

令和5年12月21日

三鷹市議会議長 伊藤俊明様

厚生委員長 大城美幸

### 厚生委員会管外視察結果報告書

本委員会は、令和5年度管外視察を下記のとおり実施したので報告いたします。

#### 記

#### 1 視察期日

令和5年10月16日（月）から10月17日（火）まで

#### 2 視察先

明石市（兵庫県）、生駒市（奈良県）

#### 3 視察項目

##### (1) あかしこども広場（明石市）

本市では、子ども発達支援センター、総合保健センター及び子ども家庭支援センターが連携し、「子育て世代包括支援センター機能」を充実させ、妊娠から切れ目なく全ての子どもの育ちを支援している。

また、「“子どもの森”基本プラン」を策定し、「三鷹駅南口中央通り東地区再開発事業」として、三鷹駅前が、子どもから始まり、世代を超えて全ての市民が憩える、緑豊かでにぎわいのある空間となるようなまちづくりを目指している。

そこで、本市議会としても、今後の子育て施策推進と子どもを中心とした環境整備の在り方の参考とするため、先進事例の視察を行った。

##### (2) 認知症あんしんプロジェクト（明石市）

本市では、認知症の高齢者等が住み慣れた地域で、いつまでも安心して暮らせるまちづくりを進めるために、地域で見守る体制の充実を図るとともに、令和5年度に制定予定の「人権基本条例（仮称）」を踏まえ、「認知症にやさしいまち三鷹」の実現を目指した条例の制定について検討している。

具体的な取組としては、認知症に対する意識啓発のために、講演会やパネル展等のイベントや認知症サポーター養成講座を開催するとともに、「もの忘

れ相談シート」を活用し、医療機関と連携して認知症の早期発見・早期診断のための体制整備を進めている。

そこで、本市議会としても、「認知症にやさしいまち三鷹」の取組を推進するための参考とするため、先進事例の視察を行った。

### (3) 介護予防事業（生駒市）

本市では、健康づくりと介護予防のための取組の推進について「三鷹市健康福祉総合計画2022（第2次改定）」の中に位置づけ、加齢による身体機能の低下を予防し、早期に状態の改善や重度化の予防を図り、高齢者が自ら主体的に健康や介護予防へ取り組む意識を高められるよう、介護予防事業の推進に取り組んでいる。

また、在宅医療・介護の研究拠点として令和5年12月開設の「福祉Laboどらんどり山」の在宅医療・介護研究センターにおいて、デジタル介護予防事業として、民間企業による先進的な介護予防の実践やeスポーツを活用した介護予防事業を行うことを予定しているところである。

そこで、本市議会としても、更なる介護予防の推進の参考とするため、先進事例の視察を行った。

## 4 出張者

### (1) 厚生委員

大城 美幸、赤松 大一、太田みつこ、岩見 大三、石井れいこ、  
蛭澤 征剛、伊藤 俊明

### (2) 同行職員

健康福祉部調整担当部長 隠岐 国博

### (3) 随行職員

議会事務局調査係主任 小林 真緒

## あかしこども広場

### 1 施設の目的及び施設整備の経緯

明石市では、平成10年の明石海峡大橋の開通や平成17年の駅前南地区の大型店舗の撤退などにより、中心市街地の衰退が大きな課題となっていた。そこで、平成18年に改正された中心市街地の活性化に関する法律に基づき、明石市中心市街地活性化基本計画（第1期）を策定し、平成22年11月30日に内閣総理大臣の認定を受け、その後も国の支援等を受けながら継続的な取組が必要であるなどの理由から、中心市街地活性化基本計画（第2期）を策定し、平成28年3月15日に内閣総理大臣から認定を受けて事業に取り組んできた。

そして計画の核となる事業である明石駅前南地区第一種市街地再開発事業において、複合ビルである「パピオスあかし」を整備することとし、明石市が掲げる「こどもを核としたまちづくり」の方針のもと、妊娠期から中高生まで幅広い年齢の子育てをサポートする総合施設として、5階の施設と6階のこども健康センターを総称して「あかしこども広場」を設置することとした。

