

# 埼玉県

参加13市町

飯能市、本庄市、鴻巣市、蕨市、志木市、新座市、  
蓮田市、坂戸市、鶴ヶ島市、吉川市、小鹿野町、  
上里町、杉戸町

## 参加13市町全てが立ち上げに成功！

～通いの場立ち上げ箇所数42か所、要介護者・要支援者も参加～

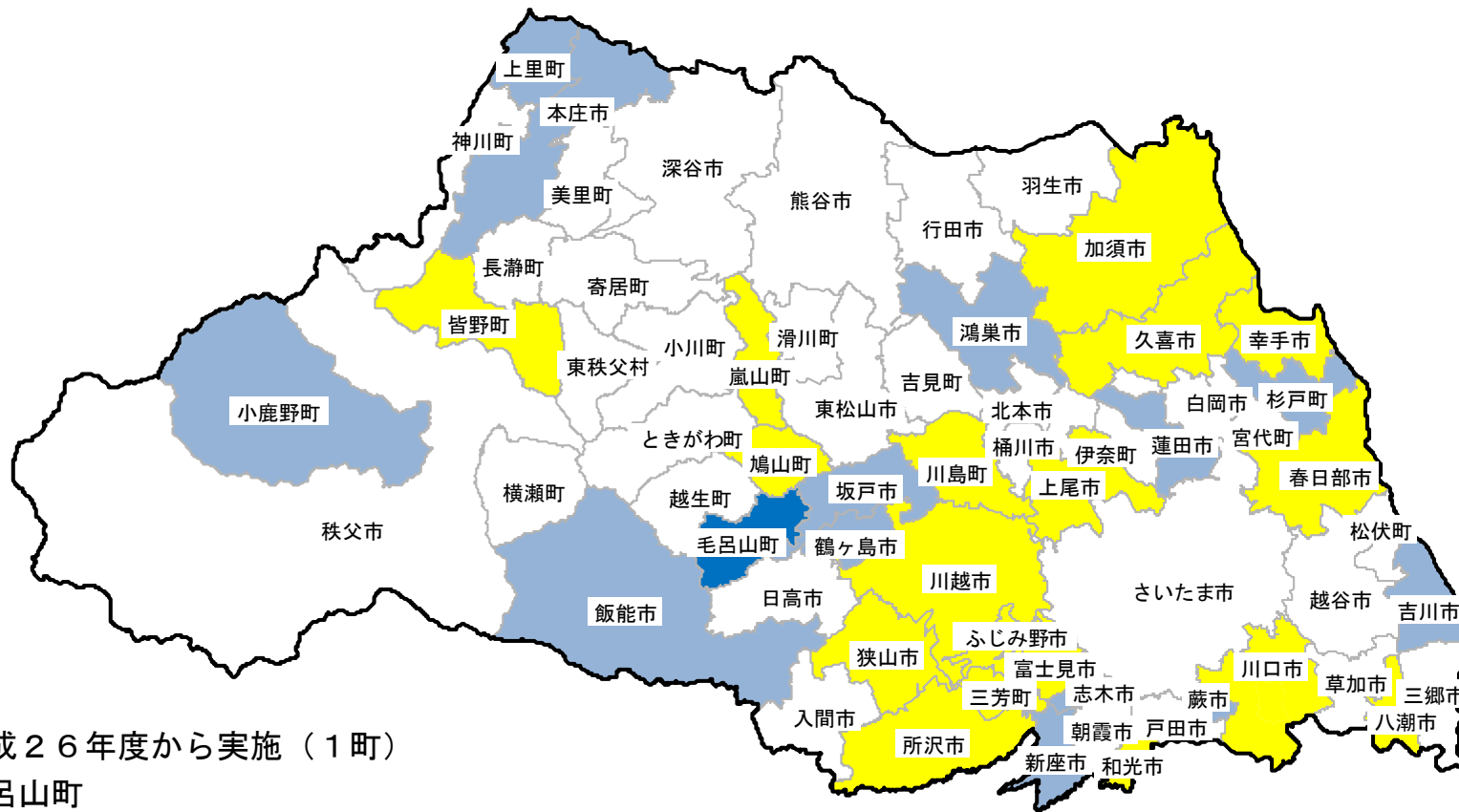
埼玉県のマスコット  
コバトン

団塊の世代が全員75歳となる2025年・・・

75歳以上人口が2.7倍以上増加する地域、働き手（生産年齢人口15～64歳）が4割以上減少する地域など様々な地域が混在する埼玉県。 ※増加率、減少率は対2010年比

介護予防の強化を図るため、埼玉県理学療法士会の協力のもと、市町村アドバイザーを派遣し、住民が主体的に運営する通いの場の普及拡大するとともにリハ職の関わりを促進していく。

1 地域づくりによる介護予防推進支援事業実施市町村（平成27年8月現在）



平成26年度から実施（1町）  
毛呂山町

平成27年度から実施（13市町）  
飯能市、本庄市、鴻巣市、蕨市、志木市、新座市、蓮田市、  
坂戸市、鶴ヶ島市、吉川市、小鹿野町、上里町、杉戸町

本事業以外で独自の取組のある市町村（17市町）  
川越市、川口市、所沢市、加須市、加須市、和光市、久喜市  
八潮市、富士見市、幸手市、ふじみ野市、三芳町、嵐山町、川島町、鳩山町、皆野町

埼玉県

高齢者人口（H27. 1）	1,729, 317人
高齢化率（H27. 1）	23. 7%
認定率（H25年度末）	13. 9%
第1号保険料県平均月額（第6期）	4, 835円

## 2 埼玉県としての市町村支援の内容

### 市町村支援の基本的方針



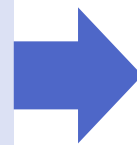
#### 課 題

働き手が大きく減少する中で、激増する75歳以上高齢者をどのように支えるか  
