

主题名	充实由区域支撑的福祉和医疗	地方政府名	甲府市
所采取的 措施名称	打造由区域居民主导的"交流聚会平台"和"家务等生活支援"		
概要	 ○本市为向往往闭门不出的老年人提供"交流聚会平台",大力普及推广"活力充沛沙龙项目",目前已有139处(以町为单位进行设置)。 ○然而,这些平台大多数每月仅举办一次活动,尽管创造了外出机会,但尚未起到护理预防的作用。 ○此外,对于不断增加的独居老人等尚不需要护理服务的老年人,为其提供家务等方面的生活支援的必要性不断提高,因此正推动建立由区域居民组成的支援机制。 		
预算金额	未开展任何项目		(U\$换算)

1. 课题(现在的状况)

- 〇尽管正推动在各个小学校区设置由区域居民自主商议本地区的需求和能提供的服务的平台,但各个地区的推进力度高低不一。
- ○尽管"活力充沛沙龙"自 2010 年起便开始实施,但近几年每年只有 4、5 处新设场地,数量增长缓慢。
- 〇此外,沙龙的内容多为茶话会和卡拉 OK 等活动,体操等护理预防活动较少。
- 〇生活支援服务的形式是区域居民作为志愿者活动前往本地的老年人家中提供家务服务,因此在制度设计、服务使用侧和提供侧的匹配等方面存在较高的难度。
- ○目前处于设计制度阶段, 重点培养服务提供者。

2. 目标(未来蓝图)

- ○在各个小学校区设置协商平台,促进区域居民自行商议地区福祉及提供服务。
- ○关于老年人的"交流聚会平台",按休闲、护理预防的不同功能分别设置场所。
- 〇关于生活支援服务, 在帮助接受服务的老年人独立自主地生活的同时, 努力增加提供服务的单位数量, 令这项活动起到护理预防的作用。

3. 所采取措施的内容

(概要)

- 〇在协商平台中, 预先通过问卷调查等方式把握区域课题, 以期将区域居民可提供的服务与接受方希望提供的服务对接起来。
- 〇在旨在起到护理预防作用的"交流聚会平台"中,由保健师、营养师、牙科卫生师等专业人员前往"交流聚会平台"激发护理预防意识。同时,为不仅在参加"交流聚会平台"的时候,而且在日常生活中也能促使老年人采取有助于护理预防的行动,协助其制作个人护理计划。
- 〇生活支援服务以清洁打扫、做饭、洗衣等家务支援为主,由接受过一定讲习培训的生活支援助手上门提供服务。

(进行得比较顺利的方面)

- 〇在协商平台方面,9成左右的小学校区已举行首次会议,有意举行第二次会议的区域也已经实施。
- 〇在交流聚会平台方面,139 处活力充沛沙龙中大部分每月举办一次活动,而约有 20 处沙龙每周举办一次,因此这些沙龙有着转换为护理预防平台的可能。
- ○在生活支援服务方面,正在推进服务人员的培养工作,已有70人参加讲习会。
- ○部分地区积极启动了生活支援服务项目,还有的地区主动开展了有关本区域课题的问卷调查。



(进行得不够顺利的方面)

- ○多数地区兴趣不高,未梳理区域课题以及把握区域需求。
- ○缺少引领活力充沛沙龙的中坚力量,难以设置新的场地。
- 〇在生活支援服务方面,由于需要与使用护理服务机构的情况下的自费金额进行比较,因此接受该服务者须自 行负担多少费用的设定方面仍存在难度。



主题名	充实由区域支撑的福祉和医疗	地方政府名	太宰府市	
所采取的 措施名称	旨在为老年人促进外出、创造生活乐趣、增进健康的"创造活力积分项目"			
概要	·太宰府市的人口:71,598 人、老龄化率(65 岁以上人口):27.6%(截至2019 年3 月底) ·本市作为福冈市的卧城在昭和40~50 年代(1965 年~1984 年)大规模推进了丘陵地区的 房地产开发,当时转入本市的家庭均已逐渐迈入老龄化,独居老人家庭和老龄夫妇家庭正 在不断增加。			
预算金额	5, 992, 000 日元(本国货币)	56, 53	0 美元(U\$换算)	

1. 课题(现在的状况)

- ○健康检查的受诊率较低。特定健康检查受诊率(2017年度) 太宰府市: 31.7% 、县平均: 33.8%
- 〇为防止老年人闭门不出,需要以老年人可以轻松前往的自治会等邻近生活圈为对象,搞活生活乐趣创造和健康增进项目。

2. 目标(未来蓝图)

