

厚生労働科学研究委託費（長寿科学研究開発事業）

委託業務成果報告（業務項目）

業務項目名：

地域診断と見える化ツールを活用した介護予防施策マネジメント・パッケージの開発

d. 介護予防事業計画の立案までのマネジメント・プロセス開発

d-10. 松浦市

高齢者サロンの立ち上げにおける地域診断の役割と高齢者サロンの評価

- 長崎県松浦市の介護予防サポーターによる「お寄りませ」の活動より -

研究分担者 山谷麻由美 長崎県立大学看護栄養学部看護学科 講師

研究要旨 長崎県松浦市の実践事例から、介護予防Webアトラス等による地域診断が、高齢者サロンを立ち上げる過程に及ぼした役割を明らかにすると共に、サロンが高齢者に及ぼした影響を評価することを目的とした。

高齢者サロン「お寄りませ」における地域診断の役割は、地域の高齢者の現状と課題を根拠に基づいて明確にする、現状と課題を住民や関係者が理解し共有するための資料となる、高齢者のニーズや地域の将来の姿を考えるきっかけを作る、取り組むべき課題の明確化と具体的な対策を考える材料となる、サロンの活動が参加高齢者のニーズに答えられているかを判断するための資料となることなどがあげられた。また、参加高齢者は対話や食事などを楽しみにしており、心身共に元気になり、口伝えで参加者が増加していることから、地域診断で調川地区や松浦市の課題として抽出した孤食・外出頻度の低さなどを解決することにつながる活動になっていると考えられた。

に成り立つシステムであり、地域の状況や健

A. 研究目的

「地域における保健師の保健活動に関する指針」でソーシャル・キャピタル(以下、SC)の醸成・活用が明記された¹⁾。背景には、多様化・高度化する住民ニーズに対応するため、住民の自助や共助を支援する必要があるという認識がある。SCの醸成・活用が地域づくりの基本に位置づけられる中で、その基盤となる地域住民と自治体保健師との協働は今後ますます重要となる。

国は、団塊の世代が75歳以上になる2025年を目途に、地域包括ケアシステムの構築を目指している。これは、自助・共助・公助のもと

康課題を様々な人々が共有し共に考えることが重要であることから、保健師等による地域診断は欠かせないものと言える。しかし、政策上の変化からの業務量の増加や合併による配置転換などで、保健師が地区組織活動に従事する時間は減少しており、地域診断の時間を十分に確保できないことが考えられる。これらのことから、SCの醸成・活用は地域包括ケアシステムの構築においても極めて重要でありながら、容易ではない現状があると言える。

厚生労働省の「見える化」事業による地域診断データ：介護予防Webアトラスや10万人

規模の横断疫学研究の結果をベースとして開発した地域診断ツール：JAGES-HEART（研究代表者；近藤克則）は、介護予防に関する根拠に基づいた地域診断を助けるものとして期待されている。しかし、地域診断結果を提示するのみでは活用されにくいことから、地域診断から計画・実施・評価の事例を示すことが必要であると考える。

以上のことから、本研究は、長崎県松浦市の実践事例を示すことで、介護予防Webアトラス等による地域診断が、住民ボランティアが高齢者サロンを立ち上げる過程にどのような役割を果たしたかを明らかにすると共に、サロンが高齢者にとってどのような影響を及ぼしたかを評価することを目的とする。

B. 研究方法

1. 長崎県松浦市の概要

長崎県松浦市（以下、松浦市）は、長崎県北部の北松浦半島に位置し佐賀県に隣接している。県庁所在地の長崎市からは車で約2時間（有料道路利用時）である。周囲を海と山に囲まれた自然豊かな土地であり、第三次産業が最も多いが、第一次産業（漁業・農業）も盛んである。平成18年1月1日に、旧福島町・旧鷹島町と新設合併し新市制による松浦市となった。人口は、平成22年の国勢調査で25,018人、高齢者数7,523人（29.9%）である。人口の流出と高齢者の増加で少子高齢化が進んでおり、介護予防や生きがい対策、孤独死の予防が重要な課題となっている。

