こんな「通いの場」もある!?

地域の実情に応じた官民連携のヒント

平成30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
官民共同による地域の実情に応じた特徴的な通いの場等の立ち上げに関する調査研究事業

地方独立行政法人
東京都健康長寿医療センター

目次

4 はじめに

5 なぜ「通いの場」が重要なのか？

6 これから求められる通いの場とは？　通いの場づくりで悩むポイント

事例紹介

		場の活用	多世代	民間企業との連携	参加しやすい	多様なプログラム
7	実家の茶の間・紫竹	●	●	●	●	●
8	フキデチョウ文庫	●	●	●	●	
9	ダイニングカフェから風流	●	●	●	●	
9	はっぴーの家ろっけん	●	●	●		
10	親子三世代交流施設　とんてん館	●	●			●
11	コミュニティサロン　ほっとスペースさっき	●	●			
12	地域交流サロン　ばあちゃんち	●	●			
13	ホクノー健康ステーション	●		●		●
14	伊豆松崎であい村　蔵ら	●		●		
15	シニア総合研究協会	●			●	●
16	スポーツ・サンクチュアリ・川口		●			●
17	かいらハウス	●	●		●	
18	NPO法人JAあづみ　くらしの助け合いネットワークあんしん	●		●		●
18	佛子園・西圓寺	●			●	●
19	BABAlab さいたま工房	●		●		
19	株式会社池田介護研究所		●	●	●	●
20	芦屋市シルバー人材センター　はつらつ憩サロンと介護予防講座				●	●
20	男のセカンドライフ大学校					●

21 自治体の特色を生かした通いの場づくり

ちいきデビューひっぱりガールズ／住民から活動希望の声が上がる通い場づくり／高齢者の通いの場としての銭湯／有料老人ホームと地域包括支援センターとの連携による通いの場の展開／“プロボノ”の可能性

23 “通いの場”づくりのこれからに向けて

さまざまな課題を解決するヒントが！

日本各地の特色ある通いの場

本パンフレットで紹介する事例には、通いの場の課題を打破する秘訣が含まれています。下記の各課題に対してヒントとなるような事例には、課題がキーワードとして載っています。キーワードを参考に、興味にあった事例を探すことができます。

場の活用

通いの場に使う場所がないなぁ…

既に施設を持っている団体との連携や、空き店舗を有効活用している通いの場を紹介しています。

多世代

色んな世代に参加してほしいなぁ…

運営方法やプログラム内容から世代間交流が起こっている通いの場を紹介しています。

民間企業との連携

民間企業と連携したらどうなるかなぁ…

民間企業や任意団体が展開している通いの場を紹介しています。

参加しやすい

機能が低下してきた人にも参加してほしいなぁ…

比較的虚弱な高齢者の方でも参加できるような、敷居の低い通いの場を紹介しています。

多様なプログラム

住民の多様なニーズに対応したいなぁ…

１つの通いの場で、複数のプログラムを展開している通いの場を紹介しています。

はじめに

高齢化の状況や地域にある資源（医療介護機関や福祉・文化施設、地縁団体・NPO などの地域包括ケアの担い手など）の状況などは、地域によって異なります。したがって、地域包括ケアシステム、とりわけ地域支援事業を無理のない形で効率的に展開していくには、それぞれの地域の実情に応じた取組を進めることが重要です。すなわち「ご当地システム」の展開が、地域包括ケアシステムを推進するための「鍵」であると言えます。

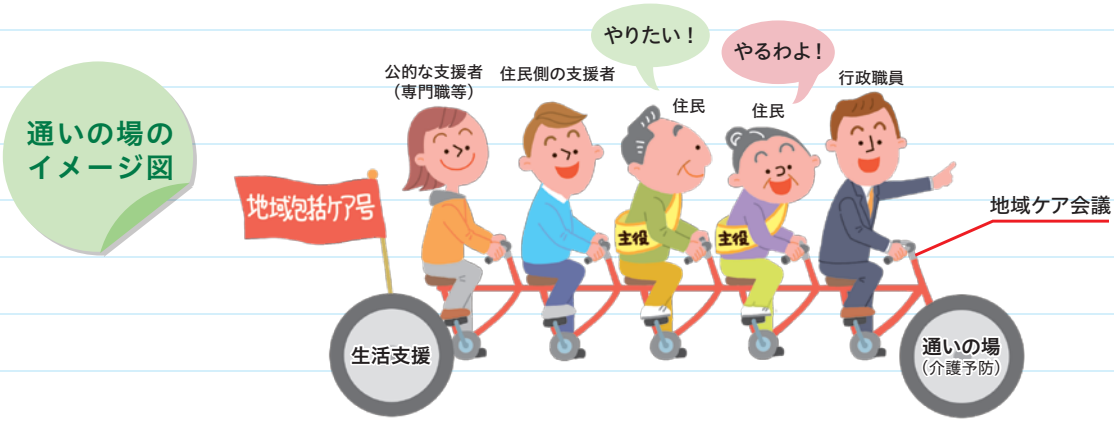
地域包括ケアシステムにおける「住民主体の介護予防」を担う**通いの場**には、このご当地システムが強く反映されます。しかしながら、地域包括ケア担当部局や地域包括支援センターが多忙な業務のなかで、いわゆる「運動無関心層」からフレイルな人まで多様な住民の趣向やニーズに応える多種多様な通いの場を、直接立ち上げることは多大なエフォートや経費を要する点で、必ずしも得策とは言えません。やはり、通いの場の立ち上げ・展開に関しては、地域ニーズを把握した機関（介護予防、生涯学習、健康推進、子ども・子育て、障害福祉、地域振興部局、シルバー人材センター、社会福祉協議会など）や住民、さらには地元に根差した民間企業や NPO、いわば官民が互恵的に連携する戦略が効率的かつ現実的です。

本パンフレットでは、各地に点在する特色のある通いの場の事例をまとめました。それらの事例の官民連携の程度は、かなり密接な場合から程よい距離感を保っている場合までさまざまですが、地域での通いの場の展開における大きなヒントとなる事例ばかりです。このパンフレットを参考に、通いの場の運営や立ち上げ、通いの場における介護予防の取組が効果的かつ円滑に進められることを期待します。

研究代表者
地方独立行政法人 東京都健康長寿医療センター研究所
藤原佳典

●なぜ「通いの場」が重要なのか？

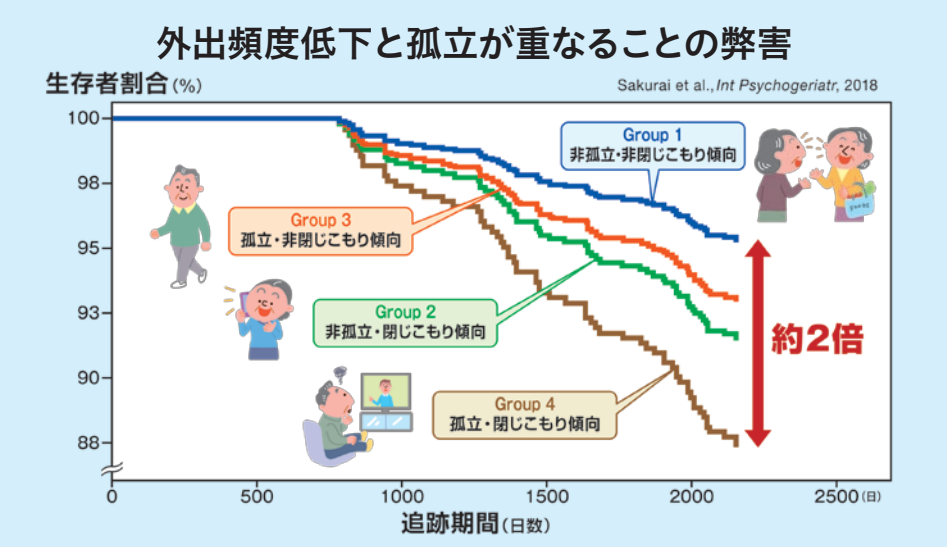
2014 年度より始まった「地域づくりによる介護予防推進支援事業」では、特定の高齢者に対する心身機能の向上のみならず、社会参加にも主眼を置いた、全高齢者型の介護予防の推進を目指しています。その起点となるのが住民主体で展開する「通いの場」です。この際、いかに住民が主役として通いの場を活用・運営できるか、すなわち支援者が適度かつ適切なサポートを行っていけるかがポイントとなります。