平成29年1月27日にあかしこども広場の一部の施設がオープンし、その後4月20日に全面オープンとなった。

### 2 施設の概要

#### (1) 子育て支援施設

##### ア あかし子育て支援センター

地域の子育て家庭に対する育児支援を行うことを目的として、乳幼児及びその保護者が相互の交流を行う場所である。市の直営で運営をしている。

##### (ア) プレイルーム

小さな子ども連れの親子がゆったりと一緒に遊べる空間を提供している。子育てに関する相談や子育て情報の提供、子育てサークルやボランティアを活用したイベント等も行っている。

(対象) 0歳から小学校就学前までの子どもと保護者

(開館) 午前9時から午後5時（年末年始のほか月1回休所日あり）

(利用料) 無料

##### (イ) こども図書室

プレイルームと一体で運用し、本を通じた親子の交流を図る場として開設している。

(対象) 小学生以下の子どもと保護者

(開館) 午前9時から午後5時（年末年始のほか月1回の休所日あり）

(利用料) 無料

イ 親子交流スペースハレハレ

ボーネルンド社の大型遊具を設置し、親子で触れ合い、交流を深めながら体を使って遊ぶことができる施設であり、子どもの健やかな育ちを願って、好奇心や興味を引き出す知的遊具等も用意している。また、乳幼児連れも安心して利用できるようクッションを敷き詰めたベビーコーナーも設置している。公益財団法人神戸YMCAに委託し運営している。

(対象) 小学生以下の子どもと保護者

(開館) 午前9時30分から午後5時(年末年始のほか月1回休所日あり)

(利用料) 明石市民：無料、明石市民以外：1回300円/人

ウ 明石市ファミリーサポートセンター

地域において育児の援助を行いたい人(提供会員)と、育児の援助を受けたい人(依頼会員)により構成された会員相互間の援助活動を支援する施設である。公益財団法人神戸YMCAに委託し運営している。

(対象) 明石市在住、在勤の人

(開館) 午前9時から午後5時(年末年始のほか月1回の休所日あり)

エ 一時保育ルーム

保護者の冠婚葬祭や傷病、育児疲れのリフレッシュなどの場合に、保育士資格を持った職員が子どもを一時預かる施設であり、公益財団法人神戸YMCAに委託し運営している。あかし総合窓口やこども健康センター、子育て支援課への用務の際は、一定時間利用料金が免除される。

(対象) 生後6カ月以上の未就学児

(開館) 午前9時から午後5時(年末年始のほか年数回休所日あり)

(利用料) 市内児童：400円/時、市外児童：700円/時

オ 貸室

主に子育て支援活動を行う人を対象(一般利用も可)に、下記施設を貸し出している。公益財団法人神戸YMCAに委託し運営している。また、市・委託者が実施する子育て支援関連の講座や教室、講演会なども開催している。

(対象) 一般

(開館) 午前9時から午後9時(年末年始のほか月1回の休所日あり)

(利用料) 1時間当たり900円~1,800円

(ア) 多目的ルーム

講座や教室、会議やイベントなどに利用できる。

(イ) キッチンルーム

子ども用の机や椅子があり、オーブンやホットプレートなどの調理器

具も設置しており、子どもと一緒に料理などを楽しめる。

(ウ) 明石たこ大使さかなクンのギョギョ工作ルーム

子ども用の机や椅子があり、子どもと一緒に工作やお絵描きなどが楽しめる。

(2) 中高生世代交流施設

大学のラウンジのようなスペースや自習ができるスペースなど、中高生の活動拠点・交流スペースとして利用ができる。楽器を完備した音楽スタジオや壁一面が鏡張りのダンススタジオを備え、中高生の様々な活動と健全な育成を支援する施設となっている。

(対象) 主に中高生世代

(開館) 午前9時から午後9時（年末年始のほか月1回の休所日あり。ただし、夏季休業日等の学校長期休業期間中は開館。）

(利用料) 中高生世代は無料（大学生以降は利用料発生）

(3) こども健康センター（子育て世代包括支援センター）

健やかに安心して妊娠・出産・子育てが行えるよう妊娠期から子育て期にわたるまで切れ目なく支援を行っている。また、母子健康手帳交付時に専任の保健師と助産師が全ての妊婦と面談し、サポートを行っている。母子健康手帳の発行、妊婦健康診査の助成、乳幼児健康診査、予防接種券の発行も行っている。