 ≪2010年→2025年≫

15～64歳(生産年齢人口=働き手) 約11%減少      75歳以上 約2倍増加(全国一の増加率)

#### 解決の方向性

- ◆ そもそも要介護状態にしない
- ◆ 重症化を防ぐ
- ◆ 改善した状態を維持する受け皿の整備
- ◆ 元気な状態を維持する受け皿の整備



市町村における効果的な介護  
 予防(バランス(ICF)、継続性、  
 住民の主体性を重視した内容)  
 の実施

**全市町村で効果的な介護予防が実施されるよう支援していく**

#### 目指す地域づくり

住み慣れた地域でいつまでも暮らし続けられるようにする  
 地域包括ケアシステムの構築



## 2 埼玉県としての市町村支援の内容

平成26年度のノウハウを活かし県事業を新たに立ち上げて13市町村を支援

### 1 年間スケジュールの提示

市町村がやるべきこと、実施時期を整理

### 2 県理学療法士会との協力体制のもと県予算でアドバイザー派遣(各市町・1か所分・6回)

- ・市町関係者に対する事業の方向性の共有支援(6月～7月)①
- ・住民主体の通いの場への支援(通いの場の立ち上げ時期:9月を目標)

(②初回体力測定・介護予防の必要性、③結果報告、④2か月後のフォローアップ、⑤3か月後の効果測定、⑥結果報告)

### 3 市町村担当者及び市町村アドバイザーへの研修

#### 9月立ち上げ、12月体力測定を目標に前半に実施

- 4月 取組の必要性、効果、年間スケジュール、グループワークなど
  - 5月 アドバイザーとの顔合わせ・目指す方向性の共有、グループワークなど
  - 6月 先進地視察、意見交換(毛呂山町)
  - 7月 先進自治体(千葉県印西市)の講演、先行市町から取組報告、グループワーク
- 上記の他に市町関係者に対する事業説明への同席、進捗状況等への助言(5月～随時)

