

包括型ケアコミュニティによる 「エイジレス ヘルシーライフ」 継続支援事業

Continuous Promotion of “Ageless Healthy Life”
based on Comprehensive Care Community

スマートウェルネス住宅等推進モデル事業 選定年度 平成 26 年

平成 30 年 中間報告書

社会福祉法人 百丈山合掌会

〒572-0002 大阪府寝屋川市成田東が丘 28 番 7 号

HP: <http://www.gassyoukai.com/>

E-mail: weenjoy06@forest.ocn.ne.jp

TEL: 072 - 833 - 0008 (代)

目次

第1章 事業に至る背景	p. 2
第2章 全体事業の概要	p. 4
第3章 モデル事業の先導性の進展状況	p. 7
第4章 事業の評価・成果・課題	p. 8
第5章 提言と展望	p. 12
図表及び資料集リスト	p. 13

第1章 事業に至る背景

【背景】

我々、社会福祉法人百丈山合掌会は、大阪府寝屋川市の本事業地に1964年に設立認可され、軽費老人ホーム事業からスタートし、以後50余年間地元で歩んできた。約1万坪の敷地内には、地域の総合福祉サービスの拠点となるべく各種社会福祉事業（高齢者介護事業、障害者福祉事業、老人福祉等）を展開してきた【表1、図1】。地域のセイフティネットとしての役割を自覚し、各専門職を配置してきた。すでに40年余りの運営実績のある高度・重度要介護者対応の特別養護老人ホームや、看取り介護も支援している診療所も同一敷地に有しており、重度要介護者となった方への支援を実践してきた。

一方、この間、社会情勢は変化し、法律も変化し、その呼ぶ名も変遷してきた。福祉のニーズも多様化し、社会福祉法人として求められていることは、従来の介護保険法や、老人福祉法、障害福祉法、生活保護法等社会福祉諸関係法令では制度の狭間にあり柔軟に対応できなかった、生活のどこかに不安や孤独を頂いている方々への福祉基盤の整備が必要であると考えた【図2】。それが、これまで自法人が運営してきた軽費老人ホーム（昭和41年に事業開始し平成18年に事業終了）に変わるものとして位置づけた、今回我々のめざすサービス付き高齢者向け住宅を中心とした事業である。

我々は、社会福祉法人として、法人理念を踏まえ、社会貢献を進め、地域に、社会に還元し続ける使命を担っているということ、そして、高齢者のみならず、障害者を含め、支援を必要としている人に、地域と一体となって、社会参加の場、生活支援を受けられる場、総合的福祉サービスの拠点とならなければならないということを念頭に、今何が必要とされているのかを顧みた。

【課題認識】

本事業地は、大阪府寝屋川市の北東部で周囲を見渡すことのできる高台に位置している。また、成田山不動尊大阪別院の近くに位置し、敷地内に保有する大阪仏舎利塔は地域のランドマークとなっている。周辺地域は、昭和40年ごろから急速に宅地化が進み、今日に至っては、市内でも特に急速な超高齢社会を形成している地域である【図3】。また、当該地は丘陵地の閑静な住宅街の中に位置し、近隣住民は、公共交通機関やショッピングセンターに行くにも、坂や階段を上り下りしなければならず、外出が不安または億劫となりがちで、閉じこもりがちである。

一方、人口動態統計を見てみると、寝屋川市の全人口は、平成25年時から徐々に減少してきているが、高齢者人口割合（高齢化率）は増加傾向にある。しかし、高齢者の内、要支援・要介護認定を受けているものの割合は、17.3%で、平成26年から5年間でその割合に変化はない。また、近隣地区に限れば、高齢者数は、むしろ6年比で3.58%減少しているにもかかわらず、高齢独居世帯数は、この間1,472世帯から1,727世帯へと17.3%増となっている【図4】。よって、高齢者数が減少していても、独居高齢者数は増加しているという現実、しかし介護保険制度を利用し得る要介護被認定者割合は増えていないということがわかり、これらの事から、特に安否確認や見守り機能の強化が喫緊の課題であり、地域全体の高齢化と全人口減少からみて、自治体主体のみでは支援の困難さや限界があり、支援システムづくり、またその拡充が期待されているところであるといえよう【図5】。

