重要であることを自分事化する（参考3）

② 上記（2）の動きとの関連を含めて①の試行が地域に与えた影響を調査する。

③ 上記（3）及び（2）の一連の過程をマニュアル化する。

(4) 以上の活動の進展を図る。

## 4) 11月の取組概要

フレイル予防のための地域活動力の開発やアプリを使ったアンテナ機能及び情報共有の強化を目的に、上記内容に関連した説明、一定の議論事項を提示した上での意見交換及びアンケートを行った。

<議題>

### 説明事項

- 老健事業の基本枠組み及び「フレイル予防のための地域活動力の開発」についての進め方の内容の確認
- アプリを使ったアンテナ機能・情報共有の強化（アプリの活用方法）について
- これまでの取組のまとめ
- 今後のスケジュール

### 議論事項

- フレイル予防のための地域活動力の開発に関して、実行委員会として今後どのように取り組むべきか。
- アンテナ機能・情報共有の強化に向けて、どのようにアプリを活用していくのが良いか。

### アンケート実施

- アプリ利用体験後のアプリ活用への理解度や所感について

<参加者>

- ささえ愛実行委員会構成員

<実施内容>

実行委員会構成員を対象に、フレイル予防のための地域活動力の開発に関して進め方の確認を行った。図表 22 において、別紙 1 で今後の実施内容案を説明し、参考資料 1 で進め方の第一段階におけるポイント、参考資料 2 で第二段階におけるポイントを説明した。

また、チャット機能や掲示板機能をはじめとするアプリの様々な機能の活用方法について図表 23 に示す資料を基に説明し、実際にトークや通話、掲示板機能等を使用する体験をしていただいた。体験

後、実行委員会構成員のアプリ活用への理解度や所感を確認するため、アンケートを実施した。

図表 22 フレイル予防のための地域活動力の開発の進め方（抜粋）

<p>【別紙 1】 今後の実施内容（案） フレイル予防のための地域活動力の開発</p> <p>基本的な進め方 1. 東大側で下記の一定のノウハウが開発されている（東大側提案プログラム） ⇒前回実行委員会で説明</p> <p>2. 進め方のポイント</p> <p>【第一段階】 町内会役員を含む地域住民を対象とする公開の勉強会－勉強会講師は東大が担当 地域住民が、町丁目半単位で住んでいる地域の要介護者数等の実態や地域間の違いとともに将来の予測も学ぶ。 ⇒他の地域と比較して自分の居住地域の強みと弱み等を考え、フレイルの予防と困りごとや相談事等への対応の関係を理解し、これを地域の課題として自分事化する。</p> <p>【第二段階】 町内会役員等による話し合いの場－話し合いの場の支援は社協が担当 誰にでもできるフレイル予防は、「社会とのかかわり」、即ち、普通に生活している方を孤立化しない、孤独にさせないことであることを確信し、地域が協力し合って行動を起こす。 ⇒地域で困りごとや相談ごとがある人が見つかったら、誰かと繋ぐとかどこへどう誘導するかなど、地域ごとができることを具体的に話し合う（アンテナ機能のあり方と深く関連）</p>
--

<p>【参考資料 1】 第一段階（東大側講師説明）のポイント</p> <p>1. 要介護者の地域ごとの状況を知る。 ○身近なデータによる地域高齢者の将来課題の自分事化と地域比較の目覚め【図1】</p> <p>2. 要介護認定と年齢と性別の違いの関係を知る。 ○急速に重い要介護へのパターンと徐々の進行のパターンがあり、ふつうは後者のフレイル進行型。男性比べて女性の平均寿命後の重度化する介護認定が重要であることを自覚。老々世帯から多くが女性の独居世帯となり、急速な自立度が低下・・・早い段階から生活支援体制の必要性を理解する【図2】。</p> <p>3. 日本人の自立度低下の平均的状況の姿を知る。 ○脳卒中等病原因子型と加齢に伴う虚弱延長型があり、今後の課題は後者の問題【図3】</p> <p>4. フレイルと要介護との関係を知る。 ○加齢に伴い徐々に要介護が進行するパターンはフレイルの延長型【図4】</p> <p>5. フレイル進行の構造を知る。 ○フレイルは、様々な要素で進行するが、事の始まりは社会性の低下。フレイルドミノ。フレイルは、居場所等への誘導で予防ができる【図5】。</p> <p>6. 困りごと・相談事のある人は、居場所等への誘導が、明るいまちづくりへの第一歩であることを知る。 ○地域住民の心がけ次第で町は元気になれる【図6】。</p>
--

<p>【参考資料 2】 第二段階のポイント</p> <p>1. 基本的な進め方（東大側プログラムとしての心づもり） （1）町会の役員等による話し合いで期待すること －第一段階で学んだことの町会内住民への広報の在り方 －町会住民にとっての居場所等の情報の確認と情報共有の在り方 －困りごとや相談事をキャッチした場合（その場合のアンテナ役役割を含む）の対応の在り方 －上記事項に関しての新たなアプリの活用方法 （2）話し合いの結果町会で展開される活動への期待 －今後1年程度の町会としての行動方針の策定 －節目での支え合い会議実行委員会への活動状況の報告</p> <p>2. 留意事項 （1）社協の役割 （2）支え合い会議実行委員会と連携した豊四季台地域での横展開への展望</p>
--

図表 23 LINE WORKS 活用説明<sup>4</sup>



<実施結果>

議論結果

「フレイル予防のための地域活動力の開発」及び「アプリを使ったアンテナ機能・情報共有の強化」の2点の議題についての意見交換を行い、今後の取組内容やアプリの活用方法に関して意見が挙げられた。

具体的な意見について図表 24 に示す。

図表 24 11月のささえ愛実行委員会における議論概要

議題	主な意見
フレイル予防のための地域活動力の開発に関して、実行委員会として今後どのように取り組むべきか。	<ul style="list-style-type: none"> <li>フレイル予防のための運動を実際に真面目にやることは意味があるため、地域全体で取り組めたら良い。</li> <li>それぞれの地域でフレイル予防について考えることで、自分の地域の現状を知ってもらうためのきっかけになるのではないかと。</li> </ul>
アンテナ機能・情報共有の強化に向けて、どのようにアプリを活用していくのが良いか。	<ul style="list-style-type: none"> <li>少数の集団でも良いので楽しみながらアプリを活用することが重要ではないかと。</li> <li>行方不明者の SOS について、情報共有できると早期発見につながるのではないかと。見守り活動にも活用したい。</li> <li>商店会や各町会のイベント、民生委員の活動等、ささえ愛実行委員会以外にも活用を広げられると良い。</li> <li>きちんと意識しなければ、アプリを使う気にならないのではないかと。</li> </ul>

<sup>4</sup> 詳細は別添の参考資料 2 を参照されたい。

## アンケート結果

回答者 18 名のうち、14 名はアプリの活用方法について理解できていた。使いたい機能としては、「掲示板」と、活用目的としては、「外出や社会参加、交流につながる場や活動の情報発信」と回答する者が多く、ともに 12 名ずつであった。回答結果の詳細を図表 25 に示す。

図表 25 第 2 回アンケート結果

質問項目	回答項目	回答者数（人）
性別	男性	9
	女性	9
年齢	40 代未満	1
	40 代	0
	50 代	2
	60 代	2
	70 代	10
	80 代	3
	90 代以上	0
アプリ活用の理解度	よく理解できた	5
	まあまあ理解できた	9
	あまり理解できなかった	2
	まったく理解できなかった	0
	無回答	2
活用したい機能	個人トーク	6
	グループトーク	6
	通話	4
	ビデオ通話	0
	掲示板	12
	カレンダー	5
	その他	0
活用目的	地域の困りごとやニーズをキャッチした際の相談	9
	外出や社会参加、交流につながる場や活動の情報発信	12
	オンラインを活用した交流	3
	実行委員会の運営にかかわる情報共有	10
	その他	0
	無回答	4

## 5) 12月の取組概要

アンテナ機能及びフレイル予防のための地域活動力向上のあり方の検討を目的として、これまでの取組や検討経緯の説明を行うとともに、一定の議論事項ごとに今後の進め方の検討を行った。また、オンラインサロンの体験会を実施し、実施後の感想についてアンケートを行った。

<議題>

### 説明事項

- あけぼの町会におけるフレイル予防のための活動力向上に関する勉強会の結果報告
- アンテナ機能及びフレイル予防のための地域活動力向上の取組について確認（あけぼの町会の取組み、これまでの検討経緯等の確認）

### 議論事項

- フレイル予防のための地域活動力の向上について
- アンテナ機能強化の今後の方策について
- アンテナ機能強化に関連したアプリ活用策について
- オンラインサロンの今後の活用について

### オンラインサロン体験会の実施

- オンラインによる体操教室の体験

### アンケート実施

- オンライン体操教室体験の感想について

<参加者>

- ささえ愛実行委員会構成員

<実施内容>

ささえ愛実行委員会におけるアンテナ機能及びフレイル予防のための地域活動力向上の在り方を検討するために、あけぼの町におけるフレイル予防のための地域活動力向上に関する勉強会の実施状況の報告（図表 26—【別添 1 抜粋】及び【別添 2】を含む。）やあけぼの町会における取組状況を共有（図表 27）し、今後の進め方の議論を行った。<sup>5</sup>

---

<sup>5</sup>図表 26 別添 1 の詳細は、巻末参考資料 4-1 を参照

図表 26 12月のささえ愛実行委員会における説明資料（抜粋）

報告とご議論いただきたいこと

1. 11月17日の曙町会でのフレイル予防関係勉強会の報告

- (1) 概要参照【当日資料は、別添1】
- (2) アンケート結果【別添2】

(注) 更にヒヤリングで意見を伺う予定

2. WGでご議論いただきたいこと

フレイル予防勉強会の取組の展開について

- ・あけぼの町会の取組をふまえて今後、地域の中でどのような取組につなげていくことが考えられるか。

(議論の例)

気がかりな方々を人とのつながりの場へ誘導する視点からの町内活動の活性化

- i) 町内における居場所やイベントの確認と情報共有のあり方  
(アプリの活用法含む)
- ii) 町内で閉じこもりがちの方を見つけた場合の対応のあり方  
(アンテナ役のあり方や居場所へのオンライン参加の活用含む)

2

あけぼの町フレイル予防関係勉強会（概要）

日時

令和4年11月17日（木）11:20~12:00

会場

あけぼのふるさとセンター

講師

【東大IOC】  
木村、神谷【別添1】

参加者

【あけぼの町】  
民生児童委員：3名  
健康推進委員：5名  
あけぼのクラブ：2名  
町会事務局：3名  
計：13名

【和市政社政策課】  
橋本課長、小林幸幹

【東大IOC】  
中村、福留

【NTTデータ経営研究所】  
京川



3

# 【別添1】 あけぼの町 フレイル予防勉強会

- 1 “つながり”こそ元気を生む ～フレイル予防活動による地域づくり～
- 2 ～人生100年時代を元気にフレイル対策～ やりがいと役立ちがいのすすめ
- 3 柏市豊四季台地域の介護分析（あけぼの町用）

※あけぼの1丁目～5丁目をまとめて「あけぼの町」と表記しています。

2022.11.17 東京大学高齢社会総合研究機構

4

## “つながり”こそ元気を生む ～フレイル予防活動による地域づくり～

めざそう!“であい” “ふれあい” “ささえあい”のまちづくり

あけぼの町勉強会  
2022.11.17



東京大学高齢社会総合研究機構・未来ビジョン研究センター  
客員研究員<元柏市保健福祉部長> 木村 清一

5

## 柏での調査から分かったこと…社会とのつながり

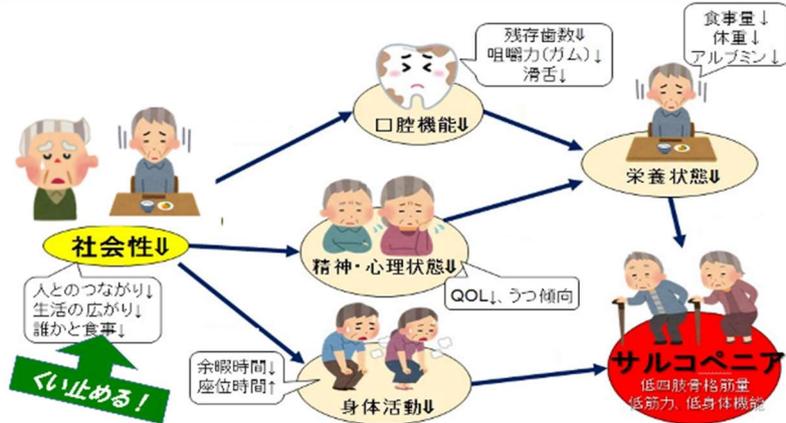
### 様々な活動の複数実施とフレイルへのリスク



(吉澤知世, 田中友規, 飯島勝久, 2017年 日本老年医学会学術集会発表, 論文準備中)

8

## なぜサルコペニアになるのか明らかに 《社会性の欠如・低下から始まりやすい》



東京大学 高齢社会総合研究機構・健康増進部  
厚生労働科学研究費補助金(長寿科学総合研究事業)「虚脱・サルコペニアモデルを踏まえた高齢者食生活支援の枠組みと  
包括的介護予防プログラムの構築および検証を目的とした調査研究」(H26年度報告書より)

9

## データにみる高齢者の社会参加

### 趣味の会などに週1回参加で介護予防に効果

2006年時の社会参加とその後11年間の要介護期間

	n	全認定 (要支援・要介護)		
		要介護2以上 Mean (SD)	要介護4以上 Mean (SD)	要介護4以上 Mean (SD)
<b>趣味の会</b>				
まったく不参加	2833	14.1 (25.8)	7.1 (17.6)	2.2 (8.5)
年に数回	259	9.0 (19.4)	3.5 (9.9)	1.2 (5.3)
月に1、2回	524	10.7 (21.8)	4.6 (14.4)	1.6 (7.5)
週に1回以上	972	10.6 (21.8)	4.1 (13.2)	1.0 (6.0)
		p < .001	p < .001	p < .001
<b>スポーツの会・クラブ</b>				
まったく不参加	3716	13.7 (25.1)	6.6 (17.0)	2.1 (8.4)
年に数回	91	7.5 (19.6)	4.8 (16.5)	1.2 (5.5)
月に1、2回	125	6.0 (17.3)	2.7 (12.5)	0.5 (2.6)
週に1回以上	572	7.2 (18.1)	2.4 (9.8)	0.5 (3.4)
		p < .001	p < .001	p < .001
<b>ボランティアの会</b>				
まったく不参加	3899	12.9 (24.4)	6.1 (16.4)	1.9 (7.9)
年に数回	194	7.1 (17.3)	2.9 (11.1)	1.1 (7.7)
月に1、2回	193	9.9 (21.6)	4.3 (13.3)	1.1 (7.2)
週に1回以上	122	6.4 (17.5)	3.1 (10.9)	0.8 (3.2)
		p < .001	p < .001	p = .019

単位:月数 SD:標準偏差

資料=愛知県常滑市で平成8年から平成29年まで5,483人の追跡調査より:齋藤雅茂日本福祉大学教授

10

つながりの  
キーワード

外に出ていく機会が多い

引用: 100本100年

人と人が会い交流する取組みが多くある

それは脳と運動機能を適切に維持することになるのです

たとえば、身近なところで

- ・趣味やサークル活動をしている
- ・ウォーキングなどの健康づくりをしている
- ・町会、自治会の活動に参画している
- ・祭りや伝統行事が盛んである
- ・学習活動が活発に行われている
- ・身近なところで就労している
- ・地域の人が集まる場所が多くある



などetc.

(目標)

いつまでも元気で

“つながり”のある地域いきいきサイクルを廻すいきいきとしている

介護予防

健康寿命の延伸

生活の質を高める

11

## 【別添2】アンケート調査結果

34

### アンケート結果①

設問1 勉強会の内容は理解できましたか？ 肯定的意見100%

理解できた, 62.5%

やや理解できた, 37.5%

設問2 資料はわかりやすかったですか？ 肯定的意見87.5%

わかりやすい, 62.5%

ややわかりやすい, 25.0%

ややわかりにくい, 12.5%

設問3 今後の活動に活かせる内容でしたか？ 肯定的意見87.5%

活かせる内容だった, 37.5%

やや活かせる内容だった, 50.0%

活かせる内容ではなかった, 12.5%

設問4 時間の長さは適切でしたか？ 肯定的意見62.5%

適切だった, 62.5%

やや短かった, 25.0%

短かった, 12.5%

35

### アンケート結果②

設問5 勉強会の内容について、ご感想・ご意見などお聞かせください。

- データがとても豊富で、内容も充実していたと思います。ただ、内容の濃さに比べて、説明時間が短く、駆け足だったので、もう少しじっくりお話を伺いたかったです。
- 活動の機会をできるだけ多く持つようになっていきたい。
- 理解は出来たが、データーを示すだけで何を言いたいかわかりにくい。
- フレイル予防について、町会全体で情報を共有していくための努力が必要であることを学ぶことができた。
- 限られた時間内での説明で資料を見ていくのが精一杯でした。

設問6 今後、どのような話を聞いてみたいと思いましたか？

- 資料の布施新町地区の活動事例のような、具体的な活動内容をじっくり紹介してほしい。その活動が健康な高齢者の増加につながると分れば、他の地域でも自分たちの地域の特性を踏まえた上で、取り組みを考えやすくなると思います。
- ボランティア活動に参加されて、よかったです。
- フレイル予防の成功例、具体的に。

36

### アンケート結果③

設問7 その他、ご意見・ご感想などあれば自由に記載してください。

- 資料15ページで、女性のグラフに、自立のまま最後を迎えるという線がなかったのですが（男性のグリーンの線）、この線がない理由を問うことができたならよかったです。（細かいことでスマセン）
- つながりの大切さを学ばせていただきました。多方面にかかわって行けたらと思います。
- あげぼのサロンは80歳以上の身体にハンディのある方が集っています。サロンをもっと充実させていきたいです。
- 大変勉強になりました。町内の多くの方に聞いていただける時間を設けることが出来るように頑張りたいです。
- 地域の現状はわかりましたが、具体的な対策等がよくわかりませんでした。いろんな催し物や会を開いても、どうやってその会に参加してもらおうのかが課題なのでは？

#### まとめ

- 肯定的な意見を多くいただくことができた。
- 一方で、具体的な内容を知りたいという意見や、時間が短かったという意見もあったため、それらの意見も取り込みながら、更なる展開を図りたい。

37

図表 27 あげぼの町会における取組状況の共有

### これまでの活用状況

- 町会役員の活用状況
  - ・安全パトロールに関する連絡
  - ・ほのぼの会の事前連絡
  - ・その他イベント情報
- 健康づくり推進員の活用状況
  - ・市全体、ブロックごとの会議の報告・周知など
- 民生委員の活用状況
  - ・会議、イベント等への参加調整



