

日 程	令和 3 年 5 月 1 1 日（火）・1 2 日（水）
視 察 先 及 び 調 査 項 目	東京都西東京市（1 1 日：1 3 時 1 5 分～1 4 時 4 5 分） フレイル予防について ① 西東京市のフレイル予防に係る概要について （フレイルチェック・フレイルサポーター講座等） ② 西東京市におけるフレイル予防の現状について ③ 市民共同事業に至った経緯 （市民を巻き込む方法や市と市民との役割分担など）
	京都府（1 1 日：1 5 時～1 6 時 3 0 分） 京都式農福連携プロジェクトについて ① 「京都式」農福連携プロジェクトの特徴について （サテライト拠点等） ② 府・市・事業所との連携について ③ 事業を継続していくためのポイントなど
	兵庫県神戸市（1 2 日：1 0 時 3 0 分～1 2 時） フレイル予防について ① 人生100年・withコロナ時代における高齢者に対するデジタル化支援 に関する事業連携協定について ② 高齢者を対象とするオンライン会話・運動体験実証事業について ③ 市内事業者が主催するイベントのオンライン環境の提供支援について ④ 令和 3 年度実施予定、地域施設等での活用可能性の検証について
参加委員	杉島久敏委員長、川口孝文副委員長、今西克己委員、小杉悦子委員、 仲井玲子委員、水嶋一明委員

調 査 概 要

【東京都西東京市】

(1) 対応者

西東京市議会議長、
議会事務局庶務調査係長、
健康福祉部高齢者支援課主査

(2) 説明概要

フレイル予防事業の取組と現状について

西東京市では、平成29年4月からフレイル予防事業を開始した。

まず、フレイルサポーターとフレイルトレーナーが、フレイルの状態を確認する「フレイルチェック」を実施。

「自分の状態について早期に気づく＝自分事化」、「元気高齢者を運営者として養成することによる活躍の場の提供」この2点をねらいとして、予防意識の継続、高齢者の活躍の場の創出や生きがい等につなげている。

この事業では、男性高齢者が、地域の集まりになかなか出てこられないという実情も踏まえ、「フレイル予防事業に参加する意識づけ」により、男性を地域に引き出すきっかけとしての役割も担っている。

事業の立ち上げにあたっては、市直営のサポーター66人、自主サポーター53人（上は85歳から下は65歳まで）を養成し、現在の活動組織の基礎作りから始め、当初は、市の職員が受付などをしてしたが、現在では、全てサポーターが中心となって運営し



ている状況である。

そうした中、サポーターからは、「自分の予防意識が向上し、体調が向上するなど自分のためになる。これまでの地元地域から、活動範囲が広まって、新たな仲間ができた。」など、やりがいを感じるだけでなく、自身の改善にもつながっているという声が届いているとのことであった。

専門職がそれぞれの専門分野で、フレイル予防の講義を実施したり、地域包括支援センターと自治会が連携し、高齢化団地における出張フレイルチェックの実施をするなど、サポーターが工夫をしながら活動している。そして、このような活動を通じ、将来的な介護給付費の急激な伸びを延伸することも目指している。

また、サポーターへの働きかけとして、フレイルチェックだけでは活動意欲の維持が難しいこと、マンネリ化しやすいことなどから、フレイルチェック以外の活動の場（フレイルサポーターミーティング、サポータースキルの向上につながる講習会など）を開催され、継続的な刺激についても工夫する取組を行っている。

西東京市では、「フレイル」という言葉と内容を知っている65歳以上の市民が、令和元年度は30.8%であったが、令和4年度には40%以上を目指されている。この目標は、西東京市の調査結果を東京大学で分析した際に、「フレイル」という言葉を知っていることで、15%の高齢者の状態が改善され、さらに、フレイルの悪化又は要介護のリスクが、23%低減されるという結果が報告されていることを踏まえた目標である。

居住地の「フレイル」の認知率が高い場合、個人の悪化リスクが18%低減する等、フレイル認知度は、地域全体の予防にも効果があり、地域の元気度を上げることにもつながっていくという報告であった。

