

## チャレンジ！！オープンガバナンス 2016 市民／学生応募用紙

地域課題タイトル (注)	No. (事務局用)	タイトル 高齢者の QOL 向上	自治体名 会津若松市
アイデア名 (公開)	生きがいと楽しみを提供できる会津若松市		

(注) 地域課題タイトルは、COG2016 サイトの中に記載してある応募自治体の地域課題名を記入してください。

### 1. 応募者情報

チーム名 (公開)	KSSH		
チーム属性 (公開)	<input type="radio"/> 1. 市民によるチーム <input checked="" type="radio"/> 2. 学生によるチーム <input type="radio"/> 3. 市民、学生の混成によるチーム		
代表者情報	氏名 (公開)	佐藤 優希	

#### ※ 公開条件について

次ページ以降の「2. アイデアの説明」でご記入いただく内容は、内容を確認した上で、クリエイティブ・コモンズの CC BY (表示) 4.0 国際ライセンスで、公開します。ただし、申請者からの要請がある場合には、CC BY-NC (表示-非営利) 4.0 国際ライセンスで公開しますので、申請の際にその旨をお知らせください。いずれの場合もクレジットの付与対象は応募したチームの名称とします。

(具体的なライセンスの条件につきましては、

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/legalcode.ja>、および、

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/legalcode.ja> をご参照ください。また、クリエイティブ・コモンズの解説もあります。<https://creativecommons.jp/licenses/>)

#### (注意書き)

<応募の際のファイル名と送付先>

1. 応募の際は、ファイル名を COG2016\_応募用紙\_具体的チーム名\_該当自治体名にして、以下まで送付してください。東京大学公共政策大学院の COG2016 サイトにある応募受付欄からもアクセスできます。 admin\_padit\_cog2016@pp.u-tokyo.ac.jp

<公開非公開など>

2. アイデア名、チーム名、チーム属性、代表者氏名、「アイデアの説明」は公開されます。
3. 上記の公開は、内容を確認した上で行います。(例えば公序良俗に違反するもの、剽窃があるものなどは公表いたしません)
4. この応募内容のうち、「審査項目自己評価」は、非公開です。なお、内容に優れ今後の参考になりうると判断したものは、公開審査後アドバイスの段階で相談の上公開することがあります。
5. 「アイデアの説明」中に、文章、写真、図画などで応募したチーム以外に知的所有権が属する箇所がある場合には、法令に従った引用や知的所有権者の許諾を得るなどをした旨をそれぞれ注として書いてください。「審査項目自己評価」中も同様をお願いします。

<チームメンバー名簿>

6. チームメンバーは別紙のエクセルファイルに記載して提出してください。(2. の扱いによる代表者氏名を除き、他のメンバーに関する情報は COG 事務局からは非公開です。詳細は別紙をご覧ください。)

## 2. アイデアの説明（公開）

データや資料を活用して課題の具体化とその解決につながるアイデア（公共サービス）のストーリーを語ってください。

### (1) アイデアの内容（公開）

アイデアは、だれがする、何を、どこでする、いつする、どのようにするものなのかを考えて、各要素を入れて内容を描きストーリーを整理していくとよいでしょう。以下の欄内でご記入ください。（必要に応じて図表を入れても構いません）

先日、会津若松市で開催された「ヘルスケア×IoT ハッカソン」に出場したのをきっかけにヘルスケア IoT の事情を知ることができた。そこで、会津若松市が IT 産業の街であるという利点を活かし、会津大学生である私たちがソリューション作りに取り組んでみたいと考えるようになった。

[会津若松市の現状]

・会津若松市の要介護等認定者数の比率が全国平均と比べても高いことから高齢者が生活面、健康面などにおいて充実していないのではないかと考えた。

[自分たちなりの課題の深掘り]

・訪問介護から先に進むところが問題であり、いかに訪問介護でとどめておくか、が重要  
 ・梅雨（6-7月）と冬シーズン（12-3月）は気分が落ち込んだり、家に閉じこもったり、転倒してケガをする人が増える可能性がある

[対策の案]

高齢者自らが外に出たくなるようなイベントやサービスを会津若松市の若者たちが考案する。会津若松市には看護学校と短大の食物栄養科、福祉科がある。そしてコンピュータ理工学部の会津大学の私たちが一緒になって新しいイベントやサービスを提供することができる。一例として、会津大学がロボット・AI・3D プリンター・暗号など高齢者にも楽しみやすいイベントを主催する。高齢者のサポートとして看護学校と短大の福祉科の生徒に協力してもらう。また、イベントの昼食時には短大の食物栄養科の生徒が考案した料理を提供してもらう。

