

会議概要

会議名	令和5年度 第1回介護予防・日常生活支援総合事業部会		
事務局	福祉部高齢者施策推進室地域包括ケア推進課		
開催年月日	令和5年 7月20日(木)		
開催時間	午前 2時00分 ~ 午後 4時00分		
開催場所	足立区役所 南館12階 1203会議室		
出席者	吉清 健太郎 委員	伊藤 好美 委員	石引 力也 委員
	中村 輝夫 委員		
欠席者	賀川 幸英 委員	大竹 吉男 委員	
会議次第	別紙のとおり		
資料	<ul style="list-style-type: none"> <li>・次第</li> <li>・出席名簿(令和5年7月20日現在)</li> <li>・【資料1】Zoomでオンライン体操教室・はじめてのスマホ教室の事業見直しについて</li> <li>・Zoom・スマホ開始経緯</li> <li>・Zoomでオンライン体操教室事前説明会 アンケート集計結果について</li> <li>・Zoomでオンライン体操教室事前説明会アンケート</li> <li>・Zoom事前説明会アンケート集計結果</li> <li>・Zoomでオンライン体操教室事前説明会テキスト</li> <li>・【資料2】令和5年度「ぱく増し」事業の取り組みについて</li> <li>・頼れるドクター</li> <li>・長寿医療だより(R5年7月)</li> <li>・ぱく増しハガキ案</li> </ul>		
その他			

○事務局 本日はお忙しい中ご参加いただきまして、誠にありがとうございます。本日の司会は、地域包括ケア推進課介護予防生活支援担当の河内が担当させていただきます。よろしくお願いいたします。

資料の確認をさせていただきます。皆様にお送りさせていただいた資料は、メールで一部送らせていただいたのですが、いろいろ補足説明資料を作っていたところ、送ったものより多くなってしまっている部分もあるのですが、簡単に資料の確認をさせていただきます。

まず初めに、一番上にあります、次第「令和5年度足立区地域包括ケアシステム推進会議 第1回介護予防・日常生活支援総合事業部会」と書いてあるものです。では、1枚めくっていただきまして、続いて名簿です。こちら、本日、今回4名様に参加いただいているのですが、副会長の賀川先生につきましてはご用事がありまして、今回はご欠席ということで先日、ご連絡がありました。また、4番、ボランティア連合会の大竹先生なのですが、こちらは本日急遽お電話があつて、足をけがしたということで、今回は欠席となっております。名簿のほうは、すみません、修正できていないのですが、そのようによろしくお願いいたします。

では続きまして、次の資料です。資料1「Zoomでオンライン体操教室・はじめてのスマホ教室の事業見直しについて」でございます。こちらの1枚は、メールで送らせていただいた資料になるのですが、補足資料がございまして、そちらをご紹介させていただきます。1枚めくっていただいた、次のまたA3の資料になります。こちら、Zoom・スマホ事業の開催が始まった経緯というものになり

ます。

続きまして、その後ろです。「Zoomでオンライン体操教室事前説明会 アンケート集計結果について」。A4の紙をつけさせていただいています。続いてその1枚後ろが、アンケートの現物となっております。続いて、その次がA3の資料が2枚ございまして、Zoomでオンライン体操教室事前説明会のアンケート結果の円グラフで、グラフが書いてあるものと、その後ろが表が並んでいるものなのですが、Zoomでオンライン体操教室事前説明会の実際の参加者の内訳として入れさせていただいています。資料が多く、大変申し訳ございません。

続きまして、A4の縦の資料になりますが、こちらはホチキスどめのもので、「足立区ZOOM教室」と上に書いてあります。これはZoomの事前説明会でお配りしている資料の現物となります。写しとなります。こちらでZoomに関する資料は以上となります。

続いて、メールで送らせていただいた資料の2。クリップどめにさせていただきます縦書きのもので、「令和5年度『ぱく増し』事業の取り組みについて」。こちらが1枚ありまして、次をめくっていただきまして、各種発行物のサンプルなのですが、まず1枚。『頼れるドクター』の表紙の、カラーで刷っているA4、1枚のものです。その次に、後ろに畳んであるのですが、「あだち長寿医療だより」、広報誌です。こちら青い、水色のものになります。そして最後に、A4縦の資料で「ぱく増し」商品のアンケートの案となっております。こちらは1枚の資料となっております。

以上でございますが、不足等ございま

したら、事務局にお声がけください。特に、ない資料、ございませんでしょうか。たくさんありまして申し訳ありませんが、ありがとうございます。

では続きまして、この会議ですが、足立区地域包括ケアシステム推進会議、介護予防・日常生活支援総合事業推進部会の設置要綱第6条により、委員の過半数の出席により成立いたします。委員の皆様は6名中、ここに本日4名ご参加いただいたということで、成立とさせていただきます。では、皆様からの活発なご意見、ご質問をいただくため、迅速な会議進行にご協力いただきますよう、よろしくお願いいたします。

なお会議録作成のため、また公開することとなっておりますので、申し訳ありませんが記録の関係上、録音させていただきたいと思ひまして、ご発言の前にはお名前をおっしゃっていただけるよう、よろしくお願いいたします。

それでは吉清部会長から、開会のご挨拶をお願いしたいと思います。よろしくお願いいたします。

○吉清部会長 皆様、はじめまして。改めまして、こんにちは。足立区社会福祉協議会基幹地域包括支援センター、地域福祉課の吉清と申します。地域福祉課のほうにはこの4月から異動してまいりまして、今回部会長ということで何分初めての経験でありますので、進行に不手際等あると思いますが、どうぞご理解いただいで、スムーズな進行にご協力いただければ幸いです。

また、介護予防・日常生活支援総合事業推進部会なので、この部会の名前にありますとおり、今回、介護予防の話が、河内係長と黒川係長から事前に資料をいた

だいで、そこの議論を今日主に行っていくのですが、総合事業のことについても、この部会で検討するというに、中身としてはなっていますので、第2回目に向けて、後半に、少しそういうお話の時間が設けられればというふうにも思っていますので、よろしくお願いいたします。○事務局 吉清部会長、ありがとうございました。

では、ここからは議事進行を吉清部会長をお願いしたいと思います。よろしくお願いいたします。

○吉清部会長 それでは吉清のほうで進めさせていただきます。次第に従いまして進めさせていただきますが、まず次第の2、議題の(1)「令和5年度Zoomでオンライン体操教室の本格実施について」ということで、河内係長のほうからご説明をお願いできますでしょうか。

○事務局 介護予防生活支援担当の河内より、議題(1)「令和5年度Zoomでオンライン体操教室の本格実施について」説明させていただきます。

まず資料、先ほどたくさん紹介させていただいたのですが、Zoomでオンライン体操教室というものは今年度から始めさせていただいたのですが、理解していただくために、まず先に地域包括ケア推進課で実施している介護予防事業全体の中で、このZoomの教室というのはどういうふうに位置づけられているのか、その辺りを簡単にご説明させていただければと思います。

では、資料「Zoom・スマホ事業開催の経緯について」をご覧くださいませでしょうか。2枚目のA3の資料になります。

こちらの資料、横書きになっていて、左から右に向かって進んでいく資料になります。古くから介護予防事業というのは、運動ばかりの時代があったわけなのですが、令和2年度にフレイル予防という、運動だけでなく、口腔、栄養、社会参加。そういう要素を取り入れることが必要となりまして、足立区の介護予防事業としても令和2年度に大幅に見直しました。そのため、この左側の縦の列は令和2年度からスタートし、昨年の令和4年度までとしています。事業としては、今表示している1番から下の11番まで、現在も変わりなく実施しているところです。

1番から9番「パークで筋トレ・ウォーキング教室」までにつきましては、推進会議でも実施結果を報告させていただいておりますので、詳細の説明は割愛させていただきます。10番の「あだち・らくらく体操放送」。こちらは、J:COMに委託し放送しているものです。また、地域包括支援センターが独自にやっていただく介護予防教室。そういったものも一体的にやっているのので、こちらは初めてお見せする事業となります。

このような事業を実施していく予定で、令和2年度、大幅に見直したのですが、コロナがありまして、事業の中止がかなり続いたため、真ん中の「課題」と書いてある列にあるような、様々な問題点が見えてきました。①にありますのは、まずコロナですとか、今でもあります、熱中症アラートが出ていますが、猛暑。猛暑が出ると先ほどの9番のパークで筋トレなどは公園でやっているのですが、逆にそれで中止となるパターンもあります。そういった、いろいろな事情による事業

の中止がありますことと、あとは新しい方々です。

介護予防の取組みに興味はあるけれども、今、介護予防は集合型の事業が多いのですが、そういったところで参加が苦手で1人でやりたいという方も一定数いることが分かりました。また、コロナによって長引く外出自粛がありまして、それがもとで外出が困難になっている方がいるというのも、包括支援センターの実態把握等で聞いておりますので、そういった方々への支援をどうしていくのかといった課題も見えました。

先ほど申し上げました、あだち・らくらく体操。こちらがJ:COMで放送しているものなので、見るだけでできるということなのですが、そもそもJ:COM足立の契約が必要なもので、どれくらいの方が契約できているかというのが課題となります。

そのような理由がありまして、介護予防事業を提供できていない層が今、現状いるということが把握できたので、そういった方々のためにも、既存の事業をやるだけではなくて、参加できていない人たちの機会を創出する必要があるのではないかということで、右側の令和5年度となりますが、新規追加とさせていただいたのが、今回、Zoomでオンライン体操教室ですとか、はじめてのスマホ教室。そういった位置づけとなっております。

では、資料の1番に戻らせていただきたいと思います。番号に沿って説明いたしますと、1番の「目的」につきましては、先ほど説明した課題の部分と同じ内容となっております。続きまして2番の「令和5年度実施事業」ですが、この新しく

