

# 令和6年度全国保健師長研修会

地域包括ケア～誰ひとり取り残さない保健活動を目指して～

## 講演II 地域共生社会と地域包括ケアシステム

### ～地域から始める共生社会づくり～



2024/11/8 福井県

東京都健康長寿医療センター研究所 副所長

東京都介護予防・フレイル予防推進支援センター センター長

藤原佳典

# 地域共生社会づくりの父 澁澤栄一



(1840～1931)

近江商人「売り手良し、買い手良し、  
世間良しの**三方良し**」(論語と算盤)

「貧困者を税金で養うべきではない」に反論し、「政治は仁に基いて行なうべし」公的支援の必要性を訴えた。

1872年創設、東京養育院初代院長：**生活困窮者、高齢者、子ども、障害者**の養護施設、更生施設を設置

1908年中央慈善協会（現・全国社会福祉協議会、初代会長）、日本赤十字社、らい予防協会

# 本日の話題

- 地域共生社会の基盤はつながりづくり
- つながりづくりは多世代型「仕掛け」で
  - 1) 職域との連携
  - 2) 学校との連携
- つながりづくりには、「場」が重要

# なぜ、地域づくり

## 人口ピラミッドの変化(1990~2060年)

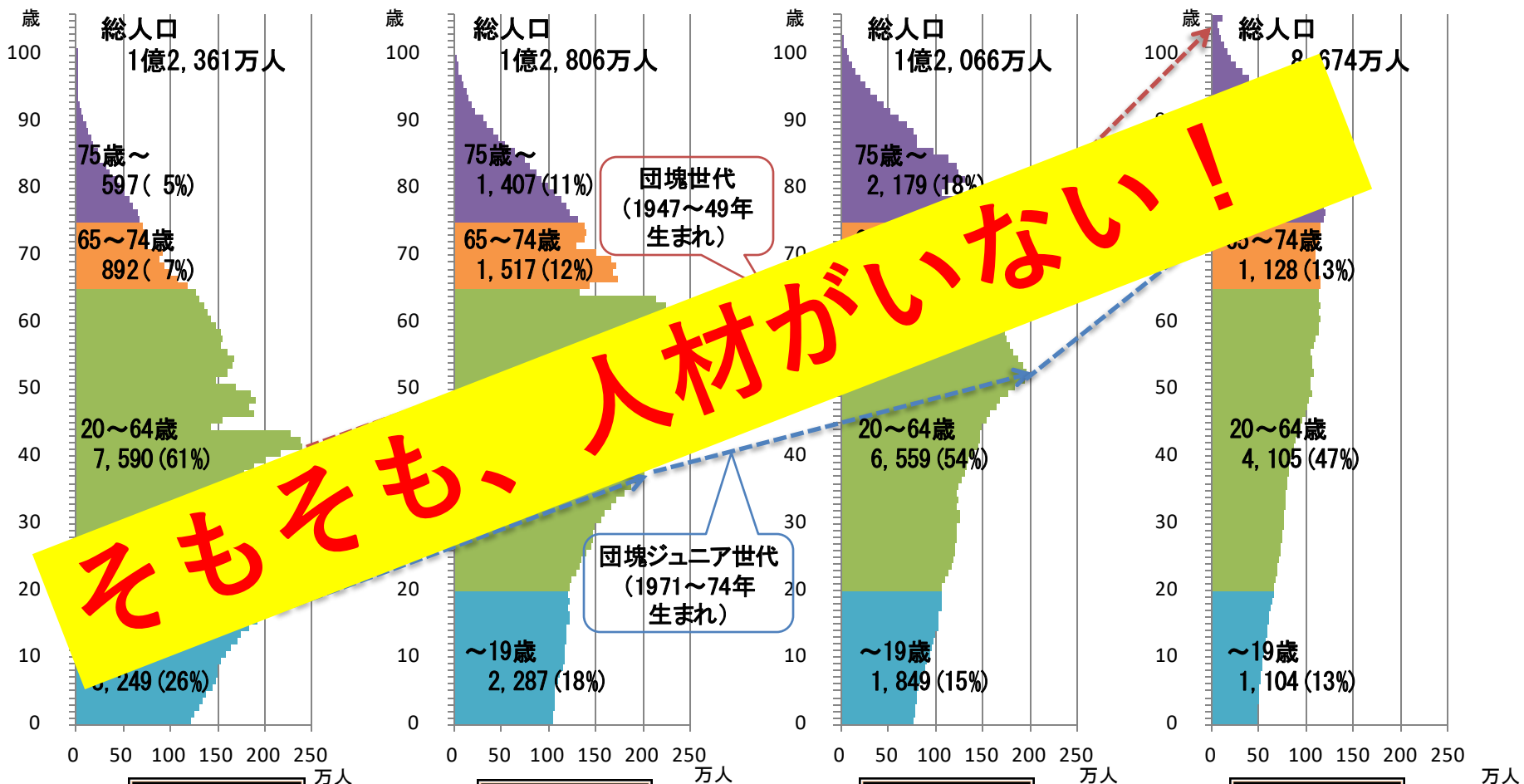
厚生労働省資料

1990年(実績)

2010年(実績)

2025年

2060年



65歳~人口 / 20~64歳人口 =  $\frac{1人}{5.1人}$

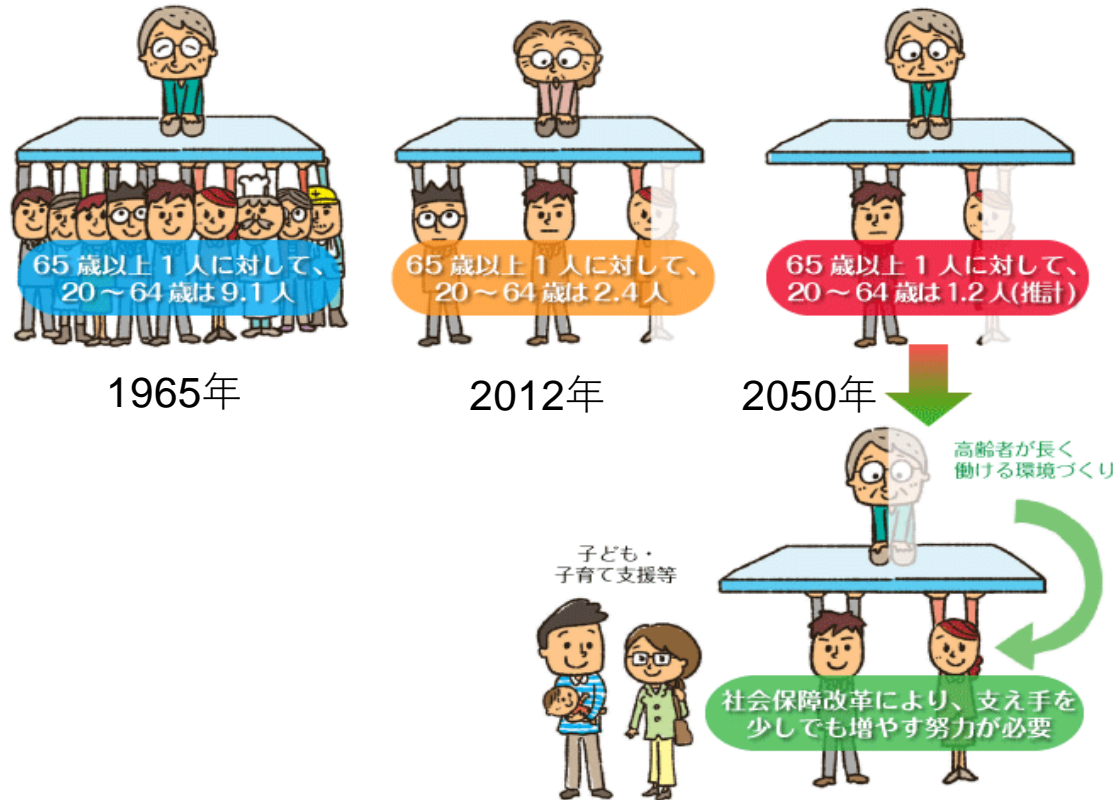
65歳~人口 / 20~64歳人口 =  $\frac{1人}{2.6人}$

65歳~人口 / 20~64歳人口 =  $\frac{1人}{1.8人}$

65歳~人口 / 20~64歳人口 =  $\frac{1人}{1.2人}$

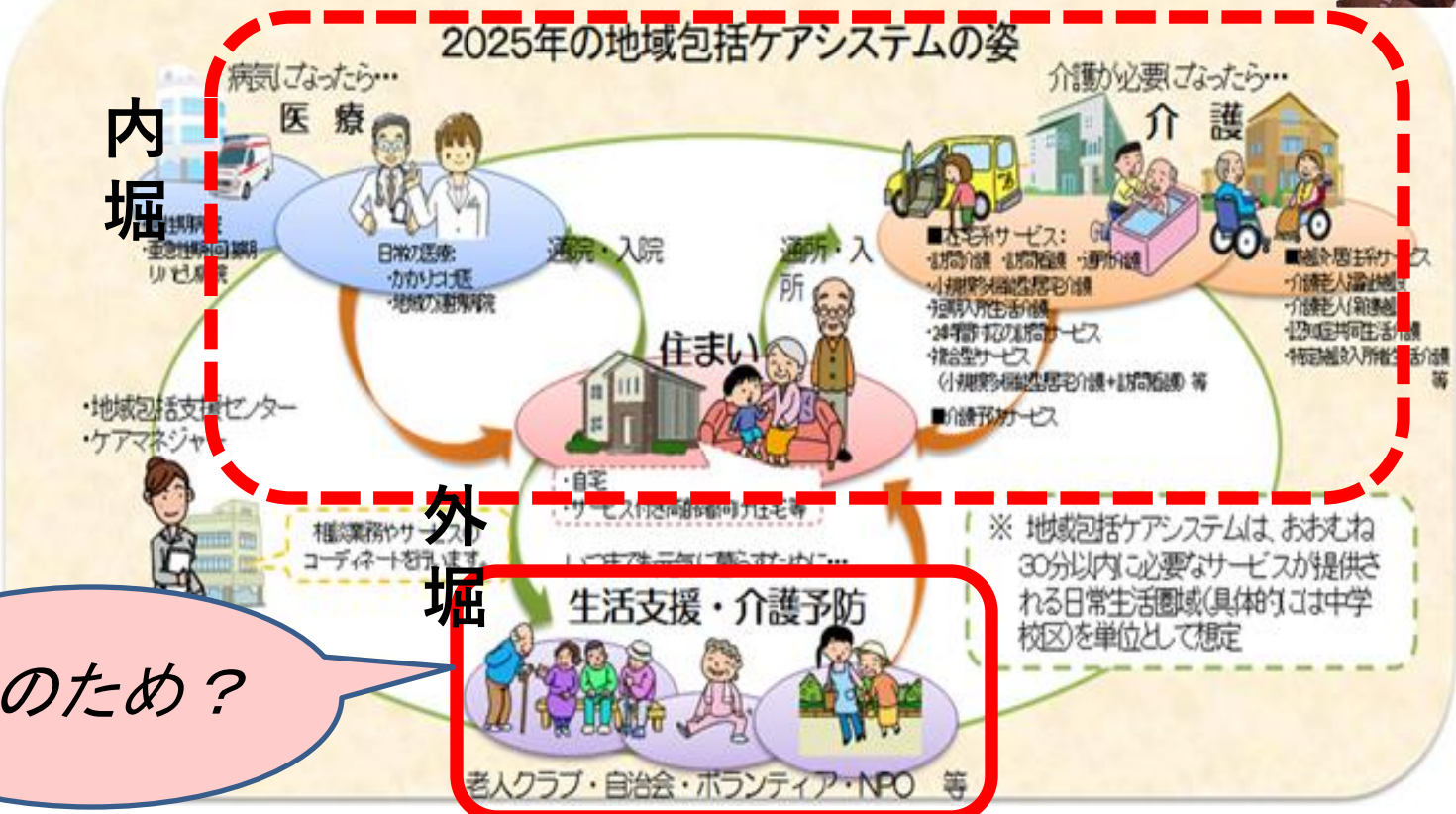
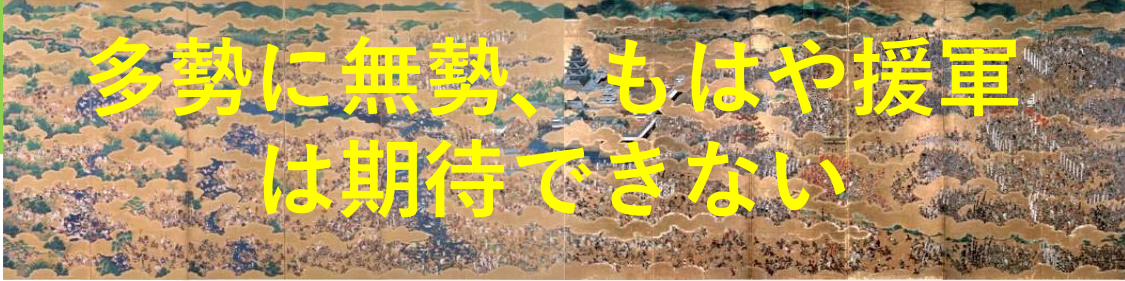
(出所) 総務省「国勢調査」及び「人口推計」、国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口(平成24年1月推計):出生中位・死亡中位推計」(各年10月1日現在人口)

# 「量」の問題 増える現役世代の負担



世代間対立から  
相互支援へ

# 介護予防・生活支援は誰のため？ ～地域包括ケアシステムは籠城戦



誰のため？

# 「質」の問題

# 複雑化する地域の課題



家庭の問題が  
複数世代化・多問題化

町会・民生委員は  
パンク寸前

個々への対応の限界

1機関での対応の限界

多世代・多分野の連携  
の必要性



多分化

新たな担い手への期待

共生社会



# 地域から共生社会：重層的支援体制整備事業

令和3年4月から任意事業開始

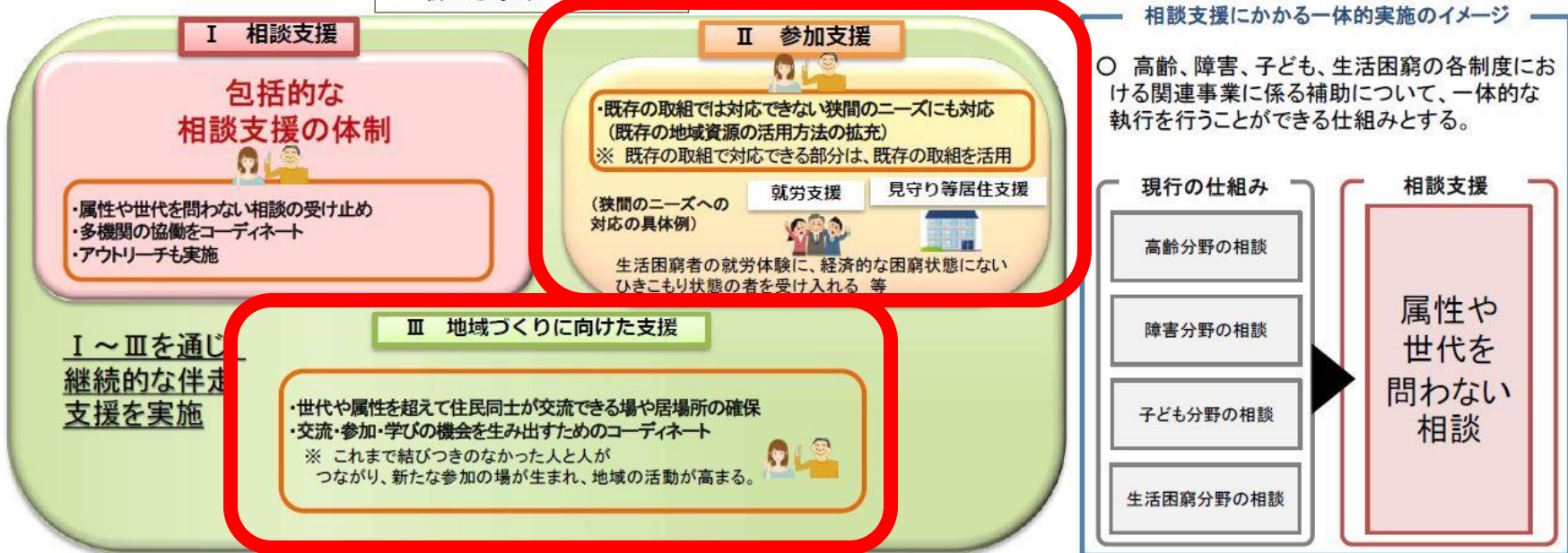
## 1. 地域住民の複雑化・複合化した支援ニーズに対応する市町村の包括的な支援体制の構築の支援

- 地域住民が抱える課題が複雑化・複合化(※)する中で、以下のような課題がある。(※)一つの世帯において複数の課題が存在している状態(8050世帯や、介護と育児のダブルケアなど)、世帯全体が地域から孤立している状態(ごみ屋敷など)
  - ・ 従来の属性別の支援体制では、対応が困難。
  - ・ 属性を超えた相談窓口の設置等の包括的な支援体制の構築を行う動きがあるが、各制度毎の国庫補助金の制度間流用にならないようにするための経費按分に係る事務負担が大きい。
- このため、市町村が包括的な支援体制を円滑に構築できるような仕組みを創設することが必要。

### 社会福祉法に基づく新たな事業の創設

- 市町村において、既存の相談支援等の取組を活かしつつ、地域住民の複雑化・複合化した支援ニーズに対応する包括的な支援体制を構築するため、**I 相談支援、II 参加支援、III 地域づくりに向けた支援を実施する事業を創設する。**
  - － 事業実施の際には、I～IIIの支援は全て必須
  - － 新たな事業は実施を希望する市町村の手あげに基づく**任意事業**
- 新たな事業を実施する市町村に対して、関連事業に係る補助等について一体的な執行を行うことができるよう、**交付金を交付する。**

#### 新たな事業の全体像



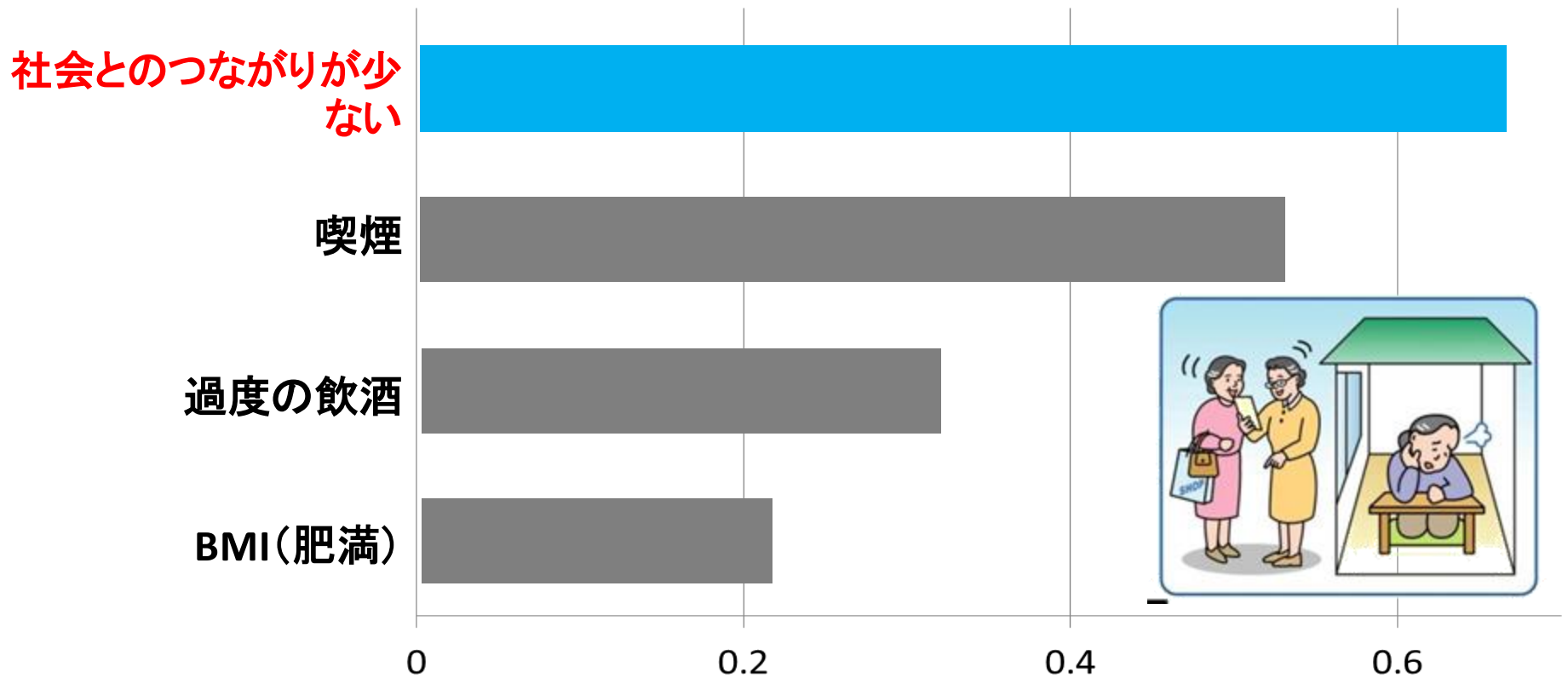
#### 相談支援にかかる一体的実施のイメージ

- 高齢、障害、子ども、生活困窮の各制度における関連事業に係る補助について、一体的な執行を行うことができる仕組みとする。



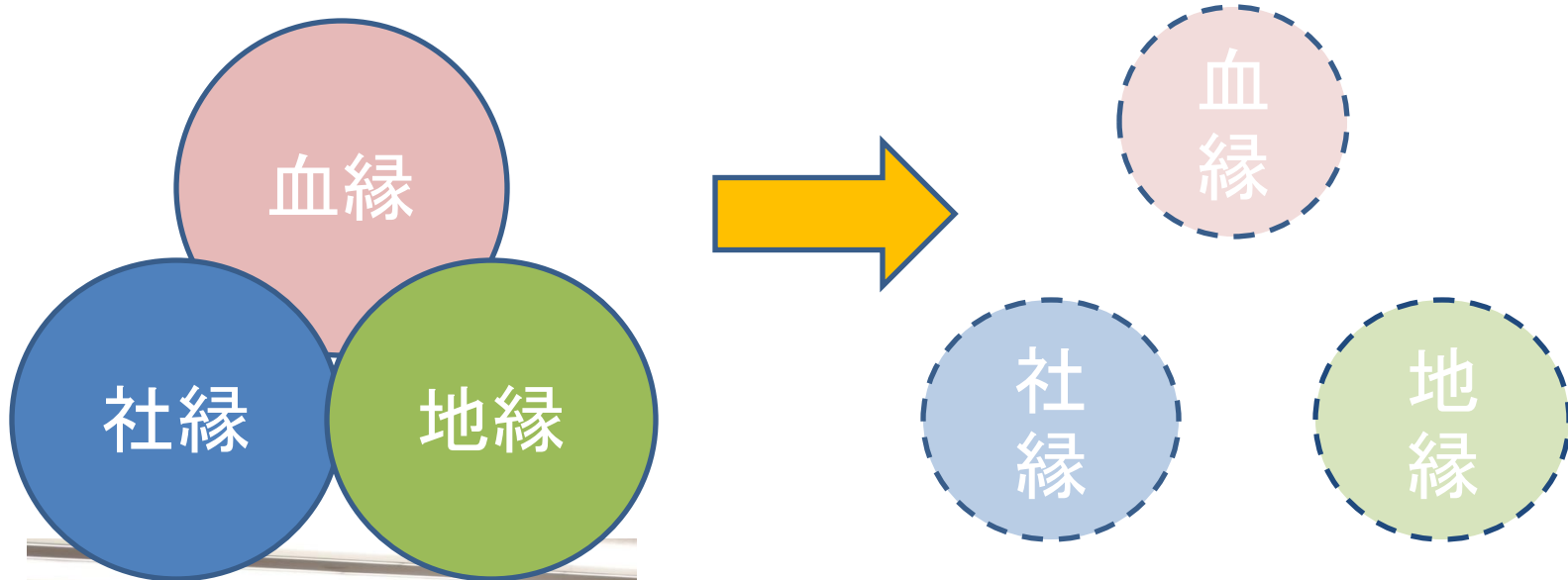
# 生活様式が死亡率に与える影響

社会とのつながり（近所付き合いや社会参加）を作っておくことが健康に重要



# 人々のつながり

## 社会的免疫 (WHO)



旧財閥系退職者会にて

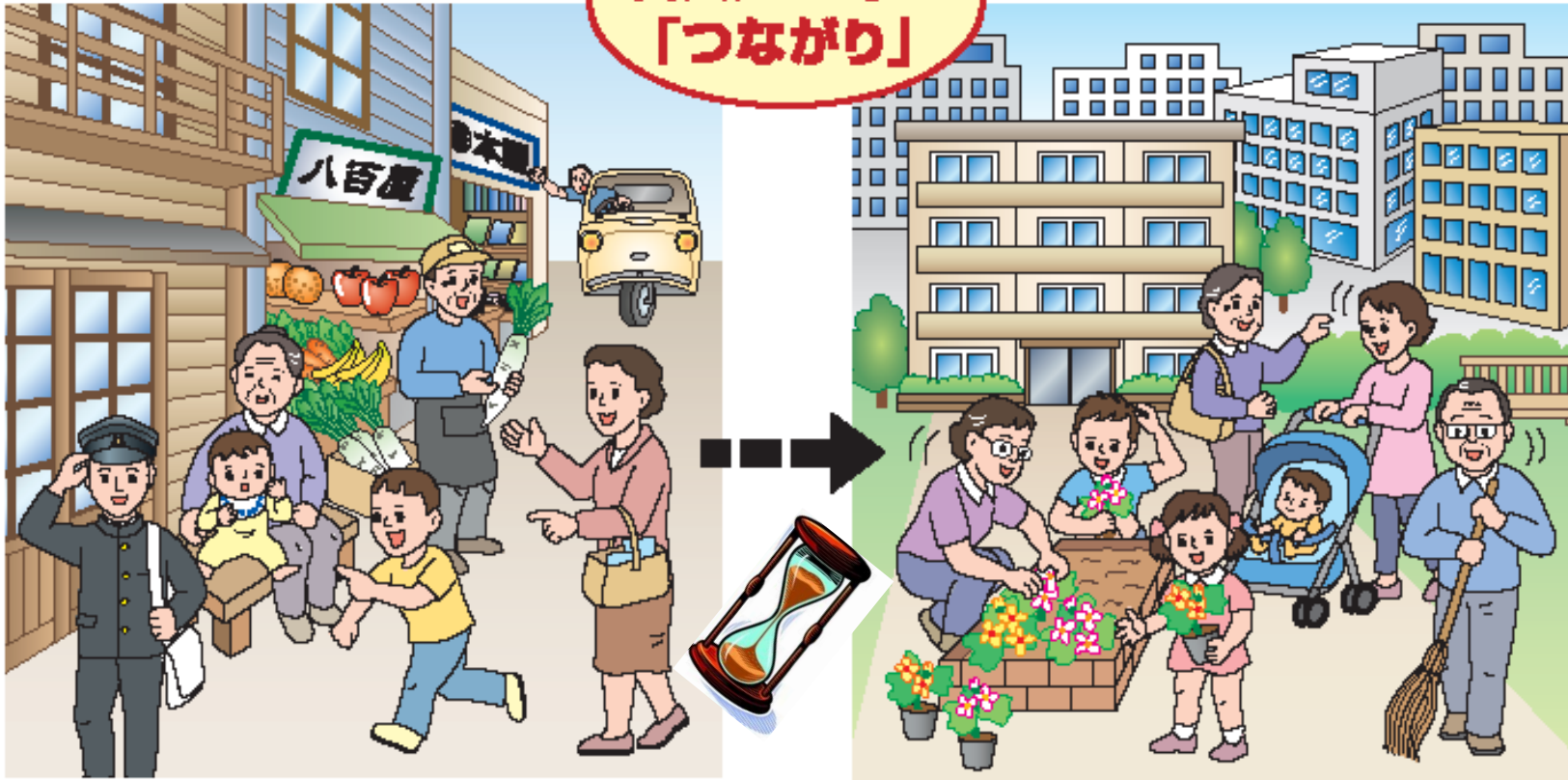
# 諸悪の原因は… つながりの弱体化

## 地域で「つながり」が生まれるには？

昭和(1960年代)

