香川短期大学紀要　第41巻，25～35（2013）

介護予防事業における市民参加の実態

―坂出市と宇多津町における介護予防サポーター活動の比較検討―

岡　﨑　昌　枝

Ⅰ．はじめに

2006年の介護保険改正により『地域支援事業』[1)]が創設された。地域支援事業は，市町村において被保険者が要介護状態等となることを予防するとともに要介護状態等となった場合においても，可能な限り，地域において自立した日常生活を営むことができるように支援するものである。地域支援事業には，介護予防事業，包括的支援事業とその他の事業がある。

介護予防事業は，『一次予防は，健康な者を対象に，発病そのものを予防する取り組み（健康づくり，疾病予防）である。二次予防は，すでに疾病を保有する者を対象に，症状が出現する前の時点で早期発見し，早期治療する取り組みである。そして三次予防は，症状が出現した者を対象に，重度化の防止，合併症の発症や後遺症を予防する取り組みである』[2)]とある。介護予防サポーターは，一次予防事業の地域介護予防活動支援事業において介護予防の支援者を養成するものであり，介護予防サポーターはその介護予防事業を支えるボランティアとして，2006年より養成が行われるようになった。この養成によって介護予防サポーターは，『高齢者が介護予防に関する知識や技術を身につけ，自ら介護予防を実践し，講座終了後に地域の介護予防活動のリーダー的存在として活用できるよう支援することを目的』[3)]としている。

平成25年１月８日受理
連絡先　〒769－0201 香川県綾歌郡宇多津町浜一番丁10番地
香川短期大学　生活文化学科　生活介護福祉研究室
TEL　0877(49)5591　FAX　0877(49)5252
Email　mokazaki@kjc.ac.jp

しかし，介護予防サポーターは，各地域包括支援センターによってその養成講座と活動内容はまちまちである。群馬県沼田市（深沢ら，2010：641－642）の介護予防サポーターの養成講座は，県が主導で実施しており委託を受けた地域リハビリテーションセンターが養成を行っており，研修も初級，中級，上級にわかれている。埼玉県ふじみ野市の介護予防サポーター（徳江ら，2010：15）は二次予防事業の運動器の機能向上のための事業の支援を行っている。香川県は，2006年当時には県下５か所において同じカリキュラムで養成講座を開講していたが，2009年より地域包括支援センター他で養成を行うようになってきた。このため，香川県では地域包括支援センターは，各市町村の直営事業のため各自治体で介護予防サポーターの養成は独自性を持つようになった。介護予防サポーター養成講座が独自性を持つようになると，介護予防事業の活動内容も各自治体の独創性による活動となるのではないかと考えた。坂出市と宇多津町に対して行った介護予防サポーター調査を比較検討し，介護予防事業を支える介護予防サポーターの内実を明らかにしたい。

Ⅱ　各市町の概要

Ⅱ－1　坂出市の概要

坂出市は，面積92.46㎢で香川県のほぼ中央部にあり，東は高松市，西は宇多津町や丸亀市，南は綾川町に囲まれ，北には瀬戸内海が広がっている。1988年に瀬戸大橋が開通，四国の玄関となっている。1942年に市制を施行し，昭和42年に現在の市域になった。平成の大合併は行っていない。1965年頃までは，塩田がさかんであったが，沿岸部の埋め立

てによって臨海工業地帯となり，製造業・運輸業等がさかんになった。

坂出市は，2011年４月現在，人口56,817人となっている。人口は，平成15年には59,918人であったが徐々に減少してきている。しかし，65歳以上の高齢者は2003年には14,580人であったものが，2011年には16,040人となっており，現在高齢者率28.2％[4]である。

Ⅱ－2　宇多津町の概要

宇多津町は，総面積8.07k㎡で香川県のほぼ中央にあり，東は坂出市，西は丸亀市にはさまれた瀬戸内海に面した町である。香川県で最も小さい町ではあるが，平成の大合併は行っていない。1972年の塩田廃止まで，全国屈指の塩の町であったが沿岸部の埋め立てによって，新宇多津都市という新しいまちが作られた。観光業，飲食業等がさかんである。

宇多津町の人口は，2010年現在，18,434人となっている。2000年に15,978人であった人口も徐々に増加してきている。65歳以上の高齢者についても，2000年には2,303人から2010年3,127人と増加している。現在，高齢化率17.1％，人口増加率，人口密度が香川県一の市町村[5]である。

Ⅲ　介護予防事業の概要

介護予防事業は，65歳以上の元気な高齢者を対象とする一次予防と特定高齢者[6]を対象とする二次予防がある。それぞれの介護予防事業の概要を述べる。

Ⅲ－1　坂出市の介護予防事業

元気な高齢者を対象とする一次予防は坂出市では，「はつらつ教室」という名称で呼ばれている。二次予防は，65歳以上の高齢者に対し基本チェックリスト[7]を郵送配布する。そのチェックリストから特定高齢者を選定し，個人にあったプログラムの案内（運動器の機能向上，栄養改善，口腔機能の向上），実施を行っている。

