

平成 29 年度第 6 回岡崎市地域ケア推進会議・生活支援体制整備協議体 議事録

日 時 平成 29 年 6 月 12 日（月）午後 2 時 00 分～午後 4 時 00 分

場 所 岡崎市東庁舎 2 階 大会議室

出席委員 小原委員、藤原委員、高辻委員、山口委員、鈴木委員、大島委員、入江委員、  
鷺山委員、三矢委員、平川委員、伊藤委員、井戸田委員、二井委員 以上 13 名

欠席委員 なし

事務局 福祉部：加藤福祉部長

長寿課：中川課長、齊藤副課長、岸係長、中根係長、近藤係長、遠山保健師主任、早川保健師主任、杉山主事

介護保険課：小河課長、野澤副課長

オブザーバー：岡崎市社会福祉協議会 鈴木主任介護支援専門員、酒井主任介護支援専門員

傍聴人 なし

1 開 会

2 福祉部長あいさつ

3 新委員紹介

4 議 事 【 公 開 】

(1) 岡崎ごまんぞく体操の実施状況と普及について

(2) 「<sup>いこっか</sup>憩家」の認定制度について

会長 この会議の開催につきましては、委員の過半数が出席しなければならないと規定されています。本日の出席人数は 13 名でありますので、会議が成立していることを報告いたします。また、この会議は「岡崎市附属機関等の会議の公開に関する要領」によりまして、傍聴、会議資料と議事録につきましては、公開といたしますので、よろしく願いいたします。それでは議事(1)の「岡崎ごまんぞく体操の実施状況と普及について」を事務局より説明を願います。

事務局 議事(1)について事務局より説明

委員 体力測定記録の項目にある 2 ステップテストや 5 m 歩行、TUG などについて内容の説明をお願いします。

事務局 2 ステップテストは 2 歩でどれくらい進めるか距離を測るもので、2 ステップ値はその距離を身長で割ったものです。その距離が狭くなるとロコモティブシンドロームと関係があります。5 m 歩行は 5 m を歩く速さを測るもので、スタート地点の 3 m 手前から助走をつけてできるだけ早く歩き、スタート地点から 5 m 先までの歩く時間を測ったものです。TUG は椅子に座った状態から 3 m 先の目標

物（コーン）を回り、もとの椅子に座るまでの時間を測ったものです。30秒椅子立ち上がりテストは下肢筋力をみるテストで、腕の力は使わずに肩のところで腕を組み、そこから立ち上がり膝を伸ばし立って座る動作を繰り返し30秒間にできた回数を測定します。

委員 この表中の体力測定の記録の測定値は、個人か団体の平均値かどちらですか。

事務局 団体ごとの参加者全員の結果の平均値を示しています。

委員 3か月後の数値は、初回測定時に受けた人を対象にして得られた数値ですか。

事務局 初回と3か月後に両方の測定できた人のみを対象に数値化しています。

委員 運動が苦手な人が多い団体では数値が低くなってしまおうと思いますが、どのように評価しますか。

会長 あくまでも参考資料なので、参加者の男女別の構成などでも得られる数値は変わってくるので、効果については学術的にも医学的にも判断が難しく、ここでの議論は数値の正確性ではなく、参加者を啓蒙するために測定し、数値化すると参加者にもわかりやすく、ごまんとく体操の普及を進めやすくすることだと思えます。ネガティブな結果は公表しにくくなってはいけないので、もっと違う効果やグループ活動のメリットや地域になかった拠点をつくる動きなども考慮したらどうかと思います。

委員 西本郷町つどいの会では、ボランティア主体でロコミで参加者を集め、高齢者の見守りを兼ねて行っています。参加者も元気でないと参加できないので介護予防に努めるようになり、元気にいい雰囲気で開催しているということを聞いています。西本郷町の和志山の会場だけでは通いが大変な高齢者もいたため別の場所でも開催することになりました。

会長 参加団体は徐々に増えておりますが、普及啓発活動で何か手ごたえを感じているならば、教えていただきたいです。

事務局 普及について、昨年度の老人クラブの研修会でも説明しましたところ、たくさんのお問い合わせもあり、今年度になってからは老人クラブからの参加が多くなっています。その他、地域ケア会議でも集まりの場がほしいとの意見があり、地域包括支援センターが中心となり普及啓発に努めています。