現在

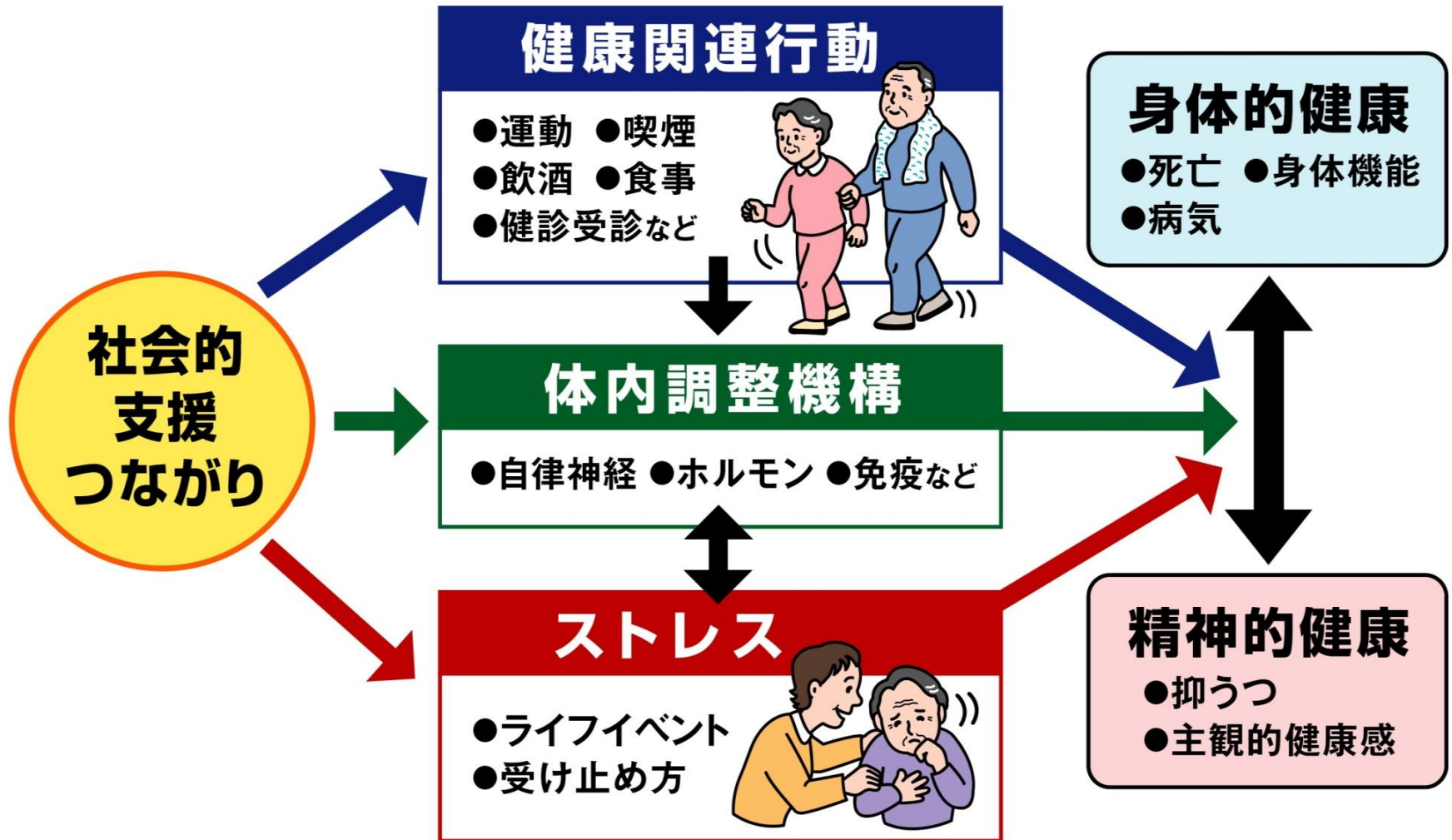
自然発生的な  
「つながり」



十分に計画された「つながり」戦術が必要

秘訣は三方良しの「人」 + 「場」 + 「仕掛け」

# 社会的支援・つながりと健康の関連



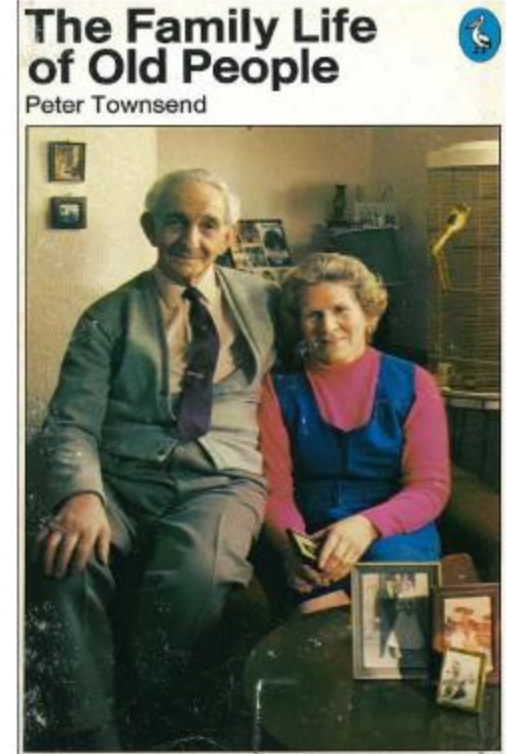
# 社会的孤立と孤独

## ➤ 社会的孤立(Social isolation)

家族やコミュニティとほとんど接触がないこと(客観的)

## ➤ 孤独(Loneliness)

仲間づきあいの欠如あるいは喪失による好ましからざる感情を抱くこと(主観的)

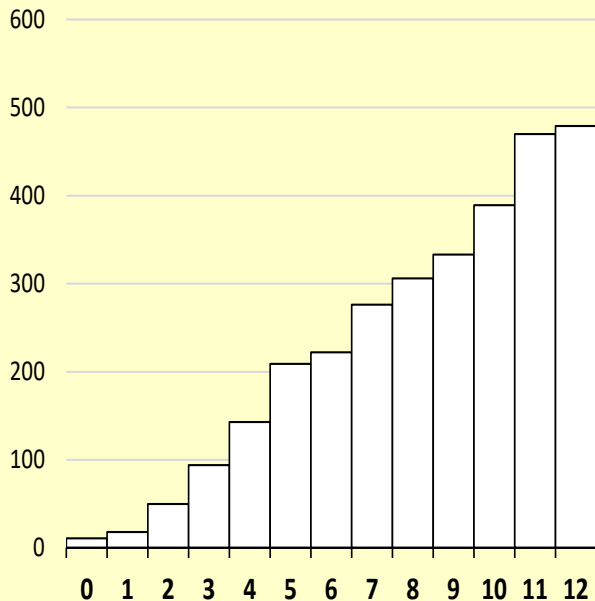


Townsend(1968)

# 年代別の独り好き志向性得点分布

各得点の人数

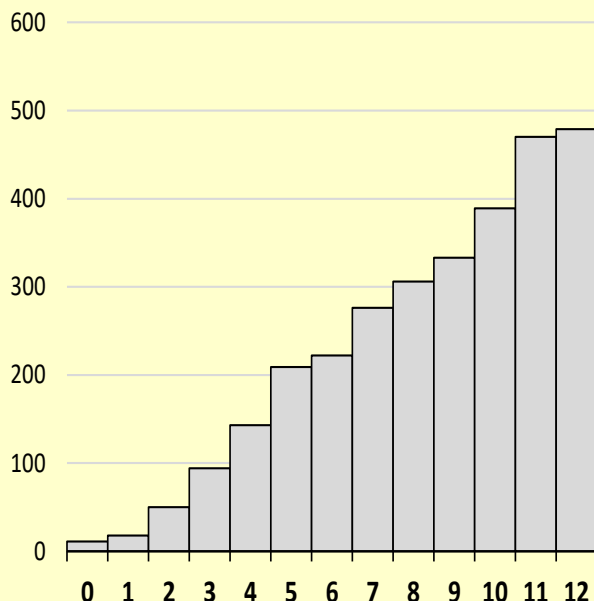
関東在住9000名インターネット調査



独り好き志向性得点

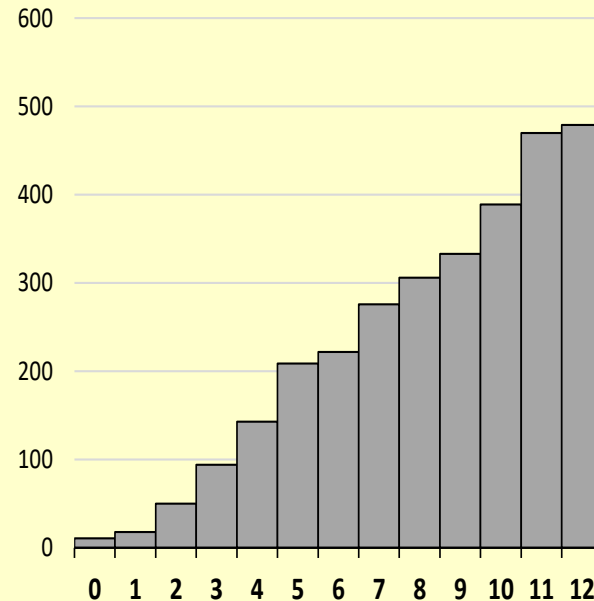
【若年者】

[20-39歳] 3,000名



【中年者】

[40-59歳] 3,000名



【高齢者】

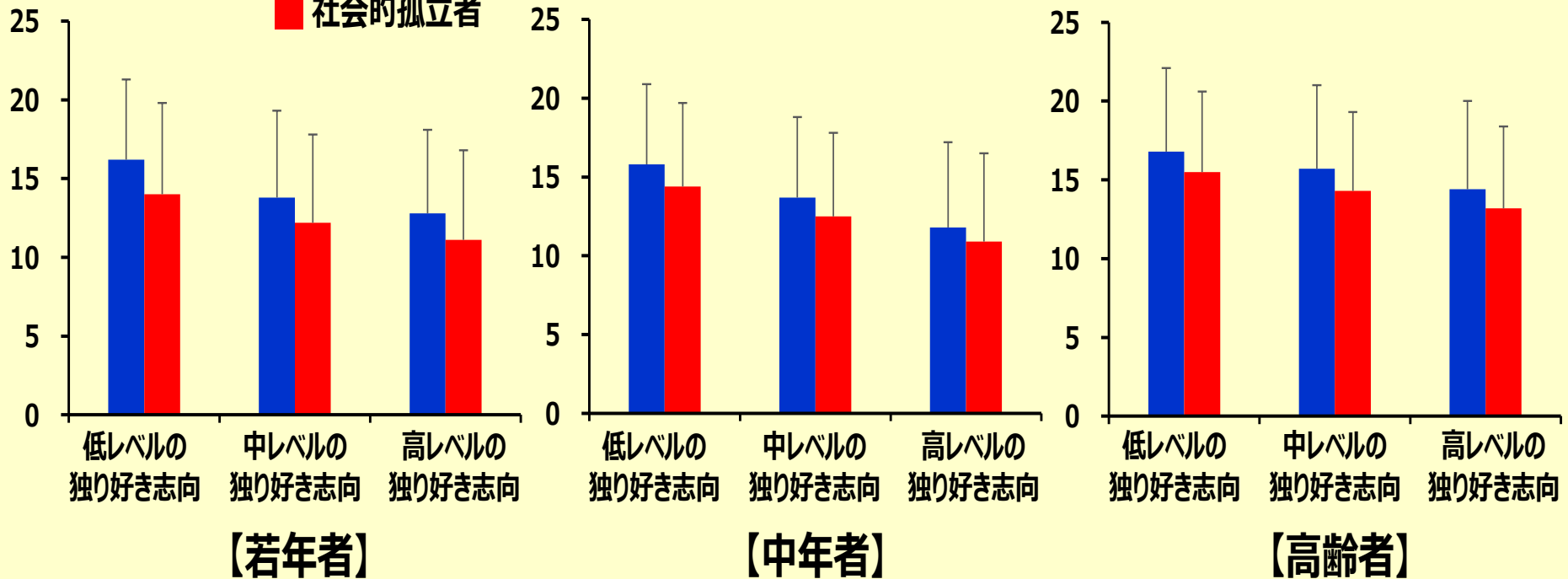
[60-79歳] 3,000名

各年代において独り好き志向性が高い者が多い  
(得点が高いほど独り好き志向性が高いことを示す)

# 「独りでいることを好む人」でも 孤立の悪影響は緩和されない

WHO-5得点  
(高いほど良い)

■ 非社会的孤立者  
■ 社会的孤立者



# 人々のつながりに関する基礎調査(R4)概要

令和5年3月内閣官房孤独・孤立対策担当室

調査期日 令和4年12月1日、有効回答率は56.1%(調査書類送付数:2万件)

あなたは、自分には人とのつきあいがないと感じることはありませんか。

- |          |        |
|----------|--------|
| 1 決してない  | 3 時々ある |
| 2 ほとんどない | 4 常にある |

あなたは、自分は取り残されていると感じることはありませんか。

- |          |        |
|----------|--------|
| 1 決してない  | 3 時々ある |
| 2 ほとんどない | 4 常にある |

あなたは、自分は他の人たちから孤立していると感じることはありませんか。

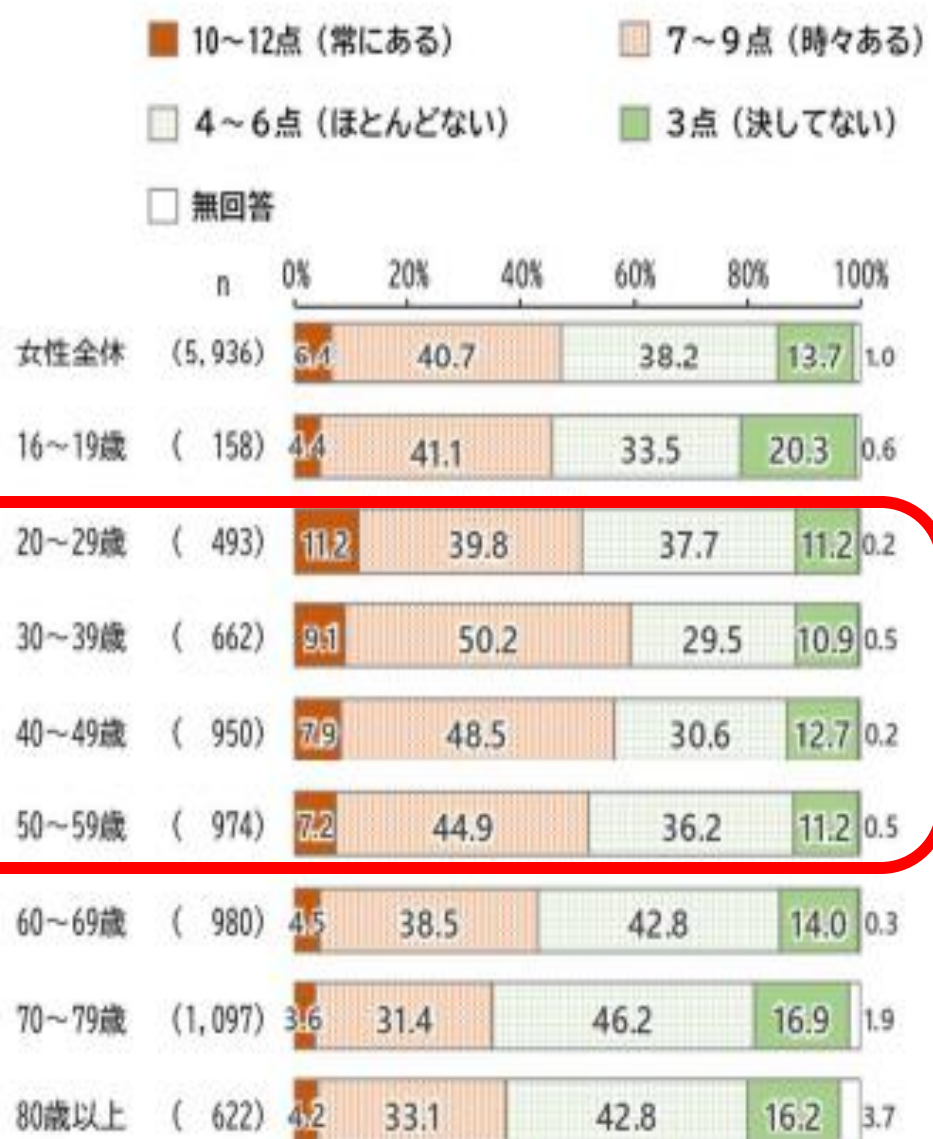
- |          |        |
|----------|--------|
| 1 決してない  | 3 時々ある |
| 2 ほとんどない | 4 常にある |

## 「UCLA孤独感尺度」

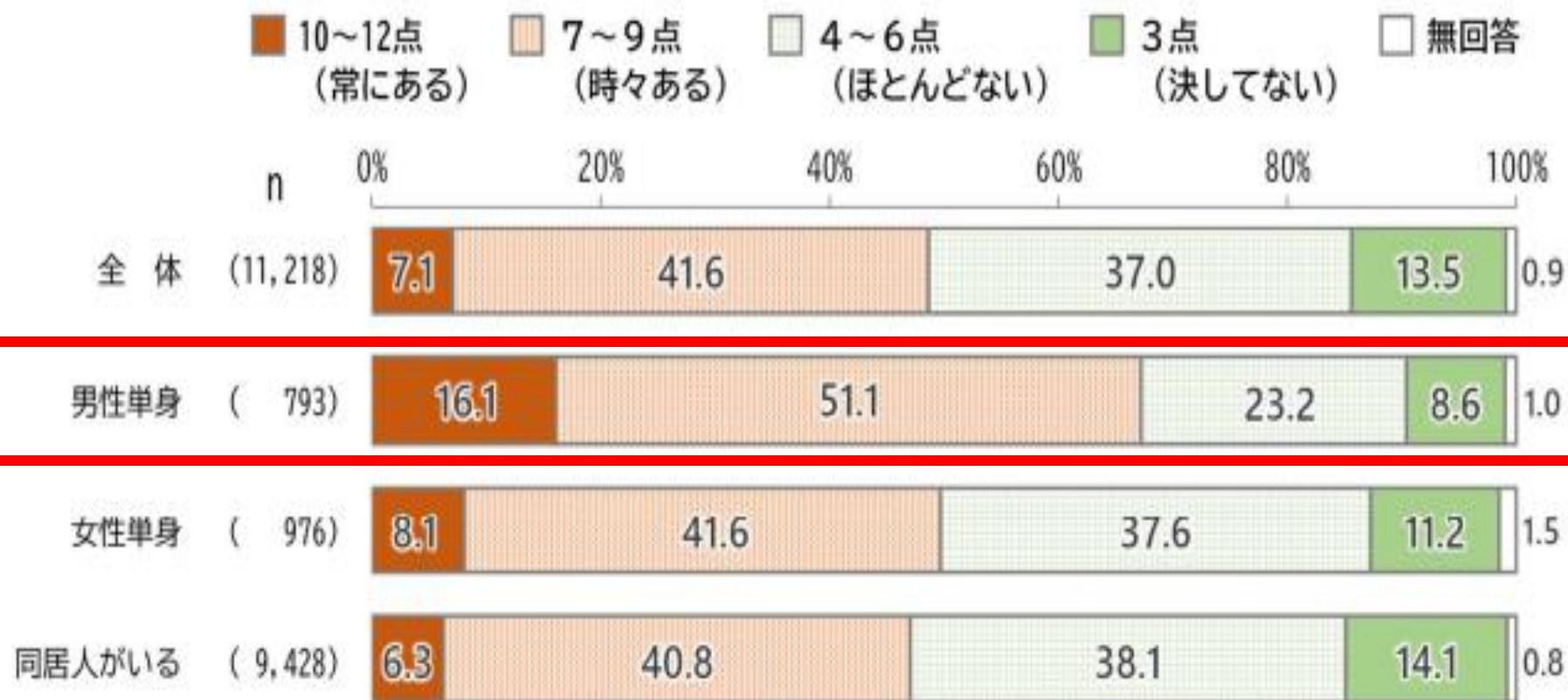
日本語版3項目短縮版。以下の3つの設問への回答をスコア化し、その合計スコアが高いほど孤独感が高い。3つの設問それぞれへの回答について、「決してない」を1点、「ほとんどない」を2点、「時々ある」を3点、「常にある」を4点として、その合計スコアについて、便宜的に「10～12点」(常にある)、「7～9点」(時々ある)、「4～6点」(ほとんどない)、「3点」(決してない)の4区分に整理した。



