

地域活動と介護予防の関係

日本老年学的評価研究

JAGES松戸プロジェクト1年間の振り返り



国立長寿医療研究センター 部長



CHIBA UNIVERSITY

千葉大学予防医学センター 教授



日本老年学的評価研究

JAGESプロジェクト 代表

近藤克則



地域で活躍しながら介護予防をしよう

都市型モデル「まつどプロジェクト」説明会

平成29年
2月14日(火)
13:30 ~ 15:30
(開場12:30)

いつまでも元気に暮らせるまち「松戸」を目指して、千葉大学と松戸市の介護予防の効果・検証に係る共同研究「松戸プロジェクト」の概要をご説明します。
ぜひご参加ください。

2017年2月14日 説明会


平成29年
2月14日(火)
13:30 ~ 15:30
(開場12:30)

いつまでも元気に暮らせるまち「松戸」を目指して、千葉大学と松戸市の介護予防の効果・検証に係る共同研究「松戸プロジェクト」の概要をご説明します。
ぜひご参加ください。

内容

- 松戸市長 挨拶
- 第1部 都市型モデル「まつどプロジェクト」説明会
講師：千葉大学高齢学センター 総合研究学部長 藤原 謙
国立高齢学センター 老年学部長 藤原 謙
第2部 松戸市の現状と課題
第3部 松戸市の未来と展望


会場 松戸市民会館
(松戸市松戸1-1-1)



※お申し込みの際は必ずお名前を記入し、お印の欄に「ご参加の旨」を記載してください。

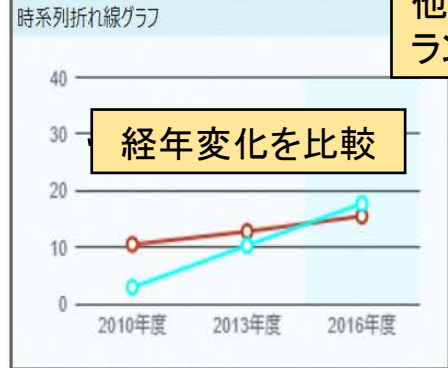
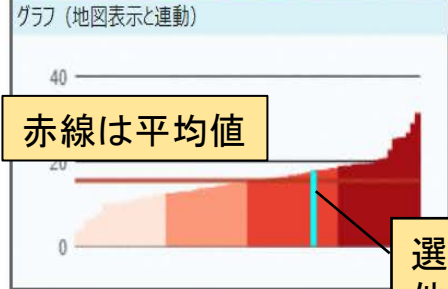
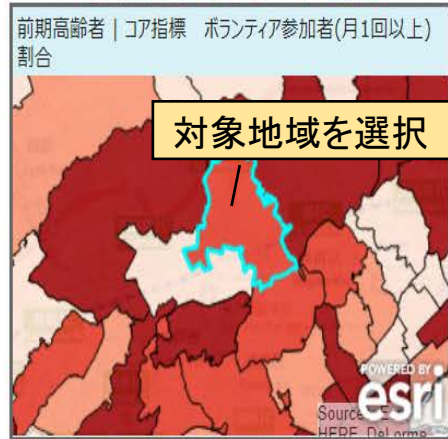
<長 趣>
松戸市長 藤原 謙
松戸市高齢学センター
学長 藤原 謙

<共催会社>
松戸市福祉長寿課 介護予防推進課
TEL. 047-368-4101



地域診断書の見方

JAGES2016 コア指標



指標名	地域名	今回 (%)	前回 (%)	状況	サンプル数	平均 (%)	最小	平均	最大
スポーツの会参加者(月1回以上)割合				5.7 ↑		32.3	6.8		54.2
趣味の会参加者(月1回以上)割合				19.8 ↑	115	40.6	15		4
ボランティア参加者(月1回以上)割合		17.7	24	10.3 ↓	7.4 ↑	113			
学習・教養サークル参加者(月1回以上)割合				7 ↑	110				
特技や経路1回以上				7.4 ↑	114	8.6	1.4		2
友人知人の割合				12.3 ↑	123	68.8	55.7		80.6
交流する				1.6 ↑	122	29.5	17.2		47.5
交流する				2 ↑	122				
交流する友人(10人以上) がいる者の割合		32	48	29 ↓	3 ↑	122			
手段的サポート受領者割合		95.1	23	87.9 ↓	7.3 ↑	123			
手段的サポート提供者割合		94.3	36	84.1 ↓	10.2 ↑	122			
ソーシャル・キャピタル得点(社会参加)		94.2	35			121			
ソーシャル・キャピタル得点(連帯感)		83.3	54			120			
ソーシャル・キャピタル得点(助け合い)		90.9	17			120			
ソーシャル・キャピタル得点(連帯感)		122.3	69	116.6 ↓	5.7 ↑	121			
ソーシャル・キャピタル得点(助け合い)		197.2	23	181.9 ↓	15.3 ↑	121			