あかしこども広場（パピオスあかし5F）フロアマップ（明石市提供資料より）

### 3 施設の利用状況

#### (1) 子育て支援施設

	H30年度	H31年度	R 2年度	R 3年度	R 4年度
あかし子育て支援センター利用者数	124,548人	102,042人	45,731人	53,472人	84,198人
親子交流スペースハレハレ利用者数	135,262人	113,671人	45,029人	69,738人	101,553人
うち市外利用者数	31,269人	26,767人	359人	5,871人	16,093人
明石市ファミリーサポートセンター活動件数	1,510件	1,695件	1,277件	1,849件	1,661件
登録会員数(年度末)	1,506人	1,497人	1,323人	1,388人	1,469人
一時保育ルーム利用者数	4,695人	5,104人	3,881人	3,911人	3,709人
うち市外利用者数	274人	478人	347人	317人	259人

#### (2) 中高生世代交流施設

	H30年度	H31年度	R 2年度	R 3年度	R 4年度
交流スペース・フリースペース利用者数	38,675人	41,466人	24,799人	25,939人	34,219人
音楽スタジオ利用者数 (稼働率)	3,996人 (47.9%)	3,703人 (50.1%)	429人 (15.1%)	501人 (41.7%)	1,732人 (35.7%)
ダンススタジオ利用者数 (稼働率)	2,618人 (48.7%)	2,948人 (55.9%)	1,282人 (58.9%)	1,352人 (70.3%)	2,566人 (71.9%)

#### (3) あかしこども広場における実施講座

あかしこども広場では、出産準備や子育て、親子の交流、青少年の育成に関する様々な講座を実施している。

年間の開催講座数は、令和3年度は168回、令和4年度は198回であった。

- 【主な講座】
- ・ 出産前の人対象の講座（もうすぐパパママ講座、妊婦栄養教室）
  - ・ 0歳児とその保護者を対象とした講座（離乳食教室、赤ちゃんとお母さんのふれあい教室 など）
  - ・ 親子対象の講座（親子クッキング教室、親子工作教室、親子運動教室 など）

### 4 施設整備の成果

明石市では、当該施設の整備だけでなく、高校3年生までの医療費無料化や「おむつ定期便」の事業など、「こどもを核としたまちづくり」を進めてきた結果として、人口が令和5年10月1日現在で305,880人となり、11年連続の人口増加

を達成している。0～4歳、25～39歳の転入超過が多くなっており、子育て世帯の転入増加が大きな要因になっていると考えられる。

また、統計データがあるわけではないが、以前と比べて、駅前における子ども連れの人通りが増え、まちのにぎわいが感じられるようになった。

## 5 今後の課題

施設によってはコロナ禍前と比べて利用者数が回復していないことが課題である。今後は積極的にイベント等を行うなどして、コロナ禍前よりも施設全体の利用者数を増やしていくことを目指している。

### ◎ 主な質疑

- ・子育て支援施策を行うための財源確保について
- ・子どもの政策に関わる部署の体制整備について
- ・転入してくる子育て世帯の住居や居住地の傾向及び保育園における待機児童の状況について

### ◎ 主な提供資料

- ・あかしこども広場について（施設概要）
- ・あかしこども広場パンフレット

## 認知症あんしんプロジェクト

### 1 事業の目的及び経緯

明石市では、支援や介護を要する在宅の高齢者が、コロナ禍において介護サービスの制約などの生活環境の変化で心身の機能が低下するなど、日常生活に支障が生じている現状が見られた。特に認知症は、発症や進行をしても身体的な影響がないなどで自覚することが難しく、早期に医療や支援につながりにくい状況にあり、在宅での介護は家族や介護者で抱え込むことも多くなるなど、生活上の支援が必要とされていた。

そのような状況において、新型コロナウイルス感染症の影響を受けている在宅の要支援・要介護高齢者をはじめ、認知症の人やその家族が住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、包括的・継続的支援を展開するため、令和2年10月に「認知症あんしんプロジェクト」を開始した。

