

群馬県

介護予防サポーター育成マニュアル

群馬県介護予防サポーター育成の理念

1. 「高齢者が自立して尊厳を保ちながら安心して暮らせる地域社会」を創るには、元気高齢者が最大の人材
2. 元気高齢者に「真の自立支援」「介護予防」「安心して暮らせる地域づくり」を理解してもらい、そして元気高齢者が活動の中心になって、それを行政が支えるような仕組みを作る
3. 市町村や事業者が全てを提供する構図ではなく、高齢者が自ら介護予防や介護に取り組むという視点の変換が大切



平成20年3月

群馬県介護予防サポーター育成調査検討委員会

協力

群馬リハビリテーションネットワーク

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」

はじめに

群馬県では、特定高齢者施策だけでは効果的な介護予防事業を展開することはできないと考え、元気高齢者をターゲットにした介護予防サポーターの育成を県主導で進めてきた。そして、平成19年度老人保健健康増進等事業に「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」が採択された。これを受け、群馬県では、介護予防サポーター育成調査検討委員会を設置し、介護予防サポーターとその育成・活用に関わった関係者を対象に調査を行い、その結果を「群馬県介護予防サポーター育成調査報告書」にまとめた(PDF ファイルを群馬リハネットホームページ <http://www.grn-net.com/>よりダウンロード可能)。本マニュアルは、この報告書をもとに、これまでに育成した介護予防サポーターの活用や、これからの介護予防サポーター育成に役立つガイドブックとして作成した。本マニュアルによって、群馬県の介護予防サポーター制度の概要から育成研修や活用事例まで全体像を知ることができる。県内外でこのマニュアルが役立ち、介護予防の実が上がることを期待している。

もくじ

はじめに	1
1. 介護予防サポーター制度の概要	2
2. 介護予防サポーター研修の内容	5
3. 介護予防サポーター研修のポイント	7
4. 介護予防サポーター育成調査の概要	7
5. 介護予防サポーター活用の事例	12
6. 介護予防サポーター活用のポイント	17
巻末資料1 平成18年度 研修実施状況	18
巻末資料2 平成19年度 研修実施状況	19
群馬県介護予防サポーター育成調査検討委員会 ..	20

1. 介護予防サポーター制度の概要

介護予防サポーター制度は、群馬県独自の認定制度である。地域で自主的に介護予防活動を行おうとする人や、市町村等の介護予防事業にボランティアとして活動したい人など高齢者を主な対象者として、介護予防に関する知識や技術を身につけていただく研修を行い、認定する。

1) 背景

平成 18 年度の介護保険制度改革により、予防重視型システムへの転換が重要施策の柱の一つに掲げられ、特に介護予防を推進し、地域において誰もが自立した日常生活を営むことができるよう支援することを目的として、地域支援事業が創設された。これを受け、群馬県では、平成 18 年度より介護予防サポーターの育成に取り組んできた。その背景は以下の点である。

1. 人口約 200 万人の群馬県では、年間約千億円の介護給付費が支払われており、さらに毎年増え続けている。このままでは、介護保険の財政破綻が危惧される。
2. 高齢者が地域の中で自ら役割を演じて人の役に立つことが、その人への効果的な介護予防になると考えられる。
3. 高齢者が自ら元気になる、そして周りの人を元気にする仕組みを地域に作る。
4. その仕組みを行政が支える。つまり行政主導ではなく住民主導の介護予防が望まれる。このことは鬼石町（現藤岡市）での住民主導型筋トレ・転倒予防教室の実践から示されている。
5. そしてこのような地域に根ざした介護予防活動が地域づくりにつながることを確信した。

2) 理念

以下の 3 点を介護予防サポーター育成の理念とした。

1. 「高齢者が自立して**尊厳**を保ちながら**安心**して暮らせる地域社会」を創るには、**元気高齢者が最大の人材**
2. **元気高齢者**に「**真の自立支援**」、「**介護予防**」、「**安心して暮らせる地域づくり**」を理解してもらい、そして**元気高齢者が活動の中心**になって、それを行政が支えるような仕組みを作る
3. 市町村や事業者が全てを提供する構図ではなく、**高齢者が自ら介護予防や介護に取り組む**という視点の変換が大切

3) 研修

研修は、初・中・上級研修からなる。初級研修は高齢者を中心に一般の方を対象として、中級研修は初級研修修了後に介護予防活動へのボランティア参加を志願した方を対象として実施した。初級・中級研修カリキュラムは県下一定とし、中級研修修了者には県から認定証を交付する。その後、市町村ごとに独自の上級研修を行うものである。

ボランティア等の人材育成については、地域支援事業の中の介護予防一般高齢者施策である地域介護予防活動支援事業に位置付けられており、本来は市町村が取り組むべき役割である。しかし、群馬県では市町村の介護予防事業推進を支援するため、県から地域リハビリテーション広域支援センター（広域支援センター）への委託事業として、平成 18 年度から 2 年間の予定で、介護予防サポーター育成研修を実施している。なお、平成 20 年度以降は、市町村が主体的に介護予防サポーターを育成する予定となっている。

群馬県では平成 15 年から本格的に地域リハビリテーション支援体制整備推進事業を展開し、群馬県地域リハビリテーション支援センター（県支援センター）1 か所と、広域支援センター12 か所の指定を行い、平成 18 年から県単独事業（100%県費）として地域リハビリテーション（地域リハ）を推進してきた。介護予防サポーターの育成は、この地域リハ支援体制を活用して進めた。すなわち、県支援センターが、群馬大学医学部保健学科の地域貢献事業および県栄養士会、県歯科衛生士

会、日本健康運動指導士会県支部等の協力により、カリキュラムと教材（パワーポイント解説資料）を作成した。パイロット事業として前橋市芳賀地区で介護予防サポーターを育成して教材をバージョンアップし、さらに研修内容及び実施方法の伝達講習として、群馬会館で「介護予防サポーター養成準備研修会」を開催し（平成18年6月13日）、213人の市町村介護予防担当者や広域支援センター担当者が参加した。

平成18年秋より、県内12か所の広域支援センターが担当保健医療圏内の市町村と相談しながら初級・中級研修を始めた。原則として、市町村がどれだけ介護予防サポーターを育成し、どのように介護予防事業の展開を図っていくかの計画に基づき、広域支援センターが研修を計画実施した。例えば、研修の実施（日程、会場の確保、講師の選定など）については、広域支援センターが担当し、実際に介護予防サポーターの活用を図るのは市町村であることから、市町村あるいは地域包括支援センターが受講者を募集し、相互に連携して開催した。

4) 実績

平成18年度は、9月から翌19年3月まで、順次各圏域で研修が実施され、県内で初級研修20コースの修了者2,093名と中級研修26コース（計77日間）の修了者1,172人の介護予防サポーターが誕生した（表1）。市町村ごとの人数は、次ページの表2および巻末資料に示した。

表1 介護予防サポーター研修実施状況（平成18年度）

広域支援センター	初級研修 実施回数	初級受講者数	中級研修 実施回数	中級受講者数
前橋	1	69	1	52
高崎-安中（日高）	1	194	4	108
高崎-安中（榛名荘）	2	195	3	110
渋川	1	109	1	46
藤岡	1	116	2	93
富岡	2	154	2	84
吾妻	3	342	3	257
沼田	2	197	3	111
伊勢崎 ※	1	70	2	83
桐生	2	176	2	101
太田	2	100	2	33
館林	1	106	1	94

*伊勢崎管轄の玉村町は、各地区で独自に実施した初級研修の人数を含めていない。

5) 認定証

中級修了認定証（右図）については、広域支援センター又は市町村からの報告を受け、県介護高齢課において作成し、広域支援センター又は市町村から各修了者に交付している。上級研修については各市町村が独自に実施・発行している。

6) サポーターの活躍場所

育成された介護予防サポーターについては、①地域の公民館などで筋トレ中心の介護予防教室等の自主開催、②市町村が実施する介護予防事業へのボランティア参加、③特定高齢者のフォローなど地域包括支援センターの地域活動にボランティア参加、などの役割が期待される。