前・後期、男・女など対象や指標群を選択
A. コア指標群: 最初に見る指標
B. 重要指標群: 原因や関連要因、対策検討用の指標
C. 参照指標群

前回より改善なら ↑
 悪化なら ↓

◆が当該地域の値を示す青
 ◆が青の中 = 良い指標

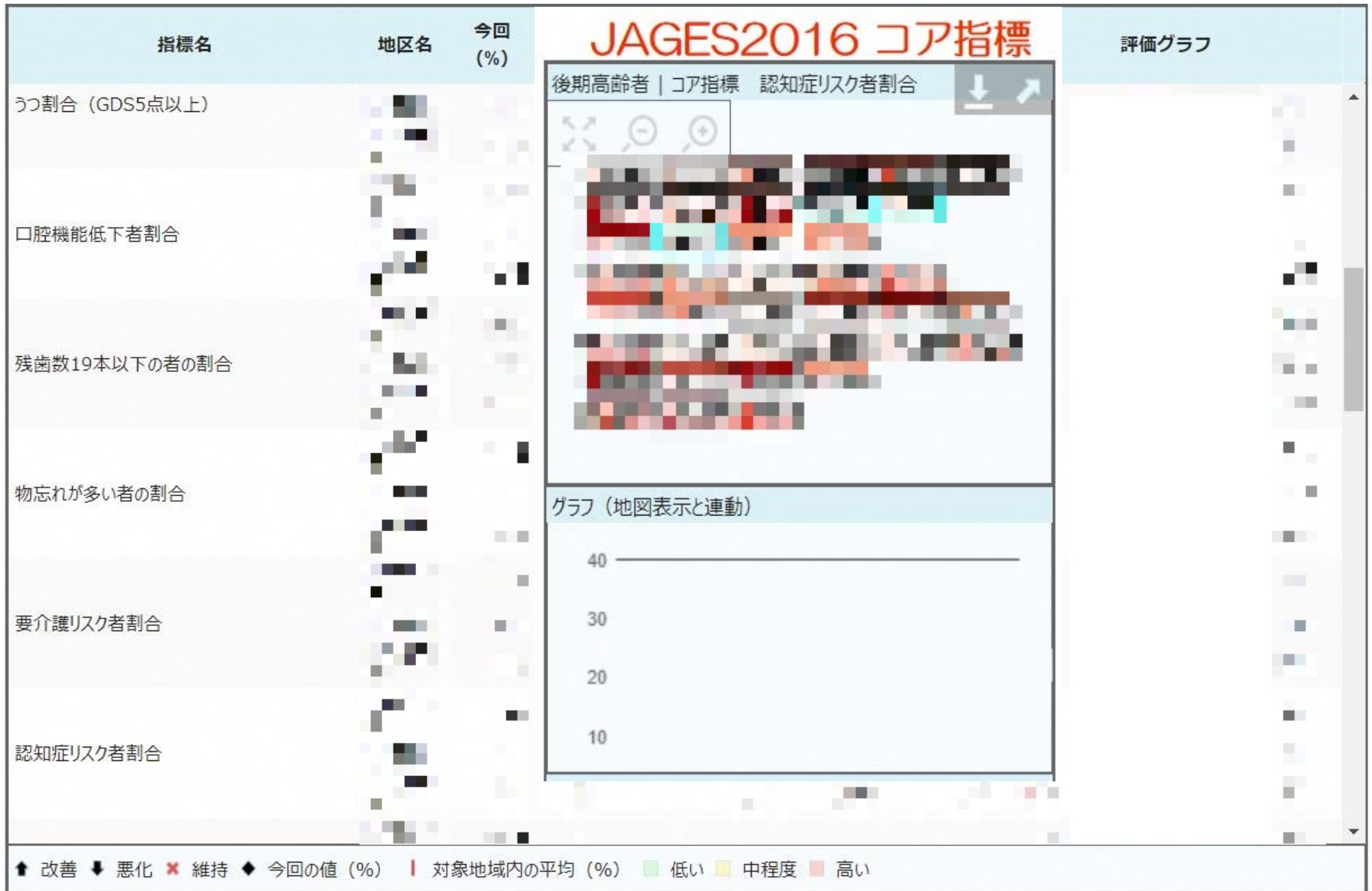
赤・黄・青色の3色は、最小値(左端)と最大値(右端)を3等分し、それぞれに含まれる地域の割合を示す。

