

「移動支援をはじめたら、地域が介護予防に熱心になった話」

総合事業をいかに使いこなすか

幸せます 健康くらぶ事業

山口県 防府市役所
健康福祉部 高齢福祉課



山口県天然記念物 向島の蓬萊桜

山口県防府市高齢福祉課

自己紹介

中村 一朗 昭和42年生まれ 山口市出身

平成3年 山口銀行入行

平成5年 北九州市小倉北区のホテルに入社

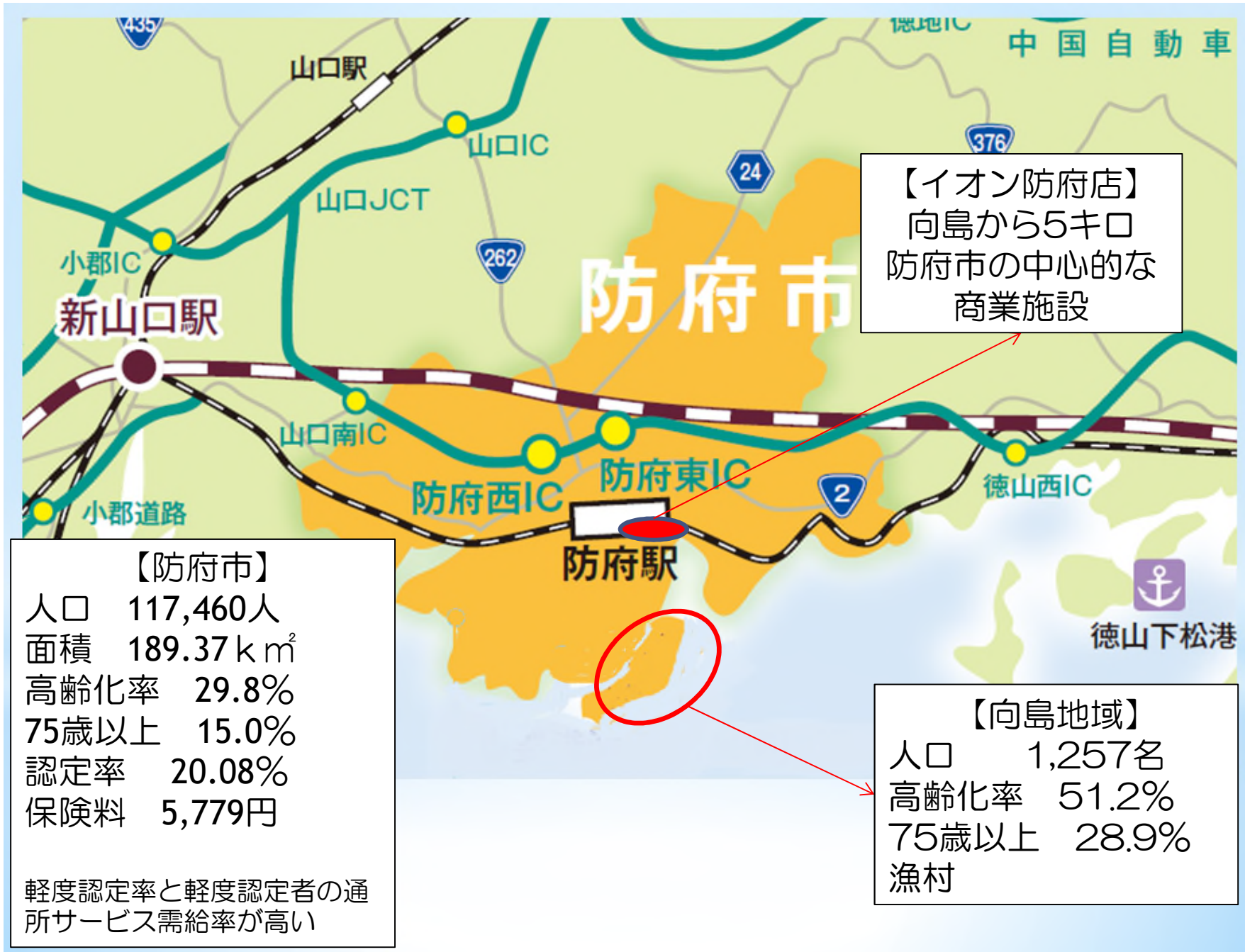
平成14年 防府市役所入所 介護保険室（1年間）
市民課、道路課、後期高齢者医療広域
連合、建築課（市営住宅管理）

平成28年 健康福祉部高齢福祉課主幹（政策担当）



幸せます健康くらぶについて

- 第131回市町村職員セミナー（厚生労働省）事例発表
- 訪問サービスDに関する市町村の実施可能モデル（厚生労働省）
- 介護予防につながる社会参加活動に関する厚生労働省研究事業
- 高齢者の移動確保に関する調査事業（中国運輸局）
- 住民主体の生活支援推進研究会グループヒアリング出席
- 総合事業 de 移動・外出支援（全国移動サービスネットワーク）
- 月刊介護保険（平成30年6月号）
- 山口県、兵庫県、福岡県、沖縄県、佐世保市他にて事例紹介