表2 市町村別高齢者と介護保険費用額並びに介護予防サポーター修了者数

	人口(人)	高齢者数	高齢化率	介護保険費用額	中級認定	上級
前橋市	318,138	69,837	22.0%	15,591,348,517	50	38
高崎市	342,088	71,615	20.9%	16,312,308,903	165	
桐生市	125,132	33,092	26.4%	8,051,871,251	72	
伊勢崎市	204,081	38,972	19.1%	9,046,955,391	55	
太田市	213,905	39,528	18.5%	8,891,475,508	33	
沼田市	52,280	13,321	25.5%	3,016,349,305	81	49
館林市	78,989	16,151	20.4%	3,694,204,095	3	
渋川市	86,348	21,338	24.7%	4,515,006,067	0	
藤岡市	68,897	15,295	22.2%	3,358,190,855	43	33
富岡市	53,410	13,271	24.8%	3,342,010,677	58	54
安中市	62,309	16,185	26.0%	3,718,447,866	53	
みどり市	51,942	10,788	20.8%	2,493,085,950	29	
富士見村	22,273	4,434	19.9%	997,085,850	1	
榛東村	14,357	2,616	18.2%	551,772,174	0	
吉岡町	18,769	3,544	18.9%	659,640,378	47	
吉井町	24,747	5,764	23.3%	1,211,932,779	27	15
上野村	1,425	600	42.1%	203,438,009	9	
神流町	2,564	1,311	51.1%	314,598,462	14	
下仁田町	9,678	3,699	38.2%	927,496,266	0	
南牧村	2,753	1,533	55.7%	368,649,452	22	
甘楽町	14,103	3,450	24.5%	843,242,090	4	
中之条町	17,197	5,317	30.9%	992,104,590	53	
長野原町	6,356	1,686	26.5%	285,273,973	45	
嬭恋村	10,581	2,840	26.8%	445,813,721	14	
草津町	7,357	2,181	29.6%	336,302,814	33	10
六合村	1,794	596	33.2%	144,427,450	20	3
高山村	4,273	1,235	28.9%	216,977,602	53	
東吾妻町	16,532	5,013	30.3%	977,561,962	39	
片品村	5,243	1,502	28.6%	292,237,713	2	
川場村	4,122	1,566	38.0%	282,850,017	20	11
昭和村	7,769	1,980	25.5%	442,978,524	7	
みなかみ町	22,365	6,856	30.7%	1,571,798,049	1	
玉村町	38,000	5,234	13.8%	1,099,383,741	28	
板倉町	15,909	3,613	22.7%	727,710,540	13	
明和町	11,302	2,367	20.9%	551,797,587	19	
千代田町	11,638	2,419	20.8%	576,734,480	34	
大泉町	41,078	6,015	14.6%	1,408,451,390	2	
邑楽町	27,157	5,091	18.7%	1,081,803,011	23	10
県計	2,016,861	441,855	21.9%	99,543,317,009	1,172	223

- ・「人口」「高齢者数」は、「群馬県の年齢別人口（平成19年10月1日現在、県統計課作成）」より
- ・「介護保険費用額」は、「平成17年度介護保険事業状況報告（年報）、県介護高齢課作成）」より
- ・「中級サポーター認定者人数」は、地域リハ広域支援センター又は市町村からの報告による（平成18年度）
- ・「上級研修修了者数」は、今回の介護予防サポーターアンケート調査結果による。

2. 介護予防サポーター研修の内容

介護予防サポーターの区分としては、「初級」、「中級」、「上級」の3段階を設けている。このうち、初・中級研修は県下で統一した教材を用い、統一した時間で、広域支援センターが主体となって実施している。実際の研修内容は、市町村の意向を取り入れて、市町村ごとに若干異なる。上級研修については、市町村が実施主体であり、サポーターをどのように活用したいかによって研修内容や時間が異なる（次ページの表5）。各級の概要と研修カリキュラム例を表3・4に示す。

表3 介護予防サポーター研修の内容

級（時間）担当	内容と目標
初級 （3時間） 広域支援センター	内容：一般高齢者向けに「介護予防の基礎知識」について講義を中心 目標：介護予防の必要性や方法を理解し、隣人に広められる
中級 （3時間×3回） 広域支援センター	内容：地域活動の希望者向けに「介護予防全般の知識」について講義と実技運動（筋トレ）、栄養、口腔ケア、認知症予防、地域づくりの秘訣など 目標：介護予防の全般的な知識を身につけ、介護予防事業のサポートができる
上級 （約15時間） 市町村	内容：各市町村が実情に応じて設定する内容で、地域支援事業への参加など 目標：ボランティア等で経験を積み、地域のリーダーとして自主的活動ができる

表4 研修カリキュラム例（前橋市芳賀地区で実施）

初級研修カリキュラム（全3時間）

- * 介護保険にかかる費用や受給原因
- * サクセスフルエイジング、廃用ってなに？
- * 廃用を防ぐために必要な筋トレや運動
- * ココロもカラダも楽しく使ってボケ防止！
- * 歯無しにならない話
- * 老化を防ぐ食事：美味しく食べて医者要らず

* 中級研修は、人数を20人程度と想定して実技・実習を多く取り入れるよう計画したが、参加希望者が多く、実習の一部は幾つかの班に分けて対応した広域支援センターが多かった。

中級研修カリキュラム（各90分）

- * 運動器（1）介護予防の運動指導・健康体操
- * 運動器（2）筋トレ教室・転倒予防教室と測定・評価
- * 口腔ケアの理解と実技
- * 栄養改善の理解と調理実習
- * 認知症の理解と予防
- * 介護予防サポーターの役割と地域づくりの秘訣



カリキュラムを開発した群馬県地域リハ支援センター（<http://www.grsc.biz/>）の連絡先はTel & Fax: 027-220-8966です。

また、旧鬼石町で始まり県内に広まっている住民主導型の筋トレ「高齢者の暮らしを拡げる10の筋力トレーニング」の情報は、<http://www.grn-net.com/tirashi.pdf>です。

介護予防サポーター初級研修の様子

高齢者を中心にたくさんの方が集まり、会場は熱気にあふれた。この初級研修では、終了後に約半数の参加者が中級研修への参加を希望した。

表5 上級研修の研修内容

市町村	事業の種類	時間等 (時間)	場所	総時間 (時間)
前橋市	市通所型介護予防事業への参加	6	市内会場(7)	21
	オリエンテーション・スキルアップ研修	10	大胡地区農村環境改善センター	
	県介護予防イベントへの参加	5	県庁	
沼田市	合同筋トレ、筋トレ体力測定会(3, 7, 11月)	9	市保健福祉センター	12+ α
	シニア体力アップステーション事業 いきいき筋トレ大会	未記入	市保健福祉センター	
	ワークショップ(地域別話し合い)	3	市保健福祉センター	
川場村	体力測定の実習 健康運動指導士を講師に 一般高齢者の介護予防教室で行う、体力測定の方法を実習し高齢者と関わる上での注意事項を学ぶ	3	川場村保健センター	13
	介護予防教室へボランティアとして参加する。 一般高齢者介護予防教室 ①各地区集会所で行う「はつらつ教室」 ②保健センターで行う「にこにこ教室」への参加	4から8	川場村各地区集会所 川場村保健センター	
	グループ討議 川場村でやってみたい介護 予防事業という題で話し合い、グループごとに発表し、全体で総括	2	川場村保健センター	
吉井町	特定高齢者施策 通所型介護予防教室	2	保健センター	6
	一般高齢者 通所型介護予防教室	2	保健センター	
	一般高齢者施策 地域介護予防教室	2	公民館	
六合村	特定高齢者通所型介護予防事業	12	保健センター	36
	いきいきサロン	24	各公民館	
藤岡市	筋力トレーニング	1	公会堂等	3
	ミニデイサービス	2	公会堂等	
邑楽町	筋力トレーニングを初級から上級まで説明及び実践介護予防についての話	2	保健センター	2+ α
	特定高齢者教室にサポーターとして参加(日程のあった人、平成19年10月～平成19年12月)	未記入	保健センター	
草津町	一般高齢者施策「高齢者サロン」	週2回	草津町総合保健福祉センター	週2回
富岡市	包括で主催する各種教室や老人クラブの筋トレにスタッフとして参加する	6	集会場 公民館など	6

*市町村が上級研修で力を入れている事業として、いきいきサロン、高齢者サロン、筋トレ、ミニデイサービス、筋トレ体力測定会、シニア体力アップステーション事業、いきいき筋トレ大会などがあげられた。

3. 介護予防サポーター研修のポイント

1) 市町村と広域支援センターとの連携：成功には、育成したサポーターを活用する市町村と育成事業の実施主体である広域支援センターとの連携が最も重要である。まず育成の必要性があるのか、市町村に活用の意向があるのか、といった前提条件をクリアした上で、市町村がどんな「介護予防サポーター」を必要としているのか、市町村ごとに異なるニーズ（活躍の場や到達点）を理解し、育成事業を実施する必要がある。初・中級研修は県支援センターが研修内容を設定しているが、市町村のニーズに合わせて若干変更することができる。また、上級研修は市町村が独自に実施することを、市町村に事前に理解してもらう必要がある。

2) 事前の根回し：研修の趣旨を地域に伝えることが大切。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。これは市町村や地域包括支援センターの役割である。

◎モデル地区：いきなり市町村全域に広めようとする、市町村スタッフに大きな負担となる。中学校区程度の地区でまず研修をはじめ、修了者が地域で活躍し始めると、他の地区でも実施したいと要望が出て活動が広がっていく。まずは成功例を作り、徐々に広げる。一度にではなく、できるところから始めるのがコツ。

4. 介護予防サポーター育成調査の概要

平成 19 年度、群馬県では、高齢者に関する先駆的な取り組みを対象にした「老人保健健康増進等事業」（国庫補助事業、補助率 10/10）を活用し、群馬リハビリテーションネットワークと協力して、「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」と題した事業に取り組んだ。事業の目的は、介護予防サポーター制度のカリキュラムや活動の成果を科学的に調査・分析し、介護予防の推進により有効な制度として改善・普及を図り、市町村における介護予防サポーターの活用を支援することである。

平成 19 年 9 月に「群馬県介護予防サポーター育成調査検討委員会」を設置した。アンケート調査の方法を検討し、12 月に実施、1 月から結果のまとめと報告書作りを行った。さらに本育成マニュアルを作成し、サポーターの効果的な育成・活用方法について市町村等に情報提供を行う。