始まった4事業です。Zoomを使った体操教室というのはオンライン上なのですが、それ以外の説明会ですとか、あとは、はじめてのスマホ教室は対面型の集合していただく事業として開催しております。

定員はどの事業も20名でやっておりまして、各教室、時間数は様々用意させていただいています。Zoomでオンライン体操教室がもともとスタートの起点になっておりまして、ただそちらに参加しづらい方々、Zoomが苦手な方向けに事前説明会。さらに、そもそもスマホが苦手な方、初心者の方へ、はじめてのスマホ教室を、基礎コース、体験コースという順で、レベルを落としてと言ったら変ですが、幅広く参加していただくように計画を予定していました。

続きまして、下の【開催イメージ】なのですが、こちら、足立区が大変広いので、事業自体は区全体を5ブロックに分けて、均等に参加いただくように事業設計をしています。

まず、はじめてのスマホ教室につきましては、基礎と体験と書いてある列がありますが、基礎コースが3コース、3カ所。体験コースが2カ所ということで、計5カ所開催しています。Zoomの事前説明会は5ブロック全体で行いますので、5カ所やっているということになります。最後に、Zoom本体の体操教室自体は毎週水曜日に開催しているのですが、こちらも多くて5週開催している場合は月5回ということで、全部合わせますとだいたい月に15会場、事業をやっているというような規模をイメージしていただければと思います。

実際、事業は6月から開始となったの

ですが、早々に課題が見えてきまして、3番の「課題」にありますように、目標がZoomでオンライン体操教室の参加者を増やしたいというところではあるのですが、実際に開催してみたところ、初心者向けのはじめてのスマホ教室は定員を超えるぐらい、かなり人気ではあるのですが、こちらに参加が集中してしまっている状況であります。

また、はじめてのスマホ教室でもいろいろWi-Fi、LINEですとか、そういった使い方の具体的なことを学べる基礎コースと、本当に最初の体験として、YouTube、脳トレとかを体験していただく体験コースと分けてはいるのですが、実際受付をしているセントラルスポーツから聞くと、特にどちらかを選んでというふうに分かって申し込んでいる方がほとんどいない。どちらでも学びたいから来るというような、あまりこの立ってつけが明確にはなっていないということが分かりました。

また、Zoomの本番の体操教室も毎週水曜日、固定しているのですが、場合によっては水曜日が絶対に参加できないという方も中にはいらっしゃるかもしれない。そういうところの可能性が課題として見えてきましたので、このような課題を解決するため、来年度事業の実施方法を見直すことを検討しています。

右側の4番に進めさせていただきま。令和6年度、来年度の実施事業(案)ですが、こちらはZoomで体操教室を必ず体験していただけるような流れの枠組みとして考えさせていただきました。また併せて、先ほど言った、はじめてのスマホ教室。コースを分けるのではなく、統合して整理するかたちでカリキュラムを

見直させていただこうと思っております。

その下にあります【教室案】というところです。「3事業に分かれていたものを1事業にまとめる」と書いてありますが、こちら、はじめてのスマホ教室と、Zoomで体操事前説明会、そしてZoomで体操を、1回の講座で全部体験できるように開催したいと考えております。この四角1つ、1開催につき3時間の開催となりますが、一見長いように見えるかと思うのですが、6月の開催時に一応、施設の予約上、はじめてのスマホ教室が終わった後の時間でZoomの事前説明会、予約をされていて、せっかくなので、よかったら参加してくださいとご紹介したところ、結構な方が参加、そのまま残っていただいたのです。はじめてのスマホ教室、2時間やっていたものと、Zoomでオンライン体操教室1時間。3時間いていただける方も一定数いたので、この流れで、その中に体験として、Zoomの体操も入れてみよう。そういったところで検討していきたいと思いました。

ただ、教室として体験するだけではなくて、結構反響がよかったのですが、終了時に個別相談の時間を設けて、様々なスマホの悩みですとか、そういったところも意外と、参加してよかったというお声があったので、そちらを最後の30分を設けて、それができるから体操もやっていただいて、Zoomの使い方も覚えられる、といった、一遍に体験していただくような考えで設定しました。

ただ、Zoomで体操教室というのは、この集合型の方だけではなくて、広報等から見て、直接Zoomの体操だけやりたいという方も参加できるように、そこは引き続き申込みを受付けする予定です。

次の、下にあります【開催例】。「ブロックごとに週・曜日を分けて開催する」という部分なのですが、こちら、5ブロックで1回ずつやるという開催方法は、これまでと同様です。ただ、曜日を水曜日に固定せず、分けて開催するため、曜日固定で参加できない方も参加できる機会というところに配慮させていただいたところです。

下にありますが、(3)のところになるのですが、Zoomで体操教室の定員は今まで20名でやっていたのですが、先ほど申し上げたとおり、教室に来た方20名と、あとは一般のZoomだけ参加したい方、合わせると40名近くになるので、それも参加できるように、定員の枠は少し大幅にしようかなと考えています。

(4)のZoomの体操教室につきましては、1度参加した方はIDをお渡しさせていただいています。QRコードを読み取るかたちで参加できるのですが、2回目以降の参加につきましては、それを読み込めばできるのですが、一応画面上、実施しているセントラルスポーツのほうで安全対策と、定員管理をするために、2回目以降の方々は電話予約をしてお待ちいただくというような流れで考えています。

ただ、そういった予約も慣れてきて面倒になった方のためには、ちょっとZoom以外にもYouTubeを使ったアーカイブ配信というのでも検討として入れさせていただいております。これらの変更によって、5番にありますとおり、1回の操作で、今説明したとおり、一遍に全て専門講師によって教わっていただいて、曜日を固定しないことで参加者の機

会を増やす。また、Y o u T u b e のアーカイブ配信ということで、習ったことを振り返ることに使っていただけるのではないかと考えております。

今回、委員の皆様には、今回のこの見直し案につきまして、ご意見をいただければと思います。また、Z o o m はまだまだハードルが高い、使い勝手が悪いという方がいるかもしれませんが、Z o o m の部分だけ Y o u T u b e のライブ配信と置き換えることも考えられるかと思っております。下の四角にあります Z o o m と Y o u T u b e のメリット・デメリットなのですが、ただ、Z o o m は講師との双方向のコミュニケーションが取れるという1つメリットがあります。Y o u T u b e は見るだけにはなってしまうのですが、ただ簡単というところもあるので、そのどちらがいいかというのも、もしご意見をいただければと思います。長くなってしまいましたが、私からの説明は以上とさせていただきます。よろしく願います。

○吉清部会長 河内係長、ご説明ありがとうございました。ただいまの説明で、何かご質問等ある方はいらっしゃいますか。

○中村委員 これはブロックごとに週・曜日を分けて開催とあるでしょう。北部は金曜になっていますよね。どういうわけか、友愛クラブの行事にしても、金曜と火曜が多いのだよ。シルバー交通安全にしても、何かやるにしても、だいたい金曜日なの。土日が休みだから。だから、この辺で友愛クラブの同意をあまり期待できないなという。

○事務局 ありがとうございます。

○中村委員 友愛クラブとよく打ち合わせないと、そちらへみんな行ってしまうから。これ、出ないけれども、変な言い方だけれども、友愛クラブの行事で講演会に行ったり、いろいろなところに出ると、お土産があるではないですか。大したものではないけれど。だから、そちらに行ってしまうんです。その辺のところを、よく友愛クラブ連合会とうまくコミットして、やっていない金曜日を狙うか何かしないと、役員とかだいたいの者はみんなそちらに行かないといけない。だいたい金曜が多いのです。

○事務局 月によって曜日の入れ替えとかも検討してみます。

○中村委員 それは難しいだろうね。

○吉清部会長 貴重なご意見、ありがとうございます。

ほかは、どうでしょうか。

○伊藤委員 教室の案で、スマホ教室の1時間50分。普通に集中して、何か会議等をする場合、1時間が限度というふうに言われているのですが、1時間50分は長くないですか。

○事務局 こちら、スマホ教室でやっているものと、あとはZ o o m の事前説明会のものと、混ぜるかたちでやらせていただいているのですが、はじめてのスマホ教室が普段2時間でやっていたところ、そこは特に、後ほどアンケートのご紹介もさせていただくのですが、おおむね時間は問題なくやっていただけるかなと。

○伊藤委員 ゆったりとやっているから、詰め込んでやっているわけではないので、質問しながら進めていく感じだから2時間くらいだったら、ちょうどいい塩梅なのですかね。

○事務局 そうです。高齢者の方々の状

態に合わせて、講師の方も説明のスピードを合わせています。

○中村委員 2時間が限度です。

○瀬崎課長 若干補足なのですが、120分のはじめてのスマホ教室も、1時間で途中休憩は入れています。1時間50分やって10分と書いてありますが、当然、1時間50分の中でも暑さ寒さで休憩を挟んで、そこは柔軟な運営ということ。

○伊藤委員 ありがとうございます。ブロックごとの曜日開催、先ほど曜日によって何か定時でもあるというお話をされていたので、この例えばなのですが、ブロックごとの、第1週・月曜日が西部とかではなくて、それこそある程度順繰り、年間通してというところが、もしかしたら、そんなに遠いところまでは行けないけれども、この月曜日だったら行ける、近い月曜日で行こうとかというふうに考えられると思うのです。どうしても、地区とブロックと曜日がイコールになってしまうと、やはり同じように、遠いから行けないでしょとなってしまうと思うので、そこはもしかしたら、こう順繰りで……。