当初、本事業はコロナ禍における生活支援として開始されたが、継続性が必要な事業であるため、現在も取組が進められている。

### 2 「認知症あんしんプロジェクト」の概要・特徴

#### (1) 認知症診断費用の助成（認知症早期支援事業）

##### ア 認知症チェックシートによる自己診断

認知症チェックシートは75歳の市民全員に送付しているほか、病院・歯科医院・薬局、市役所などに設置している。

チェックシートに回答し市に提出した65歳以上の市民に対して、500円分の図書カードを郵送している。回答の結果、認知症の疑いがあると判断された人に対しては、医療機関の受診案内も送付している。

##### イ 認知症診断費用の無償化

チェックシートの結果、認知症の疑いがあり、医療機関において認知症の診断を受けた人に対して、その受診費用（初・再診料、画像診断料、その他検査料）を助成している。なお、若年性認知症の診断を受けた人も対象となる。

##### ウ 認知症支援としてサポート費用の助成

認知症と診断された人に対して、下記のサポートを行っている。

(ア) 居場所検索用端末機（GPS）基本料金1年間無料またはタクシー券6,000円分の交付

(イ) 認知症サポート給付金20,000円の支給



**自分でできる認知症の気づき  
「認知症チェックシート」をやってみましょう。**

■ 最近1ヵ月以内のことを思い出してご回答ください。  
※ご家族の方や身近な方がチェックすることもできます。(該当項目に○)

NO	質問内容	1	2	3	4
1	財布や鍵など、物を置いた場所がわからなくなることがありますか。	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
2	5分前に聞いた話を思い出せないことがありますか。	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
3	自分の生年月日がわからなくなることがありますか。	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
4	今日が何月何日かわからなくなることがありますか。	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
5	自分のいる場所がどこかわからなくなることがありますか。	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
6	道に迷って家に帰って来られなくなることがありますか。	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
7	電気やガスや水道が止まってしまったときに、自分で適切に対処できますか。 ※自分で電気会社などに連絡をしたり、凍結している料金を払いは行ったりできますか。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	まったくできない
8	一日の計画を自分で立てることができますか。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	まったくできない
9	季節や状況に合った服を自分で選ぶことができますか。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	まったくできない
10	一人で買い物はできますか。 ※一人で買い物に行かなくてはならない場合は、必要な物の必要な量だけ買えることが出来ますか。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	まったくできない
11	バスや電車、自家用車などを使って一人で外出できますか。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	まったくできない
12	貯金の出入し、家賃や公共料金の支払いは一人でできますか。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	まったくできない
13	電話をかけることができますか。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	まったくできない
14	自分で食事の準備はできますか。 ※自分で食事の準備をしないといけない場合は、必要な食材を自分で買ったり調理を覚えていることが出来ますか。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	まったくできない
15	自分で、薬を決まった時間に決まった分量のむことはできますか。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	まったくできない

NO	質問内容	1	2	3	4
16	入浴は一人でできますか。	問題なくできる	見守りや声かけを要する	一部介助を要する	全介助を要する
17	着替えは一人でできますか。	問題なくできる	見守りや声かけを要する	一部介助を要する	全介助を要する
18	トイレは一人でできますか。	問題なくできる	見守りや声かけを要する	一部介助を要する	全介助を要する
19	身だしなみを整えることは一人でできますか。	問題なくできる	見守りや声かけを要する	一部介助を要する	全介助を要する
20	良事は一人でできますか。 ※良事は、介助がなくても一人で食べることが出来ますか。	問題なくできる	見守りや声かけを要する	一部介助を要する	全介助を要する
21	家の中の移動は一人でできますか。	問題なくできる	見守りや声かけを要する	一部介助を要する	全介助を要する

DASC-21 © 地方独立法人東京都健康長寿医療センター研究所 〇自筆署名、確定印を必要

■ 以下の項目もご記入ください。

- チェックした人は (ご本人 ・ ご家族 )
- 物忘れなど認知症について、気になることや相談したいことがありますか。  
( はい ・ いいえ )

