

厚生労働省老健局長 優良賞

事業者名等	古賀市健康介護課	自治体名	福岡県古賀市	分野	介護予防・高齢者生活支援
-------	----------	------	--------	----	--------------

取組タイトル	ゆかいに楽しむ古賀市高齢者の元気づくりシステム～持続可能な地域支え合いの礎へ～
--------	-----------------------------------------

WEBサイト	https://www.city.koga.fukuoka.jp/cityhall/work/yobou/kaigo_yobou/
--------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

取組の経緯・背景

- ・人生100年時代。2040年の超高齢社会に備え、在宅医療と地域福祉を進める必要があるが、地域の人間関係の希薄化が新型コロナウイルスの影響でさらに進み、一部の地域では介護予防活動が停滞し、地域間格差の拡大が懸念される。
- ・平成14年に現在の地域活動サポートセンターが設置されたが、サポーターが地域活動へ帰属する仕組みがなく、センターでの活動が多かったため、平成28年度から地域活動をサポートする拠点としてサポーターを育成し、地域活動を支援する仕組みを導入した。



運動や音楽サポーターによる介護予防活動

取組内容**1. 介護予防サポーターの育成と活動支援のための教材づくり**

- ・高齢者等が、運動や音楽、趣味など得意とする分野や興味関心がある活動で社会貢献できるよう、サポーターの育成や活動支援を行う。
- ・つどいの場や家で継続して介護予防ができるよう、古賀独自の教材（テキスト、動画、CD・DVD、啓発パンフレットなど）を市が作成する。

2. つどいの場で介護予防活動が活性化する仕組みづくり

- ・サポーターは、つどいの場などで行なった介護予防活動に応じてポイントを獲得でき、ポイントは1年に1回換金もできる。
- ・高齢者は、介護予防や地域活動に参加するとシールをもらえ、5枚集めて応募すると抽選で賞品がもらえる。
- ・年に1回、運動（ポールンピック大会）や音楽（生き生き音楽交流会）のイベントを実施し、市全域で交流を深めている。
- ・地域活動を充実させるため、運動や音楽活動の用具の貸し出しや、ご当地ゲーム（「こまめ隊の素敵シニア人生ゲーム」「介護予防川柳カルタ」など）を開発し提供している。

3. 意識づくり

- ・介護予防こまめ隊を使った啓発や定期的なサポーター研修の実施、小学校区単位での地域支え合いネットワーク意見交換会の開催、「地域支え合いネットワーク通信」の発行。

4. 多様な主体による活動と連携強化

- ・シニアクラブや住民主体のヘルス・ステーション活動実施地域との連携。
- ・各種専門職は、地域活動を中心に連携し、住民主体の活動や市民の健康づくりをサポートする。

5. 小学校区単位でのネットワークづくり

- ・校区内の良い取組みは横展開へ。地域住民や各種団体、行政等が連携して、介護予防や生活支援のネットワークづくりを推進。



ポールンピック大会（決勝大会）

概要

取組の効果

- ・活動を通して**自身の健康づくりや介護予防が促進**。個人の趣味や生きがい活動が、介護予防サポーターとしての**社会貢献活動へと発展**。
- ・歩いて行ける地域での健康づくりや介護予防の促進により、**地域内での健康や介護予防意識の向上**。
- ・一部の参加者（高齢者）はサポーターとして活動するように変化し、**地域の支え手へ**。