

# 住民主体の介護予防ワークショップを開催

—地域住民との地域課題共有の実践—

JAGES データを活用して、住民と地域課題を共有するワークショップを開催しました。介護予防施策サポートから地図化されたデータを使い、生活圏域を小学校区に設定するなど、住民が理解しやすい工夫をしました。ワークショップに取り組んだことで、ボランティア同士の連携や、住民主体の活動の促進を図ることができました。

お問合せ先：日本福祉大学看護学部 中村廣隆 E-mail : hiron@n-fukushi.ac.jp

図1 介護予防の課題を小学校区ごとに示した地図

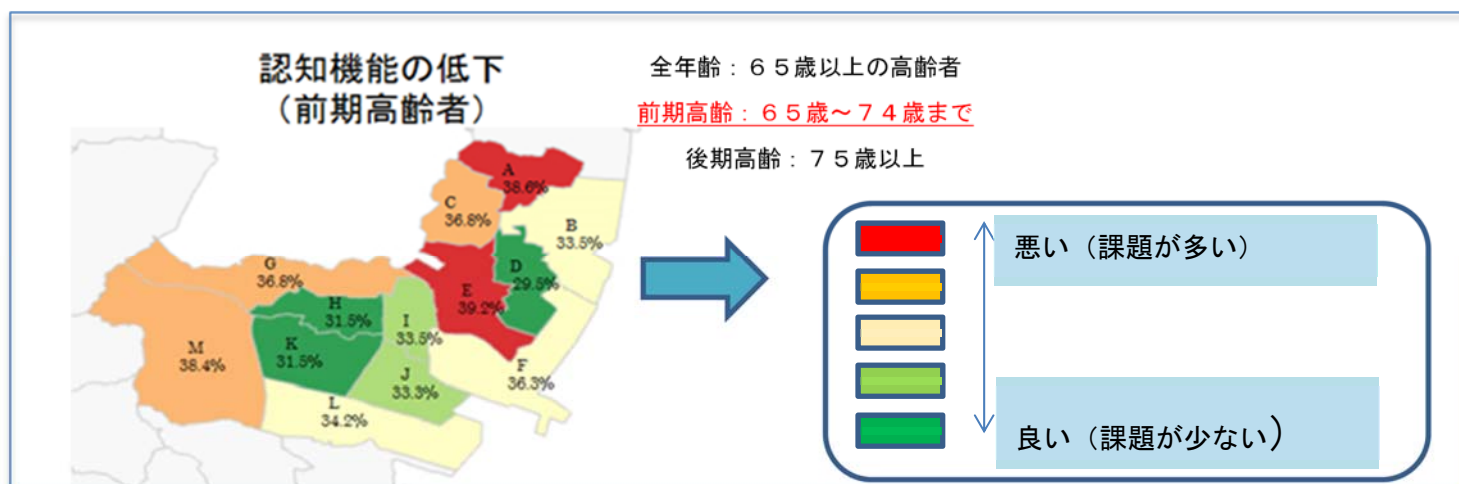


表1 認知機能低下者の多い・少ないに着目した地域の特徴

該当者の少ない地域の特徴	
①	ボランティア活動に参加している
②	スポーツ組織に参加している
③	趣味の会に参加している
④	老人クラブに参加している
⑤	愚痴を言ったり、聞いたりすることができる
⑥	誰かの看病や面倒を看たり、看られたりできる
⑦	園芸をしている
⑧	調理をしている
該当者の多い地域の特徴	
①	自分のことができない
②	新聞など読まない、情報収集しない
③	健診を受診していない
④	歩行が1日30分未満

表1 課題解決のためのヒント

\* 図1・表1は実際にワークショップで示したものの。表1は、介護予防施策サポートサイトの「介入のヒントはこちら」から相関関係をまとめた。図1は地域診断システムから抽出した地図。JAGESに参加している自治体職員なら誰でも閲覧できるシステムを活用。

## ● 背景

地域包括ケアシステムを構築する第一歩として、高齢者の居場所や出番づくりを地域住民と共に進め、住民主体の介護予防を実践するためのボランティア育成ワークショップを開催しました。今後の介護予防事業について地域特性に合わせて事業を考えること、さらにボランティア同士が知り合い協働してもらうことを目指しました。

## ● 方法

JAGES2013のデータを「介護予防施策サポートサイト」から抽出し、地域の健康課題を抽出しました。ワークショップでは、データをもとに、地域ごとにどのような介護予防の取り組みが必要かを検討してもらいました。対象者は、ボランティア活動をしている地域住民に参加してもらいました。ワークショップの工夫として、数字やグラフの羅列ではなく、各種介護予防の課題を地図化したものを用いました。内容は、地域ごとの介護予防の課題を共有すること、課題解決のための実践すべきことを考えてもらいました。

## ● 結果

3会場100名の参加があり、87人(87%)からアンケートを回収できました。地図化の工夫で地域課題が把握しやすかったと肯定的な意見をもらえました。また、地域のボランティアが、自分の住んでいる地域の課題を知ることで、その課題に対し自分たちが何をできるのかというアイデアを出し合えたなど、住民主体の介護予防事業に向けた一歩が踏み出せたと感じています。

参加団体	健康づくりリーダー	16名
	食生活改善推進員	4名
	交流施設等管理・運営	10名
	学習サポーター	15名
	サロンボランティア	55名

表2 参加した各種ボランティア団体と人数

年齢構成	40～64歳	31名
	65歳～74歳	63名
	75歳以上	6名

表3 参加した各種ボランティアの年齢構成

## ● 結論

今回の取り組みで有用だった点は、データを地図化したこと、生活圏域を小学校区に設定したことです。ワークショップは、ボランティア同士の連携、住民主体の活動の促進の一助となりました。

## ● 本研究の意義

ビックデータを活用して住民と共に地域診断に取り組んだ実践はまだ少ないのが現状です。地域の实情にあった地域包括ケアシステムを構築する上で、地域のことを一番よく知っている住民の参加は必須です。今回のワークショップは、住民に地域の实情をわかりやすく示した実例となりました。

## ● 論文発表

中村廣隆, 小嶋雅代, 村田千代栄: 住民主体の介護予防に向けた取り組み : 地域課題を共有するワークショップを通じて. 東海公衆衛生雑誌 = Tokai journal of public health 4(1), 55-59, 2016

## ● 謝辞

本研究は、厚生労働科学研究費補助金(長寿科学総合研究事業)「介護予防を推進する地域づくりを戦略的に進めるための研究」(H25-長寿-一般-003)ならびに国立研究開発法人日本医療研究開発機構(Japan Agency for Medical Research and Development :AMED)2015-2017年度長寿科学研究開発事業「地域づくりによる介護予防を推進するための研究」の助成を受けたものです。