

平成 26 年度実施 大網白里市住民協働事業 報告書

事業名	健康増進と介護予防のための笑いヨガを取り入れた「いきいき教室」全市展開事業		
事業主体	実施団体	市（関係課）	
	NPO法人 住み続けたいまちづくりの会	高齢者支援課	

事業費	予算額	決算額	市補助金額（交付決定額）
	410,500円	364,592円	300,000円

【 ①課題 ②目的・効果について 】

次の事項がわかるように、事業概要と成果を記入してください。

○どのような地域課題（行政課題）、住民ニーズに対して、

○いつ ○どこで ○誰を対象に ○どんなことを ○どのような方法で実施し、

○どのような効果が得られたか。 ○住民の満足度は得られたか。

大網白里市の住民協働事業は平成 25 年度から始まった。

NPO 法人『住み続けたいまちづくりの会』は、『自立・奉仕・助け合い』大網白里市を日本一の健康都市実現を目指す団体であり、住民発意の協働事業には「健康維持・介護予防を目的とした『いきいき教室』全市展開事業には、『笑いヨガ』をツールとして第 1 回目公募から参加し、「公・学・民」連携協働して、地域の支え合いやコミュニケーションづくりに成果を収めている。

法人としての課題は、下記に引用した《 厚労省 三浦老健局長（3 月 2 日） 》の発言を待つまでもなく、大網白里市の住民協働事業は、国が目指す『地域包括ケアシステム』構築のための岩盤づくりに寄与している。併せて NPO 法人『住み続けたいまちづくりの会』が住民協働事業に採択され、活動できることの意味も大きい。

厚労省 三浦老健局長の発言老健局長「次期改定は介護保険の持続性のために欠かせない」より。

厚生労働省で介護保険を担当する老健局長の三浦局長は 2 日、都道府県や指定都市などの担当者を集めて開催した政策説明会で、来年度の介護報酬改定や予防給付の改革についてこう述べた。「見直しの内容は多いが、皆様と連携し、一体になって取り組んでいきたい」などと語り、広く協力を呼びかけて、三浦局長は、「いよいよ 4 月が迫ってきた。円滑かつ効果的に進めていくために、ぜひ皆様の協力をお願いしたい。地域包括ケアシステムの確立に向けた大きな一歩であり、将来にわたって介護保険制度を持続可能なものにするためにも欠かせない見直しだ」などと求めた。2 月 6 日に公表された新たな介護報酬が適用されるまで、残り 1 ヶ月を切った。新年度の 4 月 1 日からは、要支援者に対するサービスを市町村の地域支援事業に移すことなど、昨年にもできた法律にもとづく改革もついに動き出す。

○いつ○どこで○誰を○どんなことを○実施○効果○住民の満足度が得られたかは、以下の通りです。

●地域団体の要請・希望内容に応じた訪問型・通所型（笑いヨガ同好会・中央公民館・十枝の森等）サービスを実施しています。

●定例の大網病院入院患者への「笑いヨガ活動」は心や身体の病気に対し癒しの効果を挙げているが、脳機能からの研究、微笑みかけるだけで周囲の雰囲気機能する「微笑と脳血流について」の文献を用意し訪問し、患者さんや看護師さんに評価されています。

●福祉施設からの訪問要請が多いので、「笑いヨガリーダー」には、県庁認知症対策研究会の人や、キャラバン・メイト養成講座受講者も数名いらっしゃるの、認知症の人と接するときの心がまえもできています。施設の看護師・介護士と相談して認知症という病気を理解して接するために、3期生笑いヨガリーダー育成には、お年寄りとの接し方等、更なるスキルアップ学習会が必要です。

●介護保険改正の基盤ともなる「新地域支援構想」の中で、行政が育成する「生活支援サービスコーディネーター」の人材育成を視野に、日本一健康長寿都市・大網白里市を目指して、「住民協働事業」として採択された団体であり、全市民を対象とした活動だけに、介護予防サポーターの育成や笑いヨガリーダーのパフォーマンスのスキルアップに留まらず、地域に密着した人材の育成が必要です。

●年10回の笑いヨガリーダー研修会は、市民自らが「住民協働事業」の中で健康増進・介護予防に必要な知識や技術を学び、市民自らが地域に貢献する担い手として、確実に活かされる学習会です。日本一健康都市を目指す活動には「笑いヨガリーダー」のスキルアップ講習会が必要不可欠と言えます。

●市民への訪問型事業だけに、住民協働事業提案書にある通り、事業効果を上げるためには、地域資源を活用した横に繋がる「受け皿づくり」が必要です。（モデルは市社協）

●NPO 法人の事務局と違って使命感や目的を共有して構成された組織ではないため「笑いヨガリーダー」の組織力が弱体で、財政的基盤もなく、有機的・機能的に活動していくためには、行政との協働事業を理解し、協働5原則を共有し、お互いの立場を尊重して共に汗する必要があります。