【イオン防府店】
向島から5キロ
防府市の中心的な
商業施設

【防府市】

人口	117,460人
面積	189.37 km ²
高齢化率	29.8%
75歳以上	15.0%
認定率	20.08%
保険料	5,779円

軽度認定率と軽度認定者の通所サービス需給率が高い

【向島地域】

人口	1,257名
高齢化率	51.2%
75歳以上	28.9%

漁村

幸せます健康くらび



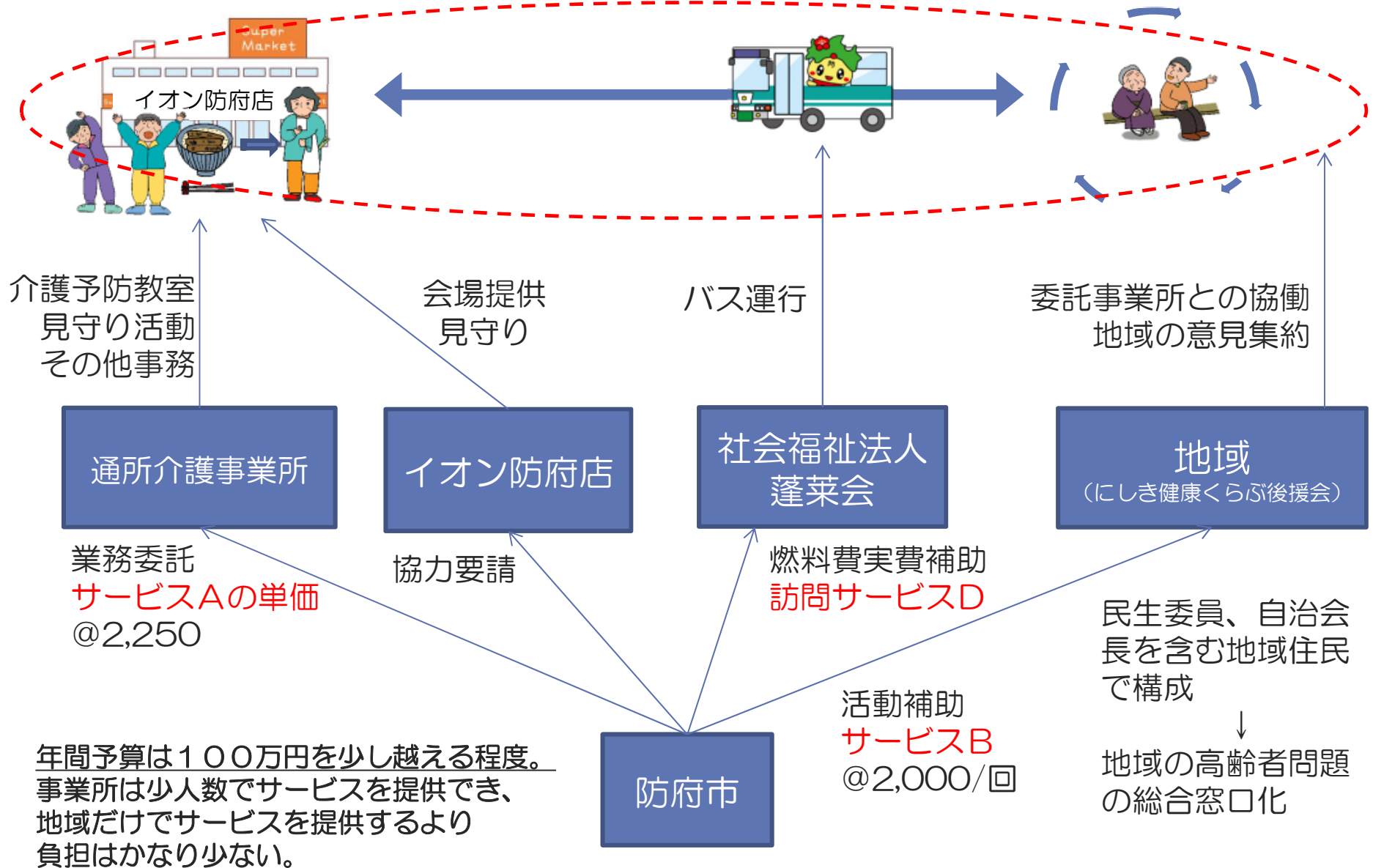
- 予 定 表 □■□
- 10:00～ 送迎
 - 11:00～ 介護予防教室
 - 12:00～ 昼食
 - 12:45～ 自由行動
(買物・おしゃべり)
 - 14:00～ 現地出発

□■□ 開催頻度 □■□
月2回 (第2, 4水曜日)

- 参加費について □■□
- 一律500円 (昼食別)**
- @2,500円の本サービス費用の1割250円と
 損害賠償保険料及び諸費250円
 (サービス費用の残り2,250円を事業所に委託)

- 参加者について □■□
- ①要支援及び事業対象者
 - ②65歳以上の元気高齢者
- (ただし見守り等の運営補助をすることが条件)
 ⇒※2,250円分、介護事業所のお手伝い