「はい」と答えられた方へ、  
相談したい内容をご記入ください。

※お住まいの地域総合支援センターへご連絡させていただきます。

チェックシートを回答する際に支援が必要な場合は、お近くの地域総合支援センターへご連絡ください。

フリガナ	男	生年月日	M / T / S
本人氏名	女	年 月 日	
住 所	〒	年 月 日	
連絡先 (TEL)	明石市		

- 本チェックシートの提供によって得た情報を、明石市が必要な範囲で、地域総合支援センター等関係機関と共有し、必要に応じて支援に活用することに同意します。

(記入日) 年 月 日 (本人署名) \_\_\_\_\_  
※ご記入漏れがないかよくご確認ください。

認知症チェックシート (明石市提供資料より)

(2) あかしオレンジ手帳 (認知症手帳)

医療や介護、様々な支援機関が連携し、本人の意思を尊重したよりよい介護や治療の助けとなるように作成された手帳であり、認知症サポート給付金を受給した人に交付している。

手帳の前半では、本人の大切な情報をまとめること、そして認知症の症状の変化等を経年的に記録することができる。後半では、認知症についての情報や、受けることができる支援、利用できる制度、相談窓口等を掲載している。また、手帳の交付と併せて、家族負担の軽減を図り、継続的支援につながるきっかけとなるよう「あんしんチケット」(※後述)も交付している。

手帳の交付は郵送ではなく、ケアマネジャー、地域総合支援センター職員、市職員が訪問し、直接手渡しすることを原則としている。

(3) あんしんチケット

認知症の人の家族・介護者の負担を軽減し、継続的な支援へつながるきっかけとするために、下記の3つの無料サポート券をあかしオレンジ手帳の交付時に一緒に配付している。

ア あかしオレンジ弁当券 (20食分)

本人及び介護者の弁当を無料で宅配する。市内11店舗の宅配弁当業者と契約している。

イ 寄り添い支援サービス券 (10回分)

研修を受講した寄り添い支援員（シルバー人材センター職員）を派遣し、見守り、話し相手、趣味の手伝い等、介護保険サービスの対象ではない支援（1枚につき60分）を行う。

ウ お試しショートステイ券（1回分）

ショートステイ（短期入所生活介護）の1泊2日のお試し券であり、市内16施設の介護老人福祉施設や介護老人保健施設で利用できる。



あかしオレンジ手帳とあんしんチケット（明石市提供資料より）

3 事業費・経費

332,200千円（事業開始時である令和2年度9月の補正予算）

- ・認知症サポート給付金の支給等 257,100千円
- ・あかしオレンジ手帳等の交付 75,100千円

4 事業の実施状況（令和4年度実績）

(1) 認知症診断費用の助成

ア チェックシート任意提出件数 636件  
うち認知症の疑い有り 367件（57.7%）

イ 診断費助成件数 157件  
うち認知症診断者 130件（82.8%）

ウ タクシー券交付件数 85件

(2) 認知症サポート給付金（20,000円）の支給

支給人数 354人（事業開始からの総人数は3,000人を超えている。）

(3) あんしんチケットの利用

ア あかしオレンジ弁当券

- ・利用件数 4,382件
- イ 寄り添い支援サービス券
  - ・寄り添い支援員養成数 94人
  - ・利用件数 18件
- ウ お試しショートステイ券
  - ・利用件数 23件

## 5 明石市認知症あんしんまちづくり条例の制定

明石市では、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを推進するために同条例を制定し、令和4年3月30日に施行した。同条例では、基本理念、市の責務並びに市民、事業者、関係機関等の役割並びに認知症の人等に関する施策の基本となる事項を定めている。

(条例の概要)

- 第1章 総則（目的、定義及び基本理念について規定）
- 第2章 市の責務並びに認知症の人等及び関係機関等の役割（市の責務、認知症の人及びその家族の役割、市民の役割、事業者の役割、地域組織の役割、関係機関の役割について規定）
- 第3章 基本的施策（①知識の普及及び人材育成等 ②早期支援等 ③認知症の人及び家族への支援 ④地域づくり及び社会参加の推進 ⑤後見支援の推進 ⑥連携及び情報共有 ⑦非常時等の対応）