参考：『地域づくりによる介護予防を推進するための手引き［都道府県による市町村支援・総合事業展開編］』（株式会社日本能率協会総合研究所 2017年3月）

行政職員、専門職、一般住民が支援者として、主役の高齢者を通いの場で支援する。

我々の研究から、他者との接触頻度が極めて低い状態である「社会的孤立状態」（同居家族以外との接触頻度が週 1 回未満）と外出頻度が低い状態である「閉じこもり傾向（1 日 1 回未満の外出頻度）」に該当する高齢者では死亡率が高まることが知られています。ここから、通いの場を通じた外出頻度および他者との交流頻度の増加（社会参加および社会的役割の獲得）が介護予防に極めて重要であることが分かります。



また、このような通いの場の存在は、高齢者自身の介護予防活動の維持のみならず、地域の互助（助け合い）意識を促進し、住みやすい地域づくりにつながると考えられます。

● これから求められる通いの場とは？

体操を中心とした通いの場は各地に広がってきています。しかしながら、高齢者の社会参加を後押しするという観点から考えると、運動だけに着目するのではなく、多様な通いの場の展開が求められます。我々の過去の調査から、以下の要件を満たす活動が介護予防につながる社会参加活動であることが示されています。

A

参加しやすい活動

❶特殊な条件・能力は不要であり、定期的な外出と交流が促される

❷趣向にあわせて多様性がある

B

活動が継続しやすいこと

❶生活圏内で活動できる

❷活動内容にレベルがあり生活機能、心身機能が低下しても継続しやすい

C

高齢者が主体的に活動できる仕組みがあること

❶参加者に役割がある

❷一定の組織体制・ルールがある

● 通いの場づくりで悩むポイント

官民連携で乗り越える

通いの場の展開は、地域での介護予防を進めるうえで重要な拠点となりますが、その展開に関しては共通した課題が存在します。多く聞かれる課題には次のようなものがあります。

このような課題の中には、住民・NPO・民間企業などと連携することで解決し、よりよい通いの場となる可能性を含んでいる場合もあります。そこで、次の章では、地域に点在する特色のある通いの場の事例を通して、官民連携のヒントを考えていきましょう。

事例紹介

実家の茶の間・紫竹

場の活用　多世代　民間企業との連携　参加しやすい　多様なプログラム

新潟県新潟市　●人口 796,773人●65歳以上人口 225,184人●高齢化率 28.3%　（2018年1月1日時点・出典「住民基本台帳」）

新潟市東区紫竹の空き家を利用し、新潟市基幹型地域包括ケア推進モデルハウス「実家の茶の間・紫竹」が開設されました。実家の茶の間・紫竹には、子どもから高齢者までさまざまな年代の住民が集い、年間の来訪者は6,500人を超えます。日常の運営は、利用者（場の利用者）が自主的な手上げ方式で役割分担を決めて行い、自らが役割を見出しながら、建物改修や地元周辺地図の作成、昼食づくりや昼食の献立表の作成などを率先して行っています。毎日の日誌も当番が自分たちで書きます。自分の役割ができることで、自分の居場所と思える場所を作っています。

活動概要

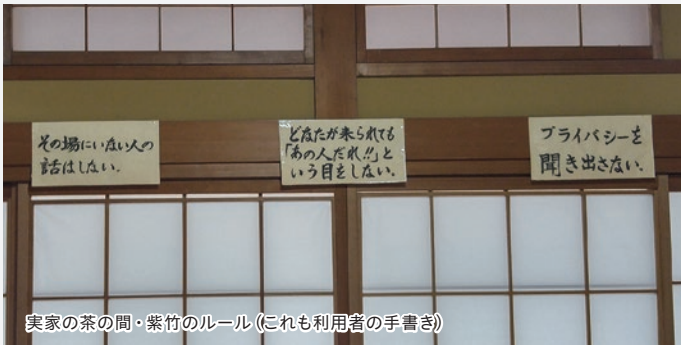
継続年数	5年（前身団体を含めると約30年）
主体	任意団体「実家の茶の間」・新潟市
参加者層	子どもから高齢者（男性4割・女性6割）まで
活動場所	実家の茶の間・紫竹
活動の目標	子どもからお年寄りまで、市民一人ひとりが住み慣れた地域で安心して暮らせるまち
運営費	来場者からは一律300円（昼食代は別途300円）を徴収
自治体との連携	新潟市と協働で開設・運営

ここがスゴイポイント

地域の茶の間として、老若男女全ての人が参加できる空間

高齢者も若者も赤ちゃんも、障がいの有無に関わらず、地域の誰もが茶の間に集まって気楽に過ごし、交流する場が実家の茶の間・紫竹です。利用者一人ひとりが、ルールを守りながら、ほどよい距離感を保ちつつ、しかし積極的に関わり合っていく。こうして、住み慣れた地域社会で暮らし続けられることを目指しています。運営の方針として、どのような方であっても参加を断らない、参加に制限をかけない点を重視しています。利用者は、実家の茶の間・紫竹に来ること、そして全ての人が主体的に過ごすことが日課・生きがいとなっており、高齢者の多くが健康面あるいは精神的な拠り所となっている場合も多いようです。また、参加回数券である「実家の手」をちょっとした手助けのお礼として渡すことで、自然な助け合いが広がってきています。

工作やゲームなど、自由に楽しめる空間



実家の茶の間・紫竹のルール（これも利用者の手書き）

自治体としての連携ポイント

新潟市と協働運営を締結

新潟市と任意団体「実家の茶の間」は、委託契約ではなく、あくまでも協働運営の協定を締結し、事業に取り組んでいます。地域とのつながりを作っていくことが協定書にも書かれています。協働運営の形式を取ることによって、行政ではできない、住民ができることに取り組む柔軟な仕組みとなっています。

専門家のひとこと

常設型の地域の「通いの場」は、行きたいと思ったときに開いています。だから、自然に人と人とをつなぎ、それぞれが自分の役割、生きがいを見つけることができます。

地域の支え合いの仕組みづくりを進めるにはどうすればよいのか、その答えの一つがこの事例です。

フキデチョウ文庫

場の活用　多世代　民間企業との連携　参加しやすい

岩手県盛岡市　●人口 291,859人●65歳以上人口 76,527人●高齢化率 26.2%　（2018年1月1日時点・出典「住民基本台帳」）

「フキデチョウ文庫」は、1階に障がい者の自立支援施設、2階に高齢者の通所介護施設（ホールや活動スペース）を持つ建物です。そして、利用者が1階、2階を問わず、至る所に収蔵されている本を手に取り、読むことができる図書館でもあります。

収蔵されている本は、主に地域住民から寄贈されました。貸し出しカードに記入すれば、施設利用者に限らず、誰でも自由に無料で借りることができます。

なお、本を寄贈すると記念品がもらえるそうです。図書館は、年間365日9:00～17:00の時間帯で利用することができます。

活動概要

継続年数	6年
主体	一般社団法人しあわせ計画舎
参加者層	20歳～60歳代（男性・女性ともに同数）
活動場所	高齢者通所介護施設フキデチョウ文庫
活動の目標	地域に開かれた介護施設
運営費	介護保険料・公費・介護サービスの利用者自己負担
自治体との連携	盛岡市・社会福祉協議会・青少年センターなどと連携

ここがスゴイポイント

地域住民のアイディアを集結

フキデチョウ文庫は、その立ち上げの段階から地域住民を含めて多くの方々のアイディアを盛り込み、作り上げていった施設です。福祉施設や事業所の多くでは、提供側が施設を建てた後に地域住民などへの内覧会を実施しています。しかし、フキデチョウ文庫では、施設を建てる前から地域住民の意見やアイディアを反映するようにした点が、極めて特徴的な点と言えます。

運営法人の代表は、施設の場所を選ぶ段階から、地域の人たちの意見を聞きながら進めていけば、地域の人たちに「自分たちの施設だ」という意識を持ってもらうことができ、円滑に介護事業に取り組めるようになるのではないかと話します。

館内には本がたくさんあります。全て貸し出ししています。

専門家のひとこと

要介護高齢者に限定し、送迎付きで支援するのなら、事業所はどこにあってもよいでしょう。

しかし、これまでの生活を取り戻そうとするなら、誰もが立ち寄りやすく、商店街に近い街中にある必要があり、図書館は通いの場にピッタリと言えるでしょう。

これからの通所介護事業所のあり方を考えさせられる事例と言えます。

自治体としての連携ポイント

対象を問わず、必要なケースは公的機関につなぐ

盛岡市地域福祉課・社会福祉協議会・青少年センターなどとの連携を図っています。地域のさまざまな方から相談を受けるなかで、子どもであれ、大人であれ、障がい者であれ、公的機関の支援が必要と感じる事例については、適宜公的機関の担当者につないでいます。