### 4 平成26年度モデル事業に参加した毛呂山町の取組状況を随時提供

- ・町広報誌への掲載、ゆずっこだよりの発行(通いの場の様子を参加者へ発行)
- ・通いの場の箇所数が増えることを見据えた市町村の支援のあり方など。

2 埼玉県としての市町村支援の内容

		市町村		理学療法士
		(県と市町村で行う業務)	(市町村が主で行う業務)	市町村アドバイザー
26年度	2月	市町村意向調査 (県→市町村)		
	3月	★事前説明会 (3/18) 参加市町村決定	地域診断	
27年度	4月	★キックオフ研修 (4/24、埼玉県教育会館)	住民への普及に向けた方策検討	★アドバイザー合同会議 (5/29午前、すこやかプラザ) (上記会議前に県アドバイザーから市町村アドバイザーへ研修を完了予定)
	5月	国事業の参加市町村最終決定 (5市町) ★アドバイザー合同会議 (5/29午前、すこやかプラザ) 市町村担当者とアドバイザーの 顔合わせ、グループワーク、 国会議伝達		
	6月	★モデル事業先進地 (毛呂山町) 視察		
	7月	★アドバイザー合同会議 (7/30、埼佛会館)	介護予防ボランティア養成 (市町の関係職員へ事業説明、情報共有) 住民説明	★アドバイザー合同会議 (7/30)
	8月	先進自治体からの講義 先行市町による発表、 立ち上げに向けた課題解決など		1回目現地支援 (都道府県研修前に実施)
	9月		通いの場の立ち上げ、体力測定	2・3回目現地支援
	10月	★国アドバイザー合同会議	通いの場の普及	4回目現地支援
	11月			
	12月		3か月後体力測定	5・6回目現地支援
	1月	★成果報告会 (1/20、県民健康センター)	通いの場の普及、 立ち上げ後のフォロー	★成果報告会
2月				
3月	国会議伝達 (県→市町村)			

# 埼玉県における介護予防の推進体制

市町村

## 地域づくりによる介護予防事業の実施

- 地域診断
- 市役所内外（関係団体等）調整
- 住民説明 → 実施地区の支援
- 介護予防予算の確保

地域介護予防活動支援事業

（新）地域リハ活動支援事業費

住民ボランティア養成等

県  
理学療法士会

## アドバイザー派遣

- 通いの場立ち上げと運営支援  
（住民への体操指導・体力測定等）
- ボランティア養成講座  
（市町村からの依頼に基づく）
- アドバイザー養成・フォローアップ

埼玉県

## 市町村支援

- 市町村の実施支援  
アドバイザー派遣手続  
定期的な研修の実施  
市町村への情報提供
- 理学療法士会との調整

2 埼玉県としての市町村支援の内容

第1回アドバイザー現地派遣の様子(関係職員の事業の方向性の共有)



関係職員の事業の方向性の共有  
(鴻巣市)

【蓮田市参加メンバー】

- ・市長
- ・副市長
- ・財政課長
- ・健康福祉部長
- ・長寿支援課長
- ・健康増進課長
- ・在宅医療介護課長、在宅医療介護課職員
- ・アドバイザー

【上里町参加メンバー】

当該事業は、地域づくりにもなるので、関係課に対して説明会を行うことで、事業を推進しやすくなった。

- ・副町長
  - ・総務課長(区長会、防災、空き家対策等)
  - ・総合政策課長(ボランティア関係)
  - ・生涯学習課長(公民館利用団体の活用)
  - ・町民福祉課長(民生委員の協力)
  - ・健康保険課長(健康づくり、医療費削減等)
  - ・社会福祉協議会事務局長(ボランティア関係)
  - ・アドバイザー、県担当職員
- 町広報で特集を組んでもらえた。また、財政サイドからも理解が得られた。

第2回アドバイザー現地派遣の様子(通いの場の立ち上げ初回)



介護予防ボランティアが司会や体操のお手本を見せるなど  
住民が主体的に運営(蓮田市)