コロナ禍における対策として、令和2年の4月には、市内の団地の自治会の協力のもと、いち早くアンケートを実施し、高齢者の現状把握に努め、アンケートや地域の声を踏まえて、様々な対策を実施。中でも、事業費30,798,000円、対象者26,300人、一人当たり1,171円の自主対策グッズ「おうち時間応援パック」を、普段はいわゆる「支援される」側であった市民が、有償ボランティアとして各戸配布するなどの動きが見られた。今後の方向性としては、フレイル予防の根幹である「人と交流しながら健康になる」ということを目的に、アプリの活用により、ベンチャー企業と連携した実証も本年4月から始めている。

(3) 質疑応答（主なもの）

Q. フレイルサポーターは、何をきっかけにスタートしたのか。

A. アドバイザーの教授から、「第1期」は重要と聞いていたため、まずは、地域の通いの場を主催していた人や、市とつながりのある方をピックアップし、市主導でスタートした。「第2期」は、その教授とともに参加者を募り、「第3期」はホームページ等で広報、募集を行った。

Q. 最初から60代をターゲットにしたサポーター募集であったのか伺いたい。

A. 募集は「おおむね60歳以上」として行ったが、興味のある方はそれ以外でもOKとした。ただ、現役で働いている方は、時間的に参加しにくい状況があったため、結果としておおむね60代の方となった。

Q. フレイルサポーター養成総数120名のうち、離脱者はどの程度か。

A. 離脱者は40名程度。新型コロナウイルス感染症の影響や体調を崩されたことなどがその原因となっている。70~80%が残っていることになるが、サポーターが減っても、地域にフレイルサポーターについて知っている人がいることがポイントだと考えるため、このまま継続していくことが重要である。

(4) 委員長所感

元気シニアによる活躍の場の提供については、高齢化が進む現代社会において優先されるべき不可欠な取組であると思われる。そうした中で理学療法士や柔道整復師など、専門職の方をフレイルトレーナーとし、市民に「フレイルチェック」の指導や講習などを行うことによってフレイルサポーターを育成する取組は、官民一体となった取組として受け入れられやすい形となっているのかもしれないと考えられる。

「フレイルチェック」の実施状況についても順調にリピート率を増やされている点や、それに伴い、フレイルのリスクも減少する傾向にある結果が示されているのは、今後も注目していくべき点である。

また、サポーター個人の声として「役割を多く与えられることにより、自分が参加しないといけないとの自覚から、やりがいを感じる」との意見も聞かれており、フレイルチェック事業の運営自体がフレイルサポーターとなる住民主体で進められる段階にまで進みつつある状況と見て取れることや、参加者自身の予防意識の高まり、地域でのつながりを感じさせられる内容であることから、一定、事業の成功例であるものと思われる。

【京都府】

(1) 対応者

議会議務局委員会課課長、
障害者支援課課長、
福祉サービス・障害児支援係長、主事、
農政課課長、係長、主査

(2) 説明概要

京都式農福連携プロジェクトについて

京都府においては、府庁内に京都農福連携センターを開設され、京都式農福連携プロジェクトを軸に、多種多世代の人々が地域の担い手となる地域共生社会づくりを進めているところである。

府内3か所、与謝野町に京都農福連携センター北サテライト（リフレかやの里）、亀岡市に京都農福連携センター中サテライト（京都丹波地域農福連携推進協議会）、京田辺市に京都農福連携センター南サテライト（さんさん山城）を中心に、地域に応じた農福連携を推進されている。

農福連携の推進の一環として、チャレンジ・アグリ認証にて、全6回30時間の農業講習を受け、自分の強みを理解することで、就労のマッチングにも役立っている。

また、農業だけでなく、様々な仕事の組み合わせを行い、事業所と障害のある人のマッチングと、年間を通じた就業の機会を創出している。

(3) 質疑応答（主なもの）

Q. 「京都式」の特徴と、府・市・事業所の連携はどういったものかお聞かせいただきたい。

A. 全国的に見ても、京都府は早いうちから農福連携事業を展開しており、農林サイドより、福祉の要素をプラスしているのが「京都式」の特徴である。

府は、事業を拡大する上での役割を担い、補助金を出したり、チャレンジメインで大学と参画するなど協力をしていきたいと考えている。また、市は独自で加工部分の委託等を行っている。