○事務局 一旦事務局のほうで、4月から3月までのたたき台の案を作って、それぞれ、友愛クラブ連合会も各ブロックがありますし、シルバーさんもあると思いますので、ご相談させていただいて、その辺の調整は努力していくということ。

○伊藤委員 あとは時間とかも、いい塩梅のところで午前、午後とか。もしかしたら午後のほうが行事が多いということもあるでしょうし、午前中のほうが用事が多いとかもあると思うので、そこは調

整したら、こちらも出てあちらも出てという形で。

○伊藤委員 そうです。調整していただければ、そのほうがきっと、参加される方もいいかと思うので。以上です。

○吉清部会長 ありがとうございます。

○石引委員 やはり選択肢が少ないというのは、同じ方の参加ばかりになる可能性もありますよね。だから、最低2つくらいは選択肢があっても。教室の水曜日とか、そういう選択肢がもう1つくらいあってもいいかなと、私、思います。難しいあれかもしれないですが。

あともう1つは、先ほどの2時間通して。私の人材センターでは、毎週どこかで講習会等をやっているのです。毎月にしたら相当な数です。大概が2時間コースです。必ずその間に10分間休憩とか。先月はケアシステムさんには大変お世話になっているのです。先月は6月の……さんにお話しただいて、それで……黒川さんに、お忙しいところ壇上に上がっていただいて、大変ありがとうございました。ぱく増しの話をして、皆、喜んでいました。

そういう感じで、毎週どこかで、毎月どこかでやっている中で、そういう時間調整というのは2時間くらいが限度だと思うのですが、間に必ずトイレ休憩を入れてやっていますので、問題はないかなと思っています。うちは、3,300人、会員がいますが、その中で前期・後期高齢者、99%ですから。90歳近い方も参加されていますので、その辺は問題ないかなと。

○吉清部会長 ありがとうございます。私も、中央本町の地域学習センターで行われた際に見学に行かせていただきまし



た。スマホ教室のほうです。先生が、先生というか講師の方がすごく多くて、すごく丁寧な、ゆったりした雰囲気の中で、すごくいい雰囲気の中で会が進められているなというような印象を持って、先生が話している最中でも、お年を召した方は結構、勝手にと言ったらあれですが、発言してしまうのですよね。それですと先生方がその方に寄って行って、疑問点とかをその場で解消して、講師の先生は前でそのまま話し続けるといったかたちの中、ゆったりした雰囲気、すごい温かい雰囲気の中での教室だったので、すごいいいなど。途中でお手洗いに行きたくなってしまった方は、出入りは結構自由にされているようなかたちもあったので、そこも問題ないかなと思うのですが、ご案内の際には1時間50分という中に、こここのところに、その右側に10分休憩と書いてあるのですが、ここの中にも休憩と入れたほうが、申込みする際の壁がちょっと取り払われるのかなという気はしました。

あと、午前と午後とかというのは、これから要検討ということですね。

○事務局　そうです。年末に翌年度の会場施設の予約等を始めるのですが、所管の事業と重なったりするので、いろいろと予約が取れる、取れないはあるのですが、なるべく幅広く時間帯を検討したいと思います。

○吉清部会長　ありがとうございます。

○石引委員　休憩というのは、うちの関係だと、身体的に2時間もたない人がいると思うのです。トイレ。そんな関係でも必ず行けるようにしていますから、そういうところはまずまずと思います。

○吉清部会長　そうですね。あとは、前

半、係長がおっしゃったように、すごいスマホ教室は満員御礼というか、その後、ずっと帰られてしまうのですよね。だから、こういった一体的な教室もすごくいい案だなと感じました。

あと、ハウカツの現場的な意見からは、スマホ教室とか様々な17の活動。これである程度、実態把握のときにご紹介ができるのですが、実態把握は1,000人くらい年間で、ハウカツによってはちょっと人数ばらつきがあるのですが、そのくらいだいたい平均は行かれていると思うのですが、初めて行く方なので、どういった方かも分からないまま行くのです。そうすると、いろいろな事業がありすぎてしまうと、これを使って説明、長々と、とは、なかなかできないのですよね。

だから、何かペラ1でその方に、例えば石引さんのところに私が行ったときに、この人はすごい活発そうだなとぴーんときたときに、この教室はという、すぐご紹介できるような。17の活動をペラ1枚にまとめるというのは、結構大変かなと思うのですが、あまり情報がいっぱいかばんの中に入れていたのですが、紹介しきれないのですよね。そういったものが何かツールの的にあれば、実態把握のときもハウカツでご紹介をかなり力強くできると思うので、もし可能であれば、あるとありがたいなど。

○瀬崎課長　一般的な介護予防事業、体力測定会だとか、このスマホの教室もそうなのですが、あだち広報10日号で翌月の告知はしています。前期・後期で分けるクール制のものなどもありますので、その辺は工夫の余地があるかなと思っていましたのと、スマホ教室と、Zoomでオンライン体操教室については、チラシ

を作っていて、最終校正で8月から12月までのカレンダー方式になっていて、どこでやっているというのは配れるように、ぜひご活用いただいて、ご意見いただければと思います。カラーのものを予定しています。

○吉清部会長 ありがとうございます。

○事務局 新しいチラシができました、友愛クラブさんにもご相談をさせていただいているのですが、シルバーさんとも、もしよろしければ配布の、今週中にもご相談をさせていただければと思います。ぜひともよろしくお願ひします。

○伊藤委員 ちなみにスマホ教室を1個にしたという話をされたので、逆にZoomを真ん中にしたら駄目ですか。いなくなってしまうので、1個目のスマホ教室、Zoom体操をやって、またスマホ教室みたいに、最後に相談みたいな感じにしたら、もしかしたら、その流れできちんと参加をしてくれて、その次からは、1回体験してみたら、いいではないかと思えば、次からはきっとまた継続的に申し込んでくださいねというかたちでやっていただくことも可能なのかなと、ふと思ったのですが。

○事務局 ありがとうございます。Zoomを使うまでの手前の知識というのいろいろあるかと思うので、見せ方というか体験の仕方として、早く体験していただくというのも目指したいところではあるのですが、それは、話の説明の仕方、どうできるかというのを検討したいと思います。

○吉清部会長 ほかは、いかがでしょうか。

○中村委員 私がLINEとかいろいろやり出したのは2年前なのです。そのと

きに孫が教えてくれたのです。「じいじ覚えが悪い」なんて頭から言われながらね。だけど、娘や息子に言われるとカチッと来るけれども、孫に言われるとカチッと来ない。だから、その辺をうまく利用して。大学をだいで誘致したでしょう。あの中に得意なのがいるのだから、そういうのをボランティアでやってもらって、各クラブの集会を持ってもらって、それで優しく教えてあげたら喜びますよ。おばちゃんなど、イケメンが来ればいいんだ。孫と同じくらいの年の人に何か言われてもカチッと来ないですよ、年寄り。だからその辺の機微をうまく利用してやるような方法もいいのではないですかね。

○瀬崎課長 ご意見ありがとうございます。スマホ教室はセントラルスポーツに委託しているのですが、スマホの講師は比較的若い、20代の男性、女性なので、非常に参加者が、本当にお孫さんと交流みたいな感じですので、若く雰囲気いいです。若い方が教えたりもしていますので、いい事例をもって継続できる。

○中村委員 そうなの。うちのクラブでやったときも、若い女性と中年の男性が来たのよ。おばちゃんたちは、彼女には聞くけれども、中年のおじさんには聞かないの。拒否する。そういうことがあるということが、大事ですね。それで友愛クラブの連合会のほうへ、もってくださいと、講師は派遣しますからというようなチラシを出せば。そのチラシは、1万ははけてしまうから、本部へ渡せば。そういうかたちで周知したほうがいい。

ただ、Zoomは、ちょっと時間をかけないと無理ではないですかね。私、やっていますよ。やっているけれども、これだって孫にじゃんじゃん怒られながら

やって、愛知県の人とか、あっちの人たちと笑いヨガのかたちだけけれども、やっているのだけれども。毎回Z o o mで来るのですよ。今日はこれだけ集まったよとかね。そういうつながりね。みんな知らないけれども、顔は分かるわけでしょう、Z o o mだから。そういうような方法もいいのではないですかね。

だから、それをやるにはかなり一生懸命やらないと覚えない。孫にじゃんじゃん言われたんだから。「本当にもう全然、覚えがじいじは悪すぎる。コンピュータをやる割には、こんなこともできないのか」と言われても怒れない。逆にね。これ、ちょっと見えるかどうか分からないのですが、笑いヨガのZ o o mなのです。これ、みんな住んでいるところが違う。最高はハワイの人がいる。

○吉清部会長 画面が変わってしまいましたね。

○中村委員 これね。だから、そういう面で、人と人との付き合いができることだし、こういうのはやはり、ぼけない1つのあれですよ。だからZ o o mを覚えるまでをどうするかということ。

○事務局 その辺り、実際参加いただいた方々のアンケート、資料をつけさせていただいたのですが。グラフが並んでいるA3の資料があるのですが、こちらでまずは基本的なところを聞いている中で、Z o o mでオンライン体操教室も、参加については真ん中の列の(5)で、実際教わってみて「参加できそうですか」というのは、「どちらともいえない」という方も多いのですが、「そう思う」という方もいたりして。今後どのように使っていきたいかというのを聞いているところです。右側の棒グラフになるのですが、Z o o

mの希望というのは結構多かったのです。興味自体は持っていただいているのかなというふうな実感があります。

先ほど中村委員がおっしゃっていたような、例えば距離が離れている人とコミュニケーションが取れるとか、面白い点かなと思うので、そういったところを広げていければと考えております。

