

令和８年度 足立区地域包括ケアシステム推進会議

第１回 はつらつ高齢者部会

日時：令和８年７月２４日（金）

午後２時３０分～午後４時３０分

場所：足立区役所１２０１会議室

次 第

１ 開 会

２ 協議事項

「はじめてのフレイル予防教室」の再構築に向けた検討について

３ 報告事項

- （１）令和８年度「ぱく増し」及び「食べてフレイル予防」事業の取組みについて
- （２）あだちシニアふれあい食堂推進事業（補助事業）の実施状況について
- （３）令和７年度生活支援体制整備事業 担い手の発掘に関する調査報告書【概要版】について

４ そ の 他

今後のはつらつ高齢者部会の日程について（案）

第２回：令和８年１１月１１日（水） 午後２時～午後４時

第３回：令和９年 ２月 ９日（火） 午後２時～午後４時

※ 会場はいずれも足立区役所南館１２階 １２０５Ａ会議室

５ 閉 会

令和8年度 足立区地域包括ケアシステム推進会議

はつらつ高齢者部会 委員名簿

※ 敬称略、順不同

番号	役職	氏 名	フリガナ	選出団体名・所属における役職 等	出欠
1	部会長	酒井 雅男	サカイ マサオ	学識経験者	出
2	副会長	山中 崇	ヤマナカ タカシ	学識経験者	欠
3	委員	賀川 幸英	カガワ ユキヒデ	足立区医師会 副会長	欠
4	委員	佐藤 浩史	サトウ ヒロフミ	東京都足立区歯科医師会 常務理事	出
5	委員	廣島 高志	ヒロシマ タカシ	足立区介護サービス事業者連絡協議会 副会長 (通所部会部会長)	欠
6	委員	小浦 梓	コウラ アズサ	東京都栄養士会足立支部 福支部長	出
7	委員	山ノ内 聖一	ヤマノウチ セイイチ	あだちPOSネットワーク 世話人	出
8	委員	内山 清	ウチヤマ キヨシ	足立区シルバー人材センター 理事	出
9	委員	堀 崇樹	ホリ タカキ	足立区社会福祉協議会（基幹地域包括支援センター東部課長）	出

令和8年度 地域包括ケアシステム推進会議
第1回 はつらつ高齢者部会

令和8年7月24日

件 名	「はじめてのフレイル予防教室」の再構築に向けた検討について
所管部課名	福祉部 高齢者施策推進室 高齢者はつらつ支援課
内 容	以下のとおり「はじめてのフレイル予防教室」における課題を整理し、令和9年度以降の事業再構築に向けた検討を行う。 1 はじめてのフレイル予防教室の概要 (1) 事業の目的 介護状態になるおそれの高い高齢者を対象に、総合的なトレーニングを実施することにより、主体的かつ継続的にフレイル予防に取り組めるよう支援し、要介護状態に陥ることを防ぐこと (2) 実施概要（令和8年度） ア 内容 フレイル予備群※1の方を対象に、運動・栄養・口腔といった、基本的なフレイル予防が学べる全10回の短期集中教室 ※1 ここでは、3年に1度調査する介護予防チェックリストの回答で、生活機能低下リスク、運動機能低下リスク、低栄養、口腔機能低下のいずれか1項目以上に該当のある方とする。 イ 開催数（定員） 59クール（最大825人）（前期32回、後期27回） ウ 時間 90分／回 エ 会場 地域学習センター、住区センター等（全37会場） オ 令和7年度実績 （ア）開催数 60クール（前期32回、後期28回） （イ）会場数 全35会場 （ウ）定員 802人 （エ）参加者数 589人（実人数） 2 現状 (1) フレイル予備群の方の割合について、令和4年度と比較し令和7年度は増加している。（3「介護予防チェックリスト回答結果」参照） (2) 令和4年度のはじめてのフレイル予防教室参加者695人について、令和5年度～令和7年度の介護予防チェックリスト回答者428人のうち206人（約48％）にいずれかの機能低下がみられた。 (3) 参加者が年々減少傾向になってきている（令和5年度：648人、令和6年度621人）。 (4) 教室終了後、フレイル予防を継続して実施している方の運動内容が散歩やウォーキングに偏る傾向がある。 (5) 自宅で実践できる体操を継続的に実施するよう、教室内でアナウンスを行っている。

3 介護予防チェックリスト回答結果

年度	チェックリスト調査 対象者数(人)	チェックリスト 回答者数(人)	フレイル 予備群(人)	フレイル予備 群割合(%)
R 4	40,960	24,917	6,326	25.4
R 5	42,948	24,287	6,077	25.0
R 6	45,003	23,268	6,129	26.3
R 7	43,968	22,510	6,837	30.4

4 問題（原因）分析

2 現状（４）より、教室終了後の継続的なフレイル予防の取組について、散歩やウォーキング等比較的負荷のかかりにくい種目に偏る傾向があり、教室で学んだような自身に合った負荷の運動等を実施する習慣への促しが弱くなっている。

5 課題

全１０回の教室終了後も、参加者がフレイルや要支援・要介護状態にならないために、自身に合ったフレイル予防を継続して実施できる事業内容を取り入れていく必要がある。

6 方針案

「はじめてのフレイル予防教室」のカリキュラムについて、運動・口腔・栄養・認知症予防・社会参加に加え、以下の案のようなセルフマネジメント力向上を促す効果的な事業内容を取り入れる。

（１）手帳の導入

ア 出席スタンプ（継続参加への動機づけ）

イ 毎教室間（１週間）の自宅での取組目標、活動記録
（セルフマネジメント力の醸成）

（２）個別面談

教室開催の都度、目標設定や進捗状況確認のために個別面談を実施する。（モチベーションの維持、向上）

（３）フォローアップ

１０回の教室終了１か月後に、新たに１１回目としてフォローアップ教室を実施する。

④ はじめてのフレイル予防教室

フレイルになる前に 改善しよう！

フレイルは、気づかぬうちにゆっくりと、しかし確実に進行します。

足立区では、介護認定を受けていない65歳以上の方を対象に、3年に1度、「介護予防チェックリスト」(右ページ参照)をお送りしています。その結果、“フレイル予備群”と判定された方は、地域包括支援センター(詳しくはP22をご覧ください)がご案内する短期集中型のフレイル予防教室に参加できます。

早めの気づきで、早めのフレイル予防を！



プログラム例

- 1日目 体力測定
- 2~4日目 筋力アップ
- 5日目 お口の健康
- 6日目 栄養改善
- 7日目 認知症予防
- 8日目 筋力アップ
- 9日目 体力測定
- 10日目 修了式

※教室により内容は異なります。



対 象	介護予防チェックリストの結果、フレイル予備群と判定された方
会 場	住区センターなど
時 間	各回90分程度
問 先	03-3880-5642 高齢者はつらつ支援課 高齢者はつらつ支援係

介護予防チェックリストをご存知ですか？

足立区では、65歳以上の方に「介護予防チェックリスト」を3年に一度お送りしています。このチェックリストは、介護認定を受けていない高齢者の皆さんのところからだの健康状態をチェックし、必要なサポートを早期に提供するために大切なものです。

チェックリストが届いたら、ぜひご記入ください！

1

チェックリスト
に記入する



2

チェックリスト
を提出する



3

結果アドバイス
票が届く



4

結果に応じて
ホウカツ職員が
ご自宅に訪問
させていただきます
場合がございます



なぜこのチェックリストが大切なのか？



介護認定者や認知症の疑いがある方が年々増加しています。足立区では、このようなリスクがある方を早期に発見し、適切な支援を提供することが、地域全体の健康を守るために重要だと考えています。本チェックリストは、そのための「気づき」となり、適切な支援につなげる役割を担っています。

チェックリストが届いた際は、ご回答にご協力をお願いします。



お近くの熟年相談室にお気軽にご相談ください

月曜日～土曜日 午前9時～午後6時 ※定休日：日曜日、祝日、年末年始

	名 称	電話	所在地	FAX
1	中 央 熟年相談室 江戸川区医師会	03-5607-5591	中央4-24-14	03-5607-5593
2	一之江 熟年相談室 清心苑	03-5879-5613	一之江4-6-21	03-3653-7002
3	西一之江 (分室) 熟年相談室 清心苑	03-3655-6117	西一之江4-9-24	03-3654-7323
4	松 江 熟年相談室 清心苑	03-5879-2185	松江2-17-12	03-5879-2186
5	本一色 熟年相談室 アゼリー江戸川	03-5607-7600	本一色2-13-25	03-5607-7430
6	大 杉 (分室) 熟年相談室 アゼリー江戸川	03-5607-6569	大杉2-10-16 (アゼリーアネックス内)	03-5607-3870
7	平井小松川 熟年相談室 第二ウエル江戸川	03-5858-2352	平井1-4-15	03-5858-2355
8	平 井 (分室) 熟年相談室 第二ウエル江戸川	03-3618-0324	平井7-13-32	03-3618-0294
9	西瑞江 熟年相談室 江戸川区医師会一之江	03-5667-7676	西瑞江5-1-6	03-5667-7675
10	北葛西 熟年相談室 暖心苑	03-3877-0181	北葛西4-3-16	03-3877-0188
11	船 堀 熟年相談室	03-5878-1521	船堀2-15-17	03-5878-1524
12	西葛西 熟年相談室 なぎさ和楽苑	03-3675-1236	西葛西8-1-1	03-3675-1203
13	東葛西 熟年相談室 なぎさ和楽苑	03-3877-8690	東葛西7-12-6	03-3877-8693
14	南葛西 熟年相談室 みどりの郷福楽園	03-5659-5353	南葛西4-21-3	03-6808-3848
15	臨海町 (分室) 熟年相談室 みどりの郷福楽園	03-5659-4122	臨海町1-4-4	03-5659-4132
16	東小岩 熟年相談室 泰山	03-5889-1165	東小岩6-8-16	03-5889-1160
17	北小岩 (分室) 熟年相談室 泰山	03-5622-1165	北小岩5-34-10	03-5622-1673
18	南小岩 熟年相談室 小岩ホーム	03-5694-0111	南小岩6-28-12	03-6458-0160
19	南小岩 (分室) 熟年相談室 小岩ホーム	03-5694-0101	南小岩5-11-10	03-5694-0104
20	北小岩 熟年相談室 江戸川光照苑	03-5612-7193	北小岩5-7-2	03-5612-7194
21	西小岩 (分室) 熟年相談室 江戸川光照苑	03-6657-9186	西小岩3-21-24	03-6657-9187
22	瑞 江 熟年相談室 瑞江ホーム	03-3679-4102	瑞江1-3-12	03-3679-3769
23	東瑞江 (分室) 熟年相談室 瑞江ホーム	03-3678-3765	東瑞江1-18-5	03-3678-3730
24	江戸川 熟年相談室 江東園	03-3677-4631	江戸川1-11-3	03-3677-4692
25	西篠崎 熟年相談室 きく	03-5666-8477	西篠崎1-6-7	03-5666-8478
26	鹿 骨 (分室) 熟年相談室 きく	03-3677-3141	鹿骨3-16-6	03-3677-3081
27	篠崎 熟年相談室 きく	03-5664-3080	上篠崎4-19-18	03-3676-8686

冊目 年 月 日

介護予防手帳



氏名

この介護予防手帳の活用について

自分らしい生活を楽しみながら長生きするためには、健康に気をつけつつ、生活に目標を持つことが大切です。『目標』を達成するために、自己の状態を知り、自分が何をしたらよいかを考えて、取り組むことが重要です。

「まず自分の心身の状態を知りましょう」（6～7ページ）でチェックをしてみましょう。結果によっては、暮らしの手助けになるサービスが利用できる場合があります。「体操やったよ! 記録」（11ページ以降）に、日々のトレーニング状況を記入しましょう。

この手帳を、人生や生活の『目標』達成のために役立てていただければ幸いです。



今から始めよう介護予防!