1) 調査の実施

アンケート調査を、群馬リハビリテーションネットワーク（県支援センターの運営母体；<http://www.grn-net.com/>）に委託して実施した。県内全 38 市町村、全 12 地域リハ広域支援センター、18 年度に育った中級サポーター 1,150 名（専門職など 22 名を除く）にアンケート用紙を郵送した。そして、36 市町村（95%）、12 の広域支援センター（100%）、696 名の中級サポーター（61%）より返信を頂き（下表）、現状を分析した。

	依頼件数	回収数(件)	回収率(%)
市町村	38	36	95%
広域支援センター	12	12	100%
介護予防サポーター	1150	696	61%

2) 地域リハ広域支援センターの調査結果

群馬県内の広域支援センター12か所すべてから回答を得た。広域支援センターの立場では、平成18

年度の介護予防サポーター育成事業は概ね順調に進み、予算も妥当であった。市町村との連携や役割分担も、悪いと答えたところはなかった。介護予防サポーターは介護予防の推進に「やや役立つ」という受け止めである。

研修内容については、初級と中級の研修内容に重なりがあるので、内容を整理・区分し、初級は介護予防の一般的な入門編にする必要があるという指摘があった。研修教材については、最新のデータを使用し、専門用語をわかりやすい言葉に変え、イラストを多くして欲しいという指摘もあった。

初級・中級研修を実施するにあたって、講師陣のうち約半数が広域支援センターのスタッフが講師を務めていたが、その割合はセンターによって20～86%と、センターごとの方針や状況の違いを示した。

初・中級研修は、全県下で同一の内容を定めているが、市町村の意向を汲んで内容を一部変更して研修を行う必要もあろう。また、フォローアップ研修の必要性も指摘された。このような機会には外部の優秀な指導者に関わってもらい地域に刺激を入れていくことが有効と思われる。県支援センターが運営している講師バンクを活用することも検討して頂きたい。

61%の広域支援センターは、市町村が介護予防サポーターをうまく活用しているととらえている。しかし、平成18年度に育成した介護予防サポーターが地域に役立っていると回答した広域支援センターは50%だった。これは介護予防サポーターの表だった活動がまだ少なく、介護予防事業の補助的な業務や協力にとどまっていることが原因と考えられる。介護予防サポーターが地域の活性化やネットワーク作りにつながっていくことは、今後の展開として期待される。

平成20年度以降も76%の広域支援センターが介護予防サポーターの育成事業に携わっていきたい考えがあり、介護予防サポーターの育成に肯定的である。そして、11/12の広域支援センターが今後も市町村の介護予防事業に継続して協力していきたい考えを示した。介護予防サポーター育成の意向のない市町村、サポーターを育成したいが活用が思い浮かばない市町村など介護予防サポーターの育成に対して市町村に温度差があることを広域支援センターの過半数が感じ、その解消に取り組んでいた。

広域支援センターは市町村の意向に沿って研修を実施する役割を担っている。従って、市町村が介護予防サポーターの育成・活動について明確なビジョンを持つかどうか、今後の成否の鍵となろう。今後も広域支援センターには、市町村との連携を深め、育成したサポーターが地域で活躍できるよう、フォローアップ研修などを支援していくことが望まれる。

3) 介護予防サポーター中級研修修了者の調査結果

介護予防サポーターの基本属性は、60歳代を中心に50～70歳代が9割近くを占め(図1)、83%が女性だった。57%は介護経験があり、67%はボランティア経験があった。毎日働いている方は23%で日によって働く方と合わせて約半数を占めた(図2)。介護予防サポーター研修への参加理由を自分あるいは人のためどちらかで選択してもらくと、70%が自分のために参加していた(図3)。

中級研修の受講を決めたときには71%が介護予防サポーターとして活動する考えがあった。参加理由は「自らの健康保持」「将来の生活準備」「家族や地域の人々に役立つため」であった。

初・中級研修については、84%が「満足」と「やや満足」の受け止めだった。初級は7割の参加者が、中級は6割が研修内容を理解できていた。そして、中級研修で学んだことを58%の人が自らの生活で実践していた。中級研修でさらに学びたい項目としては、認知症予防と運

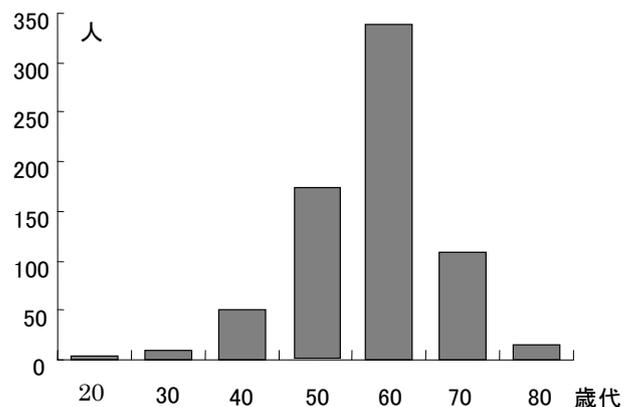


図1 介護予防サポーターの年齢構成

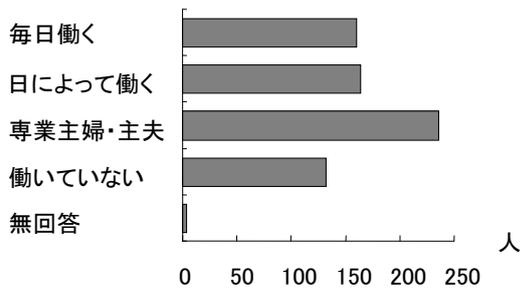


図2 サポーターの就労状況

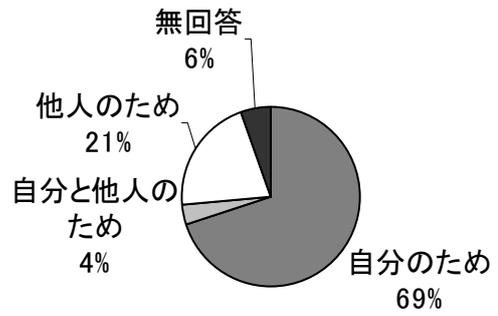


図3 なぜ参加しようと思ったか

動・筋トレ、地域づくりを3割以上の人が選択している。そして、もっと内容・時間を増やした研修を望む声が多い。学んだ知識が活動に「とても役立つ」と「やや役立つ」が6割弱を占めた。「役立つしない」という評価は、活動していない・活動の場がないためという理由が多かった。

上級研修に参加したのは中級研修修了者の20%で、そのなかの62%が「満足」と「やや満足」の受け止めだった。しかし、上級研修の改善点としては「研修にただ参加しているだけ」、「サポートしているだけ」という記述があり、介護予防サポーターの上級研修に対する物足りなさを感じとれた。

現在、介護予防サポーターとして活動している人は37%であった。活動していない56%の方の8割は活動したいと思っており、活動したいが市町村に活動の場がないことがその主要な原因であった。

活動している人の多くは月2～3回であり、現状どおり活動していきたい人が60%である。活動をしておらず、活動したくない人は「気力や体力がもたない」「暇がない」を理由としてあげている。介護予防サポーターとして活動したい領域は「運動・筋トレ」が80%おり、皆と一緒にいけるところが良さと考えられる。70%の介護予防サポーターが今後の活動に不安を抱えており、84%の介護予防サポーターが市町村や地域包括の事業に参加したいと考えている。不安を抱えつつも参加意欲は高い。

報酬は無償でも良いが(図4)、交通費は負担してもらいたいという意見が多い(図5)。そしてボランティア保険は80%が自治体に負担してもらいたいと答えた(図6)。地域に役立つことを生きがいにしたいと考える方が多い。

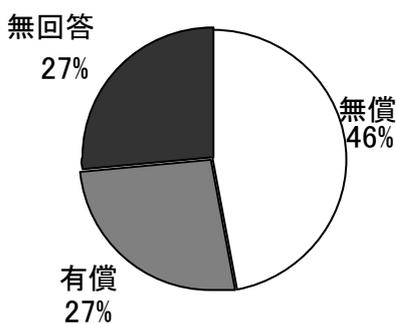


図4 報酬は

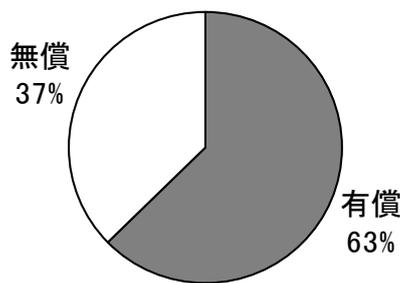


図5 交通費の支給は

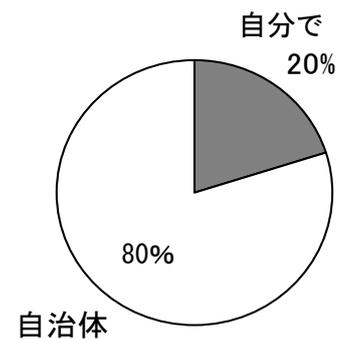


図6 ボランティア保険は

介護予防サポーターは介護予防に対して関心が非常に強い。手伝いだけでなく、サポーター活動を楽しみながら自分の存在意義を見いだしたい希望がある。アンケートの記述では介護予防の学びたい事項が20項目以上あがっている。今回のアンケート結果を元に、各地域で介護予防サポーター同士が話し合いをもてば、活動のアイデアがたくさん出てくるだろう。それを地域で介護予防事業に結びつける力量が市町村に求められる。

