

美里町

～高齢者いきいき対策事業～

(1) 美里町の概要

(ア) 美里町の基本情報

美里町は、埼玉県の西北部に位置し、東京都心から約 80 km の距離にある。地勢は、南北に長い地形で、中央以北は平坦な田園地帯が広がり、南部にいくにつれて山間地帯となっている。道路・交通は、JR 八高線が町の中央を横断し、国道 254 号線と幾つかの県道が通っている。平成 16 年には上越新幹線本庄早稲田駅が隣接する本庄市に開通し、また平成 24 年に関越自動車道の寄居 PA にスマートインターチェンジ設置の事業化が決定となり、さらに交通の利便性が向上することが見込まれる。

美里町の近年の基幹産業は、従来からの米麦やビニールハウスによる促成栽培だけではなく、ブルーベリー等の果樹園による観光農園も盛んになってきたところである。スマートインターチェンジの開通を契機に、企業や観光振興などの施策を展開し、町の活性化を図っていく。平成 10 年をピークに減少に転じている人口についても、住宅・住環境の整備を積極的に進めるとともに「美里町ファーストマイホーム応援制度」を利用し、若者や子育て世代に定住してもらえる方策を推し進めている。

① 面積	33.48km ²
② 人口	11,775 人
③ ②のうち 65 歳以上人口 (再掲) ※【 】内は高齢化率	2,853 人 【24.2%】

(平成 24 年 1 月 1 日現在。町(丁)字別人口調査)

(イ) 人口分布概要と見込み

美里町の現在の高齢化率は、県平均と比較しても高く、今後も急速に高齢化が進展すると予想される。

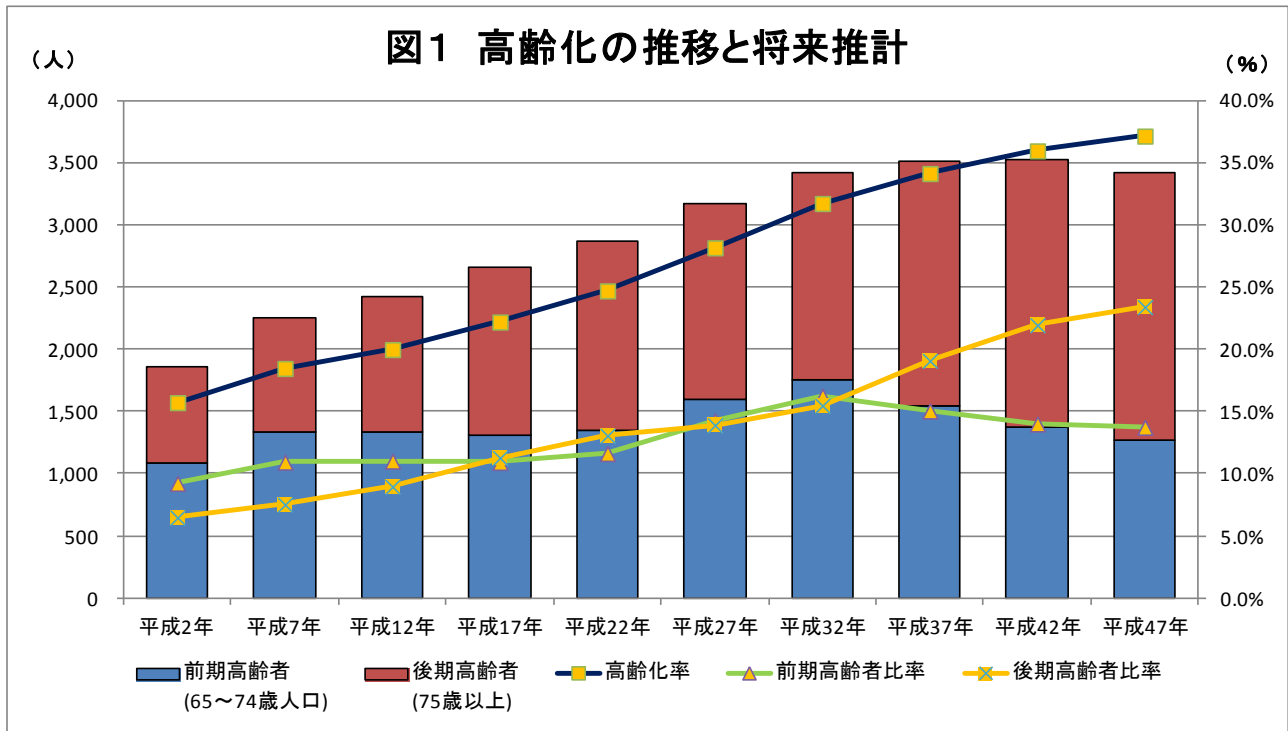
表1 高齢化の推移と将来推計人口

(人)

年	国勢調査人口					将来推計人口				
	平成2年	平成7年	平成12年	平成17年	平成22年	平成27年	平成32年	平成37年	平成42年	平成47年
総人口	11,782	12,197	12,107	11,963	11,605	11,230	10,784	10,301	9,788	9,216
前期高齢者 (65～74歳人口)	1,088	1,334	1,334	1,306	1,350	1,601	1,751	1,550	1,371	1,266
後期高齢者 (75歳以上)	764	918	1,085	1,349	1,516	1,561	1,669	1,965	2,147	2,156
高齢化率	15.7%	18.5%	20.0%	22.2%	24.7%	28.2%	31.7%	34.1%	35.9%	37.1%
前期高齢者比率	9.2%	10.9%	11.0%	10.9%	11.6%	14.3%	16.2%	15.0%	14.0%	13.7%
後期高齢者比率	6.5%	7.5%	9.0%	11.3%	13.1%	13.9%	15.5%	19.1%	21.9%	23.4%