Q. チャレンジ・アグリ認証には、どのくらいの人数が参加しておられるか。

A. 平成29年度から令和2年度は、延べ51人が受講されており、中には、二度にわたって参加される方もあった。福祉事務所就労A型・B型から、実際に就業される方もある。自信がつくので、1人でも2人でもチャレンジしていただきたいと考える。

Q. 今後、農業の担い手をどこまで育てていくか、チャレンジ・アグリ認証をどう生かすか、今後の方向性をお聞かせいただきたい。

A. 農福と共生社会、やさしい社会への取組の実現に向けて、障害者のみならず、高齢者なども共同で取り組み、製品の質の向上と、細分化することで幅広く仕事に就けるよう考えているところである。



(4) 委員長所感

サテライトセンターの中に収穫施設や商品加工施設を備え、販路を開拓し、商品の販売までを行っているという点では、付加価値の高い商品の販売や販路の拡大などの条件に応じ、将来的な事業の展望や農業従事者としての独立が望めないものか。事業に取り組む姿勢として、生活困窮者や障害者を含め「取り敢えず」といった一時しのぎの体制で実施されるべき事業ではなく、『自分の居場所』としての場所づくりでもあると感ずるところである。農業従事者として長期にわたって就業し、困難な状況であり課題もあるが、最終的には生計維持の方向に導ける可能性があるのではないか。

また、農作業に従事していただく前に各人の資格や適性を調査することにより、「適材適所」に人員を配置する工夫などは、単に農福連携事業を実施しているという次元ではなく、一人の人間をいかに社会に適応させ、自立させていくかにつながる事業となっている。この点は本市の農福連携事業においても考慮し、取り入れていくべきであると思う。

舞鶴市の農福連携プロジェクトでは、チャレンジ・アグリ認証のような研修機会を持たずに、農業者の元へ障害のある方を送っているため、お互いにどんな仕事ができるのかを正確に把握できていない。そのため、現場で戸惑うことが多いようである。まずは、農業研修の機会を持つことで、本人も自分に何ができるのかを把握することができるため、それにあった仕事をあらかじめ設定しておくことにより、スムーズに仕事に取り掛かることができると感じた。

【兵庫県神戸市】

(1) 対応者

経済政策課担当係長、
介護保険課係長

(2) 説明概要

・オンラインによるフレイル予防について

神戸市は、西宮市と武庫川女子大学による調査の取組を参考に、eスポーツを取り入れ、高齢者がスポーツを楽しむ技術の構築に取り組んでいたが、フレイル予防にも役立つということで、オンラインによる会話・体操にも取り組んでいる。

デイサービス向けクラウド機能訓練ソフト「リハプラン」を運営する「株式会社Rehab for JAPAN」は、経済産業省の補助金の提供を受け、開発相手を探していたところ、神戸市とマッチングし、オンライン会話ツール「リハブコール」の活用を通じた高齢者のフレイル予防及び生きがいづくり、多世代交流を図ることを目的に事業協定を締結（協定期間令和2年12月3日から令和4年3月31日まで）している。

コロナ禍におけるフレイル予防の取組として、デイサービス等高齢者が通う介護施設の3密を回避しつつ、フレイル予防を行う方法の一つとしてオンラインフレイル予防を行う取組を既に始めており、コロナ禍における課題を解決する高齢者向けオンライン会話ツール「リハブコール」を共同開発した。この開発には、20名の高齢者も参加し、アクセス不要、2回の画面タッチで会話ができる簡単なツールを製作。高齢者でも簡単に安全に操作できるよう工夫した。

また、オンライン会話ツール「リハブコール」の活用を通じたデジタル支援により、高齢者のフレイル予防及び生きがいづくり、多世代交流を図ることを目的とした「人生100年・withコロナ時代」における高齢者に対するデジタル化支援に関する事業連携協定による実証実験も行った。

結果、「予防をしながら従来の環境確保に努めていくには、地域福祉センターのオンライン化の整備が重要である。また、地域の子供たちの交流の場となり、孫たちと対戦ゲームが出来るように、施設が多世代交流の場となることも想定してソフトの開発を行う」など、新しいニーズを提供して、新たな交流の場を提供する取組を行っている。