図書スペースには、「手づくりの地域安全MAP」が掲示されています。

ダイニングカフェから風流

場の活用　多世代　民間企業との連携　参加しやすい

千葉県流山市　●人口 185,460人●65歳以上人口 44,315人●高齢化率 23.9%　（2018年1月1日時点・出典「住民基本台帳」）

高齢者のみならず、地域の方々が集まれるカフェを開設（高齢者住宅に併設）しています。スタッフの多くは、地域住民のボランティアで担っています。認知症の方とその家族向けの集まり（オレンジカフェ）、介護の悩みを相談できる集まり（介護者の集い）なども実施し、地域の方が気軽に集える居場所づくり、ボランティアの方が活躍できる場づくりを進めます。

活動概要

- 継続年数　4年
- 主体　社会福祉法人生活クラブ「生活クラブ風の村」
- 参加者層　子どもから高齢者まで
- 活動場所　ダイニングカフェから風流
- 活動の目標　地域住民の居場所づくり、活躍の場づくり
- 運営費　飲食料、利用料、公的補助、自己資金など
- 自治体との連携　流山市からの支援費

ここがスゴイポイント

官民問わない連携が生んだ地域に根差すカフェ

官民の垣根を越え、また地域の人々が連携しながら知恵を出し合い、それぞれの役割を担って開設され、地域に根付いてきたカフェです。

自治体としての連携ポイント

「高齢者ふれあいの家支援事業」を市から委託され諸事業を実施

流山市からは「流山市高齢者ふれあいの家支援事業」の委託を受け、支援費支給、情報提供・情報発信、講座企画・講師派遣などの支援が行われています。

オレンジカフェの様子（笑ヨガ）

専門家のひとこと

「厨房」には地域をつなぐ力があります。ケアラーズカフェ、ワンデイダイニング、子ども食堂、オレンジカフェ、介護者の集い…。これからは「厨房」を探す視点も必要です。

はっぴーの家ろっけん

場の活用　多世代　民間企業との連携

兵庫県神戸市　●人口 1,542,935人●65歳以上人口 421,910人●高齢化率 27.3%　（2018年1月1日時点・出典「住民基本台帳」）

「はっぴーの家ろっけん」は介護付きシェアハウスです。6階建て建物の1階部分が地域に向けて開放された交流スペースとなっています。スタッフには、介護士と看護師が常駐しています。毎日のように地域の多世代が集まり、イベント開催時には100人以上が参加します。

活動概要

- 継続年数　2年
- 主体　株式会社 Happy
- 参加者層　子どもから高齢者まで
- 活動場所　はっぴーの家ろっけん
- 活動の目標　地域コミュニティと介護付きシェアハウスの連携で「昭和の長屋」を実現
- 運営費　入居・介護サービスの利用者自己負担
- 自治体との連携　神戸市長田区・介護施設と連携

ここがスゴイポイント

レクリエーションなどで触れ合いを重視

はっぴーの家ろっけんには、生活やレクリエーション活動を地域住民と共有できる環境が用意されており、「遠くのシンセキより近くのタニン」との触れ合いのある生活を楽しむことができます。

おばあちゃんを囲んで世界の輪

自治体としての連携ポイント

町内会や商店街組合との連携で街の活気にも貢献

地元の自治体とは開設当初から連携しており、町内会や商店街組合とのイベント協賛にも参加しています。子育て、介護、日常生活を豊かにできる仕組みを作ることで、この街の価値を上げ、活気あふれる街を目指しています。

専門家のひとこと

サービス付き高齢者向け住宅だから高齢者しか入れない。そんなことはありません。地域住民と一緒に作り、温かく受け入れられる施設。これからはこのような住宅こそ必要と言えます。

親子三世代交流施設　とんてん館

場の活用　多世代　多様なプログラム

岐阜県関市　●人口 89,444人●65歳以上人口 25,428人●高齢化率 28.4%　（2018年1月1日時点・出典「住民基本台帳」）

「とんてん館」は、中心市街地商店街の空き店舗を賃借し、親子三世代の交流を目的として開設した場です。

館内事業（子育て支援、野菜朝市、手づくり小物類販売、喫茶、各種文化教室、サロン事業など）、館外事業（幼児・保護者・妊婦向けの手づくりコンサート、市民健康ウォーキング、市民健康出前講座など）を行っています。運営母体組織である公益社団法人関市シルバー人材センターが、関市などの補助金を受けつつ、自主財源も投入しながら館を開設し、運営しています。

活動概要

継続年数	10 年
主体	公益社団法人関市シルバー人材センター
参加者層	高齢者、子育て家族、小学生
活動場所	とんてん館
活動の目標	親子三世代の交流の場を作る
運営費	利用料、センター自主財源、公的補助など
自治体との連携	関市との綿密な連携

ここがスゴイポイント

利用者とスタッフの家族的な関係性が推進力に

子育て支援の場、高齢者などが集うサロンを設け、子どもと親、高齢者の三世代が交流する場を創出し、年間延べ4,600 人の利用者を集めます。シルバー人材センターによる運営のため、館のスタッフも高齢者です。女性スタッフは利用者である三世代の市民と家族的な関係性（姉妹であり、母であり、祖母であり）を作り出しており、彼女たちの責任感とやりがいが館の推進力となっています。

館の運営による赤字分は、市とセンターが折半して財源を確保しています。官民の双方の「市民に頼りにされている限り、館を運営し続ける」という理念と財源の確保が、事業継続の秘訣と言えます。

バランスボール教室

専門家のひとこと

利用者である三世代の市民とシルバー人材センターのスタッフの家族的な関係性（姉妹であり、母であり、祖母であり）を作りだす「通いの場」となっていることが分かります。

それが中心市街地の活性化にも一役買っており、シルバー人材センターの持つ可能性やポテンシャルの高さを示した事例と言えます。

自治体としての連携ポイント

市の「生涯現役プロジェクト」の拠点に

とんてん館の事業は、市長や市職員との協議・連携の下で企画・実現されてきました。関市では、館の運営費への補助のほか、館事業の広報支援、教室への専門職（医師・薬剤師など）派遣などを行っています。また、関市では「生涯現役プロジェクト」を立ち上げ、とんてん館をその拠点と位置付けています。

とんてん館運営スタッフ

コミュニティサロン ほっとスペースさつき

場の活用　多世代

東京都小平市　●人口 191,308人●65歳以上人口 42,139人●高齢化率 22.2%　（2018年1月1日時点・出典「住民基本台帳」）

街道に面したアパートの1階で展開されている、多世代交流型の地域の居場所です。居場所ではイベントの詳細やタイムスケジュールは決めず、ちゃぶ台を囲んで世間話に興じたり、囲碁や将棋を楽しんだりと、参加者が自由に過ごします。参加費は100円で、飲み物とお菓子などが提供され、昼食は各自持ち寄って一緒に食べます。平均利用者数は1日当たり12.6人、運営スタッフは25人で多くが70歳代の女性です。開所日は火曜日と木曜日の週2日、オープン時間は10時～16時（7月～9月はサマータイムで17時まで）です。

活動概要

継続年数	5年
主体	小平西地区地域ネットワーク
参加者層	赤ちゃん～97歳（高齢者が大半を占める）
活動場所	アパート五月ハイツの一室
活動の目標	それぞれに意のままにいていただく
運営費	参加者の利用料、寄付、公的補助
自治体との連携	市役所、社会福祉協議会、民生委員との連携

ここがスゴイポイント

白梅学園大学・短期大学の教員有志による住民への呼びかけが出発点

ほっとスペースさつきの運営主体である小平西地区地域ネットワークは、白梅学園大学・短期大学の教員有志が地域住民に呼びかけて立ち上がった団体であり、地域における知名度が非常に高い。居場所であるアパートの一室は、アパートのオーナーが事業の趣旨に賛同し、部屋を無償提供してくれています。また地域の大学や小学校との連携が緊密であり、児童や学生も居場所にしばしば訪れると言います。

活動が軌道に乗った要因の1つは、運営主体である発起人の結束の強さです。7人の発起人が2012年9月に設立準備会を立ち上げ、9か月間にわたる理念や活動内容についての議論を経て「ほっとスペースさつき」開所へとつながりました。発起人の一人は「このような議論が居場所開設の原点であり、これがなければ居場所は誕生していない」と強調します。また、白梅学園大学・短期大学はネットワーク立ち上げに加え、居場所の運営や人材育成を支援してきました。特に立ち上げ当初は、資金や人材面が課題となることが多いため、研究助成金や学生ボランティアなどによる支援が重要であったと言えます。