平成22年までは、国勢調査人口

平成27年以降は、『日本の市区町村別将来推計人口』(平成20年12月推計)(H17国勢調査から推計)



(2) 美里町の取組

(ア) 取組の概要

美里町には23の行政区があり、各地区に集会所や公民館などの施設が整っており、ここを高齢者が気軽に集まれる「憩いの場所」として事業をスタートさせた。高齢者の社会的孤独感の解消を図り、介護予防推進の一環として行政主導型で始めたものであるが、当初から地域主体の活動であることを前提とした。行政は、高齢者が自主的に、また地域助け合いの中で継続して自発的な活動となるよう支援している。地域包括支援センター支援としては、介護予防を目的とした健康体操や脳活性化トレーニング、またレクリエーションなどを実施しており、保健センター保健師による血圧測定や健康相談も併せて実施している。地域ボランティアによる様々な支援も広がりを見せている。年を追うごとに実施する地区が増え、参加人数も増加しており、地域の輪が大きく広がっている。

(イ) 取組の契機

① 交流機会と居場所の減少

かつて、高齢者の中で「茶のみ」という日常的にみられた風景が少なくなった。これは、ひとり暮らし高齢者等の心身の衰えからくる閉じこもり高齢者が増えたのが一要因であると考察した。

② 介護予防の重要性

事業開始時期、介護予防重視型の方針が打ち出され、65歳以上の高齢者を対象とした事業の施策検討が進められていた。

③ 地域のつながり

地域高齢者が自ら活動することで、高齢者同士はもちろん、周囲で支える人と共に地域を創る必要性を感じていた。

(ウ) 取組の内容

事業名	高齢者いきいき対策事業
事業開始	平成18年度

	平成24年度	平成23年度
予 算	12万円 ・個人ファイル購入 2万円 ・体操等教材の購入 10万円	27万円 ・新規実施地区補助金 5万円 ・個人ファイル購入 7万円 ・体操等教材の購入 10万円 ・携帯マイク購入 5万円
参加人数	4,200人(見込み)	4,039人
期 間	平成24年4月～平成25年3月	平成23年4月～平成24年3月
実施体制	町内の集会所等28ヶ所で実施 各行政区の区長・役員、地区老人クラブ、民生委員、ボランティア、地域包括支援センター、保健センター	町内の集会所等27ヶ所で実施 各行政区の区長・役員、地区老人クラブ、民生委員、ボランティア、地域包括支援センター、保健センター

① 年間計画を調整(平成24年3月)

各行政区の代表者と実施日の年間計画を調整した。これにより、介護予防の取組み内容や支援方法を決めた。

② 自主的な介護予防への取組み(平成24年4月～平成25年3月)

活動内容は地区の自主性を第一に考え、参加高齢者が気軽に楽しく継続できる内容にすることを心がけている。介護予防においては、年度ごとにテーマを設け、平成23年度は低栄養防止、平成24年度は運動機能の維持・アップを目的に実施している。

実施回数は、各地区とも月一回のペースで、活動時間は1時間30分程度である。地区ごとに違いはあるが、おもに次のような流れで実施している。



- (1) 高齢者の交通事故防止や消費者被害防止などのお話。
- (2) 運動機能の維持・アップを図るため、高齢者が簡単に自宅でもできる全身運動を行っている。
- (3) 脳活性化トレーニングとして、指運動や絵のまちがい探しなどを行っている。
- (4) お茶を飲みながら雑談
- (5) ボールを使ったレクリエーションは、参加者全員で実施している。
- (6) 口腔機能の向上のため、童謡や唱歌を合唱している。
- (7) 保健師による血圧測定と健康相談。

(エ) 取組の効果

① 参加者の増加と地域共助

継続して実施することで、年を追うごとに実施地区、参加者ともに増えている。参加者同士が声を掛け合ってくるのはもちろん、会場が遠い方には、役員やボランティアが車で送迎する地区もあり、助け合いの体制ができています。

	平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成23年度
実施地区数	13ヶ所	23ヶ所	26ヶ所	27ヶ所
延べ実施回数	39回	130回	217回	263回
延べ参加者数	574人	2,103人	3,478人	4,039人

② 地方自治体にとっての効果

事業で実施している健康体操や脳活性化トレーニングなどは、高齢者の介護予防・健康づくりに効果大である。保健師による健康相談や血圧測定を定期的に行うことで、病気の早期発見につながり、必要に応じて医療機関への受診を促している。

(オ) 成功の要因、創意工夫した点

① 気楽な居場所づくり

誰もが気楽に集まれる場所づくりを目指した。活動メニューもできる限り多く用意し、関係機関や地域ボランティアの協力により、楽しく活動できる場とした。

② ファイル・血圧表を個人管理

参加者全員に名前入り個人ファイルと血圧表を渡している。健康体操や歌詞などの配布物を自分でまとめてファイルに綴り管理することで、単発参加ではなく継続的に参加する意識が高まる。

(カ) 課題、今後の取組

① 予防効果の検証

参加者数が増加し、介護予防効果の検証が必要と考えている。モデル的地区を選定し、その効果を検証していきたい。

② 男性の参加者が少ない

全参加者の7割以上が女性であり、男性の参加者が少ない状況にある。男女ともに楽しく健康づくりができる対策が必要である。

③ ボランティアリーダーの養成

実施地区が増え、行政がすべての活動を支援することが困難な状況にある。事業をサポートできるリーダー的人材の養成が急務となっている。