体力測定の様子(片足立ち)  
(蓮田市)

# 【参考】

対 行政職

対 市民

対 理学療法士

## モデル事業を支援する 理学療法士会としての活動

4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月 1月 2月 3月 4月

モデル事業

キックオフ



合同会議

現地視察

合同会議

①事前説明

→ ②説明・体力測定

→ ③結果説明

→ ④中間フォロー

→ ⑤体力説明

→ ⑥結果説明

住民運営による通いの場

成果報告会



自主グループの立ち上げ支援

人材育成

ボランティア養成  
(フォローアップ)

研修

研修

研修

研修

研修

研修

研修

人選

人選

事務的支援



3 蓮田市の取組①

これまでの介護予防事業における課題

- ★一次予防：1回終了の運動教室（継続性なし）
- ★二次予防：3か月で終了（終了後の受け皿なし）
- ★職員マンパワーの限界
- ★事業予算の限界
- ★会場確保の限界

県内（市）第3位の高齢化率  
新しい総合事業体制づくりが急務！

高齢者人口	18,227 人
高齢化率	29.2%
認定率	13.5 %
第1号保険料月額	4,699円

(H28.1.1時点)



蓮田市マスコットキャラクター  
はすびい

限られた条件（人・場所・予算）で大勢の住民が元気になれる方法を探そう！

平成26年10月 毛呂山町モデル事業を視察

モデル事業を始めてみよう

活気ある住民主体の通いの場  
と高い運動の効果に驚き

平成27年3月～	住民対象の事業説明会 8回 (高齢者が集まる所に情報提供：自治会、サロン等)
8月	行政職員対象説明会 (県アドバイザーから市長、副市長、関係職員に向けて)
7月～9月	介護予防サポーター養成講座 (25名) 「はすびいスマイルフィット」
9月～	住民主体の通いの場「はすびい元気体操」スタート (3地区4グループ)

《広報掲載》平成27年8月号：介護予防サポーター養成講座、10月号：住民主体の通いの場の様子

### 3 蓮田市の取組②

モデル事業に取り組んでみてわかったこと

☆住民の秘めた力は スゴイ ！

- 「私たちがやる」の気持ち浸透  
→ 住民が主体的に活動を展開  
身近な場所で・近所のかたと・毎週1回
  - 住民のアイデアと実行力で事業に  
新たな広がり・つながりが出来てきた
- ☆必要性を実感すると、自ら動き出す！

限られた条件(人・場所・予算)で実行できる

司会進行、準備、片づけなど  
自ら進んで取り組んでいます

体操がきっかけで始まった茶話会では、  
地域への熱い思いが語られています



モデル事業 現在の取り組み状況

♡「はすぴい元気体操」3地区4グループ

体力測定の結果＝効果あり：住民が継続して実施の意向

- モデル役は、参加住民が交代で行う
- 各地区独自の内容を追加している  
(リラクゼーション、コグニサイズ、口腔体操など)

参加者の声 「みんなでやると楽しく続けられる」

- 実施を希望する地区が続いている(現在3か所相談中)

♡介護予防サポーター(25名：40～80代の男女)