介護予防とは、介護が必要な状態になることを、できる限り予防すること。

日常生活の活動を高め、社会への参加を促し、それによって一人ひとりが、生きがいや自己実現のための取り組みをすることです。



介護予防のためには、何をするのがよいですか？

A

何らかの「活動」に打ち込むことが効果的です

「活動」には、就労、家事、ボランティア、趣味、習い事、スポーツなど、色々あり、それをなるべく継続することが重要です。これまで仕事一筋だったが退職した、これまでの趣味を継続するのは体力的に難しいといった場合は、新たに打ちこめる「活動」を探すのもよいでしょう。大切なのは、自分が興味や関心を持てる「活動」に取り組むことです。

あなたが打ちこみたい「活動」は何ですか？

A

やりたいことが決まったら…さらにひと工夫！

趣味の手芸に取り組むなら、仲間をつくりながら励む、外出が可能であれば活動場所まで徒歩で移動してみるといった、単純に手芸をする動作だけでなく、活動場所への移動や、仲間とのコミュニケーション等を通じて、様々な心身機能の維持・改善を期待することができます。

～地域の資源を活用しながら、あなたの好きな「活動」をしてみましょう～



趣味を楽しみたい



学びたい



運動したい

私の情報

生年月日	大・昭 年 月 日 (歳)		
住 所	江戸川区		
自 宅 電 話			
今 まで に か っ た ことのある 病気やけが			飲酒の一日量 煙草 本／日
飲んでいる お 薬	血が止まりにくい薬	あり・なし	
	高血圧・低血圧の薬	あり・なし	
	ステロイド剤	あり・なし	
	ニトロなどの心臓の薬	あり・なし	
	糖尿病の薬	あり・なし	
	【その他注意してもらいたい薬】		
アレルギー	食べ物 ()		
	薬 ()		
	その他 ()		
食 事 制 限	あり・なし		
かかりつけ 医・歯医者		【電話】	
		【電話】	
		【電話】	
かかりつけ薬局		【電話】	
緊急連絡先 ①	続柄	【電話】	【住所】
緊急連絡先 ②	続柄	【電話】	【住所】

この手帳は、活動の様子を記録するためのものです。いつも携帯してください。

普段していることや興味の確認

あなたが日常的に行っている行為や興味のあることなどを
確認しましょう。 記入日

以下の行為について該当するものに○をつけてください

1	買い物をする	している・してみたい
2	料理をする	している・してみたい
3	掃除をする	している・してみたい
4	洗濯物を干す	している・してみたい
5	自分でお風呂に入る	している・してみたい
6	身だしなみを整える	している・してみたい
7	電車・バスでの外出	している・してみたい

趣味や興味のあるものについて該当するものに○をつけてください

1	読書・生涯学習	している・してみたい・興味がある
2	書道・習字・俳句	している・してみたい・興味がある
3	絵を描く・絵手紙	している・してみたい・興味がある
4	パソコン・ワープロ	している・してみたい・興味がある
5	写真	している・してみたい・興味がある
6	映画・観劇・演奏会に行く	している・してみたい・興味がある
7	お茶・お花	している・してみたい・興味がある
8	歌を歌う・音楽を聴く	している・してみたい・興味がある
9	楽器演奏	している・してみたい・興味がある
10	編み物・針仕事	している・してみたい・興味がある
11	仕事	している・してみたい・興味がある
12	家族との団らん・孫の世話	している・してみたい・興味がある

13	動物の世話	している・してみたい・興味がある
14	友達とおしゃべり・交流	している・してみたい・興味がある
15	将棋・囲碁	している・してみたい・興味がある
16	散歩・体操・運動など	している・してみたい・興味がある
17	ゴルフ・グランドゴルフ・ 水泳・テニスなどのスポーツ	している・してみたい・興味がある
18	野球・相撲観戦	している・してみたい・興味がある
19	競馬・競輪・競艇・パチンコ	している・してみたい・興味がある
20	地域活動（町内・老人クラブ）	している・してみたい・興味がある
21	地域の子どもの世話	している・してみたい・興味がある
22	旅行・温泉	している・してみたい・興味がある
23	ボランティア	している・してみたい・興味がある
24	*	している・してみたい・興味がある
25	*	している・してみたい・興味がある
26	*	している・してみたい・興味がある
27	*	している・してみたい・興味がある
28	*	している・してみたい・興味がある

*あてはまるものがない場合は空欄に書き足してお使いください。

例) テレビで情報収集、お金の運用、毎日友人とお茶を飲みに行く、コンサート など

得意なことを活かして活動してみたいことがありましたら、
下記にご記入ください。

(例:お花の免許を活かして、お花を教えてみたい。)

まず自分の心身の状態を知りましょう

基本チェック		はい	いいえ
1	バスや電車で1人で外出していますか		
2	日用品の買物をしていますか		
3	預貯金の出し入れをしていますか		
4	友人の家を訪ねていますか		
5	家族や友人の相談にのっていますか		
6	週に1回以上は外出していますか		
7	昨年と比べて外出の回数が減っていますか		

足腰の筋肉の衰えは大丈夫？ チェック		はい	いいえ
1	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか		
2	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか		
3	15分位続けて歩いていますか		
4	この1年間に転んだことがありますか		
5	転倒に対する不安は大きいですか		

栄養チェック		はい	いいえ
1	6カ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか		
2	身長 cm 体重 kg (BMI=) (注)		

(注) BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)が18.5未満の場合に該当する

お口の元気度 チェック		はい	いいえ
1	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか		
2	お茶や汁物等でむせることがありますか		
3	口の渇きが気になりますか		

認知症リスクのチェック		はい	いいえ
1	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあると言われますか		
2	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか		
3	今日が何月何日かわからない時がありますか		

厚生労働省「介護予防マニュアル」参照

努力で点数を下げると
リスクも下がります。

合計

／ 20 項目

★10項目以上に該当する場合には要注意

私の目標達成計画

興味があるもの

チャレンジしたい事

特 技

自分でできること

自分でできないこと・困りごと

自分がチャレンジしたいこと・自分ができないこと・困りごと等の解決に必要なこと

年度

作成日	年 月 日	目標達成するために取り組むこと			
私の目標					
目標達成予定日	年 月 日	実行度	できた	まあまあ	できていない
		満足度	満 足	まあまあ	不 満 足
作成日	年 月 日	目標達成するために取り組むこと			
私の目標					
目標達成予定日	年 月 日	実行度	できた	まあまあ	できていない
		満足度	満 足	まあまあ	不 満 足
作成日	年 月 日	目標達成するために取り組むこと			
私の目標					
目標達成予定日	年 月 日	実行度	できた	まあまあ	できていない
		満足度	満 足	まあまあ	不 満 足
作成日	年 月 日	目標達成するために取り組むこと			
私の目標					
目標達成予定日	年 月 日	実行度	できた	まあまあ	できていない
		満足度	満 足	まあまあ	不 満 足
作成日	年 月 日	目標達成するために取り組むこと			
私の目標					
目標達成予定日	年 月 日	実行度	できた	まあまあ	できていない
		満足度	満 足	まあまあ	不 満 足

体調チェック記録シート

[illegible]

体操やったよ！ 記録

()年()月

今月の目標	
毎日の取り組み	

※日々のトレーニングの状況を記入しましょう。

◎よくできた ○できた △あまりできなかった ×できなかった

曜日	曜日	曜日	曜日	曜日	曜日	曜日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

今月末の
体の変化

体操やったよ！ 記録

()年()月

今月の目標	
毎日の取り組み	

※日々のトレーニングの状況を記入しましょう。

◎よくできた ○できた △あまりできなかった ×できなかった

曜日	曜日	曜日	曜日	曜日	曜日	曜日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

今月末の 体の変化	無・有	
--------------	-----	--

体操やったよ！ 記録

()年()月

今月の目標	
毎日の取り組み	

※日々のトレーニングの状況を記入しましょう。

◎よくできた ○できた △あまりできなかった ×できなかった

曜日	曜日	曜日	曜日	曜日	曜日	曜日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

今月末の 体の変化	無・有	
--------------	-----	--

令和 8 年度 地域包括ケアシステム推進会議
第 1 回 はつらつ高齢者部会

令和 8 年 7 月 2 4 日

件 名	令和 8 年度「ぱく増し」及び「食べてフレイル予防」事業の取組みについて
所 管 部 課	福祉部 高齢施策推進室 高齢者はつらつ支援課
内 容	「ぱく増し」事業及び「食べてフレイル予防」事業を通じて、たんぱく質を含む食事をしっかり摂取することが、フレイル予防につながることを普及啓発する。 1 「ぱく増し」事業について 体重や筋力を維持し、高齢期を元気に過ごすために、普段の食事にたんぱく質を多く含む食品を増して食べる「ぱく増し」を広く普及啓発する。 (1) 広報で年 2 回（5 月 2 5 日号、1 月 2 5 日号）「ぱく増し」のコラム、1 月 2 5 日号で「ぱく増し月間」の特集記事の掲載を予定 (2) L I N E、A メール、Instagram、あだち脳活ラボで「ぱく増しレシピ動画」を配信（計 1 2 回予定）（別紙 1） (3) 2 月の「ぱく増し月間」での啓発（内容は検討中） ア ぱく増し月間プレゼント企画として、「普段実践しているぱく増しの工夫」を書いて応募してもらう等、実践に繋がる企画を検討する。 イ スーパー、コンビニ、食品メーカー等とコラボし、簡単で安価なレシピの情報発信を行う。 ウ あだち脳活ラボと連携し、イベントへの参加を促す。 (4) 握力測定による「ぱく増し」の啓発 区民まつり等区主催イベントや、ぱく増し月間にショッピングモール、すこやかプラザ あだち、足立成和信用金庫等で「ぱく増し握力測定会」を実施する（1 0 回予定）。 2 「食べてフレイル予防」事業について 健診、医療、介護情報を一体的に分析し、課題解決に向けた取組みを関係所管が連携し実施する「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施『食べてフレイル予防』事業」を推進する。 (1) 集団支援（ポピュレーションアプローチ） 通いの場（住区センター等）で実施 ア ぱく増し栄養講座（添付資料：リーフレット） 回数：前期 4 7 回、後期 4 6 回 計 9 3 回予定（昨年 7 9 回） イ リハビリのプロと学ぶ筋肉維持講座 講師：あだち P O S ネットワークより理学療法士・作業療法士 回数：2 0 回（昨年 1 0 回） ウ （仮）ちゅーりっぷ体操講座（口腔講座） 講師：調整中 回数：2 回（モデル実施）

(2) 個別支援（ハイリスクアプローチ）

ア 対象者

令和5年度までは男女ともBMI 18.5未満としていたが、令和6年度からBMIを男性のみ20未満（女性は18.5未満）と対象を拡大した。さらに、令和8年度から男女ともBMI 20以下（厚生労働省の高齢者のやせの基準）とし、「やせ傾向」の状態から早めに介入する。

イ 実施内容

4～6か月間に2回訪問、1回電話で栄養相談を実施（5月から開始）

3 今後の方針

- (1) 区民まつり等での握力測定会は、健康やフレイル予防を意識するきっかけとなるため、今後も積極的にイベントに出展する。
- (2) ぱく増し栄養講座は、男性の参加が少ない（7%）ので、パークで筋トレや足立成和信用金庫、区民まつり等のイベントで周知したり、あだち脳活ラボで配信し、男性の参加を促す。



あだち脳活ラボで配信し、再生回数が多かったレシピ動画



【新】インスタで配信したレシピ動画

あだち広報食堂

Vol.14 ぱく増し★ 栄養講座 のススメ

体重や筋力を維持するために、「たんぱく質」が大切なことをなんとなく知っていて、**「具体的に何をどれくらい食べたらいいのかわからない！」**という方も多いのでは？ そこでおすすめなのが、住区センターなどで開催している「ぱく増し栄養講座」。今回は、「ぱく増し栄養講座」で扱っているレシピを紹介します。

■問先=高齢者栄養施策推進担当 ☎3880-5097

★…65歳以上の方を対象に、体重や筋力を維持するために、普段の食事にたんぱく質を増して食べることを推奨する区の事業

① 缶詰×温玉の最強コンビ やきとり温玉丼



材料(1人分)

- やきとり缶…1缶
- 冷凍ホウレンソウ…80g
- 温泉卵…1個
- ごはん…茶碗1杯(130g)

1人分
たんぱく質
23g

作り方

- ① 冷凍ホウレンソウは耐熱容器に入れ、電子レンジ(600W)で1分加熱する
- ② 器にごはん、①のホウレンソウ、やきとりをのせ、ラップをして電子レンジ(600W)で1分加熱する
- ③ 中央にくぼみを作り、温泉卵をのせてできあがり

② おつまみでもぱく増し！ 厚揚げのさっぱりトマトだれ



材料(1人分)

