

堺市介護予防「あ・し・た」プロジェクトの取組紹介

2022年12月26日
堺市健康福祉局

堺市の概要



人 口 821,920人

65歳以上 232,397人 (28.3%)

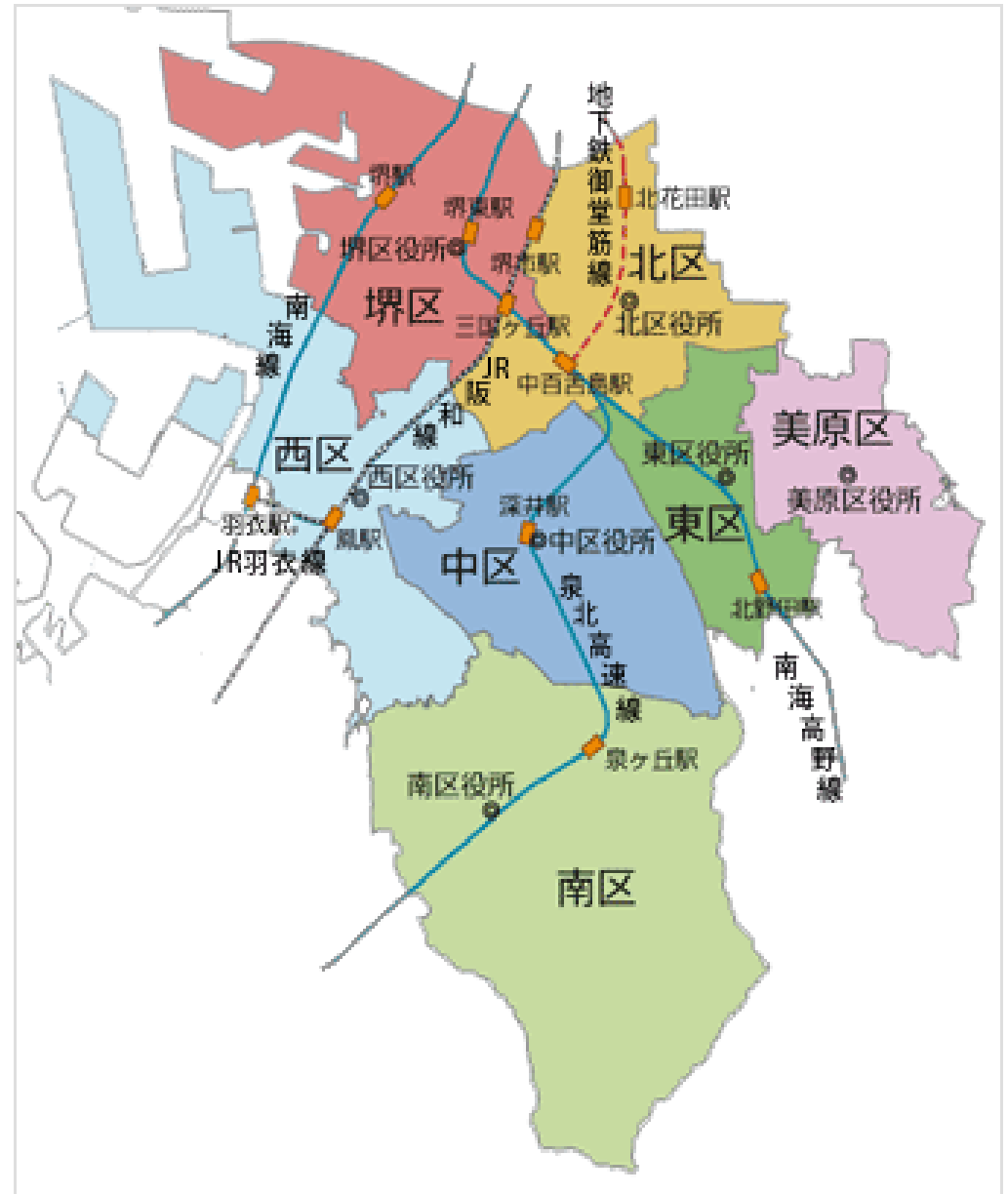
75歳以上 129,986人 (15.8%)