「幸せます健康くらぶ」の仕組み



行程表

H28. 4～5	総合事業の各サービス再検討 幸せます健康くらぶ素案作成 社会福祉協議会、商工会議所、市内大型商業施設等に素案についての意見を聴取
H28. 6	総合事業に関する事業所説明会において、地域づくりへの参加を呼びかけ (地域への関与に積極的な事業所のあぶり出しが目的) 買物支援が必要と思われる2地区に参加への打診をしたが、断られる。 (受ける地域があるかという問題と、車をどうするかという課題で一旦頓挫) 社会福祉法人制度改革により、地域貢献活動を取りこむ事ができないか検討
H28. 8	向島地区地域ケア会議（高齢者の閉じこもり予防）開催。 積極的な取組をする民生委員協議会の存在と、地域貢献活動に積極的な社福法人を発見。 (後日、素案のテスト開催を双方が快諾) 民生委員・児童委員協議会に社福法人、介護事業所、地域包括支援センター等と呼び、 幸せます健康くらぶのテスト実施についての検討会を定期的で開催することになる。 (協議体と同様の役割)
H28. 9	テストについての検討と、参加者の洗い出しを協議体が行う。
H28. 11	第1回テスト実施。 以降、会場や参加者を変えながら5回開催。
H29. 2	最終的に実施する形を決めた後、幸せます健康くらぶ実施要綱を制定。
H29. 5	向島公民館の供用開始を機に、公民館でも開催することとなり、幸せます健康くらぶを 本格実施。

幸せます健康くらぶ



地域を出発

(バスの停車場所は、地域が決定)

バスには、

運転手 (社福法人)

乗車のお手伝い (社福法人)

委託事業所 1 名、後援会 (地域) 1 名

介護予防教室は、

「やまぐち元気アップ体操」

のあと、認知症予防の運動や転倒防止対策などを行っています。



「幸せます健康くらぶ」

介護予防、買い物支援などのサービスを一体的に提供

テスト実施後、みんなで買物に行くことと同じくらい
介護予防教室が楽しかった、という意見が多かった。

幸せます健康くらぶ



普段あまり家から出ないのですが、友達に声をかけてもらって、参加してよかったです。

腰が悪いので、こういう体操が出来ないかなと思っていました。家でも続けたいと思います。

移動支援ではなく、**外出支援**、**閉じこもり予防**です。
だから公共交通機関とは、客層が違います。

幸せます健康くらぶ



- イオンでは、単独行動をしないという約束。
- 委託事業所の職員や地域の方が、緩やかに見守っています。
- 参加者は腕にリボンをつけていて、もし何かあったら、委託事業者に連絡するよう、イオンにお願いしています。

- フードコートなので、地域の方が手伝う場合があります。
(最近は、みんな慣れました。)
- 参加者も地域の方も職員も一緒に食事をして交流しています。



テスト実施後、みんなで会場やルールを決めました。

幸せます健康くらぶに見る「総合事業」

地域と企業・法人・介護事業所等の協働が、近道であり本線

- 総合事業は、地域包括ケアシステムを推進する起爆剤になる事業であるはず。
- 介護事業所・企業を地域づくりに巻き込む必要がある。
- 事業効率UPには協働が有効。（総合事業のキーワードは「事業効率」）

必要なのは「サービスB」ではなく「地域が欲しいサービス」

- ニーズ優先（行政のニーズ < 地域のニーズ）
- 「すべき」地域より「やる気」のある地域から

オーダーメイドのサービス

- サービスを形にするために、各サービス（A・B・D）を組み合わせただけ。
- テストを通して地域と検討。柔軟に補助要綱や実施要綱を作成した。

(1) 総合事業の意義

総合事業は「市町村で地域に合った事業を自ら基準を決めて実施」する。
本当に大きな転換点の真っ只中にある。

これまで通りに「言われたことを押し付ける」で上手くいくはずが無い。

とある県の小さな地域の事例（人口9000人）

唯一の訪問事業所が5月に撤退する。
「さあ、どうしますか？」

地域の力を借りて、訪問事業の効率化を図り、
事業所を呼び戻すしかない。

持続可能な制度を築くなら、
こうなってしまう前に、やらなきゃいけない。

地域・事業所と「対話」「連携」して、一緒にサービスを作って
いくという意識・体制を持たなければ、総合事業は上手くいかない。

(2) 地域のニーズ優先

新しい事業を作るときに、自分達のニーズを優先して、いい物が出来るはずがない。

行政のニーズ

介護予防、住民主体サービスを作る、など。
介護予防を地域の課題と考える地域はない。
⇒行政のニーズを押し付けるから地域は拒む。

地域のニーズ

買物支援、通院支援、老人クラブ振興など
⇒「地域がしたいと言っていること」がニーズ。
行政が勝手に地域のニーズを決めない！
⇒すでに活動している住民は必ずいる。

移動支援をきっかけに住民を地域づくりに引込み、そこに介護予防をパッケージする戦略。

地域のニーズ優先してスタートする。

「幸せます健康くらぶ」がもたらせたもの

介護予防の意識が
高まった



- 向島では、地域住民の介護予防への意識が高まった。防府市内では、住民一人あたりの介護予防教室が最も多い。

- 地域は新たな課題（通院支援）の解決に向っている。

⇒これまで地域の課題と考えていたものが形になったことが新しい課題に目を向けることになった。

住民のニーズを満たすのが、行政サービスの正しい姿では？

(3) やる気のある人・団体・地域を見つける

「すべき」より「やる気」。地域間格差を恐れるな。

市町村間格差があるように、地域にも格差は出るし、過渡期だから格差は出て良い。

渴望感を感じる地域が出てくるくらいがちょうど良い。

やる気のある地域から集中的に取組み、サービスが作れるという手触りを地域や事業所に与える。

【ニーズ・やる気の見つけ方】

地域ケア会議、アンケート、住民説明会.....