「はつらつ教室」の案内は，年度初めに各世帯に配布[8]されるほか，市の中心部で開催される健康教室については市報「さかいで」に掲載される。「はつらつ教室」は，講話コースと運動コースがある。講話コースは市の中心部にあるふれあい会館でのみ開催されている。運動コースはふれあい会館，市の武道場と各地区の公民館での開催となっている。ふれあい会館では，音楽に合わせた体操教室を月２回，椅子に座っての体操教室を月２回開催している。市の武道場では，男性対象のはつらつ教室が月１回開催されている。各公民館での開催は，10地区の公民館でそれぞれ月１回開催されている。

坂出市は，介護予防サポーター養成講座を2009年２回，2010年１回実施している。2011年は養成を行なっておらず，介護予防サポーター活動に協力を申し出た会員のみの研修を実施している。講座内容は，介護予防の必要性，認知症の理解，口腔ケア，健康体操，音楽療法，介護予防サポーターの活動，地域での介護予防サポーターの役割（表１）である。

介護予防サポーターの活動は，市内の公民館等で開催している「はつらつ教室」が主な活動の場である。はつらつ教室における健康体操の受付，準備，参加者へのサポート，片付けなどである。また，二次予防の高齢者に対するプールでの活動もしている。

表１　坂出市介護予防サポーター養成講座（実際の案内を簡略して記載）

日時			場所	内容
1	６月４日	13:30～13:50 14:00～14:50 15:00～16:00	坂出市民ふれあい会館	（講義）介護予防 （講義）認知症 （講義）口腔ケア
2	６月中		各会場	（水中運動）（運動）いづれかの会場に１回出席
3	６月30日	13:30～14:30 14:45～16:00	坂出市民ふれあい会館	（講義）音楽療法 （体験談）介護予防サポーター活動 （話し合い）地域における介護予防サポーターの役割と自分たちが地域でできること

表２　宇多津町介護予防サポーター及び認知症サポーター養成講座

日時			場所	内容
1	３月13日	９:15～10:30 10:40～12:00	宇多津町保健センター	（実技）健康体操 （講義）認知症の理解 地域包括支援センターの役割
2	３月15日	３:10～14:00 14:10～15:00 15:10～16:00	宇多津町保健センター	（講義）高齢者の食事 （講義）高齢者のこころの理解 （体験）介護予防サポーター活動

Ⅲ－２　宇多津町の介護予防事業

宇多津町の一次予防には，65歳以上を対象とする「オリーブ教室」と75歳以上を対象とする「たんぽぽ教室」，65歳以上であれば要介護認定いかんにかかわらず参加できる「こすもす」がある。二次予防は，基本チェックリストの調査結果に基づいた対象者が参加しており，「ひまわり」「脳の健康教室」がある。「オリーブ教室」と「たんぽぽ教室」は，二次予防の「ひまわり」を修了した方の受け皿としての役割を果たしている。

介護予防教室の案内は町の広報紙「うたづ」に掲載される。これらの活動は宇多津町役場に隣接する保健センターで行われている。この保健センターの１階は地域包括支援センターとなっており，それぞれの介護予防教室は，毎週各曜日の午前中にセンター内の会場にて開催されている。

宇多津町は，2009年以降，毎年，養成講座を開催している。講座内容は，健康体操，認知症の理解，地域包括支援センターの役割，高齢者の食事のあり方，高齢者のこころの理解，介護予防サポーター活動（表２）である。

表３　宇多津町の介護予防サポーターの活動内容（複数回答）　単位【人】

	参加者
たんぽぽ	5
オリーブ	3
こすもす	10
脳の健康教室	11
サロン活動	
十楽寺	2
津の郷	1
平山	1
県営団地	2
沼の池	1
その他	2
参加していない（活動休止中）	19

介護予防サポーター活動（表３）は，宇多津町保健センターで開催している「オリーブ教室」を始めとした一次予防，二次予防の受付，準備，参加者へのサポート，片付けなどを行っている。

Ⅳ　介護予防サポーター調査

Ⅳ－１　調査方法

【坂出市】

調査対象者：坂出市に在住の介護予防サポーター講習会を受講した90名
調 査 方 法：無記名の自記式質問紙調査
期　　間：2011年12月13日～22日
調　査　票：調査協力依頼文，調査票４頁，返送用封筒を同封し受講者90名に郵送

【宇多津町】

調査対象者：宇多津町の介護予防サポーター講習会を受講した79名のうち調査に協力できないとした12名を除いた67名
調 査 方 法：無記名の自記式質問紙調査
期　　間：2012年11月17日～30日
調　査　票：調査協力依頼文，調査票４頁，返送用封筒を同封し受講者67名に郵送