# 男女・年齢階級別孤独感



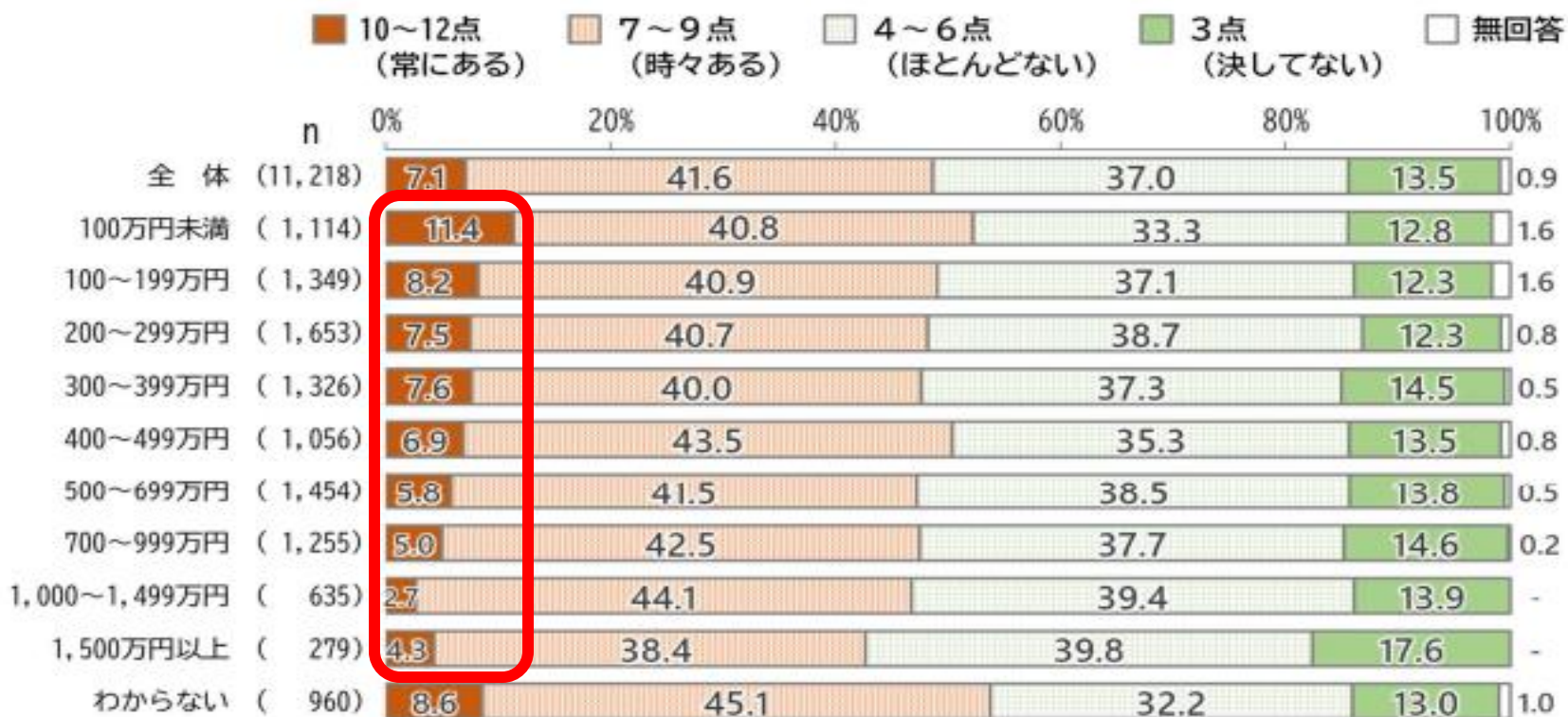
# 男女別単身者の孤独感



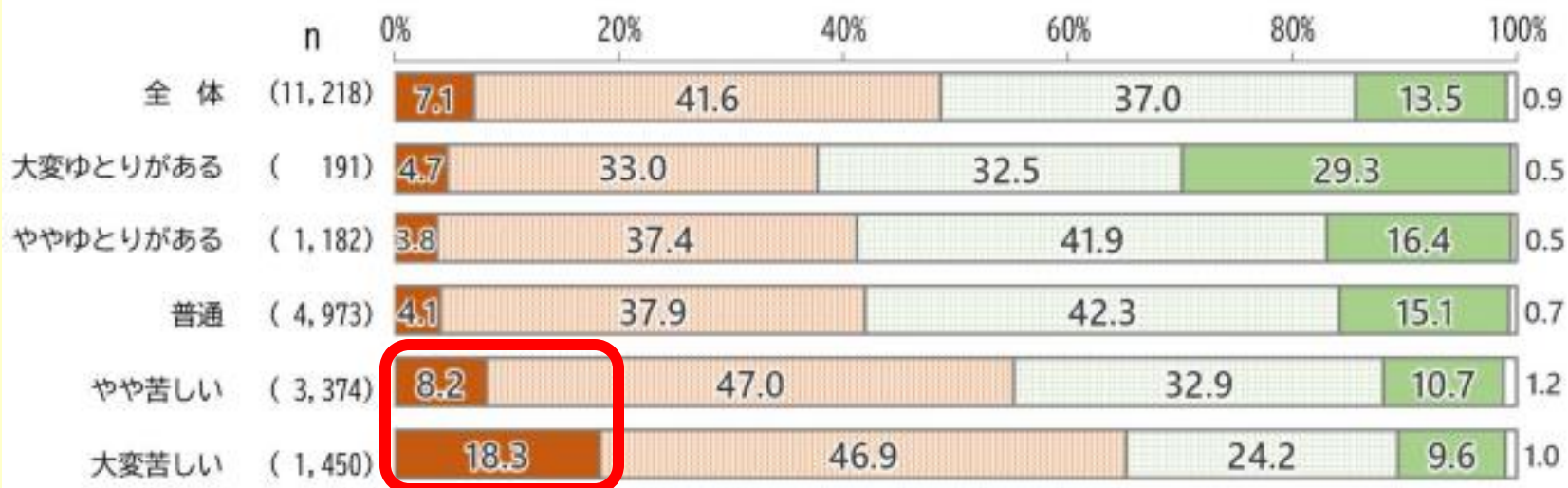
(注)「単身者」は、図 1-15 と同様に判定している。

# 世帯の年間収入・経済的暮らし向き別孤独感

世帯の年間収入



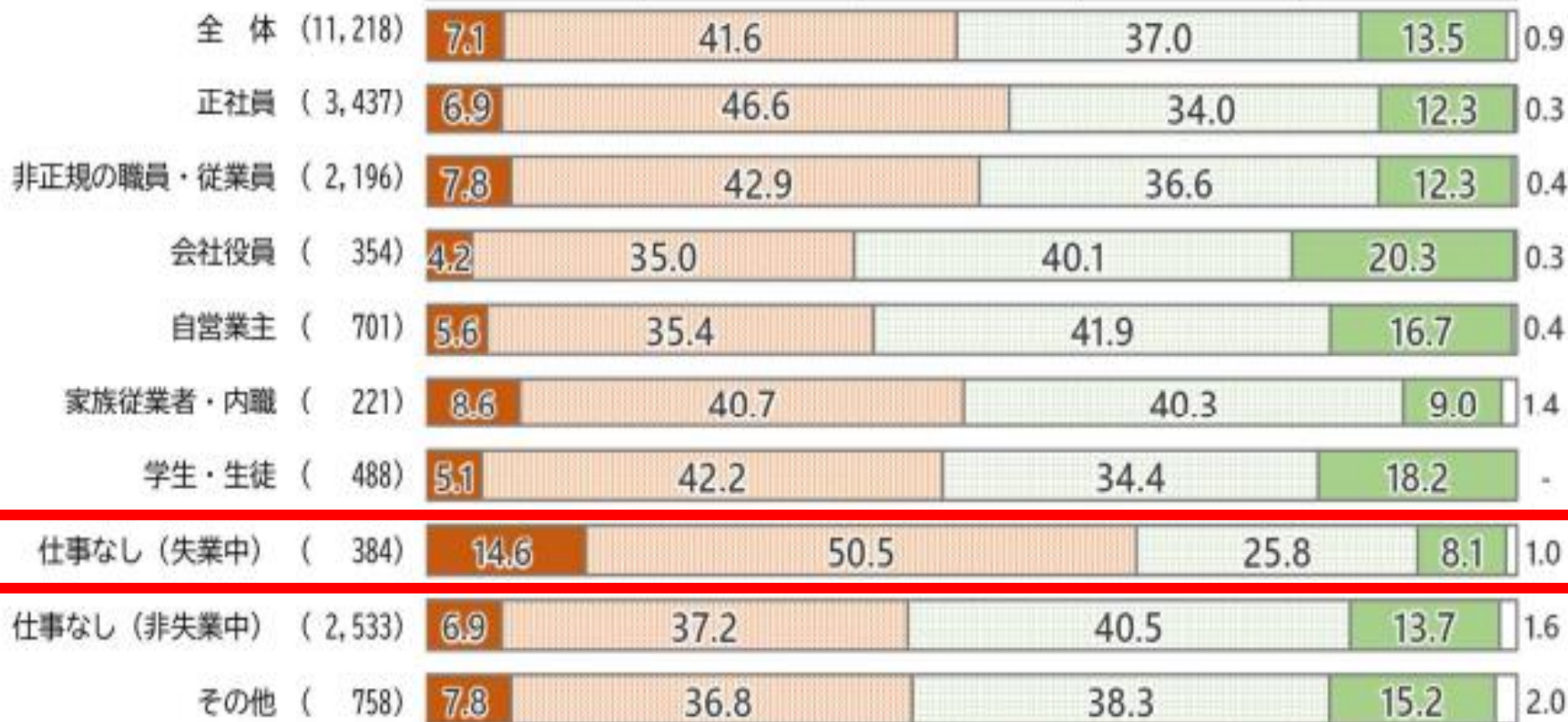
経済的な暮らし向き



# 現在の仕事別孤独感

■ 10～12点 (常にある)   
 ■ 7～9点 (時々ある)   
 ■ 4～6点 (ほとんどない)   
 ■ 3点 (決してない)   
 □ 無回答

n    0%                      20%                      40%                      60%                      80%                      100%



孤独感が強・・・中年、単身男、失業中、経済苦

# ICF(国際生活機能分類)からみた役割

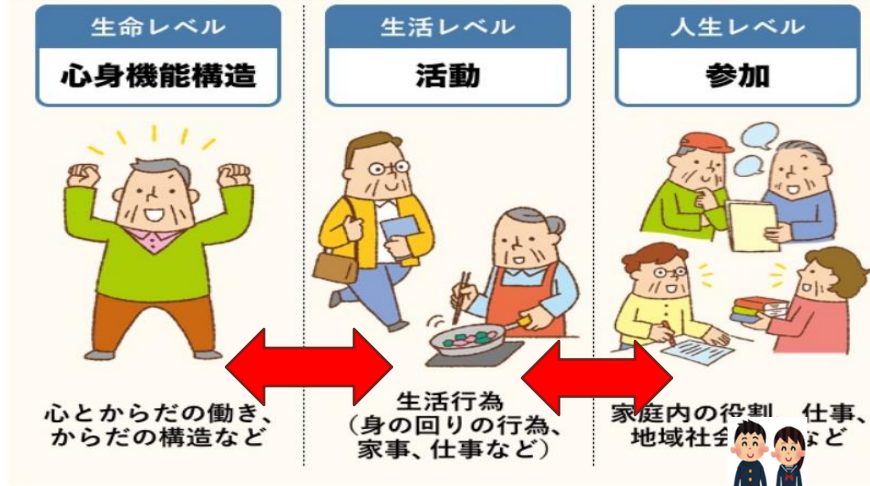
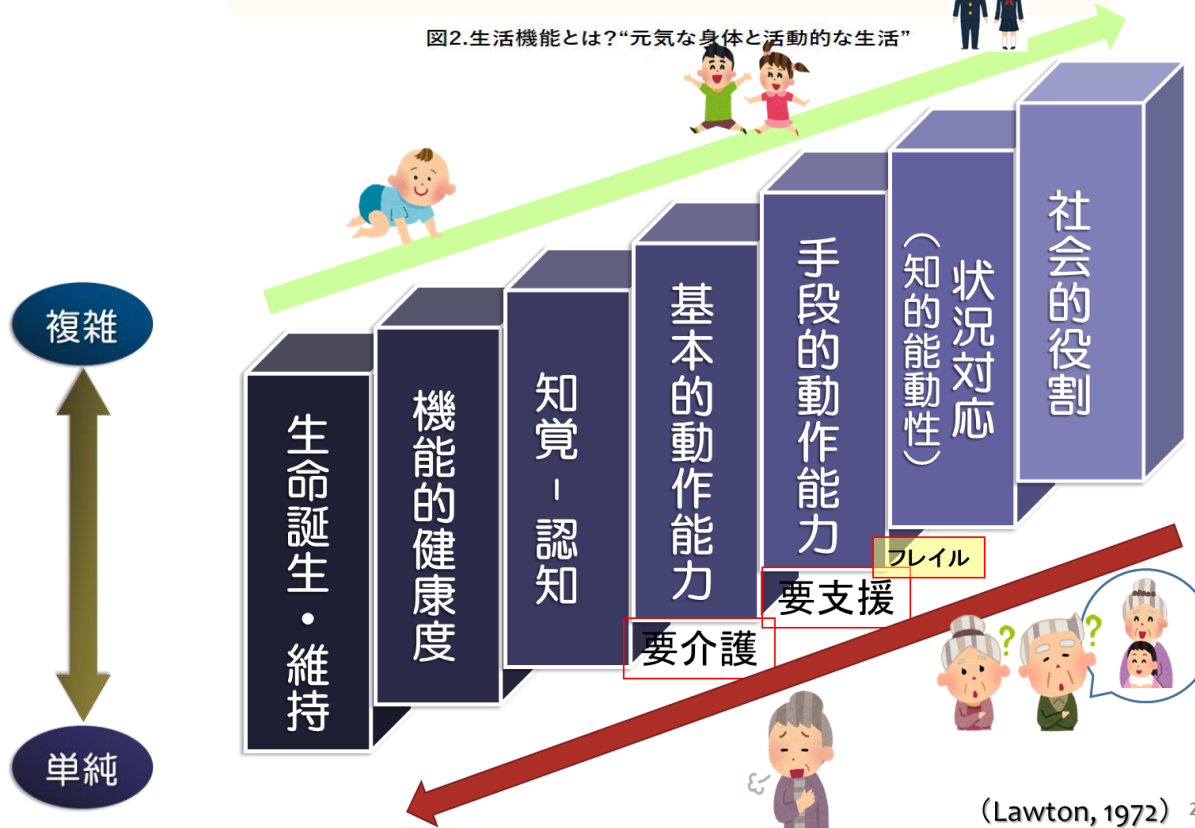
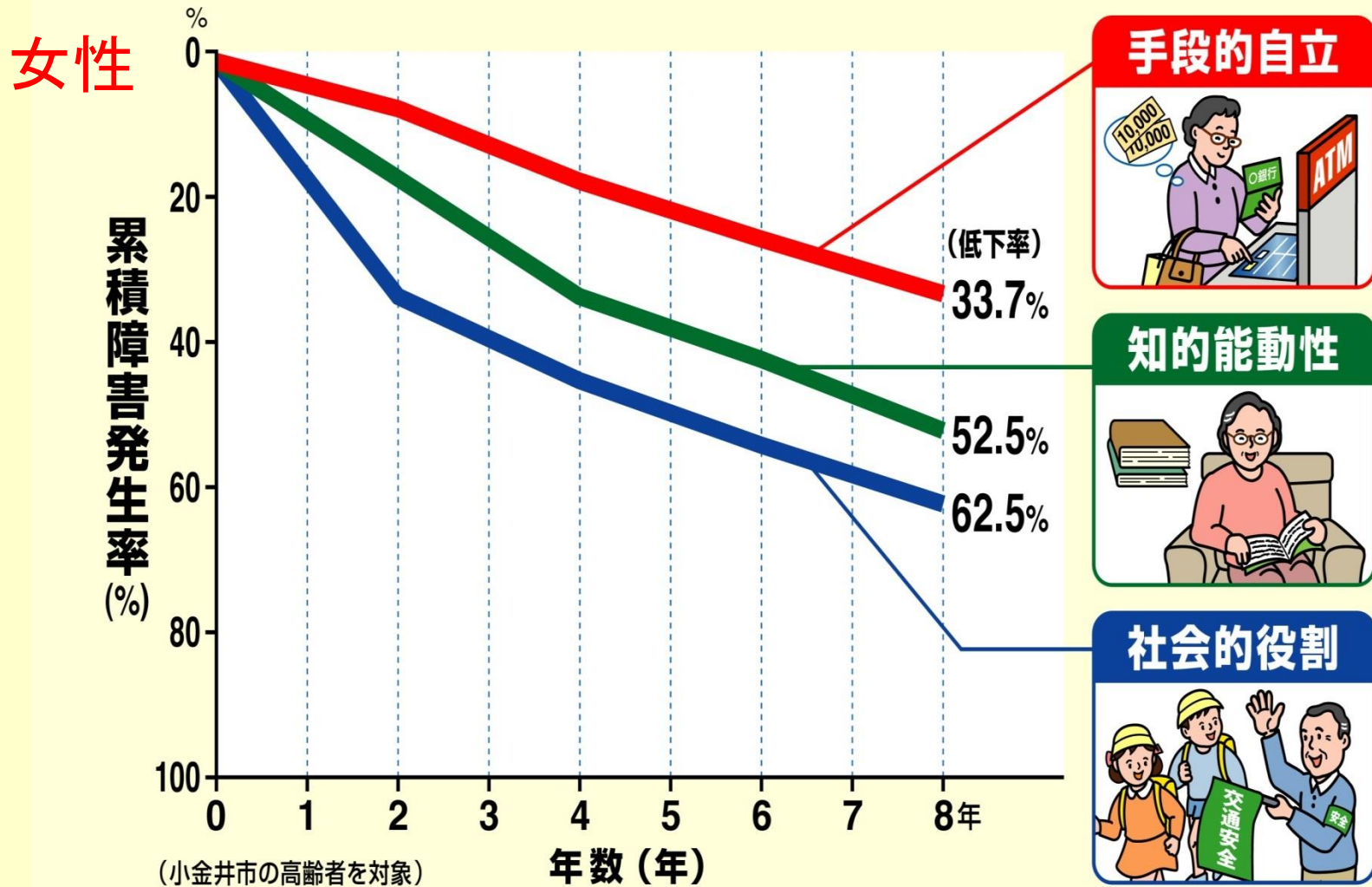


図2.生活機能とは?“元気な身体と活動的な生活”



# 高齢者の生活機能の加齢変化

## ⇒介護予防の処方箋は「役割」



# 健康長寿の秘訣の変遷：自助から互助へ

## 健康長寿の10か条（2000）

### 老化予防

栄養状態良好



足が丈夫  
（体力）

最近の記憶力が良い

主観的健康感が高い

社会参加が活発



### 生活習慣病予防

太り方は中程度

禁煙

酒はほどほど

血圧は高からず、  
低からず

血清コレステロール  
は高からず、低  
からず



自助から互助へ！

（2017）

## 健康長寿新ガイドライン エビデンスブック

編・著：東京都健康長寿医療センター研究所  
健康長寿新ガイドライン策定委員会



1. 食生活
2. 口腔
3. 体力・身体活動
4. 社会参加
5. こころ（心理）
6. 事故予防
7. 健康食品

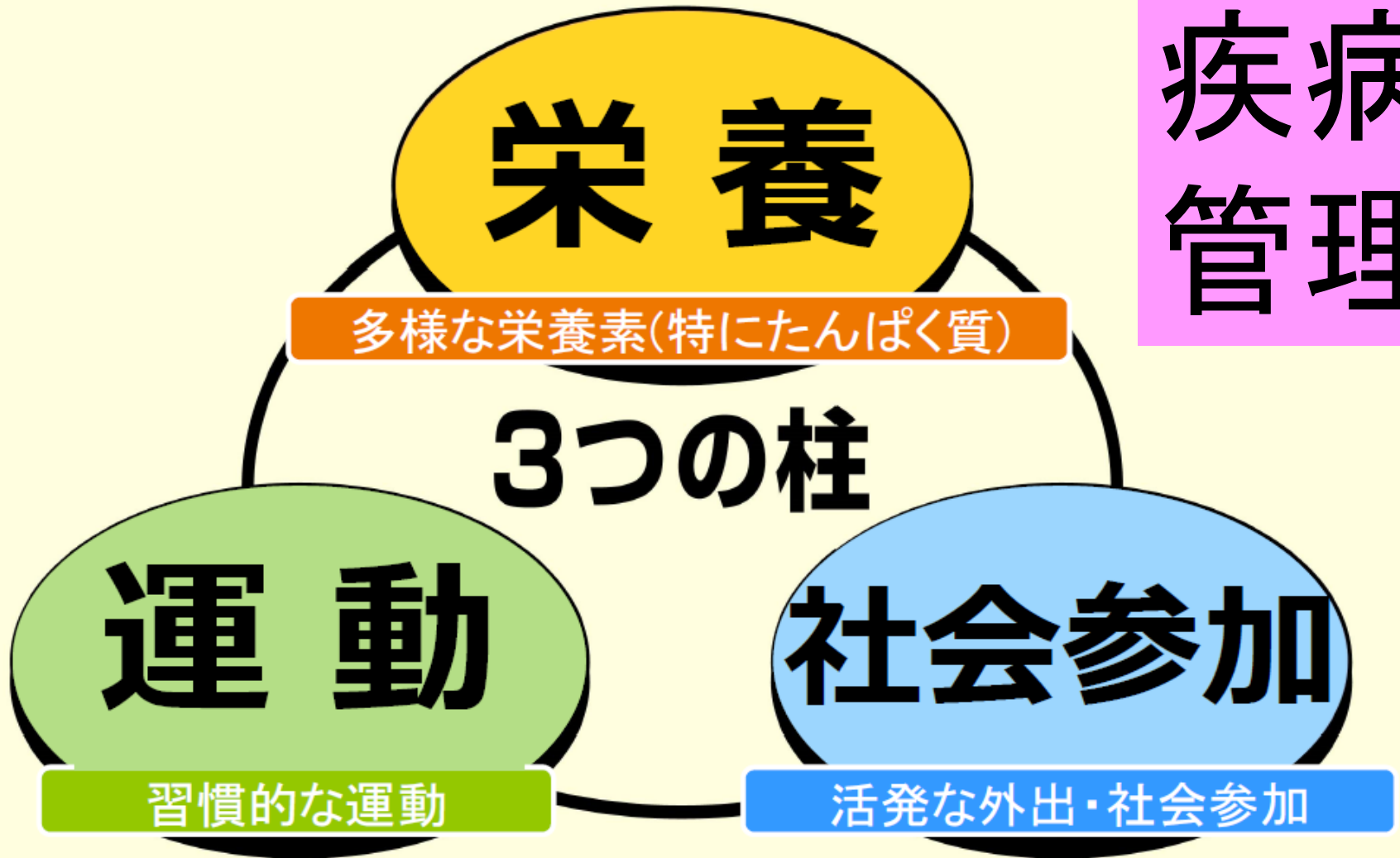
## 8. 地域力

9. フレイル
10. 認知症
11. 生活習慣病
12. 介護・終末期

# フレイル予防の三つの柱

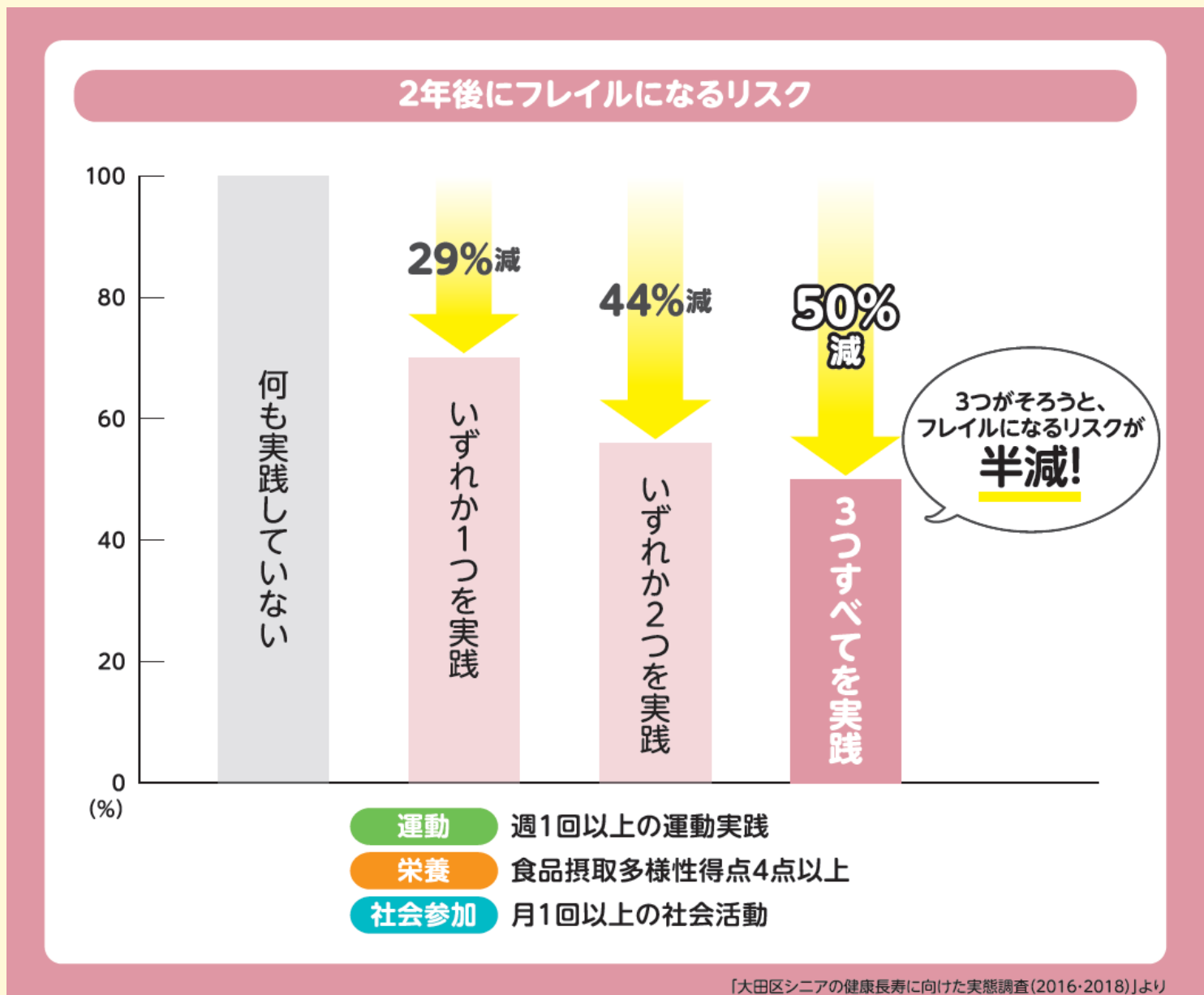
&

疾病  
管理



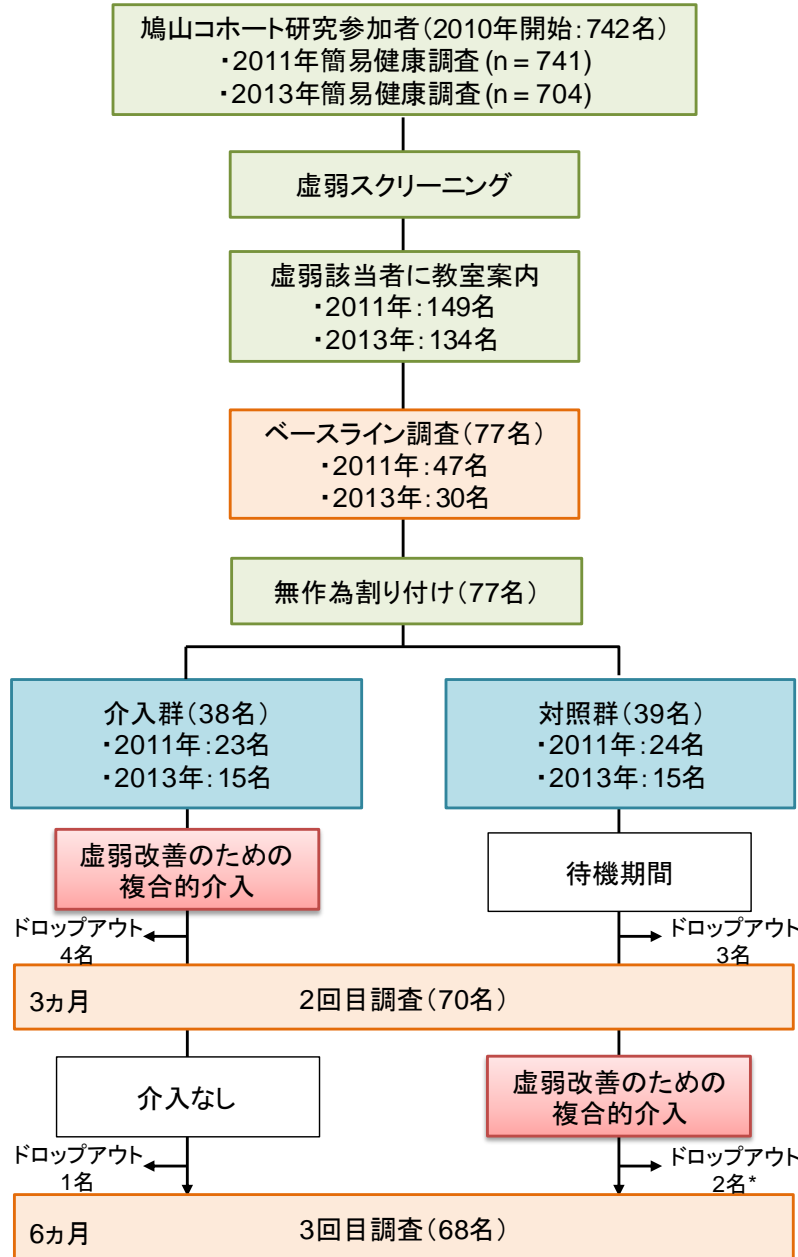


# フレイル予防のポイントは三点セット



ベースライン時にフレイルではない5380名を2年間追跡, Seino, et al (2021)を改編

# フレイル予防のための三位一体複合プログラム



\*2名中1名は3回目調査に参加

## 「毎日元気にクラス！」プログラム概要

- ・週2回、3カ月間、全22回(100分/回)
- ・60分の運動と30分の栄養または心理・社会プログラムから成る複合的プログラム(栄養および心理・社会プログラムは隔回実施)



### 教室の様子

左上:運動プログラム

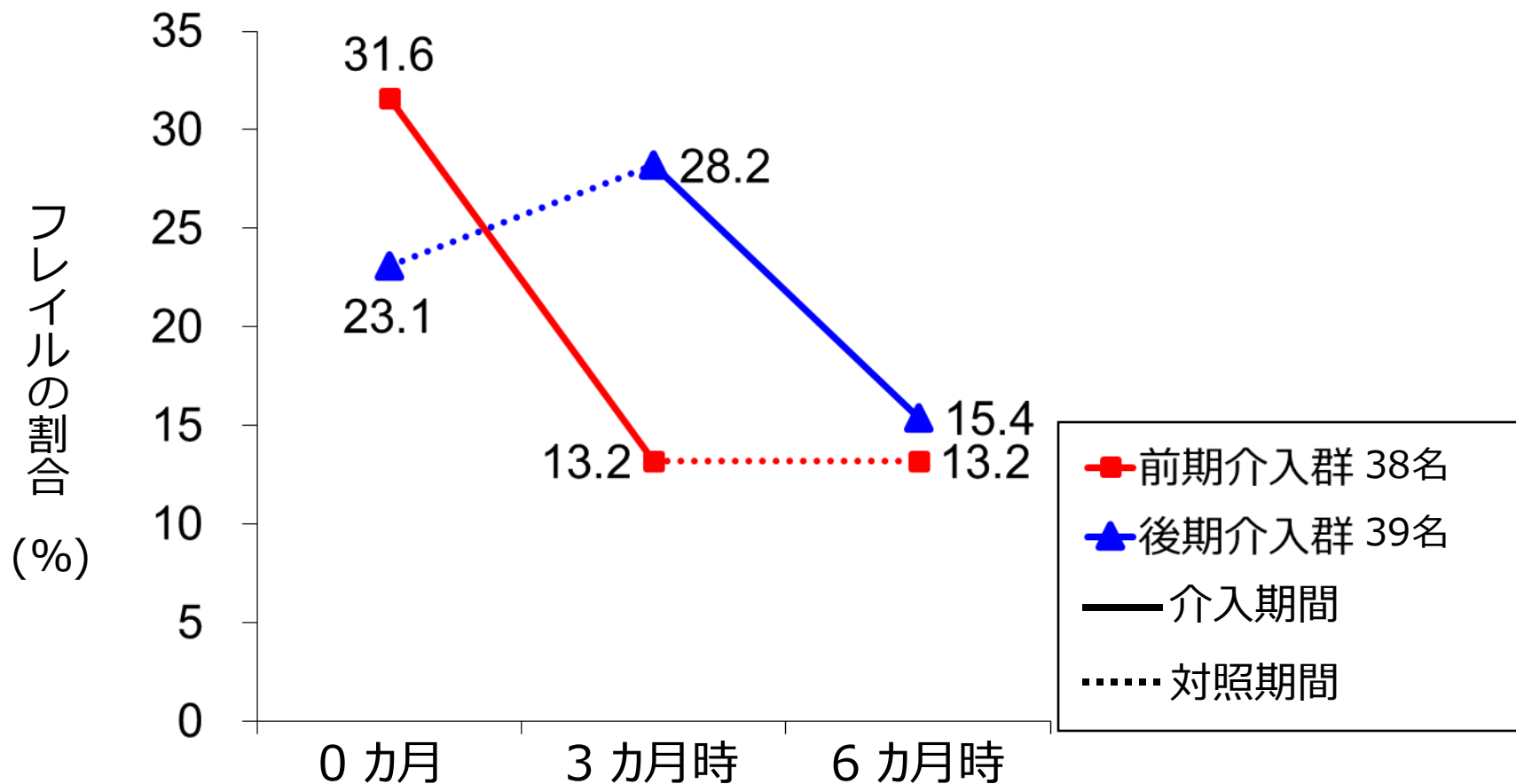
右上:栄養プログラム

左下:心理・社会  
プログラム

# フレイル予防複合プログラムの短期的効果

- 週2回の複合プログラムを3カ月間実践
- 60分の運動と30分の栄養または心理・社会プログラム  
(栄養、心理・社会プログラムは隔回実施)

Seino, et al.,  
Geriatr Gerontol Int 2017.