また、今日では、IADL（手段的日常生活活動）の低下と生命予後の相関、健康寿命の延伸が叫ばれ、

如何に、介護予防・認知症予防に継続的に取り組むかが、社会保険財政の面から、そしてやはり現実となっている介護・福祉人材不足（生産年齢人口の減少）の観点からも重要となってきている。平成30年版の内閣府発表【図6】からみても、平成13年から平成28年の15年間、平均寿命と健康寿命の差は男性が8.67歳から8.84歳、女性が12.28歳から12.35歳と、この間介護保険制度開始以後であっても、健康寿命の延伸において改善されているとはいえ、現行の介護保険制度では、このギャップを解消できていないことが課題として明らかである。

従って、これら課題を解決するためには、介護予防・認知症予防の観点から、超高齢社会を包括的に身体的、精神的、社会的に多面的に支えることが、自己実現を含めた自立、尊厳の保持、豊かな生活への重要なカギとなると言え、さらに、サルコペニアやフレイルといった新しい概念を啓蒙し、また、これらは適切に介入すればアウトカムを改善させられる可能性があるということをも周知して、その効果を評価することが必要であると考えた【図7】。これが、包括型ケアコミュニティによる「エイジレスヘルシーライフ」継続支援事業である。【図8】

改めて課題を整理すると以下のようなことがあげられる。

① 住まいの課題

- ▶ 要介護状態に至らずとも日常生活に課題を抱えている高齢者や障害者が安心して利用できる住まいが足りない。
- ▶ 高齢者や障害者などがシェルター機能としてだけでなく、喫緊の問題が生じた場合等においても、安心して一時的に利用できる住まいがない。
- ▶ ライフステージのその時々に必要なとする支援の量や内容に応じて、柔軟かつスムーズに住み変えることのできる包括的な環境がない。

② サービスにおける課題

- ▶ 障害福祉、介護、医療等、制度間の包括的な情報共有や継続的な相談支援体制が不十分である。
- ▶ サービス制度間や利用要件の有無（認定があるかどうかなど）によって、窓口が異なり、制度が複雑であり、また、制度を超えたサービスが少ない。
- ▶ 高齢者ならびに障害者のニーズの変化に沿い包括的にケアをする施設がない。
- ▶ 要介護認定を受けていない方、つまり元気な高齢者、あるいは、情報が不足している、外国人である、相談場所がわからない、誰とも関わりをもっていないなど、切迫した支援を必要としていない方と支援を受けられない状況におられる方も含めて、現行制度では網羅できない支援ニーズが存在している可能性が大きい。
- ▶ 年齢にかかわらず、健康的な生活維持、生活機能の向上や介護予防、認知症予防を意識した多面的自立支援プログラムの提供やその継続的支援システムがない。

③ その他の課題

- ▶ 年齢や、障害の区分、介護度などの枠を超えて、社会的孤立の問題・生活の質向上への向けた課題に対する包括的な取り組みが不十分である。

- ▶ 気軽に安心して集い活動できる場や参加の機会が少ない。
 - ▶ 権利擁護の観点からの金銭管理や苦情解決、鍵預かりなどのサービスが乏しい。
 - ▶ 慢性的な医療・介護人材の不足に加えサービス実施施設が点在することにより、介護人材や設備が非効率化している。
- ④ 近隣地域（寝屋川市北東部）の課題
- ▶ 地域の急激な超高齢社会化、並びに独居高齢世帯の急増。
 - ▶ 民生委員のなり手も高齢化。
 - ▶ 丘陵地かつ閑静な住宅地の為、移動困難が生じやすく閉じこもりがち。
- ⑤ 地域に根差した社会福祉法人としての課題
- ▶ 地域住民が主体となった福祉活動（地域で支え合い）の支援。

第2章 全体事業の概要

誰でも、歳を重ねると、もしもの時への不安が出てくる、その不安を少しでも解消させたい、これがこの計画の原点であった。もしもの時も、見知った、馴染みのある人や環境の中で、安心して過ごして頂けるように、そして継続的に支えがそばにあるんだ、と感じ続けていただけるように、一貫性をもって総合的かつ継続的に安全と安心が確保され、その人らしくあるように、そう願いを新たにして、本事業計画は、策定した【図9】。そのコンセプトは、年齢にかかわらず（エイジレス）、生き生きとした人生（ヘルシーライフ）、「エイジレス ヘルシーライフ」の応援である【図10】。WHO で提唱されているような地域に根差したリハビリテーションとしての機能側面を持たせるべく、包括的に、そして社会的孤立の問題の解消、地域住民を主体とした福祉活動の支援、住民による活動だけでは支援が困難な場合に専門職による介入や支援が必要となるような仕掛けと仕組みを新しい施設「サンサーラ」の建物内に落とし込んだ。

