

キーワード ボランティアとの協働によるサロン運営、高齢者サポーター、閉じこもり防止

高齢者サロン「あったかセンター」による介護予防と生きがいづくり

福島県 白河市

【この事例の特徴】

高齢者の生きがいづくりや介護予防、閉じこもり防止を目的とし、市民ボランティア（高齢者サポーター）との協働により、高齢者サロン「あったかセンター」事業を実施している。市が実施する養成講座を受講した「高齢者サポーター」が中心となって開所するサロンに対し、市が運営費補助、設立に向けた打ち合わせ会、オープニングセレモニーなどの支援を行っている。

地域概要

総人口： 63,445 人
65 歳以上人口： 14,979 人 (23.6%)
75 歳以上人口： 8,242 人 (13.0%)
要介護・要支援認定者数： 2,697 人 (18.0%)
地域包括支援センター数： 2 カ所
第 5 期介護保険料： 5,100 円



背景・経緯

【背景】

- 白河市において、高齢者人口は増えており、高齢化率も年々上昇している。それに伴い、要支援・要介護認定者数も増加しており、介護給付費の抑制を図るため、介護予防の取り組みの充実が必要となった。

高齢者人口・高齢化率の推移

	平成 18 年	平成 20 年	平成 22 年	平成 24 年
高齢者人口	13,952 人	14,419 人	14,559 人	14,944 人
高齢化率	21.2%	22.1%	22.5%	23.6%

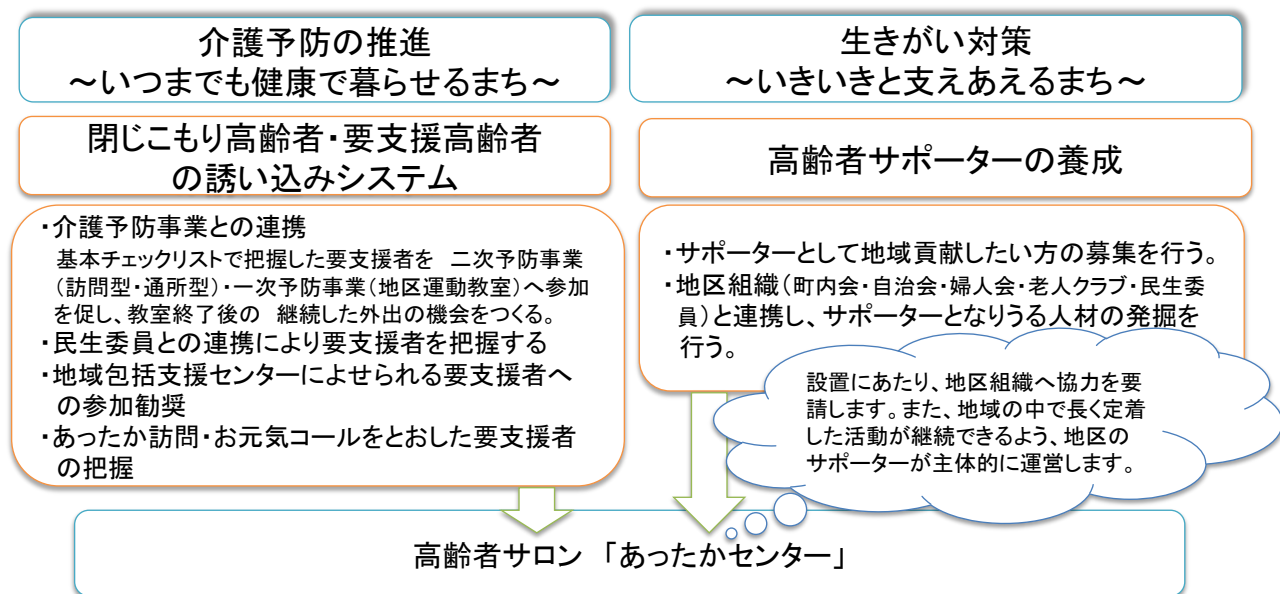
要支援・要介護認定者数と認定率の推移

	平成 18 年	平成 20 年	平成 22 年	平成 24 年
認定者数	2,256 人	2,465 人	2,551 人	2,796 人
認定率	15.6%	16.4%	16.8%	17.8%

取り組み内容と方法

【概要】

- 高齢者の生きがいづくりや介護予防、閉じこもり防止を目的とし、市民ボランティア（高齢者サポーター）との協働により、高齢者サロン事業を実施している。
- 高齢者サポーターの養成及び育成
高齢者が、家庭・地域・企業等社会の各分野で培った豊かな経験、知識や技能を活かし、高齢者サポーターとしてサロンの運営を行うことで、生きがい活動を行なう。また、地域の中で長く活動が続けられるよう、高齢者サポーター養成講座を受講した地域住民が主体的に運営を行う。
- 閉じこもり高齢者・要支援高齢者の誘い込みシステム
健康な高齢者に加え、家に閉じこもりがちな高齢者や要介護状態になるおそれのある高齢者も気軽に参加できるよう、地域集会所など身近な場所を会場にし、健康講話・歌・体操・作品作り・季節の行事など楽しいひと時が過ごせるように実施している。また、月に1～2回ゆったりとした時を過ごすことで、社会的孤立感の解消や自立生活の助長及び介護予防を図る。



【実施主体及び関連する団体】

- 市が実施する高齢者サポーター養成講座を受講した高齢者サポーターが中心となり、協力者とともに運営を行う。なお、サロン開所にあたり、民生委員・町内会・自治会・婦人会・老人クラブなど、関係機関と協議し、協力を要請する。

【市の関与】

- 運営費として、1つのサロンに対し、年間 120,000 円を上限に補助金を交付する。
（平成 25 年度予算額 1,800,000 円）
- 高齢者サポーター養成講座及び高齢者サポーター研修会を実施する。
- サロン設立に向けた打合せ会及びオープニングセレモニーを実施する。

取り組みの成果と課題

【成果】

- サロン数・延べ参加人数・サポーター数が増加し、現在、15 地区で開設している。

	平成 21 年度	平成 22 年度	平成 23 年度	平成 24 年度	平成 25 年度
サロン設置数	4 地区	4 地区	10 地区	12 地区	15 地区
参加者延べ人数		1,281 人	2,021 人	3,462 人	
サポーター養成講座修了者	23 人	25 人	23 人	32 人	27 人

※平成 22 年度は、3 地区にて開所予定であったが、震災の影響で開所ができなかったため、平成 23 年度の開所となった。

- 参加している高齢者にとっては、楽しい時間を過ごすことによって、外出の機会が増え、閉じこもり防止となっている。また、二次予防参加者を含む高齢者の継続した通所先となっており、継続した介護予防に取り組むことができる。
- さらに、ボランティアとして活動しているサポーターが社会貢献することで、サポーターの介護予防にもなっている。

【課題と今後の取り組み】

- 市内 30 地区での開所を目指す。サロンの新設に向け、町内会・自治会などの地域の組織に協力を依頼する。
- サポーターの高齢化が進んでおり、養成講座を継続的に開催して、サポーターの後継者育成に取り組む。
- サポーター向けの研修を実施し、サポーターが継続して充実したサロン運営ができるように支援する。

参考 URL、連絡先

- 白河市 保健福祉部 高齢福祉課 介護保険係
<http://www.city.shirakawa.fukushima.jp/>
0248-22-1111
- 白河市 地域包括支援センター
<http://www.shirakawa-shakyo.ne.jp/hp2010houkatu/houkatu-index.html>
0248-21-0332
- 白河市東部地域包括支援センター
0248-31-8889