また、梅雨と冬シーズンの時期に高齢者がイベントに参加率を上げるために送迎のサービスと連携して行っていく。梅雨と冬シーズンにイベントを開催するので、体育館や公民館・介護施設などの室内で行う。さらに、イベントは、より高齢者の健康状態や介護レベルに適したイベントに参加してもらう。例えば、健常高齢者と要支援高齢者と要介護高齢者に分ける。健常高齢者には、趣味の活動やスポーツや交流など幅広いイベントに参加してもらう。また、スマートウォッチ使用し、半自動的に自己管理をするよう促す講習会も私たちが行う。スマートウォッチで得た高齢者のデータ(歩数、消費カロリー、心拍数等)で自分を見つめ直すことで運動や食事の改善につながると考える。要支援高齢者は、棒サッカーと呼ばれるスポーツや介護施設や看護学校や短大の人たちのサポートしながら趣味の活動などのイベントに参加してもらう。要介護高齢者は、耳や目で楽しむことができるイベントに参加してもらう。耳や目で楽しむイベントとは、認知機能の低下防止にもなる音楽や展示会である。このような対策を実施することで、より多くの高齢者がイベントに参加し、自分なりの生きがいや楽しみを見つけられるという効果が期待できる。

会津若松市の高齢福祉課の方は、私たちが受講しているベンチャー体験工房という授業にも協力しているので、私たちが提案した新しいソリューションにも協力していただくと考えている。新しいソリューションとは「地域の IT 産業への効果」、「介護産業の効率化」を促進するという意味であり、地方創生にも大いに貢献できるものだと考えられる。さらには副次的な効果として、現在地方が抱える問題の一つである若者が都市部に流出する問題にも効果があると考えられる。会津大学は男性が多くの割合を占め、同様に会津大学短期大学部や看護学校は女性が多くの割合を占めている。イベントの企画や運営を通して若者と高齢者のコミュニケーションが活発になり、若者のマッチングも促進されるので、会津地域への定住化も狙えるのである。

## (2) アイデアの論拠（公開）

アイデアの論拠（なぜこのアイデアにするのか）を、それをサポートする数値データ（実績、統計やアンケートなど数字であらわされるもの）や証拠（資料や計画、既存の施策など）（以下：総称して「データ類」といいます）などを含めつつご記入ください。数値データや証拠は出所を明らかにしてください。以下の2ページの欄内におさまるようお願いします。

現在、会津若松市は少子高齢化になっている。2016年度における65歳以上高齢者の割合は約29.5%（会津若松市高齢者福祉計画・第6期介護保険事業計画：P24参照）である。団塊の世代が高齢者になる2025年度には約34.3%（会津若松市高齢者福祉計画・第6期介護保険事業計画：P24参照）になると想定される。会津若松市の要介護等認定者数の比率が全国平均と比べても高い。（会津若松市の要介護等認定者数の比率：<http://www.city.aizuwakamatsu.fukushima.jp/docs/2016062000023/files/houkatukea-system.pdf> P3参照、全国の要介護等認定者数の比率：厚生労働省介護保険事業状況報告平成28年1月要介護（要支援）認定者数 男女計参照）このように要介護等の高齢者の割合が増加すると、医療費と介護費用の増加といった問題が起こる。この問題を防ぐために、高齢者のQoL向上を目的とした高齢者が生きがいや楽しみを持った暮らしかつ訪問介護にとどめることが大事である。高齢者の生きがいや楽しみとして行っていることは以下の表です。

区分	生きがいや楽しみ	
	2014年度	2011年度
趣味の活動	41.5%	38.5%
スポーツ・レクリエーション	24.5%	22.3%
学習や教養を高めること	22.1%	18.8%
町内会・自治会等の活動	17.2%	16.7%
ボランティア活動	10.9%	9.9%
老人クラブ活動	9.4%	12.6%

<会津若松市高齢者福祉計画・第6期介護保険事業計画：P29参照>

表から生きがいや楽しみを感じられる活動は、趣味の活動とスポーツ・レクリエーションと学習や教養を高めることである。しかし、要支援高齢者・要介護高齢者は自分ひとりで趣味の活動やスポーツ・レクリエーションができない人も一部にいると思われるので、生きがいや楽しみが減る可能性がある。

次に訪問介護にとどめる理由を説明する。一つ目は、財源の問題である。高齢者がピークになる2025年度のために特別養護老人ホームや優良老人ホームのような施設を増やすと、施設を増やすだけで費用が莫大になる。また、2025年が過ぎたあとの施設の維持の費用が心配される。

二つ目は、高齢者が自宅介護を半数が希望しているということです

「今後、もし介護が必要になった場合の高齢者の希望」の調査は以下の結果である。

回答内容	2014年度	2011年度
自宅で介護サービスを受けながら生活したい人の割合	26.4%	28.9%
自宅で、家族や親族などの介護を受けながら生活したい人の割合	23.2%	28.2%
特別養護老人ホームや有料老人ホームなどに入所したい人の割合	14.3%	10.3%
その他・わからない・無回答	36.1%	32.6%

<会津若松市高齢者福祉計画・第6期介護保険事業計画：P31参照>

表から自宅での介護を希望する高齢者は約 50%で、老人ホームを希望する高齢者は約 15%でした。  
以上、2つの理由から訪問介護の充実が会津若松市として一番よい方法である。