- ○每位市民都能过上身心健康、活力满满的生活。
- ○鼓励即将迎来老龄期的年龄层人群参加健康增进项目,尽可能减少需要护理干预的人数,延长健康寿 命。

3. 所采取措施的内容

(概要)

〇以 40 岁以上的市民为对象,通过向其发放可兑换购物券的积分来鼓励他们接受健康检查以及参加健康增进项目等活动。从生活习惯的影响逐渐显现出来的 40 岁开始,让市民具备健康观念并积极行动起来,以帮助实现健康增进和护理预防。同时以捐赠积分的形式支持并搞活在区域实施的健康增进项目。

【对象项目】

- ① 健康增进、护理预防型
 - (例) 市政体检、公司体检、护理预防教室、步行会、广播体操、健康节 等
- ② 文化艺术活动型
 - (例) 市民文化祭、市民音乐祭、MAHOROBA 市民大学(老年大学)、太宰府人权节 等
- ③ 区域健康增进型
- (例)校区自治协议会主办项目、自治会申办项目、长寿俱乐部联合会主办项目 等目前给每个对象项目设定了 25~200 个积分,在健康检查、癌症检查、集体体检结果说明会、地区健康节等项目上设定较高的积分,以此促进市民参加市政体检和区域健康增进项目等活动。



【积分兑换】

达到 1000 积分⇒1000 日元购物券, 达到 2000 积分⇒2000 日元购物券,

达到 3000 积分⇒3000 日元购物券,达到 5000 积分(上限)商品券⇒3000 日元购物券+3kg 福冈县产大米 ※1000~3000 积分的零头可捐赠给本人所居住的行政区的自治会。

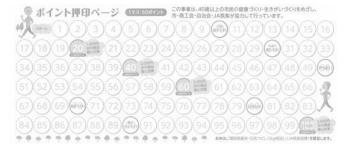
(进行得比较顺利的方面)

- ○达成 5000 积分的人数逐年增加,对市民的健康增进以及护理预防意识的提高产生了积极影响。
- ○步行会和广播体操等持续型健康增进活动的参与者不断增加,令参与者的生活习惯得到了改善。 步行会会员数 2015 年度 531 人⇒ 2018 年度 2387 人
- 〇将区域健康增进型项目纳入积分对象,并规定可以将积分零头捐赠给自治会,促使自治会和校区自治协议 会更积极地设立健康促进项目。

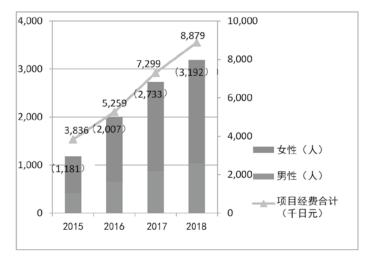
(进行得不够顺利的方面)

- ○随着各项目认知度的提高,参与者数量不断增加,项目经费也在相应地增高。 需要研究采取有效措施来在不降低参与者的意愿和动机的情况下控制项目经费,例如调整积分还原率、规 定必须接受健康检查等。
- ○本期待作为协同效应能令健康体检率提高,但目前尚未呈现出明显效果。





2019 年度 创造活力积分卡(右:正面、左:背面)



(图 1) 5000 积分达成人数及项目经费的变化



〇在健康检查会场发放"创造活力积分"



主题名	充实由区域支撑的福祉和医疗	地方政府名	奈良市
所采取的 措施名称	充实完善相关支援体制,推进区域福	祉	
概要	光明皇后为了救济和收容穷人和孤儿病人提供免费的施药医疗救助,作为1972年,本市领先日本其他地区提出种各样的社会福祉事业。 在国家层面上,也在逐步完善以来,一方面受到少子老龄化的影响,部门负担的公共服务遇到了瓶颈,不新课题在内,如今越来越有必要根据为此,本市不仅推出了构建老年	,开设了"悲感" 慈善活动被市宣 医疗制度和护 区域居民们的 堪重负。会的等 人照料网络等	言》,将福祉精神传承至今,开展着各 理保险制度为主的公共服务。然而近年 生活课题变得多样化、复杂化,由行政 是包含患有认知症的老年人数量增加等
预算金额	2885 万日元		(U\$换算)

1. 课题(现在的状况)

本市人口总数在十年间从 36 万 8592 人减少到了 35 万 6352 人,减幅达 1 万 2000 人以上,与此相反,65 岁以上的人口数量却从 8 万 2677 人增加到了 10 万 8849 人,增幅超过 2 万 6000 人。另外,不到 15 岁的人口数量在这十年里减少了 6700 人以上,将来作为社会中坚力量的年轻人数正呈不断减少之势。在这种背景之下,认知症老年人的徘徊、独居老人在家中"孤独死"、80 多岁的老年人照顾抚养 50 多岁的无业子女的家庭即所谓的"8050 问题"等现象屡见不鲜。

