

## 回答調書（実装部門）

地方公共団体名	熊本市中央区		
取組名称	くろかみ“にこにこ”応援団 (地域支え合い型通所サービス(通所型サービスB))		
連携自治体、企業、団体等	黒髪地域コミュニティセンター運営委員会、くろかみ“にこにこ”応援団 実行委員会、株式会社J・H・Wellness、熊本市		
デジタルを活用した取組の概要 (デジタルを活用した取組の全体概要と解決する個別課題の具体的内容)	(種類) (注)	②	(左記が①の場合 の分野)

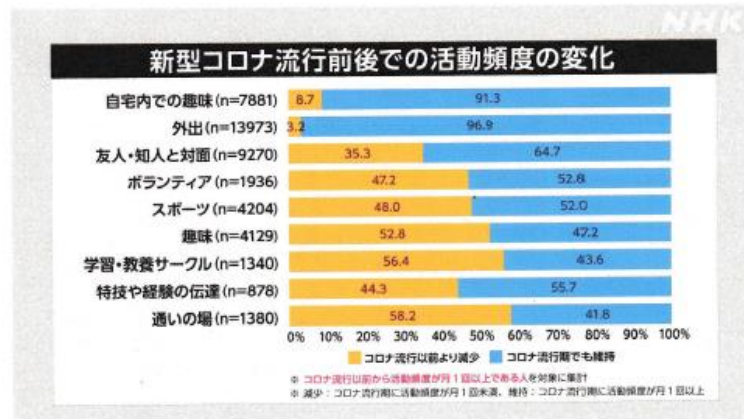
	<p><b>【デジタルを活用した取組の全体概要】</b></p> <p>○地域と民間事業者が連携した、SNSを活用したコロナ禍においても持続可能な“地域の通いの場”の創出</p> <p>地域の元気と活気を回していくため、地域コミュニティセンター運営委員会が主体となって2022年4月より新しく地域の通いの場「くろかみ」にこにこ“応援団”を立ち上げました。</p> <p>この取組は介護保険事業の介護予防・日常生活支援総合事業の通所型サービスBを活用し、コンテンツが乏しくマンネリ化しやすい地域の通いの場事業を、民間事業者と連携することで、新しいコンテンツの導入などにより、地域住民にとって、より楽しくより充実した場づくりを目指しています。</p> <p>その中で、スマホ・SNSの利用方法をレクチャーし高齢者のデジタルリテラシーの底上げに努め、コロナが感染拡大しコミュニティセンターが使えない時にも持続的に活動ができるよう取り組んでいます。</p> <p><b>【実施に至る経緯・動機】</b></p> <p>新型コロナウイルス感染症の流行により、地域活動は縮小を余儀なくされ、特に高齢者が主体となった老人クラブの活動は感染リスクの高さから黒髪校区内においては2020年3月以降開催機会が激減しています。</p> <p>また、地域の交流拠点である地域コミュニティセンターは高齢者の利用が多いことから、緊急事態宣言時などの感染拡大期において閉館になるため、機会をみて活動を再開したくてもなかなかできないといったジレンマに陥っています。</p> <p>これらの、高齢者の外出機会・交流機会・運動機会の減少により、身体機能低下やうつリスクが高まることが最新の調査(千葉大学予防医学センターの近藤克則教授と日本医療研究開発機構などによって行われた「地域づくりによる介護予防の推進のための研究」)で明らかになっています。調査の結果は以下のとおりです。</p>
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

(※出展：NHK コロナ渦の外出自粛による「孤立」が健康被害のリスクを高める！？)

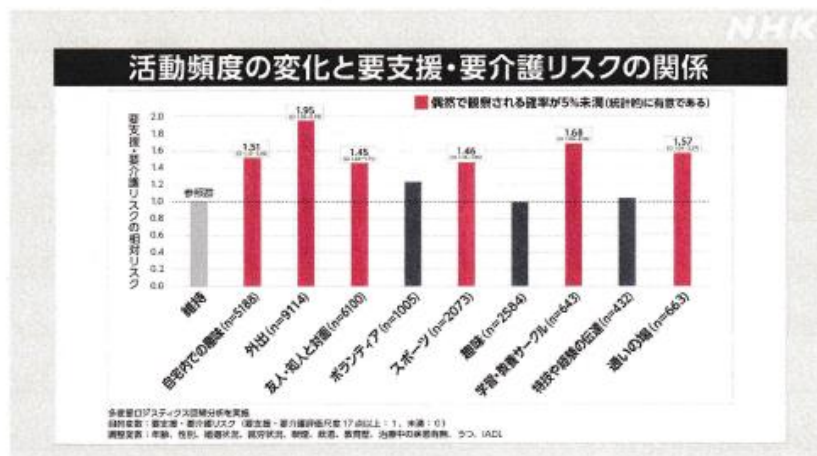
調査方法と分析対象者	
分析自治体	11自治体(7市、4町)
調査期間	2020年12月～2021年2月
対象者	要介護認定を受けていない65歳以上高齢者
対象者数	23,550人
回収数(率)	19,509人(82.8%)
分析対象者	17,179人*

