

住民主体の介護予防～誰も見捨てない、自助・互助のまちづくりを目指して～

熊野町シルバーリハビリ体操指導士会が

「健康寿命をのばそう！アワード」を受賞！

山根副知事表敬訪問 12月9日(月)15:30- 県庁北館第1会議室

この度、熊野町シルバーリハビリ体操指導士会が「第13回健康寿命をのばそう！アワード（介護予防・高齢者生活支援分野）」厚生労働大臣優秀賞^{*1}を受賞しました。

同指導士会等が山根副知事を表敬訪問し、取組内容や受賞の報告を行います。

※1 厚生労働省が介護予防・高齢者生活支援への貢献に資する優れた自助努力活動等を表彰する制度

1 受賞内容

シルバーリハビリ体操指導士達が、町内における自助・互助のまちづくりを目指し、行政と連携して、介護予防に資するシルバーリハビリ体操を指導・普及することで、地域のネットワークづくりにも寄与してきたことが評価されました。（取組の詳細は別紙）

2 山根副知事訪問内容

(1) 日時、場所

12月9日（月）15：30～16：00、県庁北館第1会議室

(2) 訪問者

熊野町シルバーリハビリ体操指導士会 会長 池田 正義（いけだ まさよし）

副会長 岡田 英朗（おかだ えいろう）

副会長 宮川 眞理子（みやがわ まりこ）

熊野町高齢者支援課地域包括支援グループ 主査 水主川 明日香（かこがわ あすか）

3 活動内容

- ・超高齢社会を乗り切るために、住民が住民を育てることのできるシステムの構築を目指し、シルバーリハビリ体操指導士養成事業を開始。
- ・養成講習会を受講し認定を受けた指導士で組織された指導士会は、体操教室の主催や指導士の派遣等、シルバーリハビリ体操の普及啓発を行いながら、住民の健康維持・増進、介護予防に貢献するとともに、地域のネットワークづくりにも寄与している。
- ・指導士は町とともに、新たな指導士養成のため、養成講習会の講師も行っている。
- ・平成30年西日本豪雨災害においても、避難所に避難した指導士等が避難者に対して体操指導を行い、住民のフレイル予防に貢献した。
- ・指導士が発掘してきた地域のニーズから、町と連携して地域の自治会や民生員等に働きかけ、新たな通いの場[※]の創設と活動支援を行っている。

※通いの場とは、地域の方がお近くの集会所や公民館等に集まり、体操等の様々な活動を行っている場のことです。健康維持や介護予防につながっています。

4 活動風景

【写真①】



【写真②】



【写真③】



- 【写真①】 教室での体操指導の様子（オレンジ T シャツを着用しているのが指導士）
- 【写真②】 イベントでの普及啓発活動
- 【写真③】 指導士養成講習会の様子（指導士が新たな指導士を養成）

情報取扱注意
(11月29日表彰式実施後、解禁)

(別添) 第13回 健康寿命をのばそう！アワード（介護予防・高齢者生活支援分野）受賞者一覧

表彰名		自治体名	企業・団体・自治体等名称	取組名
厚生労働大臣 最優秀賞		長野県安曇野市	NPO法人 JAあづみくらしの助け合いネットワークあんしん	皆の願いを実現する地域協同の取り組み 人と人との支え合いの循環が、あんしんして暮らせる里をつくる
厚生労働大臣 優秀賞	企業部門	北海道札幌市	株式会社ホクノー	地域スーパーを核とした地域包括ケアシステム「ホクノー健康ステーション」モデル
	団体部門	広島県熊野町	熊野町シルバーリハビリ体操指導士会	住民主体の介護予防～誰も見捨てない、自助・互助のまちづくりを目指して～
	自治体部門	北海道釧路市	北海道釧路市	みんなで作る！「おたっしサービス」～いつまでも元気で暮らせるまちを目指して～
厚生労働省 老健局長 優良賞	企業部門	北海道札幌市	Care Viewer株式会社	Challenge for HX（ヘルスケアトランスフォーメーション）：働きやすい環境から、健康寿命を支える介護へ
		島根県雲南市	ショッピングリハビリカンパニー株式会社	デジタルを活用した介護予防&生活支援事業
	団体部門	北海道鷹栖町	社会福祉法人さつき会 フィットネス倶楽部コレカラ	地域を巻き込むあったかすな住民参加型介護予防
		福岡県福岡市	平尾校区自治連合会	「誰でも・気軽に・い～もんだ」～都市部における身近な公園を活用したフレイル予防の取り組み～
		大分県杵築市	山浦地区まちづくり推進協議会	健康長寿のふるさと「いやされ・支え合う」地域やまうら
	自治体部門	北海道札幌市	北海道札幌市	介護予防センターと大学の協働による介護予防の地域実践～“すごろく”を楽しみながら介護予防！～
		茨城県常陸太田市	茨城県常陸太田市	健康寿命延伸プロジェクト「長生き上手常陸太田」でつくる健康長寿のまちづくり
		千葉県栄町	千葉県栄町	「ヨガビッド講座」～ヨガをするひとを増やして、健康とまちづくりをすすめるプロジェクト～
奈良県大淀町		奈良県大淀町	小規模自治体を支える大淀町地域包括ケア専門職会議	