尤其是关于认知症老年人的数量,根据国家公布的推算值进行估算,预计本市的认知症老年人也将在 五年内增加 5500 人。另外,在护理保险制度刚刚启动的 2000 年,可享受护理保险服务的认定人数约为 6000 人,然而到 2018 年,这一数字已经超过了 2 万人,今后随着老龄人口的增加,预计包含认知症在内的护理 保险服务的对象人数也将进一步增加。

认知症绝不是一种特殊的疾病,而和其他疾病一样,最重要的是尽早发现和诊断,并开始治疗和护理。只要尽早发现、尽早治疗,就不但可以改善认知功能、防止认知功能恶化,还能享受更多的治疗和护理选项,让患者凭借自己的意愿去重新看待和选择治疗方法以及目前的生活,与家人一起去考虑今后的生活方式。因此,有必要抓住各种机会来进行普及和启发,让整个地区社会拥有正确的知识和理解。

2. 目标(未来蓝图)

消除孤身一人计划 (第3次奈良市区域福祉计划口号)

- ⇒ 打造一个即使患有认知症也能在自己住惯了的地区安心生活的区域共生社会
- ●到 2022 年 3 月, <u>培养 3 万名</u>认知症支援人员
 - ・截至 2019 年 3 月 2 万人
- ●到 2022 年 3 月, 开设 <u>30 家</u>认知症咖啡厅
 - ・截至 2019 年 3 月 15 家
- ●成立初期集中支援团队 14 个
 - ・截至 2019 年 3 月 1 个



3. 所采取措施的内容

(概要)

◎配置认知症初期集中支援团队和认知症区域支援推进员

认知症区域支援推进员的主要工作是协助医疗机构、护理服务、区域支援机构之间开展协作,以及为认知症患者及其家属提供咨询服务等,来根据认知症患者的状态合理提供必要的服务。

认知症初期集中支援团队是一支在认知症早期阶段帮助认知症患者或认知症疑似患者及其家人在已经 住习惯的地区和自己家中持续生活的支援团队,由专业的认知症医生、拥有专业知识的保健师等医务人员 以及社会福祉士或护理福祉士等福祉人员组成。

<u>◎构建老年人照料网络</u>

积极推进用于照料老年人以及应对紧急情况的网络的建设。另外,以从"徘徊"变成"安全地独自行走"的城市为目标,2018年度开展了奈良市认知症照料关怀模拟训练,在假设认知症患者失踪的情况下,在市内全域开展了以向认知症患者进行搭话体验等活动。

◎开设在家医疗与护理合作支援中心

该中心的定位是一个让医疗和护理人员进行合作的支援中心,目的是让需要医疗和护理的老年人能够 远离医院和设施机构,在自己住习惯了的地区安心地生活、活出自己的特色。

◎开设奈良市权利拥护中心

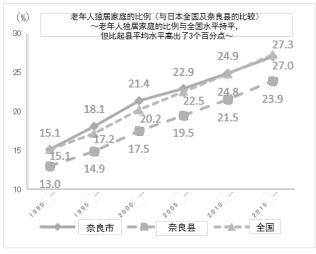
为向患有认知症的老年人等难以凭一己之力守护自己权利的人群提供支援,出于普及和促进国家的成 年监护制度等目的,开设了奈良市权利拥护中心。

(进行得比较顺利的方面)

- ·整个区域社会对福祉和医疗的关注和理解程度都有所提高。
- ·建立起了老年人支援体制,包含患有认知症的老年人在内,所有人都能实现自己所希望的人生规划。
- ·在课题严重化之前,通过各种预防措施建立起了旨在尽早解决课题的应对体制。

(进行得不够顺利的方面)

- ·尽管在家人和区域社会加深了理解,但当事者本人的理解程度(作为认知症患者的觉悟)并没有提高。
- 关于如何确保国家补贴和受益者自费等稳定的资金来源,还需要进一步的研究。



资料:人口普查(各年10月1日现在)

奈良市认知症老年人数量的未来预测

示区印象和证书十八数里的不不须然						
		往年数值			预测值	
	2015年	2016年	2017年	2018年	2020年	2025 年
总人口	360, 310	360, 893	359, 157	357, 488	350, 000	334, 900
老龄人口	102, 416	104, 722	106, 674	108, 268	109, 000	110, 200
老龄化率	28. 4%	29. 0%	29. 7%	30. 3%	31. 1%	32. 9%
认知症患病(估算)数	13, 244	14, 309	14, 656	15, 028	18, 748	20, 938
认知症患病(估算)率	12. 9%	13. 7%	13. 7%	13. 9%	17. 2%	19. 0%