\*回収数から性別・年齢不一致者、日常生活動作非自立、要支援・要介護認定者、事業対象者を除外した人数

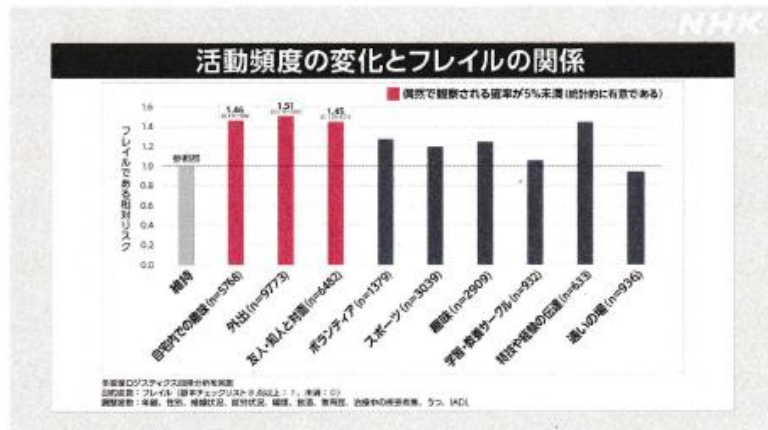
調査は全国 11 の自治体の 65 歳以上の高齢者を対象に行われました。



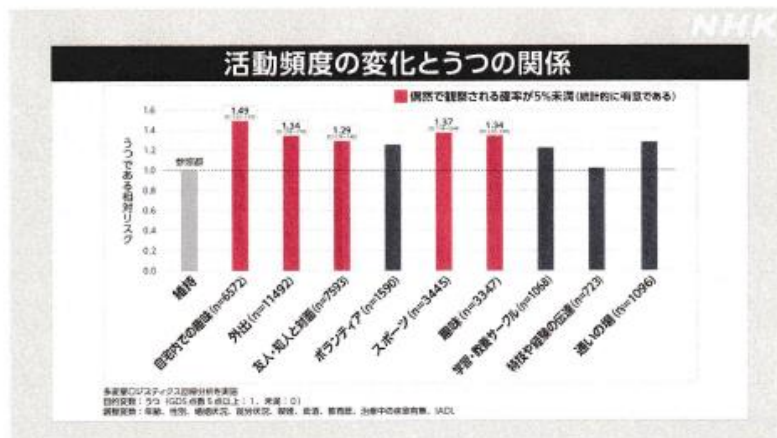
新型コロナ流行前後での活動頻度を調査したところ、ほとんどの社会参加・交流が半数の人で減少していました。



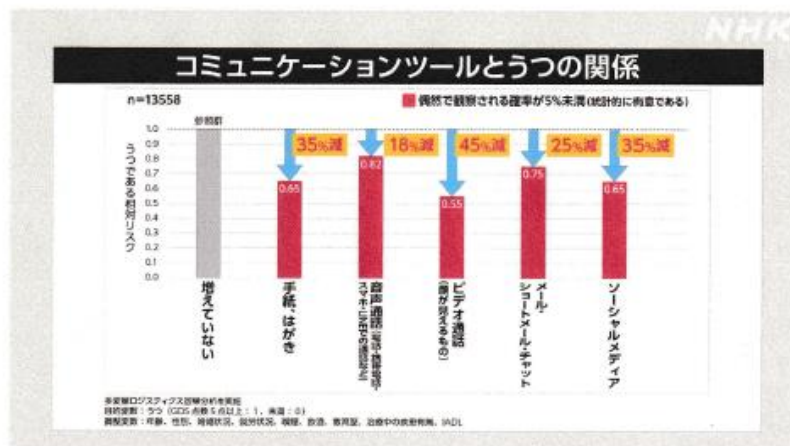
活動頻度参加が減少した人は、維持した人に比べて要支援・要介護である相対リスクが1.2～2.0倍高いことがわかりました。



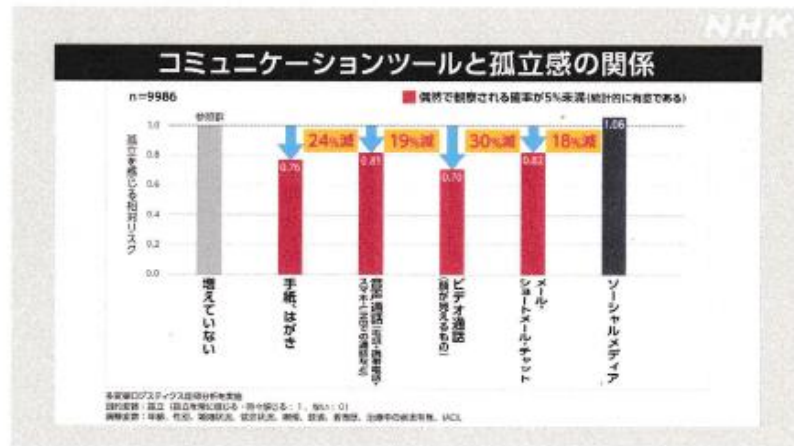
さらに、活動頻度とフレイル(身体機能の衰え)の関係については、活動頻度参加が減少した人は、維持した人に比べて、フレイルである相対リスクが1.2~1.5倍高いことがわかりました。