- 厚揚げ…2分の1枚
- トマト…2分の1個
- 青じそドレッシング…大さじ1

1人分
たんぱく質
12g

作り方

- ① トマトは1cmくらいの角切りにし、青じそドレッシングと混ぜておく
- ② 厚揚げは食べやすい大きさに切り、フライパンまたはオーブントースターで焼く
- ③ 厚揚げを盛りつけ、①をかける

今回のレシピのポイント

- ① やきとり缶の甘辛いタレと温泉卵がベストマッチです。これ1品で栄養バランス◎。
- ② あと1品欲しいときや、おつまみにおすすめです。「トマトだれ」は、から揚げや豚カツなど揚げ物にかけてもおいしいです。



▲区管理栄養士
千ヶ崎さん

ぱく増し栄養講座について、
くわしくはコチラ▶



やきとり温玉丼のレシピ動画を区公式
Instagramで紹介しています！▶



令和 8 年度 地域包括ケアシステム推進会議
第 1 回 はつらつ高齢者部会

令和 8 年 7 月 2 4 日

件 名	あだちシニアふれあい食堂推進事業（補助事業）の実施状況について																																																										
所 管 部 課	福祉部 高齢施策推進室 高齢者はつらつ支援課																																																										
内 容	令和 8 年度から開始した「共食の場」活動経費の一部を補助する「あだちシニアふれあい食堂推進事業（補助事業）」について実施状況を報告する。 1 目的 楽しく食事をとりながら、交流を行う「共食の場」は、孤立防止や心身の健康増進を図る上で有益な活動である。ついては、既存の共食の場の活性化や新たな場の立上げ支援のため、補助事業を実施する。 2 申請の流れ 令和 8 年 4 月 7 日（火）に団体向け説明会を開催。必要に応じ申請方法等の個別相談会を予約制で実施した（申請締切：5 月 2 9 日（金））。 3 申請団体：13 団体（令和 8 年目標：10 団体） <table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>団体名</th><th>食堂名</th><th>実施場所</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td><td>サロン♡ シマフォー</td><td>ふれあいカレー食堂</td><td>島根四丁目第三自治会集会所</td></tr> <tr> <td>2</td><td>あだち集いごはん</td><td>あだち集いごはん</td><td>五反野コミュニティセンター</td></tr> <tr> <td>3</td><td>NPO 女性を応援する SHINE</td><td>シニア食堂にこちゃん</td><td>パステリカカフェ (西竹の塚 2 丁目)</td></tr> <tr> <td>4</td><td>しまいいとこサロン</td><td>しまいいとこサロン</td><td>特別養護老人ホーム紫磨園</td></tr> <tr> <td>5</td><td>どれっしんぐ</td><td>どれっしんぐ</td><td>梅田地域学習センター</td></tr> <tr> <td>6</td><td>虹の会</td><td>comcom（噛む噛む）</td><td>江南住区センター</td></tr> <tr> <td>7</td><td>NPOたんぽぽ会</td><td>いきいき月曜サロン</td><td>たんぽぽ会（柳原 1 丁目）</td></tr> <tr> <td>8</td><td>NPOたんぽぽ会</td><td>いきいき食堂千住大川</td><td>千住大川交流センター</td></tr> <tr> <td>9</td><td>綾瀬さくら会</td><td>綾瀬さくら会</td><td>綾瀬 5. 6 丁目自治会集会室</td></tr> <tr> <td>10</td><td>一般社団法人 福祉のみらい</td><td>みらい食堂</td><td>福祉のみらい（綾瀬 2 丁目）</td></tr> <tr> <td>11</td><td>さくら会</td><td>さくら会</td><td>五反野コミュニティセンター</td></tr> <tr> <td>12</td><td>平一くつろぎサロン</td><td>平一くつろぎサロン</td><td>平野一丁目アパート集会所</td></tr> <tr> <td>13</td><td>ふれあい交流会</td><td>ふれあい交流会</td><td>悠々会館</td></tr> </tbody> </table> 4 今後の予定 既存の団体に支援すると共に、「食」を通して地域交流する「共食の場」を関係部署、関係機関と連携し、増やしていく (1) 区管理栄養士が共食の場を巡回し、栄養面・衛生面等を支援（随時） (2) 共食の場交流会の開催（秋頃予定）				団体名	食堂名	実施場所	1	サロン♡ シマフォー	ふれあいカレー食堂	島根四丁目第三自治会集会所	2	あだち集いごはん	あだち集いごはん	五反野コミュニティセンター	3	NPO 女性を応援する SHINE	シニア食堂にこちゃん	パステリカカフェ (西竹の塚 2 丁目)	4	しまいいとこサロン	しまいいとこサロン	特別養護老人ホーム紫磨園	5	どれっしんぐ	どれっしんぐ	梅田地域学習センター	6	虹の会	comcom（噛む噛む）	江南住区センター	7	NPOたんぽぽ会	いきいき月曜サロン	たんぽぽ会（柳原 1 丁目）	8	NPOたんぽぽ会	いきいき食堂千住大川	千住大川交流センター	9	綾瀬さくら会	綾瀬さくら会	綾瀬 5. 6 丁目自治会集会室	10	一般社団法人 福祉のみらい	みらい食堂	福祉のみらい（綾瀬 2 丁目）	11	さくら会	さくら会	五反野コミュニティセンター	12	平一くつろぎサロン	平一くつろぎサロン	平野一丁目アパート集会所	13	ふれあい交流会	ふれあい交流会	悠々会館
	団体名	食堂名	実施場所																																																								
1	サロン♡ シマフォー	ふれあいカレー食堂	島根四丁目第三自治会集会所																																																								
2	あだち集いごはん	あだち集いごはん	五反野コミュニティセンター																																																								
3	NPO 女性を応援する SHINE	シニア食堂にこちゃん	パステリカカフェ (西竹の塚 2 丁目)																																																								
4	しまいいとこサロン	しまいいとこサロン	特別養護老人ホーム紫磨園																																																								
5	どれっしんぐ	どれっしんぐ	梅田地域学習センター																																																								
6	虹の会	comcom（噛む噛む）	江南住区センター																																																								
7	NPOたんぽぽ会	いきいき月曜サロン	たんぽぽ会（柳原 1 丁目）																																																								
8	NPOたんぽぽ会	いきいき食堂千住大川	千住大川交流センター																																																								
9	綾瀬さくら会	綾瀬さくら会	綾瀬 5. 6 丁目自治会集会室																																																								
10	一般社団法人 福祉のみらい	みらい食堂	福祉のみらい（綾瀬 2 丁目）																																																								
11	さくら会	さくら会	五反野コミュニティセンター																																																								
12	平一くつろぎサロン	平一くつろぎサロン	平野一丁目アパート集会所																																																								
13	ふれあい交流会	ふれあい交流会	悠々会館																																																								

あだちシニアふれあい食堂推進事業補助金交付要綱

(目的)

第1条 この要綱は、任意の区民団体、特定非営利活動法人（NPO法人）等（以下「団体」という。）が行う地域の満65歳以上の者（以下「高齢者」という。）を中心とした会食や会食を通じた交流の場を提供するあだちシニアふれあい食堂の運営に要する経費の一部を補助することにより、高齢者の孤立防止や交流の機会の増加、心身の健康増進及び地域交流の場の促進を図ることを目的とする。

(定義)

第2条 この要綱において「あだちシニアふれあい食堂」（以下「ふれあい食堂」という。）とは、地域の高齢者等が気軽に立ち寄り、栄養バランスに配慮した食事をとりながら、様々な交流をすることができる場を設ける取組をいう。

(補助対象団体)

第3条 この要綱に基づく補助金（以下「補助金」という。）の交付を受けることができる団体（以下「補助対象団体」という。）は、次条に定める補助対象事業を実施する団体であって、次の各号に掲げる要件を全て満たすものとする。

- (1) 団体の活動拠点が区内であること。
- (2) 会則（会則に準ずるものを含む。以下同じ。）を備えていること。
- (3) 暴力団（足立区暴力団排除条例（平成24年足立区条例第37号。以下「暴排条例」という。）第2条第1号に規定する暴力団をいう。以下同じ。）又は暴力団と関係する団体ではないこと。
- (4) 団体の構成員が、暴力団員等（暴排条例第2条第2号に規定する暴力団員及び同条第3号に規定する暴力団関係者をいう。）に該当しないこと。

(補助対象事業)

第4条 補助金の交付の対象となる事業は、別表の第1欄に掲げる事業とする。ただし、その実施にあたっては、次に掲げる事項を満たすものとする。

- (1) 実施場所は区内とし、高齢者が参加しやすい場所であること。
- (2) 天災地変等やむを得ない事由により開催できなかった場合を除き、月に1回以上、定期的にふれあい食堂を開催していること。
- (3) 1回当たりおおむね10人以上の高齢者が参加できる規模で、当該高齢者が安全に食事を取りながら交流することができるスペースを確保していること。
- (4) 提供する食事は、当該ふれあい食堂のスタッフ又は参加者が直接調理したもの又は購入した弁当等であること。
- (5) 提供する食事は、栄養バランスに配慮したものであること。
- (6) ふれあい食堂の開催に当たり、常時、責任者を配置し、安全に配慮していること。
- (7) ふれあい食堂のスタッフは、責任者を含め3人以上であること。
- (8) 提供する食事に対し費用をふれあい食堂の参加者から徴収している場合は、地域の実情、第1条の目的等を勘案して適当と認められる金額を設定していること。

(遵守事項)

第5条 補助金の交付を受けようとする補助対象団体は、次に掲げる事項を遵守しなければならない。

- (1) 前条の補助対象事業のうち、「会食事業の開催」事業及び「高齢者の心身の健康増進や安全安心な日常生活に資する講座等の開催」事業にあつては必ず実施し、「地域の交流機会の確保など、孤独感の解消や生きがいの増進に資する取組」事業にあつては実施するよう努めること。
- (2) 前条の補助対象事業のうち、「会食事業の立上げ」事業を実施する場合は、ふれあい食堂のスタッフとして1名以上の高齢者を起用すること。
- (3) 政治活動及び宗教活動並びに参加者に対する営業活動及び勧誘行為を行わないこと。
- (4) 営利目的の活動を行わないこと。ただし、補助対象事業となるふれあい食堂を実施する場所と同一の場所において、補助対象団体が当該ふれあい食堂と異なる事業を実施する場合で、当該利用者に飲食の提供を行う場合は、この限りでない。
- (5) 公序良俗に反する活動を行わないこと。
- (6) 補助対象団体は、高齢者の見守りに係る関係機関との連携及びスタッフの意識啓発を図るため、区の「絆のあんしん協力機関」に登録するとともに、年1回以上区の「絆のあんしんネットワーク連絡会」に参加すること。
- (7) ふれあい食堂の開催時に、これに参加する高齢者に対し、地域包括支援センター等の高齢者支援に係る相談窓口を周知するよう努めること。
- (8) ふれあい食堂に参加する高齢者の生活状況を把握し相談に応じるとともに、必要に応じてニーズに対応した関係機関につなげること。この場合において、当該高齢者の生活状況に異変が疑われる等の事由が生じたときは、地域包括支援センター等に対して速やかに連絡を行うこと。
- (9) 区が主催するふれあい食堂に係るスタッフ向けの講習会に参加すること。
- (10) 地域の高齢者が参加しやすいように周知を図ること。
- (11) ふれあい食堂の開始前に管轄の保健所に相談し、指導・助言を求めること。
- (12) 食事の提供における食品の安全確保を図るため、食品衛生法（昭和22年法律第233号）及び各種法令、通知等に基づく適切な衛生管理体制を構築すること。
- (13) ふれあい食堂の開催に当たり、参加者の食物アレルギーの有無の確認（食物アレルギーに対応することができない場合にあっては、参加者への周知、注意喚起等、健康被害防止のための適切な対応）をすること。
- (14) 子ども食堂の活動に関する連携・協力の推進及び子ども食堂の運営上留意すべき事項の周知について（通知）（平成30年6月28日付子発0628第4号厚生労働省子ども家庭局長、社援発第0628第1号厚生労働省社会・援護局長、障発0628第2号厚生労働省社会・援護局障害保健福祉部長、老発0628第3号厚生労働省老健局長）別添8の子ども食堂における衛生管理のポイント等を参考とし、食中毒予防、感染症対策等の衛生管理に万全を期すこと。

(15) 事故発生時の対応のため、保険に加入すること。

(16) 食中毒又は事故が発生した時の対応方法や連絡体制をあらかじめ定め、スタッフに周知徹底を図るとともに、これらが発生した場合は、速やかに区長に報告すること。

(17) 個人情報の適正な管理に十分配慮し、ふれあい食堂の実施に携わるスタッフ等が業務上知り得た情報を漏らすことのないよう、個人情報の厳格な取扱いについてスタッフ等に周知徹底を図るなどの対策を講じること。