Ⅳ－２　調査内容

基本属性として，年齢，性別，居住年数，介護予防サポーター以外の活動についての回答を得た。

介護予防サポーター講習会については，受講年度，講習参加のきっかけ，講習会と介護予防サポーター活動の役立ち度，日常生活と介護予防サポーターの役立ち度，活動状況についての回答を得た。

介護予防サポーター活動状況を聴き取ったなかで，活動中の受講者には，活動の場，活動回数について回答を得た。活動休止中と答えた受講者には，

参加しない理由，参加するならばどのような活動に参加したいかについて回答を得た。

Ⅳ－3　倫理的配慮

調査協力依頼文で調査目的を説明するとともに，回答内容は統計的に処理し，調査目的以外では調査結果を使用しないことを明記した。また，坂出市での調査では，宛名記入と郵送については坂出市地域包括支援センターに依頼し，回収先も坂出市地域包括支援センターとした。宇多津町での調査では，アンケート調査協力の有無について事前に地域包括支援センターが郵送調査をし，調査可能な方を選定，筆者が調査票を送付し回収先は香川短期大学，筆者宛とした。

Ⅳ－4　分析方法

分析は，記述統計による算出のみである。

Ⅳ－5　調査結果

坂出市の調査票の回収数は59（回収率65％）であった。

宇多津町の調査票の回収数は49（回収率73％）であった。

Ⅴ　介護予防サポーター調査結果

Ⅴ－1　調査回答者の概要

基本属性については以下の結果である（表４）。

坂出市の介護予防サポーターの年齢は，61歳～70歳が29人（49.2％）と最も多く，次に71歳～80歳の18人（30.5％），81歳以上も２人（3.4％）と続いた。31歳～50歳も４人（6.8％）おり，壮年期の介護予防サポーターもみられた。宇多津町でも61歳～70歳が27人（55.1％）と最も多かったが，次に多かったのは51歳～60歳が10人（20.4％）と壮年期の介護予防サポーターが多くみられた。

坂出市の介護予防サポーターの性別は，男性14人（23.7％），女性44人（74.6％）であった。宇多津町においても男性５人（10.2％），女性44人（89.8％）と双方とも女性の介護予防サポーターが多くみられた。

坂出市の介護予防サポーターの居住年数は，21年以上が49人（83.1％）と最も多く，11年～15年が６人（10.2％），16年～20年が２人（3.4％）と長年居住した者が続いた。宇多津町でも，21年以上が26人（53.1％）と長年居住したものが多いが，６年以降はほぼ同数であった。

介護予防サポーター以外の活動は，表５の通りである。坂出市は自治会活動，婦人会活動，老人会活動など行政関連の活動が多く，社会福祉協議会関連ではファミリーサポート[9]の活動が多くみられた。宇多津町は，自治会活動の参加者は多かったが，その他の行政関連の活動は少なかった。社会福祉協議会の活動のいきいきサロン活動[10]が多くみられた。

表4　基本属性　　単位【人（％）】

		坂出市	宇多津町
年齢	31歳～40歳	1（ 1.7）	1（ 2.0）
	41歳～50歳	3（ 5.1）	5（10.2）
	51歳～60歳	5（ 8.5）	10（20.4）
	61歳～70歳	29（49.2）	27（55.1）
	71歳～80歳	18（30.1）	5（10.2）
	81歳以上	2（ 3.4）	1（ 2.0）
	欠損値	1（ 1.7）	0（ —）
性別	男性	14（23.7）	5（10.2）
	女性	44（74.6）	44（89.8）
	欠損値	1（ 1.7）	0（ —）
居住年数	５年以下	1（ 1.7）	3（ 6.1）
	６年～10年	0（ —）	7（14.3）
	11年～15年	6（10.2）	7（14.3）
	16年～20年	2（ 3.4）	6（12.2）
	21年以上	49（83.1）	26（53.1）
	欠損値	1（ 1.7）	0（ —）

表５　介護サポーター以外に参加している活動（複数回答）　　単位【人】

介護サポーター以外の活動		坂出市	宇多津町
行政	自治会	24	19
	婦人会	13	9
	老人会	18	5
	児童民生委員	9	3
社会福祉協議会	福祉ママ	1	—
	ふれあいサポート	6	2
	ファミリーサポート	9	6
	あいさつ推進委員	2	2
	いきいきサロン	5	12
	ともとも	—	6
	配食サービス	—	7
	精神障害者支援	—	4
その他	地区の見守り活動	11	6
	福祉関連での就労	8	5
	その他の活動	12	11

Ｖ－２　介護予防サポーター講座

介護予防サポーターの養成は，平成2006年から平成2008年までは県が実施していたが，平成2009より各市町での養成となった。養成講座を受講したものが介護予防サポーターとして活動している。