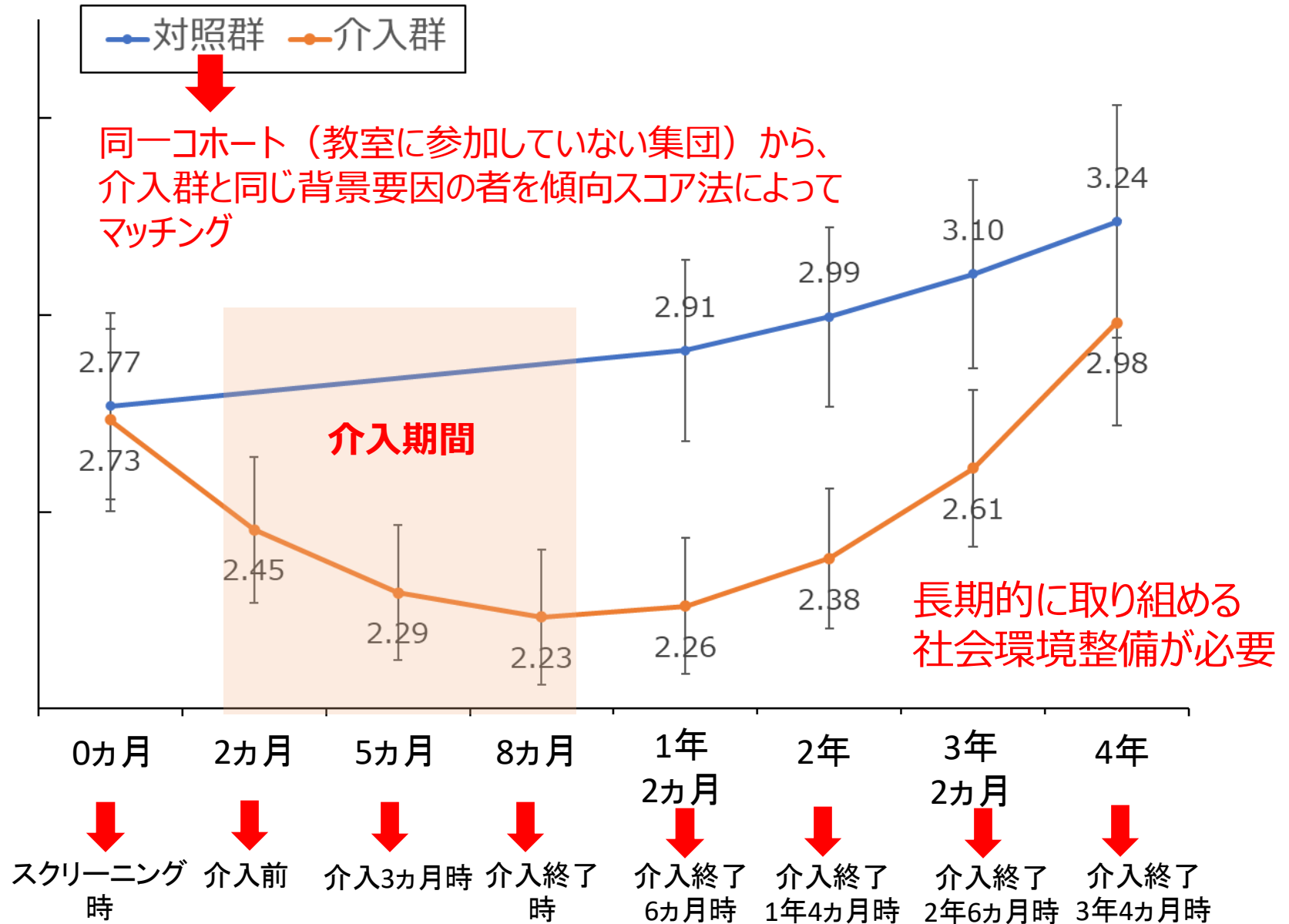


レジスタンス運動・栄養・社会プログラムから成る複合介入によって、  
フレイルの割合が有意に減少した。

# 教室型フレイル予防・改善プログラムの限界～長期的効果の推移

清野ら, 日本老年医学会, 2018

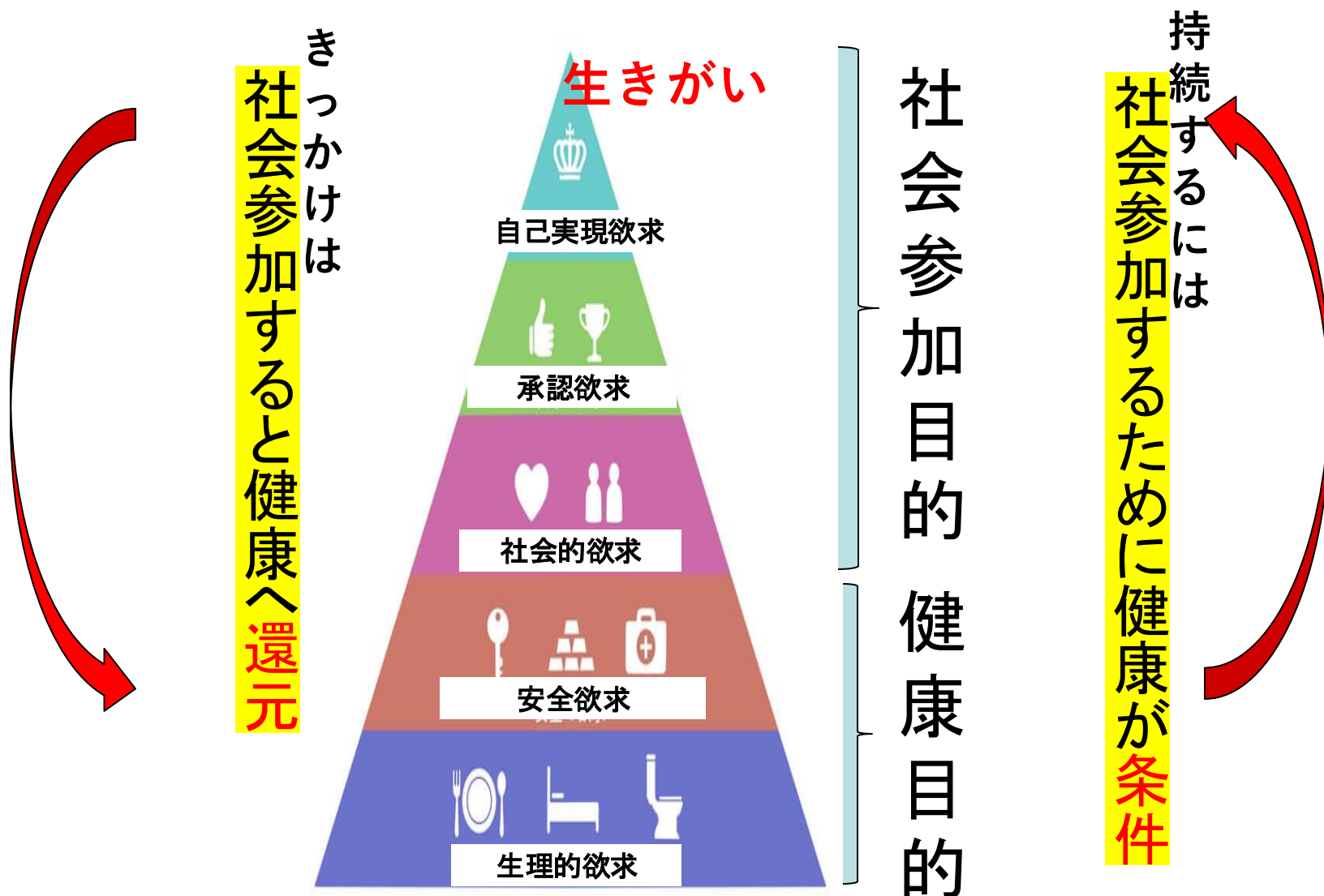
CL15得点



# 健康づくり・介護予防は何のため？いきがい？

「人間は自己実現に向かって絶えず成長する」

マズロー欲求階層から



# 今、なぜ多世代交流なのか？

## 地域コミュニティのSDG 'sのため



➤ 持続可能とは「我が事」化  
「子供叱るな来た道だ、  
年寄り笑うな行く道だ」



➤ 「誰も取り残さない」とは、  
「三方よし」の精神

職域 & 学校

×

ポピュレーション & ハイリスク

4刀流アプローチが可能





# なぜ、多世代交流？

Article

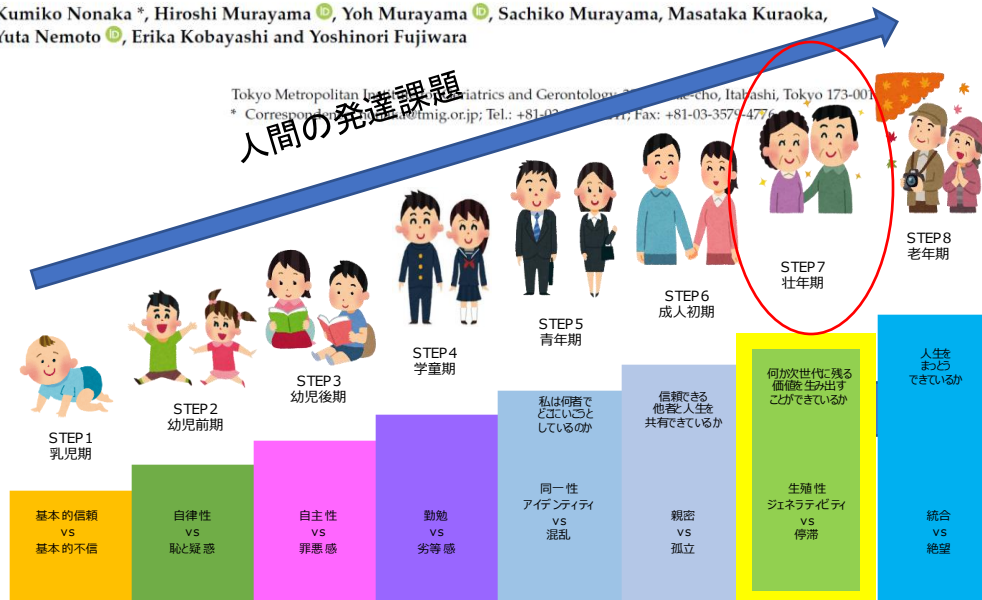
## The Impact of Generativity on Maintaining Higher-Level Functional Capacity of Older Adults: A Longitudinal Study in Japan

Kumiko Nonaka \*, Hiroshi Murayama, Yoh Murayama, Sachiko Murayama, Masataka Kuraoka, Yuta Nemoto, Erika Kobayashi and Yoshinori Fujiwara

Tokyo Metropolitan Institute of Gerontology, 3-27-1 Honcho, Itabashi, Tokyo 173-0045, Japan

\* Correspondence: nonaka@tmig.or.jp; Tel.: +81-03-3578-4774; Fax: +81-03-3578-4774

人間の発達課題



Generativity理論  
「次世代の価値を生み出す行為に積極的に関わること」



▲ E.H.エリクソン (1963)

英知、思い、技、経験、文化、環境…何かを伝える



Generativity尺度が1点向上すると

いきがい・役割

2年後の生活機能低下リスクは30%減

†Note: CI, 95% confidential interval; OR, odds ratio; An OR > 1 indicates an increased likelihood for decline in TMIG-IC at T2.\*Dependent variable; maintenance/decline in the total score of TMIG-IC, 0=T2 score was unchanged or improved from T1, 1=T2 score was decreased by ≥1 point Adjusted for gender, age, having children, area, having children, area, educational attainment, annual household income, self-rated health, total score of TMIG-C

# 一般住民においても、世代間交流は健康に良い！

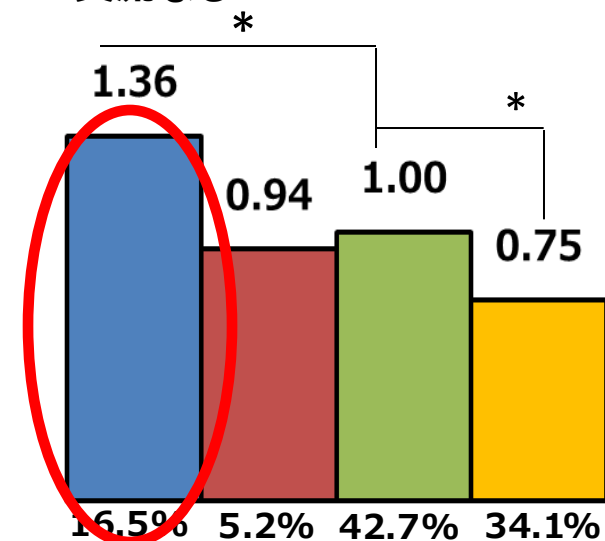
## 世代間・世代内交流の有無と精神健康の関連

「じじいの健康」(WHO-5)が良好である倍率

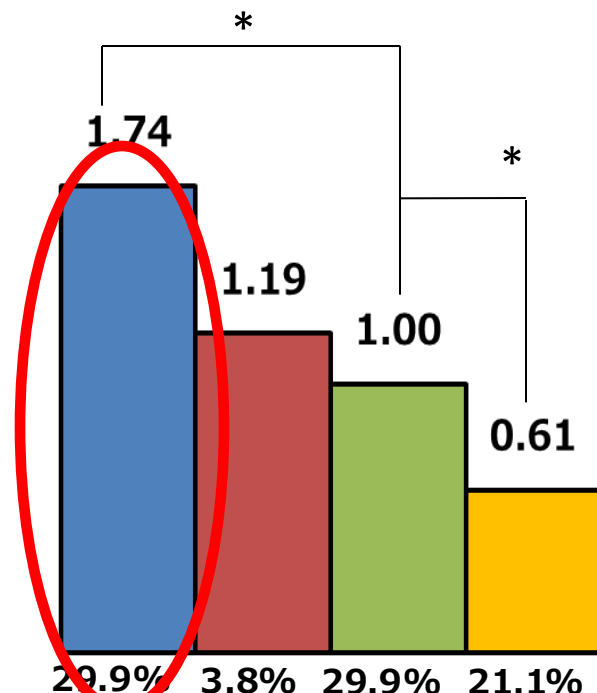
2.50  
2.00  
1.50  
1.00  
0.50  
0.00

- 世代内交流 + 世代間交流あり
- 世代間交流のみあり
- 世代内交流のみあり
- 交流なし

根本裕太・藤原佳典他、日本公衆衛生学雑誌(2018)  
北区と川崎市多摩区の調査より



若年層 (20-40代) 3,334名



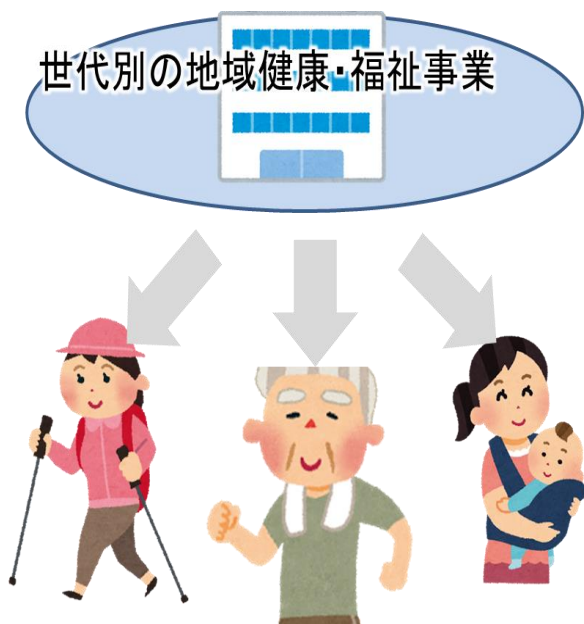
高年層 (65歳以上) 3,116名

※1 性、年齢、教育年数、婚姻状況、居住地域、婚姻状態、子/親/祖父母との同居、主観的経済状態、地域活動への参加、就労、健康度自己評価、生活機能(高齢者のみ調整)、既往歴(脳卒中、心臓病)を考慮した解析 ※2 家族や仕事関係の人以外で会話をする機会を問い、「よくある、ときどきある」と回答したものを「交流あり」とした。

世代を問わず、世代内交流をしている者は、交流をしていない者より精神的に健康であり、世代間交流もしている者はさらに健康度が高い。



- ・事業やグループ活動が先細り
- ・地域への波及効果が低い



住民活動は多世代型プログラムが  
効果的・効率的



厚労科研費 健康安全・危機管理対策総合研究事業  
「地域保健事業におけるソーシャルキャピタルの活用  
に関する研究」(平成25年度 研究代表者 藤原佳典)

# 本日の話題

- 地域共生社会の基盤はつながりづくり
- つながりづくりは多世代型「仕掛け」で
  - 1) 職域との連携
  - 2) 学校との連携
- つながりづくりには、「場」が重要

# 諸悪の原因は… つながりの弱体化

## 地域で「つながり」が生まれるには？

昭和(1960年代)

現在

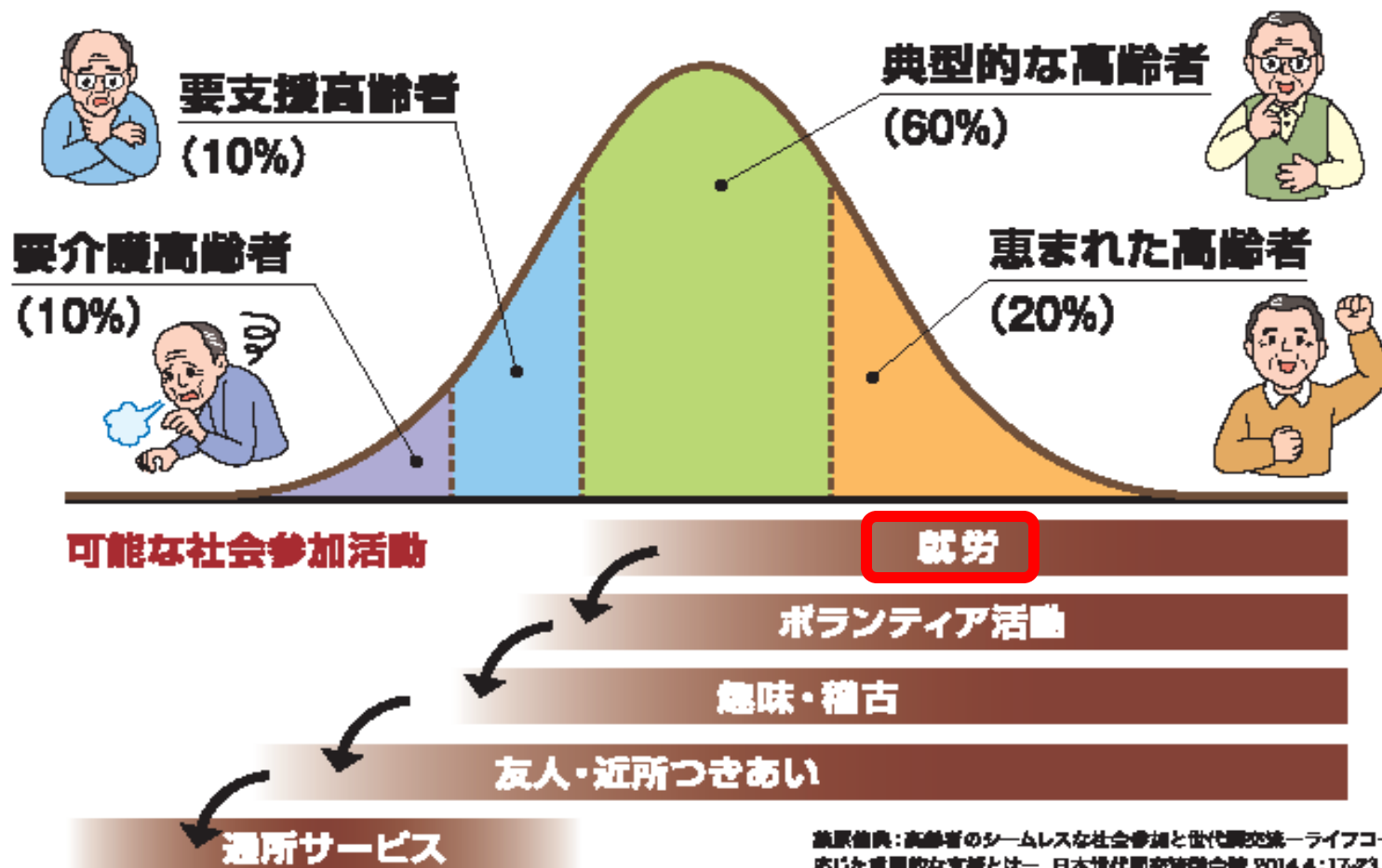
自然発生的な  
「つながり」



十分に計画された「つながり」戦術が必要

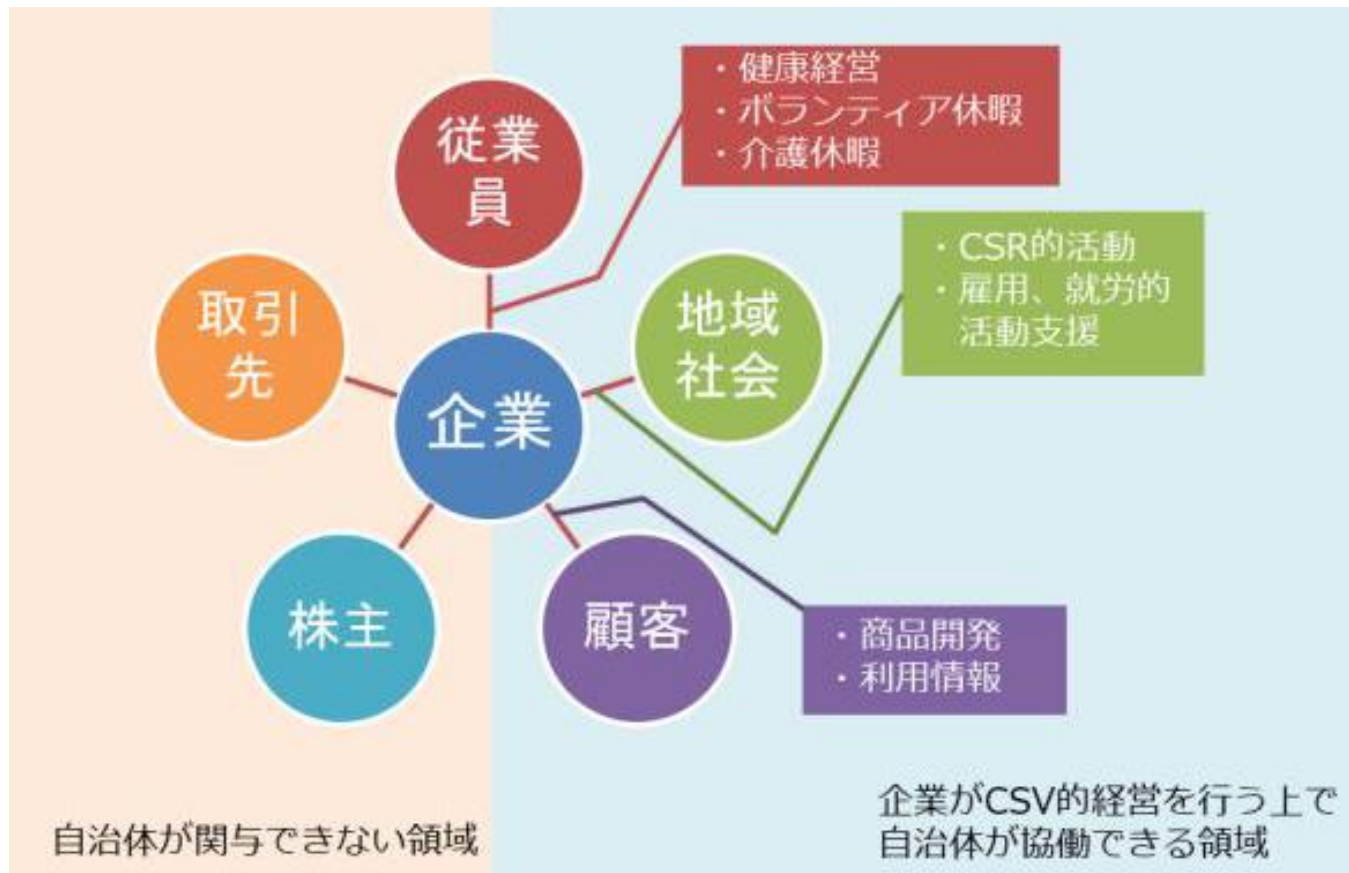
秘訣は三方良しの「人」 + 「場」 + 「仕掛け」

# ライフコースに応じた社会活動



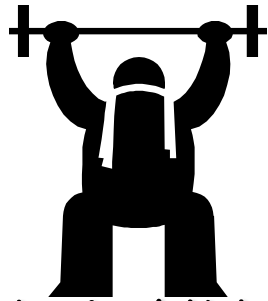
# 令和2年度厚労省老人保健健康増進等事業 自治体と民間企業の協働による都市部における地域づくりの展 開に向けた調査研究