「はすぴいスマイルフィット」として、スローガン『みんな笑顔で健康づくり』を掲げ、各地区で活躍中！

これからの取り組み・・・

「はすぴいスマイルフィット」をさらに育成し、  
「はすぴい元気体操」を市内全域に！

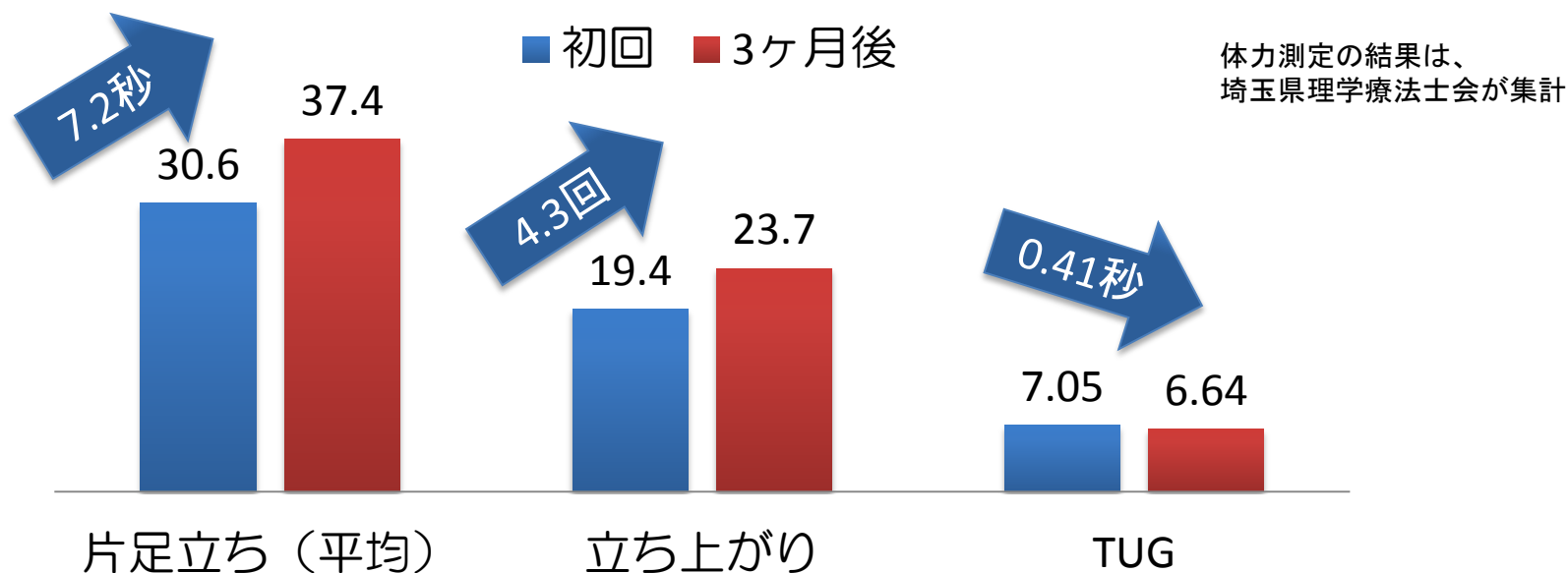
モデル事業に参加したことで、  
介護予防の取り組みから住民  
同士がつながり、元気な地域  
づくりに広がりました



蓮田市マスコットキャラクター  
はすぴい

## 4 事業の成果①（平成28年1月現在）

- ・実施市町村数 14市町  
平成26年度から実施（1町） 毛呂山町  
平成27年度から実施（13市町） 飯能市、本庄市、鴻巣市、蕨市、志木市、新座市、蓮田市、坂戸市、鶴ヶ島市、吉川市、小鹿野町、上里町、杉戸町
- ・立ち上げか所数 52か所（毛呂山町10か所、13市町42か所）
- ・実施場所 地域の集会所、介護保険施設会議室、介護予防ボランティア宅など
- ・参加者数 1,171人（要支援者数46人、要介護者数19人）
- ・参加者年齢 50歳～93歳
- ・介護予防ボランティア養成者数 384人
- ・体力測定の結果（開始3か月後） 314人[男性45名(平均年齢76.1歳) 女性269名(平均年齢74.2歳)]



体操終了後茶話会の実施

(蓮田市、吉川市、毛呂山町)

毛呂山町



住民企画で役所や警察署が講義

マイナンバー説明会  
の様子(本庄市)



体操に新たなメニューを追加

理学療法士から教わったコグ  
ニサイズを实践(毛呂山町)



高齢者の見守りを実施(鶴ヶ島市、小鹿野町)