介護予防サポーターの講習会の受講年度は，表６の通りである。坂出市は，初年度の2006年と2009年が最も多く16人であったが，2011年は養成講座を開催していない。宇多津町は，2011年が13人と最も多く，2006年，2007年の10人と続いた。複数回受講しているものや長寿大学[11] の受講で介護予防サポーターになったものもみられた。

表６　受講年数（複数回答）　単位【人】

	年数	坂出市	宇多津町
県主催	18年（2006）	16	10
	19年（2007）	11	10
	20年（2008）	8	2
市主催	21年（2009）	16	6
	22年（2010）	6	2
	23年（2011）	—	13
	24年（2012）	—	1
その他		3	3
不明		0	1
未記入		0	1

表７　講習会参加のきっかけ（複数回答）　単位【人】

		坂出市	宇多津町
積極的な理由	広報の募集を見た	18	23
	人の役に立ちたいと思った	20	22
	介護予防教室に参加して思った	11	3
	自分の健康のために参加した	16	9
	福祉の仕事や勉強に活かしたい	6	—
消極的な理由	自治会の役員だった	15	1
	地域の役員に誘われた	2	2
	市の（町）職員に誘われた	6	8
	友人に誘われた	6	4
	夫または妻に誘われた	2	0
	講習会参加者に誘われた	2	1
その他		0	14

受講のきっかけは表７の通りである。坂出市では，人の役に立ちたいと思った20人，公募の募集をみて参加した18人と積極的な動機が上位を占めた。消極的な参加理由では自治会の役員が多くみられた。宇多津町では，広報の募集をみて参加した23人，人の役に立ちたいと思った22人と積極的な動機が上位を占めた。自治会の役員などによる受講は少なかった。

介護予防サポーターの講習会が介護予防サポーター活動に役立っていると感じているかについては，表８の通りである。坂出市では，健康体操，認知症の理解，音楽療法，介護予防の知識については30人以上（60％以上）が役立っていると答えた。口腔ケアについては役立っていると答えたものは28人にとどまった。宇多津町では，高齢者のこころの理解36人（73.5％），認知症の理解36人（73.5％），地域包括支援センターの役割35人（71.4％）と役立っていると回答したが，高齢者の食事のあり方22人，介護予防教室での体操27人と50％前後にとどまった。

介護予防サポーターの講習会が自分自身の生活に役立っていると感じるかについては（表９）の通りである。坂出市では，健康体操，認知症の理解，音楽療法，口腔ケア，介護予防の知識いずれも40人（70％以上）を超え自身の生活に役立っていると答えた。介護予防の知識は54人（91.5％）のものが，講習会の内容が自身の生活に強く結びついたと

表８　介護予防サポーター講習会の内容は介護予防教室の活動に役立っているか　単位【人（％）】

	講習会内容	役に立つ	役に立たない	わからない
坂出市	介護予防の知識	38（64.4）	8（13.6）	13（22.0）
	認知症の知識	36（61.0）	10（16.9）	13（22.0）
	音楽療法	36（61.0）	11（18.6）	13（22.0）
	口腔ケア	28（47.5）	18（30.5）	13（22.0）
	健康体操	37（62.7）	7（11.9）	15（25.4）
宇多津町	高齢者の食事の在り方	22（44.9）	16（32.7）	11（22.4）
	高齢者のこころの理解	36（73.5）	4（8.2）	9（18.4）
	認知症の理解	36（73.5）	4（8.2）	9（18.4）
	地域包括支援センターの役割	35（71.4）	5（10.2）	9（18.4）
	介護予防教室での体操	27（55.1）	8（16.3）	14（28.6）

表９　介護予防サポーター講習会の内容は自分自身の生活に役立っているか　単位【人（%）】

	講習会内容	役に立つ	役に立たない	わからない
坂出市	介護予防の知識	54（91.5）	4（ 6.8）	1（ 1.7）
	認知症の知識	49（83.1）	9（15.3）	1（ 1.7）
	音楽療法	42（71.2）	16（27.1）	1（ 1.7）
	口腔ケア	43（87.8）	15（25.4）	1（ 1.7）
	健康体操	49（83.1）	9（15.3）	1（ 1.7）
宇多津町	高齢者の食事の在り方	31（63.3）	12（24.5）	6（12.2）
	高齢者のこころの理解	41（83.7）	5（10.2）	3（ 6.1）
	認知症の理解	44（89.8）	3（ 6.1）	2（ 4.1）
	地域包括支援センターの役割	40（81.6）	6（12.2）	3（ 6.1）
	介護予防教室での体操	33（67.3）	9（18.4）	7（14.3）

表10　介護予防サポーターの現在の活動状況　単位【人（%）】

		坂出市		宇多津町	
活動中	している	13	34（57.6）	13	22（44.9）
	していない	14		6	
	たまにしている	6		3	
現在休止中	以前はしていたが今はしていない	10	25（42.4）	15	27（55.1）
	一度もしたことがない	16		12	