具体的には、サービス付き高齢者向け住宅「サンサーラ・レジデンス」を整備し、その基本サービスに総合生活相談と個々の状態把握（安否確認）を行い、併せて、要介助・介護状況が発生した際には、短期入所施設「サンサーラ・ショートステイ」を設けており、ここで、障害者も含めた短期で利用できる介護サービス併設の住まいを提供できるようにした。その他併設施設として健康維持増進施設「クラブ・サンサーラ」と地域交流施設「サンサーラ・カフェ」を設け、これら施設では「認知症予防・介護予防の観点」から、住まう方のみならず地域の方々に、健康維持増進プログラムを提供できるようにした。これらは同一敷地の他の既存事業とも連携することにより、継続的に「エイジレス ヘルシーライフ」推進支援する、地域に根差した新たなコミュニティを目指した。

1階部分は、広く地域に開かれ、利用者のみならず地域住民らが交流出来たり、通いの場や居場所としての役割とともに、健康維持増進を推し進める役割を持たせた「サンサーラ・カフェ」と「ク

ラブ・サンサーラ」を配置した。これらは、選択サービスとして、各種個別の費用を明示したサービスメニューに従い、サービスを利用してもらえるようにした。2階部分は、サービス付き高齢者向け住宅の住民占有のスペースとして、電子錠でセキュリティをかけている。1階と2階でパブリックエリアとプライベートエリアを明確に区分し、エイジレスヘルシーライフ推進事業拠点として、多様化した切実な福祉ニーズに対応できるよう、また、現時点で要介護認定や障害認定を受けていない、または非該当の方（自立の方）でも、緊急時や将来への不安、孤立への不安など日常生活に困難を覚えている方々に対しても、分かりやすく安心して利用できるような提供サービスとして作り込んだ。

本事業で、伝えたかったことは、消極的選択肢としての施設入居という位置づけではなく、エイジレスヘルシーライフを送るために、「自ら、住み替える」という「選択」をしていただくこと、カギとなるテーマは、「だから、ご自身で、健康的で生き生きとした人生をデザインしてください。」、「ご希望に応じて各種専門職が対応します。一人一人の「今」を分析する「カラダ・チェック」や、アドバイスを受けてカラダ作りをすることができるクラブ・サンサーラ、また、新厨房で出来立て料理が食べられる屋外テラスのあるカフェや集いの場のホールで、楽しく過ごしていただきながら、新たな出会い、思い出を重ねる喜びを感じてください。いつの間にか、もっと輝くあなたに。お気に入りの過ごし方やお気に入りの場所を、きっと見つけていただけると考えています。」である。この事業の最も特徴とした点は、その利用に、要介護や要支援などの認定の有無を問わないこと、漠然とした老後や生活の不安を解消し、「住み替えてよかった。」と思っただけの安心と快適さに配慮したことである。

改めて事業概要をまとめると以下のとおりである。

1. 高齢者等の居住の安定確保

- ▶ 介護認定の有無や障害区分認定の有無にかかわらず、日常生活に課題を抱える方が、安心かつ安全に生活できる住まいの提供。
- ▶ 障害者や高齢化する障害者の親が将来も共に暮らせる環境づくり。
- ▶ 迅速に利用者主体で利用できる住まいの提供（シェルター機能、介護者レスパイト機能）。
- ▶ 個々の生活機能レベル（ADL および IADL）に相応したサービスが提供できる住まいの整備（すでに提案者は同一敷地に、重度要介護者対応（看取り支援を含む）を行っている併設診療所を有する特養があり、大きく住環境を変えずに連携できる）。

2. 健康の維持・増進

- ▶ IADL（Instrumental Activities of Daily Living:手段的日常生活活動）の障害は生命予後と有意に関連することが報告され、また認知症発症が将来的な介護量と大きくかわることから、今回、認知症予防・介護予防の観点から、各専門職が生活機能と身体状況（健康）を包括的に捉え、要介護状態や健康障害の生ずる前段階から適切な健康維持増進プログラムを個別に提供し、積極的かつ継続的に支援することで、健康的な生活寿命の延長、「エイジレスヘルシーライフ」が