## 6 事業の効果

認知症チェックシートの市への返信率が約5割と高いため、認知症の人を市が把握することができ、適切な支援につなげることができるようになった。また、あかしオレンジ手帳については、原則として市職員等の手渡しで交付しているため、市が認知症の人の声や困り事を直接聞くよい機会となっている。

## 7 今後の課題

あんしんチケットの利用について、あかしオレンジ弁当券の利用は好調であるが、寄り添い支援サービス券とお試しショートステイ券の利用は伸び悩んでおり、利用促進が課題である。また、高齢者人口の増加に伴い、認知症の人が増えると、財政面で課題が発生する可能性がある。

### ◎ 主な質疑

- ・寄り添い支援サービス券とお試しショートステイ券の利用が少ない理由について
- ・お試しショートステイ券の利用施設への交通手段について
- ・当該事業における町会・自治会等、地域団体との連携について

- ・当該事業における居場所検索用端末機（GPS）への補助内容と補助実績について
- ・認知症予防のための取組について

◎ 主な提供資料

- ・認知症あんしんプロジェクト視察資料
- ・～みんなで支えるやさしいまち あかし～を目指して“認知症あんしんプロジェクト”を開始します（令和2年9月4日記者提供資料）
- ・認知症あんしんプロジェクトの実施状況（令和4年度実績）
- ・認知症チェックシート
- ・あかしオレンジ手帳（見本）
- ・あかしオレンジ手帳（認知症手帳）運用ルール
- ・明石市認知症あんしんまちづくり条例の概要

## 介護予防事業

### 1 事業の目的及び経緯

生駒市は坂道が多く、膝・腰を痛めると外出困難な地形であり、高齢者の閉じ籠もり傾向が懸念されている。そのため、元気な高齢者はより活動的に、また、虚弱や初期の認知症状を有する高齢者については状況を早期に発見し、速やかな対応により重度化防止を図ることを目的に、高齢者の社会参加を促進する介護予防事業や高齢者の社会参加の仕組みを充実し、自立支援と重度化防止に向けた取組を推進してきた。

生駒市では、国のモデル事業である市町村介護予防強化推進事業に平成24年から参加し、「足腰が弱くなってきた」、「長距離の歩行が難しい」といった悩みを抱える人に対して、保健師や理学療法士等の専門スタッフが、失われた機能が少しでも回復していくことを支援するモデル事業を行い、事業の検証を行った後に、平成27年4月から介護予防・日常生活支援総合事業のメニューに反映し事業を開始している。総合事業のサービスの類型において、生駒市では特にサービスC（短期集中予防サービス）に力を入れており、生活機能が低下していく高齢者が早期に自立の状態に回復できるような事業を推進している。

### 2 主な事業の概要

#### (1) 介護予防把握事業

閉じ籠もりがちな高齢者や何らかの支援を要する人を把握し、介護予防につなげるために、要支援・要介護認定を受けている人等を除く75歳以上の高齢者に基本チェックリストを年1回送付し、生活機能低下者を早期に発見し、適切な事業につないでいる。

基本チェックリストに回答のない高齢者に対しては、地域包括支援センター職員が家庭を訪問して、実態把握に努めている。

#### (2) 転倒予防教室

運動指導者や理学療法士が中心となり、転倒を予防するための身体づくりの運動や家屋内の環境調整に関する学習を通し、自主トレーニングへの動機づけを行い、転ばないための身体づくりを行う。（実施内容：転倒を予防するために必要な知識の獲得と体づくりの実践など）

#### (3) パワーアップ教室

集団でのプログラムにより、身体機能・動作能力、口腔機能や栄養状態の改善を目指し、目標達成に向けた自立支援を行う。自宅でも継続できる運動を取り入れながら、専門スタッフが筋力・持久力・バランス力等の向上を目指し指