協働の対象となる 民間企業「地域づくりを展開させる協働の対象」とすべき



調査研究事務局：国際長寿センター（中村一朗氏作図 委員長：藤原佳典） 報告書より

# 高齢者就労がもたらすメリット



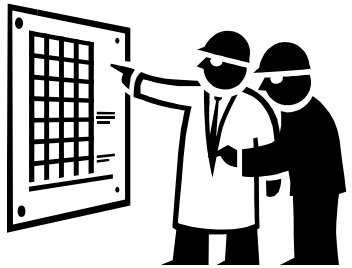
体力維持



就労



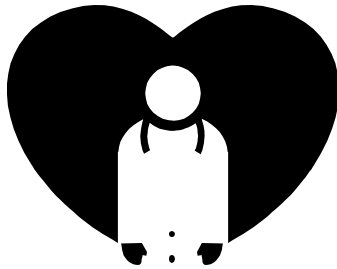
外出頻度



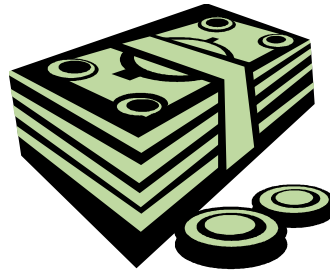
知的活動



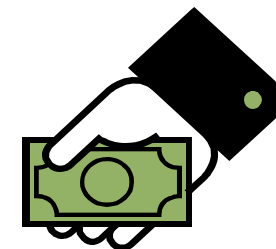
社会との  
つながり



自己効力感  
いきがい



所得

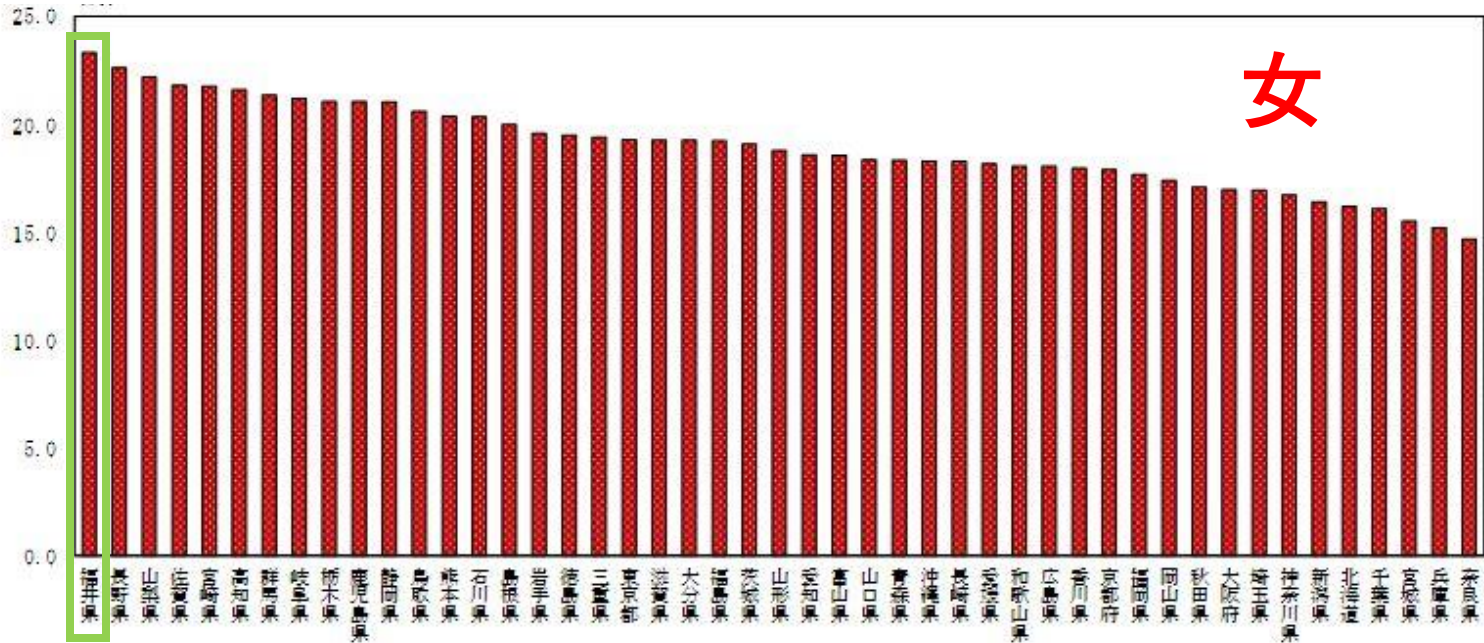
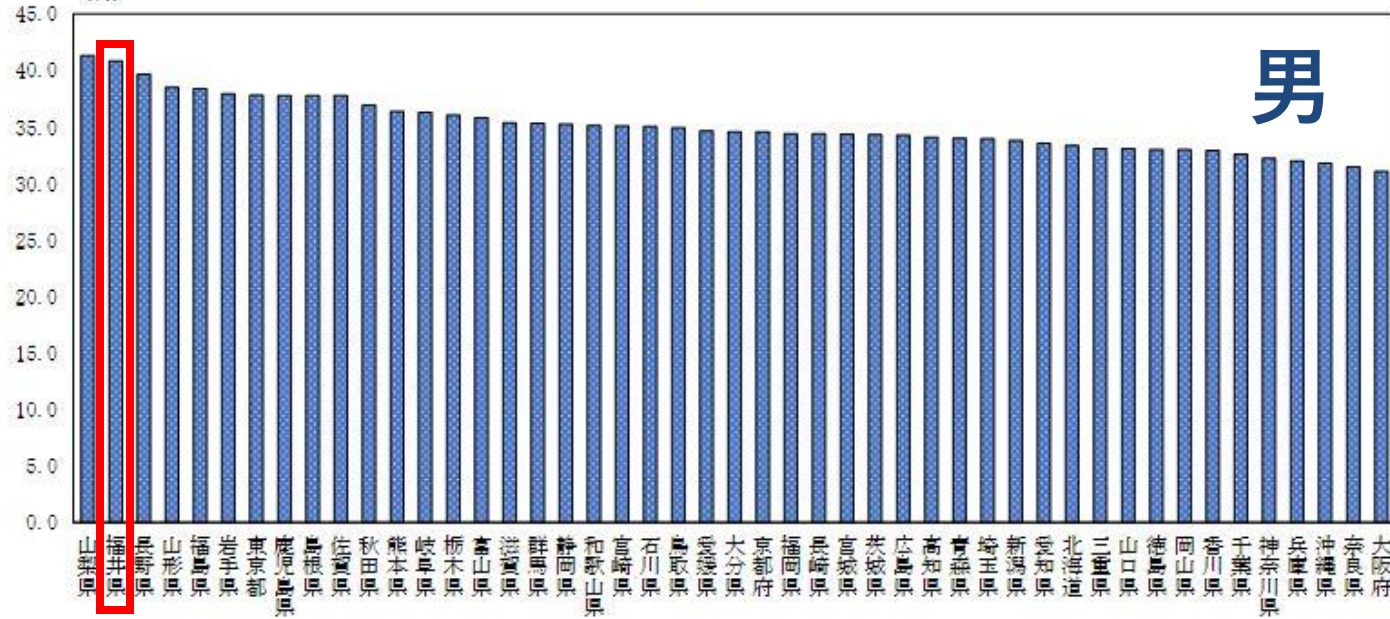


消費・納税・働き手

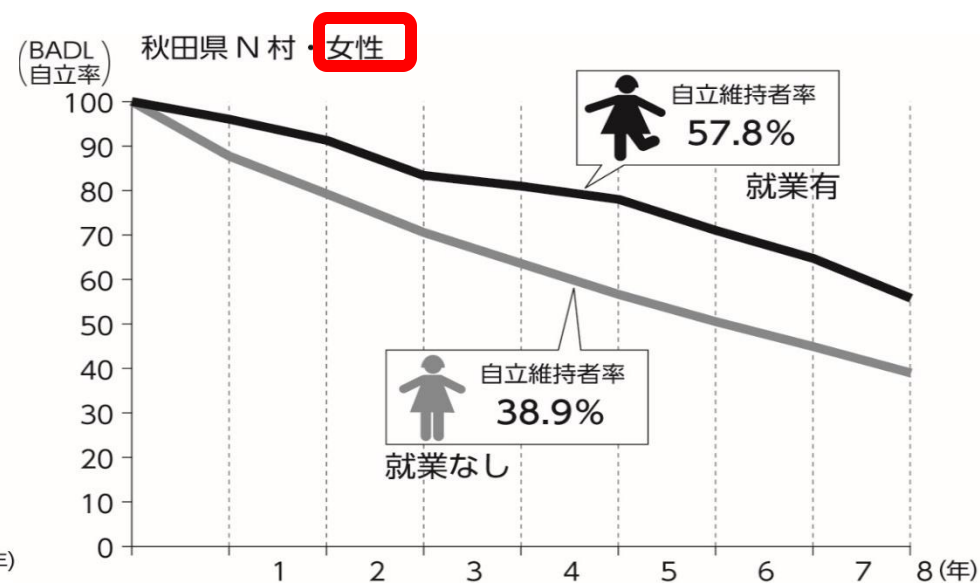
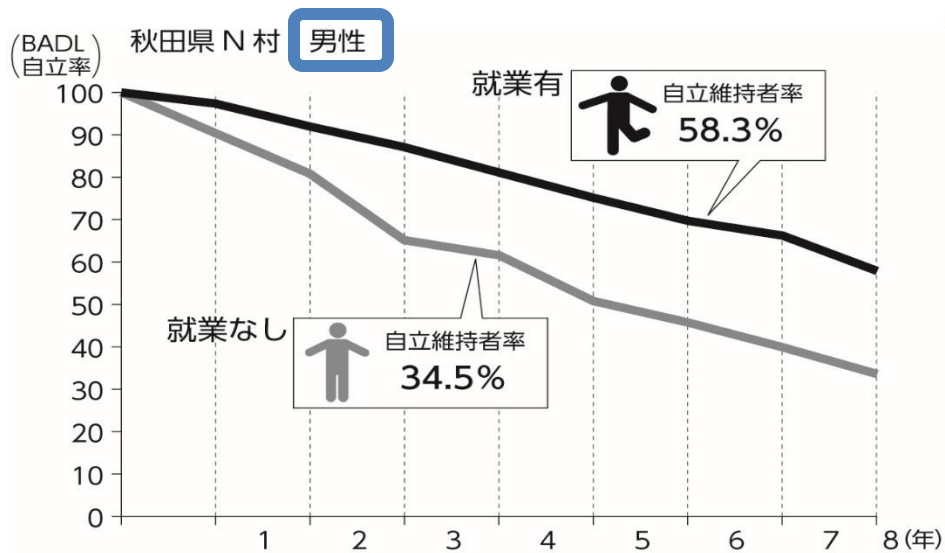
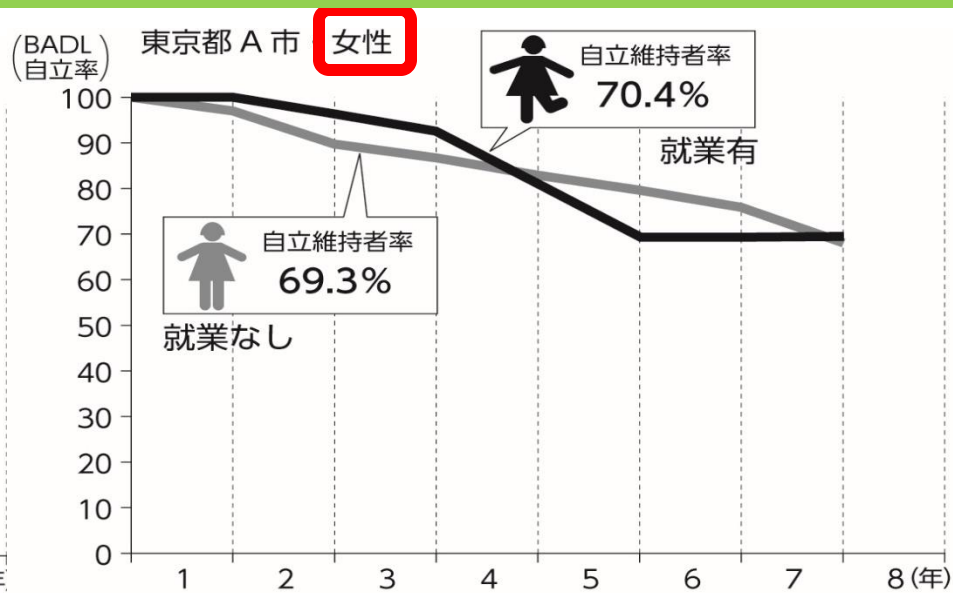
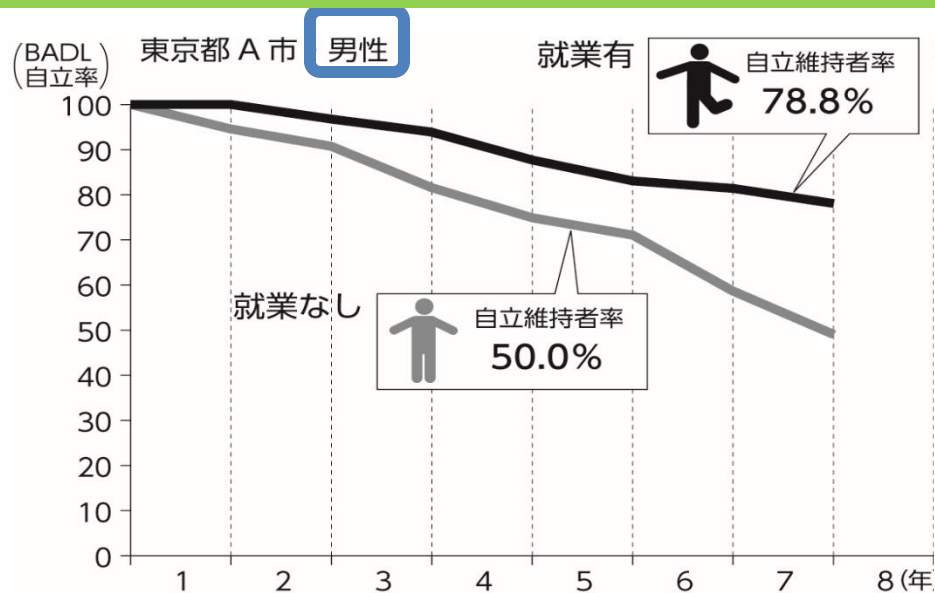
# 高齢者の県別有業率

# 就業構造基本調査（総務省2022）

topics/pdf/topi138\_02.pdf



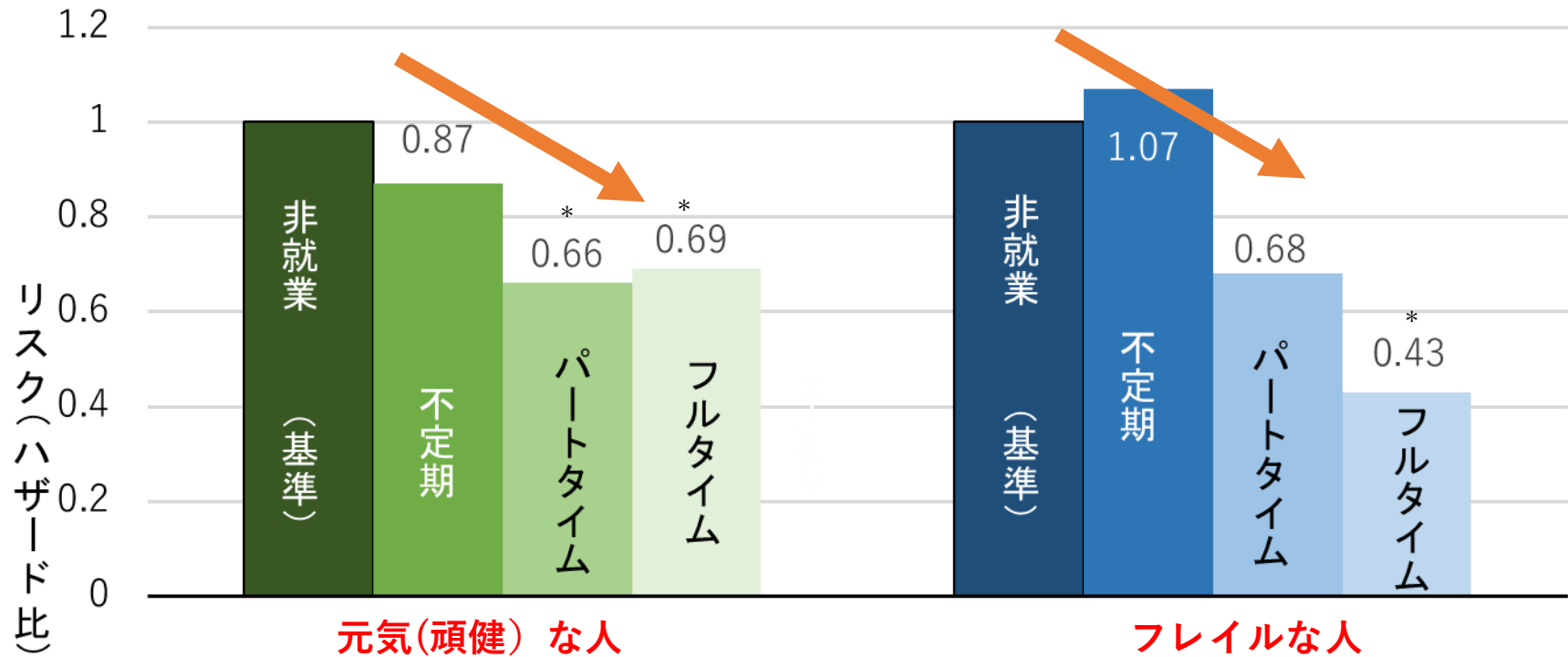
# 就業が生活機能の維持に及ぼす意義





# 高齢期の就労状況が要介護認定に及ぼす影響

大田区在住65歳以上の要支援・要介護非認定65-84歳の男女15,500名を3年6か月追跡



年齢、性別、等価所得、教育歴、同居者有無、体格指数、慢性疾患、飲酒・喫煙状況、就業以外の社会活動への参加、手段的日常生活動作能力、健康度自己評価の影響を統計学的に調整した。

\* 統計学的に有意差あり

Fujiwara, et al. *Geriatr Gerontol Int.* 2023

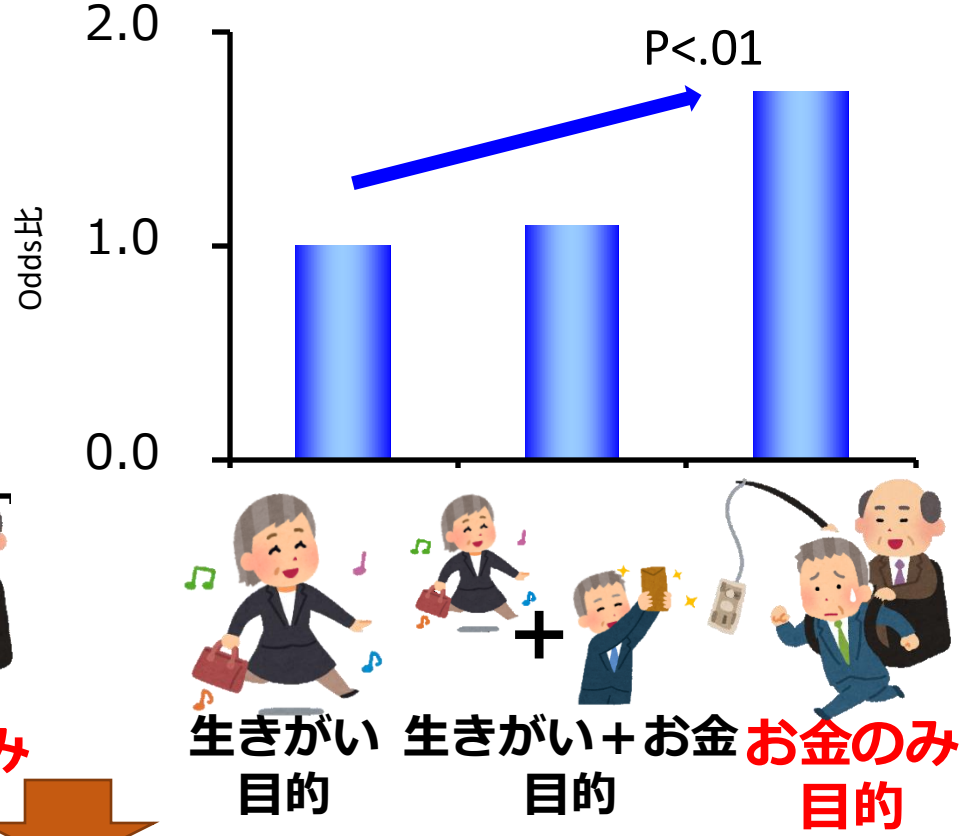
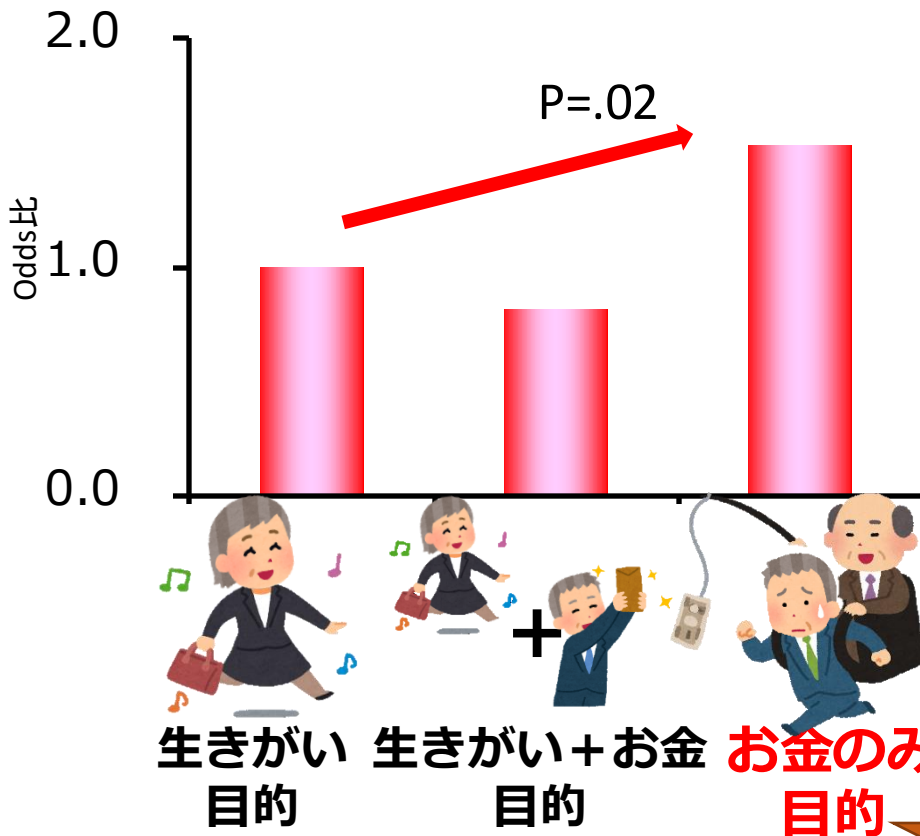
# 高齢期の就労**動機**と2年後の健康悪化リスク

問：ボランティアの動機が健康に影響する(Nonaka et al.,2019)→就労の場合は？

■ 大田区大森地区在住の就業している945名の高齢者を対象とした郵送調査

## 主観的健康感悪化リスク

## 生活機能(老研式活動能力指標)悪化リスク



性、年齢、教育年数、婚姻状況、暮らし向き、雇用形態、従属変数の初期値を調整

Nemoto et al., Geriatr Gerontol Int. 2020;20:745-751

金銭目的のみの就労では健康は維持できない

# 福祉領域で働く、**三方良し型就労**

高齢者に良し  
+ 雇用者・現役世代に良し  
+ **地域社会に良し**

**直接感謝**される働き方

ワークシェア、家事、介護・育児支援等

**コロナ禍でも、近所で長く、働こう！**

高齢者就労支援研究会 <https://sites.google.com/site/elderlyemployment/home>



shita.jp - 6304118

**介護現場の解決策** **見本**

## 切り札は、 介護助手

監修：藤原佳典  
東京福祉大学福祉学センター・研究所 社会福祉と地域保健研究チームリーダー・研究部長  
監修：豊 達太郎  
全国社団法人高齢者介護職員協会 会長

人材不足の介護現場に、とても助かる切り札がありました！  
それは、元々シニアに活躍してもらうこと。介護助手として、  
比較的時間な研修作業を助けてもらう取り組みが成功しています。  
世代の若いシニアの方は、無理なく介護現場へ向け込まれ、  
職場の評判も良好です。  
三重県では、地域高齢介護総合基金を活用して  
2015年から「介護助手導入」のモデル事業をスタートし、  
'18年末現在、すでに25都道府県に普及して  
現場の離職率を大きく減少させています。  
シニアを起用するメリットと、失敗しないコツをご紹介します。