もたらされる可能性を検証する。

- ▶ 人や社会との関係や役割を持ち、身体的健康のみならず、ライフスタイルそのものの健康、健全化を創造し支援する拠点となるような健康維持増進施設を併設する。つまり、楽しみや生きがいを感じ続け、いつまでも生き活きとした人生を歩んでいただける拠点となることを目的とする。
- ▶ すでに法人内では管理医師、管理歯科医師、看護師ならびに理学療法士、管理栄養士などの専門職が配置されており、協働できる体制がある。
- ▶ 健康維持増進施設では、医療や行政、その他サービス機関、地域、家族等と情報が共有できるシステムづくりを行い、このシステムやプログラム運用においては、関西医科大学病院の健康科学センター木村穰教授との協力体制がある。

3. その他

- ▶ 介護予防・生活機能能力の向上を实のあるものにするためには、住まいそのものの整備だけではなく、専門職が多職種連携し包括的かつ継続的にアセスメントして支援すること、またそれを支え、適切に交流できる場所や機会の提供が必要である。
- ▶ 地域住民が集まり、サ高住に住まう者や施設の利用者が、お互いに交流出来るよう地域交流施設を設け、文化活動やイベント企画を行い、地域活性化や脳活性化へ繋げる。
- ▶ 社会での役割をもち、自信と楽しみを感じて頂くため、園芸、食事サービス提供の補助、販売補助、文化活動の講師等を行ってもらう。
- ▶ 現在必要とされている、既存の制度を超えた地域社会における支援システム、及びコミュニティを構築する。

4. 今後の住まいづくり・まちづくりへの展開

- ▶ 同一建物に住まう高齢者及び障害者が、住宅（サービス付き高齢者住宅）と施設（短期入所）とを区別することで、それぞれにプライバシーを確保しながらも交流の場や時間を共有できるハードとサービスのノウハウを今後のまちづくりに活かしたい。
- ▶ 年齢によらずいつまでも生き活きと質の高い生活をしていただくということを意図した「エイジレス ヘルシーライフ」の概念、また、この概念を実現させるために、住まいに、健康維持増進施設や食事サービス施設を併設して、健康維持増進プログラムを提供できるようにすることで、包括支援の拠点となり得ることができるとを検証し、今後の住まいづくり・まちづくりへ展開させたい。
- ▶ 健康維持増進プログラムでは、システムをICT化し、医療、介護、行政等関係機関や、家族等が情報を共有できたり、スムーズに連携できたりし得ることを目的としており、法人内のみならず、既存の業態や事業範囲の垣根を超えて連携し行政制度を超えた多様なサービスを行うことができるコーディネータ機能を果たす拠点となるモデルを構築したい。

第3章 モデル事業の先導性の進展状況

- 事業の進展状況
 - ▶ 平成28年(2016年)9月1日サービス付き高齢者向け住宅サンサーラ・レジデンス事業、ならびに地域交流施設サンサーラ・カフェ事業開始。
 - ▶ 平成28年(2016年)11月1日健康維持増進施設クラブ・サンサーラ事業開始。
- 事業を軌道に乗せるために行った取り組み 【参考資料1~4】
 - ▶ 法人広報誌にて周知
 - ▶ サービス付き高齢者向け住宅においては、見学会、地域包括ケアセンターや地域の居宅介護支援事業所や開業医、地域医療連携室など、関係機関との密な交流や見学会の実施。
 - ▶ 業者等と共同企画して、コンセプトとそれを機能させるための整備の工夫や設備の選択の仕方を媒体へ発表。
- 事業に関連して行った地域イベントなどの活動
 - ▶ エイジレスヘルシーライフ推進セミナーとして、地域住民、サ高住入居者、近隣居宅介護支援等事業者らへ向けて、研修会を実施。
 - ▶ 業者らと提携して、福祉用具体験会を実施。
 - ▶ 銀行と共催して、住み替えの基礎講座を実施。
 - ▶ 健康維持増進事業の一つとして、地域自治体が主催する会に講師派遣。