活動意欲の高い介護予防サポーターが県内で多数誕生している。このマンパワーをいかに育て、活用するかは、市町村の力量にかかっている。しかし、介護予防サポーターも受け身で指示を待つばかりでなく、積極的に自分達から市町村に働きかけて自主活動拠点を形成し、継続した活動に結びつけて頂きたい。

4) 市町村の調査結果

群馬県内 38 市町村中 36 市町村から回答を得た。市町村の介護予防サポーター育成担当者によると、初・中級研修を任せている広域支援センターとの連携や役割分担が「良い」と答えている市町村は 60%であった。市町村からみると、80%の広域支援センターが介護予防サポーター育成に対する市町村の意向を把握できていた。平成 18 年度の初・中級研修は 50%が市町村の意向に沿った研修が行えた。初・中級研修に使用した教材は 83%が適切と受け止めており、介護予防サポーター制度は介護予防の推進に「やや役立つ」と回答をした育成担当者が多かった(図 12)。

研修の問題点として初級は内容が盛りだくさんすぎる、研修内容は介護予防のガイドラインのみとし、ボランティアとしての心構えや役割も盛り込んで欲しいという意見があった。中級の改善点は実技を主体とし、認知症サポーターの育成も考慮して欲しいという提言があった。

上級研修は平成 19 年度までに 11 市町村で行われている(3 ページの表 2 ; 研修内容は 5 ページの表 5 に示した)。すでに 3 市町村が修了証の発行者を自治体の長と決めており、介護予防事業が市町村独自の活動として進められている。上級研修を行っていない市町村のなかには県の指示やマニュアルが出るのを待っていたり、初・中級受講者のフォロー事業で手一杯だったり、市町村と県との間で介護予防サポーター育成についての行き違いが推察される。上級研修内容は介護予防事業のサポート活動が多かった。上級研修に何をとり入れるかが介護予防サポーターの方向性を決める。本来市町村の独自性をだすべき上級研修の運営が、50%近くの市町村でうまくいっていなかった。市町村独自のプログラムなので市町村の体制や職員の意向などに大きく左右される点が問題であろう。

育てたサポーターについて、53%の市町村は平成 18 年度に登録された介護予防サポーターを活用していた(図 7)。特定高齢者介護予防教室、筋トレ教室、サロン活動などのサポート役として活躍してもらっていた。介護予防サポーター活動は、現状では費用削減、人手不足の補助、高齢者とのコミュニケーションや介護予防の PR に役立っている。先駆的な市町村では介護予防サポーターが介護予防教室の企画に参加し始めている。しかし、現状では介護予防サポーターを活用できない市町村が 42%あり、理由として活動の場がない、活動の場が作れない、既存の事業にどのように介護予防を組み入れるか検討が不足していると答えている。しかし、自主グループに育てたいと考えている市町村は 97%にのぼった(図 8)。介護予防サポーターを中心としたサロン活動を実施している市町村は 10 あった(図 9)。

介護予防サポーターとしての活動内容に関して、36%の市町村でサポーターが職員に対して要望を示した。サロン活動や高齢者の話し相手、サポーターの得意分野を生かしたサークル活動、筋トレや昼食サービス、閉じこもり防止の支援等があげられている。

報酬に関しては、75%の市町村が介護予防サポーターには無償で活動してもらっている(図 10)。ボランティア保険も自治体での加入は 4 市町村しかなく(図 11)、個人での保険加入の情報提供をしていない市町村は 58%だった。

今後、介護予防サポーターを育成するにあたっては、平成 18・19 年度に各市町村で育った介護予防サポ-

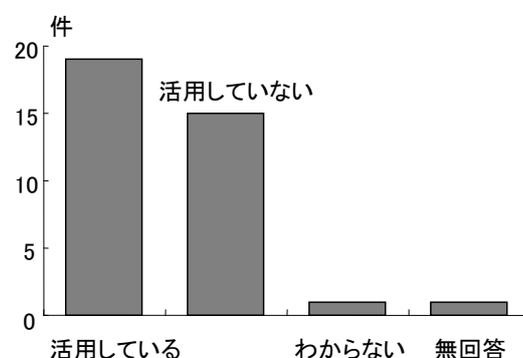


図7 介護予防サポーターを活用しているか

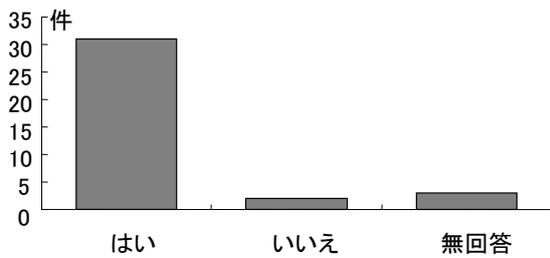


図8 自主グループに育てたいか？

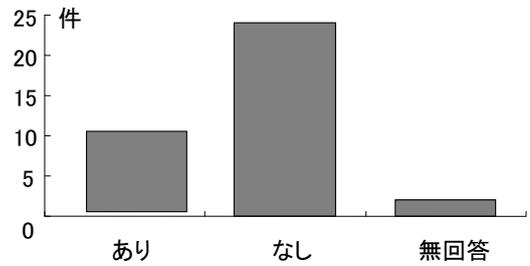


図9 サロン活動への活用は？

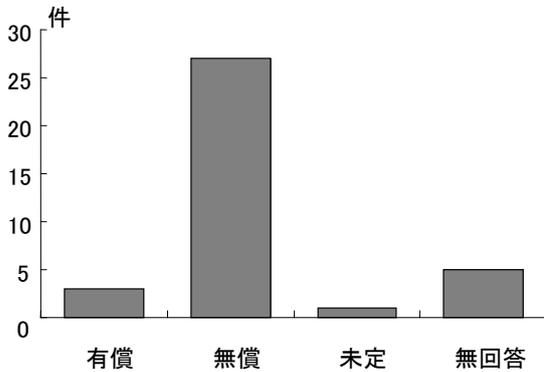


図10 報酬は？

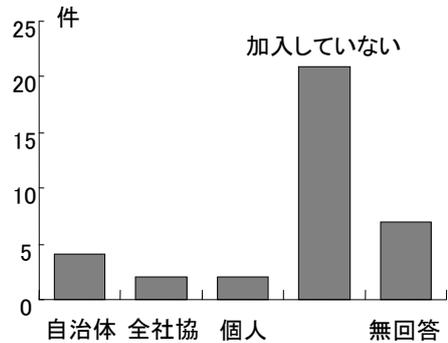


図11 ボランティア保険は

ターの様子を参考に、市町村が介護予防サポーターをどのように活用したいか、そして介護予防サポーターがどのように活動したいか、両者の意見をすりあわせて住民主導の介護予防に取り組むことが望まれる。市町村担当職員のリーダーシップは必要であるが、住民の生活のなかでの介護予防、住民の介護予防に関する要望を探り、住民の意向に沿った住民主導の介護予防が望まれる。今までとは異なるスタンスで、各市町村に合った介護予防サポーターを育てることが大切であろう。

5) 調査結果のまとめ

図12に示すように、介護予防サポーターは、介護予防の推進に概ね役立っているとの評価を三者から得た。

育成事業は、初・中級研修については順調で、余り大きな問題点は指摘されなかった。市町村が独自に行う上級サポーターの研修は、18年度に実施出来たところは9市町村のみで、2市町村が今年度に予定していた。

育成したサポーターの活用については、約半数の市町村が活用していて、サポーターの約4割は実際に活動している(図13)。しかし、約4割のサポーターは市町村で活動する場がないので、市町村に活動の場を作ることが今後の課題である。約2割はボランティア活動を行う気がない方などだった。大部分の市町村が、サポーター

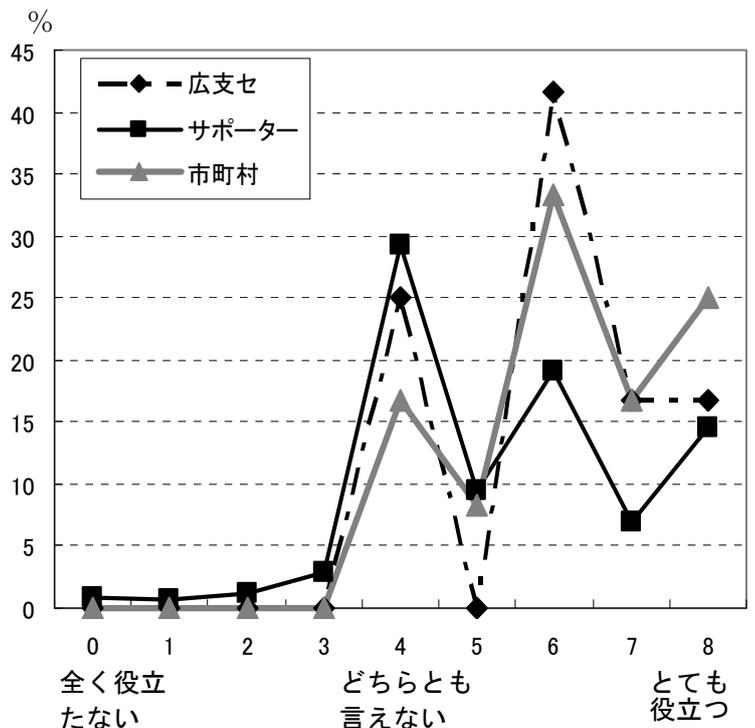


図12 総括質問：介護予防サポーターの役立ち度は？

が運営する自主グループを育てたいと考えており、サポーターも6割が自主グループの活動に意欲を持っている（図14）。自主グループの運営には、さらなるスキルアップ研修が必要となろうが、介護予防サポーターが居住地域で筋トレなどの介護予防をめざした自主グループを運営できるように市町村が支援することが望まれる。