2. 調査方法

1) 地域診断と高齢者サロン：つきの川ほっとステーション「お寄りませ」（以下、「お寄りませ」）の発展過程

松浦市健康ほけん課の担当保健師から、地域診断と「お寄りませ」への参加者の概要の情報収集を行った。

2) 「お寄りませ」が高齢者に与えた影響

(1) 対象者

参加高齢者

参加高齢者で内容理解と時間的余裕のある人で研究に協力してくれる高齢者を市担当保健師に選定してもらった。

調川地区住民による介護予防サポーター（ムーンリバー「月の川」）

調査当日、活動しているサポーターとした。

(2) 方法

フォーカスグループインタビュー（以下、FGI）を行った。サポーターへは1時間30分程度、参加高齢者には30分程度で実施した。

(3) FGIの内容

参加高齢者

「参加の理由」「参加して良かったこと」「参加することで変わったこと」「要望」を尋ねた。

サポーター

「参加高齢者への効果」「参加高齢者の変化」を尋ねた。

3. 倫理面の配慮

対象者には、市担当保健師が事前に研究の主旨や調査目的と内容の説明を行い、調査当日に研究者が改めて説明し、同意を得たものに対して調査を行った。倫理的配慮の内容は、対象にかかる負担や録音、調査への参加および拒否・中断の自由、データ使用の範囲と管理方法、個人のプライバシーの保護の厳守である。なお、本研究は、長崎県立大学の倫理委員会の承認を得て実施した（承認番号190）。

C. 研究結果

1. 「お寄りませ」の立ち上げと地域診断

1) 保健師による地域診断の内容

既存の資料から介護保険情報、人口動態

の情報を整理した。また、「健康と暮らしの調査」の結果は介護予防Webアトラスを用いて住民にもわかりやすいような加工をし、地区別の課題の比較や順位づけの見える化の資料（別頁で報告）を作成した。

2) 「お寄りませ」立ち上げまでの地域診断の活用

(1) 松浦市内7地区での報告会および意見交換会

保健師が実施した地域診断によって明らかになった地域の実態や課題を住民と共有するため、市内7地区で地域診断報告会および意見交換会を開催した。この会には各地区の自治会、民生・児童委員、食生活改善推進員、居宅介護支援事業者、高齢者学級参加住民が参加した。特に、高齢者の課題が多いことがわかった調川地区では、地区の状況がわかり活性化を考える機会となったという意見が多く、10年後の町を語ってもらった際には、住民が求めている「買い物支援」「移動支援」「話し相手」「交流の場」「家事支援」などが話題にあがり、住んでいる地区の将来像と将来必要なことを知り考えることの重要性を実感することにつながっていた。

(2) 介護予防・地域支えあいサポーター養成講座と地域診断

養成講座は平成25年度に5回開催された。内容は地域のリーダーとして必要な介護予防に関する知識と相談援助技術を学習するものであった。講座の中で、市担当保健師が実施した地域診断の結果を説明し、話し合う機会が設けられた。この回には講座参加者以外に介護予防教室参加者が合流し、高齢者の声を聴くことができるように工夫されていた。講座参加者は地域診断の結果から、松浦市の高

齢者の実態や課題を知ることができたとともに、高齢者の困りごとなどの生の声を聴く機会となり、「何か今自分たちにできることはないか」「力になりたい」と述べていた。

調川地区の高齢者の課題としては、孤食や外出頻度の少なさなどがあり、ニーズとしてもあがっていたことから、調川地区のサポーターは、普段孤食である高齢者が皆と一緒に食事を楽しめるような集いの場を立ち上げようと動き出し、地区の自治会長、民生委員・児童委員協議会会長、地区社会福祉協議会会長、サポーターが話し合っ、ボランティア登録を募ること、集いの場、移動販売などに取り組む方向で意見が一致して「お寄りませ」が動き出した。

