

介護予防と多様な通いの場： その概念と類型化

東京都健康長寿医療センター研究所社会参加と地域保健研究チーム 研究部長
東京都介護予防・フレイル予防推進支援センター センター長 藤原 佳典



介護予防事業は、2006年から開始され、主には、要介護認定のリスクが高い高齢者を対象とした教室を中心としたハイリスクアプローチとして展開されてきた。しかし、このハイリスクアプローチの短期的予防効果は得られたが、教室終了後の高齢者の自主的な継続という点に課題があった。そこで、2014年からポピュレーションアプローチへと方針が転換され、「地域づくりによる介護予防」に向けた「通いの場」づくりが推進されてきた。

「通いの場」の要点は、「住民が主役（主体）で、行政や専門職は黒子（支援者）」という点にある。それを前提に、心身機能の維持・向上と、社会参加の場であることが強調されている。このような「通いの場」を推進していく中で、令和元年度の「一般介護予防事業等の推進方策に関する検討会取りまとめ」において、多様な通いの場の展開が示された。活動内容として、体操に限らず、介護保険所管以外の部局が担当するスポーツや生涯学習、防災・防犯、民間企業・団体など多様な主体と連携したプログラムも推奨されている。また、活動方法も、就労的活動、多世代交流、公園・農園を活用した事例が紹介されている。多様な「通いの場」推進の背景には、住民の選好の多様性がある。例えば、体操には興味がない住民でも、興味ある趣味活動であれば参加する可能性がある。そして参加した「通いの場」の多様性に応じて直接・間接的に介護予防・フ

レイル予防が期待される。まずは、地域活動に参加する幅広い入り口として「多様な通いの場」の展開が求められる。

一方、行政が多様な「通いの場」を支援する上でその概念とタイプの整理が必要である。そこで、筆者らは、「通いの場」の概念及び行政が把握すべき「通いの場」の類型についてまとめた。

「通いの場」の概念は、高齢者をはじめ地域住民が、他者とのつながりの中で主体的に取り組む、介護予防やフレイル予防に資する月1回以上の多様な活動の場・機会と定義した。

「通いの場」の「主目的」により以下の3タイプに分類した。タイプⅠは「共通の生きがい・楽しみを主目的にした活動」、タイプⅡは「交流（孤立予防）そのものを主目的とする活動」、タイプⅢは従来の「心身機能の維持・向上等を主目的とした活動」、また、それ以外に、計画的に「運営」されていない場・機会を、タイプⅣと分類した。馴染みの飲食店、フィットネスジム、犬の散歩などの顔なじみ同士の関係等を指す。タイプⅣは、把握が難しいが、「通いの場」のサテライトとも考えられる。地域に精通する専門職からは、通いの場に来ない人や来られなくなった人にとっての居場所であり、見守りや様々な啓発の場として、把握しておくことで役に立つ場との声が聞かれる。多様性の時代の「居場所」として、今後、注視することが望まれる。