現場に出て、足で稼ぐしかない。

何のための宝探しか。宝探しは目的ではない。

ニーズ⇒やる気の順番が効果的

「幸せます健康くらぶ」がもたらせたもの

介護予防の意識が
高まった

「やってみよう」
が増えた



ひとつサービスが出来たことで
この事業の潮目が変わった。

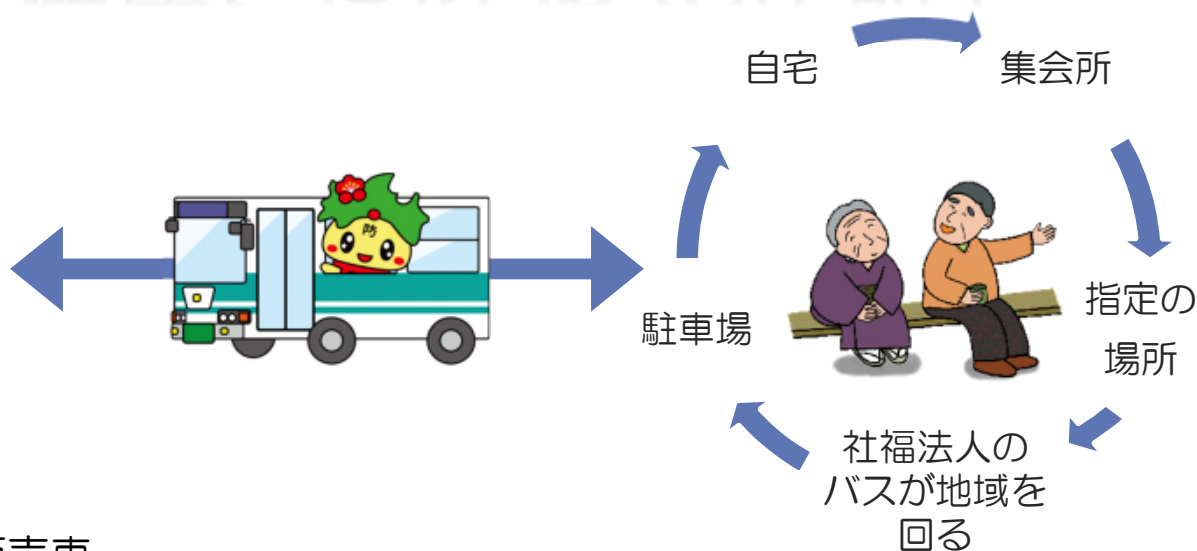
サービスを作るという手触りを
全員（行政・地域・事業所）
が感じたから。

「幸せます健康くらぶ in 公民館」



向島公民館

移動販売車
(地元のスーパー丸久)



【基本パターンは、イオン開催と同じ】

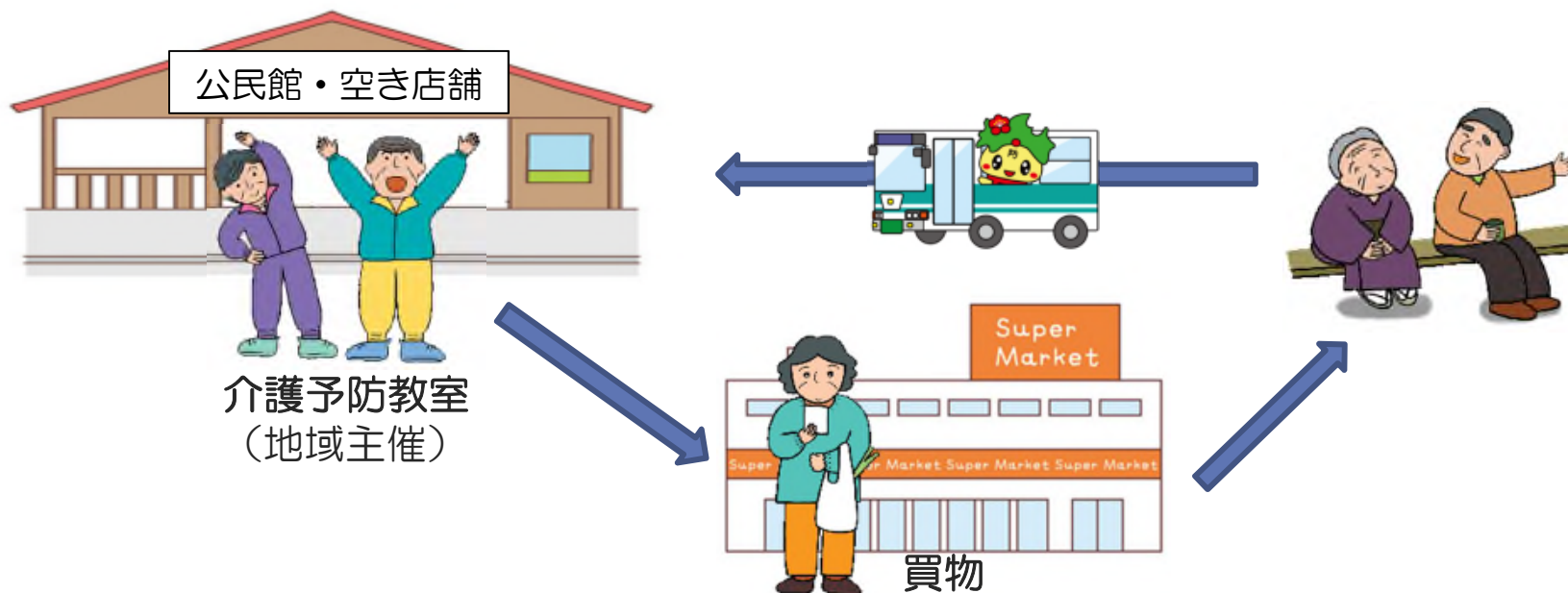
- 買物支援として、移動販売車が公民館に
- 文化活動（工芸品作り）
- 地元の子育て支援団体との交流
- 困りごと、わからないこと発表会
- お弁当ではなく、地元が昼食を提供するというケースも