会長 参加者の増減について把握していますか。

事務局 参加者が徐々に増えていった団体や一部の団体では体力的に続けられない等の理由で参加者が減少した団体もありました。

会長 岡崎でさらにごまんぞく体操を普及させていくためには、何が必要か分かると第一層での議論において方向性を発信しやすくなると思います。

委員 測定の際に頑張りすぎてケガをした人はいませんか。

事務局 大きなケガはありませんでしたが、転倒したケースはありました。測定時になると皆さん張り切って測定されます。ただし大きな事故となるようなケースはありませんでした。

委員 実施会場一覧に各会場の時間が記載されているが、正味どれくらいの時間行っていますか。また、倒れてしまった場合等に緊急連絡先の管理はどうされていますか。地域住民が主体的にこのような活動を行うのは良いことですが、事故が起きた場合の連絡方法を決められていますか。会場責任者に名簿を預けようとする、個人情報扱うため断られることもあり、緊急時の連絡方法を誰がどのようにするのかきちんと決められて立ち上げをされていますか。

事務局 会場の開始時間については各会場で話し合っただけで、1回の体操時間は約40分間くらいで、6種類の筋力体操の前後には準備体操と整理体操を行い、体力測定するときは1時間30分くらい時間がかかっています。体操の内容については事前に要望を聞き対応しています。グループによっては慣れて楽しみが薄れてきたので内容を変えたり、40分の体操を終えたあと茶話会や脳トレのレクリエーションを行ったりと工夫をされています。緊急時の対応については、活動を始める前に参加者の皆さんへの説明会で緊急時の連絡先を必ず記入して参加されるよう会場用ノートの表紙に記入欄を設けています。体調管理については地域で行う活動のため、各自で行うよう参加者に何回か声掛けし周知しています。各グループのリーダーが把握してくださったり、地区の方々が参加者のことをよく知っていて家族についてもよく知っており対応していただいております。

委員 市はおもりを貸し出してくれるとのことだが、今後参加団体が増えた場合でも市ですべておもりを貸し出してくれますか。

事務局 おもりについては貸し出す方向で準備を進めています。活動に対する助成金については行っていませんが、立ち上げ時の人的支援は行います。来年度以降も予算計上を行う予定です。

委員 市からインストラクターの派遣はありますか。

事務局 立ち上げ時の最初の4回と3か月後の体力測定時は、市職員が伺い、体操のやり方や注意すべき点を伝えています。

会長 ごまんぞく体操を実施するにあたり制約などはありますか。

事務局 事業所から行いたいと相談があった場合は住民主体の活動ではないためお断りしています。また、必ず週1回以上の活動としており、週1回以上行うことができない場合はお断りしています。

会長 週に1回以上でないとう効果が上がらないという根拠はありますか。

事務局 高知県で行われていたものを参考に行っていますが、筋力アップの効果を狙い行っており、週1回以上行うことで効果があると言われており、市が支援する条件として週1回以上の活動グループとしています。

会長 身体状況に制約がある方も参加はできますか。

事務局 一般介護予防事業として行っているため身体状況の制約はありません。どなたが参加されても構いませんが、医師に実施してよいか確認をとったり、体操ができない方にも声掛けをしている団体もあります。

委員 事業者の参加については認めていないとのことですが、ごまんぞく体操という名前を使うことを認めていないのですか。体操の仕方は公表されていますか。また学区福祉委員会活動の地域サロンで体操も取り入れてみたい場合には指導はしていただけますか。

事務局 もともと、いきいき百歳体操でおもりを使ったものであるため、体操についてはできるが、岡崎ごまんぞく体操としての活動は週1回以上の活動が前提となっています。その活動を前提におもりの貸し出しを行っているため、個人的におもりの手配をしていただきたいと思います。

会長 おもりの貸し出しは難しいとしても、活動を普及するために名前の使用は認め、岡崎市で普及のための土壌を作っていくことも必要だと思います。おもりの貸し出しと名前の使用について別々に整理する必要があると思います。

委員 介護等事業者のごまんぞく体操の取り扱いの現状について、4月からの新総合事業の基準緩和サービスの短期強化型サービスのなかで岡崎市介護予防認知症予防プログラムを活用したプログラムを提供することになっており、ごまんぞく体操についても取り入れた形で、スタッフも岡崎市から指導を受けたうえで実施し、軽度の要支援者に基準緩和型サービスの提供として取り組みを始めています。