- ・見守り支援体制を構築するため自治会で連絡網を作成。
- ・参加者が地域包括支援センターからの配布資料を欠席者に届けることで見守りになっている。

体操を契機に集会所をサロン化し  
近隣小学校の児童と交流(本庄市)

子どもの見守りを実施(鶴ヶ島市)

当番制で以下の取組を実施

- ・小学生の下校時に通学路での見守りを実施
- ・自治会内の公園等を巡回

住民が認知症サポーター養成講座の開催を市へ依頼し  
受講(鶴ヶ島市)

介護予防ボランティア主催で参加者の興味のある  
時事ネタを勉強(毛呂山町)

体操から出発した活動は、住民のしたい、する必要のある活動に発展。  
行政は、黒子になって、住民の活動(地域づくり)を支援していく。



## 4 事業の成果③（派生して生まれた活動）

### 1 キーパーソンとの共通認識づくり

#### ◆地域のキーパーソンへの情報発信・醸成

#### ◆例

- ①介護予防普及啓発事業を企画し広く紹介
- ②老人会の役員会で広報
- ③市民から市民への発信（スピーチ・チラシ等）
- ④新たな役割

### 2 活動の拡がり

#### ◆地域づくりによる介護予防から、他事業へ

#### ◆例

- ①地域ケア会議への参加
- ②総合事業準備への拡がり
- ③地域包括支援センター職員研修
- ④ケアマネジャー研修（自立支援の視点）
- ⑤介護保険事業者研修（自立支援の視点）

情報発信：志木市

- ・行政担当者へ（各階層）
- ・地域包括支援センター職員へ
- ・市民へ（ボランティア・協力者・自治会長・参加者）



地域ケア会議：飯能市

- ・基幹型地域包括支援センターが統括
- ・要支援者を介護保険サービスから、地域資源への橋渡しも視野に





## 5 埼玉県としての普及・拡大に向けた取組（横展開の取組）

### 1 地域づくりによる介護予防を体験（平成27年8月）

◆対象 市町村介護予防事業担当職員、地域包括支援センター職員

#### ◆内容

- ①住民主体の介護予防の重要性（厚生労働省老健局老人保健課）
- ②他県の取組事例の紹介（株式会社 三菱総合研究所）
- ③住民説明会の再現、いきいき百歳体操の体験（毛呂山町、坂戸市）



### 2 成果報告会の開催（平成28年1月）

◆対象 市町村介護予防事業担当職員、地域包括支援センター職員  
平成28年度アドバイザー候補者

#### ◆内容

- ①総合事業の移行戦略（三菱UFJリサーチ&コンサルティング株式会社）
- ②事業報告（県）
- ③成果報告（アドバイザー）
- ④14市町実践報告・グループワーク





## 5 都道府県としての今後の展開方針

### 市町村支援の課題

#### ■住民主体の通いの場からの展開

- ・住民主体の体操の場を活用した次の展開（認知症予防など）
- ・通いの場に通っている元気高齢者を生活支援の担い手につなげる

#### ■実施している市町村のフォロー体制づくり

- ・通いの場の箇所数増加に伴うアドバイザーの養成
- ・通いの場の箇所数増加を見越したサポート体制づくり

#### ■未実施市町村への働きかけ、別の形で住民主体の取組を既に実施している市町村の支援

### 今後の展開方針

平成28年度 15市町村を支援予定。

平成29年度末までに、  
県内全市町村（63）で住民が運営する体操教室を実施できるよう支援する。



## 6 最後に

- 住民主体とは？住民との距離感は？
- 住民のやる気を引き出すためには？維持していくためには？
- 地域づくりとは？

- 市町村、アドバイザー、県が真剣に考えた1年間でした。
- 今年度事業に参加した13市町の職員は  
最初は半信半疑・不安 → 今は、住民からパワーをもらって輝いています。

- 埼玉県の地域づくりの介護予防の取組は、まだまだこれから。
- しかし、明るい希望が見えてきました。