### 今後の活用について

- まずは役員が早く慣れて積極的に情報交換するようになってほしい
- 学校なども連携して、不審者情報の共有などこどもの見守り活動にも役立てたい
- 今後、元役員など、地域の中で中心的な方にも広げていきたい。
- 将来的にLINEWORKSを使ったコミュニケーションが活発になれば、地域で孤立している人への見守り、情報共有に役立てたい



6

また、実際にオンライン体操教室の体験を実施した。(図表 28)

図表 28 オンライン体操教室の様子



<実施結果>

議論結果

フレイル予防のための活動力強化に関する勉強会の取組の展開可能性、アンテナ機能強化（アプリ活用策含む）の今後の方策、オンラインサロンの今後の活用について議論いただいた。実際に頂いた主な意見と、頂いた意見からみえた検討課題について以下図表 29 で整理する。

図表 29 議論における主な意見と今後の検討課題

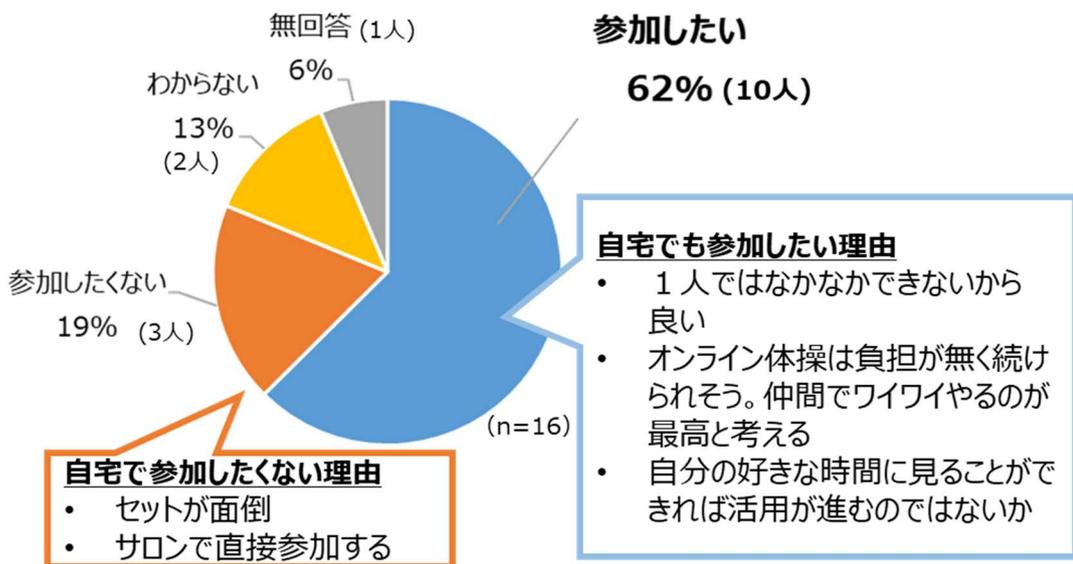
議題	主な意見	今後の検討課題
フレイル予防による地域活動力の向上について	<ul style="list-style-type: none"> <li>フレイル自体の普及が依然として進んでいない。</li> <li>フレイルチェックがサークルへ展開された経緯があり、町会に展開できていない。現状は申出制なので、関心の薄い地域にも展開すべきではないか。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>豊四季台地域の各町会住民へのフレイル予防の理解向上と普及が必要ではないか。そのために何を検討すべきか。</li> </ul>
アンテナ機能強化の今後の方策について	<ul style="list-style-type: none"> <li>そもそもどんな困りごとをどうキャッチするのが課題。</li> <li>出かけにくい人やゴミ出しの問題などをどう見つけるか。</li> <li>普段の生活で近所の人を「見かけるかどうか」がポイントかもしれない。</li> <li>K-net とうまく結びつけられないか。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>「困りごと」の目線合わせが必要ではないか。居場所がないなど孤立に悩むといった潜在的な困りごと重要ではないか。</li> <li>町会、集いの場、多世代交流、近所づきあい等の様々なコミュニティでの見守りやつながりの意識を上げる仕掛けが考えられないか。フレイルの学びと議論の取組も活かさないか。</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 困りごとが把握された場合の対応のルールをどうしていくか。</li> </ul>
アンテナ機能強化に関連したアプリ活用策について	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ アプリの導入・活用のサポートやマニュアルがあると嬉しい。</li> <li>・ 広報かしわや様々な集いの場の情報、ワクチン情報などタイムリーにみられると良い。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 住民や事業者、地域団体等の多様な活動の共有等により楽しみが共有される仕掛けをどう作っていくか。</li> <li>・ マニュアルは準備中。2.の議論を踏まえ、さんあいネットワークのマニュアルにおけるアンテナ機能の役割の位置づけも課題ではないか</li> </ul>
オンラインサロンの今後の活用について	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 日時を決めておくと参加しやすい。</li> <li>・ 自宅だけでなく集いの場で参加できるとよい。機材の貸出があると良い。</li> <li>・ 多世代交流の機会にもなる。</li> <li>・ 自宅ですぐサポートがほしい。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 継続的なオンラインサロンの開催や提供体制、仕組みをどう確立していくか。</li> </ul>

## アンケート結果

オンライン体操教室実施後のアンケートでは、参加した 16 名のうち 60%以上が自宅でも参加したいと回答した。アンケート結果の詳細を図表 30 に示す。

図表 30 オンライン体操教室実施後アンケート結果



## 6) 1月の取組概要

12月に引き続き、アンテナ機能のあり方の検討を目的に、これまでの検討内容について説明・議論を行った。また、アンテナ機能の発揮可能性とアプリ活用可能性の把握を目的に、豊四季団地商店会・企業（株式会社ダンロップスポーツウェルネス）に対してヒアリングを実施した。

なお、フレイル予防による地域活動力の向上に関しては、あけぼの町における試行の総括が2月中にあけぼの町会の幹部において行われることを想定しており、その作業結果を報告の上改めて検討する旨の方針が確認された。

<議題>

**説明事項**

- 12月ささえ愛実行員会での意見と今後の検討課題
- オンライン体操教室体験会 実施報告

**議論事項**

- 12月のささえ愛実行委員会での意見を踏まえた今後の検討課題について

<参加者>

- ささえ愛実行委員会構成員

<実施内容>

12月のささえ愛実行委員会で頂いた意見から整理された今後の検討課題について説明し、検討課題の解決に向けた議論を実施した。

また、令和5年1月19日には、豊四季団地商店会・企業に対して、アンテナ機能の発揮可能性とアプリ活用可能性を把握するためのヒアリングを行った。

<実施結果>

**議論結果**

アンテナ機能を発揮するための意識と行動に関する意見交換を行い、アンテナ機能が発揮されるためには、積極的な声かけやつながりづくりが必要であるといった意見が挙げられた。その他の具体的な意見について図表 31 に示す。

**図表 31 12月のささえ愛実行委員会での意見を踏まえた今後の検討課題について**

「困りごと」の 目線合わせ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 話し相手がほしいといったニーズに応えることが重要。</li> <li>• 感染症を恐れて閉じこもっている人が気軽に集える場所を用意して参加を促すことが必要。</li> </ul>
積極的な声 掛けが重要	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 内気なので自ら困りごとを発信したり活動に参加したりしない。声を掛けることが重要。</li> <li>• 町会の防災訓練（3か月に1回）での安否確認とあわせて声掛けしていきたい。</li> <li>• ゴミ当番ができずに町会をやめようとする人への声掛けが重要。</li> </ul>
つながりをつ くることが重要	<ul style="list-style-type: none"> <li>• すでにある活動や組織を活かす視点が重要。</li> <li>• 町会活動（地縁）、サークル（関心縁）、場所を通じた集い等、様々な集いを通じてつながりをつくり、ニーズや困りごとを拾うことが重要。（町会の助け合い活動や役員への相談、K-net、活動館やカフェ、スーパーや郵便局前のベンチを通じたつながり、ふる協の活動場所等）</li> <li>• 顔なじみになれば異変のサインに気づける。</li> <li>• 察知した場合は民生委員につなぐ。</li> </ul>

アプリ活用について	<ul style="list-style-type: none"> <li>• つながりのツールとしては良い。子育て世代にも必要ではないか。</li> <li>• 不用品交換等の連絡にも使えるのではないか。</li> <li>• 明原町会ではLINE 公式アカウントも活用して町会会員の要望を役員が聞ける。地域情報も配信している。</li> </ul>
-----------	---

**ヒアリング結果**

商店会・企業ともにアンテナ機能発揮及び情報発信・受信を目的としたアプリ活用の可能性が高いことがわかった。具体的な意見は図表 32 に示す。

**図表 32 商店会・企業へのヒアリング結果**

項目	豊四季団地商店会	企業
アンテナ機能の開発	<ul style="list-style-type: none"> <li>• お客さんとの会話の中でつながりや活動についてニーズを聞くことがあるが、ニーズは様々なので、ニーズにあった場やサービスがあると良い</li> <li>• いつも店の前を通ったり買い物したりしている人が、一週間くらい姿を見せないことがあるが、その人の連絡先や名前までは知らないで連絡できていない。(一方で、サービスカードを作ってくれている人は名前を把握できている)</li> <li>• そもそもスマホに慣れていないこともあり、アプリの活用が難しい状況である</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 運動ではなくコミュニケーションを目的にジムに来る高齢者も多く、対応しているスタッフにトレーニングと関係ない内容を話す人もいるため、お客さんとの会話の中でつながりや活動などのニーズ、困りごと等を聞く関係になることはある。</li> <li>• 個人情報の取り扱いの観点から、店舗から本部に報告の必要があるため、気がかりな人について相談窓口で直接連絡することはできないが、名前を出さずに対応方法などを相談する場合は、活用できる可能性がある。(見守り協定等があれば、本部を介さずに連絡できる仕組みとなる可能性がある。)</li> </ul>
ICT を活用した情報発信・受信	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 商店会が行うイベントやフリーマーケット等の情報を発信したい</li> <li>• 八百屋であれば野菜の美味しい食べ方等の情報を発信しても面白いのではないか</li> <li>• 「こんなイベントがほしい/こんなことをやりたい」等の住民のニーズについての情報を発信したい</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 健康や運動に関する情報発信は可能。また、イベント実施時の周知等も可能</li> <li>• アプリのアンケート機能を通じて、健康、運動、美容に関するニーズを受信できると良い</li> </ul>

**7) 2月の取組概要**

アンテナ機能の開発についての総括を目的として、これまでの取組内容の説明を行ったうえで、アンテナ機能に関する一定の議論事項についての意見交換や、アプリ活用状況に関するアンケートを行った。

<議題>

**説明事項**

- 豊四季台団地商店会・企業へのヒアリング結果の報告
- 今年度事業のとりまとめ案の共有

**議論事項**

- とりまとめ案を踏まえ、アンテナ機能（世話役による地域のニーズや困りごとのキャッチと対応）に関して、「今後、アンテナ機能がどうしたら動くのか」「その際の検討課題は何か」

**アンケート実施**

- アプリ活用状況について

<参加者>

- ささえ愛実行委員会構成員

<実施内容>

1 月に実施した豊四季団地商店会・企業へのヒアリング結果報告を行った。また、これまでのささえ愛実行委員会における議論をもとにしたとりまとめ案（図表 33）を提示し、とりまとめ案に関して議論を行った。

図表 33 とりまとめ（案、抜粋）

8. モデルの展開に向けて（AARサイクルの応用）			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• AARサイクルとは見直し、行動、振り返り（Anticipation-Action-Reflection）を繰り返すことで、地域づくりを進める考え方。</li> <li>• 地域のネットワークにおいても、見直しを立てて、行動、振り返りをしながら協力者や活動を広げていくことが重要。</li> </ul>			
AARサイクルに基づいた生活支援ネットワークの展開イメージ			
	Anticipation（見直し）	Action（行動）	Reflection（振り返り）
フェーズ1 ニーズ発掘・対応機能 相談対応・コーディネート機能 の構築づくり	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 住民同士で地域のニーズや困りごとを出し合う  <ul style="list-style-type: none"> <li>• 地域による会議体が必要ではなく、小さな趣味の集まりなどでもよい</li> </ul> </li> <li>• 地域の協力者や様々な資源を想像する  <ul style="list-style-type: none"> <li>• ネットワークとして新たなメンバーを巻き込む仕掛けをつくる</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 実際のニーズや困りごとを集める（包括的な相談窓口、窓口間の情報共有、アンケート調査）</li> <li>• 地域資源（人、活動、場所など）の情報収集（コーディネーター）</li> <li>• 協力可能性を模索する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 地域のニーズや困りごとの確認・共有・蓄積</li> <li>• 地域資源（人、活動、場所など）の確認・共有・蓄積</li> </ul>
フェーズ2 成功体験の積み重ね	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ニーズや課題に対して資源を活用してできることを考える</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 協力者へ相談・打診を行う</li> <li>• ニーズや課題と資源のマッチング</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 成果の振り返りと共有</li> </ul>
フェーズ3 ICTによる機能の強化	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ICT活用によってできることを想像する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ICTを導入してみる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 成果の振り返りと共有</li> </ul>

<実施結果>

**議論結果**

これまでの取組の取り纏め案を踏まえ、アンテナ機能について、「今後、どうしたら動くのか」、「その際の検討課題は何か」について議論を行った。具体的な意見については図表 34 に示す通り。

図表 34 2月のささえ愛実行委員会における議論での主な意見

項目	主な意見
ニーズ発掘・対応 の考え方について	<ul style="list-style-type: none"> <li>困っていても解決手段や相談先などの情報を持っていない人もいれば、放っておいてほしい人もいる。個々人の生き方や状況があり、一概にアンテナ機能、キャッチすればよいという問題ではない。個々人の望む生き方に対してどうすれば良いか、掘り下げることが重要。</li> <li>個々人の考え方があるため、周りがどこまで何を言ってあげるかは難しい。寄り添うしかない場面もある。居場所につなげばよいということではない。</li> <li>何かあったら共有できる関係性が大事。実際に困った時に連絡をもらえる。（伴走者の存在）</li> </ul>
事例共有の積み重ねが必要	<ul style="list-style-type: none"> <li>町会ごとに似たような問題があり、どう向き合い解決しているか、事例などの情報を分かち合う等の相互理解が進むような組織や活動があると良い。</li> </ul>
コミュニティづくりや コミュニティへの支援が必要	<ul style="list-style-type: none"> <li>コミュニケーションの機会をつくることが大事。昔は自治会事務所に連絡がきていたが、最近は町会のイベントや商店街での買い物も少なく、機会が減っている。</li> <li>つながるための活動をより多くつくることが重要。</li> <li>せっかくコミュニティに参加しても馴染めない場合もある。</li> </ul>
住民と福祉専門職との役割分担	<ul style="list-style-type: none"> <li>今閉じこもっている人も最初からつながりがないのではなく、どんどん減ってくるもの。閉じこもった人は専門機関の対応範囲。住民同士はもっと手前で、つながりをつくっておくことが重要。</li> <li>包括など専門機関は、拒否感がある人に対しても対応するノウハウはあるので、困りごとを知らせてもらえれば何かしらできる。</li> <li>包括による独居世帯へのアウトリーチによって、今年度は15件の困りごと・ニーズを発見し支援している。包括が訪問しても、会えない人もいるし、場の紹介をしてもすぐにつながるわけではない。</li> </ul>

## アンケート結果

アンケート結果については、本章「9）アプリ活用」において後述する。

### 8）3月の取組概要

地域活動力の向上に関する取組の総括として、フレイル予防のための活動力強化に関するあけぼの町会の試行の総括の説明及び意見交換を行った。

<議題>

#### 説明事項

- フレイル予防のための地域活動力の向上に関するあけぼの町の取組の総括の報告
- 上記を踏まえたフレイル予防のための地域活動力の向上の取組の総括

#### 議論事項

- 東大があけぼの町会で先に行ったフレイル等に関する勉強会を豊四季台地域の他の各町会でも展開し、各町会の居場所づくりやイベント等の地域活動を活発化させることについて

- さんあいネットワークの活動の一環として、アンテナ機能を活用しつつ、閉じこもりがちな高齢者等を把握し、地域の居場所やイベント等に誘導することについて

<参加者>

- ささえ愛実行委員会構成員

<実施内容>

ささえ愛実行委員会及びあけぼの町会におけるフレイル予防のための地域活動力向上に関する取組に関して、当事者であるあけぼの町会役員（町会長）の了解の下で、この取り組みの事務局的な役割を果たした東京大学高齢社会総合研究機構と町会役員との二度にわたる話し合いの結果の下記の総括的な報告がなされた。（詳細は、下記の3. あけぼの町の取組において記載）

- 勉強会については出席した町会の関係者は、関心を持ってきていることは明らかであり、今後もっと参加者を呼びかけ、勉強会の内容も広げていきたい。
- 東京大学から、あけぼの町の役員に対して行われた補完的なデータの説明により、あけぼの町の要介護認定率は他の地域と比較して低く、それは、これまでの町会の活発な活動への努力の成果であるといえることを確認した。
- あけぼの町会として、従来の取組みを継承しつつ、フレイル予防を基軸とした町会の活動をより強化したい。

<実施結果>

**議論結果**

フレイル予防のための地域活動力向上に関するあけぼの町会の総括を踏まえつつ、フレイル予防に関する勉強会の他町会への展開には、各町会の幹部の理解を深めることから始めることが重要ではないか、あるいは勉強会では、他地域の好事例の紹介があると参考になるのではないかといった意見が挙げられた。具体的な意見について図表 35 の通り。

**図表 35 3月のささえ愛実行委員会における議論での主な意見**

議題	主な意見
東大があけぼの町会で先に行ったフレイル等に関する勉強会を豊四季台地域の他の各町会でも展開し、各町会の居場所づくりやイベント等の地域活動を活発化させることについて	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 町会の幹部に勉強会の重要性を認識してもらうことから始めるべきではないか。</li> <li>• 地域活動においては心の充足感を得られる場を作ることが重要である。そのため、勉強会では、他地域の好事例の紹介があると参考になるのではないか。</li> <li>• 地域、町会の力を借りなければ生活が成り立たない方もいる。そのため地域の状況、情報を得られることは重要。</li> <li>• フレイルチェックの前に、フレイルについて知ってもらうことが重要ではないか。</li> <li>• 多世代交流や定期的な開催が求められる。</li> </ul>
さんあいネットワークの活動の一環として、アンテナ機能を活用しつつ、閉じこもりがちな高齢者等	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 知っている人が一人でもいると参加するきっかけになるため、まず顔見知りになる必要がある。</li> <li>• 移動手段についても考慮が求められる。例えば、車の運転ができる人が移動手段の無い人を乗り合いで送迎する等の支え合いの仕組みがあると良いの</li> </ul>