ただ実際、テキストが難しいという意見もありました。

○中村委員 最初から難しいと思ってしまからね。だから、はじめてのスマホ教室で基礎をだいたい教えてあげないと。だいたい、やってみようかな、などという気にはなるのですよね。いきなりZ o o mだとか、この前、役所から来たけれども、We b e xでやりたいなんて書いてあったから、早速検索して、入れましたよ。だけど使っていないけれども。

○事務局 テキストのほうもサンプルで作らせていただいたのですが、この辺りをもう少し分かりやすくなるようなかたちで。

○中村委員 そこをやってくれるかどうか、何とかやらないと、これは非常に時間がかかると思いますよ。

○石引委員 たしかにZ o o mは難しいです。うちもトライしたのですよ、何度か。逆に今日は勉強して持って帰ろうかと思ったのです、やり方自体を。それくらいに難しくて。あと、Y o u T u b eのほうは皆、比較的チャンネルを合わせるだけなので。私自身は……で、Y o u T u b e rになって配信しました。それで、皆さん見てくれて、これは簡単だなという。そちらはすぐに取り扱ってくれましたが。逆に今日は、Z o o mに関しては勉強して、教わって帰ろうかなと思

っていました。

○事務局 ぜひ、説明会に参加いただきたいなと思いますので。

今回検討いただくのは、この令和6年度の見直し案というのが、もしそのままやらせていただけるか、今お話があったみたいなの、Z o o mとY o u T u b eの……逆なのですが、一応アーカイブ配信というものも一つ計画はしているので、そこをやるというかたちで考えさせていただければと思うのです。

○瀬崎課長 話題がどうしてもZ o o mの使い方になっているのですが、目的は、Z o o mで体操をしてもらって介護予防をしてもらうというところになりますので、Z o o mができなければY o u T u b eを見てもらいながらやってもらうというようなところで、新たな取組みにチャレンジしたいと思っております。

○中村委員 うちのほうの、十四中のこちら側の大境公園で、木曜日毎朝やっているのだけれども、あれは集まりますよ。30人から40人集まっている。ただ、その人たちがスマホを持っていて、L I N Eまでやるかどうかは別としてね。そちらもあるからね。こんなに面倒くさいことをするなら、行ってやってしまったほうがいいよという人もいるわけね。その辺の兼ね合いね。それと役所だから、ある程度の結果が出ないとまずいのだろうけれども、あまり結果にこだわって決めてしまうと大変だから、すばっと見てもらってやらないと。後で花咲くから、一生懸命やってくれているのだから。俺たちはそう思っています。

○瀬崎課長 友愛クラブの会員さんですか、シルバー人材センターの会員さんで、関心がある方にお誘いいただきなが

ら、これをやってよかったよと口コミで広めてもらえるような展開ができればなど。

○吉清部会長 ありがとうございます。そうしたら、このA3の資料1と書いてある右下のほうの6の「検討内容」のところの、(1)の「令和6年度実施内容の検討」というところで、時間も3時間の適否というところがありましたが、しっかり休憩も入れているし、ゆったりした進行で十分ついてこられるし、若い方の先生が来ていただいて、そこの受けも大変いいかなと思っています。あと、曜日とかはフレキシブルに友愛クラブさんとかシルバーさんとかの予定となるべくかぶらないようなかたちで、長いスパンで年間通してお示しいただければ、予定も組みやすいかなというところのご意見をいただいたと思います。

(2)の「Z o o mに替わる取組みの検討」というところでは、これも4の(5)のところに記載がありますとおり、Y o u T u b eでも配信というところでもありますので、これも先ほどシルバーの方はY o u T u b eだとやりやすいぞというご意見もいただいていますので、これもぜひ推し進めていただくといったところでよろしいのではないかなと思いますが、いかがでしょうか。大丈夫ですかね。

あとは、ほかの介護予防教室などの参加者にも、こういうのを周知して。例えば週1回、ほかの教室に参加している方、あとは先ほど石引さんからお話がありました、パークで筋トレの参加者。外でやるのもよしだけれども、これにも参加して、いろいろなものに参加していただくというのがすごく大切だと思います。連動性を持って取り組んでいければ、介護

予防につながるのかなと思っていますので、みんなで、このメンバーも含めて、周知を図っていただければと思っています。

では、次第の2の(1)については、これぐらいで大丈夫でしょうか。ありがとうございました。

では続きまして、「ぱく増し」の事業の方に移りたいと思います。資料2の方をお手元にご用意いただきながら、黒川係長からご説明いただけますでしょうか。

○高齢者栄養施策推進担当 ありがとうございます。高齢者栄養施策推進担当の黒川です。資料2に従って進めていきます。私からは、令和5年度の「ぱく増し」事業の取組みについて説明させていただきます。

今年の1月からスタートしました、このぱく増し事業ですが、令和5年度は、65歳からのたんぱく増し生活、肉も魚も食べよう、ぱく増し事業というものを、足立区がスタートさせたということ、そして高齢者がたんぱく質を毎食摂り、体重や筋肉を維持することに力を入れ始めた、ぱく増しすることが大事なのだということ、高齢者の方々にまず知ってもらう。知るというところに力を入れる年にしたいと思っています。

そこで今年度すでに実施している取組みの内容が、大きな1番のところになります。(1)栄養講座(食べてフレイル予防講座等)での普及啓発ということで、今、住区センター、足立区には48カ所の住区センターと悠々館、鹿浜いきいき館というところがありまして、50カ所の通いの場と言われている場所があるのですが、そのうち24会場で、「食べてフレイル予防栄養講座」という、調理実演を伴う栄養講座をさせていただいており

ます。その栄養講座にて、ぱく増しの周知をしっかりとしまして、たんぱく質を含めた食事をしっかりと取るとということ、体操、運動や、体組成計、握力計を使った測定というものも合わせて、会場では、やるようお願いをしているのですが、栄養だけでなく、運動と測定を組み合わせることの重要性を伝えさせていただいております。

また、地域学習センター中心の16会場で実施している、はつらつ教室という運動と栄養、口腔の講座がセットになった介護予防の教室でも、ぱく増しの周知を行うということで、うちの地域包括ケア推進課が関わる栄養講座の中でぱく増しの周知を徐々に進めていっているところでございます。

(2)です。こちらのほうは6月14日に行われました、皆様にも出席いただきました地域包括ケアシステム推進会議におきまして、中村委員より、病院の待合にリーフレット、ぱく増しのリーフレットがあるといいのではないかとというご意見をいただきまして、早束手配させていただきました。医師会、歯科医師会、薬剤師会、柔道整復師会のほうにお願いをしまして、計900以上の施設に、こちらのリーフレット、受付や待合室に掲出、貼ってくださいねということで、手はずが整ったところでございます。これから順次貼られるかと思っております。

続きまして、雑誌「頼れるドクター」への掲載ということで、お配りしております資料、カラーのものです。こちら、その「頼れるドクター」という雑誌の表紙になります。こちらは、2023年、24年の保存版ということで出ているものなのですが、こちらの中に裏面にありますよ

うに、足立区の推進する事業のうち5つがトピックスということで取り上げられまして、その中でぱく増しが選ばれたというかたちで掲載されております。いろいろな医療機関などの待合室などに雑誌が置かれているその中に、この「頼れるドクター」も結構置かれているようなのですが、そういったところにも少し周知がされるということです。

続きまして、長寿医療だより。こちらが、お配りしているもので2色刷りのものです。青いものになります。こちら、この7月に高齢医療・年金課から出されたお便りになります。75歳以上の高齢者、今、8万5,000人近くいるかと思うのですが、その方々に郵送で送られたものになります。ぱく増しのリーフレットから、素材を持ってこさせていただきます、こちらにも中村さんが大きく出ておりますが、こちらでもぱく増し、PRさせていただきます。

続きまして(5)です。配食サービス一覧です。皆様もご覧になったことがあるかと思うのですが、こちらのチラシです。10月に毎年全戸配布しているあだち配食サービスの一覧。この一部分に、私のほうでスペースをいただいて、栄養コーナーというかたちで内容を作らせていただいているのですが、こちらの部分を今年度の方はぱく増しということで今、準備を進めているところでございます。

というところで、ここまではすでに手配が整って、周知し始めている内容になっているのですが、2番からはこれからのことになります。今年度の2月、ぱく増し月間に向けまして、ここにありまして(1)から(5)までのことに取り組んでいきたいと思っております。

まず(1)です。地域包括支援センターの実態把握訪問時の普及啓発ということで、先ほど吉清課長からも、ハウカツの訪問、1つのハウカツで1年に1,000件くらいの訪問に行っているということで話がありましたが、つまり年間2万5,000件くらいの訪問を実施しているということで、手渡しで資料などをお渡ししながらお話ができる。なかなか時間も取りにくいというところもあるかと思うのですが、今、このぱく増しのリーフレット、この実態把握訪問で配ってもらうようお願いしているのですが、相手によって、なかなか配れないことも多いかと思っております。そこで、何かプラスで普及啓発のグッズ、品物を合わせることによってハウカツの方も少しお話しがしやすくなるのではないかということで、普及啓発品を作る、購入するなどして、やっていきたいと思っております。

(5)まで話をしてから、皆様にも少し、この辺のご意見をいただきたいと思っております。

続きまして(2)です。ぱく増しの行動変容に向けた実態把握アンケートということで今、ぱく増し、毎食たんぱく質を多く含む食品を摂取している方の割合というのが、昨年度の介護予防チェックリストですと、毎食摂っていますという方は27%でした。つまり7割以上の方は、毎食は摂れていないという状態にありまして、なかなか毎食というのは難しいとは思っているのですが、少しでも毎食に近づく、1日2回以上摂っていただきたいなというところで、何が毎食ぱく増しできない理由なのかというところを調査したいと思っております。