2. 「お寄りませ」の概要

1) 参加高齢者の概要

平成26年3月～平成27年1月末までの参加実人数は34人であった（男性：6人、女性：28人）。参加者総数は回を追うごとに増加し、特に女性の参加者の増加が見られた（図1）。参加年齢層は圧倒的に後期高齢者が多く（図2）、特に75～84歳が多かった（図3）。介護度の内訳は、元気高齢者：29人（男性4人、女性25人）、要支援2：4人（男性1人、女性3人）、介護1：1人（男性1人、女性0人）であった。

2) 一日の流れ

月2回（第2・4水曜日の午前10時～14時）、調川地区の老人憩の家にて開催した。

「お寄りませ」の一日

9:00	サポーター集合, 昼食準備開始
10:00	「いきいきサロン」スタート
12:00	昼食
13:00	移動販売でお買い物

14:00 参加者帰宅, サポーター反省会

15:00 サポーター帰宅

3. 「お寄りませ」が参加高齢者に与えた影響

1) 参加高齢者へのインタビュー

(1) 対象者の概要

「お寄りませ」16回目（11月12日）開催時に参加した高齢者16人（男性3人、女性13人）中、FGIには8人（男性2人、女性6人）が参加した。FGIに参加した男性2人は80歳代で参加回数は12回と14回であった。女性6人は70～80歳代で参加回数はまちまちであった。

(2) 参加の理由と高齢者自身が感じた影響

（表1）

参加の理由

男性は知り合いがいない、話す相手がないなどがあり、妻との別離に関連する孤立が理由であった。女性は他者から聞いて参加したという理由が最も多かった。

高齢者自身が感じた影響

良かったこと

男性は声をかけてもらえる、対話ができる、知り合いができるなどが中心に聞かれた。女性は楽しみになっていると全員が答え、食事をみんなでとり、ゲームし、ざっくばらんに話ができるという内容をあげた。また、お金がかからないということも良いこととしてあげられた。

変化

男性はほがらかになった、気分転換になった、顔をみたくて出かけるようになった、心のつかえがとれたという声があった。女性は全員が元気になったと答えた。

要望

男性はサロン外でも会いたい、女性や

色々な人と話す機会がほしい、体を動かす運動をしたいがあった。女性は全員が特にないと答えた。

2) サポーターへのインタビュー（表2）

(1) 対象者の概要

「お寄りませ」16回目（11月12日）開催時に活動していた8人が対象であった。

(2) 参加高齢者への影響

効果

楽しみになっている、お喋りやみんなで食事をする機会が得られている、食の楽しみが持てている、滅多に会えない人に会えるのが喜びになっているがあがった。

変化

雰囲気として表情がよくなり明るくなっていることがあがった。具体的には、会話が増え自分から話しかける、他者を心配する、他者をサロンに誘う、声をかけるとサロンに出てくるようになるなどがあがった。

D. 考察

1. 「お寄りませ」の立ち上げにおける地域診断の役割

市担当保健師は地域診断による現状の把握と課題の抽出をし、戦略的に住民との協働を図っている。まず、市内の地区ごとの地域診断報告会・意見交換会を開催し、松浦市と自分たちが住む地区の現状と将来像を具体的に見せている。そのことにより住民が地区の高齢者や自らの生活や幸せを考え、自分たちも何かできることはないかと考えるきっかけを作ったと考える。また、介護予防・地域支え合いサポーター養成講座では、より高齢者やボランティア活動に関心の深い住民を対象にしていることから、地域診断の結果を報告し、現状や課題を共通理解するような機会を設け

た。さらにその回には地域の高齢者を合流させることによって、高齢者の思いや生の声を聴く機会を作って、ニーズを考えることを促している。この働きかけによって調川地区のサロンのように、孤食や外出頻度の少なさというような、地区の高齢者の現状とニーズにそった活動が検討され、立ち上げにつながっている。

以上のことから、「お寄りませ」の立ち上げにおける地域診断は、住民に地域の現状や課題を知らせると共に、課題解決に向けた対策の検討をするための根拠に基づいた情報になると言える。また、現状や課題の共有は目指すもの（目標）を明確に設定することにつながり、目標の達成に向けた活動展開へとつながると考える。住み慣れた地域で暮らし続けるためにはどうしたらよいかを考え、解決していく力を地域住民が持つことを保健師は日ごろの活動から理解している。この住民の顕在的・潜在的な力を引き出すために、いつ・だれに・どのような情報を提供することが効果的であるかを戦略的に考え地域診断を活用していくことが、今後ますます保健師に求められると考える。