面 積 149.83km²

人口密度 5,486人/km²

※住民基本台帳より

2022年11月末現在



これまでも介護予防教室や啓発活動は行ってきたが、従来の介護予防施策のみでは対応できない課題があり、より**効果的な取組が必要**。

従来の介護予防事業の課題

1 参加者層の固定化

参加者の多くが女性であり、さらに、後期高齢者が多い

2 プログラムのマンネリ化

筋力トレーニングや脳トレといった内容が中心で、教室修了後は介護予防活動を継続しにくい

3 地域の担い手の不足と高齢化

通いの場などの地域での介護予防活動促進における担い手不足

4 事業評価

教室参加者の個人成績の変化を評価することはできるが、それが社会保障費の削減に結び付いたのか評価することが困難

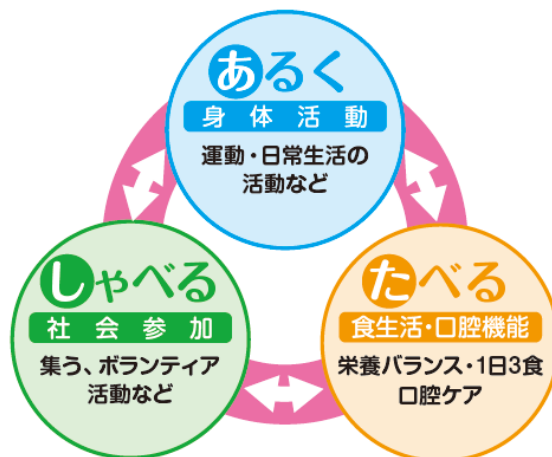
事業名称	堺市介護予防「あ・し・た」プロジェクト
事業愛称	堺サンドイッチキャンパス
契約期間	2019年11月25日～2023年3月31日まで（うち、延べ約14ヶ月間休止）
事業概要	堺市内の元気高齢者に元気なままでいていただくため「あ・し・た」（※）を入れた多彩な介護予防に資する行動変容を促す効果的な施策の展開
受託者	阪急阪神ホールディングス株式会社＋株式会社いきいきライフ阪急阪神
事業評価	日本老年学的評価研究機構（JAGES）【第三者評価機関】
事業費	5434万円（事業委託費4434万円＋効果検証調査1000万円）
対象	堺市内のおおむね65歳以上の元気高齢者 （要支援・要介護認定を受けていない方）

あ・し・たで
65歳からの
明日をつくる



堺サンドイッチ
キャンパス

※ 堺市の介護予防の
キャッチフレーズ
大切な「あ・し・た」



学んで終わりではない。学びから活躍へ。

学びの場終了後には、希望者は学んだ知識やスキルを「地域の中で」「だれかのために」活かすための活躍の場へ。

ひとやまちとつながる一歩として、お披露目会などを実施。事業期間中、この流れを3クール実施。

気づきの場

きっかけづくりのための
イベント型プログラム



- ・あしたフェスタ、ウォークイベント
- ・あしたサロン

学びの場

学びの習慣化と行動変容の
ための継続型プログラム



- ・地域資源を活用した趣味の教室
- ・活躍の場に向けた説明・交流会
(対面・オンライン開催併用)