こちら、今日の資料の一番最後について

ているものが、このアンケートハガキの案となっております。こちらのアンケートは、65歳以上の方限定で答えていただく。そしてアンケートの回収率を上げるために、ぱく増しの実践に結びつきやすい商品を抽選で当たるようなかたちでやるといいかなと思っているものでございます。

アンケートの内容は、こちらに書いてある内容で、その商品というのが、区内の業者でビセラルさんという会社がありまして、鹿浜にあるのですが、お肉の卸業をやっているところなのですが、お話を聞きに行ったところ、何か協力できることがあればということによって言っています。今のところ、お肉の詰め合わせなど提供していただけるという話がありますので、そういったものが抽選で当たる、プレゼントとして用意できればいいと思っております。

あと、魚の詰め合わせですとか、缶詰ですとか、あとは間食、プリンやカステラでもたんぱく質が取れるということを、こちらのリーフレットでも謳っているのですが、そういったものもプレゼントの中に含めていけるといいかなと思っております。どういったところで用意してというのは、その辺はまだ決まっていないのですが、そういった内容で考えていければと思います。こちらのほうも、この後少し、皆さんにご意見をいただきたいと思っております。

(3)が、「ぱく増し」のレシピ発信強化ということで、栄養講座などでこちらのリーフレットやプラスのレシピを使っているのですが、もっとたくさんレシピが欲しいという声を頂いております。紙でのレシピも用意していくのですが、足

立区には今、足立区公式キッチン「クックパッド(東京あだち食堂)」というものがありまして、まだぱく増しのレシピというのは、そこには載せていないのですが、これからはそこにも、今、給食ですとかベジタベのレシピが出ているのですが、そこにぱく増しも参戦するといえますか、入ってレシピを提供するというのを検討していきたいと思っています。

(4)のほうは、食品メーカー、スーパー、コンビニはちょっと難しいかもしれませんが、この辺の民間の事業者と連携した取組みを少し進めていきたいと思っております。昨年度は、区内のイトーヨーカドー、ヨークの協力を得まして、2月のぱく増し月間では肉や魚のコーナーにのぼりを置いていただいたりですとか、たんぱく質の20g程度取れるお弁当にシールを貼っていただいたりですとか、いろいろご協力いただいたところでした。

今年度もそういったご協力をいただくとともに、新たなところで、試食コーナーでぱく増しにつながる試食を行って、リーフレットですとかレシピなどをPRしていただければと考えているところです。さらにほかのスーパーも、あまり手広くはできないかとは思っていますが、ヨーカドー、ヨーク以外のところにも少しお声がけして、連携が取れないか、打診をしていきたいと思っております。

食品メーカーさんのほうは、エスビー食品さんとは昨年度スパイス講座ということで、梅田地域学習センター、東和地域学習センターで講座を開いて実習、講師の実演と試食というものを行ったのですが、今年度、どういったかたちで連携できるか分からないのですが、民間の食

品メーカーさんとも少しコラボして、何かできないかと思っていますところでは。

(5)は、地域学習センターさんのほうで出しているミニコミ誌。いろいろ情報発信する広報物がありますので、そういったところにばく増しの周知を、2月に向けてしていただけるように、図書館のほうもいろいろと発行しているというところで、打診をしてやっていければと思っていますところでは。

一通り話をさせていただいたのですが、(1)(2)のところ、本日、皆様に少しご意見をいただきたいと思っていますところでございます。

まず(1)の普及啓発品のところでは。先日、地域包括支援センター、ハウカツの実態把握検討会というものがあまして、ハウカツの職員からも少し案を出していただいたところでは。そこでは、プロテインバーがいいという案が多かったのですが、食べ物を配布するというのは、やはりちょっとリスクが高い。アレルギーの問題ですとか賞味期限の問題などあまして、リスクが高いということで難しいという見解です。

また、電子レンジで作るゆで卵の器具とかもいいのではないかと、ですとか、たんぱく質が何に入っているのか分かる、このリーフレットに出ているようなものが撥水加工してキッチン、台所で見ても、水に濡れても大丈夫な状態のものとかがあるといいのではないかとというような案が出ました。

あと、こちらは令和3年に作成してハウカツのほうで配布を行っておりましたエコバッグになります。こちらのほうは、訪問の際にこれを持っていくと、高齢者の方たちの対応がよくなるということで、

ハウカツの方にとってはすごくよかったということで伺っているところなのですが、ちょっと単価が高いということがありまして、もう少し単価が低く抑えられて、たくさんの人に配れるものが用意できるといいなと思っていますところでございます。

現在、私のほうでいいと思っているものがありまして、それが電子レンジで魚がふっくら焼けるフィルムというもので、10枚入っていて、1枚を何回か繰り返し使える、洗って使えるというものです。足立区は今、環境面でだいぶそういったグッズのエコの部分は厳しいのですが、何回か使えるということで、いいのではないかと思っていますのですが、魚を焼いてみたところ、鮭の西京焼きをそのフィルムで包んで耐熱のお皿に乗せて2分チンしただけで、ふっくらと美味しく加熱ができて、火が使えない、使いたくない方でも安心して使えるものかなというところで。間違えてオーブントースターなどに入れてしまったりするとちょっと危険なのですが、そういったことさえなければ火を使わずに魚が食べられる。お肉なども、加熱することができるかと思しますので、少し野菜とかお肉を入れたようなメニューなども、そのフィルムを使って美味しく作るレシピなども合わせてつけながら、こういったものを配布できるといいかなと思っていますところで。

本日皆様をお願いしたいのが、その普及啓発品のところと、あとアンケートの部分です。お配りしたものに案をつけておりますが、こちらに関して、ご意見を少しいただけますとありがたいです。

○吉清部会長 黒川係長、ご説明ありが



とうございました。では、何かご質問等、ご意見も含めてございますでしょうか。

○石引委員 ちらっとおっしゃいましたけれども、品数です。実は昨日、私、うちのほうの部会で、これを持って行ってこの話をしたのです。そして、意見を聞いてきたのです、皆さんから。そうしたら、部会では、要はこれでは偏ってしまう。もう少し品数を出してくれないか。では、それを言うておきますよ。そんな話をしてきたのです。

○高齢者栄養施策推進担当 たんぱく質が多く含む食品をもっと載せて欲しいということですね。

○石引委員 含まれるものです。要はこれ、ここのこちら側を見ると、全部たまご系なのですよ。チーズ、乳製品。プリンもそうだし、カステラもそう。それはそれでいいのだけれども、もう少し品数を出してほしい。もしくは、この辺はもういいから、品数だけのやつでもいい。

○高齢者栄養施策推進担当 そういうパターンも有りかも知れませんね。

○石引委員 そんな、意見が出ましたね、昨日の部会で。

○高齢者栄養施策推進担当 ありがとうございます。

○吉清部会長 ありがとうございます。そのほかは、いかがですか。

○中村委員 その当時は86だったけれども、今は7でしょう。今年の12月がくれば米寿だからね。それでもこうやってこういう会議に出られて、いろいろなところへ出て活動しているのは、このせいだよともいえる。やはり社会参加しないとね。このままでいくと、足腰は弱っているけれども、90くらいまでは何とかね、頭のほうは大丈夫だから行こうか

ななんて思っているのだけれども。だから先ほどの黒川さんの、魚が焼けるというのは、あれは大いに宣伝したほうがいいですよ。

俺も今、ほとんど電子レンジ使っているからね。トーストか。だから今日も、今朝も、パンに納豆を乗せてパラパラとチーズを散らして、それでやって、あと野菜と牛乳を飲んで出てきたんだけど、そういうふうだね、簡単なんだよね。難しくない。たんぱく質をたくさん取れなんて言うとは何か難しいように聞こえるけれども、簡単なんですよね。そこで、今お話が出たように、こういうものがたくさん含まれているから、もっとどんどん使いなさいよというようなことを、もうちょっと大きくね。年寄りには段々目が悪くなってくる。字が小さいと見えないから、大きくね、その部分を取り上げていいのではないですか。

○吉清部会長 ありがとうございます。実態把握とかで回っていると、やはり何かあるといいのですよね。こちらの武器と言ったらあれだけれども、関心を対象者の方に持ってもらえるようなインパクトがあるものがあると、実態把握もすごくしやすいので、そのエコバッグも私、当時やっていたときは、すごいよかったです。ただ単価の、どうしても問題が。あまり増やしたりというのも難しいところで。

○中村委員 野菜のエコバッグもあるよね。

○高齢者栄養施策推進担当 野菜もありますね。単価が、これのほうがちよっと。野菜のですと、500円超えてきてしまう。

○吉清部会長 1枚。そんなに。

○伊藤委員 ちなみに、今、あみあみのやつがあるではないですか。そういうエコバッグで網目のやつとかだったら、少し単価安いかな。今、結構持っていらっしゃる方が多いなど。網のやつを持って、中身が見えるけれども、お野菜とか、ちょっと買ったものをみんな入れて、でももともとそんなにかさばらないのですよね、あみあみだから。なので、そういうのだと、もしかしたらいいのかなと。

以前、ぱく増しのキャンペーン中に、私たまたまアリオに行かせてもらったときに、旗が出ていて、シールが貼ってあったのを通り過ぎたことがあるのですが、そのときに小さい子どもがそれにすごい反応するのですよ、その旗に。「何？ あれ」みたいな。実際にお母さんが、「何か書いてあるね」みたいな感じで、ご存じの方はお子さんにそれを説明するのですよね。だけど、だいたいまだそのときはあまり知られていなかったもので、2月くらいなので。そうすると、「何、何？」と言って、書いてあるシールとかでたんぱく質を取りましようみたいな。これはたんぱく質がいっぱい入っているのだ。では、これ買ってみようかみたいな感じでお弁当のコーナーで、そんな話をお子さんとされている。