【活性化協議会の取組み】

- 公民館で行う幸せます健康くらぶの進化系
- 地域の特産品の直売所を開く地域の生産者団体が運営を担う。（昼食の提供も）
- 他地域の高齢者を呼込むことで直売所の成功⇒「活性化」

介護予防と「何か」をコラボさせる

「幸せますデイステーション」 (一般介護予防事業)



「幸せます健康くらぶ」があったからこそ、社福法人が協力してくれた例。
いきなり、この形をお願いしても、受けてもらえなかったのではないかな。

(4) 丸投げしない。テストをする。

幸せます健康くらはは、複雑な仕組みに見えますが、
ひとつひとつ積み重ねた成果なので、当事者は複雑に感じていません。

先進事例を丸ごとやろうとすると（コンサル等への委託も同様）、
我々も理解が進まないし、それは地域の人と同じです。
行政が地域と一緒に考えるという「過程」が大事。

自力でやれば、自ずと「柔軟」になるが、他人まかせだと「懐疑的」
になり、柔軟さを失う。

【会議よりテスト】

会議を上手く運ぶために、話し合いのテーマを「テスト実施について」
にすると、やり易い。

しかも、テストをすると辞められないという効果も。

魂のない絵なら描くな



輪郭や背景は、委託先に書かせることはできるが、

魂は行政しか込められない。

おかしい魂の込め方で、全部がダメになることもある。

魂のない絵は、落書きに等しい。

～自力でやったほうが結局早いし、いい物ができ、波及効果も大きい～

(1) 制度・ガイドラインを正しく読む



厚労省も県も地域も
誰もが手探りでやっている



生活援助の新たな仕組み案

1カ月当たりの基準	
要介護1	27回
要介護2	34回
要介護3	43回
要介護4	38回
要介護5	31回

市町村の会議でケアプランを点検
基準以上だとケアマネジャーが市町村に届け出

厚生労働省は、訪問介護（訪問看護）で掃除や洗濯を担う「生活」利用制限につながる生活援助について、1カ月の利用が一定回数に達する「れがある」と反発が出て、利用が適正か確認するたため「介護計画（ケアプラン）」を市町村が点検する取組みを10月から始める。公表中の案では、介護の必要度に応じて1カ月当たり27〜43回の利用を基準として、1日1回の利用でも基準以上となる例が生

生活援助 月27〜43回利用で点検 10月見直しに介護現場反発

厚生労働省は、訪問介護（訪問看護）で掃除や洗濯を担う「生活」利用制限につながる生活援助について、1カ月の利用が一定回数に達する「れがある」と反発が出て、利用が適正か確認するたため「介護計画（ケアプラン）」を市町村が点検する取組みを10月から始める。公表中の案では、介護の必要度に応じて1カ月当たり27〜43回の利用を基準として、1日1回の利用でも基準以上となる例が生

としている。市民福祉情報
オフィス・ハスカップ主宰
の小林雅子さんは「訪問回
数を減らすようなことにな
れば、低賃金や状態が悪い
高齢者を抱やし、孤立死に
つながる危険性があるのだ
はないか」と話す。