活躍の場

小さな成功体験と
次に向けたお披露目会



- ・地域資源と連携した活躍イベント
- ・グループ合同スキルアップ・交流会

教室修了生が
講師に

自分の学び・活躍の姿が、だれかの気づきとなり、
次の参加へつながるように

事業終了後
地域で仲間と継続

実施プログラム（学びの場）



男・本気のパン教室



男・本気のコーヒー教室



男・本気の木工教室



撮影マイスター養成講座



防災・教育インストラクター養成講座



バレエ・ストレッチで姿勢改善教室



歌って踊ろう！心ときめくプチ歌劇体験

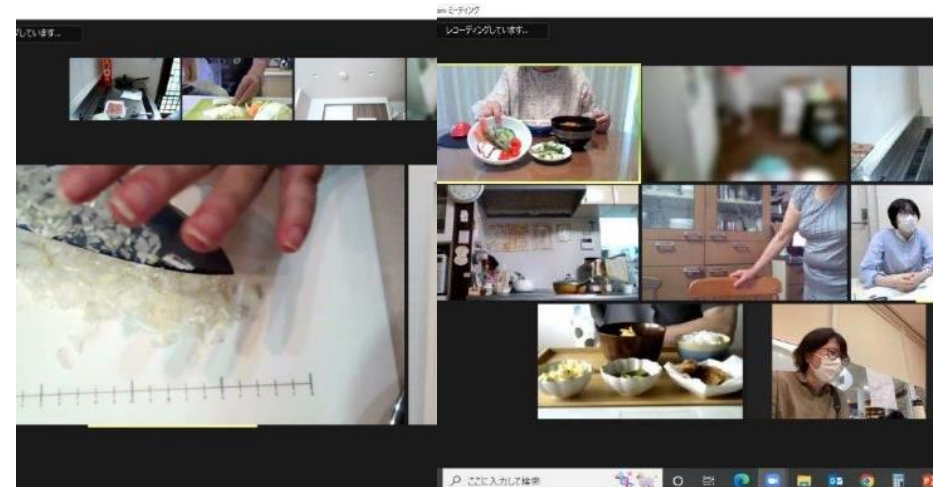


オトン・オカンのみんな元気にチアダンス体験教室

実施プログラム（学びの場）



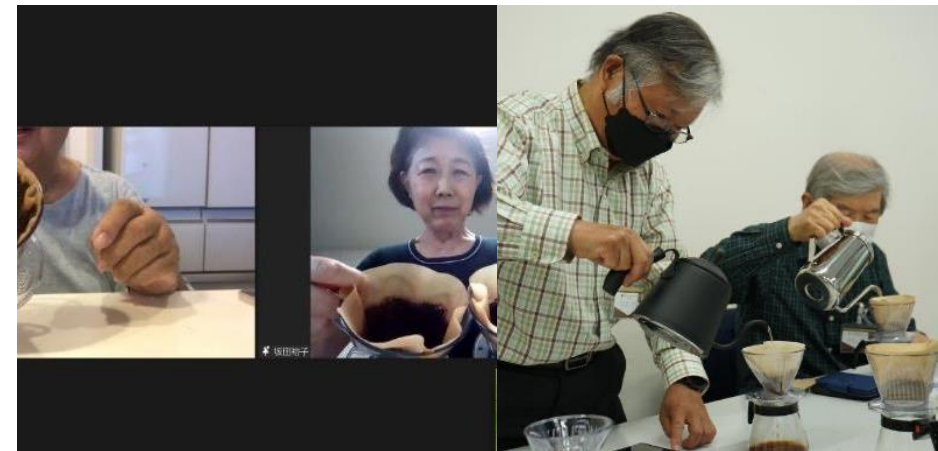
身体と頭で地形を楽しむウォーキング



オンライン料理教室



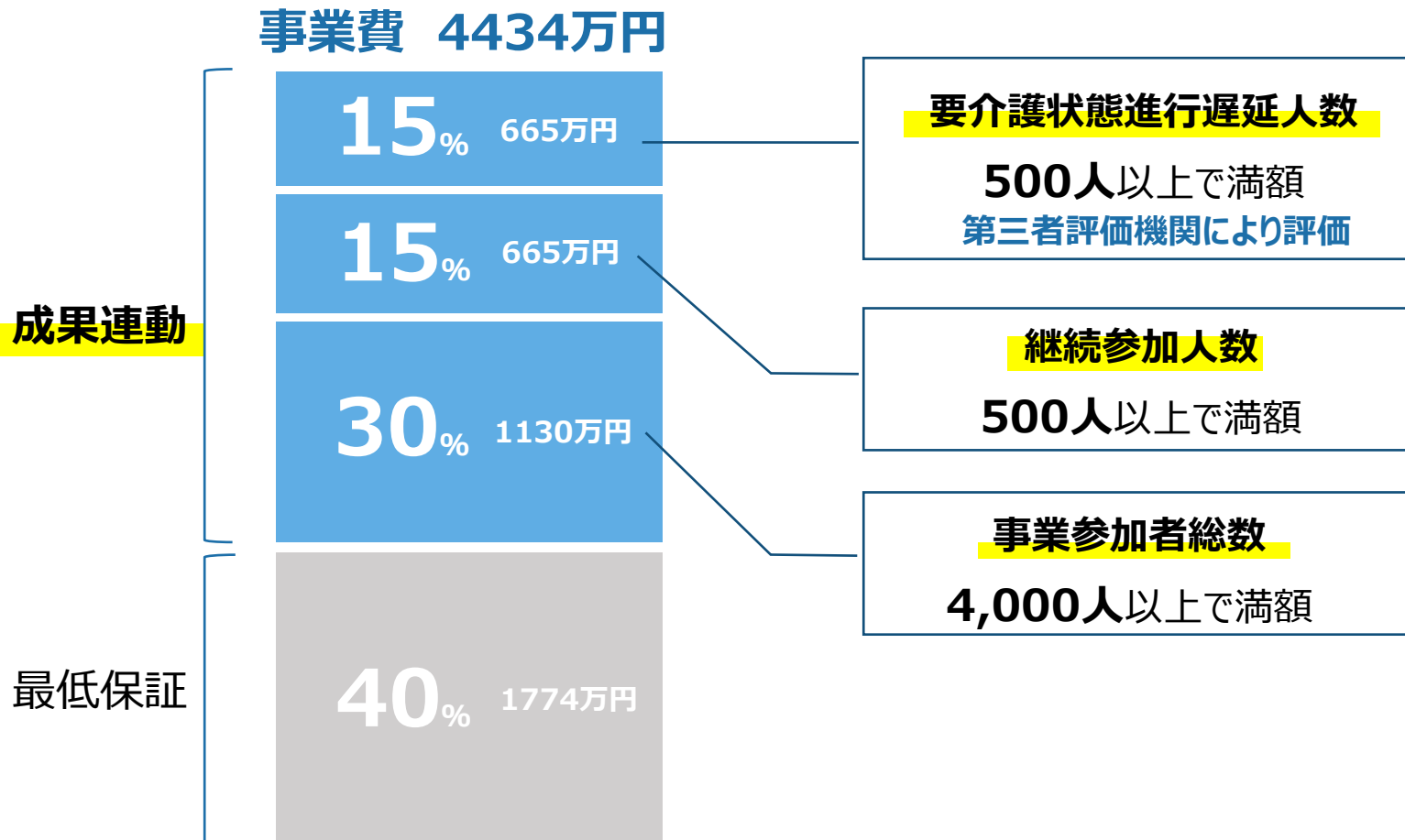
オンライン読書会