◆が赤の中 = 悪い指標

各指標の定義

↑ 改善 ↓ 悪化 × 維持 ◆ 今回の値 (%) | 対象地域内の平均 (%) 低い 中程度 高い

健康度高い松戸市

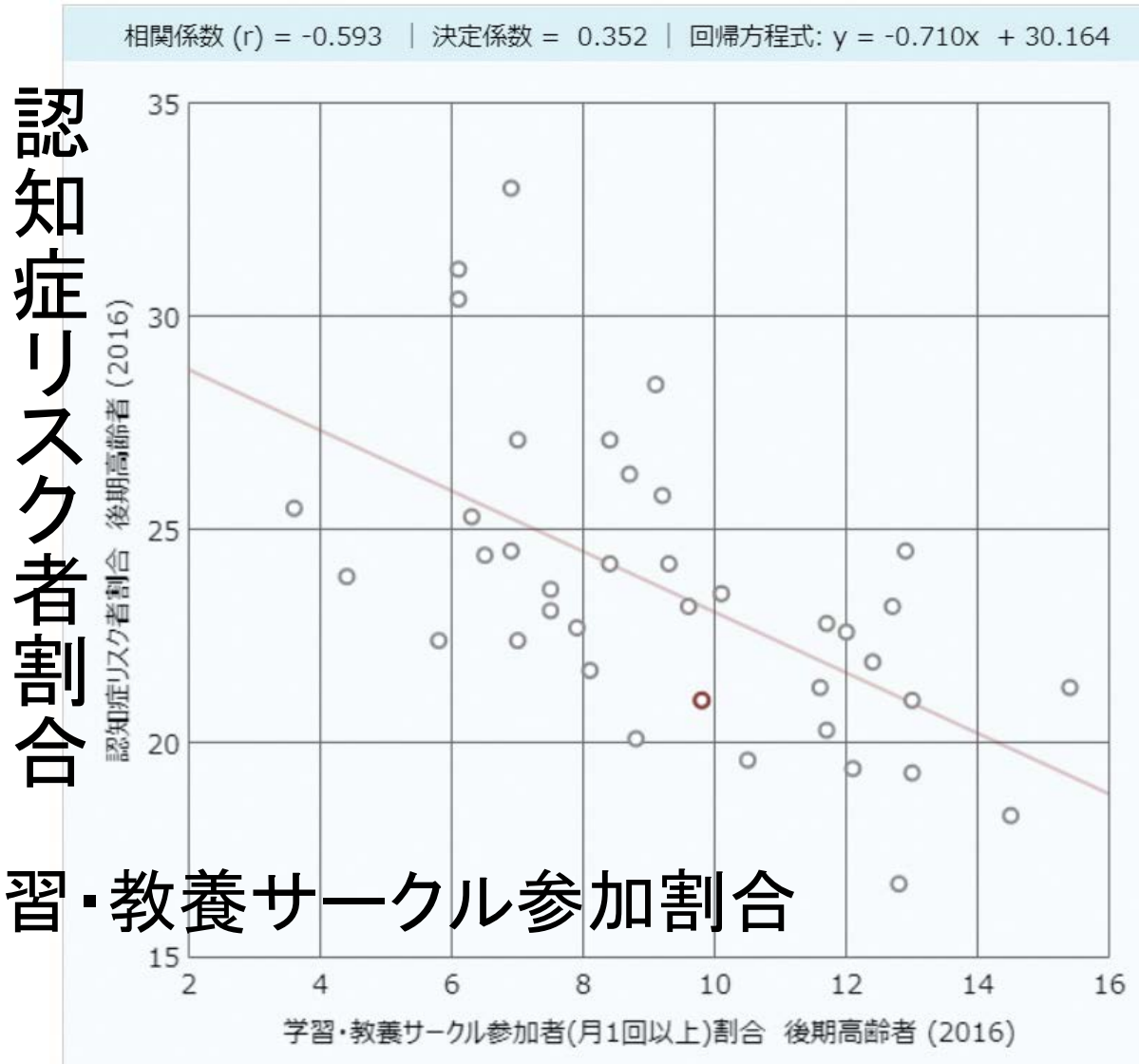


改善の余地はある

指標名	地区名	今回 (%)	順位	前回 (%)	改善状況	回答者数 (n 数)	対象地域内平均 (%)	評価グラフ
スポーツの会参加者(月1回以上)割合	地区A	15%	5	12%	改善	10	10%	▲
	地区B	20%	3	18%	改善	15	15%	▲
	地区C	10%	8	8%	維持	8	12%	▼
	地区D	25%	2	22%	改善	20	18%	▲
	地区E	18%	4	15%	改善	12	10%	▲
	地区F	12%	7	10%	維持	10	15%	▼
趣味の会参加者(月1回以上)割合	地区A	18%	4	15%	改善	15	12%	▲
	地区B	22%	3	20%	改善	18	15%	▲
	地区C	10%	8	8%	維持	8	12%	▼
	地区D	25%	2	22%	改善	20	18%	▲
	地区E	18%	4	15%	改善	12	10%	▲
	地区F	12%	7	10%	維持	10	15%	▼
ボランティア参加者(月1回以上)割合	地区A	15%	5	12%	改善	10	10%	▲
	地区B	20%	3	18%	改善	15	15%	▲
	地区C	10%	8	8%	維持	8	12%	▼
	地区D	25%	2	22%	改善	20	18%	▲
	地区E	18%	4	15%	改善	12	10%	▲
	地区F	12%	7	10%	維持	10	15%	▼
学習・教養サークル参加者(月1回以上)割合	地区A	15%	5	12%	改善	10	10%	▲
	地区B	20%	3	18%	改善	15	15%	▲
	地区C	10%	8	8%	維持	8	12%	▼
	地区D	25%	2	22%	改善	20	18%	▲
	地区E	18%	4	15%	改善	12	10%	▲
	地区F	12%	7	10%	維持	10	15%	▼
特技や経験を他者に伝える活動参加者(月1回以上)割合	地区A	15%	5	12%	改善	10	10%	▲
	地区B	20%	3	18%	改善	15	15%	▲
	地区C	10%	8	8%	維持	8	12%	▼
	地区D	25%	2	22%	改善	20	18%	▲
	地区E	18%	4	15%	改善	12	10%	▲
	地区F	12%	7	10%	維持	10	15%	▼
友人知人と会う頻度が高い(月1回以上)者の割合	地区A	15%	5	12%	改善	10	10%	▲
	地区B	20%	3	18%	改善	15	15%	▲
	地区C	10%	8	8%	維持	8	12%	▼
	地区D	25%	2	22%	改善	20	18%	▲
	地区E	18%	4	15%	改善	12	10%	▲
	地区F	12%	7	10%	維持	10	15%	▼