サンサーラ竣工写真

第4章 事業の評価・成果・課題

平成26年度からの3ヶ年補助事業として平成26年度スマートウェルネス住宅等推進モデル事業先導性部門に採択され、整備事業は計画通り進捗した。新施設サンサーラの1階部分は、広く地域に開放され、施設の利用者ではなくとも自由に利用できる活気あふれる空間に、一方、2階部分は、高齢者向けの住宅として、新たに住まう方占有の落ち着いた空間づくりをおこない、パブリックエリアとプライベートエリアを明確に区分した2階建ての建物とした。整備設計上最も大切にすることは、安全管理、プライバシー確保、利用者の自由度、意識づけと行動変容の仕掛け作りである。

平成28年9月1日には、サービス付き高齢者向け住宅「サンサーラ・レジデンス」28床事業、ならびに、地域交流施設「サンサーラ・カフェ」事業を開始した。同年11月1日には、健康維持増進施設「クラブ・サンサーラ」事業も開始した。各事業部門の事業開始から平成30年9月末現在までの事業実績については、以下、各項にて報告したい。なお、平成30年9月末時点において、当初6床で予定していたユニット型高齢者障害者短期入所介護事業においては、人員確保困難の為事業開始できぬままに至っている。

総じて、本事業は地域や利用者からのニーズの高まりをいただいております、事業の必要性を実感しているところであるが、喫緊の課題としては、昨今の社会情勢でも顕著なとおり特に福祉介護業界の人員確保、人材育成が課題となっている。今後は、他の社会福祉法人とも協働して人員人材の確保に努め、早期事業開始、また安全かつ継続的に提供できる体制整備に努めていきたい。

1. 【サービス付き高齢者向け住宅：サンサーラ・レジデンスの取り組み】

サービス付き高齢者向け住宅28床として、平成28年9月1日より事業開始した。入居基準は60歳以上で日常生活に意思表示及び意思決定のできる方、および要介護認定の有無や要援助量の多少に係らず、別途事業所の定める入居審査に通られた方とした。これは、自法人が頭書背景で述べたように、隣接して高度重度対応の特別養護老人ホームやデイサービスを有している環境から、それら介護保険では解消し得ない制度の狭間のニーズに即応できる住宅として整備した為である【資料1】。入居申込時の書類審査と事前面談により、意思表示が可能か、または、認知機能が軽度認知障害までの状態で保持されているか、日常生活動作および手段的日常生活動作がどの程度保持されているかを、入居審査手順として実施している。

入退居状況としては、開始直後に9名が入居、平成30年9月末現在までにのべ24名（うち夫婦3組）の入居を得ている【図11】。退居者はのべ6名であった。現時点で入居者18名、稼働率は64.3%となっている。入居時の年齢は69歳から97歳、平均年齢は83歳であった【図12】。入居時に要介護認定保持者は、17名でいずれも要介護3より軽度であり、未認定または非該当の方が7名（29.1%）と、むしろ入居時に要介護認定はない方が最も多かった【図13】。退去者の内訳は、入居後病院入院となり同施設での死亡退去が2名、転居が4名となっている。転居理由としては、友人と同施設を希望（2名）、身元引受者の近傍の施設を希望（1名）、認知症悪化で夜間支援量増の為（1名）となっている。

要支援や要介護の状態であるということは、すでに何らかの社会保険の介入を受けられているということを含み、援助量の多少に係らず、ソーシャルワーキングがなされている。一方、背景で述べたよ

うに、要支援や要介護の状態である高齢者の割合は寝屋川市の全高齢者のわずか 17.3%であり、むしろ何らかの支援や援助を含めた介入を受けていない、または目が届いていない高齢者が大多数を占めているということがわかる。当サービス付き高齢者向け住宅でも、入居者の内、未認定（非該当含む）の方の数が最も多かったことからみて、いわゆる介護保険制度等では対応できないニーズがあるのではないかと感じており、我々としても、当初事業計画の背景で考えていたような既存事業では対応できないニーズに応えられている可能性があると考えている。