次に、健常高齢者と要支援高齢者から要介護高齢者になることを防ぐことも非常に大事である。  
高齢者が要介護状態になった主な原因は以下の表である。

男		女	
脳血管疾患	21.3%	関節疾患	21.7%
認知症	16.1%	認知症	21.4%
関節疾患	9.5%	脳血管	10.6%
心臓病	7.9%	骨折転倒	10.5%
骨折転倒	5.4%	悪性新生物	7.2%

<会津若松市高齢者福祉計画・第6期介護保険事業計画：P4 3ページ参照>

表から、脳血管疾患、悪性新生物、また関節疾患につながる肥満や骨粗しょう症などは生活習慣病を改善することで進行を予防することが可能である。要介護状態を予防するには生活習慣病を予防することが重要といえる。生活習慣病を予防するために、特に運動不足になりやすい梅雨の時期や冬シーズンに私たちのような若者と会津若松市が協力して室内でできるイベントを開催していく必要がある。

### (3) アイデア実現までの流れ（公開）

アイデアを実現する主体、アイデアの実現にいたるプロセスとマイルストーン等、アイデア実現までの大まかな流れについて、以下の欄内におさまるよう、簡潔にご記入ください。（必要に応じて図表を入れても構いません）

会津には、ITの大学と食物栄養の短大と看護学校とすべてがそろっているので、学生が連携して新しいアイデア、ソリューションを作っていくことが大人を動かす原動力になると思う。自分たちの40年後を見据えて、今の自分たちがデザインすることが重要であると考え。アイデアを実現する主体は会津若松市健康福祉部高齢福祉課の支援・連携が不可欠である。高齢者へのイベント告知やイベントの参加の有無は、私たちのような若者が主体となって活動する他、各訪問介護のヘルパーや老人介護スタッフなどにも協力してもらう。イベントを主催する団体または個人は、会津大学、短大や看護学校などである。但し、送迎のサービスをする人は大型者が運転できる人に限る。

イベントには高齢者をサポートする短大の社会福祉学科の生徒や看護学生も参加させる。看護師や介護士を志す学生にとっても良い経験になるという相乗効果も期待する事ができる。

<イベント提案・企画から運営までのプロセス>

- ① 会津大学が主催するイベントを提案する。
- ② イベントが決定したら、イベントが書かれているチラシを発行する。
- ③ できるだけチラシの制作費用を減らすために、不特定多数に配布しない。訪問介護を既に受けている方はデイサービスや食事の宅配サービスの企業と連携して利用者にチラシを配布する。老人ホームにいる高齢者には、私たちが直接出向きチラシを配布する。また、健常高齢者は、銀行や病院などにポスターを展示させてもらい周囲に周知させる。配布するときは、企業と施設の方は、介護レベルにあったチラシを選んで配布してもらう。
- ④ 私たちの他に、訪問介護する方や施設の方にも協力してもらいイベントへの参加の有無を確認し、会津若松市健康福祉部高齢福祉課が送迎を依頼する。
- ⑤ 人数と介護レベルを把握して、送迎する担当者に依頼する。または、参加人数に合ったヘルパーや介護スタッフの方に協力を依頼する。
- ⑥ 当日、参加者の送迎
- ⑦ イベントでは、短大の生徒や看護学生と協力しながら運営していく。
- ⑧ イベント終了後、アンケートの配布、参加者の送迎
- ⑨ アンケートの結果を元により良いイベント企画の参考にする。

#### (4) そのほか（公開）

アイデアのアピールポイントや、アイデア実現に当たっての制約があればそれとその当面の解決方法、さらに将来の発展可能性（例えば「将来的にxxという制約をクリアできれば、追加で○○ということが実現できる」など）について、以下の欄内におさまるよう、簡潔にご記入ください。

私たちのアイデアは、会津大学と短大と看護学校が主体となって、企画から運営まで行っていく。

高齢者の生きがいと介護が必要になる要因の解決策が同じである点を利用して、高齢者はただ健康の為に運動や必要な活動を行うのではなく、生きがいを見つけながら体を動かし、そこで形成されるコミュニティに参加することで心身ともに健康になる。

高齢者の介護を0にすることは決して簡単なことではないが、この取り組みにより1人でも多くの高齢者が健康的な生活を送れば、必要な人に必要な資源を再分配でき、介護が必要な人にはより不便のない生活を、介護が必要のない人には今より健康的で生きがいのある毎日を送ることが出来る。

また、副次的な効果として、現在地方が抱える問題の一つである若者が都市部に流出する問題に効果があると考えられる。会津大学は男性が多く割合を占め、同様に会津短期大学部や看護学校は女性が多く割合を占めている。イベントの企画や運営を通して若者と高齢者のコミュニケーションが活発になり、若者のマッチングも促進されるので、会津地域への定住化も狙える。

この形が私達の考えるQoLである。

また、将来的により高い介護度の高齢者に対応するため福祉車両を利用することが出来れば、より多くの高齢者へ活動の幅を広げることができ、より多くの高齢者のQoLを向上させられると考えられる。