結構やはり子どもの言うことは、先ほどのお孫さんの話はとても素直に聞けるというのと同じで、親御さんは多分、お子さんの話を小さいときは、こうだね、ああだねとかと言ったら、それに対してとても素直に聞いてくださるし、高齢の方はきっとお孫さんくらいの方に、「あれは何？」というふうに言われたら、あーとなって、ちょっと気にかけてくれてプラスになるのかなとちょっと思っ

ておりました。とてもいい取組みなので、逆に年中無休ではないですが、しょっちゅううまくやれると、定期的にでもやっていただくと、もっと足立区民の方に、「ぱく増しって、あれよね」「ベジタベってあれよね」という認識が多分、ちょっと根付いてくるのかなというふうに思います。とてもいい取組みだと思うのですが、なかなかやはり難しいのかなと思うので。

私は通所のデイサービスの職員をしているので、逆に配食サービスとかそういうところで、少しぱく増しのお弁当を出すような業者さんと話をして、そういう推進をすとか。難しいとは思いますが、そういった施設さんで、とかというのも、ありなのかな。皆さん計算されて絶対施設さんは出していると思うので、配食サービスさんもそれをやっていると思うので、そこで例えばぱく増ししていますというので、ちょっとプラスアルファではないですが。もしもお弁当屋さんがあったときに、「やってる」みたいな感じで、ちょっと平均的ではなくなってしまうかもしれないのですが、どこの業者さんもみんな、足立区の業者さんはやっていますよというところは評価できるのかなと、ちょっと思いました。

○吉清部会長 ありがとうございます。今のご意見だと65歳以上の方以外でも、若い方たちも含めて、これが広がっていくようなお話だったと。

○伊藤委員 将来的には皆さん順番に高齢者になっていくので。実際通われている方も多くはないではないですか。単身の高齢者の世帯にお子さんとかが通われて、お食事を作られていたりフォローされていたりとかという方も多く思うので、そ

の中で一緒に買い物だけ行っていきますというときに、「これ、ぱく増しだから買ったら」というような促しとかができたりすれば、プラスなのかなというふうには思います。

○吉清部会長　そうですよね。ありがとうございます。

では、啓発品というところで、ほかに案とかはどうでしょうか。これは難しいですよ。食品はたしかにプロテインバーとか、すごい画期的だな。でも、食品だからちょっと厳しいですものね。

○高齢者栄養施策推進担当　魚の缶詰とか日持ちもするし、ちょっと重いですがコンパクトなので、どうかなとかと考えていたのですが、今、食品はなかなか難しいということだったので。

○吉清部会長　怖いですよ。今はまだすごく元気な方でも、ずっと眠らせておいて、「あ、こんなのあった」と食べてしまっただけということも考えられますものね。将来的に足立区が配ったものだといったら、なかなかね、大変ですものね。

○中村委員　去年の11月に大境公園で300人集めて、地域の人たちを集めて、そこに足立センターの健康推進委員がブースずつ出しまして、野菜350というのはこのくらいだよというのをやったのです。そうしたら結構、「ああこんなもんなんだ。だったら食べられるかもしれないわね」なんて声もあったしね。

ただ、これは保健所がやったのではなく、推進委員が自発的にやった。だから、保健所がある程度関わっていいのではないかなと思うのだよね、こういうことに関しては。もっと保健所が表に出てしまっても構わないと思うのです。地域の保健師だって地域に入れと言っているのだから。

ら。これの、たまご、この絵が出ているではないですか。これも、これだけあると、だいたいどれくらい取れますよ。それでもってほしい。誰も計ってやらないもん。だいたいいいのですよ。やってみてしょっぱかったら減らせばいいのだから。それくらいの融通はつくでしょうと、勝手なことを言っていますけれども。

○吉清部会長　いえいえ、ありがとうございます。この啓発品というのは基本、ハウカツにあれですよ、お配りをして、ハウカツで保管をしてもらって、実態把握のときにお持ちいただくというイメージでいいのですよね。あまりスペースもね。

○高齢者栄養施策推進担当　そうなので、今年度はさらに、1月25日号のあだち広報に、グッズのことですかアンケートのことを載せまして、その1月25日号が出てから2月末までは、そのグッズが、ハウカツでもらえます。ハウカツに行けばもらえますというかたちでできればなと今思っているところです。

○中村委員　行けばね。行けない人もいるわけだから。だから、そういうときは、俺がいつも言っているように、連合会を使いなさいよと言っているの。連合会の事務局へ持っていて、これをみんなに配ってくださいと言うと、各ブロックの役員へ渡って、そこから各家庭に行ってしまうから。そうすると今組織している、だいたい1万でしょう。1万ははける。だいたい60歳以上が20万7,000人いるのだから。そういうかたちで利用する機関をどんどん利用しないと。やはり周知徹底するためにはある程度、事務局でやると言えば、黒川さんが言えば、やるよ。

○高齢者栄養施策推進担当 ありがとうございます。ぜひ、友愛クラブのお力も借りたいと思うところと、あとはやはり地域包括支援センターの認知度を上げるということ。ハウカツが実態把握訪問をしやすくなる。高齢者とハウカツが近い存在になるということも併せてやっていけるといいのかなと思ってまして、ハウカツが行くときに持っていく。その期間に関して、1月末から2月末まではハウカツに来てもらうというかたちの両方をやっていく。それでもちょっとというところで、友愛クラブやシルバーさんの力をお借りできればと思っております。

○石引委員 今の黒川さんが言われた最後の後の話ね、これ、いいと思います。やはり、うちもそうなのですが、対面を大事にしています。会員との対面を大事にしています。そこでいろいろな話が出てきたりいろいろしますので、必ず対面でやっていますので、それはいいと思います。

○高齢者栄養施策推進担当 ありがとうございます。

○吉清部会長 渡す意味というのを伝えながら渡したほうが伝わりますものね。

○中村委員 そうしたら、各ブロックの役員会で説明してしまえばいいしね。俺、いつも渡すときは前へ出て行って説明しているのですよ、いろいろなものを。それでとにかく配ってください。それと、ハウカツと高齢者の老人クラブがいつも一緒に行動できるようなこと。伊興はやっているのですよ。私などはいつも、何かイベントがあるとハウカツ呼ぶのですよ。一緒に介護予防もやったし、認知症のサポーター講座も一緒にやった。そういうかたちで、やはりハウカツと一緒に

なってやるのが地域にとって非常にプラスです。そう思っています。

○吉清部会長 ありがとうございます。では今、緑のエコバッグは単価の話も出て、あみあみだと少し抑えられるかもとご提案いただいたところですよ。あとはフィルム。係長からおっしゃっていただいた以上のアイデアはなかなか難しそうですね。

それと、もう1点ですよ。ハガキについても、でしたか。

○高齢者栄養施策推進担当 そうです。アンケート内容ですとか、商品、希望する商品というかプレゼント商品のところで、アンケートのほうは細かい字になっていますが、お配りしているA4の資料の左下の部分がアンケート案になっておりまして、「足立区 ぱく増しアンケート」。「たんぱく質を多く含む食品とは、肉・魚・卵・大豆製品等のことです」「あなたは、『ぱく増し』事業を知っていますか」というところで、一応ぱく増しについて、言葉は聞いたことがあるのか、内容まで知っているのか。

これに答えているので、知らないということはないと思うのですが、知らないというところを、周知度ですね。ぱく増しの周知度を聞きまして、その次に、たんぱく質の摂取頻度ということで、たんぱく質を多く含む食品をどれくらいの頻度で食べていますかということ。

その次が、②のところ、毎食食べているという方はもう取れているのでいいとして、そうではない人に関しては、たんぱく質を毎食食べていない理由として、聞き方が難しく、あまりいい文になっていないのですが、「食べていない理由に該当する全てに○をしてください」と

ということで、物価が高い、食品が高いからなのか、料理方法が分からないからなのか、食事を毎食、1日3食食べる習慣がないのか。1日2食と回答している方が85%おりますので、そこも課題だと思っ

ているのですが、そういうことなのか。歳を取ったら肉や魚をそんなに食べる必要がないという、昔からの粗食の考え方なのか。太りたくない。メタボ予防

であまり食べないという方も結構いらっしやるのです。たんぱく質を意識したことがないからなのか、その他、別のことで、別の理由で食べないのか、などというところを聞くことで、次年度以降の施策に、その取れない部分を取れるようにしていく事業展開というのをしていければと

考えているところです。  
○吉清部会長 ありがとうございます。ちょっと吉清からですが、このハガキは、先ほど説明があったかもしれないのですが、どこかに、スーパーかどこかに置いてとかではなくて、もう対象者の方に。  
○高齢者栄養施策推進担当 こちらの

○高齢者栄養施策推進担当 そうです。  
○中村委員 配ったっていいけれども、ちゃんと来たほうがいいのではないかな。  
○吉清部会長 スーパーの、カウンターではないな、インフォメーションか何かのところによくこういうハガキが置いてあって、そういうイメージではないわけですね。

○中村委員 できればね、レジで置いておいて、お金を渡せば1枚とか。そこまでレジの人がやってくれるかどうか。  
○高齢者栄養施策推進担当 2月の月間で協力いただけるスーパーさんには、レジの近くでしたり、あとは試食コーナーを開いていただくときには置いていただけるように考えています。案としては、イトーヨーカドーとかヨークさんの商品をプレゼントの中に入れて、より協力していただけるのではないかとこのころで話はしているのですが。