▲ 改善 ▼ 悪化 × 維持 ◆ 今回の値 (%) | 対象地域内の平均 (%) 低い 中程度 高い

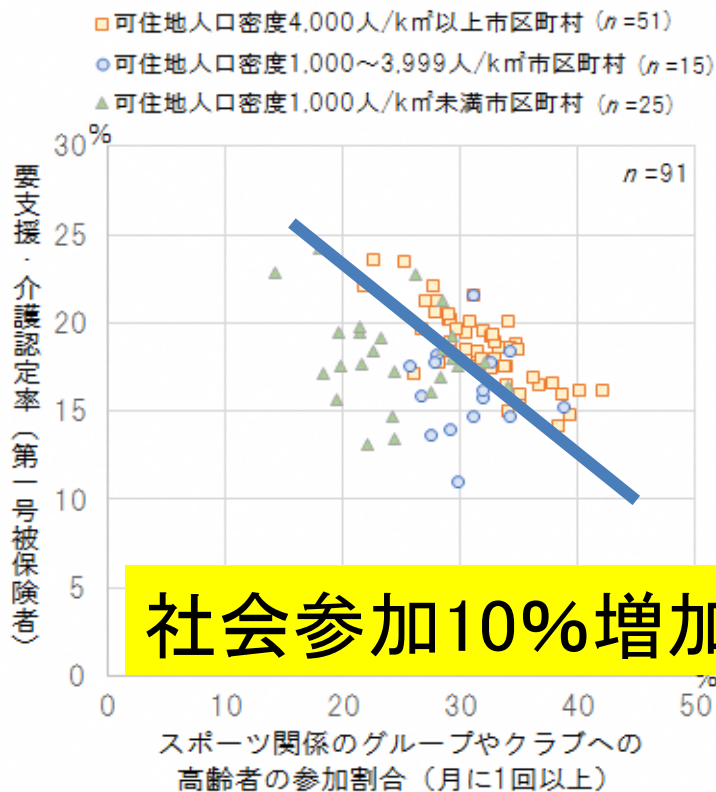
学習・教養サークル参加割合低いと 認知症リスク高い



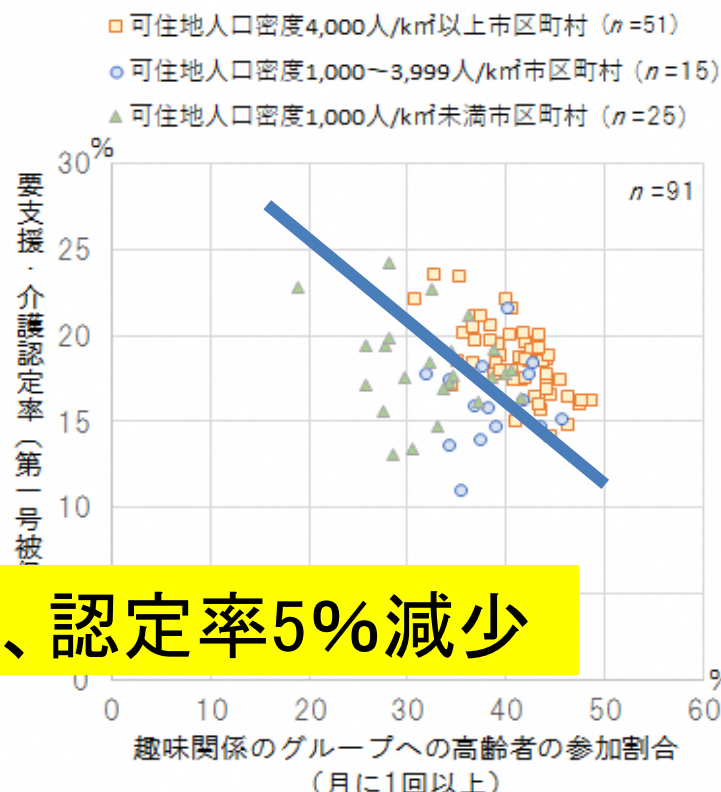
市区町村単位の要支援・介護認定率と 地域組織への参加割合

JAGES 2017

①スポーツ (91市区町村)



②趣味 (91市区町村)



社会参加10%増加で、認定率5%減少

- 全91市区町村: $r = -.337 (p < .05)$
- 4,000人/km²以上51市区町村: $r = -.781 (p < .001)$
- 3,999~1,000人/km²15市区町村: (n.s.)
- 1,000人/km²25市区町村: (n.s.)

- 全91市区町村: $r = -.224 (p < .05) *$
- 4,000人/km²以上51市区町村: $r = -.673 (p < .001)$
- 3,999~1,000人/km²15市区町村: (n.s.)
- 1,000人/km²25市区町村: (n.s.)

※のみSpearman その他はPearson

介護サービス利用者が1000人減ると

● 平成27年度介護給付費等実態調査の概況

表5 受給者1人当たり費用額の年次推移

各年4月審査分(単位:千円)

	平成24年	平成25年	平成26年	平成27年	平成28年	対前年同月 増減額
総数	157.0	157.6	157.2	157.8	157.0	△0.8

注:受給者1人当たり費用額 = 費用額/受給者数

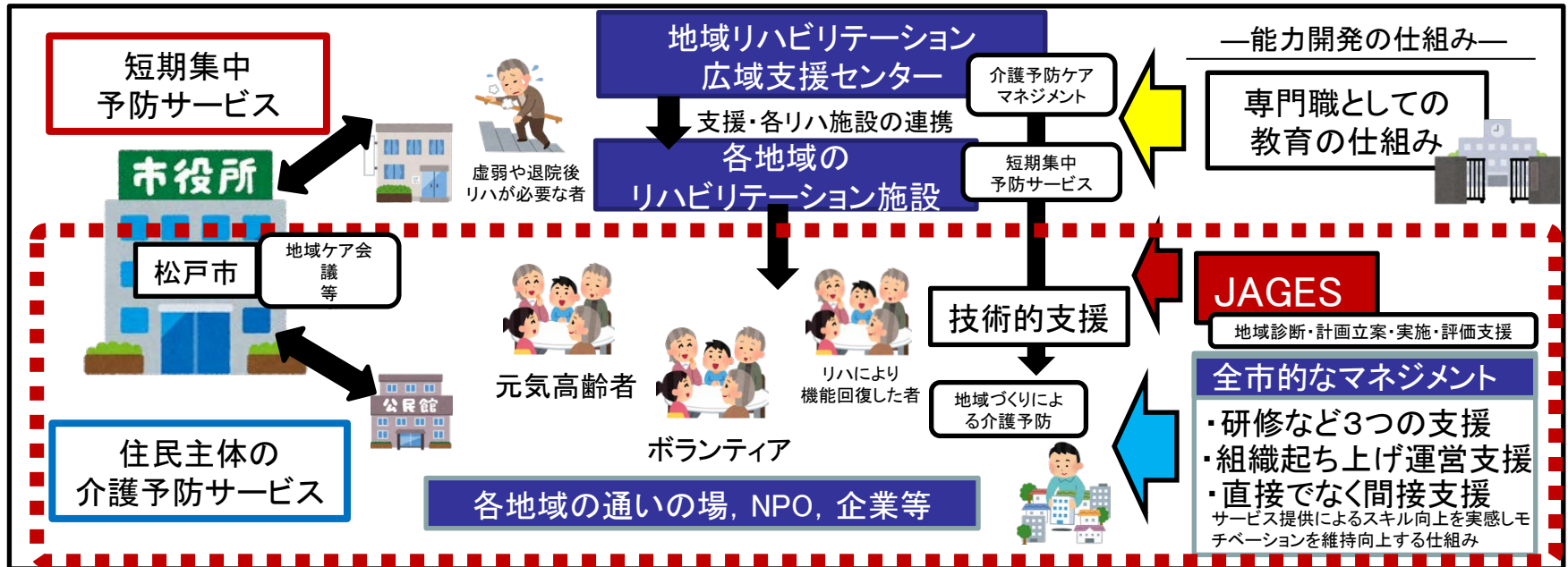
費用額とは審査月に原審査で決定された額であり、保険給付額、公費負担額及び利用者負担額(公費の本人負担額を含む)の合計額である。
市区町村が直接支払う費用(償還払い)は含まない。