中級サポーター研修修了者は50～70歳代が9割を占めた。多くの中・上級サポーターが、交通費が支給される無償ボランティアで事故に対する保険を市町村に望んでいた。

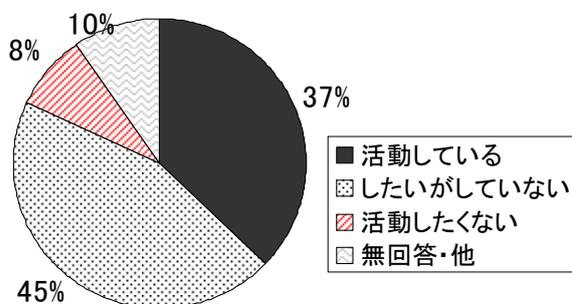


図13 サポーターの活動状況

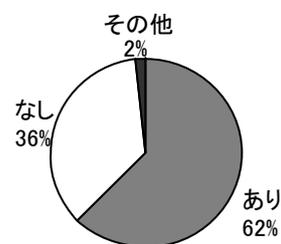


図14 自主グループで活動する意欲のあるサポーターは？

5. 介護予防サポーター活用の事例

1) 前橋市

前橋市では、介護予防事業の参加・見学といった実践研修を上級研修として位置づけている。実際には、通所型介護予防事業「ピンシャン！元気塾」への参加（2回）、介護予防自主グループへの参加・見学（1回）を実施し、修了後、反省会を行っている。この上級研修の意義は、初級・中級で得た知識・実技を実際の教室やサロンの中で参加者とともに体験し、参加者への接し方や運営上の工夫などを学び、サポーターとしての関わりを各自で考えることにある。この上級研修を修了し、「今後、サポーターとして活動していく」意思のある方が、前橋市介護予防サポーター（上級サポーター）として登録されている。

介護予防サポーターの活動は、①サポーターが自主的に行う居住地域内の活動と、②市が出動を要請したり希望者を募って行う市内全域での活動とに分けられる。

①居住地域内の活動として、H17年度芳賀地区の修了者（パイロット事業）は、「筋トレ芳賀」といった自主グループを立ち上げて月2回運動を実施している他、地域の閉じこもり予防の教室であるいきいき長生き教室の支援や、いきいきふれあいサロンの運営などを行っている。また、H18年度大胡地区の修了者は、「大胡介護予防・心の健康部会」として、月2回、運動改善や栄養改善・口腔機能向上のより実践的な方法についての習得を目指した研修を実施し、今春からの一般地域住民の受け入れに向けて準備を進めている。その他、地域の方の集まる場を提供したり、既存の居住地域のサロンで介護予防の体操を始めたりと、サポーターが発起人となって運営されている自主グループは、現在全市で5か所となっている。

これらの活動は、地域の実情や、サポーター・地域住民の希望に合わせ、内容や運営方法もサポーターが自ら考え、実行している。市は、アドバイザー役として、内容や運営についての相談、体力測定や講話での出動などで関わっている。

②前橋市内全域の活動としては、H19年10月に県庁で行われた「華麗に加齢フェスタ」に、前橋市として出展し、前橋市の介護予防の取り組みについての広報、前橋市オリジナルの介護予防体操『ピンシャン！元気体操』の紹介、豆腐を使った団子の試食提供などを行い、県民に向けて介護予防の普及啓発を行った。また、H19年度の介護予防サポーター養成研修では、運営協力として、会場設営や受付、グループワークの進行役などの役割を担った。その他、小山市「ふれあいいきいき運営

委員会」との情報交換会では、前橋市の介護予防を PR するとともに、他市の現状を知り、自分たちの活動を見直す機会を持つことが出来た。

これらの事業はすべて、市と地域リハ広域支援センターが協力して行っており、随時話し合いを行った上で、企画・実行している。

前橋市では、サポーターの活動を一般高齢者施策の中に位置づけ、市が形を押し付けるのではなく、地域で必要とされていること、できることは何かを住民（サポーター）自らが考え、気づき、実行することを目標に事業を進めてきた。まずはひとつの地域にたくさんのサポーターを育てて、その地域の介護予防を充実および自立させ、**介護予防のモデル地区**を作ることが重要と考え、18年度までは地域を限定してサポーター研修受講者を募集した。その結果、モデル地区の先進例を見て、他地区でもサポーター以外の一般市民が自主グループを立ち上げ、その発起人がサポーター研修を受けるといった逆の流れも生まれてきた。今後も現在の方向性を守りながら、地域の同志が少なく自主的な活動が思うようにできない、あるいは自主活動には自信がないが指示があれば動きたいというサポーターのために、市からの要請で他地区の自主グループ支援等に出動する機会を増やすなど、活動の選択肢を広げていきたい。

また、活動の幅を広げるためには、上級研修等のフォローアップが重要となる。今年度まで、上級研修は中級修了後の実践研修のみであり、その後のイベントや研修などへの出動、情報交換会等をスキルアップ研修の代替として位置づけていたが、実際に自主活動を始めると、このやり方でいいのかという不安、参加者を惹きつけるようないろいろなアクティビティを身につけたいという希望など、さまざまな意見が聞かれ、これまではそのような訴えに対し、各グループに個々に対応してきた。H20年度からは、各種の正式な**スキルアップ研修**を開催し、自分に必要と思われる研修を選択して受けられる形をつくとともに、研修の受講状況や活動の状況を記録することで、個々のサポーター活動を評価できるような態勢を整えたいと考えている。

今後も、前橋市内の多くの地域が、地域住民の力でもっと元気になるように、介護予防を支える人たちの養成に力を注いでいきたい。

前橋市 介護高齢福祉課



2) 吉井町

高齢期の自立した生活を送るために必要な介護予防に関する知識・技術を習得し、自ら実践するだけでなく、介護予防活動を地域で展開させることができる**介護予防活動リーダー**の役割を担う。

具体的な目標としては、地域介護予防事業「らくらく体操」（実態把握等により介護予防が必要と判断された人を対象に、ストレッチ体操・筋力トレーニング・お茶飲み（座談）などを月2回 地区公民館で実施）をサポーターが中心となって実施する自主的活動に発展させることとした。

上級研修は、①体力測定と②町で実施している介護予防教室（3か所）の見学実習の実践的研修を行うこととした。

①体力測定は、膝伸展筋力・握力・開眼片足立ち・ファンクショナルリーチ・10m歩行速度・Timed Up & Go testの6項目を行い、結果をグラフにしてサポーターに返却。

②介護予防教室の見学実習は、特定高齢者施策「生活らくらくクラブ」・一般高齢者施策「生活らくらくクラブα」「らくらく体操会」の3つの教室にそれぞれ1回ずつ参加。参加者と共に体験することで、サポーターが介護予防活動のイメージをもてることを目標とした。

上級研修修了者には吉井町介護予防サポーター認定証（名刺サイズ）を交付した。

「らくらく体操会」をサポーターが中心となって行う自主的活動に発展させることをサポーター活動の目標としていたため、H18年度上級研修修了者はH19年7月より「らくらく体操会」に参加

し、サポーターとしての活動を開始した。(5名ずつのグループに分かれて交替で参加)

まずは、教室の流れを把握することを目標とし、スタッフと一緒に教室の運営を行った。10月に中間評価のため**サポーター全員を集めて運営会議**を開催し、今後の活動について話し合いの機会を設けた。その中で、公民館の鍵の管理や会場の管理等サポーターができることはサポーターが行うようにしながら、サポーターが中心となって教室を運営できるように経験を積んで行きたいという方向性が出され、現在取り組んでいるところである。3月中旬に再度運営会議を行い、4月からはサポーターと参加者で教室を運営していく予定である。

H18年度は成功例を作るため**モデル地区**として1地区の長寿会を選定し、H19年度は第2のモデル地区として4地区の長寿会を選定して参加者を募った。最終目標としては地域介護予防事業「らくらく体操会」を全町に広め、地域の介護予防を充実させるため、平成20年度からは一般公募を行う予定である。