表11　介護予防サポーターの活動回数（月）　単位【人（%）】

活動回数	坂出市	宇多津町
10回以上	1（ 1.7）	0（ —）
９回～５回	8（13.6）	8（16.3）
４回～３回	7（11.9）	10（20.4）
２回～１回	6（10.2）	4（ 8.2）
２，３か月に１回	5（ 8.5）	0（ —）
半年に数回	1（ 1.7）	0（ —）
年に数回	6（10.2）	0（ —）
参加していない	25（42.4）	24（49.0）
未記入	0（ —）	3（ 6.1）

表12　今後の活動予定　単位【人（%）】

	坂出市	宇多津町
活動回数を増やしたい	2（ 3.4）	2（ 4.1）
このまま続けていきたい	24（40.7）	18（36.7）
活動回数を減らしたい	1（ 1.7）	0（ —）
できればやめたい	1（ 1.7）	0（ —）
その他	1（ 1.7）	2（ 6.1）
現在活動していない	25（42.4）	26（53.1）
欠損値	5（ 8.5）	1（ —）

回答した。反面，音楽療法，口腔ケアは役立っていないと回答した者が10人を超え，生活との結びつきが弱いとの回答であった。宇多津町では，高齢者のこころの理解41人（83.7%），認知症の理解44人（89.8%），地域包括支援センターの役割40人（81.6%）が生活に結びつくと答え，介護予防サポーター活動に役立っているとの回答と同じ傾向がみられた。

現在の活動状況は（表10）の通りである。坂出市では，現在活動中の受講者が34人（57.6%），宇多津町では，現在活動中22人（44.9%）と宇多津町では活動参加者よりも活動休止者が上回っていた。

Ｖ－３　介護予防サポーター活動参加者

Ｖ－３－１　坂出市の介護予防サポーター参加者

活動に参加していると回答した34人について回答を得た。

月の活動回数（表11）は，９回～５回が８人（23.5%）と最も多く，４回～３回の７人（20.6%），２回～１回の６人（17.6%）と続いた。年に数回と回答したものも５人（14.7%）いた。

今後の活動意思（表12）は，このまま続けていきたいが24人（40.7%）であり，現在活動しているほとんどのサポーターが継続意思を示していたが，活動を増やしていきたい２人（3.4%），活動回数を減らしたい１人（1.7%），できればやめたい１人（1.7%）という意思もみられた。

Ｖ－３－２　宇多津町の介護予防サポーター参加者

活動に参加していると回答した22人について回答を得た。

月の活動回数（表11）は，４回～３回の10人（20.4%），９回～５回が８人（23.5%），２回～１回の４人（8.2%）と続いた。10回以上，２，３か月に１回，半年に数回，年に数回と回答したものはいな

表13　介護予防教室以外のどのような介護予防活動ならば参加するか（複数回答）単位【人】

	坂出市	宇多津町
水中活動	2	―
研修会	6	16
見守り活動	8	3
その他	1	3

かった。

今後の活動意思（表12）は，このまま続けていきたいが18人（36.7％）であり，現在活動しているほとんどのサポーターが継続意思を示していたが，活動を増やしていきたいと回答したものが２人（4.1％）いた。活動回数を減らしていきたい，できればやめたいという回答はみられなかった。

Ⅴ－4　活動休止者

活動休止者の結果は次の通りである（表13）。

坂出市の活動休止者のうち「はつらつ教室」以外のサポーター活動のうち参加可能な活動は，水中活動２人，研修会６人，見守り活動８人，その他１人であった。

宇多津町の活動休止者は，「介護予防教室」以外のサポーター活動のうち参加可能な活動は，研修会16人，見守り活動３人，その他３人であった。

Ⅵ　考察

Ⅵ－1　介護予防養成講座のあり方

介護予防サポーター講習会は，介護保険制度が改正となった2006年から各地方自治体で開催されている。当初は都道府県が主催となり開催されていたが，2009年より市町が主催となり開催されている。坂出市においては，2006年の参加者が最も多く応募，自治会等の役員が全体の１／４を占めたことは，介護予防という制度が広まってない段階において自治会等の役員に対して，介護予防サポーター講習会への参加動員が行われたのではないかと考えられる。宇多津町は介護予防サポーター養成を行うにあたり，香川県善通寺市の地域包括支援センターに視察訪問[12]をしている。群馬県の介護予防サポーター育成マニュアルの「介護予防サポーター研修のポイント」[13]として「研修を実施する地区の自治会や老人クラブ・長寿会，公民館など地域の主だったところに事前に説明して研修の趣旨を伝える。そして参加者集めなどに協力を求める」とあり，これが市町村や地域包括支援センターの役割であるとしている。介護予防サポーター養成にあたり，地区の主だった団体に参加者集めを行ったり，先進地の資料を取り寄せたりと，各自治体・地域包括支援センター間で養成について意見交換がされたと推察する。