- 15.7万円/月 × 12ヶ月 = 188.4万円/年
- 1000人減ると18.8億円/年

<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/kaigo/kyufu/15/dl/11.pdf>

松戸市とJAGES(日本老年学的評価研究)との共同研究プロジェクト 『JAGES松戸プロジェクト』の位置づけと特徴

2016年11月2日 JAGESプロジェクト千葉大事務局



<位置づけ> 住民主体の介護予防サービスの開発支援と評価研究: の部分

<特徴> 地域包括ケアの都市型モデルを開発し全市へ展開→全国に標準モデルを発信

- 地域包括ケアモデル: 介護予防を中核とするが、対象は高齢者に限定しない。
- 全市的なマネジメント支援と評価: 直接支援ではなく間接支援
- 3つの支援内容と2つの対象: ①研修と②ネットワーキングと③評価を既存+新規の両者に
- 都市の資源活用: 住民やNPOだけでなく企業や退職者などにも活躍の場を提供
- 重層的支援と評価: 対象は個人・グループ・企業・地域など
- 評価でPDCA回す: 個人・プログラム・地域のニーズやプロセス, 介護予防効果を評価

ボランティアの形にもイロイロ

お手伝い型

- すでにある拠点のお手伝い

講師・芸人型

- 一芸を出前

拠点づくり型

- 新しい拠点をつくりたい

プロボノ型

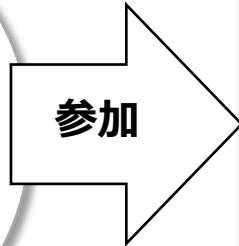
- 専門スキルで貢献したい

間接支援型

- マネジメントや間接支援が得意

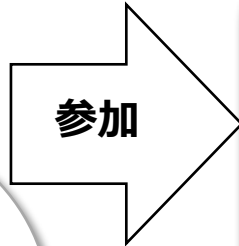
都市型

松戸プロジェクトの全体像



地域活動・NPO等
ご自身に合った社会参加の機会を創出

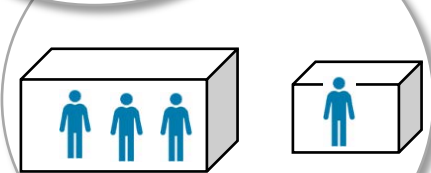
地域活動への参加やアンケートへの回答など



松戸プロジェクト応援団
ボランティア活動
(プロボノ型・間接支援型)
事業者



市民みんなで活動を応援！



企業・個人事業主のみなさん

ボランティア活動への参加やサービス・商品の提供など



World Health
Organization

Centre for Health Development

http://www.who.int/kobe_centre/mediacentre/jages/en/

Interventions on urban
health

Urban health
emergencies

Ageing

News and
events

Publications

New Project Featuring Japan's Good Practice in Research-to-Action for Healthy Ageing



The World Health Organization Centre for Health Development (WHO Kobe Centre) and the National Center for Geriatrics and Gerontology (NCGG) are pleased to announce that they will commence a collaborative research project to advance

universal health coverage (UHC) and healthy ageing in Japan.

松戸PJ 2017年度の計画

2月 3月 4月 夏 秋 年度末

参加ボランティア・事業者募集

ボランティア
事業者
大学

説明会

参加ボラ・
プロボノ・
事業者
公募

お試しワークショップ

ワークショップ
で主体形成

4月28日
5月25日
6月14日

プロボノ説明会
5月30日

プロボノ
チャレンジ

準備

通いの場発足

運営

振り返り企画

協力事業者公募

説明会
6月14日

協力
内容
協議

運営支援

評価

評価

2017年度上期の成果

- ワークショップ参加者 60人弱 × 4回 計のべ229人
 - 参加者の6割が男性
 - 元気応援クラブ14カ所開設(ワークショップから5カ所)+2次募集4ヶ所
 - 既存の元気応援クラブ20カ所と合わせ 38カ所
- プロボノチャレンジ参加者 19人(30~80代)
 - 再参加希望 約75% 継続的関与希望者 6~7人
- パートナー(間接支援型) 6人
 - プロボノから合流者合わせて 10人超予定
- 協力企業・事業者 第3回9月 第5回 12月 18社
 - エーザイ、キャノン、NTTドコモ、保険会社(系研究所)、NPO2法人、フィットネスクラブ、調剤薬局、歯科医院など