会長 必ずしも事業者はダメではなく、ルールに基づいて行うのは可能ではありませんか。

事務局 新総合事業の短期強化型通所サービスにごまんぞく体操を取り入れている場合は可能としており、ゆくゆくは最高6か月の範囲の中で短期強化型を設定し、強いては続けて体操ができるメニューを求めています。岡崎ごまんぞく体操の事業スタンスとして、今のルールを今後も継続していきたいと考えています。昨年度から岡崎ごまんぞく体操はスタートしており、おもりの貸し出しについては、予算の制約はあるが団体が増えても貸し出しを継続していきたいと考えています。事業については新総合事業の短期強化型通所サービスで対応していただきたいと考えております。それ以外では岡崎ごまんぞく体操の名前を使用してもおもりの貸し出しは考えていません。

委員 ごまんぞく体操のあとに茶話会などを開く場合、お茶菓子などのお金は参加者の自己負担とすることは可能ですか。

事務局 地域の自主的な活動のなかで行うことであり、問題ないと考えています。

会長 続いて、(2)「<sup>いこっか</sup>憩っ家」の認定制度について」事務局より説明をお願いします。

事務局 「<sup>いこっか</sup>憩っ家」の認定制度について」事務局より説明

会長 場所を含め活動や中身については自由に想定し、集まる場所を高浜市の健康自生地のように認定できないかとの提案ですが、実施要領の案では営利を目的としていないものとか、おおむね週1回以上の継続的に参加することが可能な場所であることなどを認定要件としているが、ご意見のある方はいらっしゃいますか。

委員 松本町の取組みでは空き家を所有者の了解を得て寄合所として利用しています。週4日、金、土、日、月曜日に開いている場所を提供しています。せっかく空いている場所があるのでうまく取組みできればと思います。資料にある高浜市の取組みのように現状60箇所あり今年度中に88箇所を目指すとしているが、岡崎市が目指している方向性があれば伺いたいです。

事務局 空き家の活用はぜひ行っていきたい、第2層、第3層の地域ケア会議のなかで話題が出てくるとよいと考えています。数値目標は具体的には決めていないが日常生活圏域の8圏域で分けて周知していきたいと考えています。地域包括支援センターも区域を区切り医療機関、介護サービス事業所、サロンを含んだ膜（フィ

ルター)をつくっており、この中に「憩っ家」を含めていきたいと考えています。

委員 空き家の話が出たが、空き家を活用する場合の耐震について、空き家は耐震基準の規制前の建物が多く、耐震問題についてはどのように考えていらっしゃいますか。

事務局 空き家対策については建築部の内部で組織を編成しており、計画が立案されパブリックコメントがありました。約2千件の空き家をサンプル調査がされ、その中で出た結果で93%が耐震基準を満たしていない結果だったと思います。かなり古い建物が圧倒的に多く、実際、利用価値のある空き家は7%ですが、これは不動産価値があり7%もあると考えると、空き家の活用も検討していければと考えております。空き家に対する市の支援は福祉部局ではなく、耐震補強は市の住宅課の制度であるが、詳細については確認しないとお答えできませんが、状況に合わせて支援できればと考えております。

会長 地域でのサロン活動は年2、3回の活動のサロンが多いようですが、おおむね週1回の定期的な活動の場の提供はどのようにお考えですか。

事務局 平成27年に調査した結果では、サロン活動の約3分の1程度が月1、2回程度開催の頻度で行われております。老人クラブのサロンでも月2回以上のところはありません。また、コミュニティカフェでは参加者が実費負担をし、一部不足分を自治体が負担をして活動している団体もあります。

会長 この認定制度については、活動内容または場所についての定義や要件を今後もっと詰めていき、今年度はいろいろと準備を進め来年度から行うことができるように再度検討いただければと思います。

事務局 通いの場の認定制度により多くの場の創出ができるよう、市で推し進めていく方向で今後も検討し準備を進めていきたいと思っております。

事務局 会長におかれましては、議事進行、ありがとうございました。これをもちまして第6回岡崎市地域ケア推進会議・生活支援体制整備協議体を終了いたします。