坂出市は，2011年には養成は行っておらず，フォロアップ研修のみ[14]である。群馬県の介護予防サポーター育成調査[15]では，76％の支援センターが介護予防サポーターの育成に関わっていきたいとの回答があった。反面，育成をしたいが活用が思い浮かばないと市町村がみられ市町村間の温度差を感じていた。この調査は，2008年のものであるが，継続的に養成が必要であるとの認識はすでにこの段階からみられた。活動参加者の増減を考慮すれば，坂出市においてもサポーター養成を継続させていく必要がある。介護予防サポーター養成講座を受講後の介護予防サポーター活動の場は，介護予防事業のみである。坂出市・宇多津町とも一次予防，二次予防の活動内である。双方とも地域包括支援センターが行政による運営であるため，社会福祉協議会や医療機関，福祉施設など他の機関における活動に結びつかず，「育成はしたいが活用が思いつかない」という状況となるのではないかと考える。

介護予防サポーター講習会の応募は，2006年は四国新聞で応募[16]，2009年以降は市・町の広報で案内がされている。積極的な参加者はこの応募を見て参加したと思われる。介護予防という新たな取り組みには，新聞等の広告媒体の活用が効果的であったことがわかる。その後，坂出市では2012年に全世帯に「坂出市包括支援センター　げんきはつらつ介護予防」[17]といった見開きＡ４サイズのパンフレットが配布され，介護予防の周知に取り組んでいることが推察できる。宇多津町は「宇多津健康まつり」を毎年11月23日に町内を挙げて開催している。全町をあげての健康まつりにおいて周知されていると思われる。

介護予防サポーター講習会の内容は，市町によっ

て差がみられる。坂出市の講習会は香川県のテキストを参照に作成されたものである。しかし，隣接する宇多津町の講習会とは日程，開催時期，講習会の内容も差異がみられる。ふじみ野市（徳江ら，2010：16）では，高齢者の身体的・精神的特徴を踏まえた接し方，地域でのボランティア活動，高齢者の生活のポイント，運動プログラムを地域で行うための実践方法と注意，レクリエーションという３日間のカリキュラムであった。また，群馬県の取り組みでは（深沢ら，2010：642），介護予防サポーター講習会は初級，中級，上級に区分されていた。群馬県の初級プログラム[18]はコンパクトなもので，介護予防サポーターのみならず広く一般高齢者が受講できるようになっており，一般高齢者への介護予防の周知が介護予防サポーター活動の広がりや介護予防の認識の広がりにつながっている。中級研修では運動器，口腔ケア，栄養改善の理解，認知症の理解，介護予防サポーターの役割についての３日間のカリキュラムであり，中級プログラム修了者はサポーター活動ができるように工夫されている。活動内容として，ふじみ野市は「転倒予防体操」の運営協力（徳江ら，2010：15），多賀城市[19]は「多賀城元気モリモリ体操」の普及を推進と幅広い。講習参加者は，講習内容と活動内容が一致していれば講座が「役にたつ」と感じる。坂出市の介護予防サポーターは，健康体操の運営協力が活動の大部分を占めているため，口腔ケアの講習は結びついていないと回答する者が多かったのではないかと思われる。宇多津町は，介護予防サポーターは「オリーブ教室」や「たんぽぽ教室」などの健康体操のサポーター活動よりも，「脳の健康教室」，レクリエーション要素の高い「こすもす」への介護予防サポーター活動が多い。このため健康体操の講習が活動と結びついていないと回答する者が多くなったと思われる。食事のあり方についても介護予防事業を行っていないため，「役に立っていない」との回答が多くなったと考えられる。群馬県は，県全体でマニュアル[20]が作成されている。そのマニュアルに沿った養成講座が開催され，講座のカリキュラムに基づいた活動であることや活用マニュアルや各市の取り組みを参考に活動の幅が広げられるようになっている。養成講座を各市町村の活動に組み合わせるのではなく，基本となる養成講座をつくり活動を多様化し，自身の生活に組み入れる工夫が行われれば活動休止者の再活動へとつながっていくことが予測される。

Ⅵ－２介護予防サポーターの活動内容

各介護予防事業は日程が決まっていることから介護予防サポーターとして活動をおこなうようになると定着しやすい。宇多津町では，開始当初の2006，2007年と早い時期にサポーターとなったものは，今や生活の一部として定着していると考える。ふじみの市の調査では活動参加回数は，月最大７回，最小２回であった（徳江ら，2010：17）。坂出では月１回から９回の参加者が活動参加者の２／３を占めており，宇多津町では月１回から９回の参加者は活動参加者22人すべてとなっている。これは週１回から２回は介護予防サポーター活動に参加していることになる。この点からも介護予防サポーター自身の健康の維持に役立っていることがわかる。