プロボノの成果

松戸プロジェクト特設サイトより ご登録ください

Home 松戸プロジェクトについて 参加するには -

地域でボランティアに取り組む
地域団体・NPOのみなさまへ
事業者のみなさまへ

都市型介護予防モデル
松戸プロジェクト

▶ 【2017年夏 松戸市で初開催！】「プロボノチャレンジ MATSUDO2017」参加募集のご案内

こちらから

<http://matsudo-project.com>

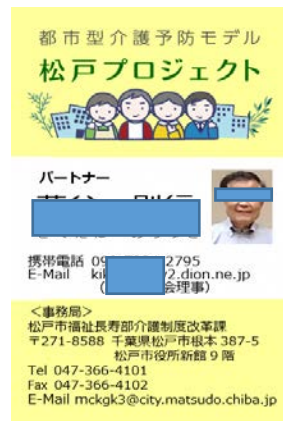


※ チーム参加ご希望の方は、全員ご登録のうえ、事務局まで別途ご連絡ください。

間接支援型ボランティアとして活動するパートナー委嘱



特製の名刺



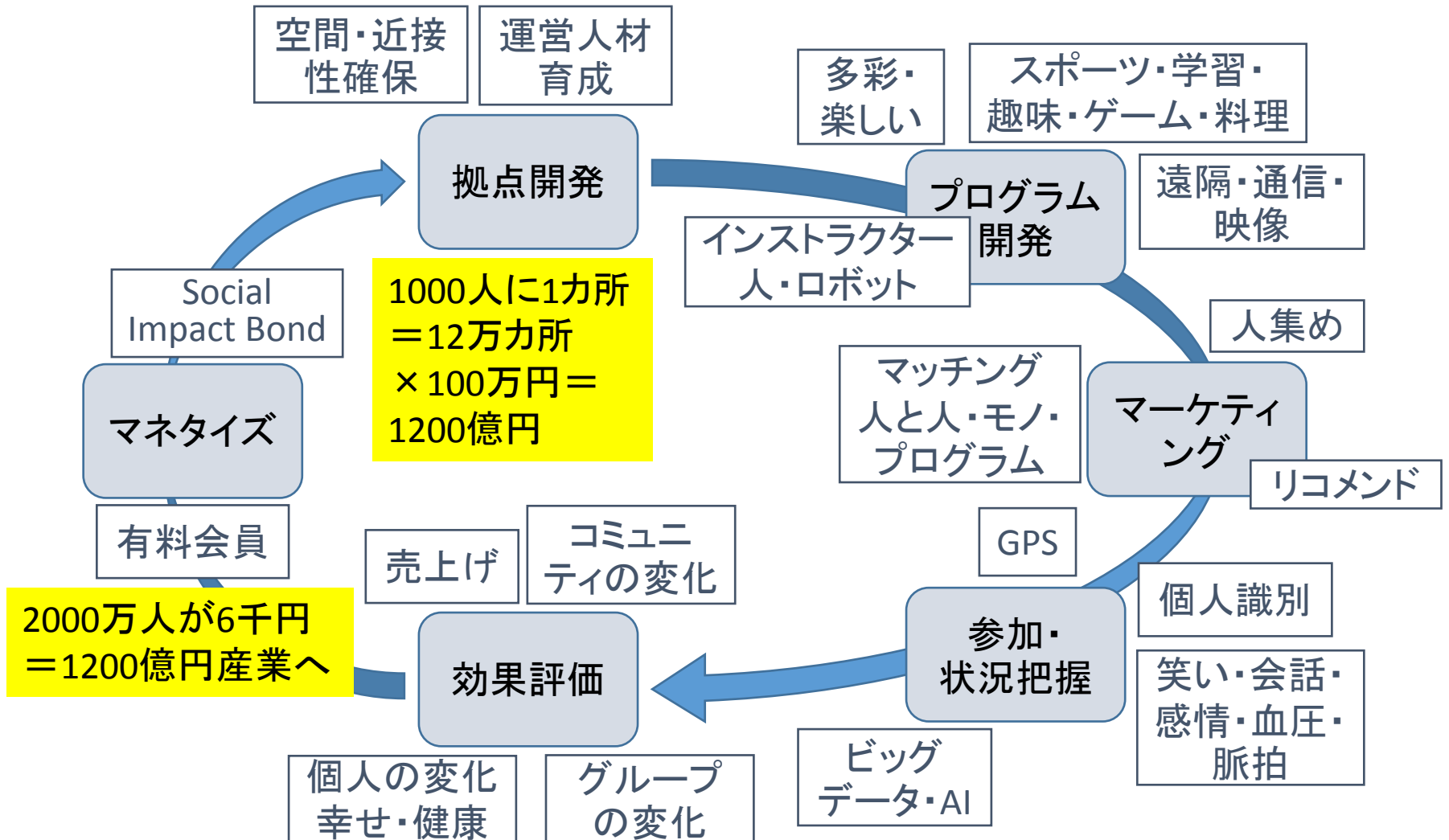
1. 地域にある通いの場のリスト
2. 通いの場の会場となりうるスペースや拠点のリスト
3. 協力者集めと人材データベース
4. 通いの場を支援する事業者・企業のリスト

コレクティブ・インパクト

John Kania, Mark Kramer: Collective Impact. Stanford Social Innovation Review, 2011

- 立場の異なる組織（行政、企業、NPO、財団、有志団体など）が、組織の壁を越えてお互いの強みを出し合い社会的課題の解決を目指すアプローチ
<http://www.globalcsr-pfc.com/collective-impact/>
- 個別アプローチでは解決できなかった社会課題の解決をめざす
- 新たな社会課題の解決手法として近年、欧米では定着しつつある