サポーター養成研修に参加する前は、「行政が主体でやってくれれば手伝う」「私だって介護される側だから」と受動的であったが、研修の過程で参加者の喜ぶ顔や声を目の当たりにし、それが励みとなって少しずつ自主性が育ちつつある。H18年度養成サポーターの活動をH19年度養成サポーターが見学し、自主的に活動を計画し始めた地区も出てきている。輪投げやカラオケ、レクリエーション等の活動を取り入れたらどうか等、内容の工夫に関する意見も聞かれるようになり、サポーターが自ら活動について考える姿勢も見られ始めた。一つの**モデル地区の活動が、他のサポーターの興味や自主性に影響を与える効果は大きい**と実感している。

活動は始まったばかりであり、今後地域に波及できるか、長期的に継続できるかが最大の課題と思われる。介護予防が地域にしっかりと根付くよう、サポーターをはじめとする地域住民と連携をとりながら支援態勢を検討していかなければならないと考えている。

吉井町 福祉課(福祉高齢係) 吉井町地域包括支援センター

3) 草津町

草津町では平成18年度に33人を介護予防サポーターに認定した。

サポーターは高齢者サロン(運動機能低下を防ぐための筋力トレーニングを中心に行う。平成18年度1月~3月実施)で9名が延べ34回活動した。

また、**介護予防サポーターフォローアップ研修**も実施している。内容は、障害を持つ者へのトレーニング、トレーニングの基礎知識、疾患別メニューなどである。

平成19年度には、**高齢者サロン**で10名が延べ129回参加したのに加え、高齢者サロン、出前講座(南本町地区)や元気アップ☆スクール(特定高齢者施策一通所型介護予防事業)にもサポーターが参加した。



草津町 地域包括支援センター

4) 桐生市

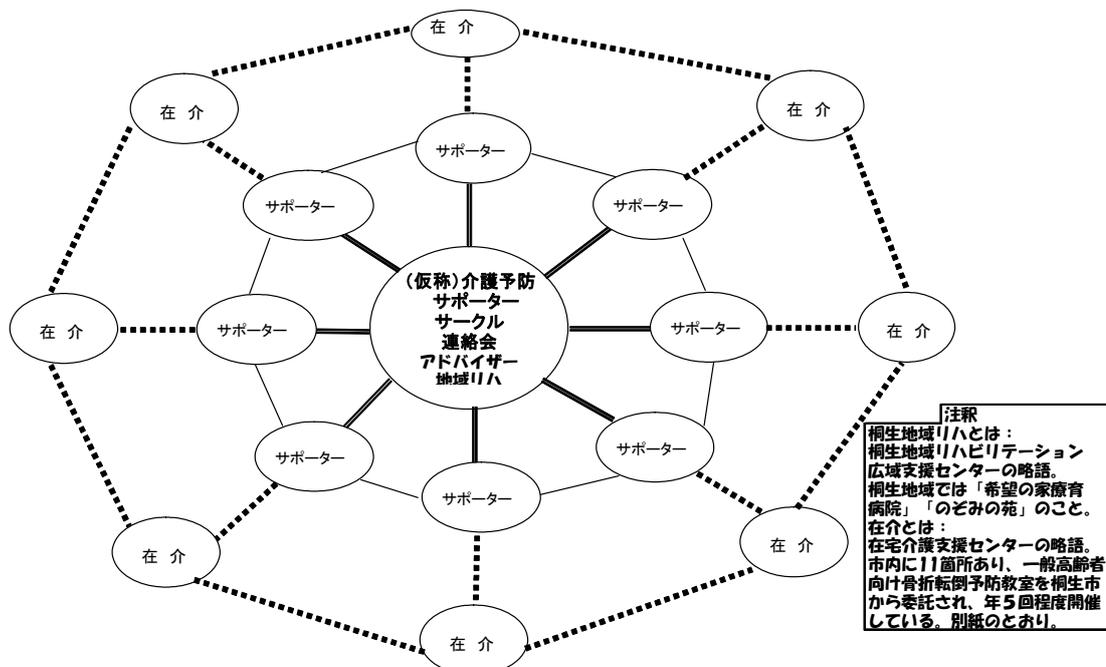
桐生市では、介護予防の必要性や、「元気高齢者が安心して暮らせる地域づくり」を理解し、介護予防サポーターが活動の中心となって事業の推進を図り、それを行政が支えていくことを基本とし、そのため介護予防サポーター養成研修を実施した。

平成19年度に、市内13地区で養成された**介護予防サポーターの組織化**を図り、公民館等を活動拠点とする12団体(各地区)に103名のサポーターが属する組織が出来た。さらに**各地区介護予防サポーター会長の連絡・調整などを協議する連絡会**も平成19年度に立ち上げられた。介護予防サポーターが育ってきたら、市で実施している一般高齢者向け介護予防教室等の委託等を視野に入

れていく予定となっている。

平成 20 年度からの介護予防サポーターの活動を開始するにあたり、介護予防サポーターが一同に会し総会を実施するとともに介護予防講演会（演題：地域に広げよう筋トレの輪）を開催し、介護予防サポーターの意識高揚を図った。また、介護予防講演会は、一般高齢者へは広報による周知を行うと共に、老人クラブ及び民生委員へは参加を呼びかけ、介護予防についての普及啓発を行なった。

図 桐生市地区介護予防サポーターのイメージ



平成 20 年度には桐生市からの介護予防サポーターへの支援として、①ボランティア傷害保険への公費での加入、②市主催による上級研修（筋トレ教室）の開催を予定している。

今後は、「元気高齢者が安心して暮らせる地域づくり」を基本に、介護予防サポーターが以下の市介護予防事業へ参加及び支援することにより、介護予防サポーターによる「健康づくり」「仲間づくり」「地域づくり」を目指し、ボランティア活動に取り組む。

- (1) 介護予防サポーター養成研修（上級）への参加
- (2) 介護予防サポーター養成研修（初級・中級）への支援（受付等）
- (3) 介護予防講演会への参加及び支援（受付等）
- (4) 一般高齢者向け転倒骨折予防教室・栄養改善事業・口腔ケア事業への参加及び支援

桐生市 高齢福祉課

5) 吉岡町

吉岡町では、町の介護予防事業に協力してくれるボランティアの養成を目的として、平成 18 年度に介護予防サポーター初級・中級養成講座を実施しました。

吉岡町介護予防サポーターの紹介

サポーターの名称	会員数（平成 20 年 3 月 1 日現在）				
	初級	中級	上級	その他	合計
四つ葉介護予防サポーター	6名	24名	11名	7名	48名

四つ葉介護予防サポーターは、平成 19 年度から本格的に活動を開始しました。

事務局を吉岡町地域包括支援センターに置き、サポーターに対して介護予防事業への協力依頼を行います。また、活動内容にサポーターの意見を広く反映させるために、**隔月でミーティング**を開催し、サポーター活動に関する意見交換や情報提供などを行っています。

平成 19 年度介護予防サポーター活動実績

実施月	事業名称	活動内容
5・11月	高齢者筋力トレーニング合同体力測定会	測定員（春と秋の2回）
11月	シルバー大学院① 『歩け歩け宝探し（オリエンテーリング）』	事業の運営ボランティア
3月	シルバー大学院② 『ハッスル ハッスル 運動会』	〃
隔月	サポーター・ミーティング	事業の反省や今後の活動内容についての話し合い

平成 19 年度は、活動の場を提供するだけでなく、サポーターが上級へスキルアップするための講習（上級養成講座）や**フォロー研修**（介護予防教室）などにも力を入れました。

平成 19 年度介護予防サポーター研修実績

実施月	事業名称	内容
10月	シルバー大学院①（研修項目：認知症予防） 『認知症予防のお話とトレーニング』	一般高齢者とサポーターを対象とした介護予防教室
12月	シルバー大学院②（研修項目：栄養改善） 『食事バランスガイド』	〃
1月 2月	上級サポーター養成講座 （研修項目：感染予防、栄養、住環境、運動）	中級サポーターを対象にした上級養成カリキュラム
2月	シルバー大学院③（研修項目：口腔衛生） 『お顔の体操』	一般高齢者とサポーターを対象とした介護予防教室

活動 1 年目は、介護予防の必要性やサポーターの役割を認識してもらうことを主眼に活動を展開しました。2 年目からは、**特定高齢者の見守り活動**や**介護予防プログラムへの参加支援**など、地域に密着した主体的な活動ができる自主グループへと転化させたい。

また、サポーターの紹介や活動報告を積極的に住民に周知し、地域活動で住民の理解と協力が得られるようにするとともに、関係機関及び団体との協力体制の強化を図りたい。

吉岡町 健康福祉課 福祉室

6. 介護予防サポーター活用のポイント

1) 活用形態（活動エリア）

	市町村全域型	居住地区型
活動エリア	市町村全域の介護予防事業に参加	居住地区での介護予防事業に参加
活動内容	ボランティアとして市町村の実施する介護予防事業のサポート役	筋トレなどの自主グループの運営、サロン活動の運営など

2) 有償ボランティアとして予算獲得（ポイント制）

介護予防サポーターは、無償ボランティアとして人の役に立つことを生きがいと感じている人が多く、基本的には交通費程度の支給を望んでいる。しかし、稲城市の介護支援ボランティア制度（脚注）のように、ボランティア活動でポイントを貯めて介護保険料等に充当できる制度は、介護予防サポーターにとってもメリットとなる。