を把握し、  
地域の居場所やイベ  
ト等に誘導することにつ  
いて

ではないか。  
• 地域の居場所やイベントに多くの住民が参加するためには、ポスター等を通じ  
た前もった周知が必要である。

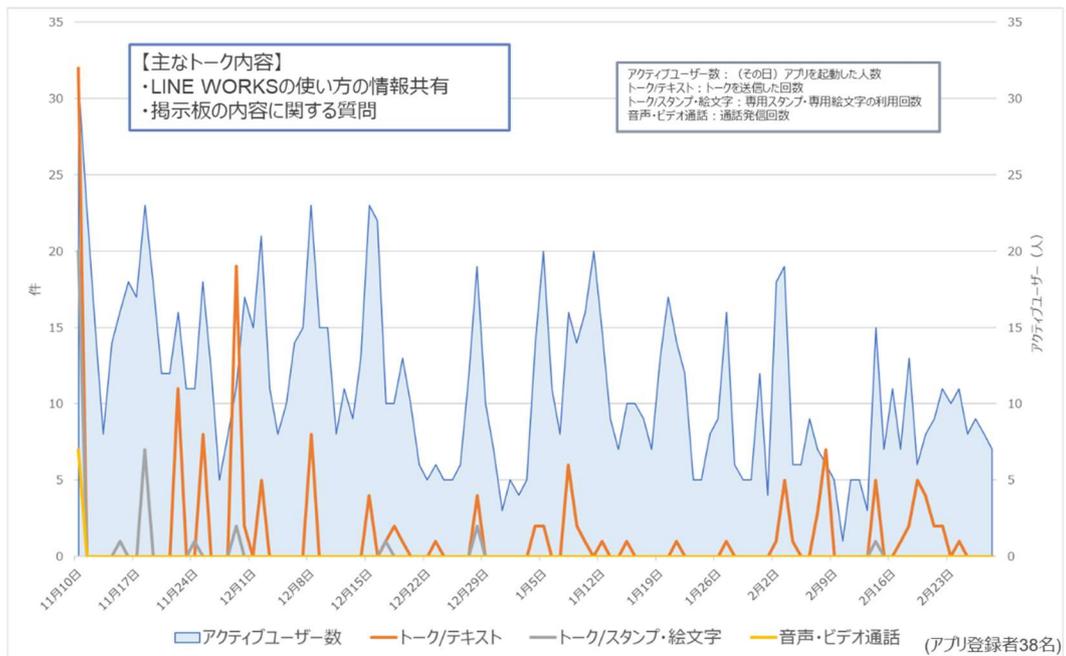
## 9) アプリ活用

### アプリの活用状況

ささえ愛実行委員会におけるアプリの活用状況を図表に示す。毎日アクティブユーザーはいるものの、トーク機能の利用にはばらつきがみられ、音声・ビデオ通話機能も説明会当日以外の活用はなかった。利用状況の詳細は、図表 36 に示す。

一方で、掲示板の投稿回数は多く、総計 13 件の投稿があった。掲示板の投稿例については、図表 37 に示す通り。

図表 36 ささえ愛実行委員会における LINE WORKS 利用状況（トーク・通話）



図表 37 ささえ愛実行委員会における掲示板投稿事例



アンケート結果

2月のささえ愛実行委員会において、アプリ利用者14名を対象にアンケートを実施した結果、ささえ愛実行委員会では、主にイベント周知に活用されていた。具体的な結果については、図表38に示す。

図表 38 第3回アンケート結果

質問項目	回答項目	回答者数 (人)
活用した機能	個人トーク	2
	グループトーク	3
	通話	0
	ビデオ通話	0
	掲示板	11
	カレンダー	4
	その他	0
活用目的	地域の困りごとやニーズをキャッチした際の相談	1
	外出や社会参加、交流につながる場や活動の情報発信	8
	オンラインを活用した交流	0
	実行委員会の運営にかかわる情報共有	4
	その他	1

	活用していない	2
今後も個人としてアプリを活用したいか	はい	7
	いいえ	3
	無回答	4
今後もささえ愛実行委員会においてアプリを活用すべきか	はい	5
	いいえ	0
	わからない	7
	無回答	2

### 3. あけぼの町会での取組

#### (1) 経緯と結果

##### 1) アプリ活用

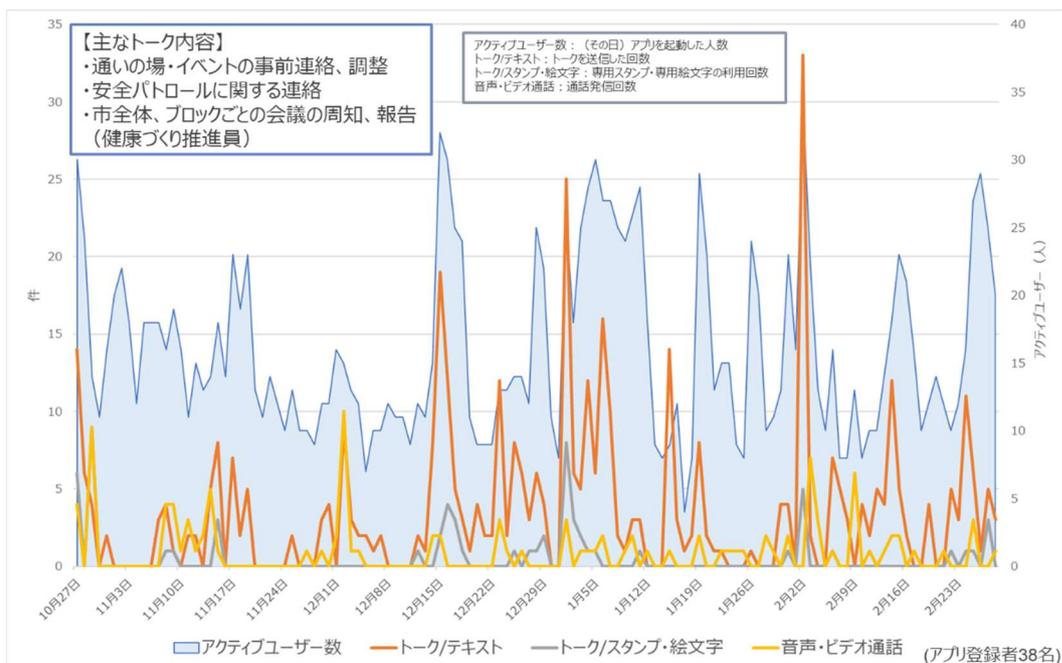
##### 取組の概要

ささえ愛実行委員会以外への展開として、モデル町会であるあけぼの町会において、区長や民生委員等の役員層を対象にアプリ導入・活用方法の説明会を令和4年10月25日と10月27日の2日間にわたって開催し、27名が参加した。また、あけぼの町会が主体的にアプリの運用を担えるようにアプリの管理方法等の応用的な内容に関する説明会を令和5年2月2日に追加実施し、15名が参加した。

##### 活用状況

あけぼの町会におけるアプリ活用の状況を図表 39 に示す。

図表 39 あけぼの町会における LINE WORKS 利用状況（トーク・通話）



また、掲示板についても、総計 11 件の投稿があった。(図表 40)

図表 40 あけぼの町会における掲示板投稿事例



## アンケート結果

アプリ利用者 14 名を対象にアプリに関するアンケートを実施した結果、あけぼの町会では、主に運営のための連絡手段としてアプリを活用していることが明らかになった。また、今後の活用についても肯定的な意見がほとんどであった。アンケート結果の詳細については、図表 41 に示す。

図表 41 あけぼの町会におけるアプリ利用に関するアンケート結果

質問項目	回答項目	回答者数 (人)
活用した機能	個人トーク	11
	グループトーク	12
	通話	4
	ビデオ通話	0
	掲示板	9
	カレンダー	4
	その他	0
活用目的	地域の困りごとやニーズをキャッチした際の相談	2

	外出や社会参加、交流につながる場や活動の情報発信	4
	オンラインを活用した交流	0
	あけぼの町会の運営にかかわる情報共有	10
	その他	1
	活用していない	1
今後も個人としてアプリを活用したいか	はい	13
	いいえ	0
	無回答	1
今後もささえ愛実行委員会においてアプリを活用すべきか	はい	13
	いいえ	0
	わからない	0
	無回答	1

## 2) フレイル予防のための地域活動力の向上の取組

### 取り組みの概要

支え合い会議実行委員会の方針に基づき、あけぼの町でフレイル予防のための地域活動力の強化に関する勉強会が行われ、その結果につきアンケートも行われた（その内容は、12月の実行委員会の活動状況に記載）。

一方において、あけぼの町会の役員においては、かねてより、フレイル予防にも注目しつつ町会の活動の活発化に努めてきたという自負心があり、町会としてこれまでの活動を総括する作業が東京大学の協力の下で行われ、それを踏まえて2月9日と14日の二回にわたり、あけぼの町会幹部と東京大学の間で、本試行作業の総括が行われた。

### 活動状況

2月9日においては、フレイル予防のための地域活動力の強化に関する勉強会が行われたことの町会としてどう受け止めているかについての総括及び町会のこれまでの活動の自己評価についての総括が議論され、勉強会については積極的に受け止めるとともに、これまでの町会活動の意義のあるポイントはどのようなことが確認された（図表42別添3中の2.及び3.参照）。

2月14日は、①1月17日の勉強会で示された資料では十分でなかったあけぼの町の要介護認定率の評価に関する最新のデータや要介護認定率等と地域活動に関する研究成果（柏市におけるデータの定量面及び定性面両面からの分析の結果「ソーシャルキャピタル（地域コミュニティにおける人々の相互関係や結びつき）」が豊かな地域においてはそうでない地域に比べてフレイルの人が比較的少ないといえるのではないかと指摘している。）が東大から示され（図表42の別添4の抜粋資料のうちの「ソーシャルキャピタルから見た地域の差」のスライド参照（このスライドは禁転載））、町会活動の成果がフレイル予防に繋がっているという認識の確認（図表42別添3中の4.参照）がなされるとともに、②フレイル予防等に関する勉強会の推進と町会活動の更なる活性化の方針の確認が町

会役員でなされた。<sup>6</sup>

図表 42 フレイル予防による地域活動力の向上に関する取り組みの検討と総括（別紙 4 の抜粋を含む）

**【別添 3】フレイル予防による地域活動力の向上に関する取り組みの検討と総括  
（東京大学高齢社会総合研究機構）**

1. 町会活動の現状とあけぼの町の要介護認定率の状況を再確認する資料【別添 4】を東京大学側があけぼの町会と調整して作成し、それを参考に、2月9日及び14日の2回にわたり検討。

（注）2月9日 あけぼの町会会長、副会長、あけぼの町会在住実行委員、東大担当者（柏市役所立会い）で検討

2月14日 あけぼの町会会長、副会長、東大担当で検討

2. フレイルに関する勉強会の受け止め状況について（2月9日）

○勉強会のメンバーは、民生委員、健康づくり推進員、あけぼのクラブ（老人クラブ）であり、それぞれ話し合いながら受け止めており、関心を持ってきていることは明らか。

○区長にもっと参加を呼び掛けたい。参加すれば、良かったということになると思う。特に、例えば、町会活動をしていなかったほのぼの会への新規の参加者のような方に参加してもらおうと勉強会のレベルアップが進んでいくのではないか。

○地域の人は、フレイルだけでなく、知りたいことがあると思うので、段階的に、介護等について、更に専門家を招いて勉強会を開催していったらどうか。

3. あけぼの町会の地域活動の現状についての自己評価について（2月9日）

○あけぼの町会の活動は活発であると認識しているが、その要因は、①夏祭り等の伝統を時代にあわせて実施してきたこと、②町会役員が、町会参加のメリット等の説明に心掛けて常に転入者等に声掛けしてきたことなどがあげられる。

○特に、夜間パトロールを学校校庭を含めて行うなど学校との連携を深め、このことを通して町会全体の多世代交流に活かしたり、最近の動きとしては、ほのぼの会のように新しいメンバーの受け入れに留意するなどの様々な工夫を常にする伝統が出来上がっている。

4. あけぼの町の要介護認定率と町会の活動力の関係について（2月14日）

○3丁目と4丁目にサ高住が設置されていることを考慮するとあけぼの町は、全体的に柏市の平均的な水準から見ると低いといえるといえることを確認した（別添 4 参照）。

○あけぼの町会としては、高齢期に社会とのかかわりが弱くなるとフレイルが進行しやすいというフレイルに関する勉強会で学んだことと考え併せると、要介護認定率が比較的に低いのはこれまでの地域の町会の活発な活動展開の努力の成果の表れといえるのではないかと確認した（別添 4 参照）。

<sup>6</sup>図表 42 の別添 4 の詳細は、巻末参考資料 4—2 を参照

**【別添4】フレイル予防による地域活動力の向上  
に関するあけぼの町の取組の総括  
関連説明資料**

東京大学高齢社会総合研究機構

**Ⅰ、あけぼの町会における  
地域活動の現状**

## 説明の要点

あけぼの町会はこれまで集会所に役員が常駐した形で様々な活動を運営する体制を取ってきている。具体的には下記の取り組みがあげられる。夏祭り等のイベントが歴史的に古くから行われており、場所を柏第1学校校庭へと移し多世代がふれあうイベントとして発展した。

その後平成10年頃から地域の多世代交流が活発に進み始めた(表3.4.5)。

そして近年に至っては、広報誌の発行等の広報活動、並びに高齢者の居場所づくり等が充実し、令和4年からはフレイル予防活動に進化したあけぼのほのぼの会へと展開した。

1. 夏祭り「あけぼの納涼の夕べ」  
町会設立当初から開催、その後場所を柏第1小学校校庭を使用し多世代がふれあうイベントとして定着
2. あけぼのクラブ 平成10年頃から活動 <シニアクラブ活動>
3. あけぼの広場 平成10年頃から活動 <主に“母と子の集い”を中心に活動>
4. 防犯パトロール活動 平成10年から活動 <子供たちも楽しく参加>
5. 三世代ふれあいの集い 平成10年頃から活動 <ワイワイガヤガヤ楽しく開催>
6. 広報誌「あけぼのだより」の発行 平成17年頃から発行 <広報活動の充実>
7. あけぼのサロン 平成20年から活動 <高齢者の“居場所”づくり>
8. あけぼのほのぼの会 令和4年から活動 <楽しくみんなでフレイル予防>

上記の町会が実施する取り組み以外に、柏市やふるさと協議会が主催するイベントにも積極的に参加し、明るい町会づくりやコミュニティ活動の推進を行ってきている。

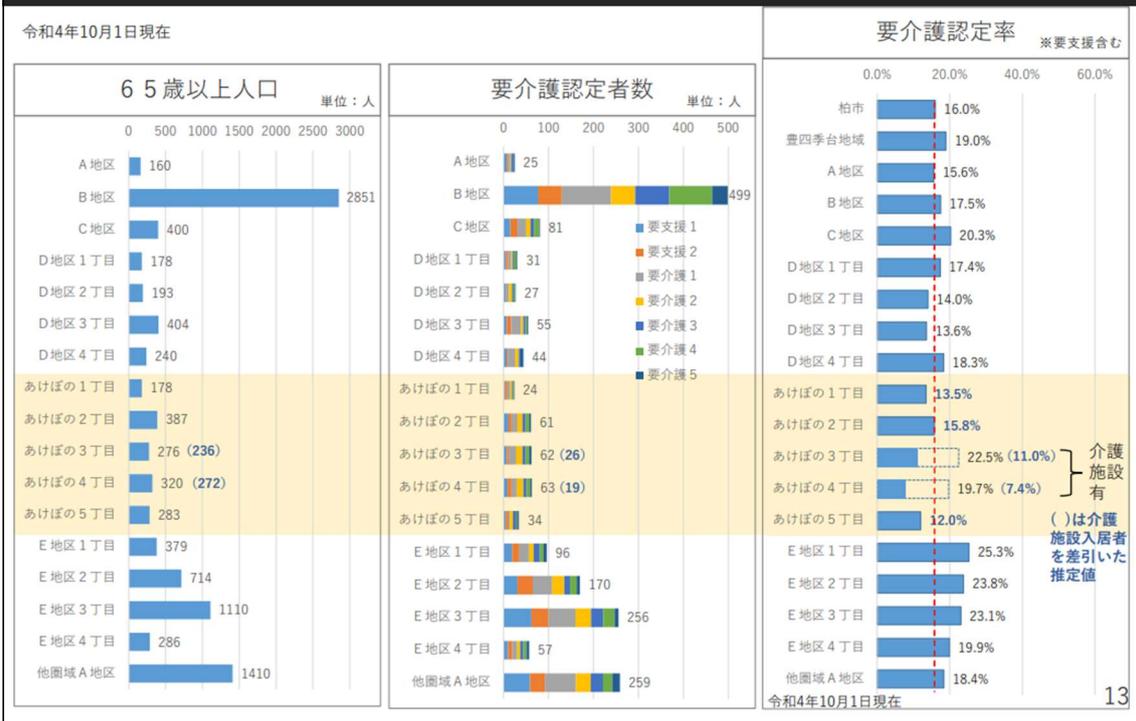
各取り組みの内容については、①地域のコミュニティづくりに向けた取り組み、②地域の子育て支援・防犯等の地域の支え合いに向けた活動、③さらにはフレイル予防に資する活動に分類される。

### ※あけぼの町会の事務局体制

およそ15年前から、町会所有の集会所「あけぼのふるさとセンター」の一室を町会事務所として活動。町会長と副会長は、週5日ほど事務所に通い、打ち合わせや事務作業等を行いながら町会活動を推進している。町会の活動拠点が明確に存在することで、町会役員が集まる機会も多くなり、町会活動の発展に繋がっている。

## II、あけぼの町における 要介護認定率等の現状

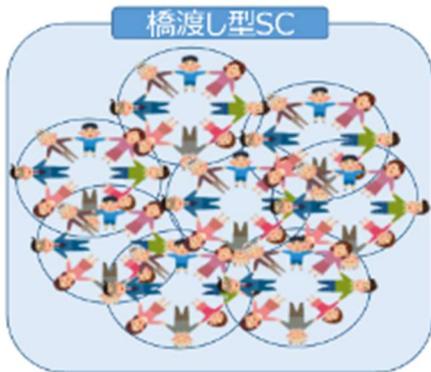
図3 豊四季台地域の町丁目単位での要介護者の現状（65歳以上）



### ソーシャルキャピタルからみた地域の差

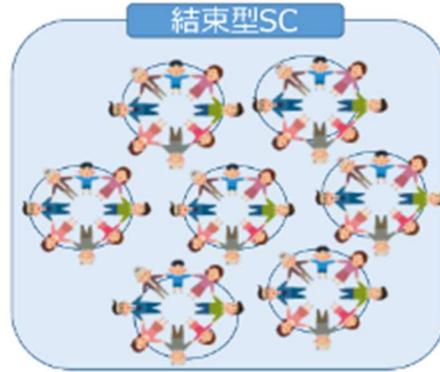
#### 【地域活動への参加者が多く、フレイルが少ない】

- 地域サロンの参加者はリピーターが多いけれど、新規参加者も入って来たりしてます。
- サロン以外の地域全体でのイベントや行事が頻繁に開催され、イベントや行事には全町会が参加しています。
- 関係者を巻き込むのが上手で協力者がどんどん増えていく
- 行事に関しては、さまざまな年代が参加しにぎわっています。子どもから高齢者までさまざまです。