社会参加型の健康長寿幸福産業



実施／検討中の支援プログラム例

- NPO法人によるボランティア交流研修会
- 製薬会社＋薬剤師会⇒健康サポート薬局
- プログラム・コンテンツ支援
 - 認知症予防、口腔衛生
 - 保険会社・緩和ケア専門職+NPOで終活セミナー？
- 無料の「通いの場」データベース提案
- 参加者登録システム試作品に他の市から見積もり依頼
- 保険会社からビッグデータ解析に向け共同研究提案

通いの場 運営者交流会



民生委員や町会の方も
併せ49名参加
「参加できて本当に良かったです。
中味がいっぱい充実でした」
「先生のワンポイントが良かった」
「皆も同じ悩みであった。難しく考
えないで、また参加したい」



高齢者“通いの場”運営者交流会



人が集まるのには訳がある！

自然と人が集まる “通いの場”の秘訣



日時 H29 **11.27** (月) 13時半～

場所 松戸勤労会館 ホール
松戸市根本 8-11 (松戸駅から徒歩約 6 分)

対象 通いの場の運営に関わっている方、
これからスタートしたいと考えている方

参加費 無料 定員 50 名

講師 亀田義人氏
千葉大学予防医学センター-特任助教

ゲスト 松山三郎氏 NPO 法人人材[ワーアップセンター
(わくわくストレッチクラブ・リーダー)
塚原誠二氏他 市ランティア花水木の会 会長

共催：NPO 法人 CR ファクトリー 後援：松戸市

スケジュール

- 13:00 受付開始
- 13:30 開会・趣旨説明
- 13:35 ミニ講義「コミュニティと健康の関係性」
- 14:10 通いの場グッド事例紹介
- 14:50 休憩・情報交換タイム
- 15:05 ミニ講義「人が集まる場づくりの秘訣」
- 15:25 自団体の活動に活かせるテーブルトーク
- 16:10 まとめ・運営に使えるハンドブック配布
- 16:30 閉会

【主催・申し込み】 NPO 法人まつと NPO 協議会
※下記まで電話かメールにてお申込みください (担当山崎)
電話：090-9826-3729
メール：contact@matsudo-npo.org

