

平素は東京都介護予防・フレイル予防推進支援センター事業へのご支援を賜り厚く御礼申し上げます。昨年度に引き続き、当センターではセンター事業（研修会、支援報告など）や介護予防・フレイル予防に関する情報をお知らせするメールマガジンを配信します。

本メールマガジンは、都内 62 区市町村の介護予防事業担当者および介護予防・フレイル予防推進員の皆様へ配信しております（各地域包括支援センター等への配信はご担当者の判断でご転送下さるようお願いいたします）。なお、今年度の配信期間は、令和 5 年 5 月から令和 6 年 3 月までの予定です。

さて、第 1 回目のメールマガジンは、コラム「アフターコロナにおける通いの場の再興と新たな展開に向けて」と「令和 5 年度区市町村介護予防事業担当者向け研修」のご案内です。

【1】アフターコロナにおける通いの場の再興と新たな展開に向けて

東京都介護予防フレイル予防推進支援センター
副センター長 植田 拓也

5 月 8 日に新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけが 5 類となり、ようやくアフターコロナといえる時期になったことを実感していることと思います。コロナで大きな打撃を受けた通いの場は、令和 3 年度にはやや勢いが盛り返している傾向が見えます（図 1）。一方で、参加率は、通いの場数の回復に比較しやや遅れているようです。アフターコロナに突入していますが、住民感情として通いの場の再開に不安があるリーダーや参加に踏み出せない参加者もいることが影響していると考えられます。

昨年度、私が関わった令和 4 年度老人保健健康増進等事業「新型コロナウイルス感染症影響下における通いの場をはじめとする介護予防の取組に関する調査研究事業」において、全国 1,741 自治体に対して、令和 2 年度以降の通いの場でのクラスターの発生状況の調査を実施しました。1,065 自治体からの回答のうち、クラスターの発生件数は令和 4 年度の 1 件のみでした。これは、適切な対応策を講じることで、通いの場は安全に実施できるということの証明であると考えられます。この研究事業で得られたデータは、不安を持

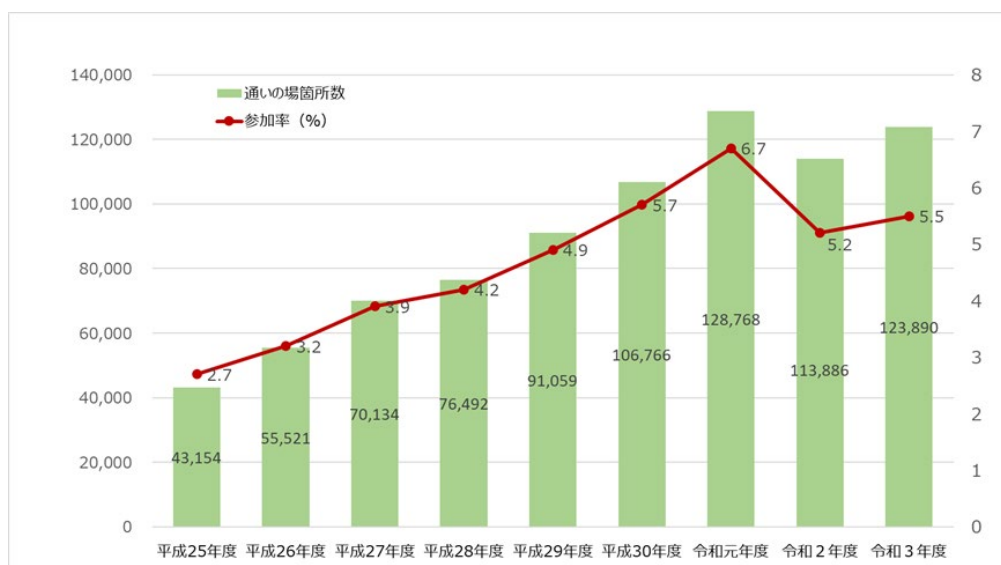


図 1 通いの場の箇所数と参加率の変遷

（介護予防・日常生活支援総合事業（地域支援事業）の実施状況に関する調査結果（平成 25 年度～令和 3 年度分）をもとに作成）

つ住民の参加を後押しするメッセージになるのではないのでしょうか。また同研究事業では、アフターコロナにおける通いの場の再興に向けた考え方が示されました。その中で特に重要なことは、アフターコロナの今だからこそ、これまでの通いの場の取組とオンライン活用などのコロナ禍で進展した新たな展開を一度立ち止まって振り返り、それらの意義や必要性を確認したうえで、さらなる推進に向けた計画につなげるという一連のプロセスの重要性を提示している点です。