2 前項に規定するもののほか、区長は、第10条の規定による補助金の交付決定に際し、条件を付することができる。

(補助対象経費)

第6条 補助金の交付の対象となる経費（以下「補助対象経費」という。）は、別表の第3欄に掲げる経費とする。ただし、人件費、補助対象団体が当該団体の運営に要する経費及び補助対象経費とすることが適当でないと区長が認める経費については、補助対象外とする。

(補助金の交付額)

第7条 補助金の交付額は、別表の第1欄に定める事業区分ごとに、同表の第2欄に定める補助基準額と同表の第3欄に定める補助対象経費の実支出額からふれあい食堂に参加する高齢者から徴収した額その他の収入額を控除した額を比較して少ない方の額とする。ただし、当該額に千円未満の端数が生じた場合は、これを切り捨てるものとする。

2 前項の規定にかかわらず、補助対象団体が国、都、区、公社、民間団体等による同種の補助金の交付を受ける場合における補助金の交付額は、前項の規定により算出した額から当該補助金の額を控除した額とする。

(補助対象期間)

第8条 補助対象期間は、第10条の規定による補助金の交付決定の日の属する年度の4月1日から3月31日までとする。

(補助金の交付申請)

第9条 補助金の交付を受けようとする補助対象団体（以下「申請団体」という。）は、あだちシニアふれあい食堂推進事業補助金交付申請書（様式第1号）に次の各号に掲げる書類を添えて区長に提出しなければならない。

(1) あだちシニアふれあい食堂推進事業補助金 所要額内訳書（様式第1号の2）

(2) あだちシニアふれあい食堂推進事業補助金 計画書（様式第1号の3）

(3) 会則及び構成員名簿

(4) 営業許可証、給食届の写し等保健所へ適切な手続を行ったことを確認することができる書類

(5) 保険の加入状況を確認することができる書類

(6) 前各号に掲げるもののほか、団体の概要、活動状況等を確認することができる書類

(補助金の交付決定等)

第10条 区長は、前条の規定により補助金の交付申請がされた場合には、当該申請に係る書類の審査等を行い、補助金の交付の可否を決定し、補助金を交付することを決定したと

きはあだちシニアふれあい食堂推進事業補助金交付決定通知書（様式第2号）により、補助金を交付しないことを決定したときはあだちシニアふれあい食堂推進事業補助金不交付決定通知書（様式第3号）により、申請団体に通知するものとする。

（補助金の請求）

第11条 前条の規定により補助金の交付の決定を受けた申請団体（以下「交付決定団体」という。）は、速やかにあだちシニアふれあい食堂推進事業補助金概算払交付請求書（様式第4号）を区長に提出し、補助金の交付を受けるものとする。

2 前項の規定は、次条第3項の規定により補助金の交付決定の内容を変更する旨の決定を受けた場合について準用する。

（事業の変更等）

第12条 交付決定団体は、第10条に規定する交付決定を受けた後において、当該交付決定を受けた事業から著しく逸脱しない範囲内で、当該事業の内容を変更することができる。

2 交付決定団体は、当該事業の内容を変更しようとするときは、あだちシニアふれあい食堂推進事業補助金変更申請書（様式第5号）に次の各号に掲げる書類を添えて、速やかに区長に提出しなければならない。ただし、軽易なものについては、この限りでない。

（1） あだちシニアふれあい食堂推進事業補助金所要額内訳書（変更・追加申請）（様式第5号の2）

（2） あだちシニアふれあい食堂推進事業補助金計画書（変更・追加申請）（様式第5号の3）

3 区長は、前項の規定による申請がされた場合には、当該申請に係る書類の審査等を行い、当該補助金の交付決定の内容を変更する旨の可否を決定する。この場合において、当該補助金の交付決定の内容を変更する旨を決定したときはあだちシニアふれあい食堂推進事業補助金変更交付決定通知書（様式第6号）により、当該補助金の交付決定の内容を変更しない旨を決定したときはあだちシニアふれあい食堂推進事業補助金変更不交付決定通知書（様式第7号）により、当該申請を行った交付決定団体に通知するものとする。

（事業の中止・廃止等）

第13条 交付決定団体は、第10条に規定する交付決定を受けた後において、当該交付決定を受けた事業を中止し、又は廃止する場合は、あだちシニアふれあい食堂推進事業補助金（中止・廃止）申請書（様式第8号）を区長に提出しなければならない。

2 区長は、前項の規定による申請がされた場合は、当該交付決定団体に対する補助金の交付決定の全部又は一部を取り消し、あだちシニアふれあい食堂推進事業補助金（中止・廃止）承認通知書（様式第9号）により当該申請を行った交付決定団体に通知するものとする。

（関係書類の整備等）

第14条 交付決定団体は、補助対象事業に係る収入及び支出を明らかにした帳簿を備え、収入及び支出について証拠書類を整理し、当該帳簿及び証拠書類を事業完了後5年間保管するものとする。

2 区長は、補助金に係る予算の執行の適正を期するため、必要があるときは、前項の帳簿

及び証拠書類を検査するとともに、実施状況について調査することができる。

(財産の管理)

第15条 交付決定団体は、補助対象事業により取得した財産について、補助金の交付目的に従って、補助金の対象となった事業期間終了後においても適切に管理しなければならない。

(実績報告)

第16条 交付決定団体は、当該年度の事業が完了したとき又は事業を中止し、若しくは廃止したときは、あだちシニアふれあい食堂推進事業補助金実績報告書（様式第10号）に次の各号に掲げる書類を添えて、速やかに区長に提出しなければならない。

- (1) あだちシニアふれあい食堂推進事業補助金所要額内訳書（様式第10号の2）
- (2) あだちシニアふれあい食堂推進事業補助金事業実績報告書（様式第10号の3）
- (3) 領収書の写しその他の補助対象事業に係る経費の支出の事実を明らかにする書類及び当該経費の内訳が確認できる書類
- (4) その他区長が必要と認める書類

(補助金の額の確定)

第17条 区長は、前条の規定により事業の完了の報告を受けた場合は、その内容を調査確認し、実施事業の活動状況及びこれに係る経費の支出が適正であると認められるものに対し、交付すべき補助金の額を確定し、あだちシニアふれあい食堂推進事業補助金交付額確定通知書（様式第11号）により当該交付決定団体に通知するものとする。

(交付決定の取消し)

第18条 区長は、交付決定団体が次の各号のいずれかに該当する場合は、当該交付決定の全部又は一部を取り消すことができる。

- (1) 偽りその他の不正の手段により補助金の交付を受けたとき。
- (2) 補助金の交付決定の内容又はこれに付した条件その他法令又はこの要綱に基づく命令等に違反したとき。
- (3) 補助金を他の用途に使用したとき。
- (4) 前3号に掲げるもののほか、区長が不適当と認めたとき。

2 区長は、前項の規定により交付決定を取り消した場合は、あだちシニアふれあい食堂推進事業補助金交付決定取消通知書（様式第12号）により、補助対象団体に通知するものとする。

3 前2項の規定は、第17条の規定により交付すべき補助金の額を確定した後においても適用があるものとする。

(補助金の返還)

第19条 区長は、第13条第2項及び前条の規定により交付決定を取り消した場合において、補助対象事業の当該取消しに係る部分に関し、既に補助金が交付されているときは、期限を定めてその返還を命ずるものとする。

2 区長は、第17条の規定により補助金の額の確定をした場合において、既に交付された補助金の額が補助金の確定額を超えるときは、期限を定めてその返還を命ずるものとする。

- 3 前2項の規定により補助金の返還を命じられた交付決定団体は、あだちシニアふれあい食堂推進事業補助金精算書（様式第13号）を区長に提出し、速やかに当該補助金を返還しなければならない。

（違約金等）

第20条 交付決定団体は、前条第1項の規定により補助金を返還する場合（第18条の規定により交付決定を取り消された場合に限る。）において、足立区補助金等交付事務規則（昭和50年足立区条例第6号）の定めるところにより、違約金を納付しなければならない。

- 2 交付決定団体は、前条第1項及び第2項の規定により返還を命じられた場合において、これを指定した期限までに納付しなかったときは、当該期限の翌日から納付した日までの日数に応じ、当該未納付額につき年10.95パーセントの割合で計算した延滞金（100円未満の場合を除く。）を納付しなければならない。

（規則の適用）

第21条 この要綱に定めのない事項は、足立区補助金等交付事務規則を適用する。

（委任）

第22条 この要綱及び足立区補助金等交付事務規則に定めるもののほか、補助金の交付に関し必要な事項は、福祉部高齢者施策推進室長が別に定める。

付 則（7足福包発2911発第2911号 令和8年3月30日 区長決定）

この要綱は、令和8年4月1日から施行する。

別表（第4条―第7条関係）

補助金交付基準

1 事業区分	2 補助基準額	3 補助対象経費	4 補助条件等
1 会食事業の開催	1 食堂当たり (1)10人以下 10千円×実施回数 ※年間 240千円を上限 (2)11人以上 20人以下 20千円×実施回数 ※年間 480千円を上限 (3)21人以上 30人以下 30千円×実施回数 ※年間 720千円を上限 (4)31人以上 40千円×実施回数 ※年間 960千円を上限	食事の提供に必要な経費（需用費、役務費、委託料、使用料及び賃借料並びに負担金補助及び交付金）	(1)補助基準額及び補助対象経費の額の算定対象となる者は、高齢者とする。 (2)高齢者以外の者が参加している場合は、参加者の総人数から高齢者の数の割合を算出し、補助対象経費に乗じて算出する。 (3)補助対象経費の実支出額が明確でない経費（光熱水費等）の場合は、当該経費を実施日数等で按分して算出する。
2 高齢者の心身の健康増進や安全安心な日常生活に資する講座等の開催	1 食堂当たり 20千円×実施回数 ※年間 40千円を上限	講座等の開催に必要な経費（報償費、旅費、需用費、役務費、委託料、使用料及び賃借料並びに負担金補助及び交付金）	(1)上記1の事業の開催に加えて実施する場合に加算する。 (2)年1回以上開催すること。
3 地域の交流機会の確保など、孤独感の解消や生きがいの増進に資する取組	1 食堂当たり 50千円×実施回数 ※年間 100千円を上限	孤独感の解消や生きがいの増進に資する取組に必要な経費（報償費、旅費、需用費、役務費、委託料、使用料及び賃借料並びに負担金補助及び交付金）	
4 会食事業の立上げ	1 食堂当たり 年間 500千円を上限	新たな会食事業の立上げに要する経費（需用費、役務費、委託料、使用料及び賃借料、備品購入費、工事請負費並びに負担金補助及び交付金）	1名以上の高齢者をふれあい食堂のスタッフとして起用する場合に限る。

令和7年度生活支援体制整備事業
担い手の発掘に関する調査報告書
【概要版】

令和8年6月

社会福祉法人 足立区社会福祉協議会
基幹地域包括支援センター

目 次

1	調査の目的と方法	1
2	本調査の結果	5
3	令和7年度職員研修	16
4	追加調査の結果	19
5	令和8年度職員研修	22
6	まとめ	25

（「概要版」には以下の資料を収録していません）

資料編	31
-----	----

- （1）「担い手の発掘」のための生活支援コーディネーターの
実践調査 分析結果一覧
- （2）実践事例調査（令和6年11月～令和7年3月）の回答一覧
- （3）「10のヒント」を活用した実践事例調査
（追加調査）（令和7年9月～令和8年1月）の回答一覧