入居の契機及び理由としては、独居生活が不安、身寄り（子供や配偶者離別死別、未婚等含む）がないので将来を考えて、頼りにしていた子供が病気になったためも含めて子供たちに迷惑を掛けたくない、他、逆に遠方より、身寄りの近くになどであった。実際、北九州市や愛知県などから転居されて来た方がおられる。また、他の有料老人ホーム施設からの転入居の方も 2 名おられ、この理由としては、前施設では外出や買い物、自宅へ一時帰宅などが気軽にできなかったから等であった。特に本年は、大阪に地震や台風などが直撃したこともあり、自然災害の猛威にさらされ相談見学件数が増えたように感じている。実際、入居者は、当該施設に入居されていたので、安心できたという声が全員から寄せられた。

入居後の生活状況として入居者から頂いている声を拾うと以下の様である。入居後面倒であった食事の用意や買い物の負担、また夜間の不安から解消されたとの声が最も多く、他に、気の置けない家族が増えたかのような互いの声かけなどコミュニケーションが増えた等の声が聞かれる。また、84 歳の今でも現役で会社を経営している方や、子供や孫に近くなったので頻繁に会えるも互いの時間も尊重できる関係ができ生き活きとされている姿、逆に、子供や身寄りに頼らず、新たな友人関係ができ、外出の機会が増えたと言われる方もいた。自分の判断能力がしっかりしているうちに、自宅の整理処分もできて逆に子供らに迷惑を掛けずに自分の意思で動けて将来の不安がなくなったといった声もあった。また、不明熱により入居後すぐ長期入院となり、未認定自立から一気に車椅子全介助状態の要介護 5 まで判定が至ったものの、退院後、周りに感化されつつ、併設する健康維持増進施設へも参加することを目標にリハビリされ、要介護 1 まで改善され、健康維持増進施設へ復帰されてこられた方などおられた。これらは、当初事業計画のコンセプトを実践し得ているものと実感している。

さらに、追記させていただければ、今年度は、大阪北部地震や強力な台風、豪雨災害など立て続けに自然の猛威にさらされたが、入居者やその家族らは一様に、ここにいて安心であったと声が聞かれた。このことからして、社会福祉法人として、現在特養や障害者作業所は寝屋川市の福祉避難所として 2 次避難所の指定を受託していることもあり、新しい施設を含め、災害や緊急事態が発生した際にも安全な避難場所として機能できる余地があると再認識し得た。

2. 【健康維持増進施設：クラブ・サンサーラの取り組み】

平成 28 年 11 月 1 日付で事業を開始した【図 14】。理学療法士の有資格者 2 名を含む管理者以下 3 名と外部委託でトレーニング専門スタッフと協働し、会員登録者へプログラム提供を行っている【表 2】。

会員体系は気が向いた時だけ随時に1回参加単位で課金し利用可能となる会員（visitor 会員）と月額
の定額料金で上限回数なく様々なプログラムを利用することができる会員(vivid 会員)との2つの会員枠
を設けた【資料2】。

事業開始時から平成30年9月末現在までの会員数は、90人（visitor 56人, vivid 34人）となっ
ている【図15】。内1名は仕事の都合で退会となるも、退会率は1%と会員維持状況は現段階で良好である。
会員内訳は、男女比が約1対2.5で女性が多い。入会時の年齢としては、72歳が最も多く、中央値は
74歳であった【図16】。これは、加齢を意識し、かつ、“理想の老後のカラダ”を意識する年齢といえ
るのではないかと考えている。またこの年齢は、いわゆる後期高齢者75歳より前の段階であったこと
は興味深い。会員の多くは、介護保険の認定を受けていない。

プログラム内容は、介護予防・認知症予防の観点から、肉体的観点、健康維持増進の観点で望ましい
と考えられる状態になるために行う行為・活動として設定した。内容は、身体機能向上アプローチを行
うフィットネスと、知的趣味活動アプローチを行うサロン文化活動、セルフケアの為の知識向上を目的
としたセミナー、余暇活動とリフレッシュのための季節イベントなどから構成している。

利用状況としては、【図17】に示すような結果となった。vivid 会員は月平均最少2.7回から最高31
回、平均して月に13回の利用となっている。一方、visitor 会員は月平均最少1回から最大でも6.8回、
平均して月1-2回程度の利用にとどまっている。これは、料金体系が、月7回以上利用すると、随時
visitor 会員より、無制限利用可能な継続会員 vivid 会員の会費の方が上回ることも影響しているものと思
われた。