#### 【地域活動への参加者が少なく、フレイルが多い】

- 地域サロンの参加者はリピーターが多く、新規参加者を増やすためにはどうしたらいいのだろうかと悩んでいます。
- リピーターが多いので、新しい人は入りづらい雰囲気があるみたいです。
- 一部の地域は元気で団結力がある



## 4. 考察

### (1) アンテナ機能

アンテナ機能について、本調査で明らかになったことを下記に整理した。これらを踏まえることで、社会参加ニーズを含めた困りごとの早めのキャッチと対応、様々な活動への参加が促進され、地域全体のフレイル予防・事態の悪化の防止につなげることが重要であると考えられる。

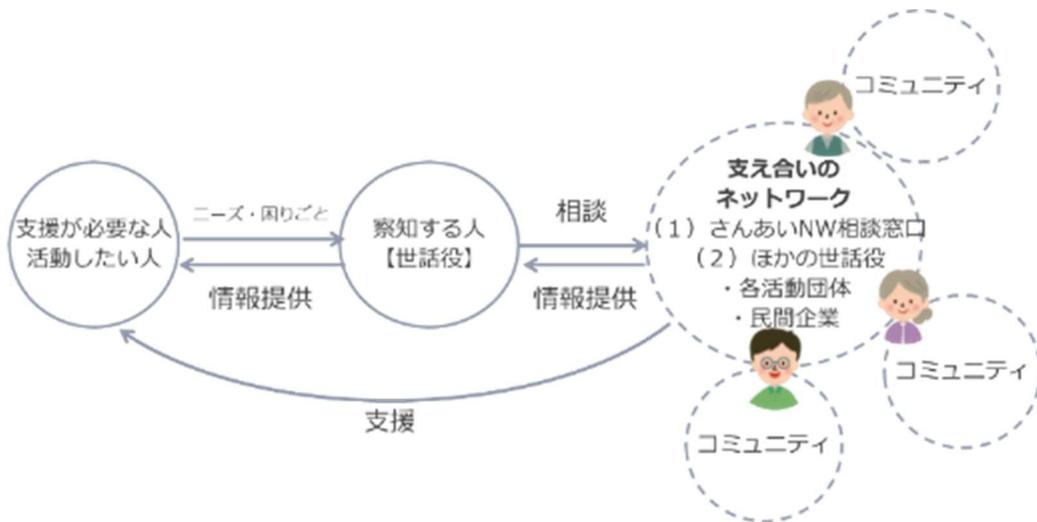
#### 地域やコミュニティによって異なる世話役の立場

- 世話役になりうる人として、自治会・町会の(元)役員や、趣味の集まり、通いの場の主催者、民生委員、商店、民間企業など、様々な立場の人が世話役となりうる事が明らかになった。ただし、町会役員が持回りの場合は地域のために積極的に行動する人がすべてではないなど、立場のみを見て世話役の役割を期待することは難しく、当人の性格や資質によるところも大きいと考えられる。
- アンテナ機能を発揮するために必要なこととして、異変に気付くために、町会活動（地縁）、サークル（関心縁）、場所を通じた集い等、様々な集いの場を通じてつながりをつくり、顔なじみになっておくことで、異変のサインに気づくことができる。
- 上記から、世話役の役割としては、日常生活圏域における生活支援を担う組織(社会福祉協議会や包括支援センターなど)や第2層の生活支援コーディネーターの役割を補完する、第3層のコーディネーターに近いものと捉えることもできる。地域によっては、一部の世話役を第3層コーディネーターとして任命し、世話役の中心的役割を担うよう位置づけることも有効だと考える。

#### アンテナ機能を発揮するための世話役の役割

- まずは閉じこもりがちの人や話し相手が欲しい人のための居場所をつくる必要がある。また地域の集まりやイベントの情報を積極的に共有することも世話役の役割として期待される。そういった居場所や集まりでの会話や声かけの中で、世話役が困りごとやニーズを察知することができる。また、世話役として、率先して色々な居場所に顔を出して交流する姿勢を持つことが重要といった示唆も得られた。世話役がニーズ・困りごとを察知して相談窓口等とつなぐイメージについて、図表 43 に示す。
- 一方で、議論が深まる中で、「個々人の考え方があるため、周りがどこまで何を言ってあげるかは難しい面もあり、寄り添うしかない場面もあることは考慮する必要がある」など、アンテナ役の役割のむつかしさもかなり指摘されたが、「内気なので自ら困りごとを発信したり活動に参加したりしない方には、声を掛けることが重要」、「町会の防災訓練（3か月に1回）での安否確認とあわせて声掛けしていきたい」といった考えも示され、町会活動の一環として、何らかの理由をつけながら声掛けの運動をするなど組織的な積極的な活動展開がアンテナ機能を発揮する上で必要であることが示唆されている。

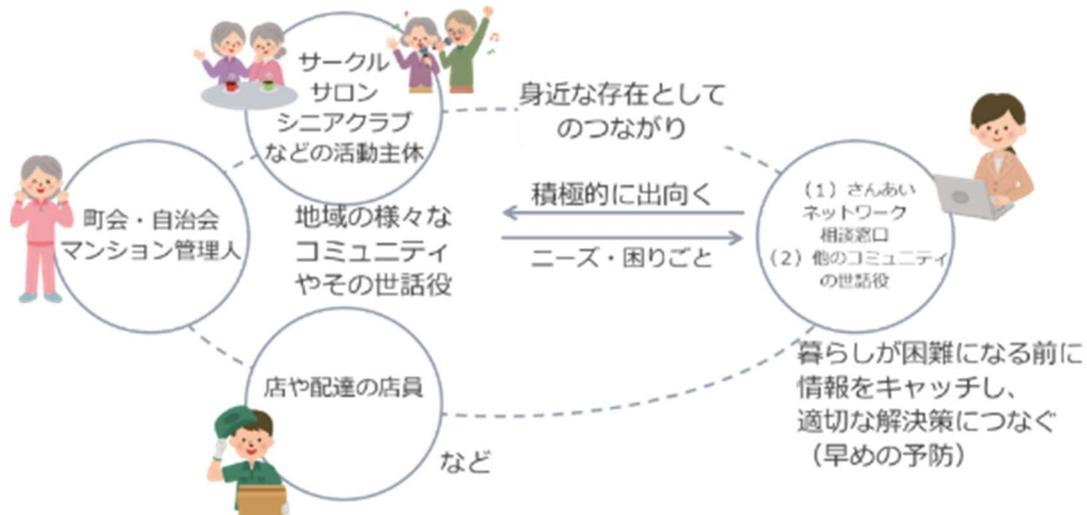
図表 43 世話役がニーズ・困りごとを察知して相談窓口等とつなぐイメージ



### 相談窓口と連携した情報共有

- さんあいネットワークには一元的な相談窓口があり、社協や包括支援センターのネットワークの中で困りごとやニーズに対応する団体や他のコミュニティとつながっている。相談窓口を知らない地域住民も多く存在すると考えられるため、世話役が困りごとやニーズを察知した場合にこの相談窓口へ情報を共有することで、適切な対応を早期に行なうことができる。地域の様々なコミュニティと相談窓口等とのつながりによる困りごとのキャッチのイメージについて、図表 44 に示す。

図表 44 地域の様々なコミュニティと相談窓口等とのつながりによる困りごとのキャッチのイメージ



### 商店や民間企業によるアンテナ機能の発揮の可能性

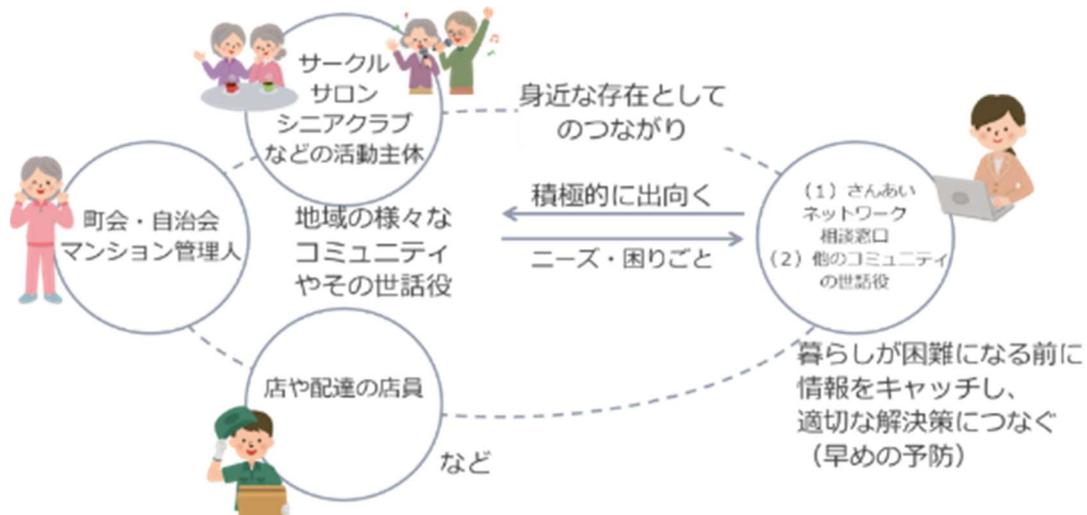
- 商店・企業の営みの中でも、常連客の異変に気付くことはあるが、個人情報の取扱いなどの理由で必ずしも支援組織につなげられない状況があることが示唆された。
- 商店や民間企業によって困りごとが察知された場合の対応ルール（例えば行政との間で一定の条件の下、困りごとやニーズの情報を共有できるようにすることを協定で定めるなど）を地域の実情に

合わせ設計していく必要があると考えられる。

## 第2層の協議体を活用した情報共有

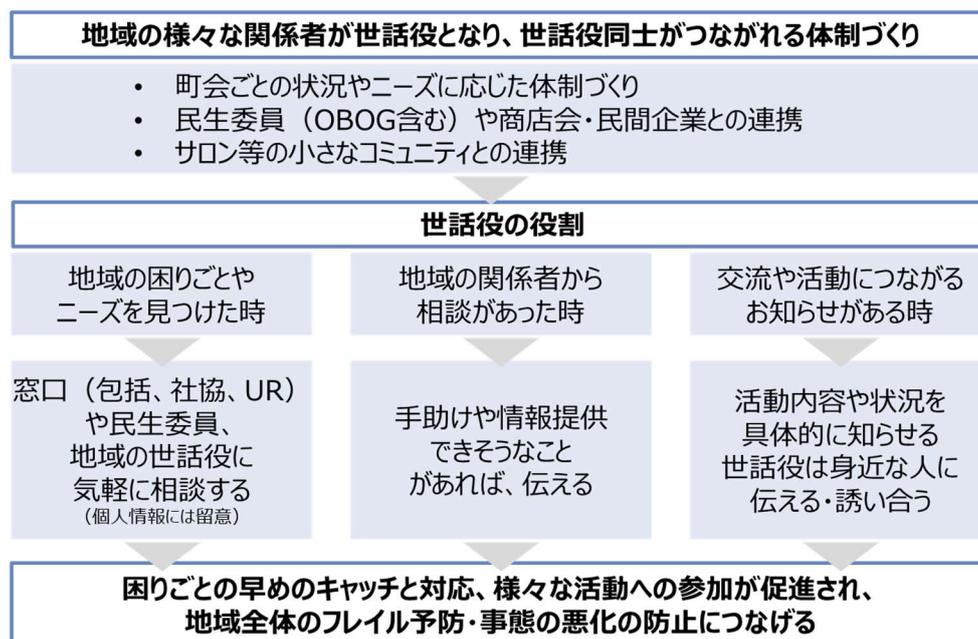
- ささえ愛実行委員会での議論から、町会ごとに似たような問題を抱えている可能性があることが示唆された。様々な町会や団体のメンバーが集まるささえ愛実行委員会のような第2層の協議体は、それぞれのコミュニティでどんな問題があり、どう向き合い解決しているかの事例共有を行う場として有効であり、その積み重ねにより地域において知識やノウハウが醸成されることが示唆された。地域の様々なコミュニティと相談窓口等とのつながりによる困りごとのキャッチのイメージについて、図表 45 に示す。

図表 45 地域の様々なコミュニティと相談窓口等とのつながりによる困りごとのキャッチのイメージ



上記でまとめた世話役のあり方を整理したものが下図となる（図表 46）。

図表 46 世話役のあり方のイメージ



## (2) フレイル予防のための地域活動力の向上

### 1) フレイル予防との関係に着目した生活支援体制整備事業の構図の設定

急速に 85 歳以上人口が増加する多くの都市部においては、早期の介護予防、すなわちフレイル予防が極めて重要になる。フレイル予防においては、専門職の支援によるフレイルの重症化予防もさることながら、フレイルになることを予防するポピュレーションアプローチ<sup>7</sup>、すなわち集団に着目して地域住民の日常生活における自助、互助を基本に置いた行動変容を推進することが重要である。したがって、フレイルへの進行過程で生ずる社会的なニーズが、生活支援サービスであるともいえるので、生活支援体制整備事業においては、生活支援ニーズに答えるだけでなく、フレイル予防を併せて行うことが極めて重要であり、下記のことには留意が必要である。

- 要介護状態になる前に生ずる生活支援ニーズへの対応は、介護保険給付の対象ではなく、基本的には、自助、互助を基本として行われるべき分野であり、個人と地域住民の自覚と活動力が問われているという基本認識が重要である。
- 生活支援ニーズは、自治会・町会単位だけでの対応は困難であり、その対応システムに関しては、それより広域で様々な社会資源のネットワークの可能な第二層協議体の役割が重要である。
- この場合、生活支援の必要な人の把握は、身近な地域で行われるのが基本といえる。したがって日本の各地域で育ってきた自治会・町会の役割は極めて重要であり、その組織を基本としつつ、様々な助け合い組織やサークル組織などがネットワークした第二層協議体は、今後の高齢社会の基礎的なコミュニティの機能を担うと考える。そして、この第二層の協議体が機能することと相まって、近年期が低下しつつある自治会や町会が機能しやすくなると考える。
- 一方、都市部においては、人間関係は希薄であり、以上述べたように今後は生活支援体制整備事業の第二層が重要であるにもかかわらず、その推進が必ずしも進んでいるとは言えず、その活性化を図る手法開発が必要である。この場合、誰にもやってくる長い高齢期におけるフレイルというどこでも共感されやすい普遍的なテーマについての学びと気づきを基本においた地域活動力強化の取組は、生活支援体制整備事業の推進という今後の大課題と切っても切り離せられない基本枠組みとなると位置付け、特に都市部における生活支援体制整備事業の強力な推進を図ることが必要である。

### 2) 生活支援体制整備事業におけるフレイル予防の学びと気づきによる地域活動力強化の試み

図表 42 の別添 4 図 3 および同別添 4 の抜粋資料の「ソーシャルキャピタルから見た地域の差」のスライドで示したように、要介護認定率やフレイルの者の存在度は、地域により差がみられ、地域における住民活動とその地域における要介護認定率との間には一定の関係性があるのではないかという見方が成り立つ（通いの場の整備もそのような見方を背景にしていると考えられる）ことに着目し、下記のような「フレイル予防を通じた地域活動力の向上」のための手法の開発を試みた。

<sup>7</sup> フレイル予防のポピュレーションアプローチの在り方については、2022年12月1日に「フレイル予防のポピュレーションアプローチに関する声明と提言（フレイル予防啓発に関する有識者委員会（葛谷雅文委員長））」が公表されている（インターネットで「医療経済研究機構 声明と提言」で検索すると閲覧できる）。そこでは、フレイル予防の意義と今後の戦略が述べられているが、社会性低下が、フレイルとなる入り口であることに留意が必要であることがエビデンスに基づいて指摘されていることが特に注目される。

## 第一段階

フレイル予防に関して学ぶ一方、フレイルが進行した結果身近な地域で如何に要介護者が生じているかという具体的な数値情報（柏市役所からの提供による）を提供し、フレイル予防の重要性を自分事化してもらい、フレイル予防を防止するために地域における様々な地域活動の活性化と生活支援ニーズを持った方々のそこへの誘導が重要であるということを訴える一定の説明プログラムによる勉強会をモデル的な町会単位で行い、地域住民に一定の理解と前向きな支持を得た。

## 第二段階

勉強会のアンケートで示された意見から見て、モデル町会の要介護者の現状等のデータを示すことの意義がまだ十分理解されなかったことを踏まえ、勉強会で示した資料を更に精査したモデル町会の要介護認定率を近隣地域と比較した資料を提供するとともに、地域の活動と地域のフレイルや要介護の状況とが関係するのではないかという資料を提供した結果、次のことが言えることをモデル町会の役員と共有した。

- モデル町会の要介護認定率は、他の町会と比較して低いという結果が明らかになったが、このモデル町会は、近年その町会活動の活性化に努力をつみ重ねており、この成果が表れているとの共通理解に達した。
- 近年の町会活動の自己評価を改めて役員に行ってもらった結果、夏祭り等伝統的な行事を常に時代にあわせた形で工夫してきたこと、常に地域の新しい住人への働きかけなど自治会の風通しのよさと様々な活動を維持・強化してきたことが重要な要素であることが明らかになった。
- したがって、フレイル予防について学びつつ、町会の活動力を強化し、幅広い住民の参加を求めていくことについての意義は大きい。

以上の経過が、ささえ愛実行委員会に報告され、上記の試みの意義が確認され、モデル町会の試みを参考にして、様々な課題にも留意しつつ豊四季台地域全体への横展開について議論を進めていくことが確認された。

### 3) 本手法の横展開における留意事項

以上述べた通り、フレイルとの関係に着目した生活支援体制整備事業推進の一定の構図を仮説的に設定し、それを進めていくために開発した一定の手法の意義が確認されたといえる。この手法は、既に、介護保険の地域支援事業で介護予防に資するものとして推進されている「通いの場」の整備と同様の効果を、フレイル予防に関する地域住民の気づきを一つのエネルギーとして自治会・町会等のコミュニティ単位で展開させていくものともいえ、この手法が横展開していくことが期待される<sup>8</sup>。この場合、今回の手法を参考に各地で下記のような工夫を行い、発展させていくことが期待される。

#### 生活支援体制整備事業展開における体制整備

<日本の伝統的な地域組織等の機能の重要性>

本調査で開発した上記の手法は、生活支援体制整備事業の構造的な事業の柱として位置付けられるべきものであると考える。この場合、第二層の協議体の機能を重視するべきであるが、その重要な構成要素である自治会・町会が近年高齢化しその機能が低下しているといわれているが、自治会・町

<sup>8</sup> 「通いの場」等地域住民の活動が盛んとなることと要介護認定率の関係については様々な研究が行われている（「ポストコロナ時代の「通いの場」（近藤克則編 日本看護協会出版会）が、以上で述べたような町会単位での活動力と要介護認定率等との関係についての調査研究の発展が望まれる。