- ▶人口及老龄人口:根据人口普查(到2015年为止为实际值)、基于奈良市第4次区域福祉计划后期基本计划及国立社会保障与人口问题研究所的人口普查作出的预测
- ▶认知症患病(估算)数:到 2018 年为止,为要护理、要支援认定者中的认知症患病(推定)数
- ▶认知症患病率:到2018年为止为实际值,2020年以后为根据《关于日本的认知症老龄人口的未来预测的相关研究》得出的预测值



主题名	充实由区域支撑的福祉和医疗	地方政府名	天理市
所采取的 措施名称	在区域内实现相互支撑、相互帮助		
概 要	〇以前,针对日常生活中的种种问题,人们是通过区域内的相互支撑、相互帮助来解决的。可是,现在则大多认为这些问题都需要通过社会保障来进行解决,本市也不例外。 〇将生活上的所有课题都通过行政服务来解决存在一定的难度,尤其在区域居民之间的人际关系逐渐疏密的现状下,解决课题变得愈发困难。 〇因此本市以"共同相互支撑的城市——天理"为口号,在育儿支援、认知症对策、购物困难者支援等方面,在①区域居民之间的协助、②努力开展各种形式的官民协作,开始推行一系列相关措施。		
预算金额	10, 119, 000 日元(三年)		93, 434\$(三年)

1. 课题(现在的状况)

- 〇本市人口在 1996 年达到顶峰之后便一直呈减少趋势。另外,核心家庭、单身人士占比增加等家庭结构的变化,使得居民在区域中孤立化倾向不断加剧。
- 〇以目前的行政服务无法完全解决、涉及多项服务的复合型生活课题以及归属于服务与服务的间隙中的生活课题等正在不断增加。

2. 目标(未来蓝图)

- 〇在行政部门的推动下在区域内开展非官方的支援服务。
- 〇在行政部门与市民的协作下,或在成果挂钩型付款方式等的官民协作机制下,通过行政负担的最优化,来 实现可长期为市民提供支援的可持续行政运营。

3. 所采取措施的内容(概要)

【在区域内开展非官方的支援服务】…①

- ·本市开展为本地的孩子们提供餐食的"儿童食堂",而这项活动超出了<u>饮食支援</u>的范围,还起到了通过 几代人交流将本地区的居民们相连的作用,同时食堂数量也在不断增加。
- ·作为<u>育儿支援</u>,以本地的志愿者为中心,开设让孩子们主动学习的放学后学习塾(取名为"町力塾")。 此外还会给参加町力塾的孩子们积分,当积攒到一定积分后,便能与自己将来想从事的职业(梦想)的 专家进行交流,以此来培养孩子们对未来的希望(给这一项目取名为"梦想支援项目")。

【从官民协作的新形式出发,努力实现可持续行政运营】…②

- ·成果挂钩型付款项目是由行政部门将官方服务项目委托给民间企业或机构,并根据第三方机构的成果评估结果来向出资者支付报酬的一项措施,有着规避未取得成效却需要支付报酬的风险的作用。既有助于解决认知症预防这一社会课题,也能减少社会保障费用的支出。··· "活脑教室(认知症预防教室)"项目
- 本市将原本并非营利活动场地的公民馆作为销售场所提供使用,同时针对此前仅允许会员民间企业进行的流动销售实施了放宽,任何单位只要签订协议便能进行,成功扩大了流动销售车的经营范围,为市内那些居住地附近没有步行可达的商店的地区完善了购物网络,为购物困难者提供了方便。同时,销售场所也成为了一个让本地居民们相互见面、彼此交谈的交流平台。



(进行得比较顺利的方面)

- 〇在行政部门以提供场地、帮助宣传、加入志愿者队伍等方式提供的协助下,"儿童食堂"正作为区域居 (于 2017 年启动, 2018 年已增加至 8 处) 民们自愿参与的一项活动不断扩展开来。
- 〇在作为成果挂钩型付款项目开展的、旨在预防认知症的"活脑教室"中,成功维持和改善了参与者的大 脑功能,并按规定支付相应报酬。该项目仍在积极开展,教室数量也在不断增加。(2018年1处⇒2019 年6处)
- 〇流动销售在商品销售额方面也取得了成功, 因此流动销售的次数和销售场所也在不断增加, 令既有的流 动销售区域中的销售内容得到了充实,同时新的流动销售区域也在不断增加。(2017年2小学校区→2019 年3小学校区)