現場の萎縮招く恐れ
日本ケアマネジメント学
会の服部万里子理事の話
生活援助を多く知っている

給付制限と感
させたら負けです。

(2) 住民サービスの価値を知る

「困った時に地域にサービスがある」という安心感

先に要綱を作って、それに合う活動だけ補助するなんて方法で、上手くいくはずが無い。

我々の施策は、それを設定することで、良いこともあれば、ひょっとしたら、良くないこと・悪い影響をあたえることがあるかもしれません。

しかし、地域住民による支え合い活動は、間違いなく
「現状より良い地域になる」ものです。

それがわかっていれば、補助要綱の中身や作り方は、柔軟にせざるを得なくなるでしょう。

ヒント：東京都八王子市

訪問サービスと他サービスのコラボ

訪問サービスBは、別の活動をしている団体が、活動を広げる形で行うと導入が早い。



岩畠お助け隊

～災害時の避難支援活動～

避難行動要支援者名簿を活用し、災害時の要配慮高齢者等の避難支援を行う活動も担う。

大内手助け隊「余楽」

～移動支援～

自治会の活動として、無償運送を実施。

防府市牟礼地域 2団体



地域の声

困ったときに助けてもらえる、こんなサービスが地域にあるというだけで、安心して生活できます。未来に光が差したようです。

生活支援コーディネーターの本来の役割

高齢者の生活を支援するために、
地域にあるサービスや社会資源をコーディネートする人。

【愛知県豊明市の事例】

ケアマネ 「Aさんが金曜日に行ける集いの場がないですか？
そういう集いの場の載ってる事例集があると良いんだけど」

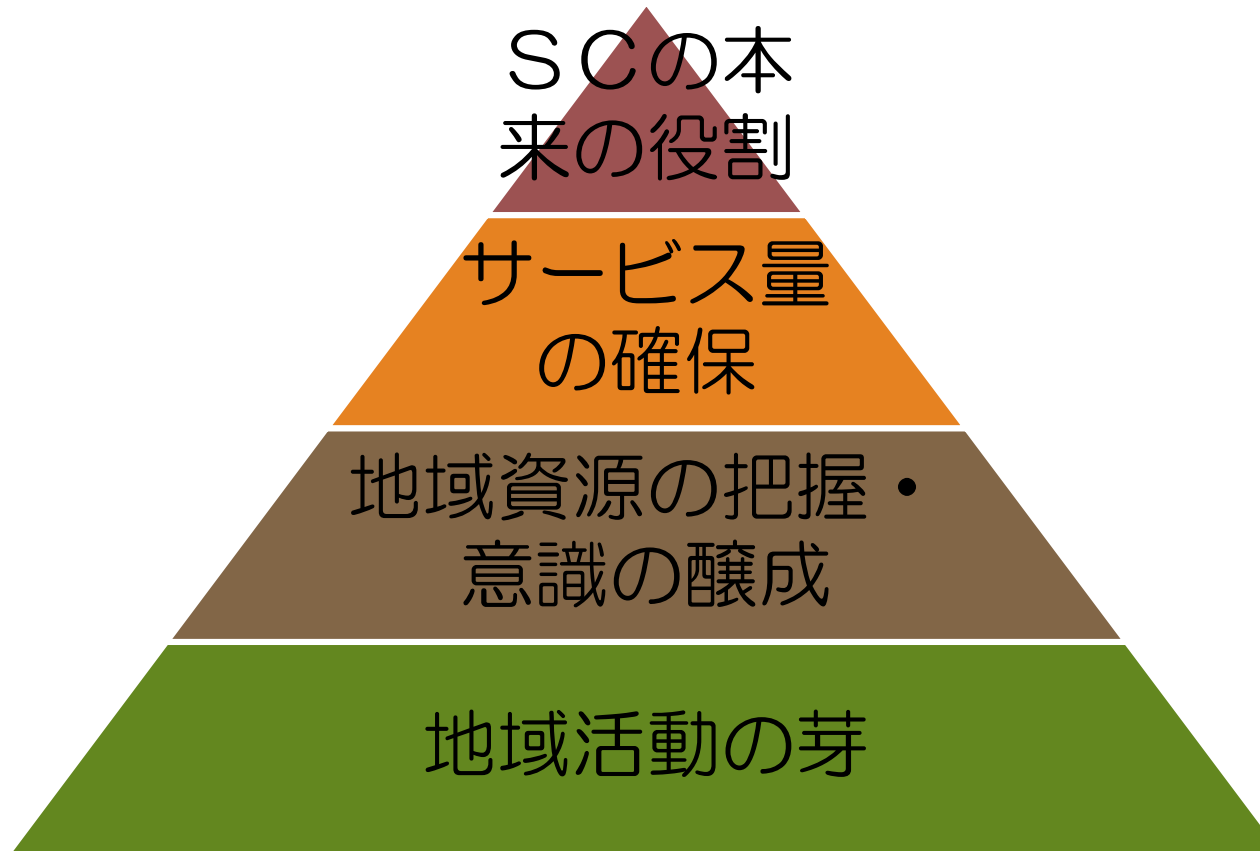
市役所 「事例集はないけど、SCに話してみましよう」

SC 「Aさんの近所に人の良いママさんのやってる喫茶店があるから
聞いてみましようね」

SC 「ママさんが金曜日にAさんの家に迎えに行くから、
昼ごはんを食べて数時間おしゃべりして帰ればいよいよって」

こういう状況が作れるように、地域に出て行き、情報を集め、地域に必要な資源がなければ、協議体を通じて作っていく。
これが生活支援コーディネーターの「果てしない」仕事です。