●笑いヨガリーダーの受け皿づくりに『公・学・民』活動のモデルケースとして、市社協と連携し『ふれあいいきいきサロン意見交換会』を10年ぶりに企画し、笑いヨガリーダーの皆さんに参加頂きました。そのきっかけは、城西国際大学の【九十九里コミュニティケア夏期セミナー2014】のコラボ『この地域を診ることからはじめよう！』に、笑いヨガリーダーの皆さんと共に参加したことにあります。

●石田路子教授と、地域に出て、『ふれあいいきいきサロン』42団体の実情をしり、多くのことを学び、その学習成果を個々の医療費・介護予防給費の削減と歯止めになればとの思いです。関係課・関係団体に3月11日：保健文化センター（9：30～11：30）に市社協は呼び掛けてあると思いますが、横の連携とつながりこそが協働事業だと思います。

●笑いヨガリーダー1期生～3期生含めて、学習参加希望者には、門戸を開き、公益性の高い市民活動だけに、介護保険改正を視野に「新地域支援構想」の実現に、大網白里流の地域に即した10回のスキルアップ講習会の内容を企画、立案中です。

●公募する3期生には事前に、周知ご理解頂くことが肝要と思います。ボランティアの自主的活動だけに効率よいとは言い難いところですが、組織として市民活動として、行政と協働で「サポーター」の育成ではなく、ハードルは高いが「介護予防指導員」カリキュラムを加えた、目的意識を明確にして活動する「笑いヨガリーダー」を育成します。その中から将来、地域密着した平成27年度～29年度に介護保険の改正に基づき、行政が育成する地域コーディネーター人材育成に繋がればとの思いです。

【 ③企画力 】

団体と市の役割分担について、実際に担った役割を記入してください。

団体の役割	市（関係課）の役割
<p>① 要支援・要介護認定率の抑制及び、医療費・介護給付費の削減に寄与したい。</p> <p>② 2次予防事業対象者、(所謂特定高齢者) 1,446名の健康増進と介護予防のための「いきいき運動」と併用して「笑いヨガ」活動に積極的参加をして頂き、その効果を「公・学・民」の連携の基で検証していきたい。</p> <p>③ 『ふれあいいきいきサロン』、老人クラブの支え合い体制づくりのためにも、設置数の増加と組織率の上昇を図るよう、新しい健康づくりとして、仮称「笑いヨガいきいき体操」を導入し、マンネリ化を打開し、活性化を図り、高齢者の参加意欲を高めたい。</p> <p>④ 『いきいき教室』の3要素である★食事★運動★笑いヨガの実践活動を行政の「いきいき運動」との連携・協働の活動の中で、笑いヨガの相乗効果を高め、要支援・要介護への移行に歯止めをかけていきたい。</p> <p>⑤笑いヨガリーダーの活動受け皿づくり。</p> <p>◎まちづくりサポートセンター</p> <p>◎教育委員会生涯学習課</p> <p>◎高齢者支援課（地域包括支援センター）</p> <p>◎産業振興課</p> <p>◎シルバー人材センター</p> <p>◎福祉施設</p> <p>◎社会福祉協議会ならびに市社協5支部</p> <p>◎ふれあいいきいきサロン42団体</p> <p>◎城西国際大学</p> <p>◎市内の高・中・小・幼稚園・保育所</p> <p>◎ロータリークラブ</p> <p>◎ライオンズクラブ</p> <p>◎自治会他</p>	<p>・事業、研修等の実施場所確保と開催の支援</p> <p>・事業、研修等の周知支援（広報掲載等）</p> <p>・団体作成文書の支援</p> <p>・事業実施内容等の協議、支援</p>

また、その役割分担は適正であったかについて、自己評価 (☑) をしてください。自己評価の理由もあれば記入してください。

団 体	市 (関係課)
<input type="checkbox"/> 適正であった <input type="checkbox"/> 概ね適正であった <input checked="" type="checkbox"/> あまり適正でなかった (理由) 関係職員ならびに社会福祉協議会員との住民協働事業への認識・理解・温度差を感じるので、マイナス面を払拭し、官民協働事業の理念を是非、共有し協働事業をより発展させたい。	<input type="checkbox"/> 適正であった <input checked="" type="checkbox"/> 概ね適正であった <input type="checkbox"/> あまり適正でなかった (理由)