1 調査の目的と方法

(1) 調査の目的と取り組みの概要

足立区では、第一層生活支援コーディネーターと第二層生活支援コーディネーターが、取り組み内容や課題を共有する場として一層二層連絡会を開催している。

令和6年度は、この会議の結果、優先度の高い地域課題として、①担い手の不足、②活動場所の不足、③共食の場の支援を抽出した。

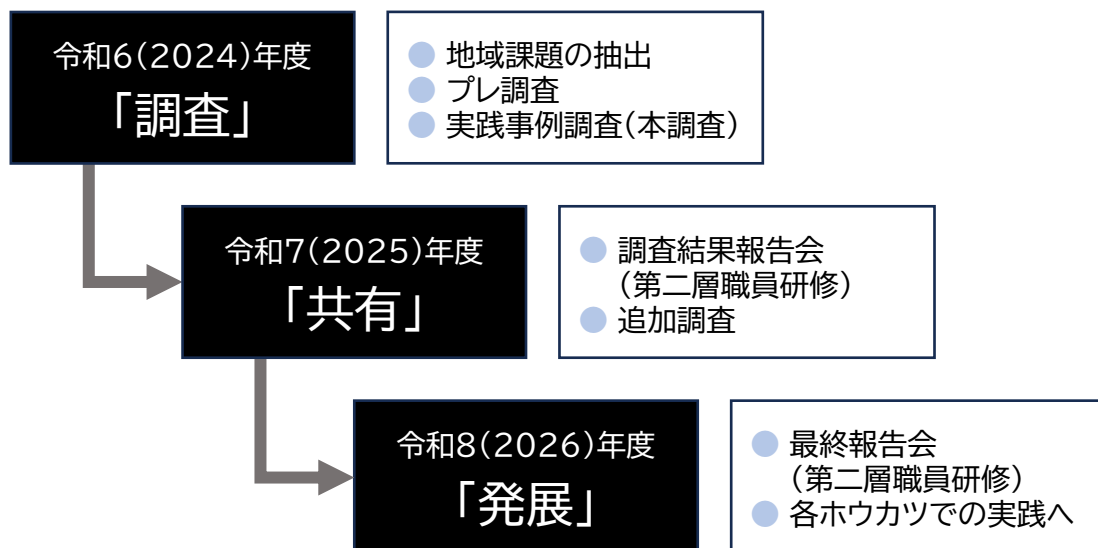
基幹地域包括支援センターでは、上記を「地域課題の抽出および地域資源の把握に関する報告書」に取りまとめて足立区に報告するとともに、第二層生活支援コーディネーターの業務上のヒントを得るため、上述の地域課題のうち、①「担い手の不足」について、足立区内及び他自治体における実践上の工夫や取り組み事例を収集する調査を実施した。

令和7年度は、この調査の分析結果を「生活支援体制整備事業における担い手の発掘 10のヒント」（以下、「10のヒント」。本報告書10ページ参照）にまとめ、地域包括支援センター（以下、「ホウカツ」）職員研修（5月開催）にて共有した。

また、この課題に対する第二層生活支援コーディネーターのさらなる取り組みの充実を目的として、「10のヒント」を活用して行った取り組みについて追加調査を行い、一層二層連絡会にて共有・協議した。

令和8年度は、令和6、7年度の調査結果の総括として、ホウカツ職員研修（5月開催）にて共有し、各ホウカツでの実践企画づくりを行った。

図1 調査実施から現場へのフィードバックの全体像



(2) 実施機関

足立区社会福祉協議会 基幹地域包括支援センター

(3) 調査期間

- ア プレ調査 令和6年8月～令和6年10月（足立区）
- イ 本調査 令和6年11月～令和7年3月（足立区）
他自治体 令和7年1月～令和7年3月（他自治体の協力参加）
- ウ 追加調査 令和7年9月～令和8年1月（足立区）

(4) 調査対象

- ア 足立区 第二層生活支援コーディネーター
- イ 他自治体 （※）文京区、杉並区、北区、立川市
（※）令和6年度東京都生活支援コーディネーター研修カリキュラム検討会の実践者委員（足立区を除く7団体）のうち、調査依頼に応じて協力をいただいた団体

(5) 「担い手の不足」の定義

本調査における「担い手」は、生活支援体制整備事業における諸般の活動・事業に、運営者もしくは協力者として参加する住民および関係機関を指すものとした。

また、「担い手の不足」とは、就業期間の延長等の社会状況の変化により、活動の担い手が高齢化し、発掘しにくくなっている状況を指すものとした。

担い手の種別

本調査では、足立区の生活支援コーディネーター間で課題として言及される「担い手」として以下の4つの区分を設定した。

- ア 協議体メンバー
- イ 通いの場スタッフ
- ウ 生活支援活動スタッフ
- エ その他ボランティア等

(6) 調査項目

- ア 担い手種別
- イ 事業種別（足立区内25ハウカツのみ）
- ウ 働きかけ（＝実践内容）
- エ 効果や成果

(7) 調査結果の共有と活用

ア 調査結果報告書の作成

調査結果は、「生活支援コーディネーター実践のヒント集」とする観点から取りまとめる。

イ 調査結果報告会の開催

令和7年度に開催する足立区のハウカツ職員研修（第二層業務）を調査結果報告会とし、調査に参加した他自治体の生活支援コーディネーター業務受託団体のうち、参加を希望する団体を招いて開催する。

また、「10のヒント」を活用した取り組み調査について、令和8年度に開催する足立区ハウカツ職員研修（第二層業務）にて共有する。

ウ 調査結果の活用

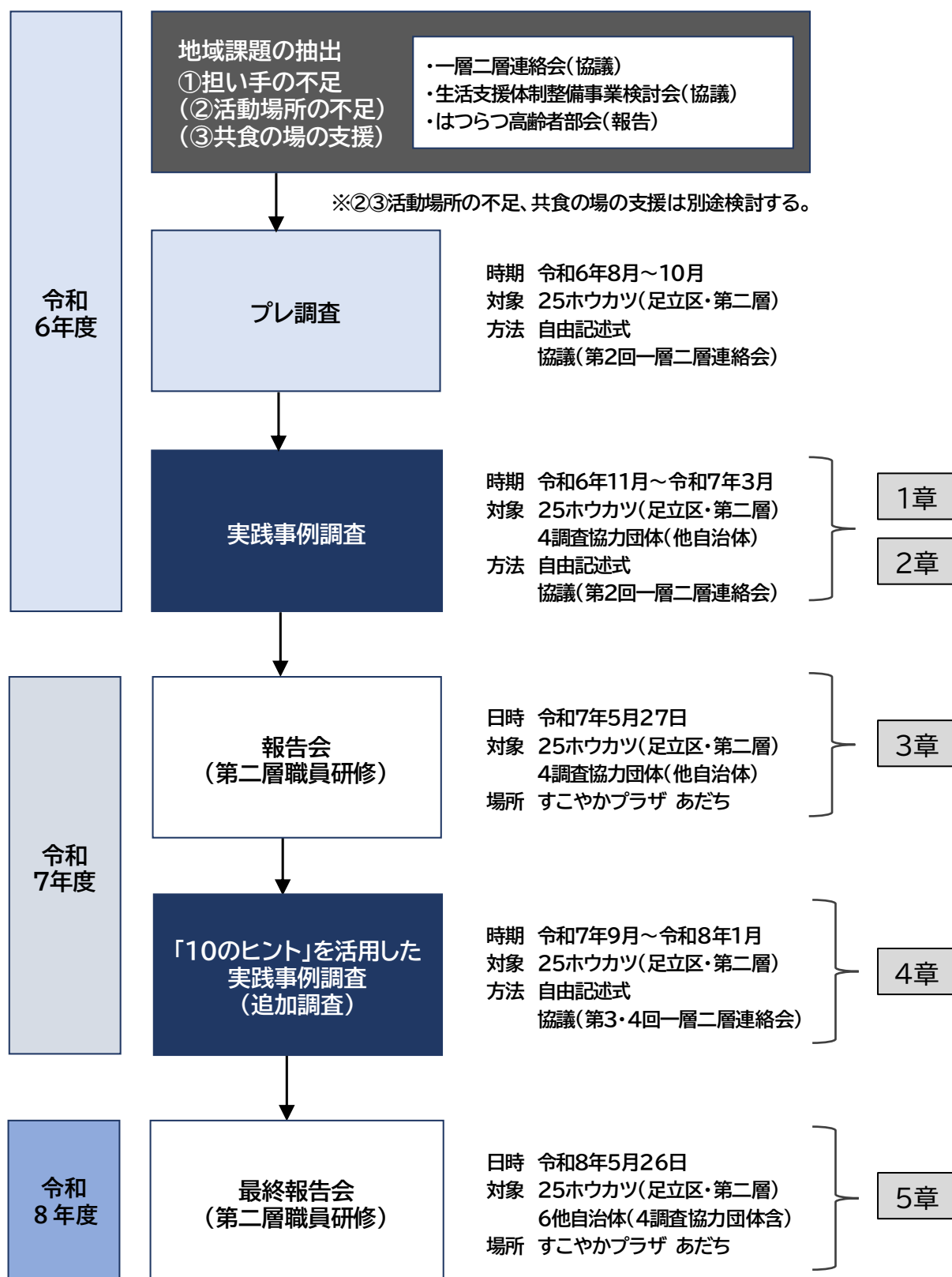
調査結果は、調査に参加した生活支援コーディネーター（主に第二層）の今後の取り組みにおける参考資料とするほか、一層二層連絡会および生活支援体制整備事業検討会における協議資料として活用する。

エ その他

この調査は、高齢者はつらつ支援課との協議をふまえて、必要に応じて継続する。

(8) 作業工程

図2 地域課題の抽出、調査の企画、実施、フィードバックの展開



2 本調査の結果

(1) 回収結果

ア 回収票 29 (足立区25、他自治体4)

イ 実践事例 計269事例

(ア) 足立区 232事例

(イ) 他自治体 37事例

(2) 定量的データの分析結果

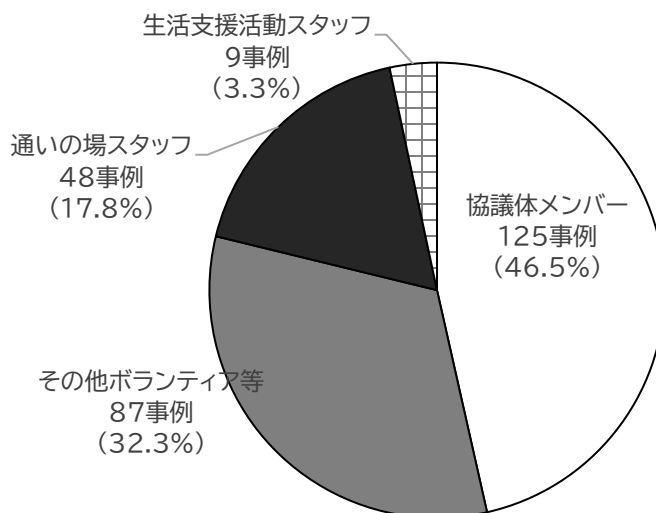
ア 担い手種別

「協議体メンバー」(125事例、46.5%)が最も多く、次いで「その他ボランティア等」(87事例、32.3%)であった。

「協議体メンバー」の発掘事例が約半数を占める一方で、役割や責任が重く感じられる「生活支援活動スタッフ」は、担い手として得られにくいと考えられる。

また、「その他ボランティア等」が約3割を占めており、生活支援体制整備事業の主要な活動区分である「協議体」「通いの場」「生活支援活動」以外に、さまざまな形で社会参加の機会を設けていることがうかがわれる。

図3 活動区分ごとの事例数

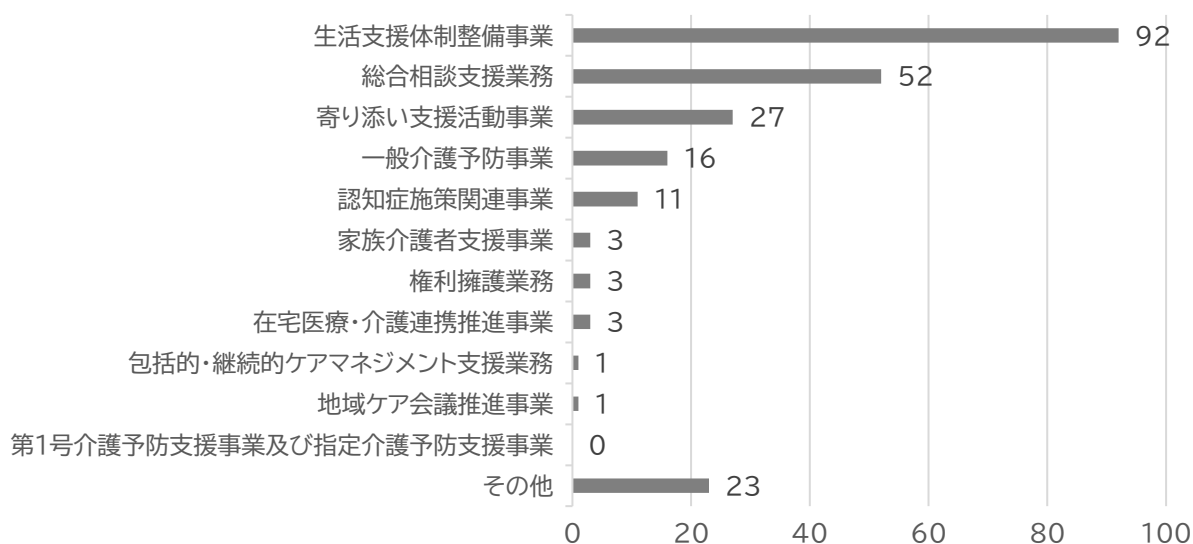


イ 事業種別（足立区内25ハウカツのみ）

住民等への働きかけがハウカツが受託している事業のいずれにおいてなされていたかを見てみると、「生活支援体制整備事業」（92事例、34.2%）が最も多く、次いで「総合相談支援業務」（52事例、19.3%）であった。11の「事業種別」のうち、第1号介護予防支援事業及び指定介護予防支援事業を除く全てについて回答事例があった。

