

夏空が眩しい季節となりました。皆様ますます御活躍のこととお慶び申し上げます。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御支援を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、第3回目のメールマガジンは、コラム「コロナが終息したら、ICTをやめてよいのですか？」と「令和4年度 第1回介護予防事業(通いの場の施策等)に係るアンケート」の結果報告、令和4年度区市町村介護予防事業担当者向け研修(総論編)の御報告です。

「コロナが終息したら、ICTをやめてよいのですか？」

公益財団法人ダイヤ高齢社会研究財団・主任研究員 澤岡詩野

「コロナが終息したら、ICTをやめてもよいのですか?」、こんな質問を専門職や生活支援コーディネーターのみなさまから頂くことがあります。このメルマガを読むあなたも、コロナ禍に止まった通いの場や介護予防の場への支援として、スマホ教室などを企画してきたと思います。そんなあなたにお尋ねします。民間事業者と連携した教室に沢山の参加があったけれど学んだ知識が活かされていない、住民さんに声をかけて体操などを動画配信してはみたものの数人しか参加がなかったなど、短期間の成果にだけ目が向いていないでしょうか?

そもそもICTの活用は今までになかった取組です。教室でようやく基本的な知識を得た人に、個々に異なる日常生活での使い方を支援しないままで拡がりを望むのは無理があるのではないのでしょうか。また、ある程度はICTを使える人に体操の動画配信を働きかけても「やっぱり今までみたいに会場に集まりたいわ～」などと後ろ向きな声が聞こえてくるのも理解できることではないのでしょうか。この状況に、専門職や生活支援コーディネーターにはどんなアクションが求められるのでしょうか?

まずはみなさん個々に、手段の一つとしてICTを取り入れることで目指す1年先、2年先、さらにその先の住民さんや地域の姿を改めて考えてみてください。猛暑やインフルエンザで休止期間も活動を続けることができる、体力低下や家族の介護などで通いの場に来られなくなった人もつなが

り続けることができる、集いの場と距離をおきたがる人とオンラインを介してならつながれるかもしれないなど、ゴールの姿は様々だと思います。ここから逆算すれば、教室をきっかけにスマホに関心を示す人が増えること、体操の動画配信に数人でも参加する人がいることをゴールへのタネまきと捉えることもできるのではないのでしょうか。

そのうえで、タネまきを活かしていくために取り組んで頂きたいのは、高齢者個々人やグループ活動に寄り添い続けることができる身近な場づくりです。「スマホでこれやってみよう」「使ってみようとしたらわからないことがでてきた」という言葉は、生活のなかで使うようになって初めてでてくるものです。「なにがわからないのかがわからない」という人も少なくないなかで、難しいことを相談できるというよりは、ちょっと知りたいことを呟けるくらいの身近な場が求められています。さらに、この場に求められているのは、その人の想いや疑問に寄り添いながら、専門的な知識をもつ主体に結び付けられる人といえます。

最近では、ICTの知識はあるけれど地域に接点のない企業退職男性とスマホが少しだけ使える元民生委員さんとがコンビを組み、身近で呟ける場「スマホサロン」をはじめの準備をしているというお話をうかがうことも増えてきました。あなたならICTという手段を使って、どんなゴールをイメージしますか?これを形にしていくなために、どんな人や場をまきこんでいきますか?

「令和4年度 第1回介護予防事業(通いの場の施策等)に係るアンケート」の結果報告

令和4年5月から6月に、各区市町村の介護予防担当の方を対象にアンケート調査を実施しました。6月6日までに回答のあった48自治体の回答を集計した結果、以下のことがわかりました。

1点目は、コロナ禍においても通いの場の総数は増加していたということです。昨年度の調査では、通いの場の総数の中央値は86カ所でしたが、令和4年4月末時点で95カ所に増加しております。また、新規に通いの場が立ち上がった自治体は33自治体(68%)で、新規の通いの場の継続状況は、「全て継続している」と回答した自治体が81%でした。コロナ禍の影響を受けながらも、既存の通いの場に対する継続支援及び通いの場の新規の立ち上げが行われてきたことが、通いの場総数の増加に寄与したと考えられます。

2点目は、多くの通いの場が再開し始めている

ということです。通いの場が、コロナ禍前と比べてどの程度活動しているかという質問に対し、80%以上活動していると回答した自治体は半数以上(66%)でした。中でも、100%以上(コロナ禍前と同じ、またはそれ以上)活動していると回答した自治体は全体の23%となっていました。通いの場は、昨年度に比べ総数も増えており、コロナ禍前と同水準の活動状況に戻りつつある様子が見受けられました。

その他にも、オンラインの通いの場の実施状況、各自治体が注力している通いの場の施策、コロナ禍における高齢者の生活実態の把握状況などについても調査しております。全区市町村の回答の最終的な集計結果につきましては、今後、当センターホームページに掲載いたしますので、その際には、是非ご覧ください。

令和4年度 区市町村介護予防事業担当者向け研修(総論編)のご報告

6月24日(金)に令和4年度区市町村介護予防事業担当者向け研修(総論編)を開催しました。

今年度は参加方法をweb参加とオンデマンドの2パターンで構成しました。オンデマンドは7月1日(金)から7月29日(金)までの配信としました(7月29日現在配信中)。

総論編は、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ています。

主な研修内容は、介護予防を実施するにあたり必要な、介護予防・フレイル予防の概論や各論(運動器、口腔・栄養、社会参加、認知機能)に関する研究成果に基づく講義、また保健事業と介護予防の一体的実施における通いの場の活用についての講義としました。

参加は、昨年度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が、当日web参加には34名、オンデマンド配信は138名の参加があり、多くの方に受講いただきました。

引き続き、実践編Ⅰ、実践編Ⅱ、介護予防・フレイル予防推進員研修を実施し、随時、メールマガジンでご報告します。



講義をする藤原佳典センター長

次回のメールマガジン配信は8月下旬を予定しています。

配信期間中に登録内容変更、配信停止の御希望がございましたら、下記のメールアドレスまで御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