イオン内で展開される
デイサービスと買い物支援の効果的な取組

シニアのためのフィットネス遊癒（ゆうゆ）

宮崎県都城市

地域共生社会に関する取組

高齢者　子ども　若者　地域住民
障害者　生活困窮者　認知症の方　その他

基礎情報		
	人口（R7.1月時点）	162,574人
	高齢化率（R7.1月時点）	31.9%
	要介護認定率（R7.1月時点）	17.1%
	取組の予算規模（年間）	-

詳細はHPから

https://www.instagram.com/thoughtful_yuuyu/reels/#

取組概要

- イオン都城ショッピングセンター内で、介護予防を目的としたマシーンを活用した運動（健康維持・改善）をデイサービスとして提供するとともに、日常生活を支える買物支援をリハビリの一環として行っている。

背景・きっかけ

- 住民の心身の健康を維持し、運動や買い物（食）支援、交流を一体的に提供することを目的に取組を開始。



フィットネスの様子

取組の経緯

- 自分の周囲を見渡し、世の中の状況を踏まえて必要とされる高齢者サービスとは何か考え、国内で高齢者サービスを行っているところの情報を収集。また、宮崎県の担当者にも、他の都道府県における取組について、情報収集を依頼した。
- テナントとしての特徴をオーナーに説明し、求められる数字を提出したことで、ショッピングセンター内での事業実施を開始する流れとなった。



イオン内での買い物支援の様子

シニアのためのフィットネス遊癒
宮崎県都城市

取組詳細

- **取組内容**
  - ✓ 「買い物ができることを維持する」を目標に、日々の生活に密接に関係する買い物を歩行訓練の一環として取り入れることで、楽しみながらのリハビリテーション・トレーニングを提供。持続できるように高齢者に優しいトレーニングマシーンと複数のトレーニングプログラムでサービスを提供し、「体組成測定器」によりトレーニング効果を数値等で示すことで客観的に評価を実施。また、健康に関するご相談への対応や無理なく運動できる「ちょこフィット」等も実施するほか、3周年記念として健康や生き方についての講演会なども企画している。
  - ✓ 対象者像：全ての高齢者（独居、要支援や要介護の方含む）具体的には、以下①～③。
    ①免許返納で移動手段がない方や、歩行や支払いに不安があり買い物が困難な方
    ②外出の機会が少なく閉じこもり傾向の方
    ③運動の機会や気軽に使える場、コミュニケーションの場を探して居られる方
- **実施体制**
  - ✓ 主体：営利法人株式会社ソートフル（介護サービス事業者）
  - ✓ 連携先：宮崎県長寿介護課　医療・介護連携推進室、都城市いきいき長寿課
- **財源**
  - ✓ R7年は、県の「介護予防・生活支援の取組強化支援事業」に申請し、30万円の補助金交付を受けている。

取組のポイント

- **SNSの活用**
- Instagramを活用し、サービスやイベント等の企画内容について発信することで、周知を行っている。
- **一石二鳥の考え方**

・買い物のついでに運動をする（またはその逆で、運動のついでにお買い物も済ます）という達成感を意識したことで、多くの高齢者の参加や満足度につながっている。

成果

- 定量面：
  - 参加者数が1年目と比較して3年目に5倍以上に伸びた。売り上げがようやく損益分岐点を超えてきた。6か月ごとの体組成測定において、2～3回/週ご利用の方は、多くの方が筋力アップしている。
- 定性面：
  - 「ここに来るのが楽しい」「ここだけは続けたい」といった言葉が聞かれ、地域だけの付き合いにとどまらず、新たなコミュニティができており、いつも多くの笑顔で明るい雰囲気となっている。
  - 利用者様同士で声を掛け合い、気遣う良い関係性が見られている。また、リーダー的な存在の方もいることで、他の認知症の高齢者への声掛けをするなど、助け合う心で絆が生まれている。

今後の展望

- 介護予防の単価は低いため、効率的なサービス提供の在り方とご利用者様の満足度、マンパワーとのバランスを常に考え、改善を図り、体制が構築出来たら他の隣接地域への取り組みなども行っていきたい。