約6割（140事例）が生活支援体制整備事業以外の事業を活用した事例であったことから、担い手の発掘には生活支援体制整備事業だけでなく、多様な事業を活用することが重要と考えられる。

図4 事例種別ごとの事例数



(3) 質的データの分析結果

ア コーディングの結果

全事例から事例ごとの共通点を見出し束ねていくコーディング作業を行った結果、60のコードが生成された。(8、9ページ参照)

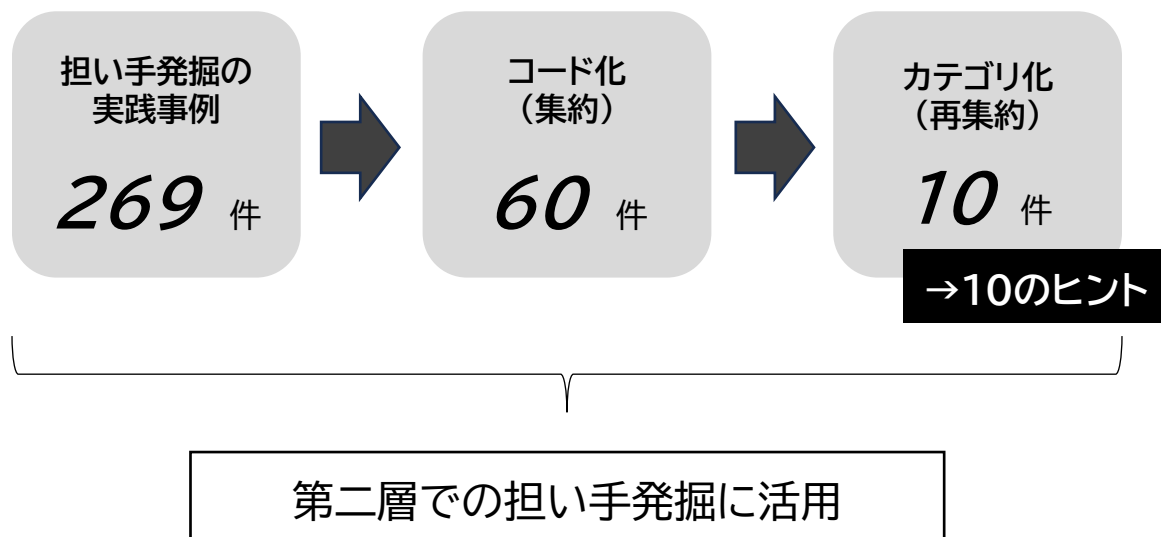
「活動の幅を広げる提案を行う」(31事例、11.5%)が最も多く、次いで「長所や特技を活かした活動を提案する」(22事例、8.1%)であった。

イ カテゴリの生成

第一層生活支援コーディネーター(管理者含め計6名)による複数回の協議・検討により、上述の60コードのうち50コードを用いて、再集約作業(カテゴリ化)を行い、10のカテゴリ(ヒント)を生成した。

カテゴリ化は、事例数・コード数の多寡ではなく、担い手の発掘に関する有用性と独自性をもつ(=実務上のヒントとなりうる)要素を析出する観点から行った。

図5 担い手の発掘 10のヒントの作成と活用のプロセス



(コード一覧)

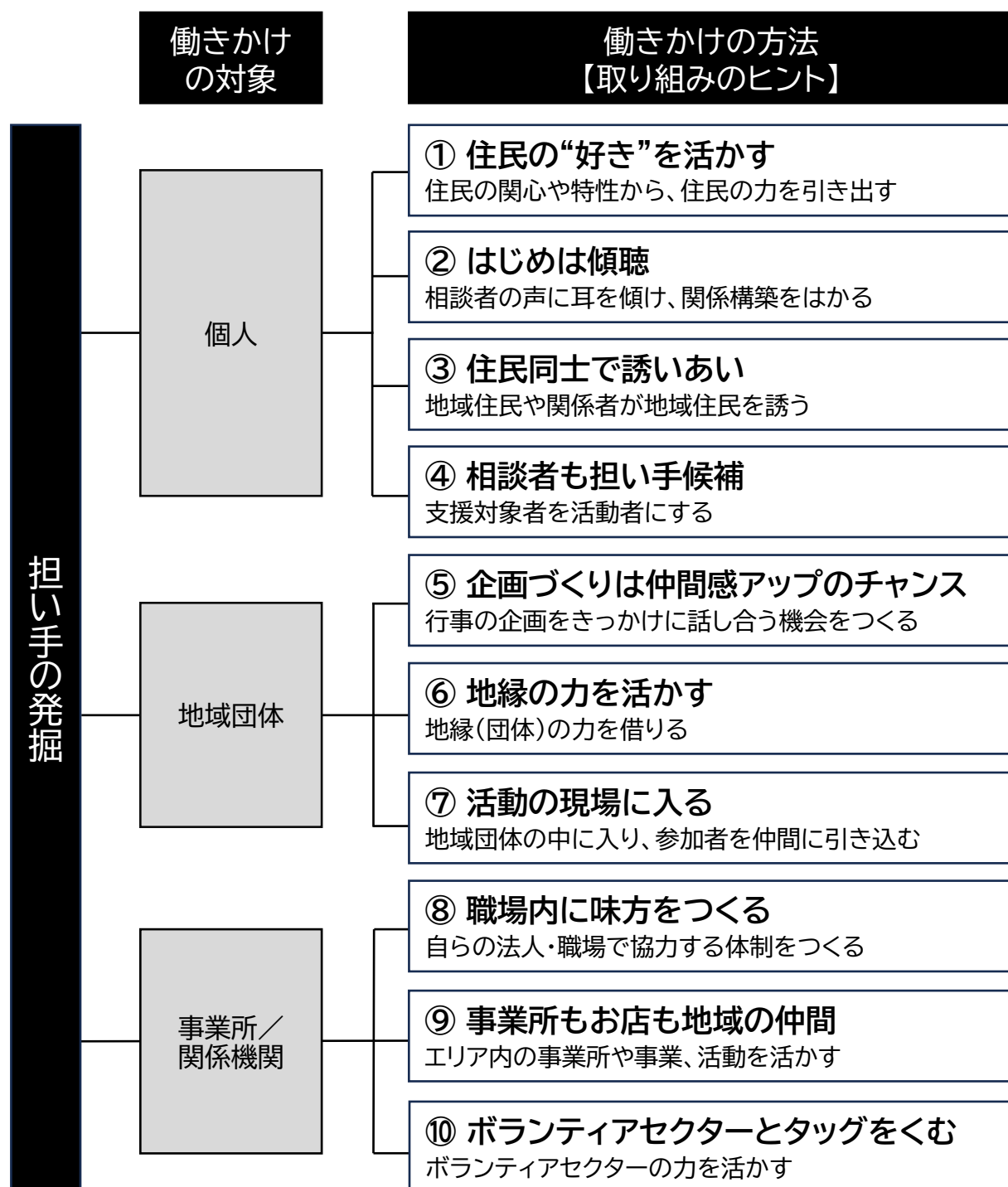
No.	コード	事例数
1	長所や特技を活かした活動を提案する	22
2	趣味や興味をきっかけにする	16
3	地域の見守りに関する相談者を誘う	8
4	活動歴をふまえた活動を提案する	8
5	職歴をふまえた活動を提案する	7
6	教室等を企画・開催し、自主グループ化を支援する	2
7	玄関の置物などから関心を探る	1
8	関心の種別、参加意向などを記録したリストを作成する	1
9	希望に沿った活動案内を行う	10
10	関心事に寄り添うことで信頼関係をつくる	3
11	繰り返し声を掛ける	1
12	相談者から地域の情報を聞き出す	1
13	地域からのリクエストに応える	1
14	関心を引き出すための協議の場をつくる	15
15	イベントの企画・開催をきっかけに協力者・参加者を募る	9
16	協議の場で手上げ方式で協力を募る	5
17	活動のアイデアを地域で共有する機会を設ける	1
18	地域住民や関係者が地域住民を誘う	6
19	別部署からの情報を活用する	6
20	退職のタイミングで誘う	5
21	医療介護連携のネットワークを活用する	4
22	職場内の情報を活用する	3
23	生活支援体制整備事業以外の事業を活用する	3
24	自分の施設で働く清掃員を誘う	1
25	派遣職員を誘う	1
26	家族介護者を誘う	7
27	受援希望の住民を支援側に誘う	1
28	実態把握対象者の家族を誘う	1
29	引退のタイミングで誘う	5
30	民生委員に協力を依頼する	5
31	協力者のネットワークで協力者を募る	3
32	町会・自治会に協力を依頼する	2
33	町会長の交代時に訪問する	1
34	地域の施設・店舗等に働きかける	7
35	新設の施設・店舗等を訪問して勧誘する	5
36	営業のための来所者を誘う	5
37	協力の幅を広げる提案を行う	4
38	住民が集う施設・店舗等に働きかける	1
39	活動の幅を広げる提案を行う	31
40	地域のイベントで勧誘する	11
41	自主グループの参加者を誘う	5
42	高齢以外の事業・自主グループ・活動者にリーチする	4
43	地域団体の会合に参加して勧誘する	2
44	中学校のボランティア部へ働きかける	1
45	別制度のボランティアを紹介する	4
46	ボラセンから紹介された人を継続的な活動に誘う	4
47	ボランティアセンターにボランティア派遣を依頼する	3
48	ボランティアグループを誘う	2
49	ボランティアセンターと協働する	1
50	有償家事援助の事業と協働する	1

No.	コード	事例数
51	参加・協力のハードルを下げて提案する	2
52	活動の事情を知ってもらい協力を得る	2
53	インセンティブを案内する	2
54	実習生を誘う	1
55	複数の担当者と関係づくりを行う	1
56	具体的な活動内容を示して依頼する	1
57	教室等の事業への参加者を誘う	1
58	独自のサポーター養成・登録の仕組みをつくる	1
59	当事者の友人・知人を誘う	1
60	活動のきっかけとなるパンフレットをつくる	1

(4) 生活支援体制整備事業における 「担い手の発掘 10のヒント」

生成した10のカテゴリを整理し、生活支援体制整備事業における「担い手の発掘 10のヒント」を取りまとめた。

図6 生活支援体制整備事業における「担い手の発掘 10のヒント」



ヒント1

対個人

住民の“好き”を活かす

住民の関心や特性から、住民の力を引き出す

【該当コード】 長所や特技を活かした活動を提案する | 趣味や興味がきっかけにする | 活動歴をふまえた活動を提案する | 職歴をふまえた活動を提案する | 教室等を企画・開催し、自主グループ化を支援する | 玄関の置物などから関心を探る | 関心の種別、参加意向などを記録したリストを作成する | 地域の見守りに関する相談者を誘う

「介護予防（足腰の筋力維持・向上）でノルディックをやりたいという当事者から相談を受け、人集めを始める。同じ悩みのある方・興味のある方への声掛けを一緒に行った」（中央本町 No. 67）は、当事者の主体性を活かして担い手獲得を行った事例です。

同様の視点からの実践事例として、当事者の「長所や特技」、「趣味や興味」、過去の「活動歴」や「職歴」などを手掛かりに、活動の促しを行う事例がありました。

これらの事例は、当事者の関心や特性に注意を払い、当事者が持っている力を引き出しています。当事者を知り、当事者の「やりたい」を把握または引き出し、実現に向けたサポートを行っている点がポイントです。