3) ボランティア保険の整備

介護予防サポーターが安心して活動できるよう、ボランティア保険などを市町村が負担することが望ましい。筋トレの自主グループなどでは、転倒事故、筋トレ中の急死、送迎中の事故などに対して、責任の所在を明確にしておく必要がある。

4) 自主グループ運営への市町村の支援（筋トレサークル・回想サークルなど）

公民館・集会所など場所の確保には行政の支援が必要である。また、運営体制や地域住民への参加呼びかけなどにも行政の支援が望まれる。また筋トレなどの自主グループを運営するには、上級研修まででは不十分。さらなる研修の支援が必要。

5) 自主グループの活用例

虚弱高齢者を選別して対応する特定高齢者施策だけでは、効果的な介護予防事業を展開することはできない。介護予防サポーターが主体となって運営する筋トレなどの自主グループに、地域包括支援センターが関与して特定高齢者もそこに参加し、地域ぐるみの介護予防活動を町内会規模の地区単位で行う。それを市町村や地域リハ広域支援センターが支援する。このような地域に根ざした介護予防の仕組みは、きわめて有効な自主グループ活用法と考える。

6) 行政に求められる姿勢

市民が気づく、そして行動する。行政はそれを支える。介護予防担当者だけではなく、市町村の首長から係員まで、皆で介護予防の重要性や意義を考え行動する。地域包括支援センター、社協、民生委員など市町村関連諸団体との連携も重要。住民主導の活動には、老人クラブ・長寿会が鍵。

介護予防の活動が地域を創る
まちづくりは 地域づくり
地域づくりは 健康づくり から

注) 稲城市の介護支援ボランティア制度：介護保険第1号被保険者で市に予め登録した者が、市の指定する介護予防事業・活動にボランティア参加すると、1時間につき100ポイント分のスタンプをもらえ、それを1,000ポイントにつき1,000円に換金して介護保険料などに充当できる制度。年間5,000円を上限としている。財源は、介護保険地域支援事業交付金で、ポイントの管理や換金は市の社会福祉協議会が担当している。

H19.3.31現在

巻末資料1 介護予防サポーター 研修実施状況(平成18年度)

区域	初級コース				中級コース				研修会実施機関				
	期日	会場	対象地域	受講者数	期日	会場	対象地域	受講者数	会場	対象地域	受講者数	会場	対象地域
前橋	2月17日(土)	大胡地区農村環境改善センター	大胡地区	69	2月22日(木)、3月8日(木)、3月15日(木)	大胡地区農村環境改善センター	大胡地区	52	大胡地区農村環境改善センター	大胡地区	52	大胡地区	52
	11月28日(火)	高崎市総合福祉センター	高崎市(旧市内)	194	12月5日(火)、1月9日(火)、2月6日(火) 12月5日(火)、1月9日(火)、2月6日(火) 12月20日(水)、1月16日(火)、1月29日(月) 12月20日(水)、1月16日(火)、1月29日(月)	南八幡ふれあい館 岩鼻長寿センター 中央公民館① 中央公民館②	高崎市(旧市内)	25 28 55	南八幡ふれあい館 岩鼻長寿センター 中央公民館① 中央公民館②	高崎市(旧市内)	25 28 55	高崎市(旧市内)	25 28 55
高崎 安中	10月12日(木)	安中市役所	安中市	67	10月20日(金)、10月24日(火)、10月31日(火)	安中市役所	安中市	53	安中市役所	安中市	53	安中市	53
	11月14日(火)	様名エコーホール	高崎市(旧群馬郡)	128	11月20日(月)、12月8日(金)、12月20日(水) 11月28日(火)、12月12日(火)、1月12日(金)	様名保健文化センター 群馬福祉会館	様名・倉沢地区 群馬・箕郷地区	27 30	様名保健文化センター 群馬福祉会館	様名・倉沢地区 群馬・箕郷地区	27 30	様名・倉沢地区 群馬・箕郷地区	27 30
洪川	1月17日(水)	吉岡町文化センター	吉岡町	109	2月1日(木)、2月8日(木)、2月15日(木)	吉岡町文化センター	吉岡町	46	吉岡町文化センター	吉岡町	46	吉岡町	46
	10月20日(金)	藤岡市鬼石多目的ホール	藤岡市・多野郡	116	10月26日(木)、10月31日(火) 11月16日(木)、12月1日(金)	藤岡市民ホール、吉井町保健総合センター 上野村役場、神流町活性化センター	藤岡地区 奥多野地区	70 23	藤岡市民ホール、吉井町保健総合センター 上野村役場、神流町活性化センター	藤岡地区 奥多野地区	70 23	藤岡地区 奥多野地区	70 23
富岡	11月29日(水)	富岡市生涯学習センター	富岡市	96	1月22日(月)、1月24日(水)、2月1日(木)、2月8日(木)	富岡市生涯学習センター	富岡市	62	富岡市生涯学習センター	富岡市	62	富岡市	62
	12月1日(金)	南牧村活性化センター	南牧村	58	2月6日(火)、2月7日(水)、2月13日(火)	南牧村活性化センター	南牧村	22	南牧村活性化センター	南牧村	22	南牧村	22
吾妻	9月26日(火)	草津町総合保健福祉センター	吾妻郡西部	77	10月3日(火)、10月6日(金)、10月11日(水)	草津町総合保健福祉センター	吾妻郡西部	49	草津町総合保健福祉センター	吾妻郡西部	49	吾妻郡西部	49
	10月26日(木)	中之条町ツインプラザ	吾妻郡東部	115	11月20日(月)、11月24日(金)、11月28日(火)	中之条町ツインプラザ	吾妻郡東部	75	中之条町ツインプラザ	吾妻郡東部	75	吾妻郡東部	75
沼田	2月21日(水)	東吾妻町コンベンションホール	吾妻郡全域	150	2月28日(水)、3月6日(火)、3月13日(火)	東吾妻町中央公民館	吾妻郡全域	133	東吾妻町中央公民館	吾妻郡全域	133	吾妻郡全域	133
	11月2日(木)	沼田市保健福祉センター	沼田市・利根郡	127	11月14日(火)、11月21日(火)、11月28日(火) 12月6日(水)、12月13日(水)、12月22日(金)	沼田市保健福祉センター及び利根沼田県民局	沼田市・利根郡	43 45	沼田市保健福祉センター及び利根沼田県民局	沼田市・利根郡	43 45	沼田市・利根郡	43 45
伊勢崎	2月8日(木)	川場村保健福祉センター	川場村	70	2月21日(水)、2月27日(火)、3月8日(木)	川場村保健福祉センター	川場村	23	川場村保健福祉センター	川場村	23	川場村	23
	11月8日(水)	伊勢崎市福運公民館	伊勢崎市	70	11月30日(木)、12月7日(木)、12月14日(木)	赤城公民館	伊勢崎市	55	赤城公民館	伊勢崎市	55	伊勢崎市	55
桐生	11月1日(水)	笠懸公民館	みどり市	63	1月17日(水)、1月19日(金) 11月29日(水)、12月6日(水)、12月8日(金)	五村町保健センター 笠懸公民館	みどり市	28 28	五村町保健センター 笠懸公民館	みどり市	28 28	みどり市	28 28
	1月24日(水)	桐生市保健福祉会館	桐生市	113	2月7日(水)、2月14日(水)、2月21日(水)	桐生市保健福祉会館	桐生市	73	桐生市保健福祉会館	桐生市	73	桐生市	73
太田	12月4日(月)	新田保健センター	太田市	44	1月24日(水)、1月31日(水)、2月9日(金)	新田保健センター	太田市	13	新田保健センター	太田市	13	太田市	13
	12月6日(水)	太田市保健センター	太田市	56	1月25日(木)、1月30日(火)、2月7日(水)	太田市総合健康センター	太田市	20	太田市総合健康センター	太田市	20	太田市	20
館林	1月24日(水)	館林市文化会館	邑楽郡5町	106	1月31日(水)、2月7日(水)、2月14日(水)	館林市文化会館	邑楽郡5町	94	館林市文化会館	邑楽郡5町	94	邑楽郡5町	94
	10月1日(日)	群馬会館	県内全域	265	-	群馬会館	県内全域	-	群馬会館	県内全域	-	県内全域	-
県	10月1日(日)	群馬会館	県内全域	2,093	-	群馬会館	県内全域	1,172	群馬会館	県内全域	1,172	県内全域	1,172

※ 五村町は、初級コースと同レベルの内容を町独自で開催。

巻末資料2 介護予防サポーター 研修実施状況(平成19年度)