令和元年度に国の検討会において「多様な通いの場」の推進が提言されていますが、コロナ禍の影響もあり、十分に進んでいないのが現状です。これらの多様な通いの場の必要性の背景には、住民の選好の多様性と、無関心層の社会参加のきっかけ作りによる介護予防・フレイル予防の推進があります。

多様な通いの場の類型には、私どもが令和2年12月に示した主目的による類型（支援センター版類型）と、厚生労働省が令和3年8月に示した運営主体×活動内容×活動場所による類型（厚労省版類型）があり、これらは相補的に活用可能です。まず、厚労省版類型を基に、通いの場の総数を把握し、支援センター版類型（タイプⅠ：生きがい・楽しみ、タイプⅡ：交流（孤立予防）、タイプⅢ：心身機能維持・向上）を基に、通いの場の主目的の偏りを検討します。その上で、戦略的な立ち上げや継続支援が必要な通いの場の主目的類型を検討し、5W1Hに沿って具体的な取り組み計画を立てていくプロセスが通いの場の推進の流れです。

この推進における留意点を確認しましょう。「多様な通いの場」というフレーズに着目し、厚労省版の類型を基に総数を把握すると、通いの場数が想定以上にたくさんあることが発見できます。そのため、何もしなくてよいという判断がなされてしまう可能性があります。もちろん、多様な社会参加の選択肢がある地域は、それだけで住民の健康度を高めていくことにつながると考えられます。一方で、加齢による疾病やそれに伴う生活機能の低下、要介護認定を受ける高齢者がいることは事実です。つまりは、平成26年の通いの場推進の出発点に立ち返えると、主目的類型のタイプⅠ～Ⅲのどの通いの場も、元気なうちから参加できるこ

とと、何らかの支援が必要になっても参加し続けられる機能と緩やかな互助への発展が期待されていたことが思い出されます。

それを踏まえると、通いの場の総数の把握は重要ですが、たくさんあるから何もしなくてよいという解釈にはならず、把握した次のステップとして「把握された多様な場はいつまでも参加しうる場なのか?」、参加し続けるのが難しいのであれば「参加し続けられるために、どのような支援が必要か?」「参加し続けられる通いの場をどう立ち上げるか?」という検討が必要となります。逆を言えば「どのような通いの場が必要か?」を検討する前に、現在皆さんの自治体には通いの場と認定しうる社会資源がどのくらいあるのかを把握することが地域診断の視点からも必要になります。この把握のためにも、多様な場を展開するためにも、庁内外の様々な部門との連携が必要となると考えられます。

アフターコロナにおける通いの場の再興と新展開に向けて、①高齢者がいつまでも元気にいるという「健康」をアウトカムとした社会参加の促進のための通いの場の推進と②何らかの支援が必要になっても参加し続けられ、緩やかな互助の醸成など「地域づくりの視点」をアウトカムとした通いの場の推進の2つの視点を踏まえて取り組んでいただければと思います。その際に忘れてはならないのは、介護予防・フレイル予防、通いの場づくり、地域づくりの主役は住民であり、行政や専門職は支援者として住民の「やる」を引き出すことが最も重要な役割であるということです（図2）。また、民間企業などと必要に応じて連携することで、場所不足などの課題解決や新たな参加者層への啓発、継続支援の担い手など、さらなる通いの場の拡大や継続にもつながると考えられます。

今年度も引き続き東京都介護予防・フレイル予防推進支援センターの職員一同、皆様とご一緒に東京都内の地域づくりを進めるべく邁進してまいります。本稿にて触れなかった通いの場の立ち上げや継続支援、多様性の推進や機能強化などのテクニカルな内容は、当センターの人材育成研修や相談支援にて、適宜対応をさせていただきます。今年度も当センターをご活用いただければ幸いです。



図2 介護予防・フレイル予防における住民と支援者の関係のイメージ

【2】令和5年度 区市町村介護予防事業担当者向け研修のご案内

昨年度に引き続き、当センターでは東京都の事業委託を受け、「令和5年度区市町村介護予防事業担当者向け研修」を開催する運びとなりました。今年度の研修をご案内いたします。

【総論編】全1回

介護予防事業を実施するにあたり必要な、介護予防・フレイル予防の基礎知識を習得するとともに、介護予防施策における通いの場づくりの重要性について、理解を深めることを目的とします。