ヒント2

対個人

はじめは傾聴

相談者の声に耳を傾け、関係構築をはかる

【該当コード】 希望に沿った活動案内を行う | 関心事に寄り添うことで信頼関係をつくる | 繰り返し声を掛ける | 相談者から地域の情報を聞き出す | 地域からのリクエストに応える

「シルバーピア管理人。入居者についての相談にこまめに応じた。管理人と関係が出来たところで、法人内のマシン活用について相談した」（西綾瀬 No. 226）は、相談を受ける中で信頼関係を築き、関係構築が出来た上で得られた担い手です。

同様の視点からの実践事例として、当事者の「希望」や地域からの「リクエスト」に応えたり、繰り返し相手へメッセージを出し続けることで信頼関係を構築する事例がありました。

相手に寄り添う、相手のことばに耳を傾ける、相手に繰り返し伝えることは、担い手発掘における基本の「キ」と考えられます。

ヒント3

対個人

住民同士で誘いあい

地域住民や関係者が地域住民を誘う

【該当コード】 地域住民や関係者が地域住民を誘う

「広報誌の配架をお願いしている区民事務所の職員が、地区対の活動をしている住民に広報誌を見せて見守りウォーキングを勧めた。活動時二層が協力員に誘った」（一ツ家 No. 160）は、生活支援コーディネーター（以下、SC）以外の地域住民が担い手を誘っている事例です。

この事例は、SCが直接的に働きかけることなく、地域住民や関係者が地域住民を誘っています。一見すると、SCは何もしていないようにみえるかもしれません。

しかし、この結果が生まれる背景では、SCが地域住民との日常的なコミュニケーションの中で「勧誘行動」を引き出すような動機付けの支援を行っていると考えられます。

ヒント4

対個人

相談者も担い手候補

支援対象者を活動者にする

【該当コード】 家族介護者を誘う | 受援希望の住民を支援側に誘う | 実態把握対象者の家族を誘う

「両親の介護相談に来た娘さんが、65歳未満だったので生活支援サポーターの案内をした」（保木間 No. 141）は、相談者を担い手に誘った事例です。

同様の視点からの実践事例として、見守りを希望する当事者を見守る側に誘う、支援対象者の家族を担い手に誘う事例がありました。

また、活動のつなぎ先としては、自主グループ、協力員、講師、生活支援サポーター、認知症カフェのボランティア等と豊富な実績事例がありました。当初の「相談する（される）」「支援する（される）」関係を超えた提案により、相談者が担い手となっています。

ここで大切なのは相談者（住民）の役割を決めつけることなく、発想や視点を変えて、相手が「活動したいニーズ」を有していないか探っていることです。逆転の発想が新たな担い手を生むチャンスとなっています。

ヒント5 対 地域団体

企画づくりは仲間感アップのチャンス 行事の企画をきっかけに話し合う機会をつくる

【該当コード】 関心を引き出すための協議の場をつくる | イベントの企画・開催をきっかけに協力者・参加者を募る | 協議の場で手上げ方式で協力を募る | 活動のアイデアを地域で共有する機会を設ける

「包括・介護予防拠点・社協で住民の掘り起こし（そこのエリアに住んでいる人に話を聞きたいとお願いしてのヒアリング）を行った。そこで出会った人たちで、地域づくりに関心のある方々を集めての会を開催した」（北区 No. 71）は、関心がある住民を集め、複数の人への働きかけと共有がされている事例です。同様の視点からの実践事例として、イベントをきっかけに担い手をみつけたり、協議の場を活用して担い手を募集する事例がありました。

担い手になりそうな住民に事前に協力依頼の声掛けをしている事例が複数ありました。また、話し合いの中で住民が自然とリーダーとなっていく事例もありました。

ここで大切なのは協議の場を活用して住民の関心を引き出したり、動機付けを後押ししている点です。当事者が関心を寄せる事柄について話し合う機会を持つことは、動機づけの支援に非常に効果的であると考えられます。

ヒント6 対 地域団体

地縁の力を活かす 地縁(団体)の力を借りる

【該当コード】 引退のタイミングで誘う | 民生委員に協力を依頼する | 協力者のネットワークで協力者を募る | 町会・自治会に協力を依頼する | 町会長の交代時に訪問する

「梅田通町会パトロールのメンバーと地域の商店に登録を呼びかけた。地域の住民（町会）から住民を誘うことで登録のハードルを下げた」（関原 No. 221）は、地縁（団体）の信頼を借りて担い手を発掘した事例です。

同様の視点からの実践事例として、町会長や民生委員を対象にした取り組みや、役職を退任するタイミングで声を掛けている事例がありました。地域住民にとって身近な存在であり、また地域の実情を把握した人物を味方としています。

地域の中で信頼を得ている地縁（団体）と協働するためには、日ごろの関係づくりが重要であると考えられます。

ヒント7

対 地域団体

活動の現場に入る

地域団体の中に入り、参加者を仲間に引き込む

【該当コード】 活動の幅を広げる提案を行う | 地域のイベントで勧誘する | 自主グループの参加者を誘う | 高齢以外の事業・自主グループ・活動者にリーチする | 地域団体の会合に参加して勧誘する | 中学校のボランティア部へ働きかける

「新規サロン・自主グループは訪問し、ゆるサポをした際に協力員の案内をした」（扇 No. 166）は S C が地域団体の中に入り、担い手を見つけた事例です。

同様の視点からの実践事例として、地域のイベント企画で出展依頼で勧誘したり、中学生や子ども等の高齢者分野以外の団体にアプローチする事例がありました。

自主グループには担い手になり得る人材がたくさんおり、S C による自主グループ訪問はメンバーの活動の幅を広げる提案を行う絶好の機会です。

地域の団体の中に入ること、仲間を見つけ、その中から地域のキーパーソンを育てていくことが重要です。また、成果を出している事例の共通の傾向として、同一の団体を複数回訪れてフォローしていることが挙げられます。

ヒント8

対 事業所等

職場内に味方をつくる

自らの法人・職場で協力する体制をつくる

【該当コード】 別部署からの情報を活用する | 退職のタイミングで誘う | 医療介護連携のネットワークを活用する | 職場内の情報を活用する | 生活支援体制整備事業以外の事業を活用する | 自分の施設で働く清掃員を誘う | 派遣職員を誘う

「二層 S C が実態把握担当ではないが、訪問で得た情報をセンター内の職員同士の会話で自然に共有し、二層 S C も把握出来るようにしている」（千住西 No. 222）は、職場内の情報共有を大切に、足元から協力体制を作っている事例です。

同様の視点からの実践事例として、「別部署」から情報を得て担い手を獲得したり、法人内の職員を「退職」のタイミングで誘う、また法人・事業所内で働く「清掃員」や「派遣職員」を誘う事例がありました。

別事業や S C 以外の目線が新たな人材発掘につながる可能性があります。職場や法人からの情報や連携・協力を引き出すためには、職場内での日常的なコミュニケーションが大事になると考えられます。

ヒント9 対 事業所等

事業所もお店も地域の仲間 エリア内の事業所や事業、活動を活かす

【該当コード】 地域の施設・店舗等に働きかける | 新設の施設・店舗等を訪問して勧誘する | 営業のための来所者を誘う | 協力の幅を広げる提案を行う | 住民が集う施設・店舗等に働きかける

「リハビリデイの会社の役員と交渉」（江北 No. 148）は、エリア内の事業所を担い手として活用した事例です。

同様の視点からの実践事例として、開店したばかりの店舗や、逆に以前から住民に親しまれている店舗に働きかけたり、SCが出向くだけでなく、営業のために来所した業者を勧誘する事例もありました。「新しい店舗」と「昔からある店舗」、「SCが出向く」と「来所者を誘う」のいずれの場面にも担い手との出会いのチャンスがあることが分かります。ここで大切なのは地域の施設や店舗は大切な社会資源であると認識し、日頃からアンテナを立て情報をキャッチし行動することです。またハウカツ側のメリットだけでなく、施設や店舗にとってのメリットについて考えてみることも重要であると考えられます。

ヒント10 対 事業所等

ボランティアセクターとタッグを組む ボランティアセクターの力を活かす

【該当コード】 別制度のボランティアを紹介する | ボラセンから紹介された人を継続的な活動に誘う | ボランティアセンターにボランティア派遣を依頼する | ボランティアグループを誘う | ボランティアセンターと協働する | 有償家事援助の事業と協働する

「高齢者から相談を受けた乳酸菌飲料販売員が二層SCに相談した。そこで有償ボランティア制度（あいあいサービスセンターのちょこっとサポート隊員）を販売員に情報提供し、ボランティア登録を促した」（一ツ家 No. 213）は別のボランティア制度を紹介し、新たな活動につなげた事例です。

同様の視点からの実践事例として、ボランティアセンターを活用したり、ボランティアグループを誘ったり、有償家事援助の事業と協働する事例がありました。他のボランティア領域との協力は、それぞれの機関にとって新たな層の担い手にリーチできる機会です。

注意したいのは、見守り、居場所づくり、ボランティア、生活支援のそれぞれの活動には類似性と親和性があり、生活支援体制整備事業につうじていることです。このカテゴリは「多機関連携」の地域支援版とも言え、ボランティアセンターや有償家事援助の事業などとの接点を増やすことは、住民の活躍の幅を広げる機会であり、他方、ハウカツにとっては二層圏域における生活支援体制づくりを前進させる大きな可能性を有していると考えられます。

3 令和7年度職員研修

令和7年度ホウカツ職員研修にて「担い手の発掘 10のヒント」をもとに、担い手の発掘方法を検討する研修を実施した（令和7年5月27日）。

この研修では、調査に協力いただいた文京区、杉並区、北区、立川市から8名の生活支援コーディネーターにも参加いただき、区内外の事例や「10のヒント」を活用した今後の取り組みについて意見交換を行った。

（１）「担い手の発掘 10のヒント」の概要説明

研修冒頭に実践事例調査の概要の説明を行った。ホウカツ千住西・保木間・一ツ家・北区の実践事例を共有しながら、「担い手の発掘 10のヒント」を紹介した。

（２）グループワークと全体発表



グループワークには、文京区、杉並区、北区、立川市の生活支援コーディネーターも参加した。参加者は48名で、9グループに分かれて行った。

「10のヒント」について感じたことや区内外の参加者の取り組みについて意見交換を行った。

また、参加者それぞれの担当エリアで今後の取り組みに活用できそうな「ヒント」を選ぶグループワークを行った。

【全体発表の例】

実態把握で趣味を聞き出す。趣味、特技を活かするとモチベーション維持につながる。

既存のものを活用するのなら取り組みやすい。まずは情報を得ることが大事。

職場内の実態把握担当者に二層の思いを伝えておく。

支援対象者の家族を地域活動につなげたい。

対応したケースを集約する中で信頼関係を築き、得意を知る。

活用できそうな「ヒント」を選ぶワークの結果、「支援対象者を活動者にする」が第1位となった。10のうち、8つのヒントがあげられたことから、グループごとにさまざまな観点から共有が行われたものと考えられる。

得票がなかったヒントは「地域住民や関係者が地域住民を誘う」「地縁（団体）の力を借りる」だった。

【活用できそうな「10のヒント」人気投票の結果】

1位 支援対象者を活動者にする 5票

2位 住民の関心や特性から、住民の力を引き出す 4票

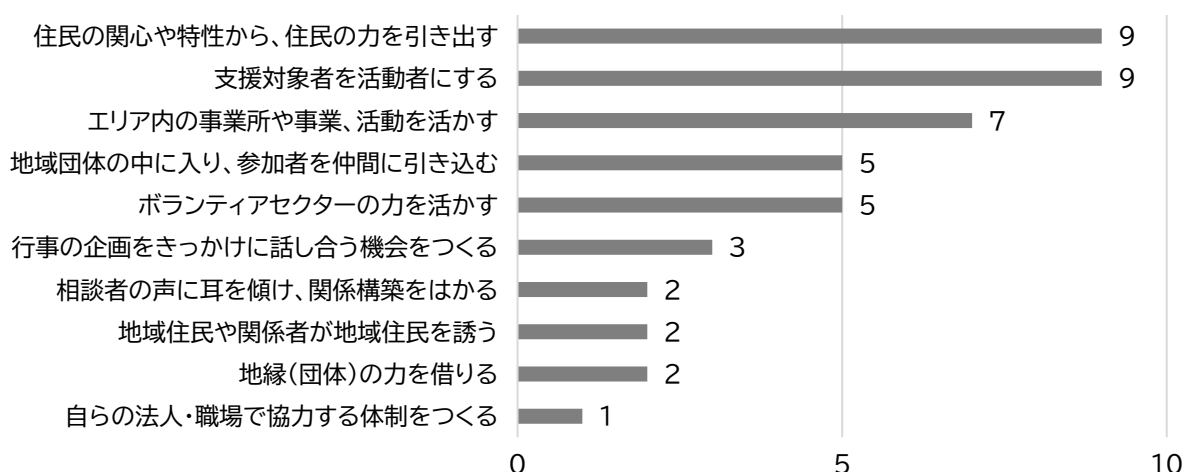
ボランティアセクターの力を活かす 4票

（３）研修後のアンケート結果（個人単位）

研修後のアンケートで「『担い手の発掘 １０のヒント』は今後の業務に活かせると思いますか」と尋ねたところ、「とても活かせる」が５７．８％、「活かせる」が４２．２％であった。