2. 「お寄りませ」が高齢者に与える影響

参加高齢者は開催当初から約1年間で2倍近く増加しており、特に75～84歳の年齢層が多い。女性が増え続けているのに対して男性の参加者数は少なく横ばいである。参加理由から、男性は妻との死別や離別によって孤立し行政から促されて参加する傾向にあり、女性は日ごろから近所や友人とのつながりがあり、誘い合わせて参加したりしている傾向があることがわかる。良かったことでは、男性は、対話や顔見知りになれることがあがり、誰かと関わりを持つことを欲していることが伺える。変化も心の変化がほとんどである。女性の特徴としては、食事・ゲーム・話をみんな

でできること、楽しみになっていること、お金がかからないことが良かったことであり、誰かと何かをすることが生活の中の楽しみになっていることが伺える。変化は心身ともに元気になったと全員が答えている。要望としては、女性はないが、男性はサロン外でのつきあい、女性・色々な人との話す機会、体を動かす機会を求めており、他者との関わりの機会や関わる対象をより広げたいということが考えられる。

サポーターも参加高齢者の表情が明るく変化していることを感じており、会話が増えたり自分から話しかけられるようになったりすること、他者に気をかけられるようになっていくこと、声をかけあって参加することなどを変化として捉えている。地域診断をもとに、孤食や外出頻度の低さを調川地区の高齢者のニーズとして捉えサロンを開催してきたが、参加者が口伝えで増加していることや、生活の中での楽しみになっていること、人との関わりの中で会話や食事を楽しむことができていることから、参加者へ良い効果をもたらしていると評価できると共に、地区の高齢者のニーズに応える活動が展開されていると考える。

今後の課題としては、男性の参加者を増やすことを考える必要があるように思われる。男性の特徴として、他者と関わることを望んでいるが地区住民との日頃のつきあいがあまりなく、妻がいない状況になったときに孤立している現状が考えられる。女性は誘い合わせて参加する傾向があったが、男性は声をかけてもらったり参加を促されたりなど周囲からの働きかけを必要とする人が多いことも考えられる。また、サロンに参加しても自分から話したりするよりは話す機会を設けてもらうなどの周囲の後押しを必要としていることも伺える。男性と女性の参加の理由とサロン

が与える影響や要望が異なることから、関わり方やサロンの内容にも男女の違いを配慮することでよりニーズに沿ったものになると思われる。

どのようにしたらサロンに行ってみようと思う高齢者が増えるのか、継続的に参加するためにはどのような工夫が必要かを考えると共に、このサロンの活動が地域住民にも親しみのある近い存在として認知され、地域のサロンになっていくことが必要である。今後も参加高齢者の変化を評価すると共に、地域診断をしながら松浦市・各地区の高齢者のニーズに応えられているかを評価し、活動を継続させていくこととこのサロンの活動が広がりを見せ「住み慣れた松浦で安心して自分らしく暮らすことができる」松浦市を目指して、住民・関係者・行政が一体になってまちづくりをしていくことが重要である。

E. 結論

「お寄りませ」における地域診断の果たした役割は、地域の高齢者の現状と課題を根拠に基づいて明確にしたこと、現状と課題を住民や関係者が理解し共有するための資料となったこと、高齢者のニーズや地域の将来の姿を考えるきっかけを作ったこと、取り組むべき課題の明確化と具体的な対策を考える材料となったこと、サロンの活動が参加高齢者のニーズに応えられているかを判断するための資料となることなどがあげられる。

また、「お寄りませ」の参加高齢者は対話や食事などを楽しみにしており、心身共に元気になり、口伝えで参加者が増加していることから、調川地区のみでなく松浦市の課題である孤食・外出頻度の低さなどを解決することにつながる活動になっていると考えられ、ニーズに応え継続性を持った活動にしていくには評価と地域診断を今後も行っていく必要