○吉清部会長 なるほど。ありがとうございます。

○高齢者栄養施策推進担当 今年度は間に合わなかったのですが、来年度以降はちょっと相談ですが、介護予防チェックリストの結果アドバイス票にアンケートを入れてしまったというところで。今年度はタイミングがもう間に合わなかったのですが、来年度はこのアンケートに答えてプレゼント企画でやるとしたら、そういったかたちでやりたいと思っているのですが、発送するというのはなかなか難しいので。

○中村委員 今、竹ノ塚はイトーヨーカドーがなくなってしまったもんね。西友くらいしか残っていない。西友とアコレか。あとはセブンイレブンだよ。コンビニがどこまで協力してくれるか。あ

れだとすぐそばにある。

○高齢者栄養施策推進担当 そうですね。コンビニのほう、それこそどこまで広げられるかですが、そういうお願いをしてみるのもいいかもしれない。

○中村委員 それともう1つ、足立区ぱく増しアンケートの大豆製品というのは、漠然としている。ここをね、納豆、豆腐か何か入れてやると、すぐ分かるのだよね。括弧してね。大豆製品では漠然としているけれども、ここに納豆と豆腐なら、いつも食べているなどかなるではないですか。

○高齢者栄養施策推進担当 ありがとうございます。

○吉清部会長 このアンケートの一番上の\*のところですよ。そこに、たんぱく質とは、と。私などは口に入れば、お腹いっぱいになれば何でもいいたちなので、たんぱく質と言われても「何？」というふうに。今回これを見ているから分かるのですが、そういうのに疎い方もいるので、こういう目安が回答の前にあるのは、すごくいいなと感じました。

○高齢者栄養施策推進担当 たんぱく質を多く含む食品の絵とか、入れてもいいかもしれないです。

○吉清部会長 そうですね。ほかは、いかがでしょうか。あとは回答率を上げるには、やはり希望する商品のところが、ミソになるわけですよ。

○高齢者栄養施策推進担当 衛生部でもこのようなキャンペーンをやっていると、野菜の詰め合わせが一番人気があるということで、食べ物は結構応募がある。肉も人気があると考えています。

○吉清部会長 だいたいイメージは、何名様くらいにこれが当選みたいな。

○高齢者栄養施策推進担当 少なくとも50名、なるべく100名くらいにしたいなと思っているところです。しかし、予算や協力をしていただける度合いで変わってきます。

○吉清部会長 これは当選者に直接お送りするものだから、食品でも何ら問題ないということですね。

○高齢者栄養施策推進担当 そうですね。本人が希望して、どの商品がいいか希望した中で抽選させていただくので大丈夫かなと。

○吉清部会長 あと、ご意見とかどうでしょうか。この機会なので。

○中村委員 よろしいのではないですかね。選択肢があるということで良いと思います。

○吉清部会長 今、5つ選択肢があって、6、7まであるから、もうちょい意見が欲しいというところですよ。

○高齢者栄養施策推進担当 いただけると、ありがたいところです。でも、大丈夫です。

○吉清部会長 ここに、野菜の詰め合わせとかですかね。

○高齢者栄養施策推進担当 野菜も良いのですが、そうですね、できればたんぱく質のもの。

○吉清部会長 そうか。たんぱく質ですね。そうですね。

○高齢者栄養施策推進担当 そうです。

○中村委員 納豆とか、豆腐のレシピね。みんな冷奴で食べるか、そのくらいしかやらないでしょ。そうではなくて、あるはずなのだよ。レシピがあれば欲しいではないですか。納豆、いつもといてかけるだけではなくて、俺はニラや何かと一緒に鍋に入れてしてしまうけれども。そ

ういう方法もあるよね。豆腐だってね、何も冷奴と湯豆腐で食べるだけが能ではないもんね。真ん中に穴開けて、俺ね。俺のことばかりで悪いのだけれども、牡蠣などを買ってきて、そのくり抜いたところに入れて蓋をして蒸してしまって、それで食べるのだけれどもね。

○高齢者栄養施策推進担当 牡蠣の殻に。

○中村委員 牡蠣をきれいに洗って、豆腐があるでしょ。豆腐の真ん中をスプーンでくり抜くわけ。そうしたらそこに穴が開くでしょう。そこへ牡蠣を入れるの。それで、くり抜いたスプーンのほうへ残った豆腐で蒸すの。ちょっと大変。だから電子レンジでできるはずなんだよ、時間を計算して。電子レンジはやったことないんだけど、俺は蒸し器でやってしまうんだけど。それであるとは、片栗粉でだしを溶いて、あんにしまって、結構行けますよ。

○吉清部会長 結構まめにやられていますね。

○中村委員 これも、まめにやっているうちの1つなのですよ。だって1人だから、やらざるを得ないではないですか。

○吉清部会長 この絵のものは実際におつくりになった。

○中村委員 うん。

○高齢者栄養施策推進担当 中村さんのお宅に取材させていただいて。

○中村委員 区報の人と一緒に来て写真を撮っていましたよ。

○吉清部会長 ここの希望する商品は5つ記載されていますが、これはこれで興味湧くかなと思いますけれどもね。

○中村委員 今、むね肉が安いからね。

○吉清部会長 あと業者さんというところでは、足立区内で何かやっている業者

さんとか、足立区の何か特産といってもなかなかね、厳しいですものね。何かふるさと納税みたいな感じで、地方だところいうのも結構ありそうだけれども、足立区でぱっと出てこないですね。

○高齢者栄養施策推進担当 あと、友好姉妹都市もちょっと見てはみたのですが、ジュースとかお米とか。

○中村委員 お菓子類はあるのだよね。伊興に。伊興本町に、吉永製菓というのがあるしね。

○伊藤委員 これに、でも関連しないと駄目なんだよね。

○吉清部会長 そうなんですよ。

○高齢者栄養施策推進担当 なるべく、そうですね。

○吉清部会長 何か関連付けてあるといいのですけれどもね。

○中村委員 キッチン用品ならたしか、伊興何丁目かに鈴島という会社があって、スポンジをやっているのですよ。あれに、彼に聞けば分かるのだけれども。そうすると洗剤をつけて洗うスポンジとか、いろいろなスポンジをやっているから、何か役に立つかもしれない。

○高齢者栄養施策推進担当 そうですね。

○吉清部会長 あと何か、花畑の方でしたか。バウムクーヘンか何かの。

○中村委員 ありますね。

○吉清部会長 あれは、これにかすっているのですか。たんぱく質。バウムクーヘンは。

○高齢者栄養施策推進担当 たんぱく質、あります。

○吉清部会長 卵で大丈夫ですよ。そういうのとか。ナガサキ屋というのでしたっけ。

○高齢者栄養施策推進担当 島田屋でし

たっけ。

○瀬崎課長 島田屋です。

○吉清部会長 結構有名なのですね。

○瀬崎課長 有名ですね。贈答用。

○吉清部会長 ネームバリュー的に「おっ」というのがあれば。

○瀬崎課長 イメージが湧きやすいですね。

○吉清部会長 あとは、どうでしょうか。そんなところですかね、アイテムは。バウムクーヘンくらいしか出なくて、申し訳ありません。

○高齢者栄養施策推進担当 貴重なご意見、ありがとうございます。

○吉清部会長 では、ぱく増しについては、以上で大丈夫ですか。ありがとうございます。

以上で今回の案件は終了なのですが、この会は15時半まで、もう少しお時間がありますので、冒頭少しご案内させていただきました、この部会の名称なのですが、介護予防・日常生活支援総合事業部会というところですので、今、介護予防について主にお話をさせていただいたところがございます。総合事業部会というところの名称もあるので、日常生活支援総合事業についても、第2回、次回が2月くらいの予定ですかね。

○事務局 今のところはその頃を検討しています。

○吉清部会長 それに向けて、先ほど黒川係長がおっしゃっていた、実態把握検討会でこのPR品というのですかね、配布物の少し検討をさせていただいたというお話がありましたが、日常生活支援総合事業に関しても、実は河内係長と私も入っている、各ハウカツのブロックから2名ずつハウカツに選出していただいて、

検討会を定期的に行っているところですので、その話も少しさせていただいて大丈夫ですか。

○瀬崎課長 今回、介護予防ではあるのですが、やはり目的としては1つ、私どものZoomのほうは社会参加とつなぐ、活動の幅を広げるところもあって、そういった事業に興味を持ってもらうためのハウカツが実態把握していくときのツールとしては、ぱく増しのアイテムがある。

ただ、区ですとかハウカツが行くだけだと届かない人たちとか、そういったところは、もしかすると友愛クラブさんとかシルバー人材センターさんとかのネットワークと一緒に協力させていただいて、普段触れていない人たちにも届くような連携ができたらいいのかなと思うので、そういったところにつながるようなかたちでお話を進められたらいいのかなと思うのですが。

なので、ちょっと頭出しだけさせていただいて、私、一旦退席するのですが、引き続きよろしくお願ひします。

○吉清部会長 ありがとうございます。

75歳以上の方がこれからどんどん増えていく中で、団塊の世代の方が達する年代というのが2025年。もう2年も切ってしまった状況で、これから一気に介護とか医療費がますます費用が上がるのではないかというふうに言われていて、あとは、ケアマネージャーさんもすごく不足していたりとか、あとヘルパーさんの高齢化とか、担い手不足と、介護業界の担い手不足などと言われています。その支援をする方自体が不足してしまうと、軽度者の方のご支援がなかなか回らないという状況にもなりかねないので、それがますます今後、危険な域に達してくる



のではないかなというところがどうしてもありますので、シルバー人材センターの会員の皆様も、お仕事をしながら介護予防みたいなかたちだと思えるのですが、そういった事業をもう少し区と連携しながらやっていければというところで、今、河内係長のところと、あと基幹と各ホウカツのところと検討を進めているところです。