また、活動頻度参加が減少した人は、維持した人に比べて、うつである相対リスクが1.3~1.5倍高いことがわかりました。コロナ禍による外出自粛が様々な健康被書のリスクを高めるという調査結果。新型コロナウイルスの感染症が流行する前に人と会うのが難しくなっている中で、どうすればいいのでしょうか。その解決法の一つを示唆する研究結果も出ています。



インターネットを用いたコミュニケーションツールの利用が増えた人は、増えてない人比べてうつである相対リスクが 18~45%低く、手紙やはがきの利用が増えた人は、35%低いという結果です。



また、インターネットを用いたコミュニケーションツールの利用が増えた人は、増えていない人比べて孤立を感じる相対リスクが 18~30%低く、手紙やはがきの利用が増えた人でも 24%低くなっています。

コロナ禍で高齢者の方々は孤立してしまいがちです。インターネットツールや手紙・はがきを使ってコミュニケーションすることでも、“孤立という病”による健康被害のリスクを低くすることができます。離れて住むご家族に頻繁に連絡するなど、孤立を防ぐことが大切です。

このように、コロナ禍において地域活動を持続的に行うためには、スマホ等のデジタル機器の活用が必要な状況となっていました。そのような中、まちづくりセンターと地域包括支援センターの仲介により地域と J・H・Wellness が連携し、地域の通いの場におけるデジタル活用に本格的に取り組んでいくこととなりました。

**【解決する課題の具体的内容】.**

○コロナ禍でも持続的な地域コミュニティ活動の手法の導入

- ・高齢者が集まる通いの場においてスマホ・SNS の使い方のレクチャーを行い、閉館時にも持続的に SNS 上で活動（情報共有や交流、講師による運動指導など）ができるレベルまで引き上げることを目指しています。これにより、外的要因に作用されないコミュニティをつくり、地域の健康づくりを促進していきます。
- ・利用者とのやりとりも SNS を活用し、電話・手紙に代わる連絡手法として習得が進んでいます。

デジタルを活用した取組による成果（成果がわかるデータ・数値）

毎週月曜、介護予防教室の他、SNS・スマホ活用等のデジタル講座を実施。毎回 20 人を超える利用実績有。  
※現時点までセンターの閉館はなく、デジタルを活用した通いの場の開催実績はなし。

<p>本取組の特徴的な点やデジタルの活用において工夫した点</p>	<p>〈本取組の特徴的な点〉</p> <p>介護予防事業のコンテンツの一環として SNS・スマホ活用等のデジタル講座を導入することで、活動自粛期間においても、特にデジタル化から取り残されやすい高齢者に対するの支援が可能となるとともに、通いの場参加者同士の交流が継続され、活動に対するモチベーションの維持にも役立ちます。</p> <p>また、外部講師を有償（通所型サービス B の補助対象経費）で招聘することにより、継続的な講座の提供が可能となっています。</p>
<p>今後の展望</p>	<p>この事業は横展開が可能で、他校区においても、通所型サービス B の立ち上げを複数箇所を目指しており、全市的な広がり可能性があります。</p>

注： 以下の①または②のいずれかを選択

- ① 域内市町村の取組で、デジタルの活用により、次の個別課題を実際に解決し、住民の暮らしの利便性と豊かさの向上や地域の産業振興につながっているもの。  
（・医療 ・教育 ・子育て ・物流 ・交通 ・農林水産業 ・中小企業 ・観光 ・防災）
- ② 域内市町村の取組で、高齢者、障害者などデジタルに不慣れな人々がデジタル機器・サービスの利用方法を学ぶことができる環境づくりを既に進めるなど、あらゆる人がデジタル化の恩恵を享受できる、「誰一人取り残されない」社会の実現に寄与しているもの。

## 地域コミセンでの運営イメージ

### 活動内容

- 百歳体操
- 料理教室&地域食堂
- その他趣味活動
- 日中の居場所となりうる活動を推進

### 補助経費

項目	内容
人件費	管理人給与 ※時間相当分
通信費	専用携帯代
保険料	参加者保険料
事務費	プリンタ・トナー・紙・筆記具等
消耗品費	ティッシュ・消毒薬・マスク等
印刷費	広報チラシ等
賃借料	コミセン使用料