会という地域組織や民生委員等の公的ボランティアは、日本の普遍的な社会インフラとして大切にしていけるべきものである。

#### <アンテナ機能のあり方における積極的な声掛けの重要性>

本調査の過程で自治会・町会内でのアンテナ機能が実際に機能する上での多くの困難性も指摘されたが、一方において、地域における声掛けの重要性が指摘されたことは重要である。すなわち、アンテナ機能が実際に動くかどうかは、ただ単に地域で世話役がアンテナを張るという待ちの姿勢にとどまらず、町会の一定の方針に基づいて、町会の住民に声をかけていくという積極的な行動をとる中から人間関係ができアンテナの機能が見えてくるということが示唆されている。

#### <日常生活圏単位での高齢者世代の優秀な人材の活用>

第二層の協議体では、日常生活圏という広域の中での自治会長や民生委員等として活躍した何人かの優れた人材が参加して豊かな経験に基づく知恵を出すことが期待できる。(現に、豊四季台地域の実行委員会の某委員が本調査の意義を十分理解しており自分が元町内会長であったあけぼの町会との架け橋となり、本調査が円滑に進んだ)。第二層の実行委員会の委員の大部分がかなりの高齢者であるが、第二層単位で見た場合、このような優秀な人材が必ず存在するので、これらの者の知恵を、第二層の圏域で生かしていくことが、ひいては圏域内の各自治会・町会の活性化に繋がると考える。逆ピラミッドの人口構造に向かう日本においては、高齢者が重要な役割を果たす必要がある。したがって、行政は、第二層協議体にこれらの優秀な人材に参加してもらい、介護保険のデータ等を問題意識をもって提供しながら、モデル地域での動きを呼び起こしつつ、第二層単位の広域の立場から各地域の底上げを進めていくべきである。もとより、このような戦略の下での生活支援コーディネーターの活用に留意していく必要がある。

### 各地域のデータの整備

市町村の保有する介護保険データから、町丁目単位での要介護者数と要介護認定率を明らかにすることが必要である。この場合、各地域における高齢者施設における要介護者のうち他地域からの入所者を除いて算出する等の作業の工夫が必要である。

### モデル地域の選定

いずれの市町村においても、地域住民の活動の盛んな地域とそうでない地域があり、活動の盛んな地域と要介護認定率の関係性を示唆するようなデータ分析は可能と考えており、1地域でもそのような地域が示せれば、それが刺激になって各地域での議論の展開が期待できると考える。

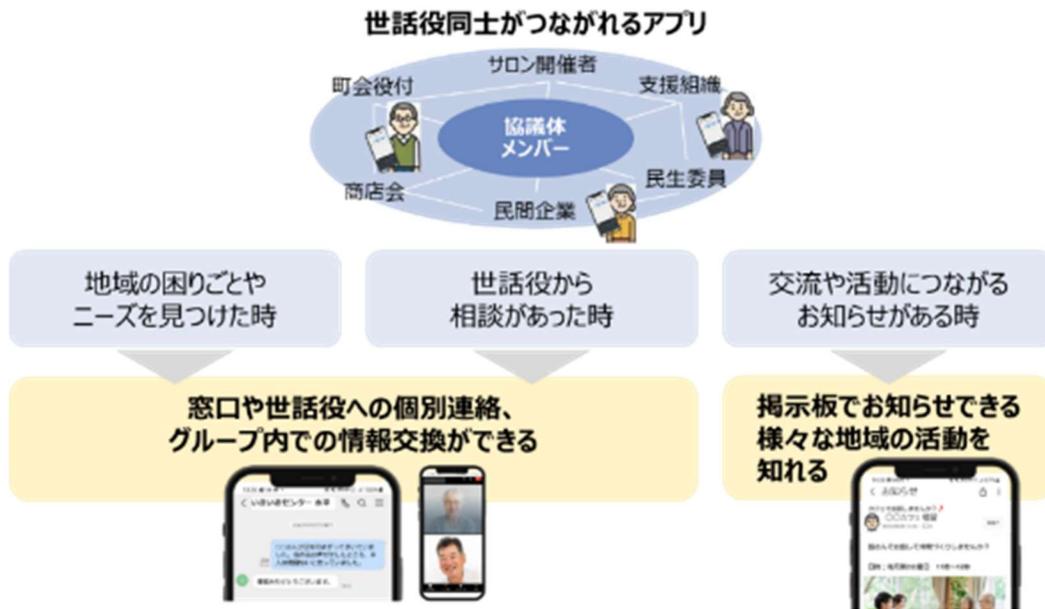
## (3) ICT ツールの活用

### 1) ICT ツールの有効性

(1)及び(2)の結果を踏まえ、ニーズ発掘・対応機能向上のための ICT ツールの効果を以下にまとめた。(図表 47)

- 世話役によるアンテナ機能や地域の情報共有にアプリが活用可能であることを確認した。
- 民間企業にとっても、情報発信や共有される情報を把握できる点でメリットがあることが示唆された。

図表 47 アンテナ機能を促進する ICT 活用モデル



本研究では、ささえ愛実行委員会とあけぼの町会に LINE WORKS というアプリを導入し、実証期間中にどのような利用がされたかを調査した。その結果、両者において全体の利用量、使った機能、継続利用の意向に違いが見られた。

あけぼの町は主にチャット機能を活用したコミュニケーションが活発になされていて、今後のアプリ利用の継続意向も大多数が肯定的であった。これは当初より明確な目的があり、そのためのツールとして ICT ツールであるアプリを利用していたためであると考えられる。

ささえ愛実行委員会は、当初はアンテナ機能の発揮と情報交換を目的に実証で導入したが、アンテナ機能を発揮する場面は実証期間中には発生しなかった。情報交換は社協から積極的に発信があり、実行委員会で主催しているさんあい広場などの告知、写真の共有などが積極的に行われていた。ただ一方で継続意向についてはあけぼの町と比較して強くなかった。これはアンテナ機能を発揮する場面がなく、当初の目的に合致した利用シーンがイメージできなかったことや、導入やアプリの利用を行う際のスマートフォンの操作を不安に思う高齢者が多いため、利用によるメリットより、利用するためのハードルが大きいためと考える。

## 2) ICT ツールを利用する際の留意事項

### 顔の見える関係があることが情報共有を促進する

アプリ等の ICT ツールは即時の情報共有や連絡手段として有効であるが、あくまでコミュニケーションツールの一つであるため、そもそもの人間関係が構築されていないと積極的な利用や活性化にはつながらない。ICT ツールをうまく活用しながら、顔の見える関係づくりを並行して行うことが重要である。

### 困りごとやニーズへの対応のイメージや成功事例の共有、引き出しの蓄積が必要

ICT ツールは紙などのアナログな媒体と比較して、場所を取らず、情報の蓄積や検索も容易であるという特徴がある。これを活かして、コミュニティの活動内容やそこで得られたノウハウを蓄積して共有することで、コミュニティメンバーが必要な情報を得やすくなり、また新しいメンバーへの情報共有や引継ぎも効率的に行うことができる。

## 個人情報の取扱い

情報共有をICTで行う際には個人情報の取り扱いには十分留意する必要があり、ICTの利用を前提とした情報共有のルール作りが必要である。具体的なイメージとして、アプリを活用する場合には図表48に示すようなガイドラインを作成することなどが考えられる。その際は、今後の活用方針や地域への展開の仕方、ニーズ等を踏まえて継続的な検討と改善が必要である。

図表 48 アプリの利用ガイドライン例<sup>9</sup>

「さんあいネットワークアプリ」利用ガイドライン（案）	
2022年11月10日	
<p><b>1. 基本方針・原則</b></p> <p>(1) 「さんあいネットワークアプリ」(以下、「本アプリ」という。)は、豊四季台地域さんあいネットワークの効果や効率を高め、地域の支え合いを推進することを目的としています。(豊四季台地域さんあいネットワークについては、別紙の運用マニュアルを参照ください。)</p> <p>(2) 本ガイドラインでは、本アプリを利用する指針に守っていただきたい指針やルール、マナーについて定めています。</p> <p>(3) 本ガイドラインの内容は、豊四季台地域ささえ愛実行委員会(以下、「実行委員会」という。)が策定、変更又は廃止を行います。</p> <p><b>2. 本アプリの利用者</b></p> <p>(1) 本アプリは、豊四季台地域の支え合いに協力する関係者が利用できます。</p> <p>(2) アプリの利用登録及び利用者情報の管理は、豊四季台地域ささえ愛実行委員会の事務局を担う和布市社会福祉協議会(以下、「アプリ管理事務局」という。)が行います。</p> <p>(3) 新しい利用者の追加、利用者情報の変更又は削除の要請は、アプリ管理事務局にご連絡ください。</p> <p>(4) 本ガイドラインに沿わない利用をされる方、又はそうした利用が想定される方については、アプリ管理事務局が本アプリの利用を制限することがあります。</p> <p><b>3. 本アプリの活用方法</b></p> <p>本アプリの利用者は、地域の困りごとやニーズを見つけたり、それに対応するための情報共有をしたりするなど、いわば地域の世帯役として地域の支え合いに取り組みます。こうした取組を通じて、地域住民の暮らしが豊かになる前に早めに困りごとの情報をキャッチする必要に対応につなげること、多様な社会資源の情報が共有されて誰もが社会参加や社会とつながる機会を持つことなどを指します。具体的には、アプリ利用者は本アプリを使った以下のような取組に協力します。</p> <p>(1) 身の回りの人の生活上の困りごとや必要としている情報などのニーズをキャッチしたら、アプリのトーク機能や通話機能を使って、気軽に相談することができます。(個人情報取り扱いについては第4項を参照ください)</p> <p>(2) 相談する際は、相手者を指定して個別に連絡する方法と、特定のグループに所属するメンバーに一言に連絡する方法があります。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>&lt;相談先の選び方&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 福祉全般に関する専門的な相談…豊四季台ささえあいいきセンター</li> <li>・ 高齢者の介護や介護予防・生活支援に関する専門的な相談…和布市地域包括支援センター</li> <li>・ UR 団地に関する相談…UR 生活支援アドバイザー</li> <li>・ その他の相談は、上記の窓口にも適宜相談しつつ、内容に応じて相談先を検討してください。</li> </ul> </div> <p>(3) アプリ登録者からの相談を受けた際に、少しでも手助けや情報提供ができそうであれば、返信をしましょう。グループトーク上で相談を受けた場合は、グループ内で返信することで一斉に情報を共有することができます。</p> <p>(4) 地域住民の外出や社会参加の促進、交流につながる場や活動の情報は、アプリのカレンダー機能でお知らせすることができます。アプリ利用者は、アプリを通じて知った地域の様々な活動の情報を広く周知したり、居場所や社会とのつながりが必要な身近な人に積極的に伝え、誘い合うことで、外出や社会参加を促しましょう。</p> <p>(5) アプリ利用者に幅広く知らせたい情報は、掲示板機能でアプリ利用者へ周知することができます。</p> <p>(6) アプリ利用者で特定のグループをつくり、情報共有をすることができます。例えばささえ愛実行委員会の日程や、課事など、団体内の運営事務に必要な情報共有・連絡の手段としても利用できます。</p>	<p>(7) その他、本アプリの目的・趣旨に沿った活用をすることができます。本ガイドラインに定めのない活用方法の相談や提案は、アプリ管理事務局までご連絡ください。</p> <p>(8) アプリ管理事務局は本アプリの利用状況を定期的に確認し、利用の概況を実行委員会に報告します。</p> <p><b>4. 個人情報・機密情報・第三者の権利の保護</b></p> <p>(1) 本アプリでは、個人情報の保護の観点から、他人の個人情報を本人の同意なくトーク用掲示板で投稿することはできません。ただし、緊急で支援を必要とする状況等においては、さんあいネットワーク窓口から個人情報をおたずねする場合があります。</p> <p>(2) 他人の著作権や肖像権、商標権などの第三者の権利を尊重し、他人が投稿した写真や文章を、投稿者本人の同意なく本アプリ又は別の媒体で使った投稿はいたしません。</p> <p><b>5. 禁止事項（してはならないこと）</b></p> <p>(1) 【誹謗中傷の禁止】特定の個人や集団、団族、思想、信条、宗教、政治等への差別的な表現や、名誉毀損、攻撃的・差別的・性的・排他的な表現や発言を行わないでください。</p> <p>(2) 【真偽不明の情報発信の禁止】その真偽を確認できない情報を発信しないでください。</p> <p>(3) 【個人ID、パスワードの第三者共有の禁止】ご自身の登録ID、パスワードは第三者に共有しないでください。また、お使いのスマートフォンを乗っ取られる場合には、忘れずに本アプリも削除してください。</p> <p><b>6. 非推奨事項</b></p> <p>(1) 本アプリでは投稿されると相手のスマートフォンに通知が届き、場合によっては音や振動がなります。そのため、早朝や深夜など、他の方の迷惑になりそうな時間帯での投稿はやめましょう。また、さんあいネットワーク窓口は、営業時間内での対応となりますので、時間外での連絡された場合、返信は翌営業日となります。</p> <p>(2) 豊四季台地域の支え合いの取組みとはが離れている話題については、大人数でのトークの場や掲示板への投稿はやめましょう。</p> <p>(3) 本アプリで保存できるデータの容量は限りがあるので、動画などのデータ容量が大きいものは投稿しないようにしましょう。写真などの画像データは基本的に問題ありませんが、似たような写真を大量に投稿することなどはやめましょう。</p> <p>(4) 本アプリの利用にかかる通信費用は、利用者ご本人の負担となります。特に写真の投稿やビデオ通話は、消費するデータ量が多いため、Wi-Fi(ワイファイ)環境で実施することをおすすめします。</p> <p><b>7. 問い合わせ先</b></p> <p>アプリ管理事務局は、豊四季台地域ささえ愛実行委員会の事務局を担う和布市社会福祉協議会が担います。アプリ利用者情報の登録・変更・削除のほか、アプリ利用や本ガイドラインに関することについては、アプリ管理事務局までお問い合わせください。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>豊四季台地域ささえあいいきセンター（豊四季台地域さんあいネットワーク事務局）</p> <p>電話：XX-XXXX-XXXX</p> <p>時間：午前10時～午後4時</p> <p>開所日：毎週 火・水・金（※日・祝日・年末年始は休み）</p> </div> <p style="text-align: right;">以上</p>

<sup>9</sup> 参考資料 2 を参照された。

## 第3章 複数地域へのモデル展開可能性の検討

### 1. 目的

本事業により開発したモデルの展開可能性を検証するため、展開を想定している都市部の自治体・団体の生活支援体制整備事業の運用状況や本事業で取組んだモデルへの意見や課題を調査した。

### 2. 調査方法

機能、ネットワーク、展開プロセスの3点を都市型の生活支援ネットワーク展開モデルの仮説的な構図とし、4つの自治体・団体に対してヒアリングを実施した。調査概要を図表49に示す。

図表 49 調査概要

調査方法	ヒアリング
調査対象地区・団体	<ul style="list-style-type: none"><li>東京都八王子市</li><li>東京都文京区社会福祉協議会</li><li>神奈川県横浜市泉区</li><li>愛知県豊明市</li></ul>
調査対象者	職員及び関係者
悉皆・抽出の別	抽出
調査時期	令和5年1月
調査項目	<ol style="list-style-type: none"><li>調査対象先の生活支援体制整備事業の現状と課題<ol style="list-style-type: none"><li>①事業の経緯や成果</li><li>②推進体制の現状と課題</li><li>③生活圏域における機能とネットワークの現状と課題</li></ol></li><li>今回設計したモデルの構図に対する意見および改善の余地<ol style="list-style-type: none"><li>①機能に関する意見</li><li>②ネットワークに関する意見</li><li>③ツールとしてのICTに関する意見</li><li>④展開プロセスに関する意見</li></ol></li><li>モデル展開において想定されるハードル<ol style="list-style-type: none"><li>①行政側のハードル（予算、制度、人材、部署間調整など）</li><li>②住民側のハードル（問題認識、キーパーソンの発掘、活動の場など）</li></ol></li></ol>

### 3. 調査結果

#### 1) 東京都八王子市

東京都八王子市は、人口 579,355 人<sup>10</sup>、高齢化率 27.10%<sup>11</sup>で都市的地域に位置付けられる。主な取組として、八王子市では、株式会社ベスプラの「脳にいいアプリ」を発展させた介護予防の促進を目的とするスマートフォンアプリ「てくポ」を令和 3 年度から開始した（図表 50）。また、図表 51 に示す通り、総合事業のキーワードとしてリエイブルメント（再び自分でできるようにする）を掲げ、高齢者が自らの持てる力を最大限発揮し、望む暮らしが続けられるよう、セルフマネジメント力を高めるための「暮らしのコーチング」に重点を置いた 90 日間の短期集中予防サービスを提供している。その他の具体的な取組内容に関しては、令和 3 年度調査の報告書を参照されたい。

図表 50「てくポ」の概要

**カラダにいいことしてポイントがたまる! てくポ**

てくてく 歩いて  
目標歩数達成で!

たのしく 脳トレで  
脳トレゲームで 頭のニューロンを 刺激して!

きちんと 食べて  
脳にいい食品を バランスよく 食べて!

人との 関わりで  
ボランティア活動や 健康イベントに 参加して!

**対象者** 八王子市在住の60歳以上の方で、スマートフォンをお持ちの方  
※2023年度より対象年齢が65歳から60歳に変更されました。  
※一部機能では、「脳にいいアプリ」をダウンロードできない、または多数が利用できない場合があります。

▶ 始め方は簡単 3ステップ!

**ステップ 1** アプリをダウンロード  
7-8ページへ

**ステップ 2** てくポに申し込み  
9-10ページへ

**ステップ 3** アプリを使って貯める  
11~17ページへ

※スマホが苦手な方もご安心ください。説明会で丁寧にご案内します。

**お問い合わせはこちら**

**アプリの使い方について** (b\_p) ベスプラ  
TEL 03-6732-8568 (平日 9:00~18:00)  
MAIL support@bspr.co.jp  
※アプリ内メニューより、お問い合わせフォームもご利用ください。

**この事業について** 八王子市福祉部高齢者いきいき課 元気応援担当  
TEL 042-620-7243 FAX 042-623-6120 (平日 8:30~17:00)  
MAIL b440300@city.hachioji.tokyo.jp

この事業は、アプリ開発者である株式会社ベスプラとの共同研究です。

**2023年度版** (b\_p) × 八王子市

60歳\*からはじめる“健康習慣”  
八王子てくてくポイント  
**てくポ**

脳やカラダにいいことして、楽しくためてくポイント

アプリで健康維持、ポイントを獲得!

ボランティアやイベント参加でポイント獲得!

ポイントは市内店舗で使える!