多世代が気軽に立ち寄る

自治体としての連携ポイント

市と社協の連携、民生委員の協力で個々へ必要なサービスをつなぐ

小平市の社会福祉協議会や市役所との連携は、非常に緊密です。市の職員と日常的に情報交換を図り、本事業に対する理解や協力を得られています。また、民生委員との関わりを通じて、利用者の状況が変化し、公的サービスの必要性が生じた場合などには、個々に必要なサービスへつないでいます。

持ち寄り食後のデザートタイム

専門家のひとこと

ほっとスペースさつきは、イベントもタイムスケジュールもなく、食事も持ち寄りという単なる「場」ですが、「意のままに」いられるようにしているからこそ、人はやってくるのでしょう。

安心感の源は、白梅学園大学・短期大学と地域住民の協働の「通いの場」だからです。地域の大学だからこそ、できることと言えます。

地域交流サロン ばあちゃんち

場の活用　多世代

熊本県熊本市　●人口 734,317人●65歳以上人口 184,387人●高齢化率 25.1%　（2018年1月1日時点・出典「住民基本台帳」）

地域交流サロン「ばあちゃんち」は、子育て支援の拠点、子どもから高齢者までが集える場、命を支え生活の知恵を伝える「地域の台所」、暮らしの作法を伝える「地域の茶の間」、地域での生き方を伝える「地域の縁がわ」を備えた「田舎の大きな家」です。

多種多様な経験・体験・学び・交流・癒しのスペースになることを目指して、2005 年 10 月に開設されました。

事業効果は幅広く、住民の当事者意識や高齢者自身の参加意識、さらに郷土意識やご近所の助け合い、山河への慈しみの醸成などが挙げられます。また、世代間交流も活性化し、利用者同士の支え合いが今に続いています。

活動概要

継続年数	10 年（現在は活動停止中）
主体	任意団体山東子育て応援団
参加者層	高齢者、子ども、子育て世代
活動場所	熊本市北区植木町 ばあちゃんち
活動の目標	熊本地方の典型的な民家での地域交流サロン活動
運営費	飲食、行事参加者や利用者の自己負担
自治体との連携	熊本市・社会福祉協議会・農協などと連携

ここがスゴイポイント

「子育ては親の生き方暮らし方」をコンセプトにした子育て支援と地域の集いの場

ばあちゃんちは、「子育ては親の生き方暮らし方」をコンセプトに一人暮らしのおばあちゃんが住んでいる築 100 年の古民家や畑を借りて、支援センター事業として開設されました。ばあちゃんちは子育て支援の拠点であり、子どもから高齢者までの地域の集いの場でもあります。また、通年の支援センター事業だけでなく、毎月第 3 土曜日のくまちゃん市、毎月第 2 水曜日のいきいきサロンなどの定期イベントが開催されています。

支援センター事業としては、「地産地消」「旬産旬消」を実践する地域の台所として、伝統食や郷土料理、農作物の栽培を行います。また、世話焼きおじさんやおばさんが参加する交流の場として、育児発達や栄養相談にも乗ります。親子の野菜栽培や料理づくりを支援するボランティアは、近所の高齢者や地元農家の人々で担います。

築 100 年の古民家を活用

専門家のひとこと

「ばあちゃんごと借りた」田舎の家。子どもたちはたくさんのことをばあちゃんから学んだけど、ばあちゃんも子どもたちからたくさんの元気をもらいました。

広い一軒屋に一人で住むばあちゃんは日本中にいます。子育て支援の拠点を探している人も日本中にいます。誰がそれをつなげるかが重要です。

自治体としての連携ポイント

県の子育て応援団事業の委託を受け高評価の事業を展開

熊本県子育て応援団事業の委託を受け、その後もさまざまな取組や活動が評価されてきました。2008 年度には読売子育て応援団大賞を受賞し、地域活動に伴う環境対策を通じて、2011 年度の熊本県ストップ温暖化大賞や、環境省低炭素杯 2012 最優秀地域エコ活動賞を受賞しています。

料理づくりを支援するボランティア

ホクノー健康ステーション

場の活用　民間企業との連携　多様なプログラム

北海道札幌市厚別区　●人口 127,788人●65歳以上人口 37,841人●高齢化率 29.6%　（2018年1月1日時点・出典「住民基本台帳」）

「ホクノー健康ステーション」は、地域の中核的なスーパーであるホクノーが店舗内の空きテナントに設置した健康ステーションです。

そこでは、地域住民の「健康づくり」「居場所づくり」「役割づくり」を支援するサービスをワンストップ体制で提供しています。

ホクノーは創業から札幌市厚別区と歩んできた地元企業であり、ヘルスケア関連講座・教室、健康管理、健康相談、健康ポイント、健康関連商品・サービス紹介、地域のアクティブシニアなどによる生活支援サービスなどの取組を通じて、地域住民の健康増進を後押ししています。

活動概要

継続年数	1 年
主体	株式会社ホクノー
参加者層	60 歳～80 歳代（男性 2 割・女性 8 割）
活動場所	ホクノー中央店 2 階
活動の目標	地域住民の健康・居場所・役割づくり
運営費	本稼働時には企業資金のみで運営 （現在国の補助を受け実証中）
自治体との連携	地域の医療・介護関係者などと連携

ここがスゴイポイント

それぞれの得意分野を持ち寄り講座やセミナーを実施

平成 29 年から、経済産業省の補助（健康寿命延伸産業創出推進事業）を受け、北海道ヘルスケア産業振興協議会を中心に、ホクノーを含む約 20 社がコンソーシアム（企業連合）を組み事業に取り組んでいます。健康ステーションを収益性のある企業の事業活動として実現し、そのモデルを多くの地域に広めていくことを目指しています。

健康ステーション事業は、地域の関係者から協力を得ながら展開されています。業界や専門が異なるメンバーが、それぞれの得意分野を持ち寄り、コミュニケーションを図りながら、講座やセミナーを組み立てている点が、成果（マスコミなどからの注目、目標を上回る利用者数）につながっていると思われます。

ステーションは、地域のアクティブシニアが有償ボランティアで運営

自治体としての連携ポイント

関係機関の協力で円滑に運営

本事業の円滑な運営に向け、地域の医療機関、地域包括支援センター、介護予防センター、自治会、ヘルスケア関連事業者など、地域包括ケアを推進する多様な機関から協力が得られています。将来的には、介護事業者などと連携し、施設入居者やサービス利用者の外出場所、買い物場所、居場所、介護予防の場としても健康ステーションを利用してもらう流れを作りたいと考えています。

健康マージャンの様子

専門家のひとこと

スーパーは誰もが定期的に利用する「通いの場」です。

そして、せっかく外に出てくれた機会を生かさない手はありません。

スーパーを核にした地域の病院、介護施設、行政、団体、企業のコンソーシアム。日本中で参考になる事例と言えます。

伊豆松崎であい村　蔵ら

場の活用　民間企業との連携

静岡県賀茂郡松崎町　●人口 6,836人●65歳以上人口 3,035人●高齢化率 44.4%　（2018年1月1日時点・出典「住民基本台帳」）

蔵らは、築 150 年のなまこ壁の蔵付き古民家を拠点とした「居場所事業」であり、高齢者が中心となった町おこし事業でもあります。地域住民や観光客が立ち寄る店舗（アンテナショップ）として 2010 年 10 月に開店しました。

港町で商売が盛んであった松崎町の高齢者は元気いっぱいです。ものづくりと交流が好きな蔵らの代表は、老後を元気に過ごしたい高齢者と一緒に何か町に貢献できることはないかと考え、手工芸品や民芸品の製作・販売を実現した居場所事業に行き着きました。

当初は、ものづくりと介護支援の両立を目指しましたが、食の重要性を感じて高齢者向けワンコイン（500 円）軽食や和カフェでの手づくり和菓子を提供しています。

活動概要

継続年数	9 年
主体	企業組合蔵ら
参加者層	60 歳～80 歳代
活動場所	伊豆松崎であい村　蔵ら
活動の目標	古民家を改装して地元高齢者の憩の場所を提供する「居場所事業」
運営費	食堂・喫茶運営、地産商品販売などの収益
自治体との連携	松崎町・社会福祉協議会・観光施設と連携