高齢者にスマートフォンを理解して利用してもらうには、まず、スマートフォンやタブレットの利用目的の明確化と体験が必要であるとのことであった。

他社に先駆けて、高齢者・自治体と一緒に開発をしている「リハブコール」は、今後、高齢者を対象とした取組を展開する自治体にとって、実用化が望まれるところである。

(3) 質疑応答 (主なもの)

Q. eスポーツには、若者向けと高齢者向けのアプリがあるのか伺いたい。

A. 高齢者向けのアプリはないが、将棋、ぷよぷよ、トランプゲーム、レーシングゲームなどを選び、手元を見ずに操作できるまでトレーニングを行った。本来のeスポーツは、競技対戦型で、周りが応援をする形をとるのだが、高齢者の場合、まだそこまでは及んでいない。しかし、体操や運動に興味を持っていただくことを目標とし、その中で、オンラインへの抵抗がなくなった方は多い。

最初は、ダブルタップの意味さえ分からないといった程度に、リハブ(※)も想定以上にできず難しかったが、やってみないことには始まらないため、まず触れていただくことが大切だと感じた。高齢者に、デジタル利用の目的を理解していただくため、「楽しい目的づくり」「サポーターがそばにいてくれる安心感」「実際に楽しさを感じてもらおう」といったステップを踏んだ。

Q. 予算的な流れについてご教示いただきたい。

A. 予算はゼロからスタートしたが、リハブ(※)側が経済産業省の補助金でソフトの提供をしてくれており、NTTも必要なサービスを無償で提供してくれたため、市の一般財源はゼロであった。また、令和3年度もリハブ(※)側が全て提供してくれるため、一般財源はゼロである。

Q. オンラインについて、セキュリティ面での高齢者の負担はないか。

A. ホスト側の管理ができていれば問題がなく、個人でのセキュリティ管理は不要である。

Q. フレイル予防対策により、結果的に介護費は減少しているかをお聞かせいただきたい。

A. まだ実績が浅く、統計が出せていないが、要介護者の減少にはつながっているため、少しずつ寄与しているのではないかと考えている。

【 (※)リハブとは…株式会社 Rehab for JAPAN 】

(4) 委員長所感

オンライン体操から段階を経て、eスポーツへと進めていること、また、アプリの活用やタブレットの利用など簡便な方法を取り入れることにより、高齢者でも参加しやすい状況を上手くつくり上げられている。

事業が成功する背景には、良きタイミングと支援者がいることが、一つの条件になると思うが、特に高齢者が苦手意識を持ちやすいと思われがちなアプリやオンライン機器を、実証事業などを含め、身近に必要なものへと開発されたことは素晴らしい。まさに「人生100年時代」をフレイル予防の手段として効率的に活用できるものが、さらに開発されることに期待したい。

eスポーツに関しては、高齢者のみならず、家庭や地域で年齢を問わず実施することができ、コロナ禍において注目されると思う。

本市の多世代交流拠点となる「まなびあむ」においても、高齢者のフレイル予防の一環として、参加者を募り実施していくには最適ではないかと考えるところである。

高齢者のデジタルツールへの苦手意識と、デジタルリテラシーの個人差により、舞鶴では昨年共生型Maas・meemoの実証実験で、全ての高齢者がスマートフォン機能を使いきれないという課題を残す結果となった。

リハブコールの操作の簡単など、セキュリティ管理を個人でしなくてもよいという点は、大いに参考となる技術であると考えている。

コロナ禍において、高齢者の見守りや社会性が失われることが危惧される中、デジタルツールを使ったコミュニケーションは、上手に活用できれば、双方向的な新たな

社会参加の場となり得る。

高齢者の方にもデジタル機器に慣れてもらい、日常の中で活用されることが期待される。インターネットを使ったコミュニケーションは、医療分野などでも大きな可能性があることだと考えるため、まずは「ゲームなどで楽しんでもらう、多世代と一緒に楽しむ」ということは、有効性があり期待できる。