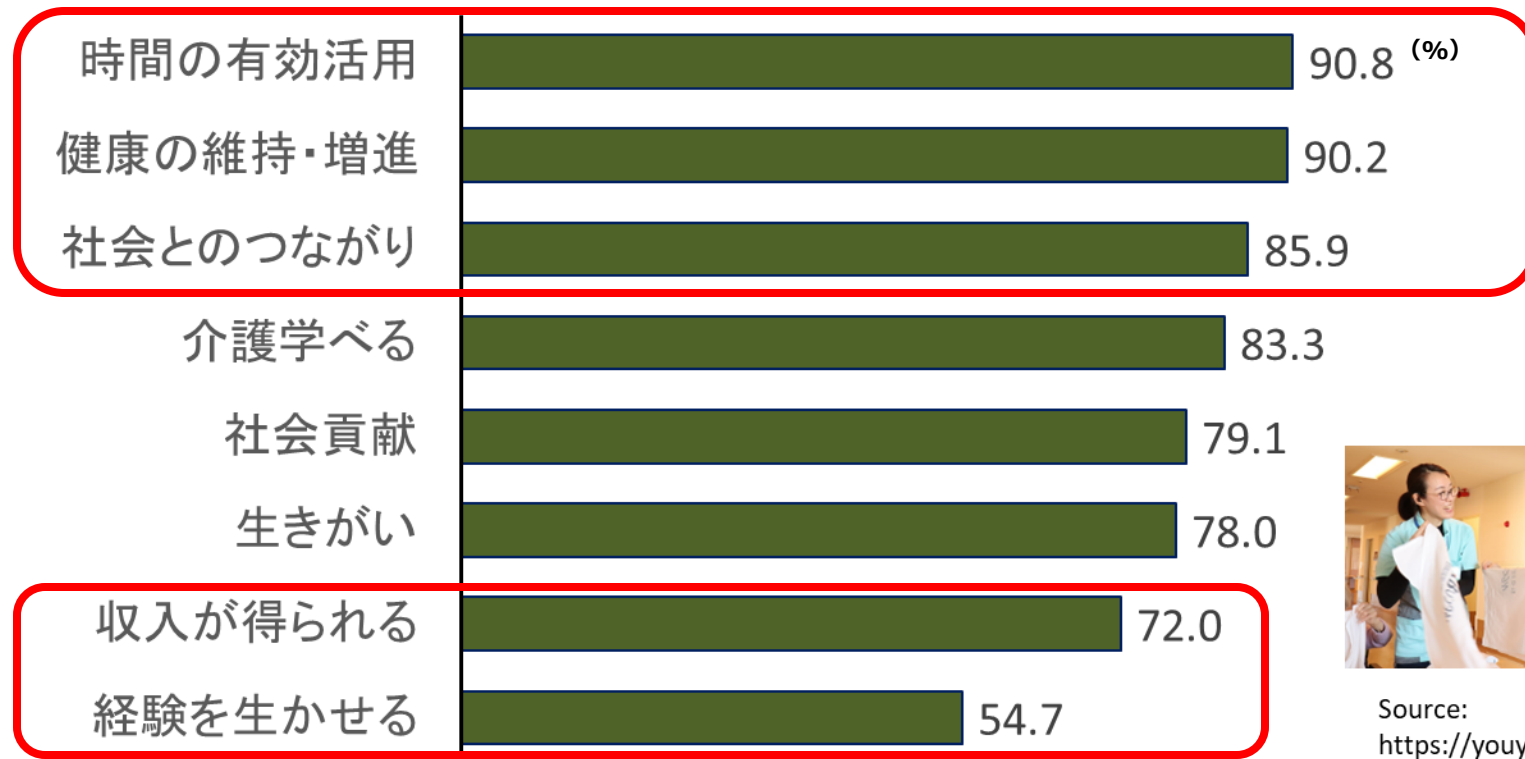
**成功のカギは、次の3つ**

1. 目的とメリットをきちんと伝え、職員の理解と合意を得る。
2. 手伝ってもらえることから、初めから完璧を目指す。
3. 1つの仕事を丸ごと任せず、上手に切り分ける。



# 高年齢介護助手が仕事に感じるメリット

2020年 全国老健施設調査 (全国の老健施設約1,200施設対象)



Source:  
<https://youyoulife.jp/scene/2957/>

**まずは、自分のため**

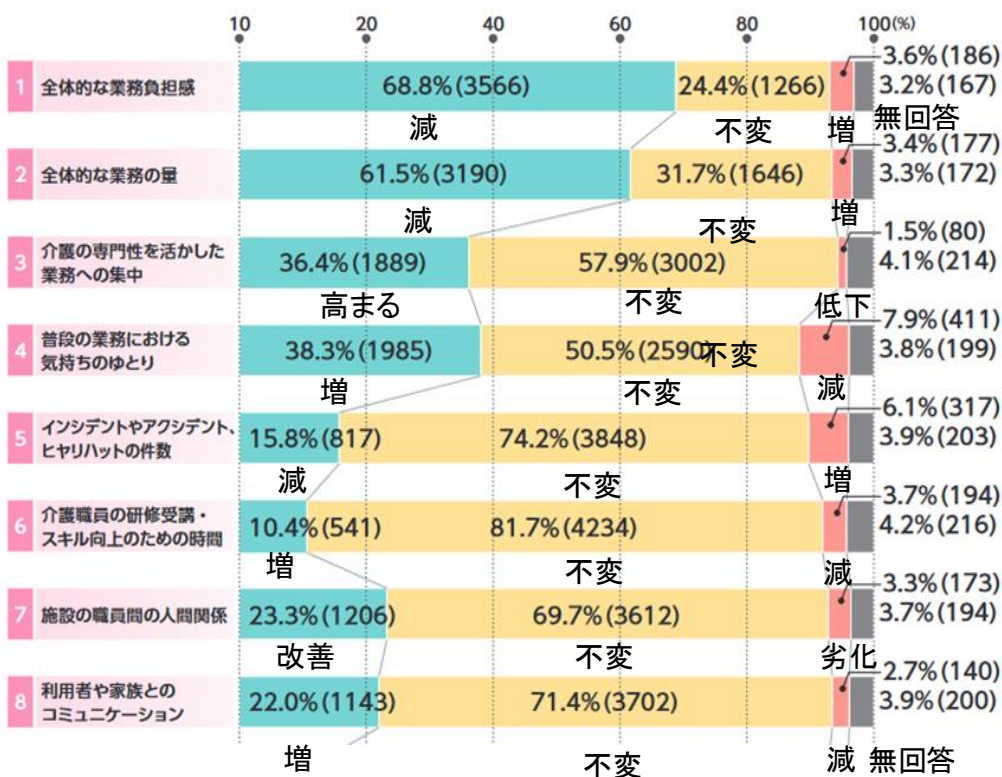
中本, 他. 日公衛誌 (2023)

# 高年齢介護助手の波及効果

## 介護助手は施設にとって有効か？

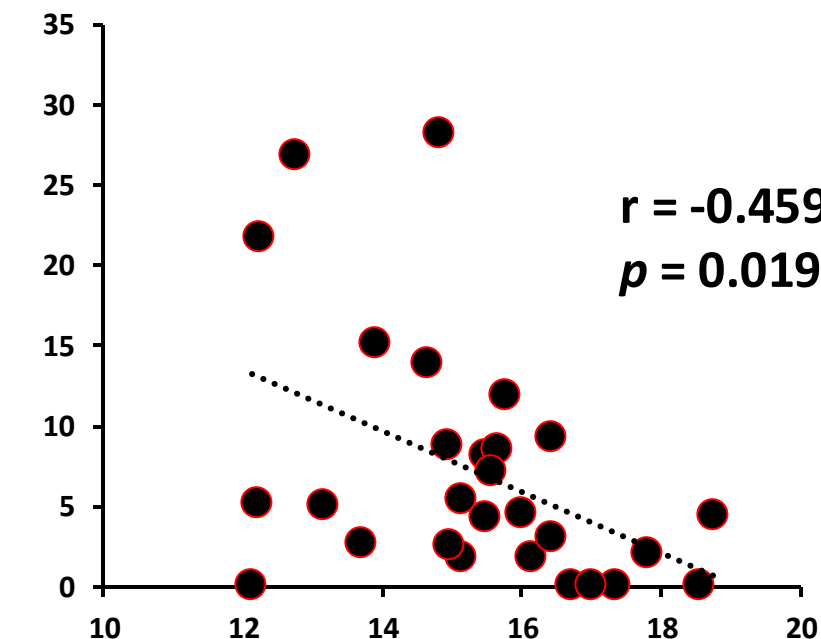
令和元年度 介護施設等における生産性向上に資するパイロット事業（厚労省・三重県委託事業）

R2老人保健健康増進等事業「介護老人保健施設等における業務改善に関する調査研究事業」



出典：ご存知ですか「介護助手」のちから，社会保険出版(2023)

## 施設毎の介護助手配置割合 (27施設+現役介護スタッフ825名)



## 施設毎バーンアウト尺度得点平均値

Sakurai & Fujiwara, et al. *BMC Health Serv Res.* 2021

現役スタッフの業務・精神的負担軽減に貢献



# 政策的意義～地域共生社会創生に向けて

## 職域連携

新たな事業（Ⅰ～Ⅲの支援を一体的に実施）

### I 相談支援

○ 介護（地域支援事業）、障害（地域生活支援事業）、子ども（利用者支援事業）、困窮（生活困窮者自立相談支援事業）の相談支援に係る事業を一体として実施し、本人・世帯の属性にかかわらず受け止める、相談支援を実施

○以下の2つの機能を強化

- ①多機関協働の中核の機能（世帯を取り巻く支援関係者全体を調整する機能）
- ②個別制度につなぎにくい課題等に関して、アウトリーチも含め継続的につなぎ続ける伴走支援を中心的に担う機能

### II 参加支援

○介護・障害・子ども・困窮等の既存制度については緊密な連携をとって実施するとともに、既存の取組では対応できない狭間のニーズに対応するため（※1）、本人のニーズと地域の資源との間を取り持つことで多様な資源の開拓を行う、総合的な支援機能を確保し、本人・世帯の状態に寄り添って、社会とのつながりを回復する支援（※2）を実施

- （※1）世帯全体としては経済的困窮の状態にないが、子がひきこもりであるなど
- （※2）就労支援、見守り等居住支援 など

○長く社会とのつながりが途切れている者に対しては性急な課題解決を志向せず、段階的で時間をかけた支援を行う

### III 地域づくりに向けた支援

○介護（一般介護予防事業、生活支援体制整備事業）、障害（地域活動支援センター）、子ども（地域子育て支援拠点事業）、困窮（生活困窮者のための共助の基盤づくり事業）の地域づくりに係る事業を一体として実施し、地域社会からの孤立を防ぐとともに、地域における多世代の交流や多様な活躍の場を確保する地域づくりに向けた支援を実施

○以下の場及び機能を確保

- ①住民同士が出会い参加することのできる場や居場所
- ②ケア・支え合う関係性を広げ、交流や活躍の場を生み出すコーディネート機能

**I～IIIを通じ、  
・継続的な伴走支援  
・多機関協働による支援を実施**

※ 支援プランの作成（多機関協働と一体的に実施）

厚生労働省社会・援護局.令和2年度 地域共生社会の実現に向けた市町村における包括的な支援体制の整備に関する全国担当者会議.会議資料3 重層的支援体制整備事業における具体的な支援フローについて [https://www.mhlw.go.jp/stf/shingi2/0000114092\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/shingi2/0000114092_00001.html)

## 第一期革プロ(2017～19年度)

## 第二期革プロ(2020～22年度)

自殺対策：  
究極の  
共通テーマ

保健センター(健康推進課)+教育委員会+  
シニアボランティア→市保健計画推進協議会において自殺総合対策計画のモデル事業

子ども家庭支援課  
+助産師会+高齢支援課  
+社会福祉協議会

# デイで「働き」やりがい 高齢者が有償ボランティア 厚労省の事務連絡追い風に

会員限定有料記事 毎日新聞 2018年11月2日 大阪朝刊

社会一般 > 介護・福祉 > ライフスタイル > めっちゃ関西 > ライフ >



まな板などに削りをかける京都市西院老人デイサービスセンターの利用者ら＝京都市右京区で、野口由紀撮影

京都市西院老人デイサービスセンター（京都市右京区）で、高齢の利用者が有償で働くことを通じ、社会参加を目指す取り組みが始まった。

西院デイサービスの利用者は今年8月から、京都市中京区のセレクトショップ「mumokuteki 京都店」で販売する木製のまな板とカッティングボードの製作の最終工程に携わっている。先月、施設を取材した

日には70代から90代の女性6人が「出勤簿」に押印して活動を開始。真剣な表情で木にやすりをかけ続ける。作業をした海老愛子さん（90）は「削っているうちに愛着がわく。作業に集中する間は腰の痛みも忘れる」と笑顔を見せた。



**福** 京都福祉サービス協  
会が運営する西院老  
人デイサービスセンターで  
は、70～90歳の利用者11人  
が毎週月曜日、デイサービ  
スに「出勤」し、まな板づく  
りに取り組む。紙やすりで、  
ヒノキの板を丁寧に磨いて  
いく利用者。まな板は、京  
都市内の雑貨店で販売さ  
れ、1枚売れ多く、利用者  
には、お礼として地元商店街  
の500円の金券が渡され  
る。金券をもって商店街に  
買い物に行くのも楽しみ  
の一つだ。

×ものづくり

介護が必要になっても  
社会の一員として社会  
とつながれる機会をつ  
くりたかった。ブラン  
ド名は「sitte（シッテ）」。



磨きあげたまな板を  
展示する西院老人  
デイサービスセンター



多世代食堂2016～



Q「sitte」検索結果一覧

お礼の品 自治体 使い道 特集・FAQ

ニコニコエール品  
を絞り込む

該当数: 8件

寄付金額: 下取なし 円 / 上取なし 円

地域: 都道府県: 指定なし / 市区町村: 選択できません

おおすすめの条件:  
 郵便振替払い可  未明使  
 配送日の指定可  品切れ中も含む  
 チュイス限定

絞り込み 全ての品行を表示

表示順: 標準 お気に入り数順 寄付額の安い順 寄付額の高い順 販売順 感想数順

販売表示 詳細表示

 [sitte] 米な板 楳(ひのめ)(中) 29,000 円 (8,700 ポイント)	 [sitte] 米な板 楳古(いちま) (小) 19,000 円 (5,700 ポイント)	 [sitte] 米な板 楳古(いちま) (大) 30,000 円 (9,000 ポイント)
 [sitte] 米な板 楳(ひのめ)(大) 32,000 円 (9,600 ポイント)	 [sitte] 米な板 楳古(いちま) (中) 27,000 円 (8,100 ポイント)	 [sitte] カッチャングボード 取っ手付き(小) 33,000 円 (9,900 ポイント)

おいでやす  
よくぼう

6/19 (金)  
17:30-18:30

**テイクアウトで再開!**



いつも食堂をご利用いただき、ありがとうございます!

新型コロナウイルス蔓延に伴い、おいでやす食堂も休んでおりましたが、皆様とのツナガリを途絶えさせない! という思いで、テイクアウトで再開します。

懐かしいカレーの味を皆様へお届けします。

※ ソーシャルディスタンスをとって実施します。

私たちの想いは、LINEで発信しておりますので、ご登録お願い致します。

学生以下 無料  
大人 ¥200

LINE@  
お友達登録募集中  
開催情報などをお知らせ!

TEL: 075-812-6711  
みんなの居場所制作委員会  
代表 河本歩美



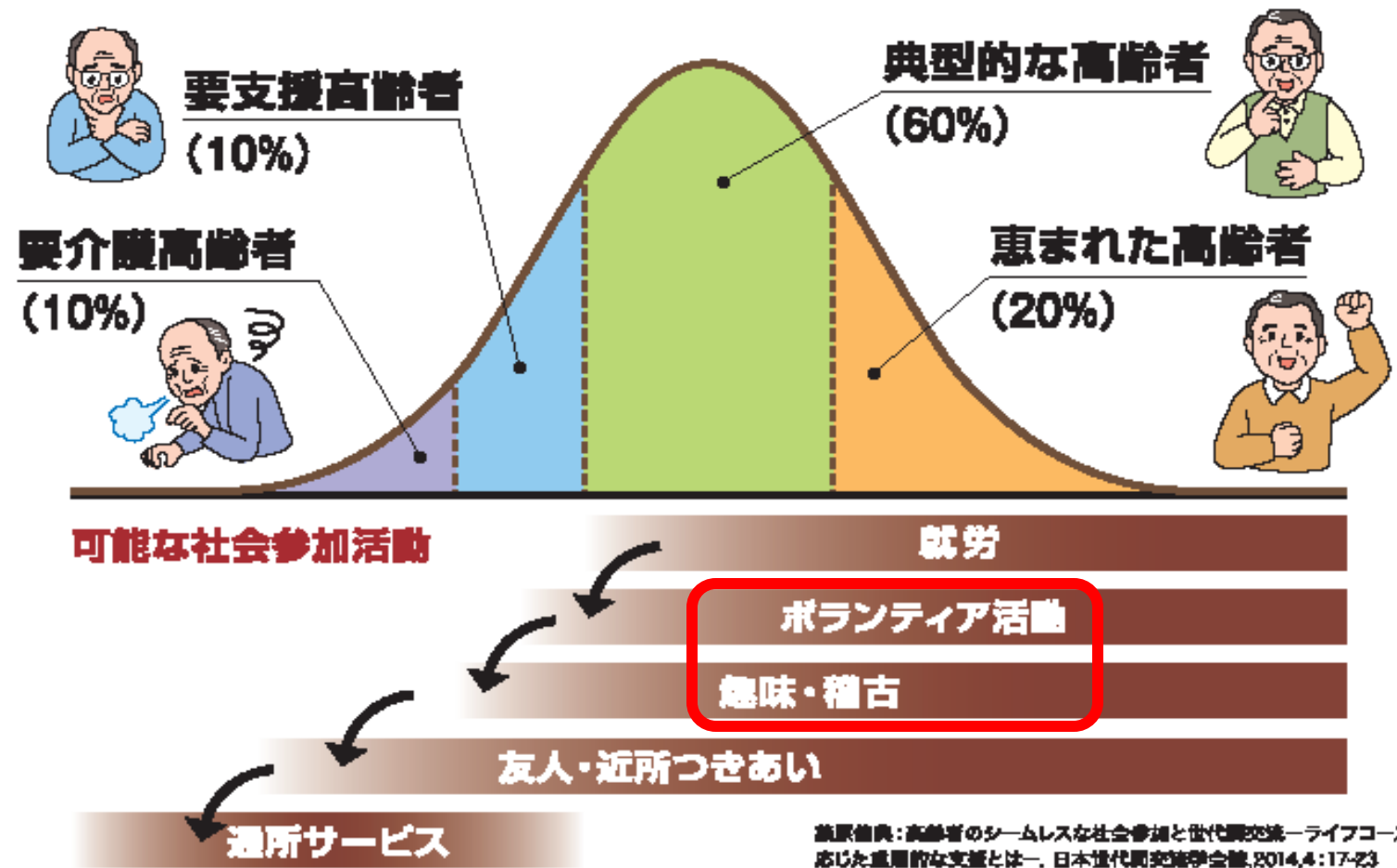
新たな挑戦は「刺し子」



# 本日の話題

- 地域共生社会の基盤はつながりづくり
- つながりづくりは多世代型「仕掛け」で
  - 1) 職域との連携
  - 2) 学校との連携
- つながりづくりには、「場」が重要

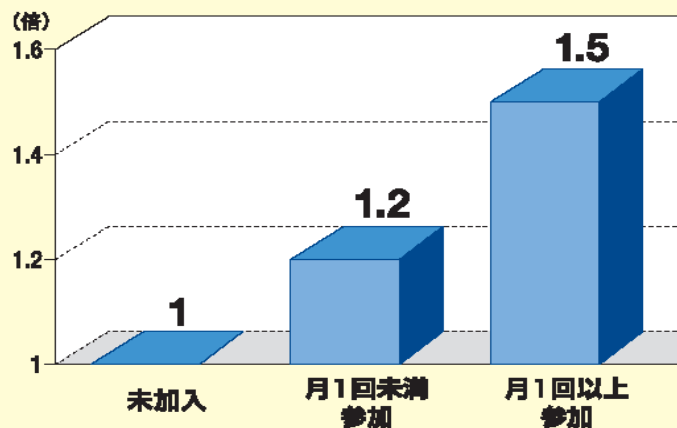
# 高齢者の機能的健康度による分布と社会参加活動の枠組み



# 放電



## 趣味活動するなら、月1回は参加しよう！ 4年後の生活機能\*「維持」への効果

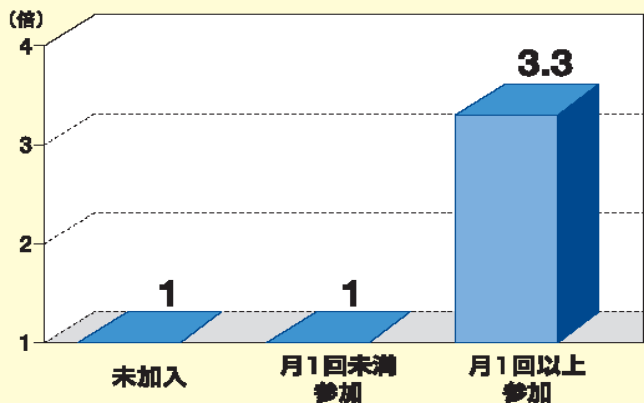


埼玉県W市在住65歳以上高齢者2528名を4年追跡(2008-2012年)

\*新式活動能力指標、健康度自己評価、暮らし向きを調整、\*\*新式活動能力指標維持点

Nonaka et al. PloS-one, 2017

## ボランティアするなら、月1回は参加しよう！ 4年後の生活機能\*「維持」への効果

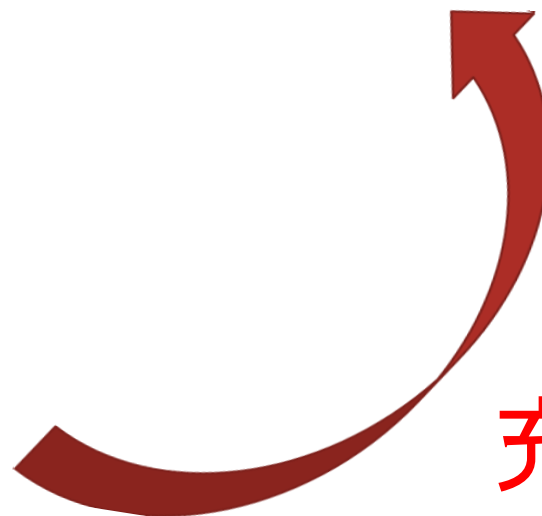


埼玉県W市在住65歳以上高齢者2528名を4年追跡(2008-2012年)

注)性、年齢、教育歴、新式活動能力指標、健康度自己評価、暮らし向きを調整、\*\*新式活動能力指標維持点

Nonaka et al. PloS-one, 2017

# 充電



# 政策的意義～地域共生社会創生に向けて

## 学校連携

新たな事業（Ⅰ～Ⅲ）の支援を一体的に実施

### I 相談支援

○ 介護（地域支援事業）、障害（地域生活支援事業）、子ども（利用者支援事業）、困窮（生活困窮者自立相談支援事業）の相談支援に係る事業を一体として実施し、本人・世帯の属性にかかわらず受け止める、相談支援を実施

○ 以下の2つの機能を強化

- ① 多機関協働の中核の機能（世帯を取り巻く支援関係者全体を調整する機能）
- ② 個別制度につなぎにくい課題等に関して、アウトリーチも含め継続的につなぎ続ける伴走支援を中心的に担う機能

### II 参加支援

○ 介護・障害・子ども・困窮等の既存制度については緊密な連携をとって実施するとともに、既存の取組では対応できない狭間のニーズに対応するため（※1）、本人のニーズと地域の資源との間を取り持つことで多様な資源の開拓を行う、総合的な支援機能を確保し、本人・世帯の状態に寄り添って、社会とのつながりを回復する支援（※2）を実施

- （※1）世帯全体としては経済的困窮の状態にないが、子がひきこもりであるなど
- （※2）就労支援、見守り等居住支援 など

○ 長く社会とのつながりが途切れている者に対しては性急な課題解決を志向せず、段階的で時間をかけた支援を行う

### III 地域づくりに向けた支援

○ 介護（一般介護予防事業、生活支援体制整備事業）、障害（地域活動支援センター）、子ども（地域子育て支援拠点事業）、困窮（生活困窮者のための共助の基盤づくり事業）の地域づくりに係る事業を一体として実施し、地域社会からの孤立を防ぐとともに、地域における多世代の交流や多様な活躍の場を確保する地域づくりに向けた支援を実施

○ 以下の場及び機能を確保

- ① 住民同士が出会い参加することのできる場や居場所
- ② ケア・支え合う関係性を広げ、交流や活躍の場を生み出すコーディネート機能

Ⅰ～Ⅲを通じ、  
・継続的な伴走支援  
・多機関協働による支援を実施

※ 支援プランの作成（多機関協働と一体的に実施）

28

厚生労働省社会・援護局. 令和2年度 地域共生社会の実現に向けた市町村における包括的な支援体制の整備に関する全国担当者会議. 会議資料3 重層的支援体制整備事業における具体的な支援フローについて [https://www.mhlw.go.jp/stf/shingi2/0000114092\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/shingi2/0000114092_00001.html)

第一期革プロ(2017～19年度)

第二期革プロ(2020～22年度)

自殺対策：  
究極の  
共通テーマ

保健センター(健康推進課)+教育委員会+  
シニアボランティア→市保健計画推進協議会において自殺総合対策計画のモデル事業

子ども家庭支援課  
+助産師会+高齢支援課  
+社会福祉協議会

# 米国の高齢者・ソーシャルキャピタル戦略

Use it, or lose it

「頭、体、心」を使う？さびる？



学び、役割、仲間



プロジェクト「Experience Corps®」

◆ 公立小学校でのシニアボランティアによる

世代間交流モデル研究 (Fried et al. *J Urban Health* 2004)

OUR CHILDREN.  
Each of us remembers a real difference in a parent or a grandpa right and wrong, a teacher who listened when we had a question. Our children need, but do not have, that special adult to learn and grow.

OUR CHALLENGE.  
Experience Corps is a volunteer program that taps the time and experience of people over 55. Older adults have the talents and the experience to meet important needs in local elementary schools as volunteers. Volunteers can contribute in three areas of greatest need identified by principals:

- Helping children to be better readers
- Making the school library work and helping the children use the library.
- Supporting improved behavior and play without violence.

SHARE THE WISDOM OF A LIFETIME

• Are you over 60?  
• Do you have life experiences to share?  
• Do you want to make a difference for the future?

If you answered "yes" to these questions, say YES to Experience Corps.

This school year, Experience Corps will put the talents and experiences of older adults to good use in several city schools. If you want to help make a difference for Baltimore's children, call us at 410-502-5496. Participants will receive \$150 a month for out-of-pocket expenses.

To volunteer for Experience Corps, call 410-502-5496

SHARE THE WISDOM OF A LIFETIME

- ARE YOU OVER 55?
- DO YOU HAVE LIFE EXPERIENCES TO SHARE?
- DO YOU WANT TO MAKE A DIFFERENCE IN THE FUTURE OF OUR CHILDREN?

IF YOU ANSWERED "YES" TO THESE QUESTIONS, SAY YES TO EXPERIENCE CORPS.