があると考ええる。

F. 研究発表

1. 論文発表

山谷麻由美, 荒木典子:地域診断を起点とした地域住民や関係機関との協働のまちづくり - 介護予防 Web アトラスを活用した松浦市の試み -, 医学書院, 保健師ジャーナル Vol.70 No.09,812-816,2014

2. 学会発表

発表予定

H. 知的財産権の出願・登録状況(予定を含む)

1. 特許取得

なし

2. 実用新案登録

なし

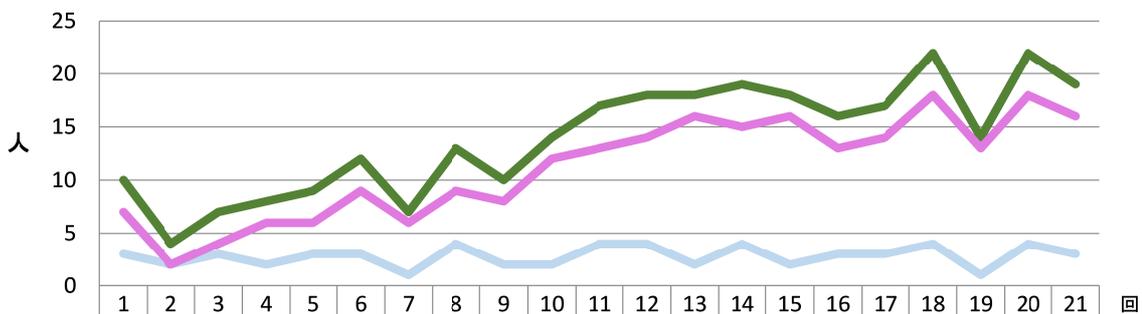
3. その他

なし

<引用文献>

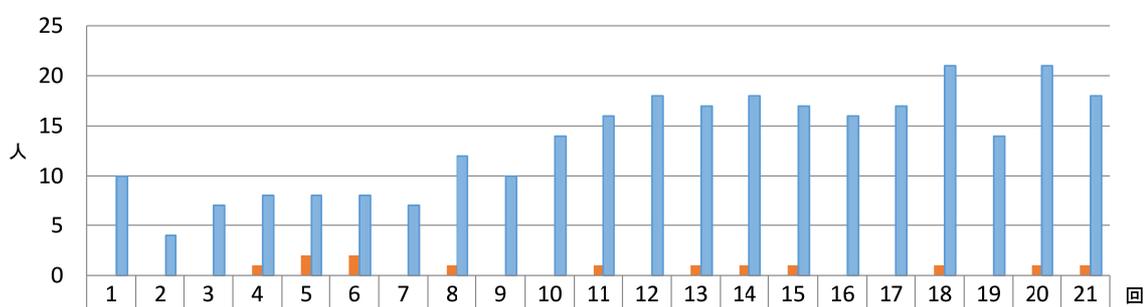
1. 厚生労働省健康局長(2013,4,19).地域における保健師の保健活動について.厚生労働省健康局

図1 平成26年度「お寄りませ」参加者の推移



参加者数	10	4	7	8	9	12	7	13	10	14	17	18	18	19	18	16	17	22	14	22	19
男	3	2	3	2	3	3	1	4	2	2	4	4	2	4	2	3	3	4	1	4	3
女	7	2	4	6	6	9	6	9	8	12	13	14	16	15	16	13	14	18	13	18	16

図2 平成26年度「お寄りませ」参加者の年齢層(前期・後期高齢者)



65歳以下	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
65~74歳	0	0	0	1	2	2	0	1	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1
75歳以上	10	4	7	8	8	8	7	12	10	14	16	18	17	18	17	16	17	21	14	21	18

図3 平成26年度「お寄りませ」参加者の年齢層(後期高齢者年齢階層)