歩いたり、脳トレしたり、バランスよく食べたり。イベント参加やボランティア活動でもポイントがたまる。アプリを使ったポイント制度のご紹介です。

※2023年度より対象年齢が65歳から60歳に変更されました。

<sup>10</sup> 本報告書において人口は、令和 2 年国勢調査 人口等基本集計より出所。

<sup>11</sup> 本報告書において高齢化率は、令和 2 年国勢調査 人口等基本集計の人口を 65 歳以上人口で除算して算出。

### 「脳にいいアプリ」で「てくポ」を貯める

**健康づくりで**

1 日々の目標達成で、もらえる!

日々のポイント  
健康目標を達成すると1日 1pt (各項目ごと)

ボーナスポイント  
1週間健康目標を5日達成で 5pt 7日達成でさらに 2pt

2 毎月の健康管理で、もらえる!

健康数値「体重/血圧/血糖」いずれかを月に1回以上、登録すると 10pt (1ヶ月ごと)

**イベントやボランティアで**

対象のイベントやボランティア活動に参加してQRコードを読み取るとポイントがもらえます。

ボランティアで 50pt  
イベント参加で 10pt

さらにボーナスポイントもいろいろ!

登録するだけで 100pt (お友達紹介で双方に)  
認知機能テストで 50pt (1回ごと)  
アプリを毎日開くだけで 1pt (1日ごと)

もらえるポイントの一覧は5.6ページをご覧ください。

### まちで「てくポ」を使う

**地域のお店で**

市内のてくポ利用店舗でポイントが使えます。

1pt = 1円

「てくポを使いたい」と店員さんに伝え、提示されたQRコードをアプリで読み取ってください。

ポイントが使えるお店はこちらからチェック

ポイントの使い方は13ページ(QRコードを読む)をご覧ください。

**PayPayポイントに交換する**

1pt = 0.7円 (1pt換算率10%)

脳にいいアプリ内メニュー「PayPayポイントと交換」を選ぶ。

交換にはPayPayアプリのインストールと登録が必要です。PayPayを始めたい方はこちらから。(PayPay公式ホームページ)

PayPayポイントへの交換は13ページをご覧ください。

出所：八王子市資料

図表 51 八王子市の掲げる基本理念とリエイブルメントの概要

### 総合事業の自立支援＝「リエイブルメント」

市の総合事業推進におけるキーワードは **リエイブルメント Re-ablement**＜再び自分でできるようにする＞

「なじみの暮らし・望む暮らし」の再獲得に向けた専門支援

- 高齢者自らの持てる力を最大限発揮すること  
・やればできる、という自信の回復…持てる機能でどこまでできるか専門評価
- 「これまで」を知り、まずはその状態に戻すこと  
・自立していた時の日常を知り、持てる機能でその日常を取り戻す工夫を提案

リエイブルメントを進めていくための基本的な考え方は **「手を後ろに回したケア（本人の力を引き出す支援）」**  
⇒八王子市は「リエイブルメント」に挑戦しています!!

### 短期集中のハチプロチャレンジプログラム

この時間が、未来を変える最後のチャンスかも

もしかして…こんな風に考えていませんか?

大丈夫! たった90日間で大丈夫です!

「ハチプロ」はここが違い!

### 高齢者が自分で自分の健康管理ができるように

対象：要支援認定者、事業対象者  
\* 利用者負担なし、給付管理不要 ※ 申し込みはハチプロ提供事業者へ直接連絡

週1回1時間程度の「個別プログラム」(マシントレーニングではない)

- 生活・運動機能の向上(毎回・PT等はOT等による暮らし方のコーチング)
- 訪問による生活評価(必要に応じてリハ職が機能評価) など

ハチプロの中で利用者が手に入れた活動的な日常、または元の普通の暮らしの再獲得(リエイブルメント)のために、もっとも重要視すること…

### セルフマネジメント

自分の生活(機能)に対して、不安 < 自信をもてるような関わり

ハチプロでは… 利用者が自分自身に興味を持つように! 自分の可能性に「気づいてもらう」

### 主役は高齢者自身!

リエイブルメントを進めていくための基本的な考え方は、**手を後ろに回したケア**  
(してあげるのではなく本人の力を引き出すケア)

本人の力を引き出す → 工夫を教える → 継続できる力を高める

出所：八王子市資料

また、令和5年1月26日に実施したヒアリングにおける主な意見を図表52に示す。

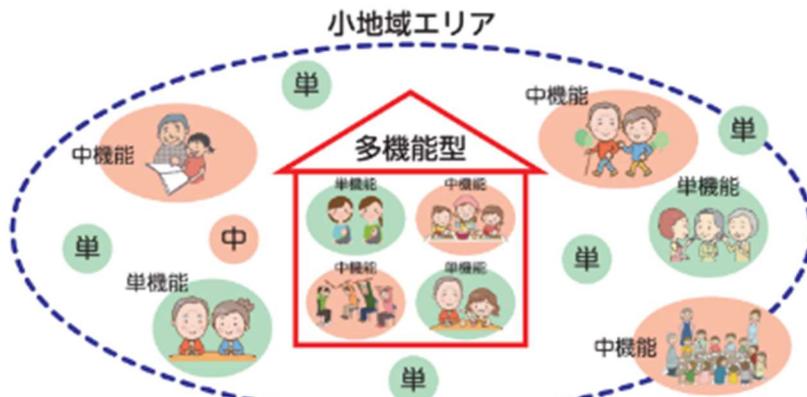
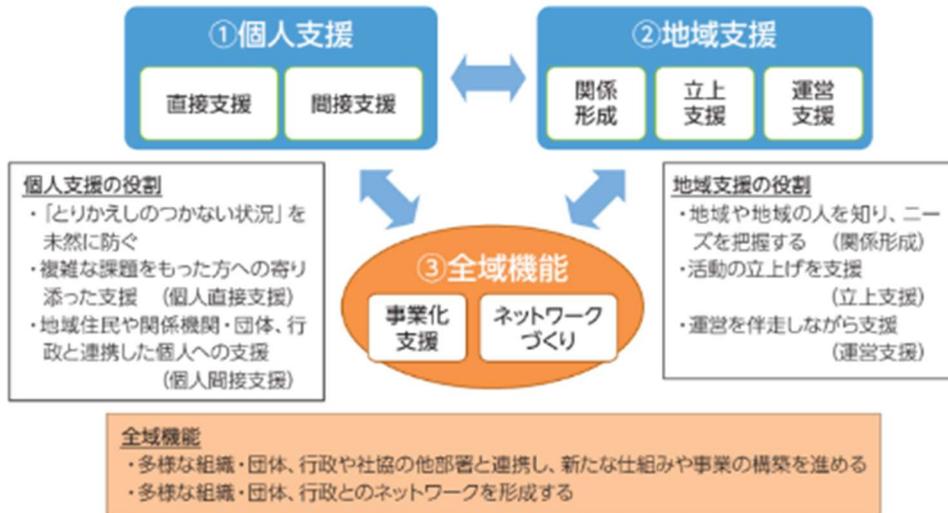
図表 52 ヒアリング結果（東京都八王子市）

<p><b>都市型生活支援ネットワークモデルの仮説的な構図に対する、調査対象先の現状と課題</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 町会長などがそのまま世話役に発展することは少ない。</li> <li>• 生活支援コーディネーターのアウトリーチとして、多様な主体の視点から最近ではサロンや自治会より<b>趣味活動の場の方に出向くことが増えている。</b></li> <li>• 行政として生活支援コーディネーターの質が向上するよう育成している。</li> <li>• ICT 活用はできていない。生活支援コーディネーターと共有する行政からの情報（データ、施策等）が過多で整理されていないことは課題。</li> <li>• 市内に NPO 団体が多数いる。</li> <li>• 世話役に近い役割は訪問 B の「助け合いコーディネーター」が担っている。</li> </ul>
<p><b>今回設計したモデルの仮説的な構図に対する意見および改善の余地</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 困ったときに<b>住民自ら解決できるよう蓄積されたノウハウ・ナレッジ</b>が見られる仕組みがあると良いのではないかと。</li> <li>• 横展開を実装するにあたっては核となる人を見つけるのに苦労するのではないかと。<b>核となる人を見つけるプロセスが必要</b>ではないかと。</li> <li>• 民生委員は連絡をくれるが世話役まで担うことは少ない。</li> <li>• 地域コミュニティが高齢化・縮小しているため、今後 10 年を考えたときに、そこに依存しすぎるべきではない。企業との連携や楽しみ（趣味）をテーマにしたコミュニティづくりも重要ではないかと。</li> </ul>
<p><b>想定されるモデル導入のハードル</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• どの制度に位置づけるか</li> <li>• 対応できる人材の確保</li> <li>• 生活支援コーディネーターの資質</li> <li>• 早期発見の動機付け（包括の業務量が多いことから早期発見の優先順位が低くなりがち）</li> </ul>

## 2) 東京都文京区社会福祉協議会

東京都文京区は、人口 240,069 人、高齢化率 18.67%で都市的地域に位置付けられる。主な取組として、文京区の社会福祉協議会内に配置している地域福祉コーディネーター兼生活支援コーディネーターは、住民等からの相談を受け、地域の中へ入り、地域の人々や関係機関と協力して課題を明らかにし、解決に向けた支援をする。また、住民主体の地域活動に対する立上げや運営支援を行う中で、住民がより自主的に活動を発展できるような支援を行っている（図表 53）。

図表 53 地域福祉コーディネーター・生活支援コーディネーター活動イメージ



- 多機能型（例：つどい～の）  
常設型で自主的、協議体形式の運営＋互助＋交流 週3～4回活動
- 中機能型（例：かよい～の、サロンぶらす、子ども食堂）  
互助＋交流機能 週1回、月2～3回活動
- 単機能型（例：サロン）  
交流機能 月1回程度

出所：文京区資料

また、令和5年1月25日に実施したヒアリングにおける主な意見を図表54に示す。

図表 54 ヒアリング結果（東京都文京区社会福祉協議会）

都市型生活支援ネットワークモデルの仮説的な構図に対する、調査対象先の現状と課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>●各コーディネーターが日々アウトリーチして住民の困りごとをキャッチしている。</li> <li>●地域連携ステーション「ファミコム」で福祉に関係なく講座等を実施し、企業含む色々な方とつながることで、コネクションを築いている。</li> <li>●文京区では、空き家等を活用した常設型（多機能型）の居場所づくりをすることで、第2層として機能させている。</li> </ul>
今回設計したモデルの仮説的な構図に対する	<ul style="list-style-type: none"> <li>●各コーディネーターがきめ細やかにやるにも限界がある、そこを補完できるような機能を世話役で補強したい。</li> </ul>

意見および改善の余地	<ul style="list-style-type: none"> <li>世話役についても、頼まれずともやるような<b>本来的な資質</b>をもっている人かで状況が変わってくる。また<b>コミュニティから承認・信頼</b>されないと、動きづらい。</li> <li>社会福祉協議会内の地域福祉コーディネーターとフミコム職員間で特に定例会議のようなものは設定していないが、<b>クラウド（kintone）で情報共有し、お互いどのような相談・ニーズがあったかを確認</b>でき、対応の引き出しを増やすようにしている。</li> <li>所属している人々の意識による部分が大きいので、横展開の方法論が見えづらい。</li> </ul>
想定されるモデル導入のハードル	<ul style="list-style-type: none"> <li>世話役のモチベーション維持</li> <li>誰かを気にする人をどう増やすか</li> <li>世話役同士の LINE グループでの個人情報の共有は難しい</li> <li>行政から委託を受けている場合の、ネットワーク上での情報共有（文京区社協は補助事業なので問題ない）</li> </ul>

### 3) 神奈川県横浜市泉区

神奈川県横浜市泉区は、人口 152,378 人、高齢化率 29.47%で都市的地域に位置付けられる。主な取組として、横浜市は各区が住民と合意した「横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けたアクションプラン」を作成し、4 半期毎に設定した指標についてデータ分析などにより評価しながら目標に向けて活動する PDCA サイクルを回している（図表 55）。

図表 55 泉区アクションプラン



出所：横浜市資料

また、令和 5 年 1 月 30 日に実施したヒアリングにおける主な意見を図表 56 に示す。

図表 56 ヒアリング結果（横浜市泉区）

<p>都市型生活支援ネットワークモデルの仮説的な構図に対する、調査対象先の現状と課題</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 日々の困りごとに応じてサロン等を新規に設けることでインフォーマルサービスにつながっている。</li> <li>• 地域との信頼関係を保てるように、人事異動等があっても<b>人材育成等を通じて質を担保</b>している。また<b>アクションプランを地域と合意して作成</b>して行動し、<b>4 半期ごとに評価</b>している。</li> </ul>
<p>今回設計したモデルの仮説的な構図に対する意見および改善の余地</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• つながっていない人（サロンや活動に参加されない人）の現状をどうキヤッチするかが課題ではないか</li> <li>• ICT をしっかり活用しなければならない時代になっていると感じているので、地域で使えるようなものを作っていただければ、活用していきたい。</li> <li>• これまでプライベートの時間に組み込むようなことは避けているような暗黙のルールがあるが、ICT 活用となると<b>時間の縛りがなくなってしまう懸念</b>があるのではないか。</li> </ul>
<p>想定されるモデル導入のハードル</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 役所内での調整（新たな挑戦であるため）</li> <li>• 予算確保</li> <li>• 個人情報の取り扱い</li> <li>• 世話役となり得る支え手の減少</li> <li>• ICT リテラシーの格差</li> </ul>

#### 4) 愛知県豊明市

愛知県豊明市は、人口 69,295 人、高齢化率 26.37%で都市的地域に位置付けられる。豊明市では、主な取組として、豊明市、藤田医科大学、UR 都市機構の三者協働による豊明団地を舞台とした地域包括ケアの取組である「けやきいきいきプロジェクト」（図表 57）や、南医療生協組合、コープあいち、JA あいち尾東農協の 3 つの生活協同組合が運営する住民主体の支え合い組織「おたがいさまセンターちゃっと」による住民互助の活動（図表 58）等が実施されている。また、保険者主催の地域ケア会議を毎月 2 回行っており、「ふつうに暮らせるしあわせをいかに守り支えるか」を理念に、高齢者の望む暮らしと現状から課題（ギャップ）を特定し、課題解決策を検討するケーススタディの場としている（図表 59）。各取組内容の詳細に関しては、令和 3 年度調査の報告書を参照されたい。

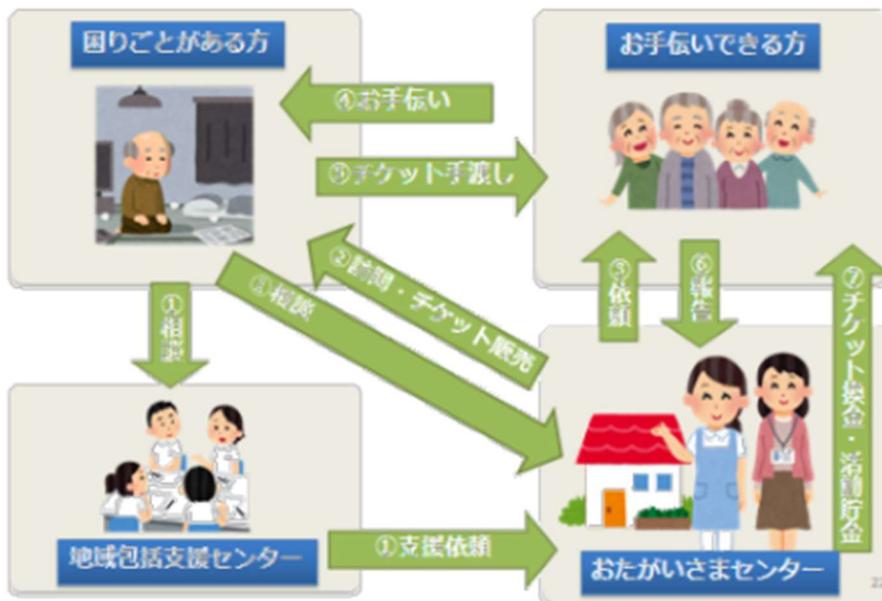
図表 57 けやきいききプロジェクトにおける藤田医科大学学生による地域活動の様子



27

出所：豊明市資料

図表 58 おたがいさまセンターちゃつとの運営イメージ



出所：豊明市資料

図表 59 豊明市の多職種合同ケアカンファレンスの概要

**多職種合同ケアカンファレンスが貫く ただひとつの理念**



「おだやかな暮らし」「ささいな幸せ」「真の豊かさ」  
ふつうに暮らせるしあわせをいかに守り支えるか



**(包括版) 多職種合同ケアカンファレンスの様子**

【参加者】  
地域包括支援センター、サービス事業所（看護師、リハ職、相談員等）  
薬剤師、PT、OT、保健師、看護師、管理栄養士、歯科衛生士、  
生活支援コーディネーター、その他、大学院実習生、民間企業 ほか、 合計30名ほど



---

**多職種合同ケアカンファレンスの概要**

市が主催する症例検討会議（ケーススタディ型）平成28年4月から実施、月2回開催。

【目的】  
規範的統合（医学モデルから生活モデルへ）  
自立支援型ケアマネジメントの徹底  
多職種の見点による重症化防止  
専門性の向上と他の職種への技術移転

○対象症例として選定する基準  
①よくある症例（困難事例でない）  
②事業対象者～要介護2まで  
③多職種の学びとなるもの

会議名	種類	対象症例	目的	参加者	提出者	会議頻率	開催地	使用形式
多職種合同ケアカンファレンス	包括版	事業対象～要介護の新規契約ケース	自立支援型ケアマネジメントの標準化	地域包括支援センター リハビリ職 管理栄養士 生活支援C ほか	包括	月1回(第2金)1時間半 15～20分/ケース 4ケース/回	市	・概要シート ・ADLIADL表
	居宅版	要支援～要介護2まで	重症化防止 在宅生活の限界点を高める	全職種	居宅ケアマネ	月1回(第4木)1時間半 20～25分/ケース 3ケース/回	包括主任ケアマネ 居宅主任ケアマネ	・概要シート ・ADLIADL表

**議論のポイント**

①解決すべきこと（真の課題）は何ですか？

本人にとってのふつうの暮らしとは？ 障害する要因は？  
(現状と望む暮らしのギャップから課題を特定)

②それで本当に解決できますか？

支援・サービスは現状と望む暮らしのギャップ（解決すべき課題）を本当に解決できるのか

出所：豊明市資料

また、令和5年1月20日に実施したヒアリングにおける主な意見を図表60に示す。

図表 60 ヒアリング結果（愛知県豊明市）

都市型生活支援ネットワークモデルの仮説的な構図に対する、調査対象先の現状と課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 町対応機能に似ている取組みはまちの保健室として実施中。</li> <li>• 生活支援コーディネーターのような役割を担う市民は LINE でやり取りしている。</li> </ul>
今回設計したモデルの仮説的な構図に対する意見および改善の余地	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 関わりを増やすべきとはいうものの、<b>都市化されている市民は他者に踏み込んで立ち入ることをしない傾向</b>があるので、そういった性質があることを前提に考える必要があるのではないか。<b>本人から相談されるような普及啓発とリテラシー向上が必要</b>ではないか。</li> <li>• <b>事業を知らないと利用できない</b>し、また、課題をキャッチしたとしても課題に対応した支援を受けられないと<b>成功体験</b>がつかないため意味がないと感じている。</li> </ul>
想定されるモデル導入のハードル	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 心理的なハードル（他者への踏み込みづらさ）</li> <li>• 家事等に関して生活支援ニーズがあがってくるか（健康不安であれば把握できるのではないか）</li> </ul>