# 事例：絵本読み聞かせ認知症・フレイル予防事業

⇒修了後、世代間交流ボランティアへ  
シニア読み聞かせボランティア「りぷりんと」

- 復刻本
- 現役生活の復刻

## 三方良し型予防

2004~モデル版

- 東京都中央区（都心部）27→40名
- 川崎市多摩区（住宅地）22→57名
- 滋賀県長浜市（地方小都市）21→100名



## 一般介護予防事業等として普及

2006~

杉並区、横浜市  
青葉区、豊島区、  
文京区、大田区

2015~

北区、板橋区、  
府中市、練馬  
区、千代田区、

2017~

狛江市  
北秋田市

2018~

新宿区  
立川市

2020~

稲城市  
八王子市

2021~

目黒区

2023~

品川区

# 絵本は世代間交流のベストな仕掛け・・・安・近・深

➤ 主人公が高齢者多い

➤ メッセージ性

➤ 多種多様、無尽蔵

➤ 借りれば無料

➤ 近くの図書館で

# 生涯学習型・認知介入プログラム

第1回 今読まれている絵本について



第2-3回 忘れられない絵本, 自分を知る絵本の記憶の掘り起こし, 伝えるという技術について



第4回 読み聞かせに必要な体づくり

・柔軟体操から呼吸法、発声と滑舌



読み聞かせ技術



第5-6回 読み聞かせの練習

・読解と表現, 文章理解と感情移入



記憶トレーニング



第7-8回 読み聞かせ発表会

・個別発表会, 自己採点・講評

読み聞かせ実践



第9回以降 グループ発表会の準備, 実演



# 絵本の読み聞かせ方法の習得



# 認知機能トレーニング

情報の伝達  
トレーニング



滑舌  
トレーニング



記憶  
トレーニング



# ボランティア活動の実際



幼稚園でのお話会

- 400人が6～10人/1チームで施設担当
- 訪問頻度は計1～2日/週
- 訪問施設は計350校園



小学校での朝の読み聞かせ



中学校での朝の読み聞かせ

# シニアへの効果



## 心理的効果



- 自尊心
- 自己効力感
- 社会的サポート・ネットワーク
- 絵本から受ける感受性

## 身体的効果



- 定期的な参加による  
身体活動の増進
- ウォーミングアップ軽体操(手遊び)
- 発声法

## 認知機能効果



- 記憶力
- 実行機能
- 言語能力

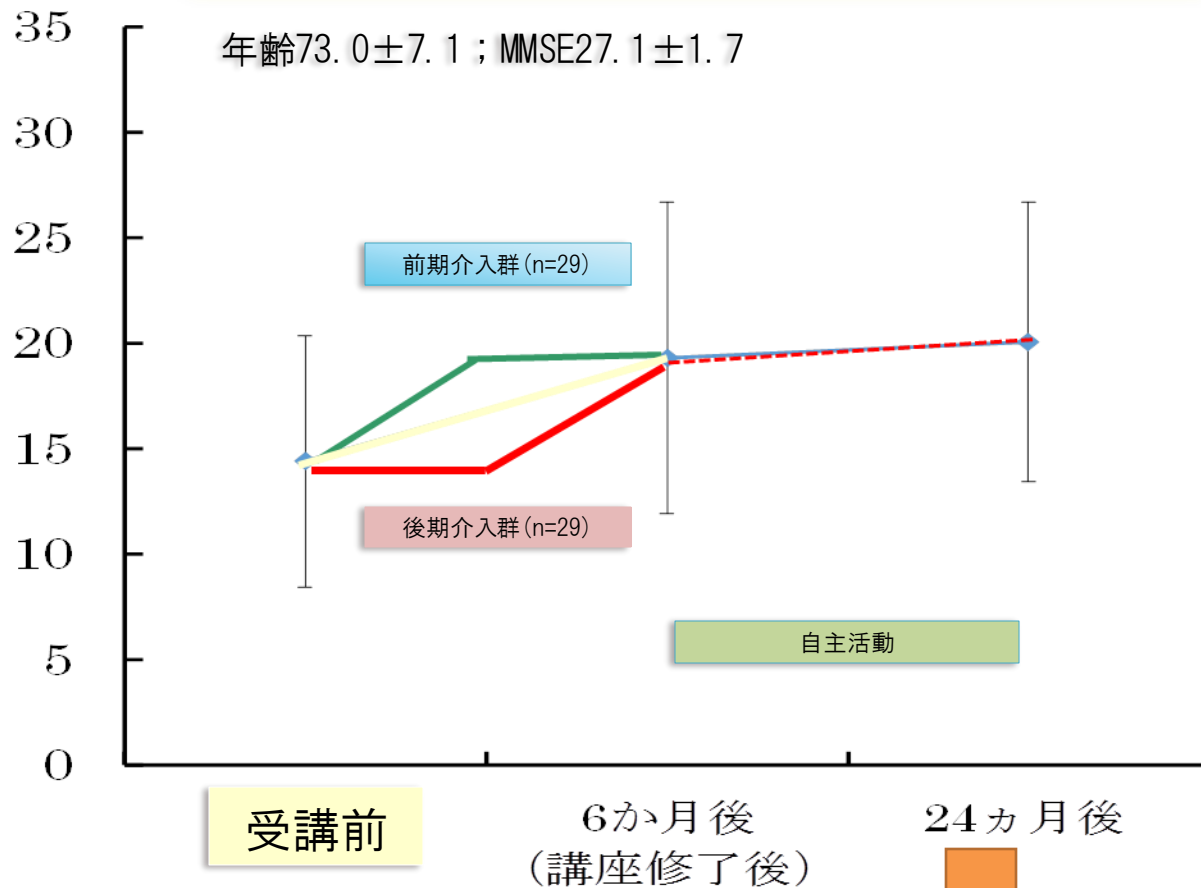
# 持続する介入効果

WMS-R検査

物語の30分後の遅延再生

▶ 自主活動（ボランティア）70%継続へ

年齢73.0±7.1；MMSE27.1±1.7

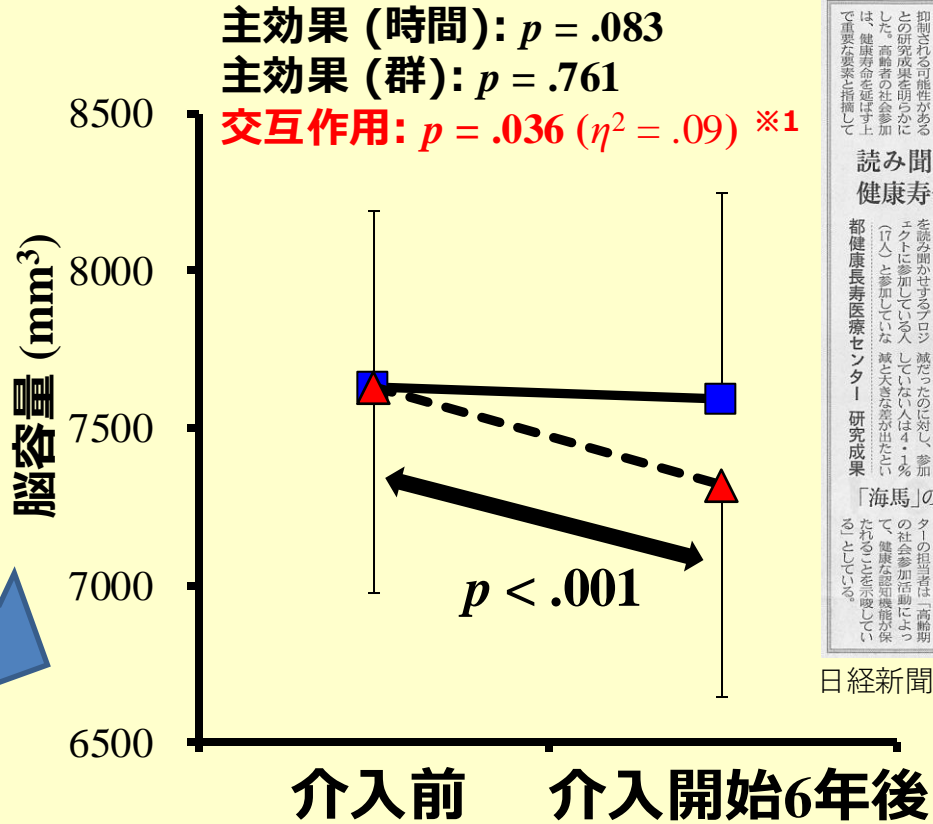


24か月後時点においても維持

■ ボランティア群 (介入群) : 17名 ▲ 対照群 (健診参加のみ) : 42名



6年間ボランティア継続



東京都健康長寿医療センター(板橋区)は、子どもへの絵本の読み聞かせのボランティア活動に高齢者が参加することによって記憶力や言語能力が向上する可能性があることを示した。研究結果を明らかにした。高齢者を対象とした研究は、健康寿命を延ばす上で重要な要素と指摘している。

読み聞かせ参加健康寿命延ばす?

い。い。人(人)を対象に、同センター研究所の藤原佳典(ふじのり)部長と石井賢一(けんいち)部長が、この結果を報告した。この結果、ボランティア活動に参加した高齢者は、6年前に比べ、読んだ子どもに絵本を語り聞かせるボランティア活動に参加している人は、4.1%減少した。また、高齢者が参加したボランティア活動は、健康寿命を延ばす上で重要な要素と指摘している。

「海馬」の萎縮を抑制

う。プロジェクトの参加者は読み聞かせの前検査を受け、週に1回程度、ボランティア活動を行った。海馬は加齢に伴い萎縮する傾向がある。同センターの担当者は「高齢期の社会参加活動によって、健康寿命が延ばされることを示唆している」としている。

日経新聞2017/9/20

※<sup>1</sup> 性、年齢、教育年数、現病歴、抑うつ得点、頭蓋内容量、MMSE得点、ApoE遺伝子型、追跡期間を調整

# 文化活動だけど体力も維持！ — 7年間の長期効果 —



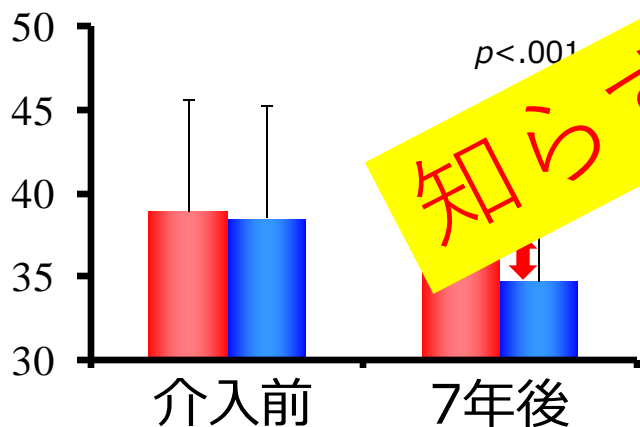
介入群(ボランティア)62名、対照群(非ボランティア)62名、7年間追跡

■ 介入群 ■ 対照群

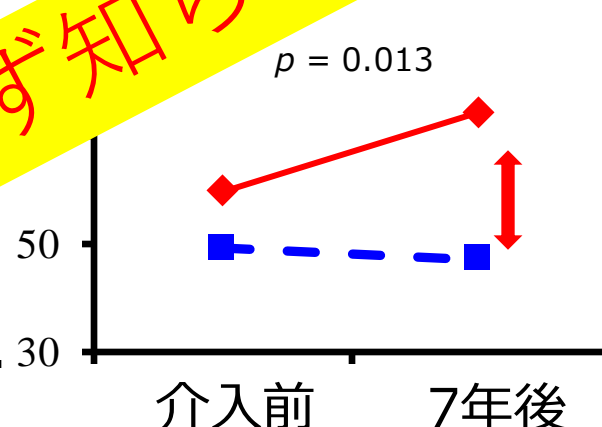
— 介入群 —

※交絡因子を調整

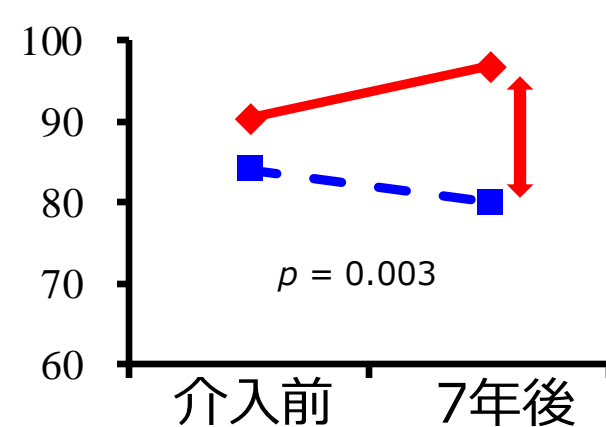
前のめりバランス(cm)



近隣交流頻度 (%)



知的能動性維持・向上者 (%)



知らず知らず一日1万歩!

**【結論】 動的バランス能力、世代間交流頻度、知的活動能力が維持・改善**

# 受け手への効果



## 子供への効果



- 活字・文学離れ予防
- 集中力
- シニアへの尊敬・感謝
- 教師、保護者以外の第三者の介在

## 保護者への効果



- シニアへの尊敬・感謝
- PTAの負担軽減
- 地域の見守りの一助

## 教職員への効果



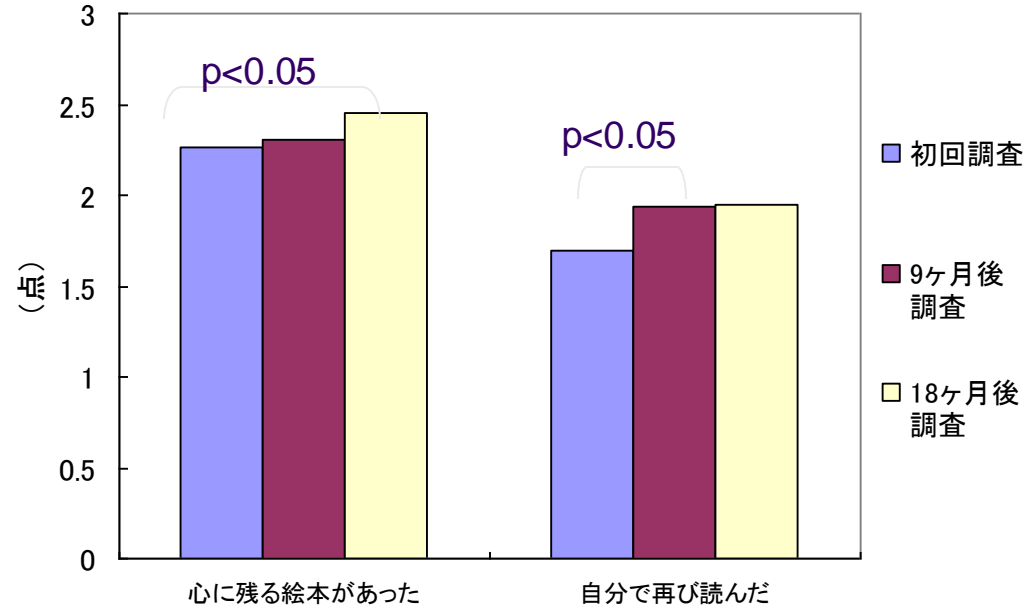
- 開かれた学校のモデル
- 重層的な地域との連携のモデル



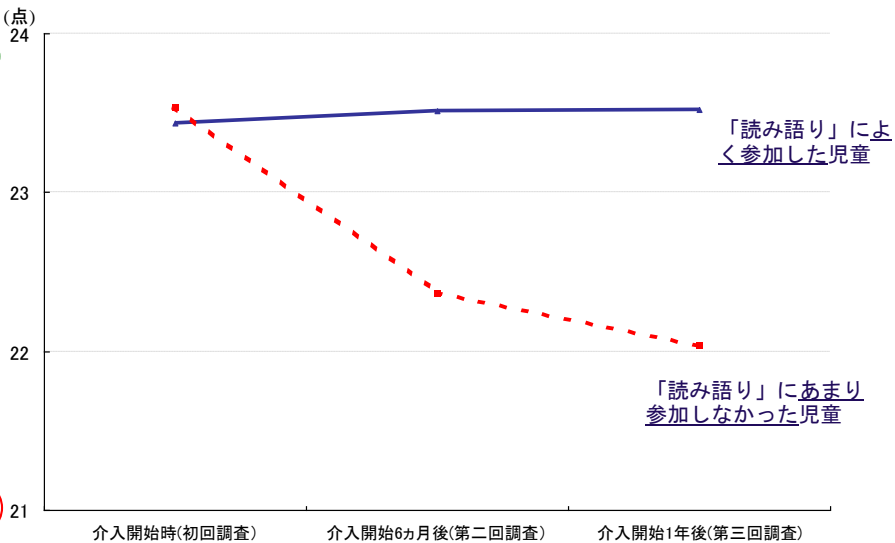
# 子どもへの効果



読書教育への効果(中央区立豊海小学校2-6年生)



情緒教育への効果 児童のいたく高齢者イメージの変化

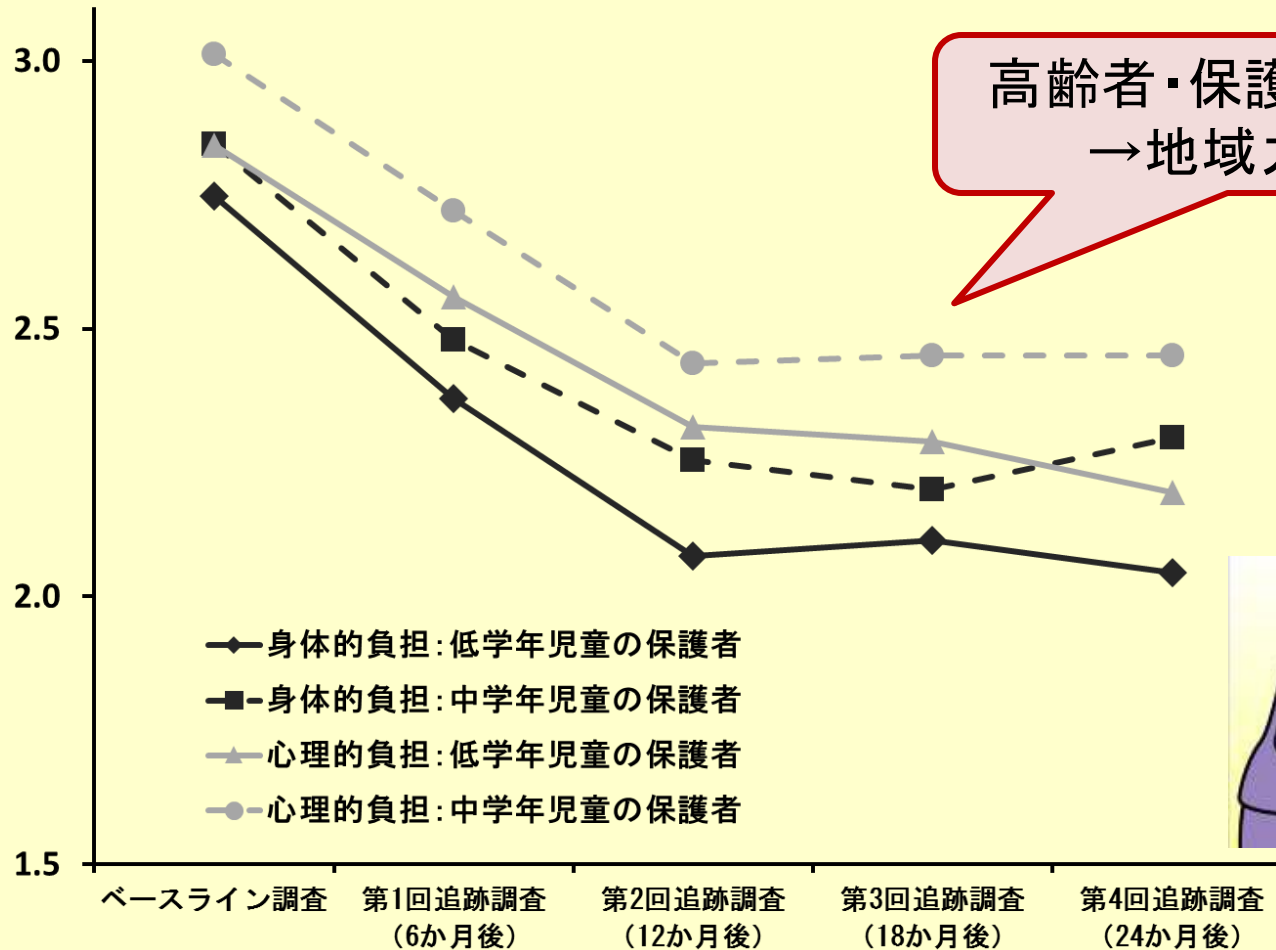


【読書教育への効果】「読み語り」してもらった絵本で心に残る本や、再び、自分で読み直した本が増加。

【情緒教育への効果】「読み語り」に頻回に参加した児童は、高齢者に対する情緒的イメージが1年間以上維持。

# 学校行事への奉仕・協力に対する保護者の負担感が軽減

劣



高齢者・保護者間の信頼  
→地域力の向上

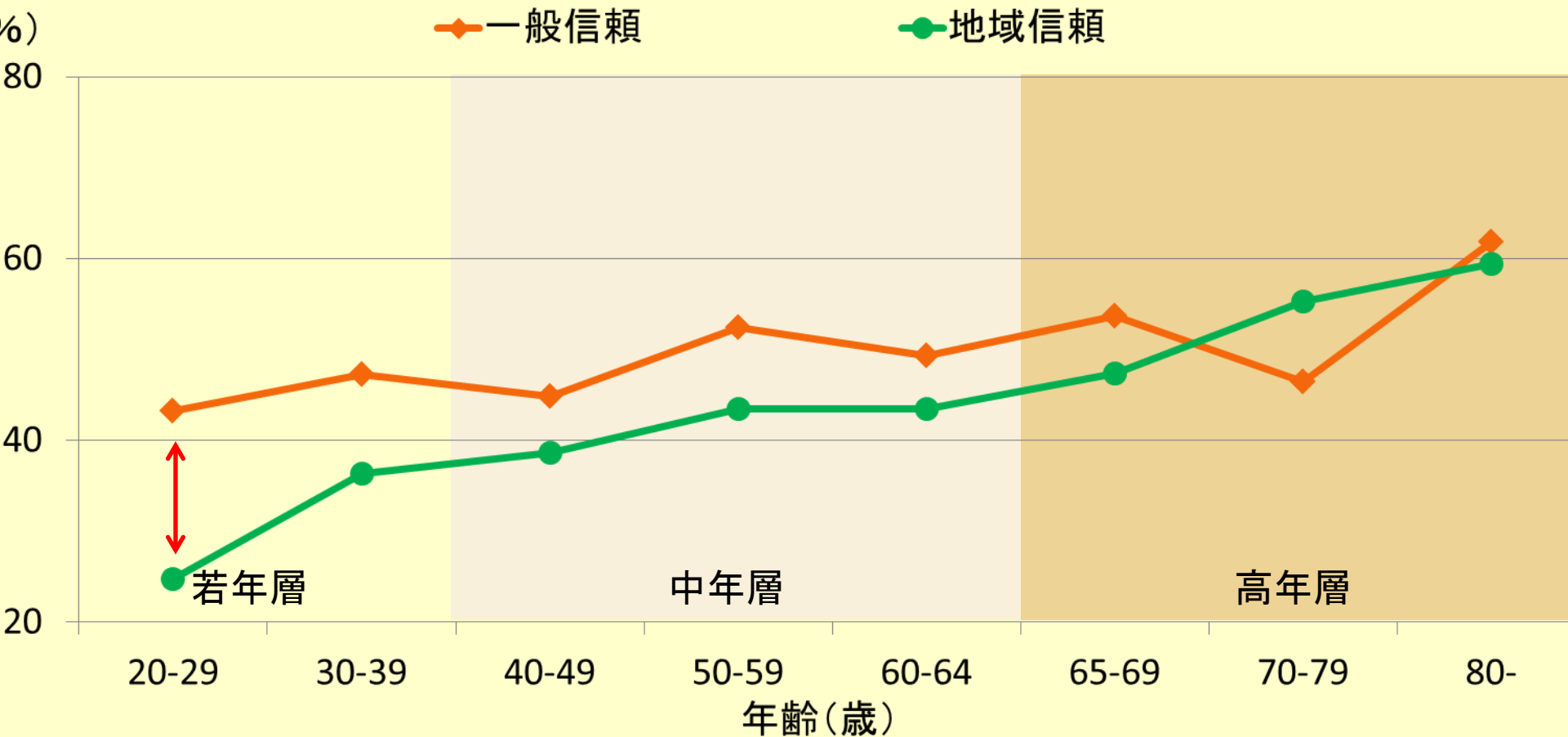


良

担任を通してアンケートを配布・回収。N=315

注) 保護者の年齢、学区内居住年数を調整した、二元配置分散分析を用いた。

# 世代別に見た市内A区民のソーシャルキャピタル ～世間一般の人への信頼vs.地域の人への信頼



報「世代間の助け合いの意識と実態に関する調査」(平成27年3月実施)住民基本台帳より無作為抽出し  
～84歳の川崎市A区民2,500人(回収率39.2%)

# りぷりんと活動の浸透が、 生活圏域全体の保護者世代 のソーシャルキャピタル に及ぼす影響

RESEARCH ARTICLE

Open Access



## The impact of intergenerational programs on social capital in Japan: a randomized population-based cross-sectional study

Yoh Murayama<sup>1\*</sup>, Hiroshi Murayama<sup>2</sup>, Masami Hasebe<sup>3</sup>, Jun Yamaguchi<sup>1</sup> and Yoshinori Fujiwara<sup>1</sup>



### 川崎市多摩区の“絵本読み聞かせ” 活動施設の広がり 2004年度→2015年度

第1期 (2004~05年導入) 10~11年継続 3地区

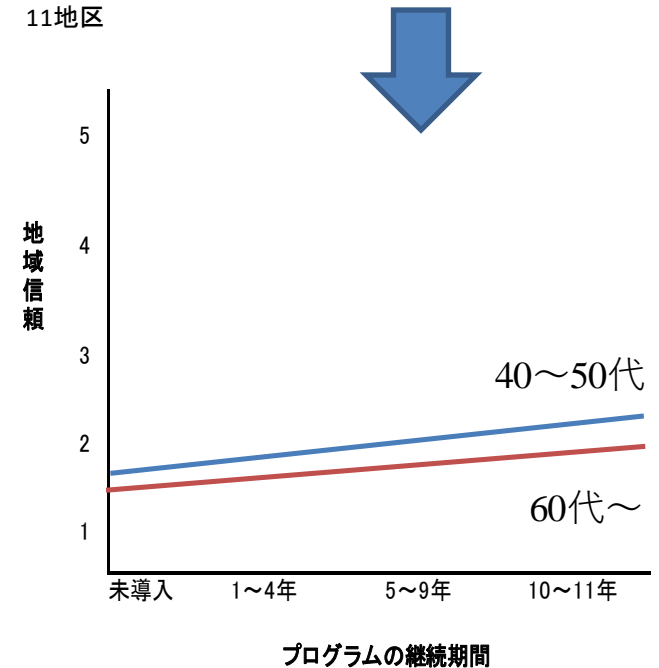
第3期 (2011~15年導入) 1~4年継続 3地区

第2期 (2006~10年導入) 5~9年継続 7地区

未導入

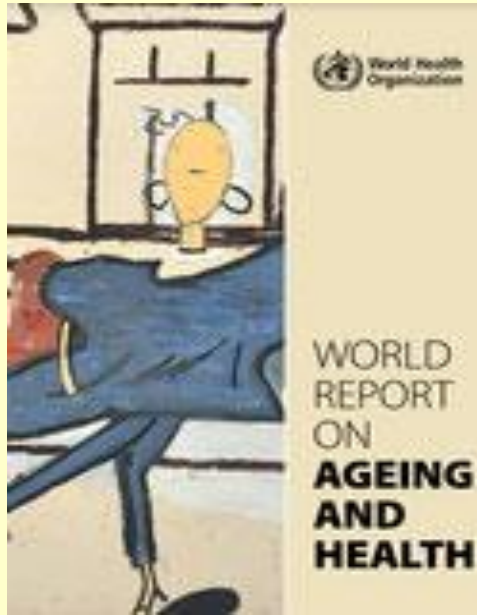
11地区

「近隣の人には信頼できる？」

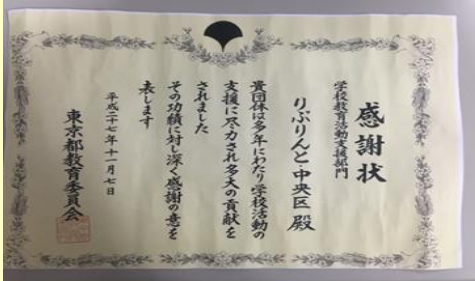


川崎市多摩区在住20~84歳979人(性・年齢層化無作為抽出)

# WHO ワールドレポートにて優良事例として紹介



WORLD REPORT ON AGEING AND HEALTH



東京都教育委員会より表彰(H27)

HEALTHY AGING PRIZE for Asian INNOVATION

アジア健康長寿イノベーション賞

Chapter 6 Towards an age-friendly world

**Box 6.14. Older people helping children read and learn: the United States of America**

Experience Corps is a volunteer programme in the United States that places older volunteers in public elementary schools, giving them meaningful roles that are designed to help schools meet the needs of their students as well as increasing the social, physical, and cognitive activities of the volunteers. The programme is designed to have an impact in areas such as improving:

- children's interest in reading and discovering books;
- children's literacy;
- children's ability to solve problems;
- children's ability to play nonviolently;
- school attendance.