介護予防サポーターの活動経験によって「知識」，「自己実践」，「高齢者からの影響」，「交流」が得られる（徳江ら，2010：17）とある。坂出市・宇多津町ともに「人の役に立ちたい」とするものが20人を超え，自分の持つ知識を役立てたいとする「自己実践」の意識がみられたと思われる。坂出市では，「介護予防教室に参加して思った」が11人と「高齢者からの影響」や「交流」によって介護予防サポーターの活動をするきっかけとなったことがわかる。

現在の介護予防サポーター活動について，坂出市では26人，宇多津町では27人が活動休止していた。「介護予防教室以外にどのような介護予防ならば参加するか」では，坂出市では地域の「見守り活動」，宇多津町では「研修会」ならば協力するとの回答がみられた。介護予防サポーター以外の活動において，両市町とも行政の活動，社会福祉協議会の活動や地区の見守り，福祉関連の就労など幅広い活躍が行われていた。各方面で幅広く活躍しているため介護予防サポーターの活動が難しい一面，介護予防サポーターが各方面で活躍できるともみることができる。東京都稲城市（香山，2008：17）では，講師やサブリーダーの育成を行い，静岡県御殿場市[21]では介護予防サポーターによる「見守り」活動を行っている。介護予防サポーターの活動は，養成講座で基

礎知識を得て各地域包括支援センターの運動教室・文化教室の支援者となるだけではなく，地域のなかでリーダーとして活躍することができる。そのため介護予防サポーターが主体的に支援ができる体制をつくる必要がある。１例として基本チェックリストの回収に介護予防サポーターが協力することで特定高齢者の把握に効果的になると考えられる。坂出市・宇多津町の高齢者実態調査[22]において，高齢者は地域社会のなかでできるかぎり住み続けたいと回答する者が多い結果となっている。住み慣れた地域の中で暮らすためには，高齢者が生活する場での介護予防事業や他の活動との連携協力は喫緊の課題である。

本来，介護予防サポーターは，『高齢者が介護予防に関する知識や技術を身につけ，自ら介護予防を実践し，講座終了後に地域の介護予防活動のリーダー的存在として活用できるよう支援することを目的』としているものであったが，各市町村・地域包括支援センターによって温度差があり，地域の介護予防のリーダー的な存在にはまだ成りえていない現状が示唆された。

おわりに

介護予防サポーター活動は，高齢者への介護予防活動の協力者のみならず，自分自身の介護予防に効果的である。介護予防サポーターの活動と介護予防サポーター養成講座とが連動していなければ，受講生は「役立っていない」と考える傾向が明らかとなった。各自治体の介護予防活動のサポーター活動にあわせた養成講座の内容設定の見直しが期待される。その際には，介護予防サポーター活動を各地域包括支援センターに留めるのではなく，そのノウハウを広く社会福祉活動に活かす見直しが求められる。幅広い社会福祉活動は，休止中の介護予防サポーターの活動参加へとつながり，地域福祉の推進となるであろう。

本研究では，坂出市と宇多津町の調査結果の単純集計をもとに介護予防サポーターの活動について検討をおこなった。今後，介護予防サポーターの地域社会における福祉活動範囲の分析を行っていきたい。

本研究にあたり，研究協力いただいた坂出市地域包括支援センター及び宇多津町地域包括支援センターの職員，坂出市及び宇多津町の介護予防サポーターの方々にこころより感謝いたします。

註

1）介護保険法条文，115条の39に示されている。
2）介護予防マニュアル改訂版
http://www.mhlw.go.jp/topics/2009/05/dl/tp0501-1_1.pdf　１月４日を参照した。
3）長寿健康ネット
http://www.tyojyu.or.jp/hp/page000000800/hpg000000792.htm　１月４日を参照した。
4）「坂出市の高齢者福祉計画　第５期介護保険事業計画　平成24年３月」と坂出市ホームページを参照にしている。
5）「宇多津町の高齢者福祉計画　第５期介護保険事業計画　平成24年３月」と宇多津町ホームページを参照にしている。
6）65歳以上高齢者のうち要介護状態になるおそれの高い者を対象としている。
7）65歳以上の方で要介護認定を受けていない人，介護認定を受けたが非該当の方を対象に介護の予防のチェックを実施しているものである。介護の原因となりやすい生活機能低下の危険性がないかどうかという視点で運動，口腔，物忘れ，うつ症状，閉じこもりの全25項目について「はい」，「いいえ」で記入する。
8）「平成23年度，はつらつ教室～講話コース～，～運動コース～」市全域配布物から抜粋。
9）ファミリーサポートとは，社会福祉協議会の事業のひとつである。住民会員（登録制）の互助で，子育て支援をおこなうサービスである。
10）いきいきサロンとは，社会福祉協議会の事業のひとつである。地域で孤立しがちな高齢者や障害者，子育て中の親などが参加者となり，ボランティアと協同で企画･運営をしていく活動をいい，自宅から徒歩圏内でいけるコミュニティ会館，公民館などで自分たちのしたいことを行う活動である。
11）長寿大学とは，高齢者が仲間づくりや知識や教