(进行得不够顺利的方面)

〇本市还需要更大规模、更大力度的区域内的相互支撑、相互帮助。为扩大这项措施,我们认为能否通 过由行政部门向市民广泛宣传已有的优秀措施来诞生出有意推行新措施的主力人才乃是一个很重要 的关键点。

4. 参考资料

在区域内开展非官方的支援服务

儿童食堂



从官民协作的新形式出发,努力实现可持续行政运营

成果挂钩型付款项目的示意图



天理市政府



评估机构 庆应义塾大学



民间企业 出资方

町力塾





"活脑教室(认知症预防教室)"项目



主题名	充实由区域支撑的福祉和医疗	地方政府名	御所市	
所采取的 措施名称	推进老年人的生活价值创造、社会参与、护理预防			
概要	在人口急剧减少以及随之而来的老龄化率急剧攀升、少子老龄化带来的劳动年龄人口减少、认知症老年人数量增加等一系列现实背景下,着力推进护理预防措施,让居民能够找到自己的生活价值和社会角色,充满活力地、身心健康地愉快生活下去。作为帮助老年人进行护理预防、延长健康寿命以及促进居民之间的相互交流、照料互助的一个平台,努力充实完善有助于护理预防的由居民运营的交流聚会平台(以居民为主体的护理预防)。			
预算金额	1038. 3万日元		(U\$换算)	

1. 课题(现在的状况)

御所市位于大和平原西南部的山区。老龄人口数量为10188人(*截至2019年8月1日),老龄化率高达39.6%。

御所市面临着老龄化带来的护理与福祉问题、区域内部的联系衰退、保险费不断增高等问题。现正以通过增进居民健康、推进社区的再生来抑制保险费上涨为目标,大力推进区域社会建设来预防进入需要护理的状态。

2. 目标(未来蓝图)

推动构建一个不以年龄和身心状况等因素将老年人区别开来、而是通过人与人之间的联系来持续扩大参与者规模和交流聚会平台的区域社会。进一步地,通过发挥康复医学专业人员等力量推进自立支援措施,以交流聚会平台为据点,建立起相关机制,让充满活力的老年人们找到属于自己的新的社会角色,承担起一定的职责,以此感受到生活价值,进而推动实现终生现役社会。

3. 所采取措施的内容

(概要)

推进护理预防措施,让老年人在已住习惯的地方找到自己的生活价值和社会角色,充满活力地、身心健康地愉快生活下去。同时帮助身体健朗的老年人成为区域社会的一股中坚力量。

- ①开设更多的举办活力充沛百岁体操活动的"交流聚会平台"
- ②扩大友爱活动推进团队的数量和规模
- ③扩大认知症咖啡厅的数量和规模

(进行得比较顺利的方面)

- ① · 提升肌肉力量和平衡能力
 - ·通过"交流聚会平台"的举办,让参与者对区域社会产生了更多的兴趣。
 - ・通过每周聚集以此,既让参与者感受到了乐趣,也帮助他们找到了自己的生活价值。
 - ·因为身体或精神障碍或者认知症而在日常生活中存有困难的人群在康复医学专业人员等力量的介入下, 也变得能较为轻松地参加活动了。
 - ·举办由口腔卫生师和营养师主讲的健康寿命延长讲座。
 - ·通过举办由认知症讲师举办的认知症支援人员培养讲座,加深了居民对认知症的了解。
- ②·加强区域社会对老年人的照料关怀。
 - ·活力充沛的老年人作为区域社会的一股中坚力量活跃在一线。
- ③ · 为认知症患者及其家人提供了一个休憩场所。
 - ・加深了区域居民对认知症的了解。
 - ·参与活动的居民经营着认知症咖啡厅。

(进行得不够顺利的方面)

- ·活动参与者重复,新的参与者较少。
- ・难以让闭门不出的居民参与进来。
- · 领导者的世代交替的准备工作不尽人意。







主题名	充实由区域支撑的福祉和医疗	地方政府名	三宅町
所采取的 措施名称	小町特有的措施——集全区域的力量,开展面对面的活动		
概要	○以延长健康寿命为目标,致力于打造一个从孩子到老人的所有人都能注重健康并为之行动起来的环境。 此外,延长健康寿命,也意味着出现更多活力充沛的老年人,为了让这些老年人成为区域和经济的一股支撑力量,因此我们正致力于打造一个老年人能够在区域社会中拥有责任感和生活价值去度过每一天的町。 ○我们的目标是打造一个人人都能共同携手支撑本地社会,创造美好生活及其价值,相互支撑扶持,活出自己的精彩的社区。		
预算金额	(1469. 1 万日元)		(U\$换算)