Teams of 7–10 volunteers are assigned to each school, thus ensuring that sufficient volunteers are available to have an effect across all grades within the school. Volunteers commit to spending at least 15 hours each week at the school for the duration of the school year; they receive training and a stipend to reimburse the costs of travel and meals. Volunteers receive 30 hours of skills training that encourages mental flexibility, coordination, visual–spatial learning and problem-solving. The volunteers meet regularly to plan, solve problems and socialize. Physical activity is stimulated by virtue of participating in the programme, and includes commuting to the school and moving around the school, for example, by going up and down the stairs.

This programme has demonstrated positive effects on the health of older people. A number of randomized trials have evaluated the impact of participating in Experience Corps. Benefits for participants compared with controls have shown:

- an increase in physical strength and capacity (173, 174);
- increased cognitive activity;
- maintenance of walking speed;
- improvements in social networks – that is, volunteers had people that they could turn to for help (174);
- fewer depressive symptoms (173).

Volunteers are attracted to Experience Corps by the chance to make a meaningful contribution to society and assist children in achieving academic success. Satisfaction levels among volunteers are as high as 98%, and 80% of those surveyed returned during the following school year (175). Traditional health-promotion programmes that focus explicitly on physical activity tend to have significantly lower retention rates.

Initiated in 1996 in five cities in the United States, the programme has expanded to 17 cities and inspired similar initiatives internationally. For example, in Japan a programme called REPRINTS places teams of 6–8 older volunteers in kindergartens and elementary schools to read to young children. A follow-up assessment found that those who volunteered most intensively had a significantly higher frequency of contact with their own grandchildren and other children in their neighbourhoods, as well as better self-rated health compared with those who did not volunteer or only did so minimally (176).

Volunteering opportunities, if well-designed, can be a win-win for older people and their communities. Programmes like Experience Corps and Reprints, need not be costly to put in place, and they have the potential to yield positive returns in terms of health gains and social benefits for the older and younger generations alike (145, 177).

community-dwelling older people range from 7 to 17%, depending on the definitions and outcome measures used; approximately 40% of older people report feeling lonely (195). The causal links are difficult to de

social isolation, behavioural risk factors, and poor health weave an interdependent web that can have a significant impact on an older person's risk of functional limitations, disability



川崎市社協より表彰(H29)



読売福祉文化賞受賞 H30 /12/11

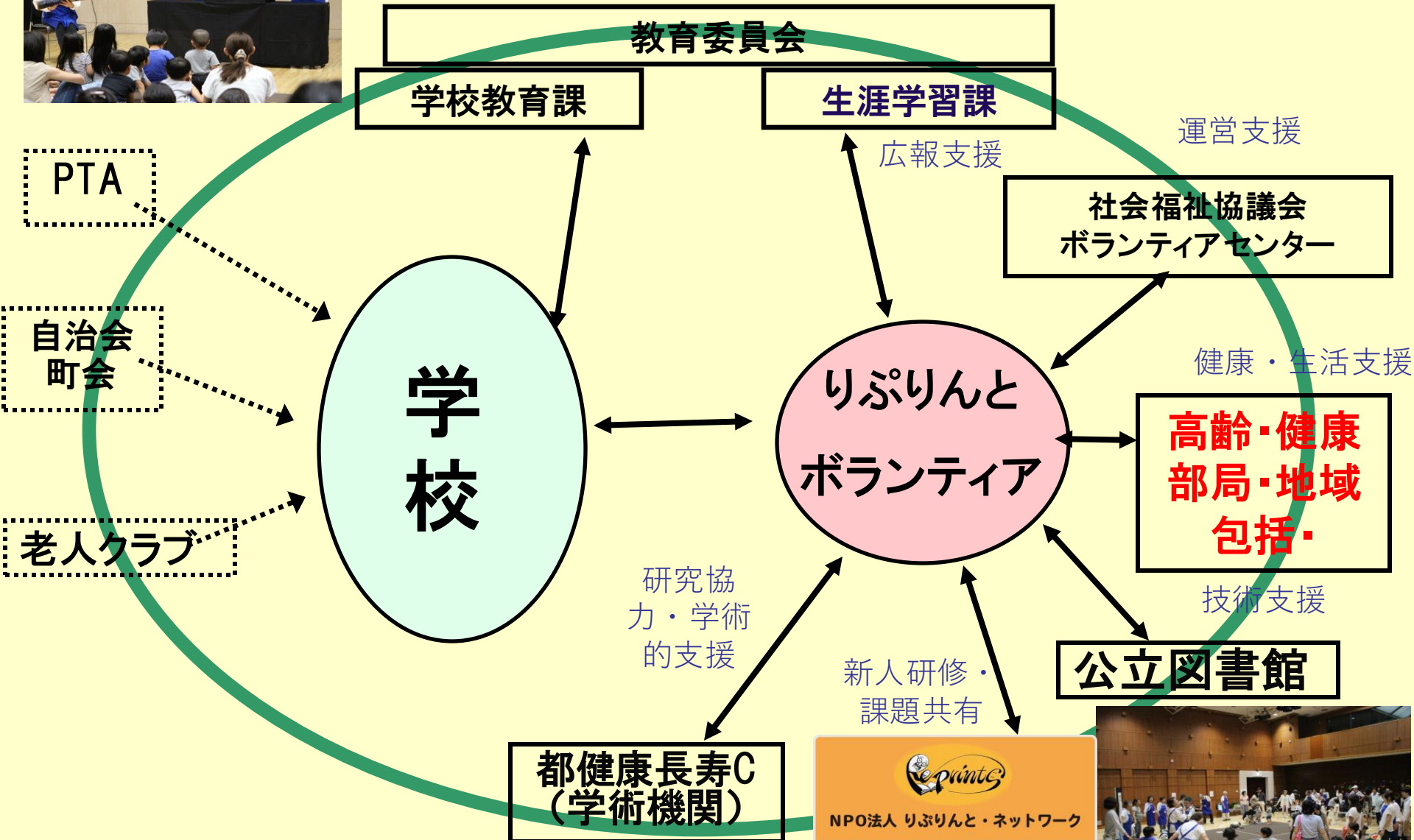


滋賀県健康寿命延伸PJ最優秀賞(H29)



内閣府高齢社会対策サイト(H19)

# 「りぷりんと」を取り巻く、多様なステークホルダー による地域支援事業



[nporeprints.com](http://nporeprints.com)

# 本日の話題

- 地域共生社会の基盤はつながりづくり
- つながりづくりは多世代型「仕掛け」で
  - 1) 職域との連携
  - 2) 学校との連携
- つながりづくりには、「場」が重要

# 諸悪の原因は… つながりの弱体化

## 地域で「つながり」が生まれるには？

昭和(1960年代)

現在

自然発生的な  
「つながり」



十分に計画された「つながり」戦術が必要

秘訣は三方良しの「人」 + 「場」 + 「仕掛



# 介護予防に資する通いの場の取組

1<sup>st</sup>ステップ： 運動 + 栄養 + 口腔upの「場」の拡充

2<sup>nd</sup>ステップ： 多様な住民のニーズにこたえる「場」の導入



引用：厚生労働HP [https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_08408.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_08408.html)「一般介護予防事業等の推進方策に関する検討会」取りまとめ

多様な関与者と連携

# 多世代交流サロンは、高齢者の通いの場でもある

## ■ イベント、読み聞かせ・ブックトーク、ポールウォーク...



残念、取り壊し!



中野島多世代つながり愛プロジェクト～  
6月の多世代交流イベント  
あいさつ つながる心 咲く笑顔  
誰でも参加できます！中野島以外にお住まいの方も大歓迎です♪

### 中野島ファミリーカフェ

参加費 300円 (飲み物お菓子付)  
第2・第4金曜日 10:00～11:30 中野島公民館

<b>6/14 (金)</b> 「羊毛フェルト講座」 前回大好評だった講座で羊毛を特殊な針でつづいて可愛いマスコットを作ります。 中野島ファミリーカフェのママさんに教えていただきます。 材料費 200円 先着 10名様	<b>6/28 (金)</b> 「多世代交流カフェ」 カフェタイムを楽しみながら手芸、絵本読み聞かせ、握力測定などの体験ができます。 普段あまり話す機会がない世代の方のおしゃべりも楽しめます♪
--	---

### ポール de ウォーク

参加費 200円 (保険代・活動費含む)  
第2月曜・第4水曜 10:00～11:30  
集合：多摩川の里 障害者福祉会  
雨天の場合、室内で実施します  
※ポールをお持ちでない方はお問い合わせください

6/10 (月)      6/26 (水)

通常コース、ゆっくりコース、初心者コースなど  
毎回ご要望にあわせて歩きます。指導員資格を持つスタッフが皆さんのサポートをしますので気軽にご参加ください！

最新情報はフェイスブック・インスタグラムで中野島ファミリーカフェを検索

お問い合わせ先 中野島多世代つながり愛プロジェクト協議会事務局  
多摩区役所地域まもり支援センター（福祉事務所・保健所支所） 地域支援課内



# 政策的意義～地域共生社会創生に向けて

## 地域連携

新たな事業（Ⅰ～Ⅲ）の支援を一体的に実施

### I 相談支援

○ 介護（地域支援事業）、障害（地域生活支援事業）、子ども（利用者支援事業）、困窮（生活困窮者自立相談支援事業）の相談支援に係る事業を一体として実施し、本人・世帯の属性にかかわらず受け止める、相談支援を実施

○以下の2つの機能を強化

- ①多機関協働の中核の機能（世帯を取り巻く支援関係者全体を調整する機能）
- ②個別制度につなぎにくい課題等に関して、アウトリーチも含め継続的につなぎ続ける伴走支援を中心的に担う機能

### II 参加支援

○介護・障害・子ども・困窮等の既存制度については緊密な連携をとって実施するとともに、既存の取組では対応できない狭間のニーズに対応するため（※1）、本人のニーズと地域の資源との間を取り持つことで多様な資源の開拓を行う、総合的な支援機能を確保し、本人・世帯の状態に寄り添って、社会とのつながりを回復する支援（※2）を実施

- （※1）世帯全体としては経済的困窮の状態にないが、子がひきこもりであるなど
- （※2）就労支援、見守り等居住支援 など

○長く社会とのつながりが途切れている者に対しては性急な課題解決を志向せず、段階的で時間をかけた支援を行う

### III 地域づくりに向けた支援

○介護（一般介護予防事業、生活支援体制整備事業）、障害（地域活動支援センター）、子ども（地域子育て支援拠点事業）、困窮（生活困窮者のための共助の基盤づくり事業）の地域づくりに係る事業を一体として実施し、地域社会からの孤立を防ぐとともに、地域における多世代の交流や多様な活躍の場を確保する地域づくりに向けた支援を実施

○以下の場及び機能を確保

- ①住民同士が出会い参加することのできる場や居場所
- ②ケア・支え合う関係性を広げ、交流や活躍の場を生み出すコーディネート機能

**I～IIIを通じ、  
・継続的な伴走支援  
・多機関協働による支援  
を実施**

※ 支援プランの作成（多機関協働と一体的に実施）

28

厚生労働省社会・援護局.令和2年度 地域共生社会の実現に向けた市町村における包括的な支援体制の整備に関する全国担当者会議.会議資料3 重層的支援体制整備事業における具体的な支援フローについて [https://www.mhlw.go.jp/stf/shingi2/0000114092\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/shingi2/0000114092_00001.html)

第一期革プロ(2017～19年度)

第二期革プロ(2020～22年度)

自殺対策：  
究極の  
共通テーマ

保健センター(健康推進課)+教育委員会+  
シニアボランティア→市保健計画推進協議会において自殺総合対策計画のモデル事業

子ども家庭支援課  
+助産師会+高齢支援課  
+社会福祉協議会

# 通いの場の類型

## 「運営」がなされていない活動

タイプ 0  
住民を取り巻く  
多様なつながり

例) 月1回未満の住民の集まりや、  
月1回以上であっても、挨拶程度の関係性  
(喫茶店やファミレス、フィットネスジムや銭湯、  
犬の散歩など顔なじみ同士の関係)



## 「運営」がなされている活動

行政が、通いの場として、把握することが望ましい活動の場・機会

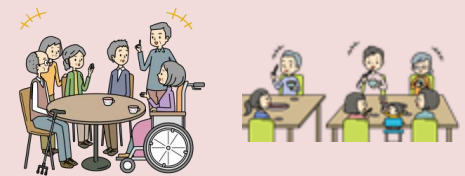
タイプ I  
共通の生きがい・楽しみ  
を主目的にした活動

例) 趣味活動(運動系、文化系活動等)、  
総合型地域スポーツクラブ、就労的活動、  
ボランティア活動の場等の社会貢献活動など。



タイプ II  
交流(孤立予防)  
を主目的とする活動

例) 住民組織が運営するサロン  
(補助金の有無に関わらず)、  
地域の茶の間、老人クラブなど



タイプ III  
心身機能維持・向上など  
を主目的とした活動

例) 住民組織が運営する体操グループ



注) 運営手法(屋内外、料金の有無、多世代の参加、民間企業等の関与の有無等)は問わない

# 官民連携の居場所には、 共生型のヒントが山盛り

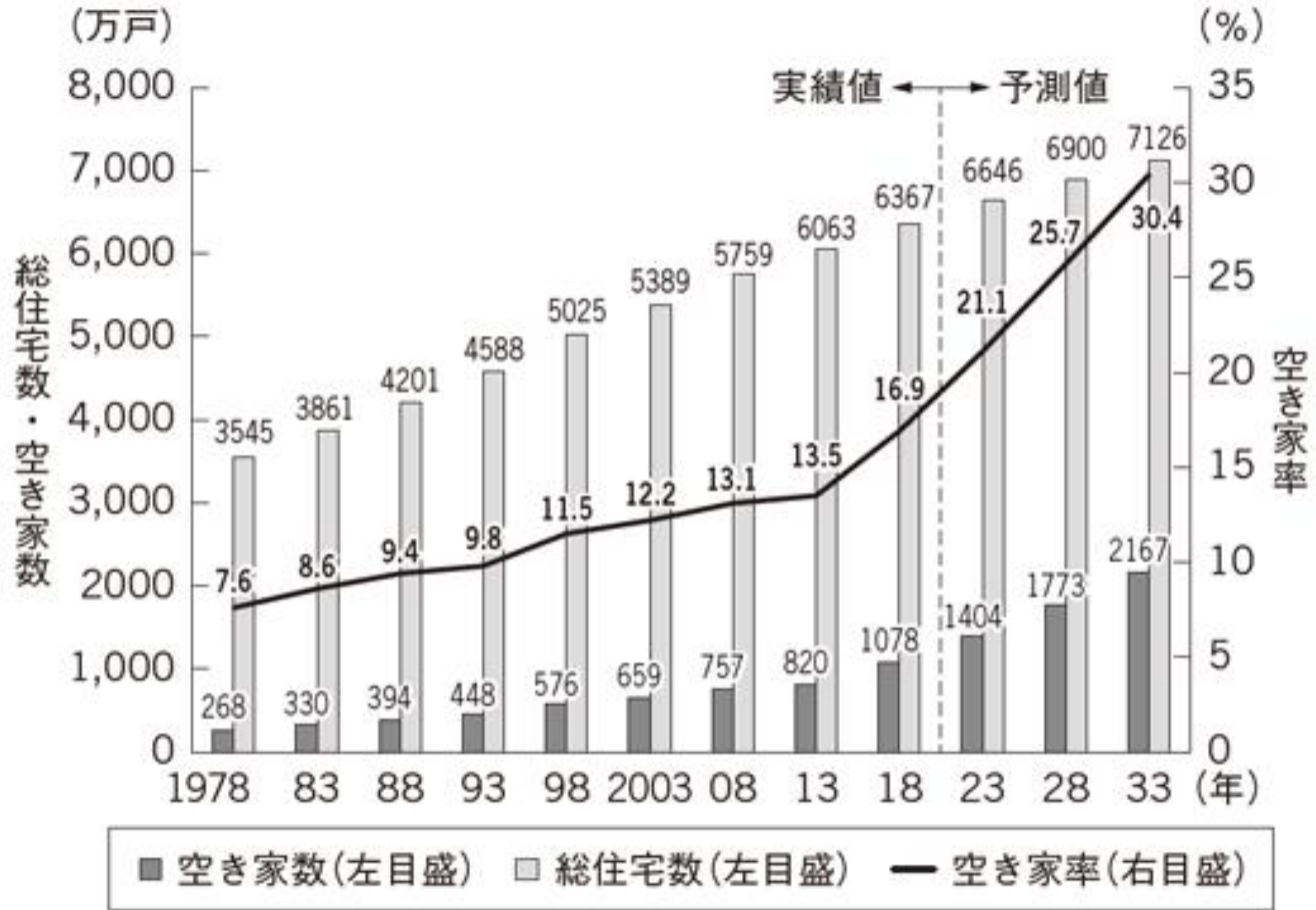


[https://www.tmghig.jp/research/info/cms\\_upload/3cd74733cf4654dcebbcb609db2dc2ba\\_1.pdf](https://www.tmghig.jp/research/info/cms_upload/3cd74733cf4654dcebbcb609db2dc2ba_1.pdf)



<https://www.tmghig.jp/research/info/archives/014890/>  
地域包括ケアシステムを構成する地域資源としての高齢者の「居場所」に関する調査研究事業 報告書②

# 常設の「場」があれば！ vs.2030年、3割が空き家に！



(注) 実績値：総務省「住宅・土地統計調査」 予測値：野村総合研究所

(出所) 野村総合研究所

【出典】2030年、新築つくり過ぎで3割が空き家に 2017/6/22

<https://bizgate.nikkei.co.jp/article/DGXMZO3109860029052018000000>

# 化学反応の起こる居場所へ、役割と楽しみがあれば、

## 「要支援」の人も通う

クリエイティブハウス ともつく2021/7~  
京都市・嵯峨野

京都市立芸術大学プロダクトデザイン専攻3回生による

夏休み!

8/15  
9.00~14.00

7-7ショウワ

場所：F 廊下コミュニティカフェ  
対象：誰でもどうぞ。

①シルクスクリーンでオリジナルペダを作る  
②サウンドモビルで音を奏しよう

参加費 ¥500

無料

やうちで作れる  
ころるんかわいい  
バスボムキット

ああ mmoon.net

### 絵本読み聞かせ講座 参加者募集

参加費 0円

地域に貢献しながら健康づくりや脳の活性化仲間づくりや脳の活性化に役立てる

絵本の読み聞かせ技術を身につけながら、認知機能や心身の健康の維持・向上に取り組みます。発声方法、絵本の選び方、効果的な表現、正しい姿勢を維持するための筋力トレーニングなど、幅広く学びます。講座終了後には、「ともつく」において地域の子どもたちに読み聞かせ活動を行うことを目指します。

**実施期間**  
2024年1月19日(金)~2月9日(金)  
※毎週金曜日 13:30~15:30 全4回

**会場**  
リエイティブハウスともつく  
京市右京区嵯峨観空寺岡崎町15-8

**申込み**  
| までに  
ともつく担当者へ  
直接お申込みください

**対象**  
65以上の方 10名(先着)

主催：東京都健康長寿医療センター研究所  
協力：NPO法人地域共生開発機構ともつく



21日は、  
こども支援の日!

11月19日 11月29日

12月19日 12月29日

1月19日 1月29日

2月9日

京都市立芸術大学  
プロダクトデザイン専攻  
3回生による

7-7ショウワ

場所：F 廊下コミュニティカフェ  
対象：誰でもどうぞ。

## 就労的活動+多世代+アートのお場 なんでもありのごったに感

# 保健福祉職のための「まち」の健康づくり入門

地域協働によるソーシャル・キャピタルの育て方・活用法

藤原佳典 監修  
白岡正高・石川真美子 編集



ミネルヴァ書房

ミネルヴァ書房



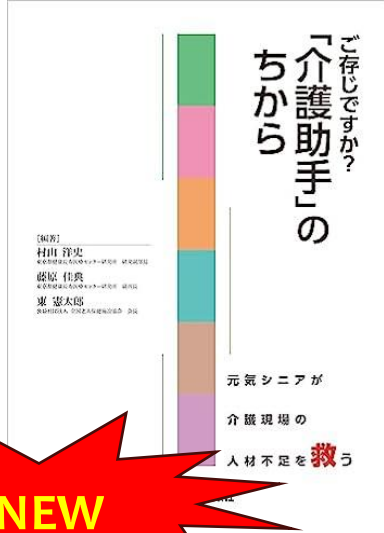
# PDCAを回す! 地域を動かす! コミュニティサポートブック

地域共生社会実現のために

監修: 藤原佳典 編集: 白岡正高・石川真美子

【献辞】  
村山 洋史  
KUMAKURA YOSHIOKI 著  
藤原 佳典  
KAWABUCHI MASAKO 著  
東 憲太郎  
HIGASHI TATSUNORI 著

NEW



# 「介護助手」のちから

ご存じですか?

元気シニアが  
介護現場の  
人材不足を救う



# 地域を変えた絵本の読み聞かせのキセキ

シニアボランティアはソーシャル・キャピタルの源泉

環境シニアボランティアが選んだ子どもたちに何冊でも読んであげたい絵本 101選

編者: 環境シニアボランティア研究会 (NPO法人シニア・ボランティア)

監修: 藤原佳典 編集: 白岡正高・石川真美子

社会福祉学系 社会福祉学センター 社会福祉学系 社会福祉学センター

社会福祉学系 社会福祉学センター 社会福祉学系 社会福祉学センター

社会福祉学系 社会福祉学センター 社会福祉学系 社会福祉学センター

社会福祉学系 社会福祉学センター 社会福祉学系 社会福祉学センター

社会福祉学系 社会福祉学センター 社会福祉学系 社会福祉学センター

ライフ出版社



# 何歳まで働くべきか?

社会調査の結果が証明! 勤勉な日本人・世代は、いくつになっても「仕事」と「役割」が元気の素だった。

いくつまで働くべきか? その答えがここにある。

働くべきか? その答えがここにある。

働くべきか? その答えがここにある。

働くべきか? その答えがここにある。

働くべきか? その答えがここにある。

働くべきか? その答えがここにある。

働くべきか? その答えがここにある。

働くべきか? その答えがここにある。

働くべきか? その答えがここにある。

働くべきか? その答えがここにある。

働くべきか? その答えがここにある。

働くべきか? その答えがここにある。

働くべきか? その答えがここにある。

働くべきか? その答えがここにある。

働くべきか? その答えがここにある。

働くべきか? その答えがここにある。

働くべきか? その答えがここにある。



# コーディネーター必携 シニアボランティアハンドブック

シニアの力を引き出し活かす知識と技術

藤原 佳典 監修  
藤原 佳典 監修

藤原 佳典 監修  
藤原 佳典 監修

藤原 佳典 監修  
藤原 佳典 監修

藤原 佳典 監修  
藤原 佳典 監修

藤原 佳典 監修  
藤原 佳典 監修

藤原 佳典 監修  
藤原 佳典 監修

藤原 佳典 監修  
藤原 佳典 監修

藤原 佳典 監修  
藤原 佳典 監修

藤原 佳典 監修  
藤原 佳典 監修

藤原 佳典 監修  
藤原 佳典 監修

藤原 佳典 監修  
藤原 佳典 監修

藤原 佳典 監修  
藤原 佳典 監修

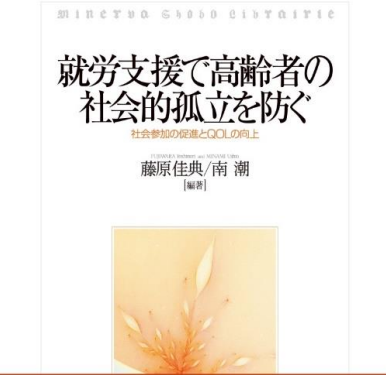
藤原 佳典 監修  
藤原 佳典 監修

藤原 佳典 監修  
藤原 佳典 監修

藤原 佳典 監修  
藤原 佳典 監修

藤原 佳典 監修  
藤原 佳典 監修

大修館書店



# 就労支援で高齢者の社会的孤立を防ぐ

社会参加の促進とQOLの向上

藤原佳典/南潮

藤原佳典 監修

ソーシャル・キャピタル醸成のための手法として「労働」を捉え、地域包括ケア時代の就労支援体制を提言。

ミネルヴァ書房

ミネルヴァ書房



# GOOD or BAD?

健康長寿研究の専門家が教える新しい健康のつくり方

健康長寿研究の専門家が教える新しい健康のつくり方

健康長寿研究の専門家が教える新しい健康のつくり方

健康長寿研究の専門家が教える新しい健康のつくり方

健康長寿研究の専門家が教える新しい健康のつくり方

健康長寿研究の専門家が教える新しい健康のつくり方

健康長寿研究の専門家が教える新しい健康のつくり方

健康長寿研究の専門家が教える新しい健康のつくり方

健康長寿研究の専門家が教える新しい健康のつくり方

健康長寿研究の専門家が教える新しい健康のつくり方

健康長寿研究の専門家が教える新しい健康のつくり方

健康長寿研究の専門家が教える新しい健康のつくり方

健康長寿研究の専門家が教える新しい健康のつくり方

健康長寿研究の専門家が教える新しい健康のつくり方

健康長寿研究の専門家が教える新しい健康のつくり方

健康長寿研究の専門家が教える新しい健康のつくり方

健康長寿研究の専門家が教える新しい健康のつくり方

健康長寿研究の専門家が教える新しい健康のつくり方

健康長寿研究の専門家が教える新しい健康のつくり方

健康長寿研究の専門家が教える新しい健康のつくり方

健康長寿研究の専門家が教える新しい健康のつくり方

健康長寿研究の専門家が教える新しい健康のつくり方

健康長寿研究の専門家が教える新しい健康のつくり方

ご清聴、ありがとうございました。 社会保険出版 80