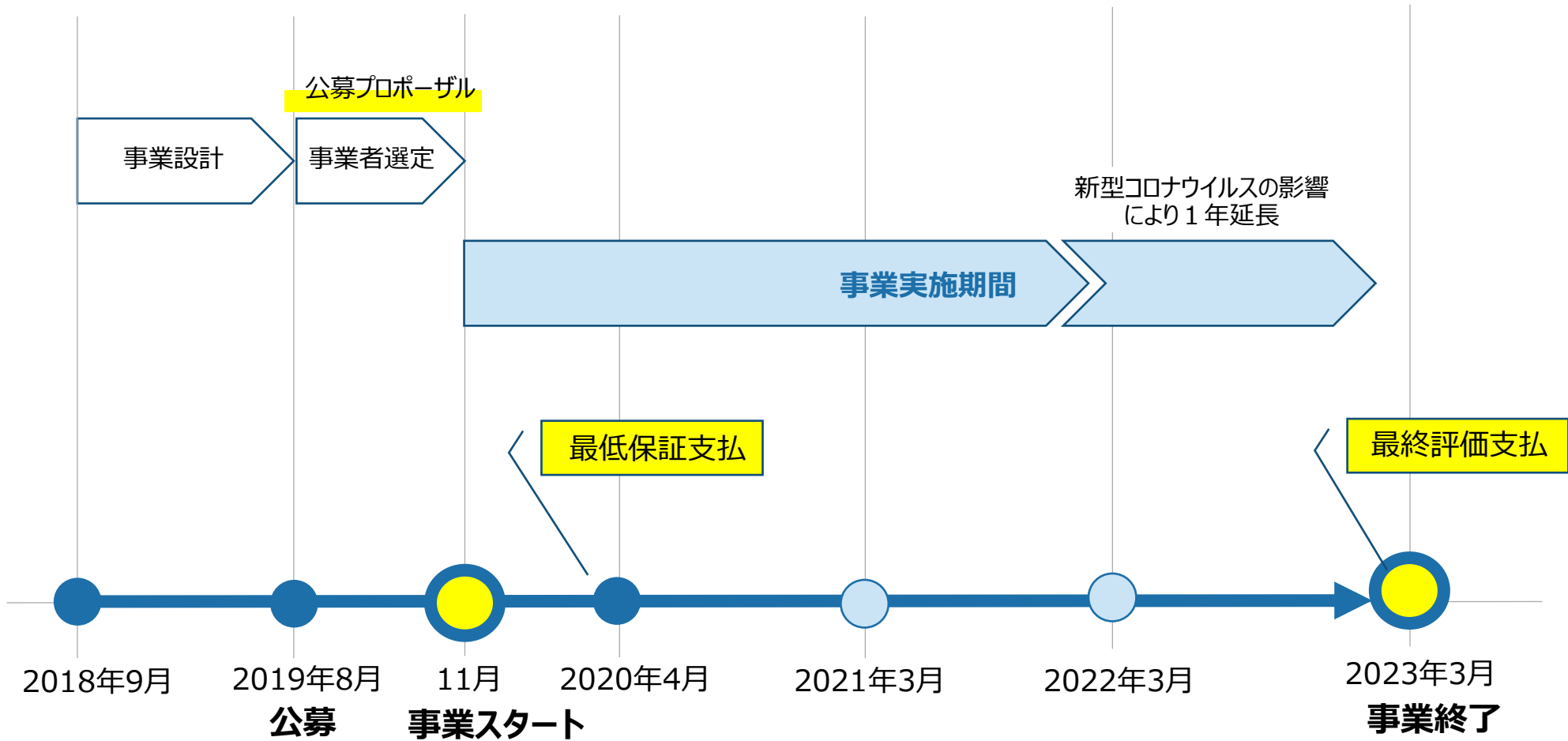
オンラインコーヒー教室

成果指標

事業参加者総数、継続参加人数、要介護状態進行遅延人数



事業スケジュール





庁内調整

効果測定事例や先行事例がなく、資料作成、論点整理が手探りの状況であったため、財政部門や契約部門等の庁内関係部署との調整に苦心した。



企画部門の協力

庁内関係部署の説得のため、所管課とともに調整

学術研究成果の活用

事業導入意義の説明のため、事業実施による社会保障費の削減効果についての研究データを活用



所管課のみで事業組成を行うことは難しい

企画部門・財政部門も含めて庁内の連携体制が必要



成果指標の設定

事業実施により「介護予防が実現できた」という客観的な評価が難しい。



学術研究成果の活用

学術研究成果の活用により、単に参加人数のみを成果とするのではなく、客観的なデータに基づく評価を実現

事務職と医療専門職との連携

介護予防効果が見込まれるプログラムの必要条件や、成果指標の内容と選定に専門知識を活用