事業スケジュールについて、当初の計画と実際に実施した内容 (実績) を詳細に記入してください。

当初の計画	実 績
<p>①老人クラブ常任理事会への出前サービス、いきいきサロンの推進母体、支部社協役員会への出前サービス等、各支部社協活動の敬老会へのPR活動・笑いヨガ同好会(中央公民館・十枝の森等)の発足や、市民への周知を図り、要望のあるところへの出前サービスなど。</p> <p>現在、シルバーセンターに於いて会員の健康増進のため通所型の「笑いヨガ同好会」立ち上げ中である。</p> <p>②一般社団法人大綱白里まちづくりサポートセンターとの連携、協力、活用する。</p> <p>③高齢者支援課が育成した介護支援サポーター(ケアメイト)</p> <p>④食生活改善協議会のボランティア(ヘルスメイト)</p> <p>⑤NPO 法人住みまちの笑いヨガ(ラフターメイト)の連携・協働による全市展開を計画。</p>	<p>地域づくり課、高齢者支援課を中心に、関係各課、地域福祉推進の要である社会福祉協議会、地縁団体である自治会、老人クラブ、いきいきサロン、各種福祉施設、民生委員協議会、保健推進委員、介護予防サポーター、認知症サポーターとの重層的かつ多面的な連携、協力を図って行きたい。また、十枝の森を守る会など、「民・民」での提携協力で、通所型の「笑いヨガ同好会」を月例で実施。各団体に行政担当者事務局を通じて、協力依頼をするも、協働事業の理解の共有認識が不足しているのか、行政の縦割りの弊害が民に影響し、協力体制の組織作りがスムーズにっていないのが実情です。</p> <p>育成した「笑いヨガリーダー」の中には、3メイトも数名応募しているので、議員・看護師・介護士・ケアマネ含めて、(笑いヨガ実行委員会)を立ち上げ、時間の許す方に呼び掛け、NPO事務局と定期的会議を開き、各種団体の催しに参加し啓発活動に努める。</p> <p>◎「ふれあいいきいきサロン」希望団体への出前サービス。</p> <p>◎支部社協「敬老会」への参加活動</p>

	◎産業文化祭 ◎城西国際大学夏期セミナー参加 ◎大網白里市ロータリークラブへの啓発活動 ◎福祉施設への訪問活動（特別養護老人ホーム・小規模多機能型支援施設等）
--	--

また、当初の計画と実績をみて、事業スケジュールの組み立ては妥当であったかについて、自己評価（☑）をしてください。自己評価の理由もあれば記入してください。

団 体
<input type="checkbox"/> 適正であった <input checked="" type="checkbox"/> 概ね適正であった <input type="checkbox"/> あまり適正でなかった （理由） 笑いヨガ実行委員会を組織したことで、笑いヨガリーダーが結束、事業スケジュールの組み立てがスムーズになり、活動の輪が広がった。

【 ④継続性 】

住民協働事業により「人・もの・情報・スキル」等、団体の活動基盤が強化した点や活性化した点について記入してください。

（例：〇〇を購入したことにより〇〇のスキルが上がり、効率的に活動できた。〇〇活動により団体の認知度が高まり、参加者が増えるとともに会員も増えた。）

<p>健康増進と介護予防のための「いきいき教室」全市展開事業のスキルアップ、及び「笑いヨガリーダー（ラフターメイト）」3期生の育成は、当会も笑い学会に理事長が入会しているので「笑いの総合的研究」と「笑いの文化の発展」を目的としている『日本笑い学会』から講師を招き、笑いヨガリーダーのスキルアップ・演習、学習の効果をあげたい。</p> <p>第6回、九十九里地域コミュニティヘルスケア夏期講習セミナー2014の8つのフィールドワーク訪問研修対象に「介護予防」の視点から「住みまちの会」に学生のフィールドワーク調査依頼がありました。8月30日・31日、夏期研修セミナー発表会に事務局・笑いヨガリーダーの皆さんと参加致します。この夏期セミナー学習会は、医療・福祉・専門職を目指す若者たちに学びの場として『この地域を診ることからはじめよう』という趣旨で、地方独立行政法人さんむ医療センター・NPO法人地域医療を育てる会・城西国際大学がコラボで主催者として開催するものです。地域大学とのつながり、学生とのつながりは、「公・学・民」で推進する「いきいき教室」全市展開事業と趣旨を共有するものです。当会の新しい展開のためにも笑いヨガリーダーの皆さんと連携協力をしていきたいと思ひます。</p>

また、その結果について、自己評価（☑）をしてください。自己評価の理由もあれば記入してください。

団 体

- 強化、活性化した
- 概ね強化、活性化した
- あまり強化、活性化しなかった

(理由)

笑いヨガリーダー実行委員会を結成したことで、個々の自主性を重んじた活動ができるようになった。また、法人事務局としては市内の普及に限定し、指導してきたが、千葉市、東金市、山武市、匝瑳市などにも笑いヨガの出前での活動範囲が広がってきた。

【 ⑤必要性 】

団体と市が協働することで、行政サービスの充実・効率化等につながったか、協働による効果について記入してください。また、協働事業として実施し、良かった点や問題点等について記入してください。

- ・市が実施していない、いきいきサロン等での訪問型の介護予防教室を開催した事により、高齢者の介護予防事業への参加機会が拡大した。
- ・「笑いヨガ」については、協働事業を通じた普及活動により、介護予防の手段の一つであることが周知され、高齢者が介護予防に取り組む際の選択肢が増加した。

また、その協働による効果について、自己評価 (☑) をしてください。自己評価の理由もあれば記入してください。

団 体	市 (関係課)
<ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> 効果があった <input type="checkbox"/> 概ね効果があった <input type="checkbox"/> あまり効果はなかった。 <p>(理由)</p> <p>笑いヨガ活動を通して、市社協みずほ台に『ふれあいいきいきサロン』立ち上げに貢献できた。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 効果があった <input checked="" type="checkbox"/> 概ね効果があった <input type="checkbox"/> あまり効果はなかった。 <p>(理由)</p>