SCの役割とすべきこと



本来の役割がわかれば、
そのために今、何をしなければいけないのかがわかるはず。

目指す頂上（役割）も分からずに地域の宝探しをしても、頂上にたどり着くはずがない。

防府市のやりたいこと 高齢者による生活支援サービスネットワークの構築

Ver.2

地域づくり 社会貢献 介護予防

高齢者のちょっとした困りごと
みんなで解決

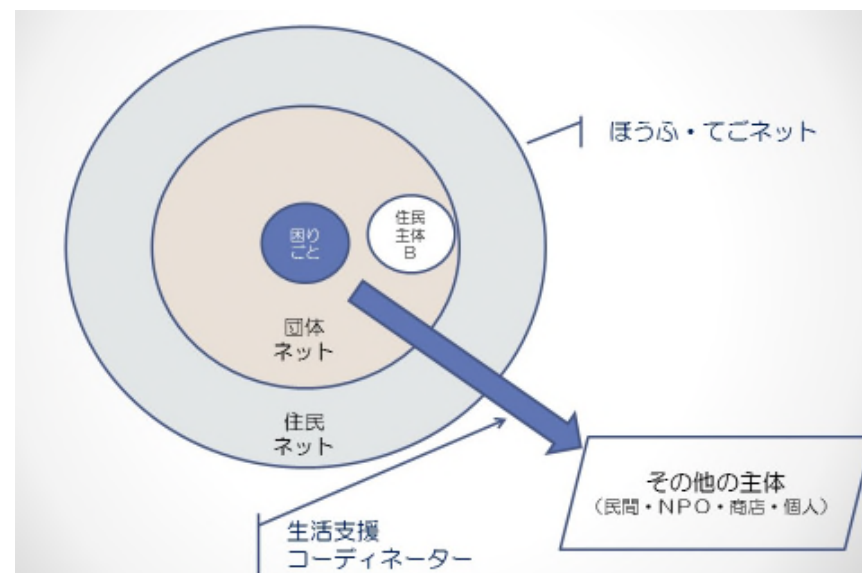
地域住民が「てご（お手伝い）」をすることにより、
高齢者の「ちょっとした困りごと」を解決する仕組みを作るため、
「の協力を得て、実証実験（お試し実施）を行います。」

利用申込みは
地域包括支援センター
または
ケアマネジャーまで

庭の草刈り
ごみ出し・分別
話し相手・安否確認
買物代行
家具の移動 など

注意
このサービスは、困りごとのある高齢者と社会貢献活動ができる高齢者を繋ぐサービスですので、お住まいの地域や困りごとの内容によって、依頼を受けられないことがあります。

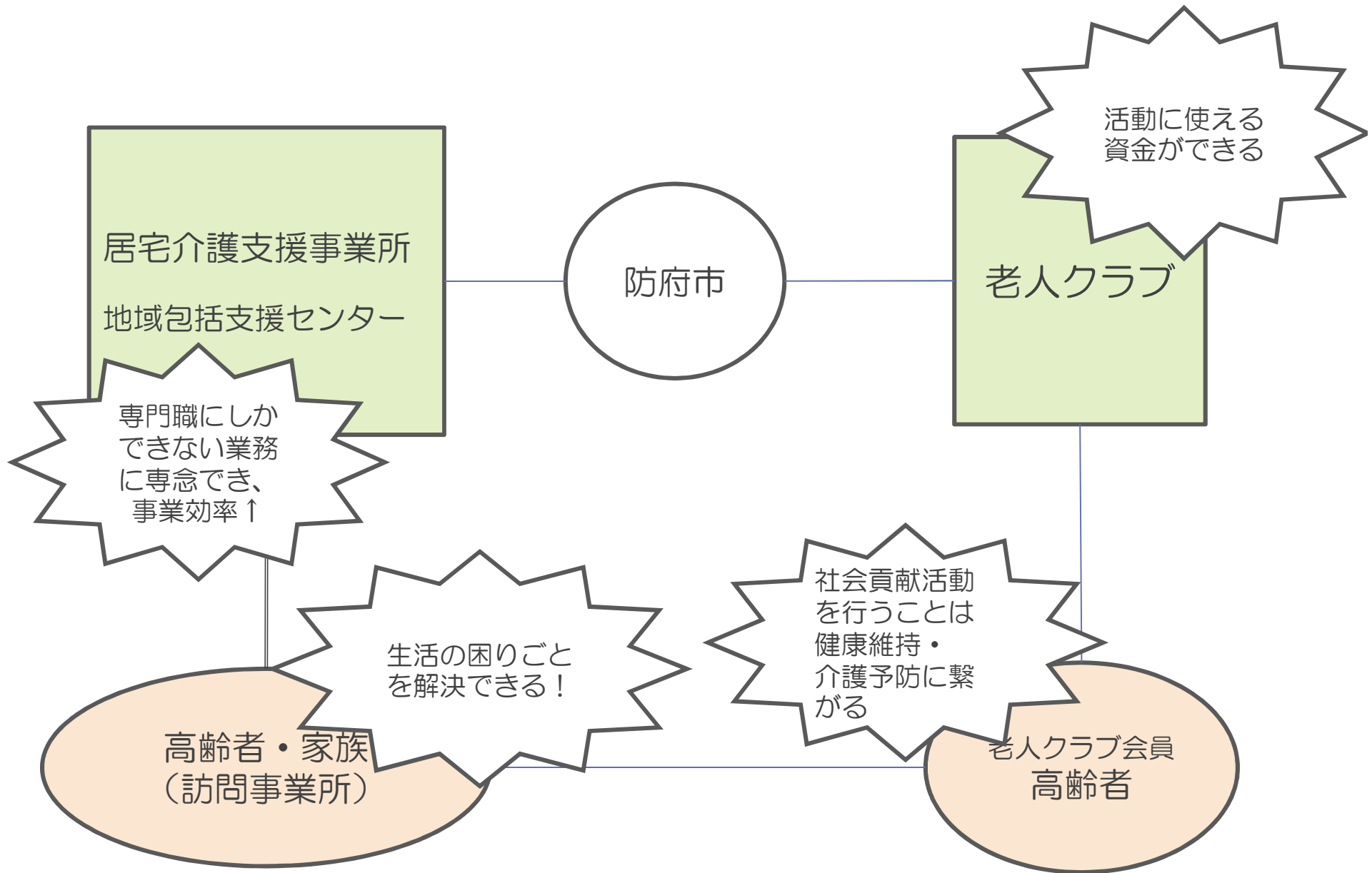
案
実証実験(お試し実施)期間 6月 日 ~ 10月 日
「ほうふ・てごネット」テスト実施
実施 防府市役所 高齢福祉課