1. 课题(现在的状况)

- 〇本町总人口自 1995 年以来便一直呈减少趋势,2018 年的人口仅为 6971 人。此外,按年龄结构对人口比例进行分析,青少年人口和劳动年龄人口呈减少趋势,老年人口则呈增加趋势,老龄化率达 34.3%,高于奈良县及全国平均水平。
- ○到 2025 年,在二战后第一次生育高峰(1947 年~1949 年)出生的人口将全部达到 75 岁以上,预计届时本町 75 岁以上人口的比例将达到 38.4%,同时由于老龄化率的上升趋势的影响,预计第 1 号护理保险人数、需护理认定人数及认定率也将随之上升。

2. 目标(未来蓝图)

- ○从孩子到老人的所有人都能关注自身的健康,并积极采取旨在增进健康的行动。
- 〇居民们迈入老年阶段后也能找到自己的生活价值、在社会上保持活跃的平台,承担起区域社会的一股支撑力量。
- 〇打造一个能让所有区域居民拥有自己的社会职责、相互支撑帮扶、活出自己的精彩的社区,并与政府提供 的公共服务相结合,建设一个在互帮互助中愉快生活的町。

3. 所采取措施的内容

(概要)

【健康增进从儿童开始】

三宅町以延长健康寿命为目标,致力于让居民从儿童时期开始体验活动身体的乐趣,形成良好的运动习惯,以期让居民从小到老都能拥有一个健康的身体。

首先,在幼儿园、保育园一体化认定儿童园的教育保育计划中引入作为正规课程的专门体育课程及律动教学,并在小学以全校学生为对象,利用早晨学习时间开展"晨运"活动。

【随时随地做适合自己的运动】

将从儿童时代养成的运动习惯稳定延续到成年以后至关重要。三宅町为了让所有年龄段的居民能够愉快享受运动乐趣,在各种场所都设置了运动场地。

在育儿支援中心面向抚养婴幼儿的母亲开展妈妈瑜伽活动,面向壮年期居民举办各种运动教室活动, 并在保健福利机构开设健身房。

The 10th East Asia Local and Regional Government Congress

主题2:充实由区域支撑的福祉和医疗/区域报告

【为了在迈入老年后也能拥有生活乐趣】

以延长健康寿命为目标,着力开展旨在提高特定健康检查的受诊率、预防生活习惯病以及预防生活习惯病加剧的一系列措施。在提供学习机会的同时,提供持续支援帮助居民养成自主活动的习惯,在迈入老龄期后继续进行这些自主活动以起到护理预防的作用,并以"让身心以及区域社会都充满活力"为口号,作为一项以老年人为主体的区域性活动积极开展。

【打造一个人人活出自己的精彩的社区】

目前,三宅町的包含老年人、残障人士、儿童等在内,所有人都在朝着打造一个大家共同携手支撑本地 社会,创造美好生活及其价值,相互支撑扶持,活出自己的精彩的社区这一目标不断努力,居民、企业、政 府共同集思广益,积极进行着交流与讨论。

此外,在将要建成的综合型设施中,正与居民一同努力建立将居民能做的事、想做的事化为实际行动的 相关机制。

(进行得比较顺利的方面)

- ○通过悉心鼓励居民接受特定健康检查,如今该检查受诊率已达到 48.5%,居县内第三,在未设有直营诊疗 所的町村中则位居第一。
- 〇在推行预防生活习惯病以及预防生活习惯病加剧的一系列措施的过程中,产生了体操自主活动小组,这项活动的主体成员们进而还积极参与到护理预防活动中去,通过从 2016 年度启动的区域护理预防互动支援项目,目前已有 10 个区域建立了活动小组。
- 〇尽管老龄化率较高,但 2018 年的需护理认定率为 15.6%,与整个奈良县(18.2%)和全国(18.3%)相比,保持在相对较低的水平。

(进行得不够顺利的方面)

〇尽管已有越来越多的居民可以逐渐自主地进行思考和行动,但大多数居民仍十分期待政府能够积极出台 措施。这种心态使得在区域社会中自主开展活动的后继中坚力量难以培养起来,导致目前正在活动中的 小组的存续面临着危机。