導している。（実施内容：運動プログラム（ストレッチ・柔軟、筋力アップ、持久力・バランス力アップ）、栄養プログラムなど）



転倒予防教室とパワーアップ教室の様子（生駒市提供資料より）

#### (4) パワーアップPLUS教室（通所型）

集団・個別運動プログラムにより、身体機能・動作能力、口腔機能や栄養状態の改善を目指し、目標達成に向けた自立支援を行う。専門スタッフが、筋力・持久力・バランス力等の評価を行いながら、自宅での生活が行いやすいよう、身体機能の向上を目的にサービスを提供し、自立への支援を促す。（実施内容：マシーンによる筋力増強運動、ステップによるバランス・有酸素運動など）

#### (5) パワーアップPLUS教室（訪問型）

パワーアップPLUS教室（通所型）を利用している人の家に、利用期間中1～3回程度、理学療法士・作業療法士等が訪問し、自宅での動作で困っている動きがないか、環境（浴室・トイレ・玄関・階段等）を変えた方がよいところはないかなどの検討を行う。必要に応じて、自宅内でのトレーニングメニューの提案や住宅改修等の相談に応じ、活発かつ持続可能な住宅での生活スタイルを提案する。

#### (6) ひまわりの集い

住民主体で実施しているレクリエーションや手作りの食事を提供する会食サロンで、外出の機会を増やし、体力・気力の向上を目的に実施している。

#### (7) いきいき百歳体操

おもりを使った筋力運動の体操であり、DVDを見ながら座った状態でゆっくり手足を動かすことで、無理なく筋力の維持・向上を図るほか、体操以外の茶話会などの地域の通いの場としても活用されている。

#### (8) 介護予防手帳

市内に住む65歳以上の高齢者を対象とした手帳であり、高齢者が自分自身について振り返り、これから先の自分がどうなりたいか、そのために必要な取組について考え、自分のプランを作ることで、住み慣れた地域でいきいきと暮ら



し続けられるよう活用を図っている。

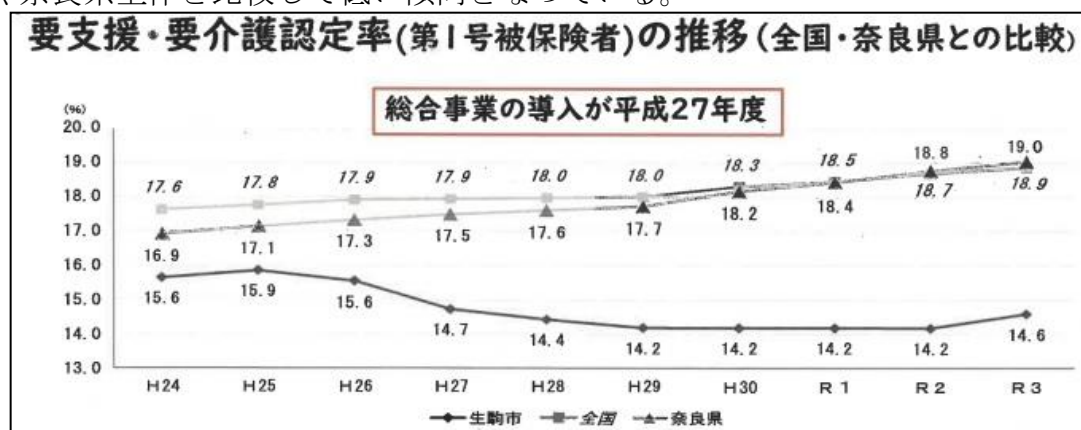
### 3 短期集中予防サービス（通所型サービスC）の実績（令和4年度）

生駒市では短期集中予防サービスの事業に力を入れており、新型コロナウイルス感染症拡大に伴う利用控えによる中断者が一定数いるものの、事業の利用者の約7割の人が一般介護予防事業やセルフケアへ移行しており、状態の改善が見られる結果となっている。

	実人数	卒業 (3カ月で終了した人)	卒業の分類（重複あり）			多様な サービス (通所型サービス A・Bへ参加等)	給付	中断
			一般介護 予防事業	ボラン ティア	セルフ ケア			
パワーアップ PLUS教室	57人	45人	27人	1人	37人	6人	1人	5人
パワーアップ 教室	67人	40人	19人	0人	35人	20人	1人	6人
転倒予防教室	30人	23人	16人	5人	16人	0人	0人	7人
合計	154人	108人	62人	6人	87人	26人	2人	18人
割合	100%	70.13%	—	—	—	16.88%	1.30%	11.69%