プログラムの利用状況としては、vivid 会員は筋力トレーニングのみではなく、体幹バランスの向上プ
ログラムの利用も併せて利用されており、セミナーの利用率も高い。一方、visitor 会員は、筋力トレー
ニングやサロン文化教室などの利用が多く、目的を持って参加されている傾向があった【図18】。また、
男女別で見ると男女いずれも、身体機能向上プログラムの利用回数が多いが特に男性は女性に比して、
自分で筋力作りに取り組む傾向にあり、一方女性は、筋力作りのみならずバランス向上や健康づくりへ
の知識習得へも積極的である傾向があった。【図19】

本事業の特色は、入会時に医学的健診、歯学的健診、体力測定、体組成測定、認知機能評価の5つの
観点から同一日にTHC（Total Health Check）を行っていることである。受診率は40名（内、visitor 会
員は7名）と約44%程度であるものの、健康づくりの第一歩は、まずは現状を知ることであるという
概念のもとサイクルを意識して本事業は構成されている【図20】。受診率への影響としては、やはり金
銭的負担の受け止め方が直結しているようであるが、意識の高い方、目的を明確にしたい方は、受診を
決意されているようである。双方のメリットとしては、どのように介入するか適切なアドバイスでき、
結果の評価、振り返りも客観性をもって可能となることから、事業実施者と利用者とのゴールの明確化、
共有化がもたらされることと共に取組み意識の変化をももたらされることを期待している。また、事業
実施側としては、併せて運動開始時のリスク評価をすることができる。地域住民へ広く開放するため
にも、リスク評価の視点は重要であるといえる。

入会の契機は、【表 3】のように、自身の健康増進、体力作りなどが聞かれるが、その後のアンケートにおいて、現時点では、その効果より、むしろ、友人が出来た、外出の機会ができた、生活に張り合いができたなど、社会参加の観点での効果を表出されている方が多くを占める【表 4】。こういった社会参加の観点からの効果を実感されている声が比較的短期間でみえたことは、興味深い。

これらのことから、前期高齢者の内から、積極的に介護予防・認知症予防に取り組むことは、可能と思われ、今後引き続き経過を見ていくことで健康維持増進効果として、肉体的側面のみならず多面的支援ができ、健康寿命延伸に寄与できる可能性が高いが示唆されると期待している。【図 21】

3. 【地域交流施設：サンサーラ・カフェの取り組み】

本事業の地域交流施設の多面的効果の位置づけは、【図 22】に示したとおりである。平成 28 年 9 月 1 日に事業開始し、管理栄養士が考えるメニューを提供している【資料 3】。年中無休とし、地域住民、特に独居者、併設施設の利用者、利用者家族の面会時、施設見学会の参加者、また職員も含め、広く利用されるようになりつつある。さらに平成 29 年 4 月からは地域の老人会や民生委員の会合等のニーズに応え食事提供も行うようにした。事業開始時から平成 30 年 9 月末現在までの、客数はのべ 15,070 人（男性 3,809 名、女性 11,261 名）となっている。【図 23】

また、地域交流施設の位置づけの中には、ただ単に食事提供を行うのみでなく、ここで、福祉サービスのニーズの開拓と相談しやすい環境づくりを考えており、また、施設各事業を広い世代にも、喫緊に福祉支援を必要としていない方にも知ってもらえる広報のチャンスであるとも捉えている。

さらに、隣接している既存事業利用者も行くことで、日常の特別感を味わって頂けたりしている声も聞かれる。また就労支援の中間の場という意味合いでも、既存事業として行っている障害者通所日中支援事業で実施している製菓製造販売の授産事業の一環で、当該カフェのカウンターでも販売するスペースを設けたことで、障害者自ら納品し、製品販売をしており、障害者の社会体験、就労訓練の役割に加え、活動の周知、理解を図るねらいも担えていると考えている【図 24】。

一方で、ここでは予防啓蒙の一環として、「エイジレス ヘルシーライフ推進セミナー」と題して、介護予防や生活不安の解消に役立つような講座も年間 4 回ほど設けている。これまでに、遺産相続セミナーや、お住み替えの基礎知識、エンディングノートの活用の仕方、知って防ごう特殊詐欺、お口の健康、嚥下機能のことなどのタイトルで寝屋川市の広報などでも広く周知し、外部内部含め講師を召喚して、地域住民らに無料で講座を行っている。【図 25】