## 4. まとめ

### (1) 考察

#### 1) 今回設計したモデルの仮説的な構図に対する意見および改善の余地

本章において実施したヒアリングにより得られた示唆は下記のとおり。

#### 「都市部」ならではの住民・コミュニティの特徴を考慮した施策

- 関わりを増やすべきとはいうものの、都市化されている市民は他者に踏み込んで立ち入ることをしない傾向があるため、そういった性質があることを前提に考える必要があるのではないか。
- つながっていない人（サロンや活動に参加されない人）の現状をどうキャッチするかも課題である
- 本人から相談されるような普及啓発とリテラシー向上が必要ではないか。
- 地域コミュニティが高齢化・縮小しているため、今後 10 年を考えたときに、そこに依存しすぎるべきではない。企業との連携や楽しみ（趣味）をテーマにしたコミュニティづくりも重要ではないか

#### 第 2 層の生活支援組織による支援と世話役の役割

- 生活支援コーディネーターやそれを所管する生活支援組織がアウトリーチして積極的にニーズや困りごとを拾いに行く姿勢が重要である。
- 一方で生活支援コーディネーターがきめ細やかに行うにも限界がある、そこを補完できるような機能を世話役が担えるのではないか。
- 世話役は、頼まれずともやるような本来的な資質をもっている人である必要がある。またコミュニティから承認・信頼されないと、その中で動きづらい。

#### 支援の周知およびノウハウの共有

- 事業を知らないと相談機能も利用できない。また、世話役が課題をキャッチしたとしても、課題に対応した支援を受けられないと成功体験がつかない。
- 困ったときに住民自ら解決できるように、蓄積されたノウハウ・ナレッジが見られると良いのではないか
- 支援者内で情報共有し、お互いどのような相談・ニーズがあったかを確認でき、対応の引き出しを増やすためには、クラウドサービスのような ICT ツールが有効な選択肢となりえる。

#### 2) 本モデルの仮説的な構図を導入する際の課題

展開可能性調査（ヒアリング）から、主に以下の事項が導入の課題である。

#### 今後の都市部における生活支援体制整備事業に対する行政の新たな認識と戦略の必要性

前項で生活支援コーディネーター等がアウトリーチにより積極的にニーズや困りごとを拾いに行き、住民の困りごとが深刻化する前に対応する姿勢の重要性が指摘されたところであるが、今後 85 歳以上人口が急増する都市部では、深刻化している住民への対応に追われることになるなどにより早期対応による予防的な行動ができなくなる可能性があり、行政がそのことへ構造的な対応の重要性を新たに認識し下記のような戦略的な対応を考える必要がある。

- 都市部の自治会・町会のつながりが希薄化していることを当然の前提とするのではなく、自治会・町会等の基礎的な地域住民の組織の活性化に対し、行政としての積極的な働きかけをおこなうべきである。
- この場合、生活支援ニーズの重要な要因である高齢者の自立度の低下は、地域の努力で遅らすことができるというフレイル予防への対応を生活支援体制整備事業における構造的な対応として取

り込むという基本認識を行政が持ち、自治会・町会に訴えるという構図を積極的に仕掛けることが必要である。

- また、厚労省は、「通いの場」等の配置という大きな戦略を展開しており、フレイル予防の概念が地域に定着するに依り、閉じこもりがちの高齢者をこの受け皿に誘導することの意義を地域住民が知るようになれば、アンテナ役の役割が見えてくる、更には、このような流れの下で、先に述べたように、自治会・町会といったどの地域にもある地域組織の活動として、地域高齢者に声がけをして人の繋がりを作っていくことが可能であるという基本認識が必要である。

### **情報共有のためのネットワークインフラの利用や web 上での個人情報の取り扱い**

生活支援ネットワーク関係者間の情報共有において、ICT ツールの有効性は認められるところだが、生活支援体制整備事業を推進する主体が行政からの委託を受けている場合、行政の情報セキュリティの規程に準ずる必要があり、ネットワークインフラの利用及び取り扱う情報に制限がかかる場合がある。そうでない場合でも、地域住民の個人情報やプライバシーに関わる情報について web を介して共有する際には漏洩のリスクが全くないとは言いきれない。そのため、適切な情報共有のルールやガイドラインを設定し、利用者の合意を取るとともに細心の注意を払って利用する必要があると考える。

### **世話役の確保および拡大**

世話役は、頼まれずともやるような本来的な資質をもっている人である必要がある。またコミュニティから承認・信頼されないと、その中で動きづらい。そのため、世話役の確保のためには既にコミュニティの中心人物となっている人を世話役として生活支援ネットワークの中に位置づけることに加え、世話役としての素質のある住民を発掘することや育成することも必要となる。前者としては前述のように第 3 層の生活支援コーディネーターとして制度内に位置づけることが 1 つの方策として考えられ、後者としては、掘り起こしのための地域啓発が必要である。この場合、本調査で開発したようなフレイル予防の学びと地域活動力の向上に関する勉強会といったことを地域に仕掛けていくという行政としての戦略が必要である。いずれにせよ自然発生的に世話役が増えることは想定しにくいので、行政による問題提起と戦略が必要となると考えられる。

### **ニーズや困りごとのキャッチと介入（心理的ハードル）**

特に都市部の住民は他者への関与や、ニーズや困りごとを他者に話すことに対して心理的にはばかられる傾向があるため、それらをどうやってキャッチするか、またキャッチした後の介入をどう行うかについてのハードルが高いと考えられる。キャッチと介入については、それを目的とする行動をとるのではなく、普段の住民同士の接点を増やすことで、小さな異変を察知できるような関係性を世話役やコーディネーターが構築することや、健康不安のように話しやすい内容から本人の不安を解消する取組を始めていくことなどが考えられる。

このためには、先に述べたようにまず閉じこもりがちの高齢者への声掛けによる人間関係作りが必要であり、それは、地域の個人の活動としては難しいので、自治会・町会等の組織的な活動としての声掛けの正当性を持たせる仕掛けが必要である。その手法として、本調査で行ったフレイル予防のための活動力向上のための対応など、どの地域でも通用する手法による地域の活性化が重要である。

## 第4章 総括

### 1. 都市型の生活支援ネットワークの普及展開モデル案への期待

#### (1) 都市型の生活支援ネットワークの普及展開モデルの構造

第2章及び第3章に記載した調査を踏まえ、ここでは都市型の生活支援体制整備事業における生活支援ネットワークの普及展開モデルの構造を具体化する。

##### 1) 対象とする「都市部」の特徴と論点

まず本モデルが対象とする「都市部」の特徴を昔ながらの伝統的なコミュニティを持つ地域と比較して検討する。昔ながらの地域は、一般的に下記のような特徴があるといえる。

- 住民同士の顔が見える深い関係がある。
- 暮らしのニーズや困りごとに周囲の人が自然に気づくことができる。
- 助け合いが当たり前である（自分達でできることは解決）。

一方で、都市部の特徴として、下記のような特徴を持つことが多い。

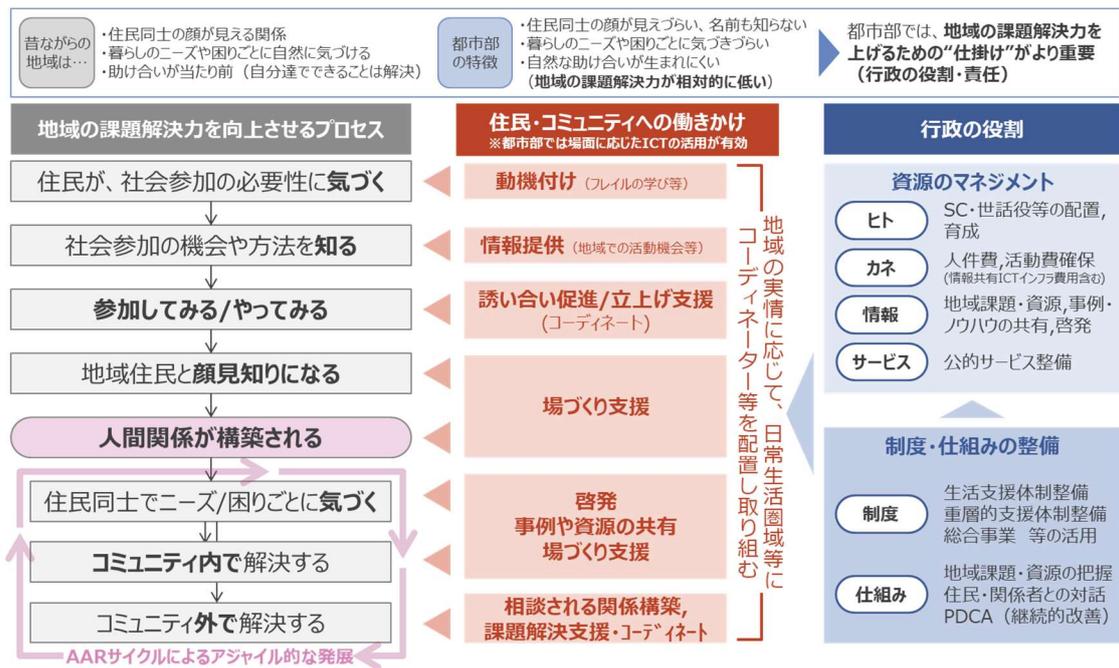
- 住民同士の顔が見えづらい、名前も知らない。
- 暮らしのニーズや困りごとに周囲の人が気づきづらい。
- 自然な助け合いが生まれにくい。

したがって都市部は、地域の課題解決力が相対的に低いと考えられる。そのため、地域の課題解決力を向上させるために、地域のコミュニティが形成され、課題を解決するプロセスのそれぞれに対する支援の働きかけを行うための仕掛けが必要となる。その構造を次に示す。

##### 2) モデルの基本構造

上記のような地域の課題解決力が低い地域においては、住民一人ひとり、あるいはそのコミュニティが課題解決力を向上させるために、その向上のプロセスに沿って、日常生活圏域における支援の主体が地域の実情に応じた働きかけを地域に行なうことが必要であると考え。さらにその働きかけを適切に行うための資源のマネジメントや制度及び仕組みの整備を行政が支えるという構造を構築することが望ましいと考える（図表 61）。以下においてそれぞれの説明を行う。

図表 61 地域の課題解決力を向上させるプロセスとその支援の構造



### 地域の課題解決力を向上させるプロセス

地域の住民がコミュニティに参画する、もしくは新たにコミュニティを立ち上げ、地域(住民)の課題を解決するようになるまでのプロセスは下記のとおりと考えられる。

#### ① 住民が社会参加の必要性に気づく

なにごととも、行動のきっかけは何かしらの気づきから始まっている。地域住民が、自分自身のフレイル等の状態、あるいは住んでいる地域の課題に関する知識を学び、また将来的にどうなっていくことが予想されるかということを知ること、自身及び地域が置かれている状況から社会参加の必要性に気づくことが必要である。

#### ② 社会参加の機会や方法を知る

社会参加の必要性に気づき、行動を起こそうとしてもその方法がわからないということが多い。次のプロセスとしては、どうすれば自分に合った社会参加の仕方ができるかについて、その地域にどのような機会がどれだけ存在するのかなど、地域で行われている活動や、活動を新たに始めるための支援策について情報を集めることを行う。

#### ③ 参加してみる/やってみる

情報を集めた後は、実際に行動を起こす段階である。自分に合いそうな活動を行なっている団体や、通いの場に参加してみる。あるいは、地域において新しい活動を自分で立ち上げる。この行動に移るところに多くのハードルが存在することが予想されるため、後述の支援主体による働きかけが重要になる。

#### ④ 顔見知りになる

都市部では地域の住民と接点を持つことなく日常生活を行うことが可能である。行動を起こして、団体の活動や通いの場などへ参加を行い、その場へ集まった人と接点を持ち、顔見知りとなることが、次の人間関係の構築のために必要なプロセスである。

⑤ 人間関係が構築される（コミュニティが形成される）

参加した場が自分に合っていた場合、参加を重ねることで、その場の他人との接点が増え、その人たちのことを知っていくにつれ、徐々に人間関係が構築されていく。こうしてコミュニティが醸成されていく。

⑥ ニーズ/困りごとに気づく

人間関係が構築されると、場の参加者との会話において本人の悩みや困りごと、必要としていることなどの話題が生じることがある。もちろん会話をする、話を聞いてもらうことで本人の心理的な不安が解消されたりその場で解決したりすることもあるが、中にはコミュニティとして解決すべき課題として取り組むことになるものも存在する。また本人が気づいていなくても、周囲の住民が課題として気づく場合もあると考えられる。

⑦ コミュニティ内で解決する

課題を解決しようとする際に、その場のメンバーの誰かが解決手段を持っている、あるいは知っている場合は、そのコミュニティにおいて自力で解決することが可能である。それはそのコミュニティに参加しているメンバーの数やメンバーが持っている知識やスキルに依存する。

⑧ コミュニティ外で解決する

上記においてコミュニティ内で解決手段を持っていない、あるいは解決手段がわからないといった場合には、外部へその解決を求めることとなる。

⑨ AAR サイクル<sup>12</sup>によるアジャイル的な発展

コミュニティの成熟は、何かしらの取組み（困りごとの解決のような問題解決もあれば、コミュニティのさらなる活動の拡大といったものまであらゆるものが想定される）について、メンバー内で話し合い、実際に行動してみて、それを振り返るという 3 つのステップ（AAR サイクル）を繰り返すことで発展していく。そのためには、メンバー内でのコミュニケーションを活発にし、経験を共有することが重要である。

### 住民・コミュニティへの働きかけ

コミュニティ意識が希薄な都市部の住民にとって、上記のプロセスが自然に進むことは少ないと想像できる。そのため、行政自身が、地域におけるコミュニティ活性化に向けての戦略の下で、生活支援体制整備事業を一つのプラットフォームとして位置付けた上で、日常生活圏域等に設置された生活支援コーディネーターの役割を持つ主体や世話役としての役割を持つ個人が、住民やコミュニティに以下のような内容を働きかけることが必要である。

① 動機付け（例えば、フレイル予防に関する地域データの学び）

社会参加の必要性への気づきを住民に働きかけるために必要なこととして、地域や住民がおかれている社会的な状況や、今後どうなるかについての情報を提供し、住民本人の学びのきっかけとなることが上げられる。例えば、特に高齢者において自分ごととしやすいフレイルについての基礎的な知識を提供するための勉強会を開催することや、フレイルチェックを実施して本人のフレイル度合いを知る機会を提供すること、また地域の要介護・要支援認定率を調査し提示することに加え、地域住民の社会参加の度合いが自身及び地域の同認定率に影響を与えることなどの情報を他地域の事例も交えながら提供することなどが挙げられる。この場合の活動の場としては、自治会・町会という伝統的な地域組織が閉鎖

---

<sup>12</sup> AAR サイクルとは見通し（Anticipation）、行動（Action）、振り返り（Reflection）を繰り返すことで、地域づくりを進めるという考え方である。類似のものとして PDCA サイクルがあるが、PDCA より柔軟で、あまり決めすぎずになるべく早くサイクルを回すことを重視している。

的にならないよう目を配りつつ、自治会・町会と地域の様々な住民活動とが連携していくことが重要であることに十分留意する必要がある。

## ② 情報提供（地域での活動機会や居場所など）

社会参加の必要性に気づいた住民に向け、その地域でどのような活動が行われているかの情報提供を行うことにより、住民に対して行動を促すきっかけを与えることができる。そのためには、「通いの場」をはじめとする地域における活動を網羅的に把握し、わかりやすい情報として提供することが重要であり、活動や居場所をリストアップすることはもちろんのこと、実際にその場に足を運び、活動の内容や、活動メンバーの年齢層や男女比率、雰囲気など、情報を見る人がよりイメージしやすいものとすることや、問合せを受けた際に実感をもって説明できるようにすることが望ましい。

## ③ 誘い合い促進（声掛けの重要性）/立上げ支援

住民にとっては活動機会や居場所へ初めに足を運ぶ際は勇気がいるものである。そのため、その行動を行うハードルを下げてあげることが重要である。このため、自治会・町会等の組織的な活動として、フレイル予防のための通いの場への誘導など、積極的に「声掛け活動」を行い、普段接触する機会のない住民との接点づくりを行うことが大変重要である。また、コーディネーターや世話役が住民と顔見知りになって関係を構築した上で、始めに参加する際はコーディネーターや世話役が付き添うことなどが挙げられる。

また、地域住民が新たな活動や居場所を立ち上げたいという相談を受けた際には、そういった場の作り方、活動場所、行政などが提供している支援制度や仕組みなどを紹介するとともに、一緒に参加してくれそうなメンバーの紹介などのサポートを行うことも必要である。

## ④ 開放的な場づくり支援

活動や居場所の場では、ともすれば初期メンバーが閉鎖的な雰囲気を作ってしまう、新たなメンバーが入りづらくなってしまう場合がある。したがって、当初より新しいメンバー歓迎というルールで始めるとともに、コーディネーターや世話役がそのコミュニティの実情に合わせた形で、既存のメンバーと新規メンバーとの間にたち、積極的にコミュニケーションを促すことで、参加しやすい、参加し続けやすい雰囲気をつくる必要がある。

## ⑤ 啓発・事例や資源の共有

人間関係が構築されコミュニティが形成していく中で、メンバー間のさらなる関係の醸成や、活動の活性化のために、コミュニティの発展段階に応じた運営の工夫などのノウハウの提供や、他の活動事例の共有など、場づくりの支援を実情に合わせた形で実施することが求められる。

## ⑥ 相談される関係構築、課題解決支援・コーディネート

コミュニティのメンバー同士、あるいはコーディネーターや世話役等との会話の中で、解決すべき課題や困りごとが生じた際には、自分たちで解決するための情報の提供や勉強会の実施、あるいは解決手段を持つ外部の組織や人の紹介など、課題等の解決に向けた支援を、自らが持つネットワークを活用して実施することが必要である。また、解決事例について、他のコミュニティにも必要に応じて共有することで、同じような課題に取り組むコミュニティを支援することにもつながる。

## ⑦ ICT ツールや民間サービスの活用

上記の働きかけを実施する際には、人口密度が比較的高い都市部においては場面に応じた ICT ツ

ールや、民間サービスの活用が有効と考えられる。具体的には、地域の関係者間の情報共有やコミュニケーションにおいては、本調査の実証で活用したコミュニケーション機能を持ったアプリが有効である。一つのアプリで完結しない場合でも、市場に多く出回っているアプリやサービスを組み合わせることでたいのことは効果的に行うことができる。ただしスマートフォンや ICT の活用に関しては個人のリテラシーに依存するため、不慣れな住民に対しては、講習会や個別のサポートなど十分な支援を行うことが必要である。またインターネットを利用するサービスが多いため、関係者間でその利用方針について十分に議論して、ガイドラインのような資料として共有しておくことも重要である。更には、将来は地域ごとの ICT による新しいコミュニケーションシステムを立ちあげることも展望したい。