受講は、過去に総論編をご受講されていない介護予防事業に携わる方を幅広く対象としています。

【実践編Ⅰ 地域づくりによる介護予防研修】 特別回+全3回連続研修

・特別回（介護予防のPDCA：行政職員対象）

今年度は区市町村の行政職員を対象に「特別回」として他部署・関係事業所との連携の重要性を理解し、地域づくりによる介護予防のPDCAの手法を学ぶ内容を追加しました。実践編Ⅰを受講される行政職員の方は、受講を強く推奨しております。

・第1～3回（全3回 連続研修）

住民主体の介護予防活動を地域に展開し、人と人とのつながりを通じて、参加者や通いの場が継続的に拡大していくような地域づくりを推進する「地域づくりによる介護予防」の考え方を理解するとともに、通いの場の立ち上げの手法を習得することが目的です。

受講は、これから通いの場の立ち上げに実際に携わり、通いの場の展開をさらに進めていく方が対象です。「住民主体」の通いの場の立ち上げのステップを学ぶ機会としてご活用ください！

【実践編Ⅱ 多様性・機能強化研修】 全6回 各回研修

フレイル予防の視点を踏まえた、活動内容の多様化による通いの場の機能強化や、多様な主体との連携による通いの場づくり及び実践的な運営支援の手法を習得することが目的です。

受講は、すでに通いの場の展開を進めていて、既存の通いの場の多様化や機能の強化を図る等、通いの場づくりに携わる方が対象です。既存の通いの場への支援や、活動内容の多様化を進める上でのポイントを講義と事例から学びましょう！

【介護予防・フレイル予防推進員研修】 全4回 連続研修

介護予防・フレイル予防推進員等が、通いの場の拡大・継続支援や、通いの場等におけるフレイル予防の視点を踏まえた予防活動の促進について、効果的・効率的に取り組めるよう評価・効果分析の手法を含むスキルを習得することが目的です。

受講は、介護予防・フレイル予防推進員をはじめ

めとした、介護予防事業に携わり、地域資源の把握や通いの場づくりを中心とした行動計画・評価等を実施する方が対象です。通いの場づくりに携わる方々が一緒に受講することで、事業の方向性を確認しながら、効果的・効率的な実施計画を立てる機会としてもご活用いただけます。

◆応募締め切り◆

令和5年5月31日（水）

研修内容の詳細は、5月1日（月）にメールにて介護予防事業担当者様宛に送付した「令和5年度区市町村介護予防事業担当者向け研修開催のお知らせ」をご確認ください。多くの方々のお申込みをお待ちしております。

参考までに令和4年度に東京都健康長寿医療センター研究所が関わった介護予防に関係する研究事業を以下に示します。ご参考にいただければと思います。

- 令和4年度老人保健健康増進等事業「地域包括ケアシステムの構築に向けた高齢者の生活支援・介護予防に関する産業界との協働推進に関する調査研究事業」
<http://www.ilc-japan.org/study/index.html>
- PDCAサイクルに沿った「通いの場」の取引を推進するための手引き（令和3-4年度 厚生労働科学研究費補助金（長寿科学政策研究事業）
（下記URL先サイト内で、PDCAサイクルに沿った「通いの場」の取引を推進するための手引きにお進みください）
<https://www.healthy-aging.tokyo/>
- 新型コロナウイルス感染症影響下における通いの場をはじめとする介護予防の取組に関する調査研究事業（令和4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）
報告書 https://www.jmar.co.jp/2023/llgr4_68_report.pdf
実践事例集 https://www.jmar.co.jp/2023/llgr4_68_case_studies.pdf
- 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（令和4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）
報告書
https://www.tmghig.jp/research/info/cms_upload/①令和4年度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.pdf
あなたのまちの「居場所」ナビ
https://www.tmghig.jp/research/info/cms_upload/②令和4年度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成果パンフレット.pdf
- 医療機関等と連携した介護予防の推進に関する調査研究事業（令和4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）
https://www.nttdata-strategy.com/services/lifevalue/docs/r04_12jigyohokokusho.pdf

次回のメールマガジン配信は6月下旬を予定しています。

配信期間中に登録内容変更、配信停止のご希望がございましたら、下記のメールアドレスまでご連絡をお願いいたします。

【お問い合わせ先】

東京都健康長寿医療センター研究所 東京都介護予防・フレイル予防推進支援センター

E-mail : shien@tmig.or.jp TEL : 03-5926-8236 FAX : 03-5926-8237