(事業の目的)

- 困りごと解決と訪問事業等の効率化
- 地域活動の活性化
- 高齢者の社会貢献活動への参加促進による介護予防効果
- **地域包括ケアシステムの「手触り」を感じさせる。**

ほうふ・てごするネっとの目的



ほうふ・てごするネットの仕組み

・ケアマネジャー
・地域包括支援センター

防府市

老人クラブ

① 困りごと情報

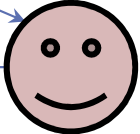
③ てご人を連絡

⑥ 補助金

生活上の
ちょっとした
困りごと

④ 打ち合せ
連絡者とてご人が
現地で行う
(これを行うために他に方法がない)

② 困りごとの
てごをする人
を探す



⑤ てごをする
(有償ボランティアまたはボランティアポイント)

困りごとのある高齢者・家族等
※訪問サービス事業所・シルバー人材センターはケアマネに「てご」を依頼する。

「てご人」
老人クラブ会員・地域住民

テストの状況

- 約90の老人クラブのうち、44クラブが参加
- 6月以降、市に寄せられた困りごとの現在の状況

てご人が見つかったケース	6件
現在、探しているケース	5件
見つからなかったケース	5件
依頼する老人クラブがないケース	63件

ここまでの感想

- 地域の手助けをしたいと思う人を大勢見つけられた。
- 現実の困りごとを目の当たりにすると、意識が変わる。
- 生活支援コーディネーターとしてのスキルが上がる。

「ほうふ・てごするネっと」の今後

「地域包括ケアシステムって何？」という質問の答えを、
「ほうふ・てごするネっと」で表現する。

- 生活支援コーディネーターの活動の中心であり、生活支援体制整備事業の推進の道具にする。
（土づくり。先に作物を準備するの？）
- 医療介護と地域の連携なしに、地域包括ケアシステムはありえない。
（土に作物を植える。）
- 医療、介護、地域のネットワークの存在を、住民に実感させる仕組みが必要。
- 活動の場を、困りごと解決だけでなく、集いの場や介護予防教室に広げることで、地域づくりは加速する。

出る杭は打たれませんか？

金をかけてない

- 自力でやるから自由（なぜそのコンサル？）
- 失敗してもノーダメージ（テスト・ダメならやめよう）
- そもそも地域活動、金はかからないはず。
- 結果が出ればなお良い

民意（地域）がバックにいる

- そのための協議体であり、地域ケア会議。

担当者が本気かどうか

勝ち残る地域と消える地域

これから迎える超高齢社会を考えると、高齢者を支え合う地域が作れない結果、消える地域が出てくることはしょうがない。

というか、このヤバい状況で事業を進められない自治体は、消えていいと思います。

しかし、消えるなら、住民に地域が「消えること」をしっかりと伝えてから消えないと、住民が気の毒です。

「住民と対話して、勝ち残るんだ！」

そういう思いがあれば、本気で地域に入っていき、汗をかけると思いますし、その動きは必ず実を結ぶと思います。

総合事業を使いこなすために

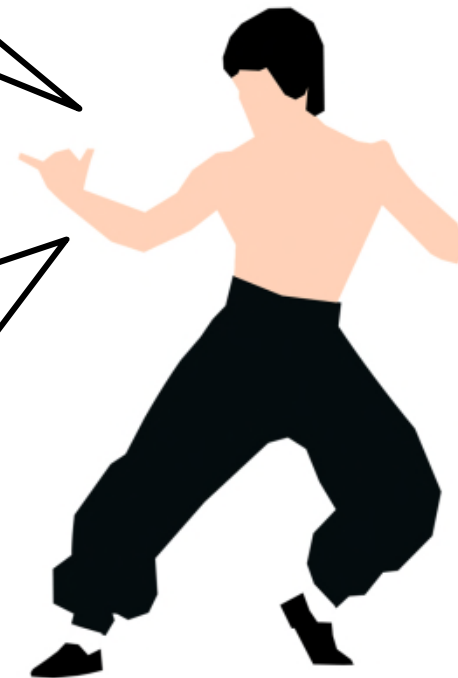
机上で

地域・住民を

Don't think. **Feel !!**

It's like a finger pointing away to the moon.

Don't concentrate on the finger, or you will miss all the heavenly glory.



月を指差す指のように。指を見つめていても栄光は掴めないぞ。

ガイドライン・先進事例

地域包括ケアシステム