ここがスゴイポイント

スタッフ全員が組合員として出資

スタッフ全員が組合員として出資し、経営に責任を持つ「ワーカーズコレクティブ」の運営形式を取っています。

高齢者を中心に、特技がある人のスキルを事業運営に活用。毎週月・水・土・日の 10 時～16 時に食堂・喫茶店を営業し、毎週火曜日はものづくり楽校（がっこう）（介護予防の一環で、おしゃべりしながら手芸などのものづくりを楽しむ）、金曜日は視察研修受入れや多種多様なカルチャー教室などを開催しています。代表は「ボランティアではなく、きちんと労働を行う方が、生きがいが生まれ、責任感を持つ。私は何もできないという人がいるけれど、昔の人は料理やお裁縫を普段からやってきたから実は何でもできる。プロ並に料理が上手な人、おいしい野菜を作る人、パソコンが得意な人、手先が器用な人などなど、多様な人材が集まって来ている」と話します。

蔵らの外観

専門家のひとこと

蔵らとは何なのか。代表は「働くデイサービス」だと言います。「高齢者が寝たきりにならないようにするためにはどうすればよいか」を考えています。

しかし、ここは介護保険の指定事業所ではなく、金銭的な補助も入っていません。私たちはこの事実から、多くの学ぶべきことがあると考えます。

自治体としての連携ポイント

地元行政からフロントランナーとしての期待

これまでの活動が評価され、内閣府、厚生労働省、中小企業庁、静岡県などから数多く表彰されています。地元自治体からは、蔵らの成功事例を継続することで先駆者として地元の事業者を引っ張ってほしいと要望されています。

蔵らが発掘する若手後継者（特に子育て世代の女性）をどんどん巻き込み、地域の活性化につなげてほしいとの気持ちがあるそうです。

手工芸品の製作・みごとな日本人形

シニア総合研究協会

場の活用　参加しやすい　多様なプログラム

東京都杉並区　●人口 564,489人●65歳以上人口 118,784人●高齢化率 21.0%　（2018年1月1日時点・出典「住民基本台帳」）

シニア総合研究協会（Research Institute of Senior Activity：RISA）は、高齢者約 50 名からなる NPO 法人です。杉並区のゆうゆう荻窪東館（旧敬老会館）の管理・運営を行う一方で、区との協働事業として各種講座（サロン）を開催しています。高齢者が自ら講座を運営して地域住民間の交流を促進したり、地域活動を行って世代間の交流を図ったりする取組を進めます。

「学ぶ」「創る」「健康」「歌う」「集う」の 5 分野で、常時約 30 サロンを運営。RISA が得意とする「学ぶ」分野では、語学、文学、日本文化、歴史など、知的好奇心を満たすサロンが数多く開設されています。サロンはゆうゆう館内に留まらず、館外での地域活動向けに出前講座を行うなど、地域とのコミュニケーションを深める活動を積極的に行っています。

活動概要

継続年数	13 年
主体	特定非営利活動法人シニア総合研究協会
参加者層	概ね 60 歳以上
活動場所	杉並区のゆうゆう荻窪東館
活動の目標	高齢者が地域社会で新たな役割を発見するのを支援する
運営費	受講料、公的補助
自治体との連携	杉並区と協業事業の協定を結ぶ

ここがスゴイポイント

講師・参加者が一体となって本格的な知識・技能の習得に取り組む

語学、文学、日本文化など、相応の知識・語学力・意欲がなければ学習内容についていくことが困難と思える難易度のサロンも見られます。海外の文化・暮らしを学び外国人との交流を図る、茶道・輪踊りなどの日本文化をプロの講師から学ぶなど、講師・参加者一体となって、本格的な知識・技能の習得に向けて取り組んでいる点が特長です。

また、当初はサロンの受講生だった高齢者が、継続的な活動・貢献により周囲から認められると RISA に入会でき、自己の経験・知識・得意分野を活かしたサロンを立ち上げて講師となり、やがて地域活動の担い手となっていくという仕組みは秀逸であるように思われます。

フランス有名作品を原語で読むサロン

国際交流サロン

自治体としての連携ポイント

区と協定を結び、自由な発想で館を運営

RISA と杉並区は協定を締結しています。区が設定する「生きがい、学び、健康づくり」というテーマのなかで、民間団体の得意分野を活かし自由な発想で館の運営企画をするという協業事業を行っています。また、館の運営費（受付人件費、会場費、光熱費、物品費など。サロンの開催費などは除く）は杉並区が負担しています。

専門家のひとこと

ゆうゆう館は杉並区立の高齢者向け施設。どこにでもある公による「通いの場」です。

そして、公共施設の指定管理は各地で行われています。

しかし、RISA の方々はずっと生き生きとしていて、講座もずっと充実しています。

この違いに、これからの指定管理の答えがあるのではないでしょうか。

スポーツ・サンクチュアリ・川口

多世代　多様なプログラム

埼玉県川口市　●人口 600,050人●65歳以上人口 135,609人●高齢化率 22.6%　（2018年1月1日時点・出典「住民基本台帳」）

これからの人生を楽しく過ごしたい高齢者を対象に、リハビリとフィットネスを組み合わせ、介護予防を目的として開発した運動プログラムを提供しています。

個人の体力レベルに合わせ、楽しみながら健康的な身体づくりを行います。

提供されているプログラムは多種多様であり、日帰り旅行や、ニュー・スポーツ体験、文化活動など定期的なイベントを通して、暮らしを豊かにし、仲間づくりを行うことができます。

活動概要

継続年数	16 年
主体	NPO 法人スポーツ・サンクチュアリ・川口
参加者層	子ども～90 歳代（女性が多い）
活動場所	川口駅前市民ホール「フレンディア」、川口総合文化センターなど
活動の目標	総合型地域スポーツクラブとしてあらゆる人々に対し、スポーツに関わる活動を提供する
運営費	会員の年会費、各種公的助成金
自治体との連携	川口市の事業担当者との連携。市の広報でも介護予防事業が周知・PRされている

ここがスゴイポイント

あらゆる年齢層を対象とした多様なフィットネス・スポーツ活動を展開

幼稚園児・小学生から高齢者に至るまで、あらゆる年齢層を対象にして、ほぼ毎日多種多様なフィットネス・スポーツ活動を展開しています。

全体で 400 人超の会員（参加者）が 20 近くのクラスに分かれていますが、無料体験期間を設定し、参加者が自分に合うクラスを見つけられるように工夫しています。

また、各教室の指導者同士も緊密に連携して、（自分の教室に合わないが他の教室には合いそうな）参加者を紹介し合う取組を進めています。

教室以外にも会員同士のプライベートな食事会や趣味などのつながりがあり、活動全体の成果発表会も毎年開催されています。

アクティブフィット club の風景

専門家のひとこと

地域住民が会員で、会員は教室の運営や事業のスタッフとしても活動しています。多種目で多志向の教室は横断的に連携し、介護予防事業の担い手になっています。

特に都市部の「通いの場」として、総合型地域スポーツクラブは非常に可能性があると言えます。

自治体としての連携ポイント

市の介護予防などの事業との連携

川口市や地域包括支援センターの事業担当者とは日頃から連携を図っています。また、川口市の「介護予防ギフトボックス事業」や「生き生きデイサービス事業」への参加を通じ、市の広報でスポーツ・サンクチュアリ・川口の介護予防活動が住民に幅広く周知されており、参加者の拡大につながっています。

全体の成果発表会

かいらハウス

場の活用　多世代　参加しやすい

静岡県藤枝市　●人口 146,173人●65歳以上人口 41,921人●高齢化率 28.7%　（2018年1月1日時点・出典「住民基本台帳」）

かいらハウスでは、高齢者から子ども、障がいがある方々まで世代を超えて気軽に立ち寄っておしゃべりしたりお茶を飲んだりする「場」を提供しています。

一人暮らしの高齢者や生きづらさを抱えた若者たちが地域で孤立しないように、いつも話し相手がいて安心できる「みんなの居場所」を開設し、人と人とのつながりや絆を深めています。

平日は食堂とくつろぎカフェ、交流ワーク（内職）、さらになごみの場（歌声喫茶・歌声広場）、リフレッシュ体験、機織り体験、月１回の「おい・わか・こども食堂」を定期的に開催します。