養を身につけながら，自らの生きがいと健康づくりを図るとともに，長寿社会を担う地域社会での実践的な指導者を養成するものである。

12）宇多津町の地域包括支援センターでの聞き取りを行っている。

13）群馬県介護予防サポーター育成マニュアルP７に介護予防サポーター研修のポイントとして市町村と広域支援センターの連携，事前の根回しがある。事前の根回しでは，各地域の役員への動員やモデル地区での活動などの具体的な説明がある。

14）坂出市地域包括支援センター長に聞き取りを行っている。

15）「群馬県の介護予防サポーター育成マニュアル平成19年」に「群馬県における介護予防サポーター育成による介護予防意識の普及とその効果の研究」の調査・分析結果の概要が示されている。

16）四国新聞に掲載された2006年６月５日の記事。

17）坂出市全世帯に配布された「坂出市地域包括支援センター」のパンフレットには，介護予防の重要性，基本チェックリストで把握する必要性，介護予防事業の開催日程，内容，地域包括支援センターの取組みなどが写真や図表を用いてわかりやすく示されている。

18）群馬県の介護予防サポーター育成マニュアルによれば初級プログラムは，一般高齢者向けに介護予防の基礎知識を３時間で行っている。カリキュラムは市町村ごとに多少の変更が可能になっている。内容は，介護保険，廃用症候群，運動，認知症，口腔ケア，食事についてである。

19）『まちづくり』の現場として「介護予防サポーターがまちを元気にする『多賀城元気モリモリ体操』の普及で地域を活性化」が，2008　保健師ジャーナル　64（12）で紹介された。

20）群馬県の介護予防サポーター育成マニュアルは，群馬県介護予防サポーター育成調査検討委員会が群馬県リハビリテーションネットワークや群馬大学地域貢献特別支援事業「地域リハ支援プロジェクト」の協力を得て作成されたものである。

21）「静岡市御殿場市の介護予防サポーターを養成し住民による『見守り』力を強化」との地域包括センタールポとしてケアマネージャー2009　11（８）で紹介されている。

22）「坂出市の高齢者福祉計画　第５期介護保険事業計画　平成24年３月」には，において，「坂出市介護保険に関する意識調査」が行われ，その調査結果をもとに高齢者施策の現状と課題が示されている。その調査項目に「介護サービスと住まい」の聴き取りがあり，できるかぎり現在の住まいや地域に住み続けたいとの回答が多数を住める結果となった。「宇多津町の高齢者福祉計画　第５期介護保険事業計画　平成24年３月」でも高齢者実態調査をもとに高齢者の状況が示され「介護が必要になった時の暮らし方」の聴き取りがあり，できるかぎり現在の住まいや地域に住み続けたいが多数を占めた。

引用文献

１）宇多津町高齢者福祉計画，第５期介護保険事業計画，平成24年３月，宇多津町健康増進課

２）介護保険法条文，115条の39

３）香山芳子，2008,「実践！住民主体の介護予防への取り組み」，地域ケアリング７，12－19

４）坂出市高齢者福祉計画，第５期介護保険事業計画，平成24年３月，坂出市福祉事務所かいご課

５）徳江与志子，戸井田裕子，遠藤美恵子他，2010，特定高齢者介護予防事業の活動経験が介護予防サポーターにもたらしたこと，文京学院大学保険医療技術学部紀要，第３巻，13－21.

６）深澤昌子，浅川康吉，山口晴保，2010，群馬県沼田市の「介護予防サポーター」の特性と募集方法の検討，保健の科学，52（９），461－465

参考資料

１）地域包括センタールポ「静岡市御殿場市の介護予防サポーターを養成し住民による『見守り』力を強化」 2009　ケアマネージャー，11（８），62－65

２）「まちづくり」の現場　介護予防サポーターがまちを元気にする「多賀城元気モリモリ体操」の普及で地域を活性化，2008，保健師ジャーナル，64（12），1075－1077

参考ウェーブ・ページ

1）介護予防マニュアル改訂版
http://www.mhlw.go.jp/topics/2009/05/dl/tp0501-1_1.pdf　1月4日

2）長寿健康ネット
http://www.tyojyu.or.jp/hp/page000000800/hpg000000792.htm　1月4日

3）介護予防サポーター養成講座（香川県）
http://www.kagawa-swc.or.jp/home/tyouzyu/01/sapouto.pdf　1月4日

4）坂出市ホームページ
http://www.city.sakaide.lg.jp/　1月6日

5）宇多津町ホームページ
http://town.utazu.kagawa.jp/　1月6日

6）かがわ長寿大学
http://www.kagawa-swc.or.jp/home/tyouzyu/04/03.htm　1月6日

7）群馬県介護予防サポーター育成マニュアル
http://www.grn-net.com/document/document1.pdf　1月7日