3つの導入メリット

新規性・多様性

NEW

事業全体のブランディングなどの包括的で戦略的な考え方で、**行政だけでは考えつけないアイデア**を得ることができた

- 趣味活動を入口に無関心層を誘い、地域貢献へ繋げる事業スキーム
- 子ども世代から誘い掛けてもらえるようなおしゃれなロゴ、チラシデザインや男性に響く教室名称

受託者と行政の
密なコミュニケーションが大切

公民協働



受託者と行政が**同じ目標に向かって取り組む**ことができ、**企業努力の最大化**を求めることができた

- コロナ禍における対応
- 参加者の再募集

連携促進

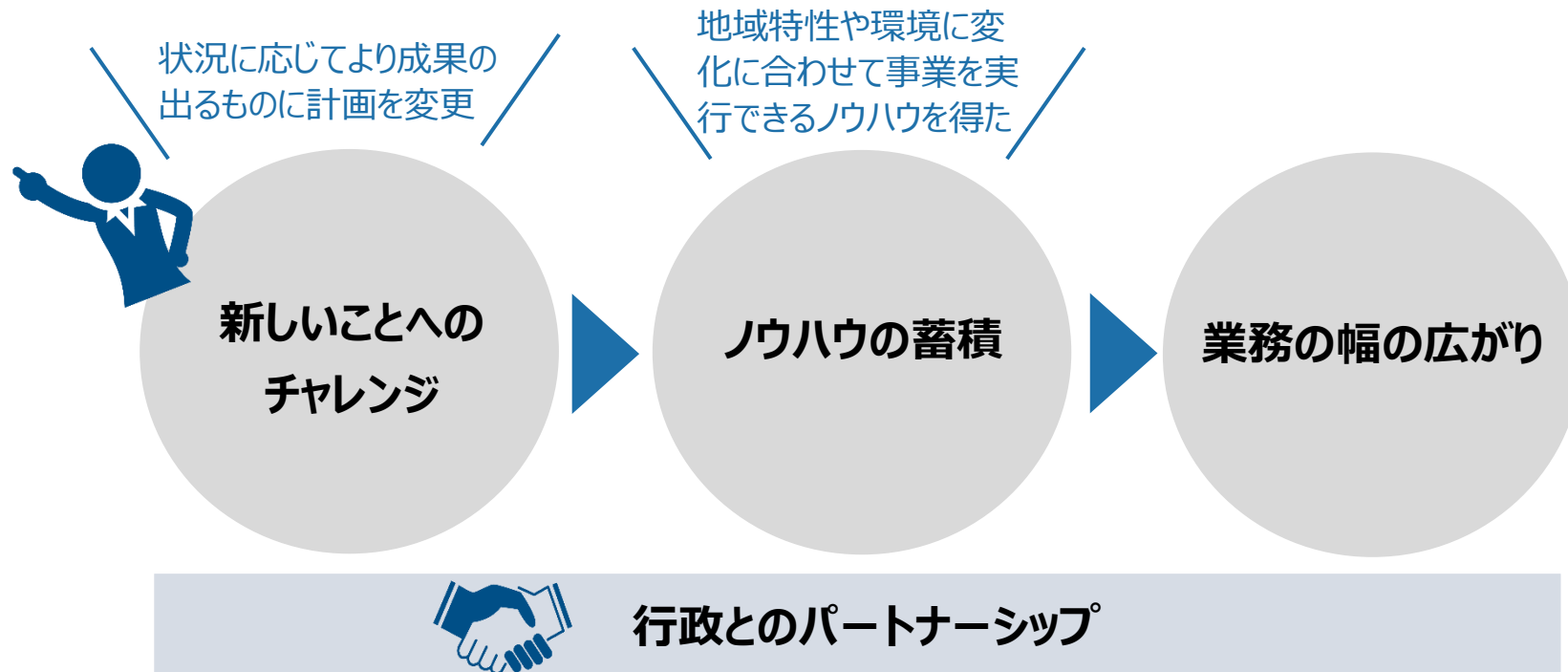


市内の民間事業者や庁内の他部署との新たな連携が生まれた

- 市内パン屋による地域貢献（産業振興局）
- デザインマンホールを巡るウォーキングイベント（上下水道局）

行政とのパートナーシップによるノウハウの蓄積

同じ目標に向けて、パートナーとして創意工夫を重ねながら行政と協力して事業を遂行できたことで、新たなノウハウを蓄積できた