活動概要

継続年数	４年
主体	任意団体かいらハウス
参加者層	高齢者（男性１割・女性９割）
活動場所	藤枝市 かいらハウス
活動の目標	「皆良＝みんな　よし」という意味のとおり 地域の皆んなが楽しく集まる「居場所」の実現
運営費	食堂、地産商品販売、イベント参加費などの収益
自治体との連携	藤枝市・社会福祉協議会などと連携

ここがスゴイポイント

地域に根付くみんなの居場所を提供

かいらハウスは、利用者とスタッフ相互の交流の場づくりを目的としています。

すなわち、①出会いの場、②つながりの場、③わかち合いの場、④助け合いの場、⑤生きがいの場として、地域に根付くみんなの居場所を提供しています。

無理なく自分にできる社会参加を通じて、自分の経験や技能を伝えることができる場でもあります。今では、朝から夕方まで自由に地域の高齢者・障がい者、子どもや若者が過ごすことができるほか、さまざまなイベントや事業を展開しています。

代表は、「みんなが集える拠点がほしい、という当初の想いから、地域に密集した『居場所づくり』の実践に奮闘中です」と話しています。

食堂とカフェ

自治体としての連携ポイント

市の「おいで事業」に認定

かいらハウスは、居場所事業として2015年から藤枝市社会福祉協議会の「おいで事業」に認定され、居場所に対する運営費の補助を受けました。2016年には静岡県社会福祉協議会による「ふれあい基金」の補助対象事業となり、2017年には介護予防・日常生活支援事業の通所型サービスB型に参入し、登録団体として登録されました。代表は、かいらハウスの運営などの経験から、藤枝市の高齢者のための支え合いの地域づくりを推進するための施策などを協議する場である「第１層協議体」に学識委員として参画もしています。

地産商品を販売

専門家のひとこと

この「通いの場」は、地域の課題を丸ごと受け止めるための拠点です。

長年、障害者福祉施設で働いてきた代表だから、高齢者も障がい者も引きこもりも生活困窮者も就労困難な人たちも、或いは子どもやひとり親も、「みんな」がここにやってくるのでしょう。

「通いの場」に、専門職のこれからの役割があると言えるのではないでしょうか。

NPO 法人 JA あづみ

くらしの助け合いネットワークあんしん

場の活用　民間企業との連携　多様なプログラム

長野県安曇野市　●人口 98,056人●65歳以上人口 29,572人●高齢化率 30.2%　（2018年1月1日時点・出典「住民基本台帳」）

本事業では、地域活動の人材づくりの場である「生き活き塾」、家庭菜園やみんなで借りた畑で安全な野菜などを育て、それらを農産物直売所兼ドライブインで販売する「ふれあい市安曇野五づくり畑」、エネルギー自給を目指して菜の花やひまわりを育てて菜種油やひまわり油を搾る「菜の花プロジェクト」などが立ち上げられています。

活動概要

継続年数	20年（NPO法人化は平成25年～）
主体	NPO 法人 JA あづみ くらしの助け合いネットワークあんしん
参加者層	高齢者、特に後期高齢者が多い
活動場所	安曇野市内および松本市の一部
活動の目標	住み慣れたところで、住み慣れた家で、あんしんして生き活きと暮らし続けることのできる里づくり
運営費	参加者の会費、公的補助
自治体との連携	JA あづみや安曇野市との連携

ここがスゴイポイント

暮らしやすい地域を自分たちで作るという信念を共有

NPO 法人理事長を中心に、組織内では「暮らしやすい地域を自分たちで作っていく」という強い信念が共有されています。そのため、活動資金の獲得から活動拠点の確保、事業内容の企画・運営、各事業の質の担保に至るまで、理事長や理事が積極的に行動して事業を軌道に乗せてきました。

自治体としての連携ポイント

JA あづみや市との強い連携体制

母体組織である JA あづみや安曇野市との連携体制を取りながら、社会参加から介護サービスまでを「お互い様」「支え合い」の視点で切れ目なく提供しています。

ミニデイ「あんしん広場」の一場面

専門家のひとこと

JA はみんなが役割を持ち、みんなで支え合う組織。まさに地域共生社会です。協同組合の理念で一人ひとりが輝く地域を目指せば、全国で「あんしん」はできます。

佛子園・西圓寺

場の活用　参加しやすい　多様なプログラム

石川県白山市（法人本部）　●人口 113,410 人●65 歳以上人口 30,033 人●高齢化率 26.5%　（2018 年 1 月 1 日時点・出典「住民基本台帳」）

「福祉で街づくり」という発想で、地域貢献と福祉サービスを起点とした包括的社会を目指し、高齢者や障がい者を含むあらゆる人が分け隔てなく集える拠点を運営し、人と人の絆を育む地域社会実現を展開しています。

和室食堂

専門家のひとこと

施設を近隣住民に開放し、人とのつながりを日常のなかで作り出し、「美味しい」「きれい」と感じられる「通いの場」にする。
そう決めれば、福祉施設はここまでできるのです。

活動概要

継続年数	58 年
主体	社会福祉法人佛子園
参加者層	50 歳～80 歳代・女性中心
活動場所	白山市佛子園、小松市西圓寺
活動の目標	複合型の福祉サービスを充実させ、地域の交流や人々の出会いを実現する通いの場を提供
運営費	通所介護・障害者自立支援利用者の自己負担
自治体との連携	地元福祉行政と連携、雇用にも貢献

ここがスゴイポイント

障がい者を雇用し、活躍の場を提供

天然温泉や飲食業の経営、地産商品の販売やウェルネス、イベント開催などの事業展開が、地域の高齢者の寝たきり防止や障がい者の雇用促進にもつながっています。施設周辺の地域住民に対して入浴無料とする温泉事業は特に集客力が高い事業です。

自治体としての連携ポイント

福祉サービス、子育て支援で密に連携

福祉サービス（短期入所、デイサービス、重度訪問介護および障害者就労継続支援事業やグループホーム運営など）や子育て支援施設（児童発達支援センター、放課後等デイサービス、保育園など）の運営において、石川県や白山市との切れ目のない連携を図っています。

BABAlab さいたま工房

場の活用　民間企業との連携

埼玉県さいたま市　●人口 1,292,016人●65歳以上人口 293,290人●高齢化率 22.7%　（2018年1月1日時点・出典「住民基本台帳」）

BABAlab さいたま工房とは、一軒家の空き家を活用した、高齢者が地域で働き、人とつながれる場所です。そこでは、高齢者ならではのアイディアや経験を活かして、オリジナルの孫育てグッズ「抱っこふとん」「孫育てほにゅうびん」などが製造・販売されています。

活動概要

継続年数	8 年
主体	BABAlab（運営：シゴトラボ合同会社）
参加者層	40 歳～80 歳代・女性中心
活動場所	BABAlab さいたま工房
活動の目標	100 歳になっても自分らしく働き、いきいきと暮らし続けられる社会の実現
運営費	商品の販売収入
自治体との連携	現在の活動本体についてはなし

ここがスゴイポイント

シニア女性が活躍、ヒット商品も

幅広い世代の女性（おばあちゃんも含む）が、自主的に商品を企画・開発・製造・販売するというビジネスモデルを確立し、ヒット商品も生み出しています。具体的な仕事の内容は、各自の得意・不得意や心身機能の変化などにも配慮し、参加者の誰もが役割を担えるようにしています。

自治体としての連携ポイント

シニアの起業講座などで連携

起業した当初は、さいたま市の公益財団法人産業創造財団から、商品開発の手法や営業活動について助言が得られました。岐阜県にある BABAlab ぎふいけだ工房では、池田町の地域創生推進交付金を受けています。

BABAlab さいたま工房の製造現場

専門家のひとこと

90 歳のおばあちゃんとなると、働く場もなかなかないし、子連れママと世代を越えてつながる機会もあまりない。「工房」は、それを叶える「通いの場」になり得ます。

株式会社池田介護研究所

多世代　民間企業との連携　参加しやすい　多様なプログラム

青森県八戸市　●人口 232,361人●65歳以上人口 66,956人●高齢化率 28.8%　（2018年1月1日時点・出典「住民基本台帳」）

小規模デイサービス事業・居宅介護支援事業・介護旅行事業の３本を柱に、子どもからお年寄りまで、障がいの有無に関わらず、「仕事」「健康と美」「趣味活動」「生活」のプログラムから社会的自立と共生社会の実現を目指した、介護保険事業の枠組みに捉われないセルフデザインモデル事業を実施しています。

活動概要

継続年数	6 年
主体	株式会社池田介護研究所
参加者層	60 歳代以上（男性１割・女性９割）
活動場所	かなえるデイサービスまる など
活動の目標	子どもからお年寄りまで、障がいの有無に関わらず、社会的自立と共生社会の実現を目指す
運営費	介護保険サービスの収入、商品の販売収入
自治体との連携	八戸市と連携

