令和3年度市町村における「健康長寿に係るイチオシ事業」

市町村名　皆野町

1　事業名(タイトル)	皆野町「通いの場」　介護予防体操 コロナ禍での再開

2　事業概要

本町では、平成２９年から、県が推奨する「１００歳体操」をベースとした「住民主体の通い
の場」の普及と定着を目的に、介護予防サポーター養成と地域での「通いの場」の立ち上げ
支援を実施している。
現在、介護予防サポーター養成講座を修了した住民が中心となり立ち上げた「通いの場」が
１０ヵ所となり、それぞれ工夫を凝らしてその地域ならではの体操教室を開催している。
新型コロナウイルス感染予防対策のため、令和２年度は、各教室が開催自粛を余儀なくされた
が今年度に入って徐々に再開する教室が増えてきた。教室ごとに、感染予防対策に苦慮しなが
らも、地域住民の憩いの場として貴重な場となり、コロナ禍で孤立した高齢者の情報交換
通いの場の一時休止で、参加人数の減少などが予想されたが、地域のつながりと住民主体性の
効果もあり、再開後はどの地区も参加人数維持の傾向を示している。
今回、コロナ禍の中さまざまな工夫をしながら、通いの場の再開を果たした介護予防サポータ
ーに聞き取り調査を行った。その結果をまとめたので報告する。

3 参加者数	約170 人	備考	

4 予算	560 千円	備考	

5 事業効果 等

１）住民主体の通いの場

住民主体となって、各地区の公会堂等を使い、隔週もしくは１０日ごとに介護予防体操を行っている。行政が主導の一般介護予防事業と違い、その地域ごとに工夫をこらし、住民どおしでアイデアを出し合い活動することで「自らが作り上げる」張り合いを持ちながら、生き生きとした集いとなっている。

現在、１０ヵ所の地区で活動を行っている。

２）新型コロナの影響

新型コロナの影響で、令和２年度は活動自粛を余儀なくされた。１０ヵ所すべてが令和２年の緊急事態宣言下で活動休止。

このまま活動ができないのではないかという不安が強い期間も長く、孤立した生活が続いていたが、高齢者自身、「自分たちで立ち上げた」という意識が高く、新型コロナの感染状況の落ち着きを待って予防対策を自分たちで協議を重ね、万全を期して活動を次々と再開させるに至った。令和３年１２月現在９ヵ所が活動再開、令和４年１月に１ヵ所再開予定であり今年度すべての地区でが活動を再開する。

これは、行政主導の事業ではなし得なかった、地域住民の絆の強さだと感じている。

３）町のコロナ禍支援

感染予防対策として、町では活動再開にあたり、厚労省の発信する「活動の場を開催するための留意点」や「参加するための留意点」のリーフレットの配布を行うとともに、町の感染状況や感染予防の留意点など時期に合わせ情報提供をおこなった。

また、町施策として　通いの場の感染予防対策のために資器材を購入した費用に対して、補助金制度を制定し、経済的な支援をおこなった。（皆野町地域コミュニティ健康増進活動事業補助金：１団体上限２万円の資器材購入費の補助）この補助制度に対して、それぞれの地域で住民どおしで話し合い、「アルコール消毒器」「除菌ウェットテッシュ」「非接触型体温計」「パルスオキシメーター」等の購入、公会堂によっては換気のための機材購入をし環境整備をおこなった地区もあった。

４）コロナ禍で変化した点

今年度になり、活動の再開を徐々に進めていく中で、当初「参加者の減少」を予想していたが高齢者の多くは、家族や友人とも会えず孤立した生活を送っていたため、地域の通いの場の再開を心待ちにしていた様子で参加者の減少することなく集えている。

コロナ禍で、地域住民どおしの絆がより深まり、近所で声をかけ合って公会堂に向かったり、お互いに体調を気にかけたりと良い関係性が続いている。

6　その他(課題等)

新型コロナ感染対策を講じながらの各地区の活動の中で、「以前は歌をみんなで歌っていたが今は予防のため自粛している」「以前は、大鍋にすいとん汁を作って皆で食べたり、輪になってお弁当を食べたり楽しく過ごしたが、感染予防のためにできなくなった。」と、出来ないことも多くなった。
今後、感染予防対策を講じたうえで、高齢者の生きがいを見出しながら、楽しい集いにするために、さまざまな可能性を模索していきたい。

7　写真･グラフ 等