主题名	充实由区域支撑的福祉和医疗	地方政府名	广陵町		
所采取的 措施名称	通过区域内的相互支撑来增加活力人	通过区域内的相互支撑来增加活力人口			
概要	广陵町位于奈良盆地中西部,与近畿圈核心城市——大阪市的直线距离为 30km。本町大体上可分为北部地区、西部地区、东部地区、真美丘地区这四个区域。本町人口约 34,900 人,老龄化率为 25.9%,出生率为 7.4%。尽管目前人口数量保持稳步增加,但少子老龄化的浪潮已经来袭。在《广陵町人口愿景》中,作出了 2060 年町内人口减少至约 2.2 万人的预测,同时提出了将人口数量维持在 3 万人水平的目标。在少子老龄化现象不断加剧,预计人口数量会减少的背景下,在今后的城市建设中,如何打造区域居民之间相互支撑、相互帮助的环境,以及激发社区的活力将变得越来越重要。				
预算金额	(本国货币 日元) 【区域巡回型健康教室"广陵活力 729, 980 日元 【广陵町护理预防带头人"KEEP" 3, 549, 000 日元		(U\$换算)		

1. 课题(现在的状况)

- ◎本町尽管目前人口数量呈增长趋势,但预计到2060年将减少至约2.2万人。
- ◎目前的老龄化率为 25.9%, 但这一数字明显会在今后进一步提高。
- ◎不同区域的区域内联系力度、社区的活动情况存在着较大的差距。

2. 目标(未来蓝图)

- ◎区域居民能够与行政部门联系起来,协作推行各类措施。
- ◎区域共同体得到活化,加强区域内的联系与相互支撑。
- ◎构建起区域居民解决区域课题的相关基础。
- ◎推进活用社会资本的"区域保健对策"

3. 所采取措施的内容

【区域巡回型健康教室"广陵活力塾"】

(概要)

在区域保健活动方面,行政部门应当发挥保持和增进居民健康、解决区域健康课题等作用。本町针对保健活动进行了回顾,反复讨论以往的活动是否做到"以区域居民为本"后,再次回归原点,启动了前往各个区域开展健康教育的"广陵活力塾"项目。由各地区的专任保健师以及根据主题邀请的健康运动指导师和管理营养师在当地的体育馆和公民馆巡回开展健康教室活动。

通过实际前往各个区域,倾听居民的声音,为个人进而为家庭提供支援。此外,除了保持和增进健康以外,还努力加强区域居民与行政部门之间的联系、激发区域共同体的活力。

(进行得比较顺利的方面)

- ·自 2014 年度启动后,各个校区的参与人数都在不断增加。
- ·持续参与者和新加入进来的成员都很多,教室的认知度在不断提升。
- ·不少成员会邀请邻居一同参加,已成为参与者之间互相交流的一个平台。
- ・通过在活力塾向参加教室活动的人员分发社区巴士(广陵元气号)的免费乘车券,社区巴士的使用人数 也在不断增加。

(进行得不够顺利的方面)

- · 今后要在区域居民的主导下, 主动运营该项目, 这一课题还待讨论。
- ·有保健师提出,通过活动参与者之间有了活跃的交流,但今后还有必要研究具体的指标和评估方法来衡量区域居民之间联系的增强程度。

The 10th East Asia Local and Regional Government Congress

主题 2 : 充实由区域支撑的福祉和医疗/区域报告

【广陵町护理预防带头人"KEEP"】

(概要)

以延长健康寿命及护理预防为目的,从 2014 年度起与畿央大学共同开展护理预防带头人培训讲座。 经认定的护理预防带头人将作为支援者组织 "KEEP 之会"的一员,承担护理预防工作的中坚力量,以运动为切入口广泛普及引导正确的护理预防观念,并在区域的交流聚会平台、沙龙等集会场所中提供支援。 迄今为止,持续开展这种活动的体系已经得到构建完善。

护理预防带头人通过促进区域居民参与社会,协助居民利用自助和互助机制过上符合自己特色的生活,不仅提高了自身的健康程度,还在活动过程中找到了"生活的乐趣和自身的职责"。

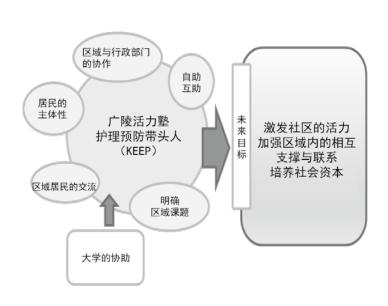
行政部门的职责和目的则是,持续开展居民支援和护理预防带头人培养工作,确保能够顺利地打造居 民可以自主开展活动的平台,建立居民自助与互助的相关机制,打造互帮互助的区域社会。

(进行得比较顺利的方面)