### 4 事業の効果・成果

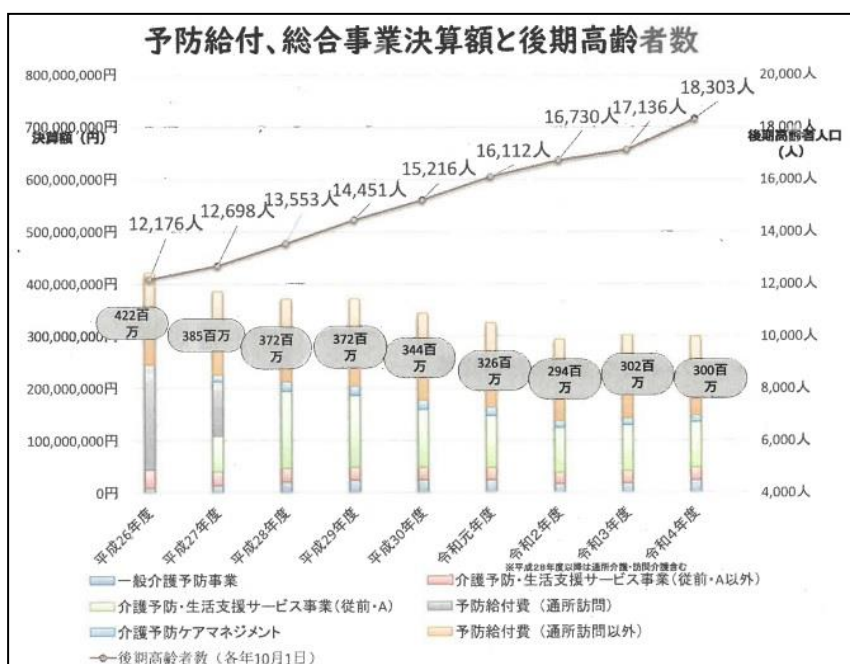
生駒市では、前述のとおり短期集中予防サービスの事業に一定の成果が出ており、早期に状態が改善する人が多いことなどから、要支援・要介護認定率が全国や奈良県全体と比較して低い傾向となっている。



生駒市提供資料より

また、市内の後期高齢者の人口は年々増加しているものの、予防給付、総合事

業に係る事業費は低く抑えられている傾向にあり、介護予防事業に一定の効果が現れているものと推察される。



生駒市提供資料より

## 5 今後の課題

介護人材が大阪方面に流出してしまうため、人材の確保や定着が課題となっている。また、生駒市は坂道が多く、通いの場などを創出しても自力では通えない人も多いことが課題であり、送迎の在り方を含めどのように対応するか検討中である。

### ◎ 主な質疑

- ・介護予防把握事業に係る費用について
- ・介護予防把握事業に係る基本チェックリストの内容と当該チェックリスト等により把握できた元気な高齢者の特徴について
- ・引き籠もりがちな高齢者に対する対応について
- ・町会・自治会や老人クラブの現状と介護予防事業における連携について
- ・介護人材確保の取組及び2025年問題への対応策について

### ◎ 主な提供資料

- ・生駒市における介護予防事業の展開について
- ・あなたとわたしの介護予防～生駒市の介護予防事業のご案内～
- ・新しい介護予防・日常生活支援総合事業のご案内
- ・「いきいきライフ 人生の歩き方」65歳から考えたい「介護予防」について



### 〔最後に〕

以上、調査事項について資料等による説明、施設の視察、各委員の質疑等によって判明したことを含め、視察の概要を記した。

なお、視察項目の設定に当たっては、前述のとおり本市における現在の行政課題等を念頭に行ったものである。

また、視察時間を有効に活用するため、事前に視察項目に関する資料を収集し、本市事業との比較、検討を行った上で視察に臨んだ。

本委員会は、これらの成果を今後の委員会活動はもとより、市行政に反映させていくことを確認し、管外視察の結果報告とする。