

研究成果報告（要旨）

2015年1月

## 民生委員がかかわる高齢者の健康福祉活動

指導 芳賀 博 教授

老年学研究科

老年学専攻

213J6001

小澤 恵美子

Research Paper (Abstract)

January 2015

## Health and welfare Activities for the Elderly

Emiko Ozawa

213J6001

Master's Program in Gerontology

Graduate School of Gerontology

J. F. Oberlin University

Research Paper Supervisor: Hiroshi Haga

## 目次

I. はじめに	
1. 研究の背景と目的	1
2. 研究の位置づけ	2
II. 府川地区における介護予防活動の経過	
1. 対象地域の概況	2
2. 民生委員としてかかわったこれまでの活動の経過	
1) 介護予防サポーター養成講座受講	3
2) 老人会・自治会への呼びかけ	3
3) いもっこ体操サークル設立の経過	3
4) いもっこ体操サークルの内容	4
5) 府川元気会発足	5
6) 府川元気会活動の内容	6
7) 府川元気会の新たな試み、グループリーダーによる運営	6
III. 今後の府川元気会の運営のあり方の検討	
1. アンケート調査	8
2. グループインタビュー	10
IV. 考察	
1. 調査からみえてきたもの	13
2. 民生委員が健康体操教室を立ち上げ、かかわった意義	15
3. 今後の課題	15
V. まとめ	16
VI. 参考文献・資料・謝辞	16

## I. 研究の背景と目的

急速に高齢化がすすむ我が国では、要介護認定を受ける人の数も年々増加の一途をたどっている。そのため、高齢者が要介護状態にならないよう地域支援事業の強化が図られ、介護予防活動等の取り組みの必要性が急務の課題となっている。

埼玉県川越市においても介護予防事業の一環として運動機能の向上、栄養改善、口腔機能の改善、閉じこもり予防、認知症予防、うつ予防等が行われている。地域包括支援センターが実施する介護予防教室いもっこ体操サークル事業もその一つである。

日頃、筆者が民生委員の見守り活動として高齢者宅を訪問すると、運動することがいいことだと分かっているが、一人ではなかなか出来ないし、足腰が弱ってくると遠くへは行けないので、住居の近くで皆で集まって運動などをすることが出来たらいいなあという声を耳にしていたので、川越市府川自治会において、地区担当民生委員 2 名（筆者を含む）が中心となり高齢者の介護予防事業の一環としての運動機能の向上を目指す健康体操教室の自主化を目指した活動を展開することとした。

本研究は、民生委員として地域住民が主体性をもって介護予防活動ができるようサポートする手だてを探ること。主に健康体操教室を通じて、地域での高齢者の健康づくりの自主化を図り、今後の活性化につなげることを目的とする。

対象地域は都心から 30 キロメートルの首都圏に位置するが田園地帯も広がる地域である。府川地区総人口 1, 861 人、世帯数 759 世帯、65 歳以上 428 人、高齢化率 22.99% (26.1.1 現在) である。

## II. 府川地区における介護予防活動の経過

1. 介護予防サポーター養成講座を民生委員（筆者）が受講
2. 老人会・自治会への呼びかけ
3. 「いもっこ体操サークル」設立

「いもっこ体操サークル」開催のための協議を平成 25 年 6 月自治会館にて地域包括支援センター及び老人会・自治会役員、民生委員らにより行い、募集文書を回覧した。対象は 65 歳以上、31 人の申込みがあった。8 月から「いもっこ体操サークル」としてスタートした。

4. 健康体操教室「府川元気会」発足

「いもっこ体操サークル」終了時、自主グループとして活動を続けることを確認、25 人が希望、場所は自治会館とし、月 2 回開催とした。第 1 回を 12 月 19 日とし、「府川元気会」が発足した。体操のリードは介護サポーターが担当した。