- 从 2014 年度起已培养五届护理预防带头人,其中约七成正在积极参与护理预防工作,对护理预防带头人自身的护理预防、生活价值的创造、社会参与都产生了积极影响。
- · 教室活动参与者逐年增加,不断建立起以居民为主体、发挥了护理预防带头人(KEEP)的作用的交流聚会平台。
- · 以居民为主体开展护理预防活动的交流聚会平台不断增加,并吸引了许多居民持续参加,对普及引导正确的护理预防观念起到了积极作用。
- · 让护理预防带头人(KEEP)参与进来,可以配合参与者的个性提供最合适的协助,为交流聚会的长期持续的开展贡献力量。
- 护理预防带头人在行政部门与区域居民之间起到桥梁作用, 创造了聆听当地需求和烦恼的良机。

(进行得不够顺利的方面)

- 尽管提出了将町内的交流聚会平台扩大到 40 处的目标,但今后的普及引导方法仍在研究中。
- 我们认为通过掌握已登记在交流聚会平台中但长期未参加或突然无法参加的人员情况,能够尽早掌握哪些人处于虚弱状态,因此今后需要在交流聚会平台中建立起关怀照料机制。
- 包括护理预防带头人的候选人确保等在内, 需要研究有效措施来持续培养带头人。







主题名	充实由区域支撑的福祉和医疗	地方政府名	下市町
所采取的 措施名称	打造一个人人都能身心健康愉快生	活的区域社会	
概要	解自己"、"亲力亲为"等形式的自助	生活的同时,一	」量)是很重要的。本町在努力扩大"了 ·边推进区域综合性照护,一边致力于打 的土地上充满活力、舒适愉快生活下去"
预算金额	60, 000, 000 日元		

1. 课题(现在的状况)

- ・年轻人口以及老年人口的减少导致本地社区进一步衰退
- ·仅从数字来看,本町中约一半的行政区都处于所谓"极限村落"(*65 岁以上居民的比率占到一半以上, 难以维持群体生活的村落)的状态。

(老龄化率 45.08%、需护理认定率 22.3%)

2. 目标(未来蓝图)

- · 持续开展以居民为主体的护理预防等措施
- · 延续并继承社区
- · 打造即使人口减少也能常保活力的区域社会

3. 所采取措施的内容

(概要)

○下市町的健康、医疗、护理相关课题及措施

根据保健、福祉、护理等方面的实际数据提炼出课题,以区域照护会议(协议体)等当中提出的居民意见为参考、针对四个主题开展工作。

- ·在"医疗与护理合作会议"中实现共享化并令居民周知
- · 打造实现共生社会的区域
- · 打造以步行推进健康的城市
- ·针对认知症患者及其家属的支援对策

(进行得比较顺利的方面)

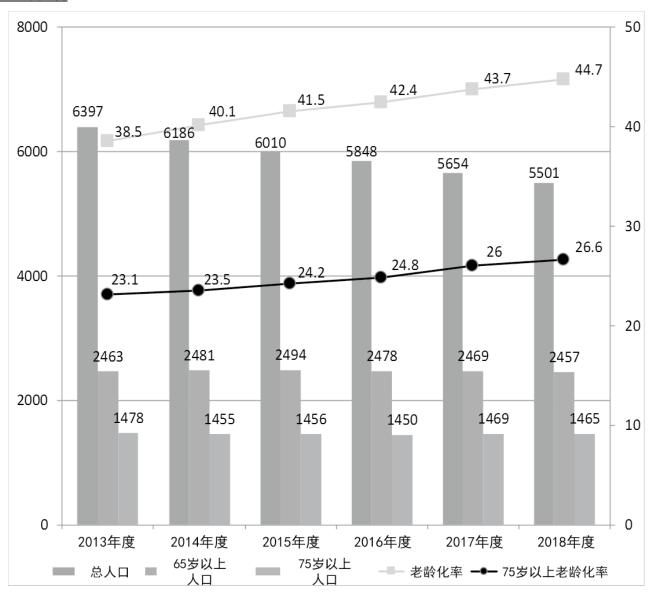
- 按照奈良模式推进南和圈域内的公立医院改制重组、开设南奈良综合医疗中心
- ・与町内的医师及专业人士、在宅医疗师、上门看护师、药剂师开展合作
- 通过鼓励运动和交流来开展城乡建设【推进步行活动】
- · 打造即使患有认知症也能安心生活的町
- ·在挖掘人才的同时培养人才【护理预防支援者的积极参与】【由学校、社会福祉协议会、町政府、护理机构四方合作,为孩子们提供体验"用心发现"和"搭话交谈"并进行思考的机会】

(进行得不够顺利的方面)

- ・带头人大换血的准备工作
- ·町内的医疗护理相关专业人员,尤其是医师的减少



<u>4. 参考资料</u>



资料: 住民基本台账(每年度9月末)