

日 時：令和7年2月7日（金）午後1時30分～午後3時30分

会 場：多摩市役所 301会議室

出席者：8名

欠席者：なし

傍聴者：0名

1 開会

- ・高齢支援課長挨拶

2 報告

（1）TAMAフレイル予防プロジェクト実施報告

（資料1-①、②に沿って説明）

- （意見）男性の参加者が少ない、リピーターが少ないと話があった。例えばゴルフやスポーツジムなど男性が興味ある活動が付属していると参加しやすいのではないか。運動する機会に出向いて実施すると良い。楽しいと思ってもらえる場所であれば、リピーターにもつながる。
- （意見）インセンティブがあると人が集まる。例えば参加すると何かもらえるというようなことはないか。
- （事務局）大規模会場での開催の際は、企業参画によりインセンティブを準備し参加者を増やすことは考えられる。小規模・中規模の開催には取り入れていない。立ち寄り型の開催は男性の参加者が多い。
- （意見）多摩市健幸ポイントの事業が実施されていたが、TFPPは対象にならないか。
- （事務局）健幸ポイントは企画課が今年度試行的に実施した。今後の取り組みや具体的な方法は所管課とこれから検討する。
- （意見）2回目の参加者向けに、過去の結果との比較をその場で渡すことは可能か。
- （事務局）出来るだけフィードバックを入れて自分の状態が改善できたのか伝えられるようにしていきたい。
- （意見）リピーターの数はどのくらいか。
- （事務局）資料1-①のとおり。

（2）通いの場戦略会議について

（資料2）に沿って説明

- （意見）通うことによって得られる効果を、評価指標を作り数値で表されるとわかりやすい。
- （意見）通いの場が多摩市の中心。量から質へということをテーマに掲げてほしい。男性参加者が少ない理由は、閉じこもりな訳ではなく、活発な人が多く、今の介護予防サービスの客としてのニーズは少ないということ。ケアされる側からケアする側へ変えていくという視点が必要。ぜひニーズについて本格的に話合してほしい。また、実現するためには市民の地域に対する考え方が重要。今後多摩で30年以上生きていくために必要なことを考えていけるよう、地域の調査や実踏など学ぶ機会を作り、今後プログラムを作してほしい。今まではどちらかというと体操など手段のことがメインであったが、信念をどうするかを今後考えて行ってほしい。

- （意見）通いの場は100近くある。市民活動が活発なのは多摩市の強み。趣味活動の中でも、閉

じこもりを防ぐ、認知症予防など様々な目的を持って活動している。様々な住民の思いを反映してサポートしていけると良い。

(3) 住民主体の通いの場の新たな取り組み「認知力アップトレーニング」について

(資料3-①、②、③に沿って説明)

- (意見) 地域ケア推進係と介護予防推進係の役割分担について、お互いの進めている部分についてどのようなつながりがあるか。
- (事務局) 地域ケア推進係は認知症施策、介護予防推進係は介護予防の啓発活動を行っている。今通いの場に通っている人が認知症があっても通える場にしていきたい。既存の通いの場にプログラムを取り入れる等、興味があるところには啓発の場で、包括に関わってもらいながら連動して進めていきたい。
- (意見) 通いの場では、良くなった症例が動画等で出されると地域へのインパクトがあると思うが、どのように考えているか。
- (事務局) 今回については、効果的なプログラムがあるという視点、有酸素運動を取り入れて代謝が良くなるという提案をしている。今後は活動の生の声を入れて紹介していく。
- (意見) 地域のスターをつくり周りの人にも普及するような場にしていけると良い。
- (意見) 一緒に共生してグループを作り上げていく難しさを感じている。皆で一緒に体操、脳トレを取り組んでいくというところをサポート出来ればと思う。
- (意見) 参加した方の数か月、数年単位での効果の数値化、見える化があると良い。

(4) 令和7年度介護予防・日常生活支援総合事業計画について

(資料4に沿って説明)

- (意見) 介護予防ケアマネジメントについて、本来予防は自立支援の視点で考えると一番大事。地域包括支援センターでメインになるべきであるにも関わらず、事業は理念的な順位と実際の順位が違ってきている。背景には、地域包括支援センターが困難者を多くみているため、高齢者像が弱い人の方にシフトしているということがある。今後出来ることとして、ケアマネジメントのプロセスの中で「強み」を強調する選択がある。その人の強みを伸ばそうと強調することによって多摩市の強みシート等を作り、その人の良いところを伸ばしていけるような取り組みが出来ると良い。

(5) 健康づくり推進事業について【資料5】

(資料5に沿って説明)

- (意見) 参加者のうち、ポール利用者が少ない理由はなにか。
- (事務局) ポールを使えば歩ける方に「持ってきて良い」というアナウンスをしている。ポールがなくても歩ける方は持ってきていないため使用者が少ない。
- (意見) ノルディックウォークは上肢運動が加わることによって全身運動になりプラスの効果がある。使わずに歩ける人も、この機会に皆で使用してみてはどうか。使う人が増えれば、使わないと参加出来ない人も堂々と参加できるようになるのでは。
- (事務局) ノルディックポールは後ろ斜めにつく形となり、50名程が隊列になって歩行するためお断りしている。
- (意見) 手と足を一緒に使って歩くことが良い。ぜひノルディックの制限はせずにポールを持って歩くという事業を考えてほしい。

(6) 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業の取組状況について

(資料6に沿って説明)

意見・質疑なし

3 協議

・今後の一般介護予防事業評価委員会の在り方について

(資料8、資料9－①、②に沿って説明)

(意見) 高齢支援課が出した評価の仕方は、内容は素晴らしい。高齢支援課だけでなく、市役所内全部で共通評価方法に統一していただきたい。誰のための事業なのか、評価のために事業をする訳ではない。市民のためということがずれないように。

(意見) 地域づくりで、地域の人もプレイヤーと一緒に実施していくには、アウトカムとアウトプットを同じだけの重要性でみることが大事。今までのアウトプットも評価の一つ。市民がおいて行かれる感じになってしまわないよう注意が必要。

(意見) 実施回数変更、委員改選の時期については意義なし。

(意見) 市民の意見を取り入れるような方策は考えているか。

(事務局) 地域の目指す姿であるため、市民の想う地域像をどのように取り入れていくかは考えていかなければならない、工夫していきたいと考えている。

・TAMA フレイル予防プロジェクトについて

(資料7に沿って説明)

(意見) セカンドチェックを少なくすると、地域包括支援センターは入らないようになるか。

(事務局) ファーストチェックの結果確認で、包括支援センターには引き続き関わってもらう。

(意見) 行動変容には準備段階が必要かと思うが、介護予防についてすぐに行動を変えようと思っている、数か月後に行動を変えようと思っている、など本人の意思に対しての評価が必要だと思っているのか。TFPPに参加すること自体が行動変容と捉えているのか。

(事務局) 大規模会場は無関心層が参加されることが予想され、すぐに行動変容につながるのは難しいと考えている。中規模開催は、関心のある人の参加が予想されるため、すぐに行動変容につながるようなフォローが出来ればと考えている。

(意見) 報告事項で報告されたTFPPの課題や改善点と、今回の協議事項の目標、目的について整合性は取れているのか。

(事務局) 事前に翌年度の実施についての打合せを実施している。

(意見) 行動変容が出来たという評価を、どのタイミングでどう行うのか。

(事務局) リピーターの測定数値の変化、フィードバックでの聞き取りで確認していきたい。

4 その他

次回、第1回は5月頃を予定。

以上