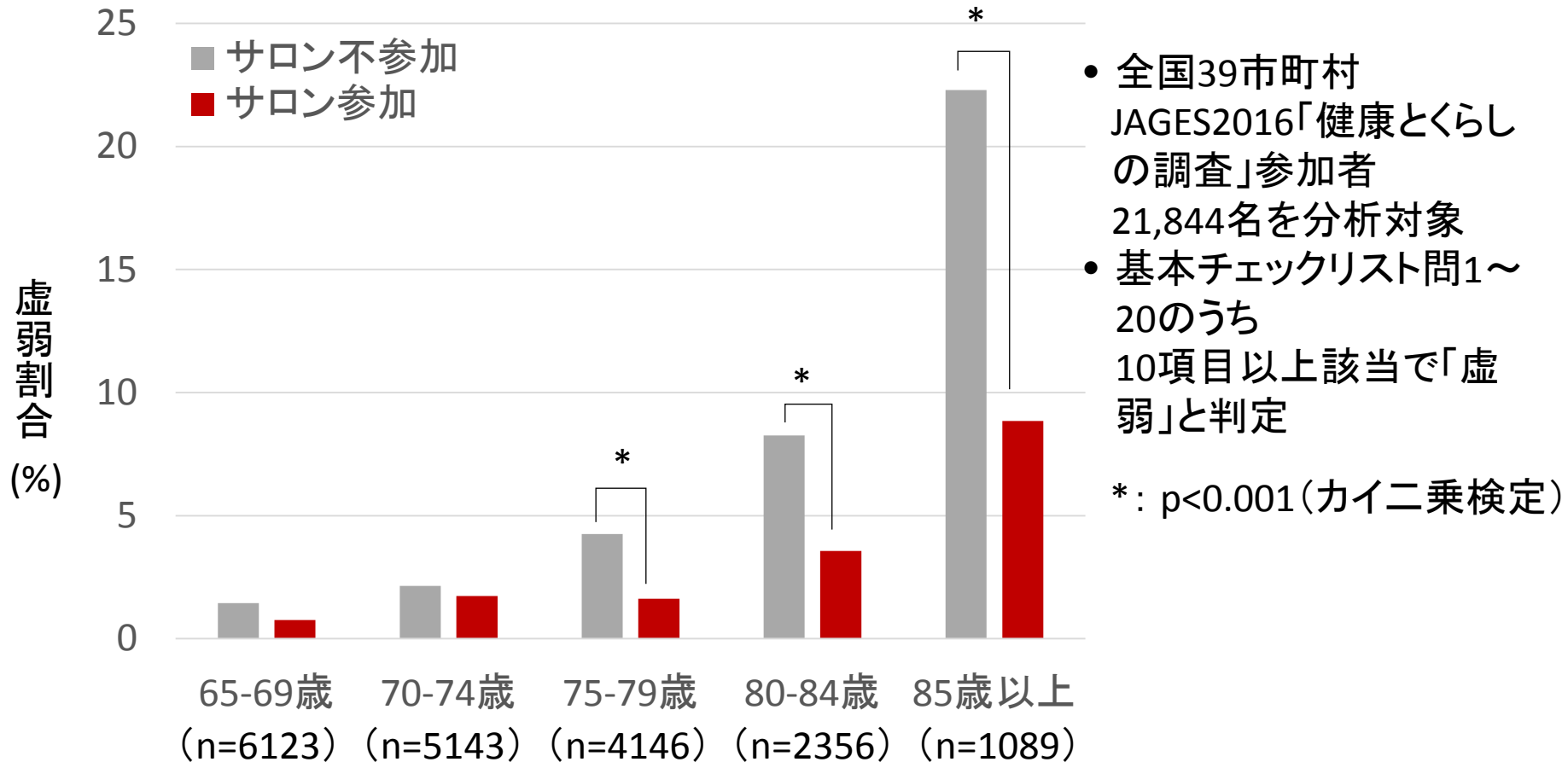
JAGES2016-2017の調査概要

JAGESプロジェクト千葉大事務局

	2016年 JAGES調査	2017年 健康とくらしの 調査	2017年 モニタリング地 域の調査	2017年 通いの場
目的	<ul style="list-style-type: none"> ・『高齢者がいつまでも元気で暮らせるまちづくり』の手がかり発見 ・元気応援くらぶなどの通いの場の効果を検証 			
方法	からだやこころの状態、社会生活状況などを、アンケートにて調査する			
対象者	松戸市にお住まいで、介護認定を受けていない65歳以上の方			
			市内の特定地 域にお住まいの 方	元気応援くらぶ などの通いの場 に通われてる方
回収率	約72%	約67%	約65%	約73%
配布数	6000	4476	2755	159
回収数	4320	2990	1777	114

C ニーズ調査への設問追加方式

ニーズ調査で参加状況を把握
参加群で虚弱割合が低いことを確認



追跡調査で社会参加は増加

JAGES HEART 2016
(全国参加市町村データ)

前期高齢者

趣味



スポーツ



ボランティア



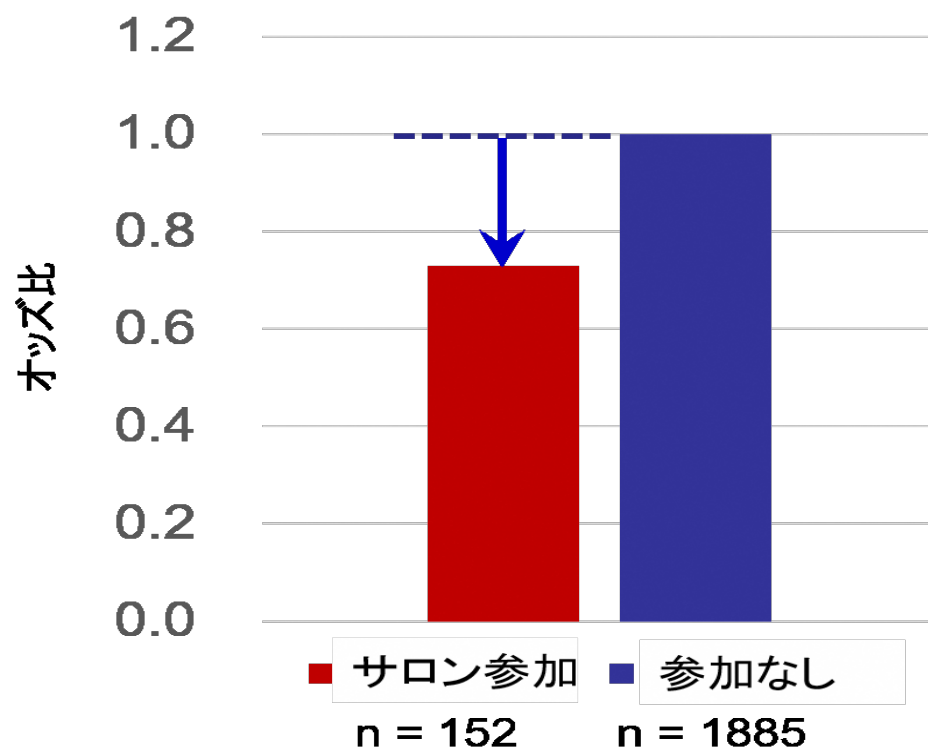
後期高齢者で伸びが大きく活動的

後期高齢者



追跡調査で効果検証(武豊町)

通いの場参加と認知機能低下の関連



2007年から7年間追跡し
サロン参加群と非参加
群で比較

年4回以上の参加は認
知機能低下リスクを0.7
倍に低下させる

Hikichi, H., Kondo, K., Takeda, T., and Kawachi, I. Social interaction and cognitive decline: Results of 7-years community intervention. *Alzheimer's & Dementia: Translational Research & Clinical Interventions* 3 (1): 23-32, 2017.

見えてきた課題・必要な資源

1. すでに地域にある通いの場のリスト
2. 通いの場の会場となりうるスペースや拠点のリスト
3. 地域貢献をする意欲がある人材データベース(人材バンク)
 - お手伝い型・講師型・プロボノ型(短期プロジェクト型・長期コミット型)
4. 通いの場を支援する事業者・企業のリスト
5. コンテンツ支援, 運営支援, 会場貸し出し, 寄付, 宣伝に協力など

見えてきた課題・必要な資源

6. 通いの場運営者を対象とする研修や課題抽出ワークショップなど
7. 人材発掘・育成のための研修やワークショップ
8. 新しい事業者や企業を募る説明会や、関わり方を検討するワークショップ
9. 上記のような情報を一元管理できるサイト、mailing list、掲示板など
10. タイムリーな情報発信（サイト、news letter、広報まつど、置いてもらうチラシ作成）など
11. これらの課題解決に取り組む主体の形成と連携が自律的に進む仕組み

まとめ

- 介入前の地域診断で、松戸市には改善の余地あり
- 物忘れや認知機能低下者割合やや多め
- ボランティア、学習・教養サークル少なめだが、参加意欲はある
- 社会参加の促進による介護給付費抑制効果もありそう
- 一年間の松戸PJで前進はしたが、多くの課題が見えてきた
- 参加の場づくりの潜在的な担い手には、住民、支援ボランティアに加え、企業群もある
- 企業のやる気を引き出す成果連動型報酬(例:SIB)