地元企業や学識者との新たな繋がり

プログラム開発や活躍の場の開拓のため、地域貢献に関心のある地元企業や研究フィールドを求める学識者と新たな繋がりができた

事業参加実人数 ※支払額決定の人数とは異なる

気づきの場 **1,731人**

学びの場 **265人**

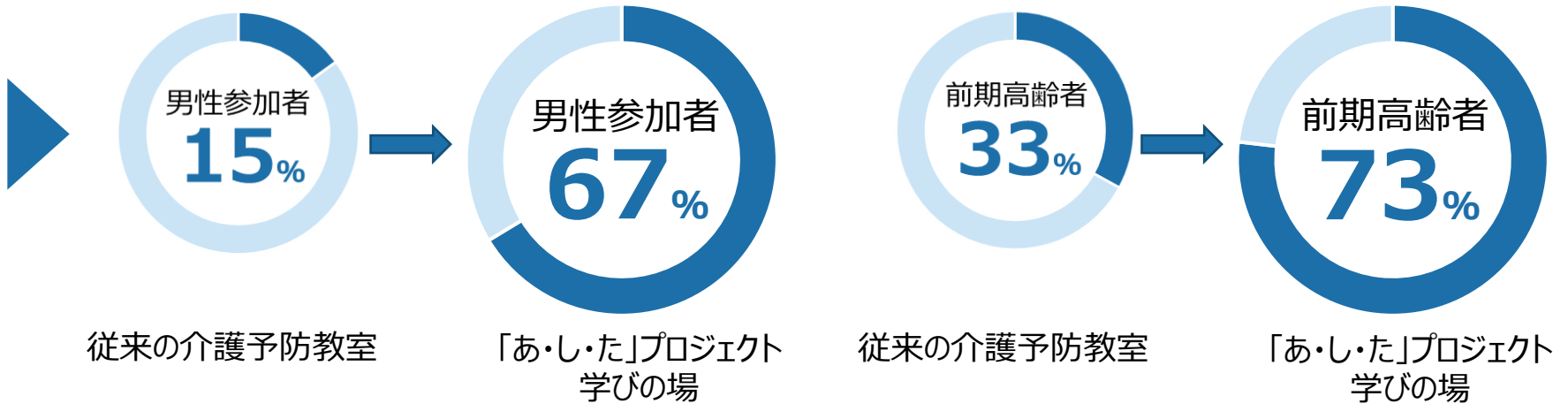
活躍の場 **188人**



課題に対応した成果

無関心層の参加

参加者層の固定化



※女性のみで募集のプログラムを除外

プログラムのマンネリ化

多様なプログラム

従来の介護予防教室の種類

3種類



学びの場プログラムの種類

12種類

活動の継続

行動変容の割合

76%

※学びの場参加者アンケートより

- コンビニを巡ってコーヒーの味比べをするように
- 同じ受講生主催イベントで防災のレクチャー実施！
- 毎日30分のYouTubeを見ながらストレッチをするように

地域の担い手として活躍

教室修了後の活動機会

53回

- イベント準備の回数 **5回**
(参加者同士のコミュニケーション促進のための活動含む)
- イベントの回数 **48回**

活動の例

- 地域の通いの場のボランティア
- マルシェ出店
- 大学学園祭出店
- コーヒー店での一店員
- 他市のモデルとして



第三者評価機関により調査中

地域の担い手の不足と高齢化

事業評価

必ず行かなあかんのは、**生きがいにつながると**思う。

家でもよくパンを作っている。

妻がはじめは口にしてくれなかったが、
最近**腕が上がった**のか、
食べてくれるようになった。



男・本気のパン教室修了生（67歳）

職人的な仕事をしており、以前は無口だった。
教室に参加するようになって、妻から
「あんた、**最近**ようしゃべるようになったなあ」
と言われるようになった。
**仕事辞めてすることがなかったけれど、
張り合いがある。**

「あ」「し」「た」の「し」が**格段に進歩**したと思う。



男・本気の木工教室修了生（67歳）

ご清聴
ありがとうございました