ここがスゴイポイント

シニア層のアイディアやスキルを生かしたビジネス展開

セルフデザインモデル事業の一環として、利用者のアイディアやスキル・経験を活かしたビジネスを展開しています。具体的には、漬物や味噌などのオリジナル商品が東京などでも販売されています。また最近では、１個売れたら１円を利用者に還元する仕組みを作り上げ、地元で昔食べられていた「お菓子豆しとぎ」と「干し餅」の製造・販売を目指しています。

高齢者みんなで農作業

自治体としての連携ポイント

密な連携で事業展開しやすい環境づくり

行政の担当者とは日頃から交流があり、事業展開を行いやすい環境であると言えます。

専門家のひとこと

デイサービスの利用者が商品を製造・開発・販売するビジネスの担い手になる。参加者がその意志を持ち、誰かが少し支えられれば、できるのです。

芦屋市シルバー人材センター

はつらつ憩サロンと介護予防講座

参加しやすい　多様なプログラム

兵庫県芦屋市　●人口 96,332人●65歳以上人口 27,070人●高齢化率 28.1%　（2018年1月1日時点・出典「住民基本台帳」）

はつらつ憩サロンは、体操などの健康プログラムと工作などの文化系プログラムを組み合わせて月４回実施する通いの場です。また介護予防講座では、麻雀や健康体操、歌の教室などの講座が定員 20～30 人程度で実施され、運営主体はシルバー人材センターの会員が担っています。

活動概要

継続年数	5 年
主体	公益社団法人芦屋市シルバー人材センター
参加者層	憩サロン（80歳代・女性中心） 介護予防講座（60歳代以上・女性中心）
活動場所	シルバー人材センター
活動の目標	高齢者ができるだけ長く就業や社会貢献に関われる仕組みづくり
運営費	受講料、参加費、公的補助など
自治体との連携	芦屋市との連携

ここがスゴイポイント

シルバー人材センターを“通いの場”に

シルバー人材センター「はつらつ館」そのものが、地域の高齢者のための拠点となっています。介護予防講座では、シルバー人材センター会員の豊富な経験や知識・スキルが、多様なプログラムの実施を可能としています。また、憩いサロンでは看護師資格を持つ会員が必ず参加し、参加者の健康管理にも注意を払っています。

自治体としての連携ポイント

市は事業の立ち上げを支援

芦屋市との連携のもと、憩サロン・介護予防講座の立ち上げ支援、依頼すれば講師（保健師や管理栄養士など）派遣、補助金などで協力を得られています。

健康表現体操

専門家のひとこと

小さく多様な仕事を創出するからこそ、高齢者が自分に合った仕事を選び、スキルを活かし続けられる。シルバー人材センターの新たな可能性と言えます。

男のセカンドライフ大学校

多様なプログラム

神奈川県横浜市港南区　●人口 215,180人●65歳以上人口 60,284人●高齢化率 28.0%　（2018年1月1日時点・出典「住民基本台帳」）

退職後間もない地域の男性を対象に、健康・文化・嗜好品などに関する体験学習機会を提供しながら、地域の現状と課題についても学べる講座を開講します。講座終了後、卒業生には地域のボランティア活動、社会貢献活動へと参加してもらうことを主旨としています。

地域ボランティア活動（認知症の方・不登校・引きこもりの方のための農場）

専門家のひとこと

シニア男性が家から出て、仲間を作り、地域で必要とされる「通いの場」を提供するために何ができるか。シニア男性向けの講座なら日本中にあります。しかし、本気になっていなかったのかもしれません。

ここがスゴイポイント

講座卒業生が地域活動を盛り上げていく仕組み

講座の卒業生（現在 120 人以上）は、地域活動（祭りや行事、リビングラボ*、認知症の方などのための農場運営など）に活発に参加しています。また、卒業生は同期ごとにグループを形成し、定期的に会議・集会を開催しながら互いに交流を深めています。

※リビングラボとは、産（企業）・官（港南区社協）・学（大学）・民（地域住民）の４者が集い、地域課題を解決するようなアイディアを創出していく取組のことです。

活動概要

継続年数	14 年
主体	社会福祉法人横浜市港南区社会福祉協議会
参加者層	60 歳～70 歳代・男性
活動場所	港南区社会福祉協議会・地域ケアプラザなど
活動の目標	退職後間もない男性層に、地域ボランティア活動にデビューしてもらう
運営費	受講料、公的補助、企業の寄付など
自治体との連携	港南区などと連携

自治体としての連携ポイント

月に一度の運営会議で一体感ある運営

運営においては、社会福祉協議会職員２人、区職員１人、地域ケアプラザの地域交流コーディネーター・生活支援コーディネーター 18 人による運営会議を月に１度開催し、内容の企画・講師の選定を行います。

● 自治体の特色を生かした通いの場づくり

住民主体の介護予防を進めるにあたっては、県と市区町村ではアプローチが異なります。県レベルでは大きさを生かして効果的な広報活動を、市区町村では地域の実情に合った地域活動が重要な活動の一つです。ここでは、首都圏での県・市区町村の取組と、地域資源を利用した活動を紹介します。

ちいきデビューひっぱりガールズ

埼玉県県民生活部共助社会づくり課

活動概要

「ちいきデビューひっぱりガールズ」とは、「社会全体で高齢者の地域デビューを応援したい」との思いを持つ埼玉県内の自治体職員有志などが、2017年8月に結成した女子グループです。メンバーは自らの意思で地域活動に参加し、その楽しさや魅力をSNSなどで発信しています。

ここがスゴイポイント

埼玉県では、同グループの活動と「地域デビュー楽しみ隊」の活動（50歳以上の埼玉県民が、隊員として多様な地域活動に参加し、その楽しさや魅力をメディア・SNSなどで発信する）を地域デビュー推進のための広報戦略に位置づけ、あらゆる世代が高齢者の地域デビューを後押ししています。

住民から活動希望の声が上がる通いの場づくり

東京都町田市

活動概要

町田市は、2003年より、地域での介護予防を見据えて高齢者の通いの場活動（自主グループ活動）を奨励してきた背景から、住民の自主活動が活発な地域です。多種多様な住民主体の介護予防活動（社会参加活動）団体の数は増え続け、その数は2018年12月現在で400か所を優に超えています。

ここがスゴイポイント

町田には数多くの通いの場がありますが、体操型通いの場の展開を目指して独自に開発した「町田を元気にするトレーニング」、通称「町トレ」では、住民への説明会を丁寧に開催し、導入を希望したグループには、継続支援（体力測定など）のサポートを行ってきました。適切な説明と支援、そして住民の主体性を信じた姿勢からその数は増え続けています。

高齢者の通いの場としての銭湯

全国各地

活動概要

都市圏を中心に、一部の地域では早くから銭湯が地域資源として活用され、高齢者の通いの場となっています。具体的な活動内容は、参加者の健康増進・介護予防を目的とした体操や各種イベント、健康講座など広範におよび、それらの多くが営業時間外の時間を有効に活用する形で実施されています。

ここがスゴイポイント

自治体との連携で入浴補助制度などを活用している銭湯では、利用者が一定の条件を満たすことで、健康増進・介護予防の各種プログラムへの参加と入浴を無料、もしくは低額負担で利用できます。

通いの場の展開には、場所の問題から資金、活動内容といった問題が地域別に存在します。このような問題に直面した場合、自治体だけで抱えるのではなく、地域に点在する有料老人ホームとの連携や、ボランティア人材を活用することで解決できる可能性もあります。ここでは、その例を見ていきましょう。

有料老人ホームと地域包括支援センターとの連携による通いの場の展開　株式会社ベネッセスタイルケア

地域密着型　有料老人ホーム

株式会社ベネッセスタイルケアが運営するグランダ武蔵浦和では、施設内食堂を活用した体操教室を開催しています。同じくリハビリホームまどか戸田では、認知症当事者や家族、関係者、入居者向けのまどかカフェ（認知症カフェ）を開催しています。

活動概要

- 継続年数：3年（ホームにより異なる）
- 主体：株式会社ベネッセスタイルケア
- 参加者層：主に60歳代以降・女性中心
- 活動場所：有料老人ホーム
- 活動の目標：地域住民とホームで生活をされるご高齢者が交流、共存できる場を実現
- 運営費：活動に必要な材料費のみホーム運営費で負担
- 自治体との連携：地域包括支援センターとの連携