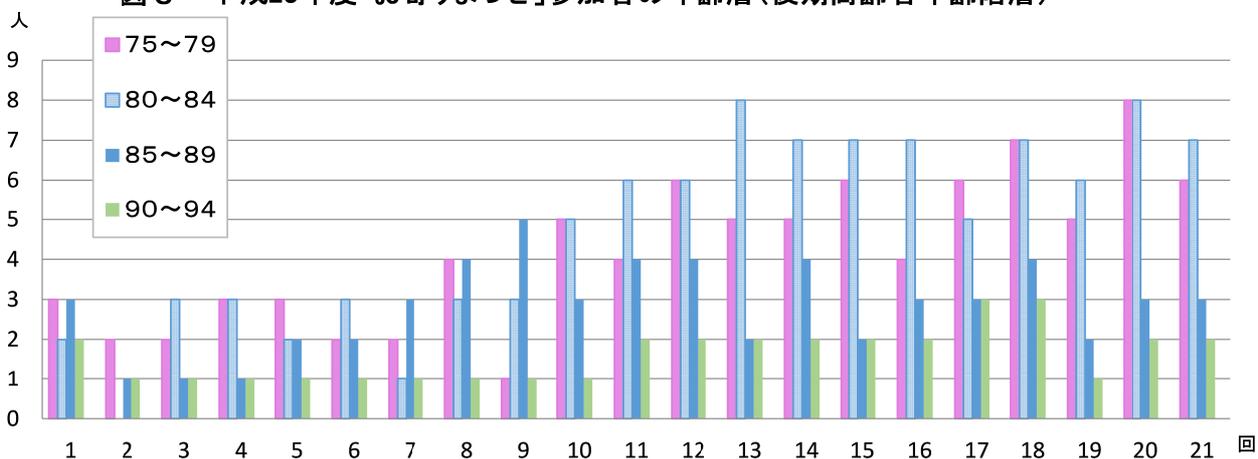


表1 参加の理由と高齢者自身が感じた影響（高齢者8人）

	男性（2人）	女性（6人）
参加の理由	<ul style="list-style-type: none"> ・妻が亡くなり誰とも話す機会がなくなった 地域包括支援センターから声かけ ・転居と妻の入所で知り合いがいなかった 地域包括支援センターから声かけ 	<ul style="list-style-type: none"> ・包括の人に誘ってもらった ・民生委員から教えてもらった ・参加している人からの口伝えで誘い合わせてく るようになった（4人）
良かったこと	<ul style="list-style-type: none"> ・みんなから声をかけてもらえる ・知り合いができて対話ができる ・対話で心がほぐれる ・話をしなくても会えば顔見知りになってほっと する ・みんなでするゲームが面白い 	<ul style="list-style-type: none"> ・楽しんでいる（全員） ・食事をみんなでできる ・ゲームができる ・お金がかからない ・ざっくばらんに話をする機会になっている
変わったこと	<ul style="list-style-type: none"> ・ほがらかになった ・気分転換ができた ・少しくらい具合が悪くても顔を見るだけでもと 出かけるようになった ・心のつかえがとれたようだ 	<ul style="list-style-type: none"> ・元気になった（全員） ・脳梗塞後遺症が出なくなって畑仕事ができるよ うになった
要望	<ul style="list-style-type: none"> ・知り合いになって外でも会えるようになったら いい ・ゲートボールなどしてみたい気もする ・体を動かせるゲーム ・女性とは話しづらいので色々な人と話す機会が あればいい 	<ul style="list-style-type: none"> ・特にない（全員）

表2 参加高齢者への影響（女性サポーター8人）

高齢者への効果	<ul style="list-style-type: none"> ・楽しんでいる ・お喋りの機会が得られている ・みんなで食事をする機会になっている ・食事をすることが楽しんでいる ・同じ地区でも滅多に会えない人に会えるのが喜びになっている ・少しは参加者の希望になっているかもしれない
高齢者の変化	<ul style="list-style-type: none"> ・明るくなっている ・表情が変わっている ・会話をよくするようになっている ・自分たちから話しかけるようになっている ・出かけなかった人が声をかけるとどうにか出てくるようになっている ・参加している人が他の高齢者に声をかけて誘うようになっている ・参加している人やサポーターが不在だと心配するようになっている