例えば、今日、賀川先生がいらっしゃらないのですが、苑田病院などだと急性期の病院ですので、真に治療が必要な方を受け入れて、治療が終わったら今度、リハビリ病院に転院して、すごく回復したら今度在宅に戻るといった流れがあると思うのですが、回復したらしたで、軽度者扱いになってしまうので、介護認定上は要支援1、2とか。そこら辺になるのがすごくベストなのですが、ただ、軽度者の方に対してのケアマネージャーさんのケアプランの引き受け手が、なかなかない。

だから、介護保険を使わなくても、例えば支援できるような体制がどうしても必要なのですよね。そうすると、例えばシルバーさんの情報をいただいて、家事支援とかをされていますものね。そういうのもっともっと拡大していったりとか、あとは友愛クラブさんの会員さんが、友愛クラブに所属しながらも、例えばシルバーさんに登録いただいたり、ほかの団体を創出して、家事支援をしていただいたり。そこで少し賃金なども頂きながら、生きがいに結びつけていけるような取組みを検討している最中ですので、2回目に向けて、少しまた検討を重ねて、2回目の部会の際に報告できればいいかなというところで進めている最

中です。またお話しさせていただきますので、ぜひご協力いただければと思います。ちょっと頭出しだけさせていただいたところでございます。

○中村委員 だから、あれでしょう。今、苑田の例が出たけれども、在宅に戻ったときに、でしょう。だから、我田引水するようだけれども、友愛クラブに入ってくればいいのだよ。そうすればいろいろな教室をやっているし、グラウンドゴルフもやっているし、カローリングもやっているし。腰が悪くたって座って投げられるし。輪投げだってできるし、そういうのもやっているから入ってもらって、そういうことになると、友愛クラブも人数が増えるし、助かるよね。せっかく教室をやって、いつものメンバーだけではもったいないもの。

せっかくやっているのだから、いろいろ。書道教室とか、気功教室とかね。太極拳よりもっと軽いです。呼吸の問題だから。そういうのもあるしね。無料でやっているのだから、そういうところに来てもらったり、何かしてやるといいのだよ。ただ、やはりクラブを維持しなければならぬから、会費がかかるのだよね。それで嫌だという人がいるわけよ。

だから、ここで言ういいかどうか分からないけれども、私はいつも説明しているの。高齢者と一概に言うけれども、本当に手助けがなければいけない高齢者と、友愛クラブに入っているように会費を払っても、誰かのためになるあれをやっているのと、もう1つ、住区へ、麻雀とかカラオケとか、中には掛け持ちしているのもいるのだから、そういう人。嫌だったら、やはり帰ってしまう。それと、この3種類あるよと言ってね、だから、誰

かのために役に立つ友愛クラブに入ってくださいと、私いつもね、言うのです。なかなか思うようにはいきませんが、

○吉清部会長 ありがとうございます。シルバーさんとかは、会員の方、提供する側の方が、人数が足りないとか、十分だとか、そこら辺の今の状況というのはどんな感じですか。

○石引委員 その辺はうまく行っていますね。だいたい7割が公共事業、3割が商業施設からの求めなのですが、だいたいいつもうまくいっているのですよね、人数的にも。少し収入を増やしたい方はダブルでやっている方もいらっしゃいます。……こちらもやってみないかと言うと。平均年齢が76歳くらいなのです。80を過ぎても就業している方はいっぱいいるのですよ、うちの場合ね。

ところが会員として入ってこられて、もう2年でアウトの人もいるのですよ。認知が始まるとか体力の低下、動けないとかね。そういうのはありますね。だから、45年目なのですが、毎回そういうのと向き合ってきていますから、かなりレギュレーションにしても仕事にしても、結構頑張っていますね。

○吉清部会長 ありがとうございます。

○高齢者栄養施策推進担当 高齢化していく中で、シルバーの登録者というのは。

○石引委員 3,300人。

○高齢者栄養施策推進担当 3,300人。増えているのですか。

○石引委員 少し停滞しましたね。コロナの関係で。要するに集まるときに、高齢者ですから、ほかに少しいろいろ持っている方もいらっしゃるから、あまり出て歩きたくないということで、一気にコロナが始まって、がたっと来ました。今、

どんだんだんだん持ち直しています。

○中村委員 家族も出さないしね、あの当時はね。行くなど。おばあちゃん行くなよと。会議があってもね。何かやっても、おばあちゃん、雇ったら大変だから行くなよと、こう言うわけ。だから行かないでしょう。しょうがないから手分けして、電話をかけて安否確認をしたんですよ。そうしたら、長い。このときとばかりに話が延々と。またつながって、特に女性ね。つながって切るのに困ってしまう。

○石引委員 これは申し上げていいのかわからないのですが、昨年1年間でうちの会員で亡くなった方が25名。それまで活発に動いていてコロナも関係なかったとき、これは12名とか13名。コロナになってから増えました。だからといって、あれに雇ったわけではないのです。ちょっと不思議に思っている。あと、コロナが怖くて、仕事をちょっと中断してうちにこもりますという人は、逆に雇っている人が多かったです。これは統計を取ってみると、これは耐性の問題です。年中活発に外にいる人は元気で、80歳を超えても一生懸命仕事をしていましたけれどもね。逆に家にこもってしまった方のほうが雇っていましたね。

○吉清部会長 そういうものなのですね。

○石引委員 私もよく分からないのですが、計算ではそうになっていますから、恐らく耐性の問題ではないかと。

○吉清部会長 今コロナの話が出たので介護保険の関係でも、介護認定は対面で調査するのですが、それがコロナで免除されていたのですが、今回5類に、ゴールデンウィーク明けですね、変わってから、更新の手続きをしないといけないし、

介護サービスを使うのは対面なので、控えていた方が一気に申請するという方が、すごい増えている状況があります。

なので、恐らくなのですが、介護保険の申請をしてから認定が出るまで今、結構かかっていますよね。だから、デイサービスとか使うのにも認定結果が出てからでないとなかなか、暫定だとちょっと怖いところもあるので、結構2か月くらい、場合によっては。本当は1か月で出さなければいけないという決まりなのですが、出ない状況もあるので。今後申請する方が増えてくると思うので、ますます認定結果が出るまでに時間がかかるし、それまでのつなぎというところでは、石引さんのところに電話が行って、ちょっと支援してもらえないかというお声がきっと増えるのではないかなというふうに思っています。

○石引委員　うちは認知や体力の低下で脱会というか、もう会員をやめます、やめてください、も両方あるのですが、そうすると、必ず今、ハウカツさん25あると思うのですが、うちは4つのブロックに分かれているのです。西部、東部、南部等、4つのブロックに分かれているのですが、その中で近隣のハウカツさんに、その近隣に住んでいるわけですから、報告は入れていますね。

そういう連携をしつつ、お世話になっていますからね。かなり、そういう意味では。

○吉清部会長　では、今回次第になかった、最後お話しさせていただきましたが、急遽放り込んでしまって申し訳なかったです。ありがとうございます。では、時間もなかなか迫っているところですので、もしよかったら今日の感想も一言ずつい

ただければと思うのですが。

伊藤さんから。

○伊藤委員　Zoomの体操教室、もつと私のイメージは参加者が多いイメージだったのですが、きっとハードルが高いのだなというところは改めて感じました。

ただ、いろいろな取組みの中で少しずつ定着させていくということも非常に大事だと。やはり高齢の方だと、なかなかこの間聞いたけれども忘れていくというのは、認知とかではなくても、もちろん年齢的なものであるし、そこは何回も何回も繰り返し参加してもらおうというところで、定着していってもらえれば。それこそ、ぱく増しもそうですが、何回も聞いて、あれだった、これくらい取らなければみたいな感じで、定着させていくための事業の一つ一つだと思っているので、すごくいい取組みをしていると思うので、引き続き頑張ってやっていただき、私たちもできるだけ協力できたらなというふうに思っています。

○吉清部会長　ありがとうございます。お願いします。

○石引委員　高齢者と向き合う私どものような企業としては、どれだけ、今日まだ初めてですが、なかなかうまく説明できなかったのですが、逆に得るものが多かったです、皆さんの意見で。非常によかったです。ありがとうございます。

○吉清部会長　ありがとうございました。では中村さん、お願いします。

○中村委員　友愛クラブ連合会の代表ですから、一応当事者なのですよね、全ての。高齢者だから。でも、やはりこういう会議に出たりなどすることが非常に結構なことで、これが1つの長生きの秘訣だと私は思っているのです。ですから、大

いに年寄りもいろいろな会議、その他、いろいろな行事へどんどん出て行ってほしいと。引っ込んでしまわないでね。そうすればいいのではないかなというふうには漠然と考えていますが。

○吉清部会長 ありがとうございます。  
今日、2人の委員の方が残念ながら欠席だったのですが、日頃から地域包括ケア推進課さんとは連携を深めさせていただいて事業を進めているところなのですが、やはり社会福祉協議会だけでも駄目だし、ケア課さんだけでもなかなか難しいところがありますので、こういった会、今回いろいろ議論を深められたのはすごく私にとってもプラスになりましたので、今後とも、こういった活発な議論を深めていかればなと思っております。

今日初めての私、部会長で、不慣れな点で大変ご迷惑おかけしたところ、申し訳ございませんでした。今後ともよろしくお願いしたいと思います。ありがとうございます。

そうしたら、この後は、お戻ししたいと思います。ありがとうございます。

○事務局 本日はお忙しいところご参加いただき、ありがとうございました。以上をもちまして終了とさせていただきますが、区からお支払いする謝礼につきましては、推進会議で頂いている口座振替依頼書の記載の口座のほうに振り込ませてくださいと思いますが、よろしいでしょうか。ありがとうございます。

それでは、これにて会議を終了とさせていただきます。本日はどうもありがとうございました。