- 5 「府川元気会」の新たな試み、グループリーダーによる運営

平成 26 年 4 月からさらに活動の自主化を図るため、当日の運営をグループ毎の輪番制にし、体操などのリードも各グループで担当することにした。

## III. 今後の府川元気会の運営のあり方の検討

府川元気会の活動のさらなる自主化と活性化を図るためアンケート及びグループインタビューを行い検討した。

## 1. アンケート調査

対象：府川元気会会員男性 10 人、女性 15 人 計 25 人、アンケート回収 22 人 88%

方法：自記式のアンケート用紙、体操会当日実施 平均年齢男性 75.6 歳 女性 73.8 歳

調査項目：性別、年齢、居住形態、元気会以外の加入クラブ、いもっこ体操継続の有無、会員を増やすための工夫、今後のことについて等。

## 2. グループインタビュー

対象：府川元気会のグループリーダー等男性 4 人、女性 3 人 計 7 人

方法：平成 26 年 11 月 22 日自治会館にて約 60 分実施

質問内容：元気会に参加した効果・今後の元気会の運営とプログラムについて

元気会を活発かつ継続していくための工夫について。分析方法：質的帰納的に分析

## IV. 結果と考察

### 1. 調査からみえてきたもの

#### (1) 効果について

体操による身体的な効果だけでなく、定期的集まることによって生活のメリハリができ、また、近隣との交流が深まった。元気会を通じて住民同士がつながりを持つことが出来、情報交換や人と人がふれあうことで楽しい場所になり、連帯感が生まれてきていると考えられる。

#### (2) 運営について

参加者の状況を踏まえたプログラムの編成、仲間を増やす工夫等が今後に向けて継続化につながることを示唆された。

会の運営を主体的に進めていくためにはリーダーの存在が大きい。役割分担や、問題点を話し合っ共有し、方向性を見つけることがこれからの府川元気会の更なる自主化につながると考える。

### 2. 民生委員が健康体操教室を立ち上げ、かかわった意義

- ・民生委員が働きかけたことによって、地域組織と連携した健康体操教室を設立することが出来る。
- ・戸別訪問で把握した閉じこもり・虚弱高齢者に参加を促すことによって、高齢者の健康づくり、介護予防につながる。
- ・健康体操教室の欠席者の状況確認をすることにより、変調を早期に発見し、個別支援につながる。
- ・ネットワークを作ることによって行政と住民を結びつける民生委員の行政協力活動がこの活動を通して直接支援だけでなく、民生委員としての他の活動も深まると考えられる。

## V. まとめ

府川元気会の活動を通して得た地域のつながり、問題点の発掘など今後の民生委員活動に活かしていきたいと考える。また、地域住民が主体性をもって介護予防活動ができるようサポートを継続していきたい。

## 参考文献

- 1) 内閣府：平成 26 年版高齢社会白書（概要版）2014 年
- 2) 厚生労働省：平成 24 年度介護保険事業状況報告 2012 年
- 3) 荒木邦子・中村好男 地域高齢者を対象とした「筋力アップ体操教室」の事例  
スポーツ産業学研究 V21 2011 年
- 4) 木下昌代・中村好男 地域高齢者が設立した運動自主グループの設立経緯—千葉県  
市川市「はっらっ健康体操教室」の事例—スポーツ産業学研究 Vol22、No1  
2012 年
- 5) 民生委員の三つの活動領域とその課題—民生委員活動に関する文献研究— 東洋大学  
福祉社会開発研究 2009 年
- 6) 中尾理恵子・川崎涼子・杉山和一 長崎市内民生委員の活動のモチベーション  
保健学研究 20（2）2008 年
- 7) 民生委員法（昭和 23 年 7 月 29 日法律第 198 号） 厚生労働省
- 8) 民生委員・児童委員の歴史 全国民生委員児童委員連合会
- 9) 前原なおみ 高齢者等見守り活動における個人情報保護の現状と課題 甲南女子大学  
研究紀要第 6 号 看護学・リハビリテーション学編 2012 年
- 10) 山村史子 小地域福祉活動における民生委員の役割に関する考察—情報収集の困難性  
をめぐって—桜花学園大学人文学部研究紀要 第 11 号 2009 年
- 11) 渡辺みどり・征矢野あや子・上原ます子 健康体操教室に長期参加し続けた地域高齢  
者の経験 身体教育医学研究 8 2007 年