ここがスゴイポイント

体操教室や認知症カフェを通じて、参加する住民同士のみならず、住民と施設入居者との交流も生まれるようになりました。それにより、有料老人ホームに対する地域での、介護拠点としての認知度が向上しました。

自治体としての連携ポイント

活動内容の検討や日程調整、講師手配、周知など、施設と地域包括支援センター（包括）との切れ目のない連携が図られています。開催時には地域包括支援センター（包括）職員が同席し、参加者や家族からの相談対応・施設職員との情報共有も行われます。

グランダ武蔵浦和

リハビリホーム
まどか戸田

“プロボノ”の可能性　誰もが役割を持ち生産層として社会と繋がり続ける

社会貢献活動　プロジェクト型助成

「プロボノ」とは、社会的・公共的な目的のために仕事で培った経験・スキルを活かす社会貢献活動を意味します。サービスグラントでは、さまざまな知識や専門性を有する市民（「プロボノワーカー」）と、社会的課題解決に取り組む非営利組織（NPO・地域活動団体など）とをマッチングし、活動資金ではなく、課題解決を支援する「プロジェクト型助成」を提供しています。

ここがスゴイポイント

プロボノワーカーはプロジェクトチームを結成し、非営利組織が抱えるさまざまな問題に対して、彼らのスキルや専門性を活かした多様なプロボノを展開しています。

活動は基本的に無償です。

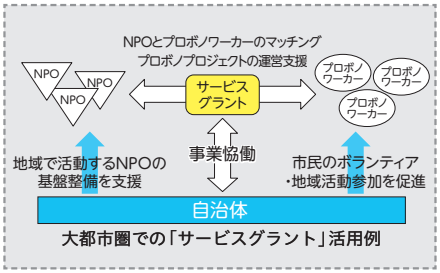
自治体としての連携ポイント

地域づくりにおいては、自治体による地域全体での創意・工夫がかえって個々の活動・現場を行き詰まらせてしまうこともあります。そのため、自治体がプロボノワーカー（市民）と連携することにより、地域づくりの主体である団体・住民に対して運営ノウハウや活動支援といったブレイクスルーを提供することが可能となります。

活動概要

- 継続年数：14年（NPO法人化は2009年～）
- 主体：認定NPO法人 サービスグラント
- 参加者層：4,600人以上（20歳～50歳代）
- 活動場所：東京と関西が中心
- 活動の目標：既存組織・団体の中間支援を通じてそれらの基盤を強化し、地域の課題解決や事業展開を導く
- 運営費：助成金・補助金・寄付金・事業収益、その他
- 自治体との連携：プロボノを通じて全国自治体と協働

自治体エリア（首都圏・関西圏のみ）



大都市圏での「サービスグラント」活用例

出典：認定NPO法人サービスグラント　ホームページ

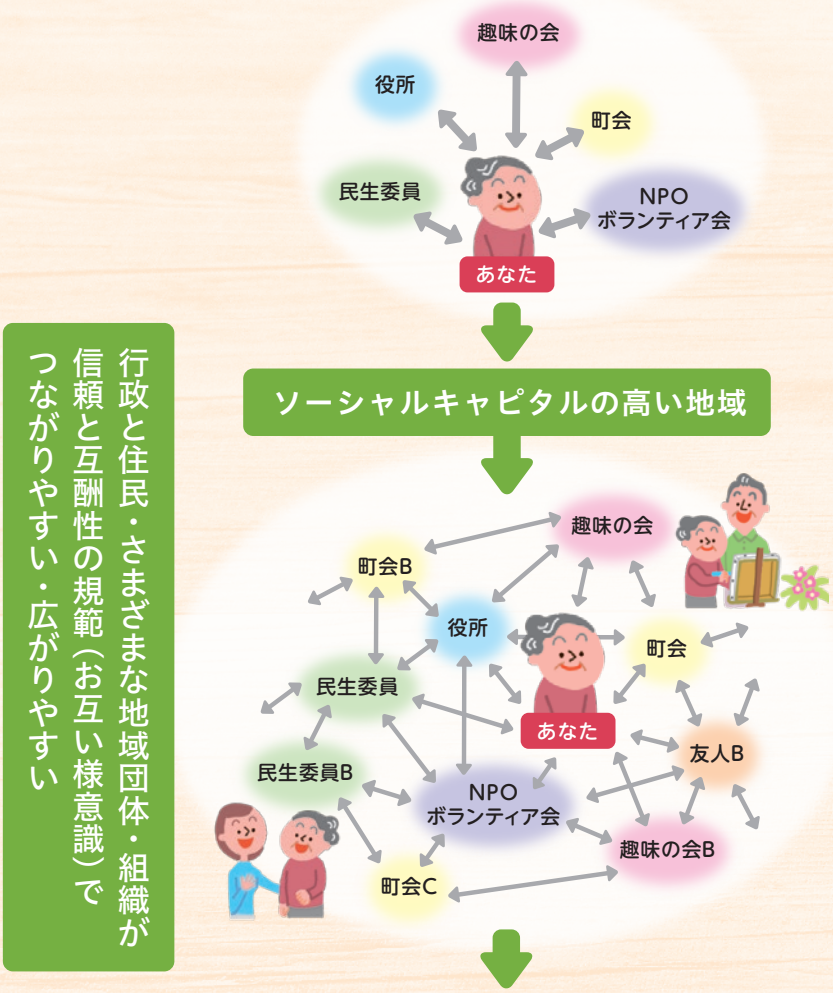
“通いの場”づくりのこれからに向けて

今回紹介した事例を通して分かってきたことの 1 つに、通いの場の成否には、通いの場の立ち上げ・運営に関わるスタッフの熱意と行動力が大きく影響するという点があります。これは自明なことかもしれませんが、通いの場の成功に対してかなり大きな割合を占める要因です。このような熱意溢れるキーパーソンを見つけることも重要ですが、そもそもこのようなキーパーソンは住民が手を挙げやすく、地域活動が活発な地域に多く存在するのかもしれません。

「地域づくりによる介護予防推進支援事業」では「住民主体の介護予防」を一つの目標としていますが、介護予防を住民主体で進めるためには、その地域のソーシャルキャピタル（社会・地域における人々の信頼関係や結びつき）が高くなければなりません。キーパーソンが活躍できる背景には、それを応援する人・団体が多数存在するとともに、いわゆる「出る杭を打つ」ような否定的な人が少ないという状況があるようです。つまり、ソーシャルキャピタルが醸成された地域に「場」は生まれやすいと考えられます。例えば、多様な背景・価値観を持つ人が信頼感をもって集う多世代型の通いの場は、今回の好事例のなかで多々見られました。こうした多世代型の通いの場は、元々ソーシャルキャピタルが高い地域に生まれやすいとともに、多世代型の通いの場が生まれたことにより、さらにその地域のソーシャルキャピタルが醸成されるという好循環が生じているのでしょう。行政と住民の信頼感を高めるような通いの場を設けることで、その地域のソーシャルキャピタルが高くなり、波及的に住民主体の介護予防が推進するのではないでしょうか？　ひいては「我が事・丸ごと」の地域へと進展することが期待されます。

こうしたプロセスはガーデニングのようなものです。「うちの地域はまだまだ」と不安な方も心配ありません。ソーシャルキャピタルが醸成されていない地域とは「耕されていない畑」に例えられます。そして、運動・体操だけにこだわらない多様な目的で集う特徴的な場を作ることは、さまざまな種をまくことにあたります。鍬入れさえ怠らなければ「たね」の種類が多いほど、いずれは、その畑に合った芽が出るものです。今回、好事例の収集を通じて、こうした特徴的な通いの場づくりはソーシャルキャピタルづくりと表裏一体であることを確認することができました。まずは、あなたの畑に合う「たね」を探すことから始めませんか。

地域力（ソーシャルキャピタル）の醸成・向上



多様な通いの場が生まれ、
継続しやすい地域へ

地域の通いの場を通じてソーシャルキャピタルが高まると
住民主体の介護予防が促進される

こんな「通いの場」もある!? 地域の実情に応じた官民連携のヒント

企画・発行／地方独立行政法人 東京都健康長寿医療センター
制　作／株式会社 社会保険出版社
問合せ／地方独立行政法人 東京都健康長寿医療センター研究所
社会参加と地域保健研究チーム
〒173-0015 東京都板橋区栄町 35 番 2 号
TEL：03-3964-3241
無断転載・複製を禁ず