第5章 提言と展望

本事業のコアコンセプトである、年齢にかかわらず健康的で生き生きとした生活「エイジレス ヘルシーライフ」を応援することの意義は、生涯にわたって、その地域で包括的に、継続的に、予防的に、また支援の方法や手段的支持があって、安心して自己実現を図りながら生活することである。その拠点となる施設の機能として、サービス付き高齢者向け住宅や短期入所施設という住まう部分を中心に、制度の狭間にも呼応するべく地域へ開かれた施設を併設し、あえて医療保険制度、介護保険制度、障害福祉制度、生活保護制度では対応できない部分（ニーズ）に特化する機能を併設した。予防的概念の普及啓蒙活動や、相談しやすい環境づくりを行い、少しずつではあるが、地域に受け入れられつつあるように思われる。超高齢社会となった日本で、今いちど、一人一人が年齢によらず生き生きと生涯にわたって輝けるコミュニティづくりを考えると、通いの場、社会参加の場の提供を合わせて行う本事業モデルは、一定の予防的効果、生きがい地域にもたらすことができているのではないかと自負するとともに、今後も引き続き検証していきたい。今後は、この”サンサーラ”コミュニティが最大限に地域に理解され利用されることで、本来の意味での自己実現としての自立、地域に根差すりハビリテーションの実現がもたらされると考えている。

末筆ではあるが、本補助事業に関係各位の深いご理解を賜り、ご採択の栄を頂けたことが、本事業を実施実現する大きな推進力となったことに心より謝意を述べさせていただきます。

図表一覧 . . . 報告書出典順に記載

【表 1】	法人既存事業一覧【図 1】	法人既存事業概要
【図 1】	法人既存事業概要	
【図 2】	事業計画のねらい	
【図 3-1】	大阪府寝屋川市 位置概要	
【図 3-2】	寝屋川市地域区分と事業地域	
【図 3-3】	事業地附近見取り図	
【図 3-4】	事業地全景	
【図 4-1】	寝屋川市と東北圏域（事業地域）の高齢化率	
【図 4-2】	東北圏域（事業地域）の高齢者数と高齢独居世帯数	
【図 4-3】	寝屋川市の要介護者等の割合 平成 26 年 v.s. 平成 30 年	
【図 5】	求められている支援の内容・課題	
【図 6】	内閣府発表 日本人の平均寿命と健康寿命推移	
【図 7-1】	「エイジレス ヘルシーライフ」の着眼点	
【図 7-2】	介護予防の視点	
【図 7-3】	認知症予防の視点	
【図 7-4】	フレイルとサルコペニアの概念	
【図 7-5】	フレイルとサルコペニアの予防	
【図 8】	エイジレス ヘルシーライフのコンセプト	
【図 9】	合掌会の包括型継続支援ケアコミュニティ	
【図 10】	包括型ケアコミュニティによる「エイジレス ヘルシーライフ」継続推進事業全体像	
【資料 1】	サンサーラ・レジデンス（サ高住）入居募集案内	
【図 11】	サ高住の入居状況	
【図 12】	サ高住の入居時年齢	
【図 13】	サ高住の入居時要介護認定状況	
【図 14】	健康維持増進施設利用の全体像	

- 【表 2】 健康維持増進施設提供プログラムの内容
- 【資料 2】 健康維持増進施設のオープニングチラシ
- 【図 15】 健康維持増進施設の会員獲得状況
- 【図 16】 健康維持増進施設の入会時年齢
- 【図 17】 健康維持増進施設の利用状況
- 【図 18】 健康維持増進施設の利用状況 会員種類別
- 【図 19】 健康維持増進施設の利用状況 男女別
- 【図 20】 健康維持増進施設の利用サイクル
- 【表 3】 健康維持増進施設 利用の契機
- 【表 4】 健康維持増進施設 利用後の実感
- 【図 21】 健康維持増進施設の各プログラム利用の様子
- 【図 22-1】 地域交流施設の多面的効果
- 【図 22-2】 地域交流施設の位置づけ
- 【資料 3】 地域交流施設カフェ部門のメニュー
- 【図 23】 地域交流施設の利用状況
- 【図 24】 地域交流施設の利用の様子～ カフェ
- 【図 25】 地域交流施設の利用の様子～ エイジレス ヘルシーライフ推進セミナー