厚生労働大臣 優秀賞

事業者名等	熊野町シルバーリハビリ体操指導士会	自治体名	広島県熊野町	分野	介護予防
取組タイトル	住民主体の介護予防～誰も見捨てない、自助・互助のまちづくりを目指して～				
WEBサイト	https://www.town.kumano.hiroshima.jp/www/contents/1467674788660/index.html				

取組の経緯・背景

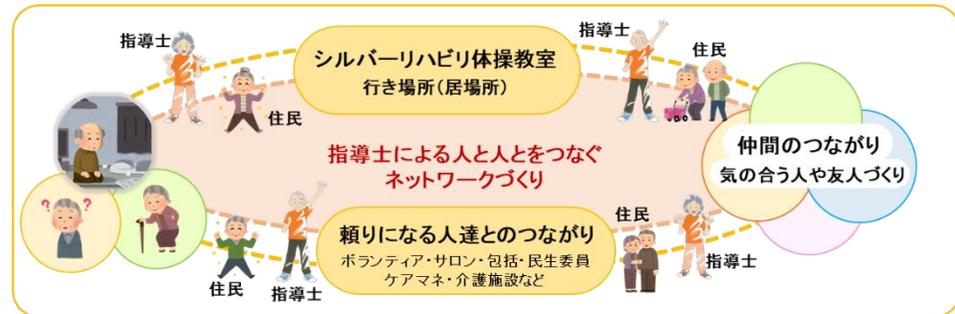
- ・高齢化が進む中で、住民と行政の協働による自助・互助の取り組みが必要と考えた熊野町が、平成23年にシルバーリハビリ体操指導士養成講習会を開始。
- ・行政や関係機関と連携して地域活動を展開するためには、組織化することが必要と考え、シルバーリハビリ体操指導士認定者同士で協議し、平成26年4月に熊野町シルバーリハビリ体操指導士会を発足。



熊野町議会だよりの表紙

主な取組内容

- ①シルバーリハビリ体操教室の開催
町内5か所で体操教室を開催（令和5年度は415回開催）。
- ②シルバーリハビリ体操指導士の派遣
自主活動グループ、サロン、介護施設等に**指導士**を派遣し、体操教室を開催（令和5年度は837回派遣）。
- ③健康・介護予防に関する情報やシルバーリハビリ体操の普及
主催する体操教室等で体操指導と併せて健康や介護予防に関する情報提供を行うとともに、**公民館祭り**等の場でシルバーリハビリ体操の体験会を開催。
- ④シルバーリハビリ体操指導士の養成や学習会の開催
指導士活動マニュアルの作成、定期的な学習会の開催。町とともに養成講習会を開催し、新規指導士を養成。
- ⑤ニーズを踏まえた事業実施
体操指導を通して発掘した地域ニーズを踏まえ、町と連携して新たな通いの場の設置や**その**活動を支援。
- ⑥全国や県内の体操指導士会との交流
全国や県内の体操指導士会と交流会を開催し、情報交換等を実施。



養成講習会の様子（住民が住民を養成）

概要

取組の効果

- ・これまで通いの場に参加せず、閉じこもりがちだった高齢者が**通いの場に参加できるようになった。**
- ・民間のスポーツジム等が実施する体操教室への参加が困難になった高齢者でも、シルバーリハビリ体操教室に継続的に参加することができている。
- ・**認知症や障害をもつ地域住民が体操指導士として活動を継続するなど、役割をもって熊野町で生活を続けていくことができている。**
- ・取組を通じて住民のニーズを把握する等**地域のネットワークづくりに寄与**している。