H20. 3. 31現在

圏域	初級コース				中級コース				研修会実施機関				
	期日	会場	対象地域	受講者数	期日	会場	対象地域	受講者数	会場	対象地域	受講者数	研修会実施機関	担当者(コーディネータ)
前橋	11月10日(土)	前橋市総合福祉会館	前橋市	86	11月22日(木)、11月29日(木)、12月6日(木)	前橋市総合福祉会館	前橋市	71	前橋市総合福祉会館	前橋市	71	地域リハビリテーション広域支援センター 老年病研究所附属病院 TEL:027-253-5165	リハビリテーション部(丹下) TEL:027-253-5165
	6月20日(水)	高崎中央公民館	高崎市(旧市内)	93	7月24日(火)、8月28日(火)、9月26日(水) 7月24日(火)、8月28日(火)、9月26日(水)	高崎中央公民館(午前) 高崎中央公民館(午後)	高崎市(旧市内)	36 27	高崎中央公民館(午前) 高崎中央公民館(午後)	高崎市(旧市内)	36 27	日高病院	リハビリテーションセンター (谷) TEL:027-362-6201
高崎 安中	6月11日(月)	群馬福祉会館	旧群馬郡	47	6月22日(金)、7月6日(金)、7月20日(金) 6月27日(水)、7月11日(水)、7月25日(水)	群馬福祉会館 様名保健文化センター、様名支所	旧群馬、箕郷地区 旧様名、倉洲地区	49 29	群馬福祉会館 様名保健文化センター、様名支所	旧群馬、箕郷地区 旧様名、倉洲地区	49 29	群馬福祉会館 様名荘病院	リハビリテーション(新谷) TEL:027-374-1135
	9月12日(水)	安中市松井田支所	安中地区	27	9月21日(金)、9月26日(水)、10月2日(火)	安中市松井田支所	安中地区	22	安中市松井田支所	安中地区	22	安中病院	リハビリテーション科(阿部) TEL:0279-60-6665
茨城	9月13日(木)	子持社会体育館2階	茨川市	45	10月4日(木)、10月11日(木)、10月18日(木)	子持社会体育館2階	茨川市	26	子持社会体育館2階	茨川市	26	茨川中央病院	リハビリテーション科(阿部) TEL:0279-60-6665
	11月7日(水)	藤岡市民ホール	藤岡市・多野郡	145	11月21日(水)、11月28日(水) 11月26日(月)、12月6日(木)	藤岡市民ホール(11/21)、吉井町保健総合センター(11/28) 上野村役場(11/26)、神流町活性化センター(12/6)	藤岡市、吉井町 上野村、神流町	111 42	藤岡市民ホール(11/21)、吉井町保健総合センター(11/28) 上野村役場(11/26)、神流町活性化センター(12/6)	藤岡市、吉井町 上野村、神流町	111 42	公立藤岡総合病院 リハビリ室(浅香) TEL:0274-22-3311	公立藤岡総合病院 リハビリ室(浅香) TEL:0274-22-3311
富岡	12月11日(火)	富岡市生涯学習センター	富岡市	25	2月19日(火)、2月27日(水)、3月7日(金)	富岡市生涯学習センター	富岡市	16	富岡市生涯学習センター	富岡市	16	富岡市病院	リハビリテーション(柳澤) TEL:0274-62-5100
	1月17日(木)	ら・ら・かんら	甘葉町	59	2月5日(火)、2月7日(木)、2月14日(木)	ら・ら・かんら	甘葉町	34	ら・ら・かんら	甘葉町	34	公立七日市病院	リハビリテーション(柳澤) TEL:0274-62-5100
吾妻	11月30日(金)	下仁田町ふれあいセンター	下仁田町	34	1月22日(火)、1月24日(木)、1月29日(火)	下仁田町ふれあいセンター	下仁田町	12	下仁田町ふれあいセンター	下仁田町	12	茨城温泉病院	医療福祉相談室(村上) TEL:0279-66-2121
	7月19日(木)	長野原山村開発センター	吾妻郡西部	11	7月25日(水)、7月30日(月)、8月6日(月)	長野原山村開発センター、長野原保健センター	吾妻郡西部	15	長野原山村開発センター、長野原保健センター	吾妻郡西部	15	茨城温泉病院	医療福祉相談室(村上) TEL:0279-66-2121
沼田	11月26日(月)	高山村いぶき館	吾妻郡東部	17	12月3日(月)、12月10日(月)、12月21日(金)	高山村いぶき館	吾妻郡東部	19	高山村いぶき館	吾妻郡東部	19	内田病院	医師(傳田) TEL:0278-23-1231
	10月11日(木)	沼田市保健福祉センター	沼田市、利根郡	31	10月25日(木)、11月1日(木)、11月6日(火)	沼田市保健福祉センター	沼田市、利根郡	28	沼田市保健福祉センター	沼田市、利根郡	28	伊勢崎佐波医師会	理事(大澤) TEL:0270-25-5316
伊勢崎	2月7日(木)	沼田市保健福祉センター	沼田市、利根郡	21	2月14日(木)、2月15日(金)	利根沼田県民局	沼田市、利根郡	11	利根沼田県民局	沼田市、利根郡	11	希望の家療育病院	地域支援課(二戸) TEL:0277-73-2605
	6月19日(火)	境福祉センター	市内全域	48	6月27日(水)、7月3日(火)、7月12日(木)、7月19日(木)	境福祉センター	市内全域	30	境福祉センター	市内全域	30	希望の家療育病院	地域支援課(二戸) TEL:0277-73-2605
桐生	10月17日(水)	殖連公民館	市内全域	55	10月24日(水)、10月29日(月)、11月7日(水)、11月12日(月)	殖連公民館	市内全域	51	殖連公民館	市内全域	51	希望の家療育病院	地域支援課(二戸) TEL:0277-73-2605
	11月26日(月)	玉村町役場3階大会議室	玉村町	39	11月28日(水)、12月3日(月)、12月5日(水)	玉村町役場3階大会議室	玉村町	35	玉村町役場3階大会議室	玉村町	35	希望の家療育病院	地域支援課(二戸) TEL:0277-73-2605
太田	5月16日(水)	桐生市保健福祉会館	桐生市	132	6月8日(金)、6月20日(水)、6月28日(木)	桐生市保健福祉会館	桐生市	105	桐生市保健福祉会館	桐生市	105	希望の家療育病院	地域支援課(二戸) TEL:0277-73-2605
	7月12日(木)	みどり市役所大間々庁舎	みどり市	45	8月22日(水)、9月3日(月)、9月12日(水)	みどり市役所大間々庁舎、大間々保健センター	みどり市	30	みどり市役所大間々庁舎、大間々保健センター	みどり市	30	希望の家療育病院	地域支援課(二戸) TEL:0277-73-2605
館林	11月6日(火)	九合行政センター	太田市	106	11月13日(火)、11月20日(火)、11月27日(火)	九合行政センター	太田市	40	九合行政センター	太田市	40	希望の家療育病院	地域支援課(二戸) TEL:0277-73-2605
	11月8日(木)	新田福祉総合センター	太田市	63	11月15日(木)、11月22日(木)、11月29日(木)	新田福祉総合センター	太田市	46	新田福祉総合センター	太田市	46	希望の家療育病院	地域支援課(二戸) TEL:0277-73-2605
群馬	11月7日(水)	館林市文化会館	館林市、邑楽郡	63	11月14日(水)、11月21日(水)、11月28日(水)	館林市文化会館	館林市、邑楽郡	57	館林市文化会館	館林市、邑楽郡	57	希望の家療育病院	地域支援課(二戸) TEL:0277-73-2605
	10月21日(日)	群馬会館	県内全域	55	-	群馬会館	県内全域	55	群馬会館	県内全域	55	希望の家療育病院	地域支援課(二戸) TEL:0277-73-2605
				初級受講者計					中級コース修了者=介護予防サポーター認定数				942

群馬県介護予防サポーター育成調査検討委員会

区分	所属	役職等	氏名（*委員長）
学識経験者	群馬大学医学部保健学科	教授	山口 晴保*
学識経験者	群馬大学医学部保健学科	准教授	浅川 康吉
学識経験者	東京福祉大学社会福祉学部	教授	田中 聡一
地域リハ広域 支援センター	榛名荘病院 (高崎安中地域リハ広域支援センター)	理学療法士	新谷 和文
地域リハ広域 支援センター	沢渡温泉病院 (吾妻地域リハ広域支援センター)	医療福祉相談 室長	村上 千穂
市町村	桐生市高齢福祉課長寿支援係	課長補佐	兵藤 明
市町村	吉岡町健康福祉課福祉室	主任	永井 勇一郎

<事務局>

事務局	群馬県健康福祉部介護高齢課	課長	江口 哲郎
事務局	群馬県健康福祉部介護高齢課	次長	羽鳥 光博
事務局	群馬県健康福祉部介護高齢課包括支援 G	GL	茂原 千明
事務局	群馬県健康福祉部介護高齢課包括支援 G	係長	尾池 久美子
事務局	群馬県健康福祉部介護高齢課包括支援 G	係長	斉藤 太郎

このマニュアルは、厚生労働省の平成19年度老人保健事業推進費等補助金(老人保健健康増進等事業)により実施した「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」事業で作成したものです。

謝辞

アンケートにご協力頂きました地域リハ広域支援センターと市町村の担当者および介護予防サポーターの方々に深謝します。また、アンケート調査の取り纏めと報告書作成に多大な貢献を頂きました群馬リハネット事務局の深澤昌子様（群馬大学大学院博士後期課程在学）に深謝します。

このマニュアルの PDF ファイルを、群馬リハネットのホームページ
(<http://www.grn-net.com/>)よりダウンロードすることが可能です。

「群馬県介護予防サポーター育成マニュアル」

平成20年3月

群馬県介護予防サポーター育成調査検討委員会
(事務局：群馬県健康福祉部介護高齢課内)

協力

群馬リハビリテーションネットワーク
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」