## 行政の役割

上記の住民・コミュニティへの働きかけの持続性を担保するため、行政が下記のように主体的な役割を果たすことが重要である。

- ① 都市型の生活支援体制整備事業の意義の再認識
- ② (地域におけるあるべきネットワークの構造の確認)
  - 都市部の自治会・町会のつながりが希薄化していることを当然の前提とするのではなく、地域コミュニティの体系的な活性化を展望しつつ、行政として、自治会・町会等の基礎的な地域住民の組織の活性化を基本に置きつつ、様々な地域活動組織とのネットワーク化を進めるという認識が重要である。
- ③ (生活支援ニーズとフレイルとの関係性の確認)
  - 生活支援ニーズの重要な要因である高齢者の自立度の低下は、地域住民の努力で遅らすことができるというフレイル予防の概念を生活支援体制整備事業の基本に据えるという認識を行政が持ち、自治会・町会に訴えるという構図を積極的に仕掛けることが必要である。
  - (フレイル予防の学びと声掛け活動の重要性)
  - 厚労省は、「通いの場」等の配置という大きな戦略を展開しており、フレイル予防の概念が地域に定着するに依り、閉じこもりがちの高齢者をこの受け皿に誘導することの意義を地域住民が学ぶと、困りごとのアンテナ役の機能が見えてくる、更には、このような流れの下で、自治会・町会といった地域組織の活動として、地域高齢者にフレイル予防のために居場所等へ出かける勧誘などの声掛けをして人の繋がりを作っていくことが可能であるという基本認識が必要である。
- ④ 生活支援体制整備事業のスキームの活用と推進
  - 上記のような基本認識の下で、それを理解した生活支援コーディネーターの配置又は育成およびそのための予算の確保等を通じた支援の強化を行うことが必要となる。この場合、社会福祉協議会や地域包括支援センターといった中間支援組織の役割を重視するべきである。

## 第 2 層協議体を活用した日常生活圏域への展開・横連携

地域に多数存在しているコミュニティが抱えている課題は、共通しているものも多い。そのため、課題やその対応事例やノウハウをコミュニティ間で共有することは非常に重要である。そのためには、第 2 層の協議体下記の流れをふみ、コミュニティの支援と共に他のコミュニティへの展開の役割を果たすことが期待される(図表 62)。

- ① 協議体による地域の課題やその支援についての広域的な検討

第 2 層協議体において、その協議体が対応する日常生活圏域の課題を広く抽出し、共有すること

や、その対策の検討をおこなう。

② 協議体のコミュニティへの支援

検討された課題への対策として、支援を必要としているコミュニティに対して支援する。支援策の例としては、フレイルについての学び、地域データの共有、つながりづくりなどが挙げられる。

③ コミュニティの活動の活性化

支援を受けたコミュニティは、支援によって学んだことや気づいたことに基づいて、実際に課題解決に向けた行動を行う。

④ 第2層協議体で共有

支援を受けたコミュニティの活動内容は、第2層協議体において報告され、協議体メンバーに共有される。

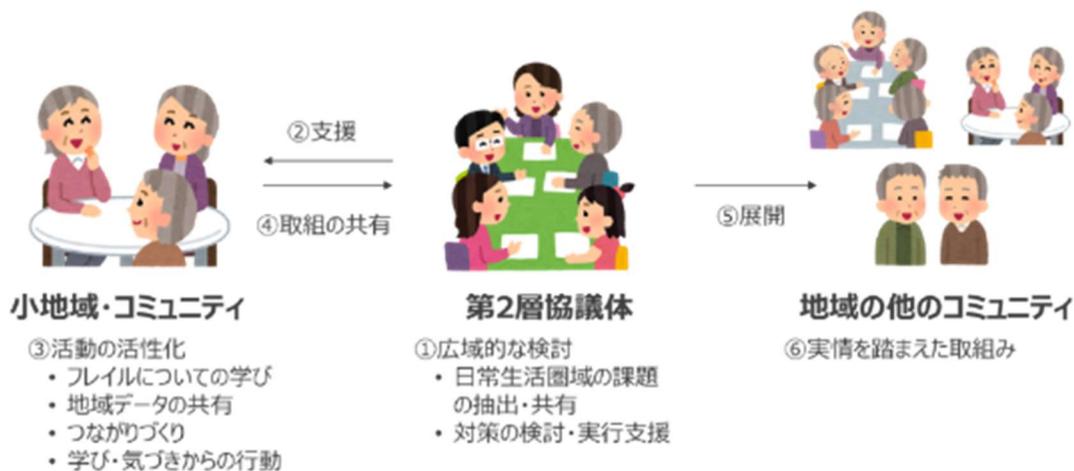
⑤ 他コミュニティに展開（必要に応じて協議体が支援）

共有されたあるコミュニティの活動は、協議体を通じて他のコミュニティにも事例やノウハウとして展開され、コミュニティの要望に応じてその実情に合わせた形で支援が行われる。

⑥ さまざまなコミュニティが実情を踏まえ取組みを実施

展開された事例やノウハウは、それぞれのコミュニティにおいて活用される。それぞれの取組がまた協議体で共有され、他のコミュニティへ展開していくという循環が繰り返される。

図表 62 地域コミュニティ支援における第2層協議体の役割



### 3) 本モデルの特性と効用

#### 本モデルの特性—都市部の共通課題への基本的対応の構図の提示

<目指す構図その1>

地域に多数存在しているコミュニティが抱えている課題は、共通しているものも多い。特に、都市部は急速に高齢化するという基本的共通課題を持っている。

本モデルは、生活支援体制整備事業の基本的共通課題として、フレイルと生活支援との構造的な関係性を捉え、

- ① 都市部におけるコミュニティ機能の土台として、生活支援ニーズ（社会参加ニーズを含む）のある人をキャッチするアンテナ役を位置付けること、および

- ② フレイル予防は、自助、互助による活動が基本的に重要な分野であり、フレイル予防に関する学びを自治会・町会等の基礎単位ごとに行い、幅広い地域住民が高齢期における社会性の確保こそが元氣な明るい地域づくりに繋がるという気付きを地域に広げ、
- ③ 地域における組織的な声掛けといった手法にも留意しながら、生活支援ニーズ（社会参加ニーズを含む）のある人を居場所や各種イベントへ誘導するという構造を確立し、
- ④ 最終的には、日常生活圏単位のネットワークを前提とし、ICTシステムも動員した都市型コミュニティを目指すことにある。

#### <目指す構図その2>

そして、本モデルの手法については、柏市における生活支援体制整備事業のように、第二層協議体の住民代表といえるメンバーによって構成された実行委員会が主体的に取り組み、第二層の各コミュニティ（各自治会・町会等）や他の第二層の協議体に地域住民の主体的な役割を重視して横展開していくことを目指している。この場合の留意点は下記の通りである。

- 第二層の協議体は、協議の場なので事務局の機能が不可欠であり、本モデルにおいては、生活支援体制整備事業を社会福祉協議会に市役所から委託していることから、様々な提案と調整は、市役所と社会福祉協議会が担っている。生活支援体制整備事業における第二層の協議体は、一定の事業執行権を持つ組織ではないが、自治会・町会の連合会とも連携しつつ、各自治会・町会等の住民組織への架け橋として重要な意義を持っており、市役所と社会福祉協議会が、この実行委員会の機能をいかに生かすかが、地域包括ケアシステムにおける住民主体の動きを活性化するための鍵であると考ええる。
- 生活支援体制整備事業は、市役所と組む事務局機能を誰が担うかは重要な点である。この第二層協議体は、多世代共生社会への展開が期待されるので、事務局機能は、幅のある活動の可能な社会福祉協議会が中心となり地域包括支援センターが連携するという形態が好ましいと考える。以上のように、第二層協議体の事務局機能が、重要であるとともに、その役割の要点は、地域住民の主体性をいかに引き出すかということにある。

#### **本モデルの効用—都市部における地域住民の主体性の掘り起こし**

本モデルを都市部の地域に適用することにより、地域は以下のような効用を得ることができ、結果として、地域住民の主体性を活かした地域の課題解決力の向上につながることを期待できる。

- 地域住民のうちもっとも大きな人口集団が急速に高齢者世代となるという大都市部において、フレイル予防という、「最も誰もが共感し、自分事化しやすく」、「生活支援という重い課題に向き合う入り口となりやすい」、共通の課題を通して、地域の結束が得やすい。そして何よりも大事なことは、フレイル予防のポピュレーションアプローチは、自助、互助を基本とするという構造を持っていることから、地域の高齢者が自分事として行動する大きな引き金となる。
- 都市部においては、自治会・町会という狭い組織だけで解決できる事柄は多くなく、隣人同士でなくとも広域で見た場合は、スーパー等様々な民間事業所や助け合い組織があり、それらの広域ネットを基本において、アンテナ役が、自ら課題を囲い込むのではなく、それら幅広い社会資源と連携するというシステム構築が可能となる。このような広域との連携をすることにより自治会や住民主体活動の目が開かれ、活性化する可能性がある。
- 人間関係が希薄な都市部においては、生活支援コーディネーターをはじめとした日常生活圏にお

ける地域づくり担当（社協等）の役割・活動にも限界があり、以上のようなフレイルに関する共感をベースにおいた構造的な地域住民の活性化方策とパッケージになって取り組むことが、地域づくり担当を更に動きやすくする可能性がある。

#### 4) 本モデルの適用にあたっての地域の要件

本調査で構築したモデルの展開を進めるにあたっては、下記のような課題を持つ、高度経済成長期に開発され、住宅購入によって一斉に居住開始した住宅地を含むような都市近郊地域との相性が良いのではないかと考えられる。

- 今後フレイルが進行する団塊の世代を中心に急速に高齢化が進むなど、介護予防・生活支援に強い課題認識が芽生えやすい地域
- 協議体や生活支援コーディネーターの活動が行き詰っている地域
- 住民主体の地域づくりや互助を進めたいが、なかなか進まない高齢福祉にとどまらない、多世代の地域づくりをすすめたい地域
- 自治会・町会等地縁組織や住民主体の活動（サークル等）が多少ある地域（一方いずれもないような地域でのゼロからの立ち上げや再構築には不向きと考えられる）
- 住民の一定の情報リテラシーがある地域（地域データを使った勉強会やスマホ活用が行われている等）

## 2. 今後の展望

### (1) 生活支援体制整備事業とフレイル予防の関係の重要性

#### 1) 生活支援とフレイル予防の構造的な結びつき

本調査で構築したモデルは、地域の課題解決力が相対的に低い地域において、生活支援体制整備事業において生活支援コーディネーターの個々の機能をよりよく生かすための基盤的な事業の柱を構造化したものである。その背景として、今後人口の多い都市部において団塊の世代を中心に高齢化が急速に進行するにつれ、フレイルが進行し要支援・要介護認定者が増えるとその支援の負担に耐えられなくなる行政が発生する恐れがある。このため、できる限りフレイルの進行を防ぐことが必要で、その重要な要素として、自助、互助に基本をおいた地域住民の社会参加活動が地域のフレイル予防に大きな影響を与える可能性があることに着目し、本モデルの活用においては、フレイル予防を通じて地域住民の一人ひとりが助け合いながら健康で出来るだけ長く自分の住む地域で暮らし続けることを根底の思想としている。つまり今後生活支援体制整備事業を推進していくためには、フレイル予防の取組みは欠かせないものとして認識するべきと考える。特に住民が地域において社会参加活動を行うことの最初のきっかけとして、自身及び地域の実情を認識することが重要であるため、今後はフレイルおよびフレイル予防についての学びを始めに組んだ上での生活支援体制整備事業の取組みをおこなうことが必要と考える。

#### 2) 地域包括ケアシステムの基礎単位としての第二層協議体の役割の重要性

以上の観点に立って、本モデルをふまえた生活支援体制整備事業を展開し、その効用が期待できる都市部の地域に実際に展開していくためには、地域包括ケアシステムの基礎単位でもある第二層の協議体の機能を重視する必要がある。本調査で実施したように、まずは、優れた地域人材の参加した第

二層の協議体で方針を議論したうえで、モデルとなる自治会・町会といったコミュニティにおいて実際にフレイル予防の学びをはじめとした地域活動力の向上の取組を実施し、その取り組み内容を第二層協議体で共有し、地域内での横展開を図っていくことが効果的と考える。地域包括ケアシステムの展開の地域的基盤である日常生活圏域単位の住民主体の人的基盤を担うのが生活支援体制整備事業の第二層協議体なのである。地域住民が主体的に関与した地域組織の均衡のとれた形での発展なしに地域包括ケアシステムは成り立たないと考える。

### 3) 各自治体の理解の促進

生活支援体制整備事業がまだ定着していない現時点においては、以上述べたような構造の重要性について各自治体の理解を促進していく必要がある、その普及啓発にはフレイル予防に関し積極的に取り組んでいるような研究機関<sup>13</sup>から理解のある自治体への一層の働きかけや提言も必要と考えられる。

## (2) 生活支援体制整備事業と ICT システムが連動していくことの重要性

### 1) 生活支援体制における ICT 活用の重要性

本調査でまとめた生活支援体制整備事業における都市型の生活支援ネットワークの推進モデルを今後具体化していく際には、情報共有やコミュニケーションの量(動画や写真含む)、スピード、双方向性などの面での有効性から ICT システムとの連動が欠かせないと考える。

総務省が令和4年4月に公表した「地域コミュニティに関する研究会」報告書<sup>14</sup>では、「地域活動のデジタル化」が取組の柱の一つに掲げられ、「コロナ禍のピンチをチャンスと捉え、現役世代や若者の積極的な参加を促しつつ、市区町村が自治会等の地域活動のデジタル化のために積極的に取り組むことが有効」とされている。

以上のような観点から生活支援体制整備事業における ICT 活用は不可欠の方向であり、本調査では第2章において実証として一つの町会と第2層の協議体にアプリという形で情報共有の ICT ツールを導入し、情報共有ツールとしての有効性と、民間企業の関与の可能性は一定程度確認することができたと考えているが、その展望を構築するところまで至らなかった。この作業の過程で認識した課題は下記の通りである。

- 第3章の自治体等へのヒアリングの中で、自治体の情報セキュリティ上の制約などの懸念事項が示唆された
- 利用者である地域住民にも ICT リテラシーの格差があり、特に高齢者へのサポートが必要である
- 利用者が増えることで、民間企業にとっても新たなサービスや価値の提供を行うことができる可能性もある。
- デジタル化への移行は社会全体の大きな流れでもあるため、ICT システムをツールとしてどのような活用の仕方ができるか、地域住民本位で検討していくこと、自治体による支援体制づくりが求められている。

<sup>13</sup> 例えば、前述の「フレイル予防のポピュレーションアプローチに関する声明と提言」の解説動画が公表されており、そこでは、医療経済研究機構が、この声明と提言に賛同する自治体等からなる「フレイル予防推進会議（仮称）」を設置することとされている。<https://www.ihep.jp/frail-yobo/>

<sup>14</sup> 総務省「地域コミュニティに関する研究会」報告書「地域コミュニティに関する研究会報告書」、令和4年4月公表  
[https://www.soumu.go.jp/main\\_content/000819371.pdf](https://www.soumu.go.jp/main_content/000819371.pdf)

## 2) 生活支援体制整備事業における ICT 活用の意義と展望

以上のような課題認識に基づき、下記の通り、今後の展望を述べる。

### ICT 活用の前提としての合意されたネットワークの形成

生活支援体制整備事業において ICT システムが有効に機能するためには、これを用いる関係者の間で課題認識が共有され、信頼関係があることが大前提である。したがって、本プロジェクトのように、第二層の協議体での議論を経て生活支援相談システムのマニュアルが作成されているさんあいネットワークのような仕組みを前提として、ICT システムが導入される必要がある。また、このような信頼性のあるシステムであることにより、プライバシーの保護を含めたセキュリティ上の諸問題の解決が可能となる。

### 顔が見える関係性

効率的な ICT システムになじめない高齢者については、ICT システム上顔が見える関係性で話し合える環境を確保するなど、ICT ネットワークへ的高齢者等の信頼を得るような工夫が必要である（前述の令和3年度の老健調査事業で一定の成果を確認した）。

### ICT リテラシー獲得の支援

ICT システムの提供事業者（生活支援体制整備事業の実施主体（柏市の場合は社会福祉協議会）からの委託を想定）が中心となって、何らかの使い方の支援をするなどの工夫が必要である。また、本プロジェクトの重要な課題である地域でのアンテナ機能の開発に見られるように、孤立しがちな方々を地域の居場所等に誘導するなどの良い意味でのお節介が、今後の大切な社会課題になっていくと考えるが、これらの方々に ICT 端末をつなげられれば、これを通して様々な情報との接点を持っていただくことも有用であると思われる。

### ICT システムの効用を活用した更なる展開

当面導入を目指す ICT システムの機能は、生活支援に関する情報の提供やサービスに結び付けることにあり、民間事業者の多様なサービスとのマッチングを含めて幅の広い情報やサービスを取り込んでいくことが可能である。そしてこのシステムは子育て中の方など多様な対象者にもつなぐことが期待されるが、システムの対象者が高齢者である場合は、認知症になった場合には、端末の利用は困難となる。その場合は、認知症の方が持っている端末とセンサーを結び付けてそのセンサー情報の AI によるアルゴリズム解析を通して在宅高齢者の挙動が感知できるシステムの展開も可能となる。

### 医療と介護の ICT 連携システムとの連動による総合システムへの展開

生活支援のための ICT システムが、以上述べたように認知症の高齢者を含めた在宅要介護者を対象とするまで拡大した段階においては、相談窓口が、生活支援相談窓口から医療と介護サービスの窓口にまで拡大し、既に確立されている医療介護連携の ICT システムと連携することとなり、地域住民本位の総合的な情報システムが完成することとなる。

以上

## 参考資料（別添） 目次

1. 都市型の生活支援ネットワークの普及展開モデル案	……a-1
2. 「さんあいネットワークアプリ」利用ガイドライン（案）	……a-15
3. アプリ導入・操作マニュアル一式	……a-17
4-1. あけぼの町会フレイル予防勉強会資料（東大 IOG 作成資料）	……a-64
4-2. あけぼの町の取組の総括関連説明資料（東大 IOG 作成資料）	……a-94
5. アンケート質問回答票一式	……a-119

この事業は令和4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分) により実施したものです。

都市型の生活支援ネットワークの構築に関する調査研究事業  
令和5(2023)年3月発行

株式会社エヌ・ティ・ティ・データ経営研究所  
〒102-0093 東京都千代田区平河町2-7-9 JA 共済ビル9階  
TEL 03-5213-4110(代表) FAX 03-3221-7022

不許複製