また、設問「どのヒントが一番活用できそうですか」については、グループワークの結果と同様、「住民の関心や特性から、住民の力を引き出す」「支援対象者を活動者にする」のほか、「エリア内の事業所や事業、活動を活かす」など、すべてのヒントに得票があった。

図７ アンケート結果「どのヒントが一番活用できそうですか」



自由回答では、「二層業務の中だけではなく、総合相談など様々な業務の中につながるきっかけがあると学ぶことができた」「相談者や支援者も担い手になり得るという発想は今までなかった。少し目線を変えればそのような方の発掘に繋がるのかなと思った」等の回答があった。

担い手の発掘のために生活支援体制整備事業以外の事業を活用することの気づきや、個別支援と地域支援が繋がっていること、ハウカツ業務を一体的にみることが重要であることを学ぶ機会となった。

4 追加調査の結果

令和7年度ホウカツ職員研修での「担い手の発掘 10のヒント」の共有を踏まえて、「10のヒント」を活用した実践事例調査（追加調査）を実施した。

（１）回収結果

ア 2025年度追加調査（令和7年9月～令和8年1月）

（ア）回収票 47

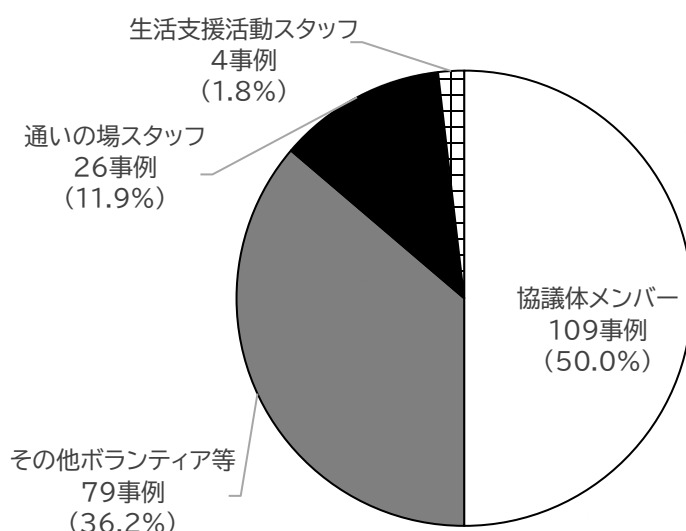
（イ）事例数 218件

（２）データ分析の結果

ア 担い手種別

「協議体メンバー」（109事例、50.0%）が最も多く、次いで「その他ボランティア等」（79事例、36.2%）であった。

図8 担い手ごとの事例数（2025年度追加調査）

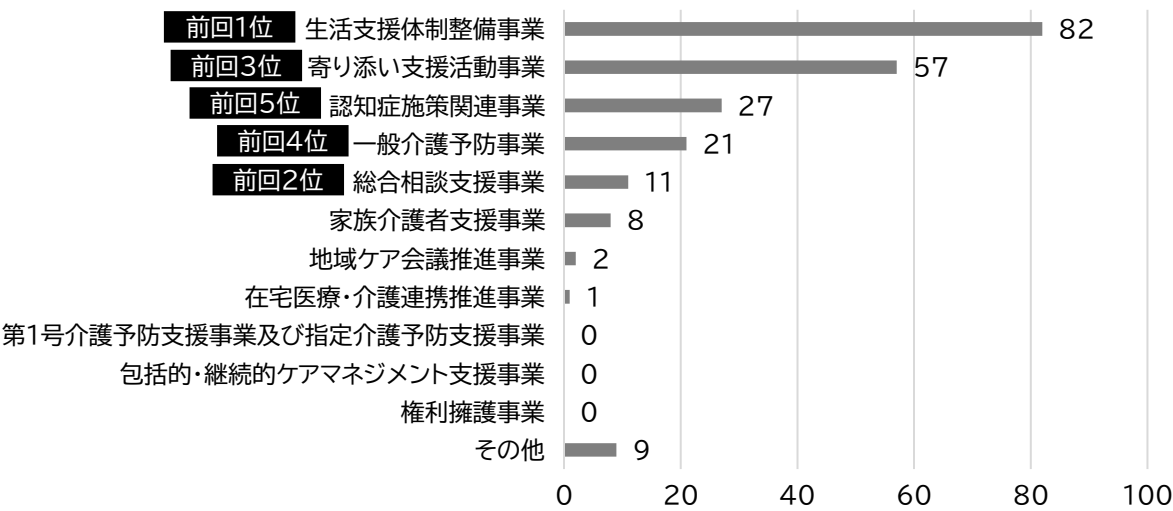


イ 事業種別

「生活支援体制整備事業」（８２事例、３７．６％）が最も多く、次いで「寄り添い支援活動」（５７事例、２６．１％）であった。

前回調査と同様、生活支援体制整備事業以外の事業（計１３６事例）で、約６割（６２．４％）の担い手発掘の取り組みが行われていた。

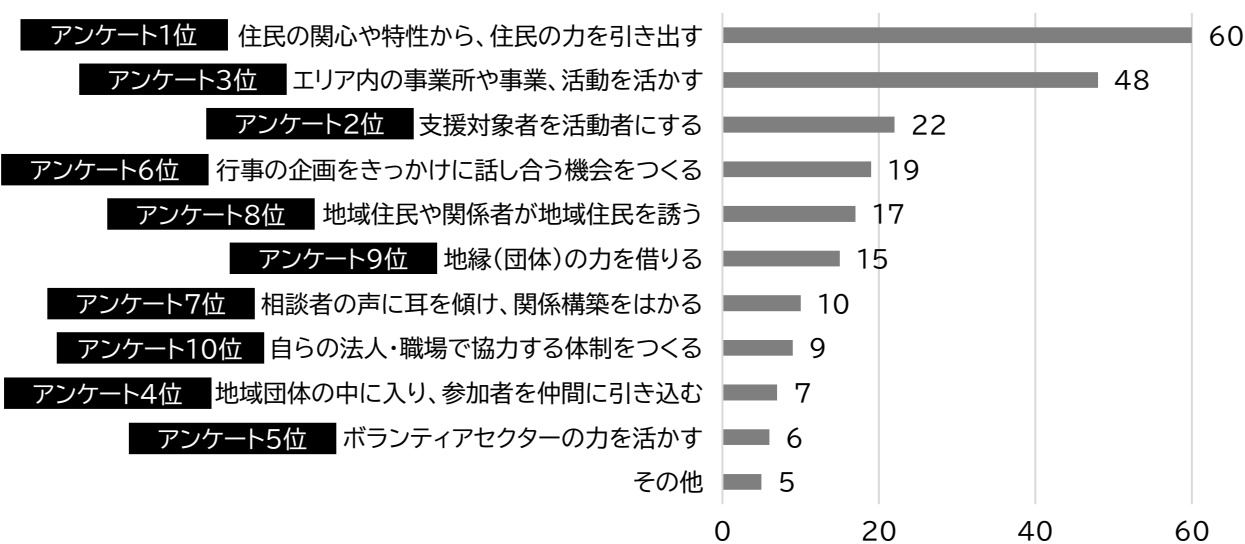
図9 事業ごとの事例数(2025年度追加調査)



ウ 活用された10のヒント

最も活用されたヒントは「住民の関心や特性から、住民の力を引き出す」（６０事例、２７．５％）、次いで「エリア内の事業所や事業、活動を活かす」（４８事例、２２．０％）であった。

図10 ヒントごとの事例数(2025年度追加調査)



活用されたヒントの上位3位

活用されたヒントの上位3位は、令和7年度職員研修時の「活用できそうなヒント」に関するアンケート結果（18ページ図7参照）の上位3位の結果と同じ（上位間での変動はあり）であった。

したがって、以下の3つのヒントは「生活支援コーディネーターが現場において活用しやすいヒントである」ということができると思われる。

1位

住民の“好き”を活かす

住民の関心や特性から、住民の力を引き出す

2位

事業所もお店も地域の仲間

エリア内の事業所や事業、活動を活かす

3位

相談者も担い手候補

支援対象者を活動者にする

様々な場面で活用できる

他方、4位以下をみると、研修時アンケート結果では下位であったヒントが逆転して入り込んでいたり、数の大小はあるものの、すべてのヒントに関する事例が寄せられた。

このことから、「10のヒント」はどのヒントが優れているということではなく、生活支援コーディネーターと住民の様々なコミュニケーションの場面に応じて活用されうるものとなっていると思われる。

5 令和8年度職員研修

令和8年度ハウカツ職員研修にて「『担い手の発掘 10のヒント』を活かした地域づくり」を実施した（令和8年5月26日）。

この研修では、杉並区と墨田区から3名の生活支援コーディネーターに参加いただき、これまでの実践事例調査の振り返りと共に、「10のヒント」を活用した実践事例調査（追加調査）の結果共有と今後の取り組みについて意見交換を行った。

（１）実践事例調査の振り返りと追加調査の事例共有

研修冒頭にこれまでの実践事例調査と抽出した「担い手の発掘 10のヒント」の概要の説明を行った。ハウカツ西綾瀬、千寿の郷、中央本町、あだち、本木関原、千住西の実践事例を共有しながら、「10のヒント」を確認した。

（２）グループワーク



グループワークでは、追加調査の実践事例を聞いた感想の共有と意見交換を実施した。

意見交換では、それぞれのエリアで今後「10のヒント」を活用して取り組みたいことを話し合った。

グループワークには、杉並区、墨田区の生活支援コーディネーターも参加。参加者は52名で、12グループに分かれて行った。

(3) 投票と全体共有



企画案を見ながら聞いてみたい企画に投票。



52名の参加者それぞれのユニークな企画案を発表。

それぞれのエリアで、取り組みたいことを企画名にし、ワークシートに書き込んでもらった。そのワークシートを白板に貼り付け、参加者全員で見ながら「聞いてみたい」ものに投票を実施。

得票が1番多かった参加者が企画の内容を発表し、次に参加者が気になる企画を指名する方法で数名の参加者が企画を発表した。

自分が「好きなこと」を企画に繋げる参加者も多く、「バンド」「歴史」を活動に組み込むアイデアや、自分の子育て経験から「育休中の親と子どもがスタッフになるカフェ」を考案する等、多世代の担い手を地域につなげるユニークな案もみられた。

(投票の結果)

【企画案】	【得票数】
「足立区初の認知症バンド」を作る	6票
「ツチノコハンターズ」“さあ、あなたも一攫千金を！”	5票
家事力向上！！ オレのうどん	5票
育休中の親と赤ちゃんがスタッフになる多世代カフェ	4票
ネコカフェ	4票

(4) アンケート結果

研修後のアンケートで、「『担い手の発掘 10のヒント』は今後の業務に活かせると思いますか」と尋ねたところ。「とても活かせる」が44.2%、「活かせる」が55.8%であった。

自由回答では、生活支援体制整備事業だけでなく、他事業でも担い手の発掘ができるという気づきや、各センターでの分業制の実態を課題と捉えて、センター全体でのアプローチの必要性を学ぶ機会となった。

(自由回答の例)

- ・「二層事業だけでなくハウカツが担う様々な業務を担い手発掘につなげていくことができると感じたから」
- ・「包括事業はすべてがつながっており、各事業で担い手と出会うチャンスがある。他の包括の取り組みを見て参考になる」
- ・「『相談者も担い手候補』のアプローチを始め、リーダー役に限定しない多様な担い手発掘の視点を学んだ。二層担当単独ではなく、全職員で取り組むべき課題であり、日頃の相談業務や実態把握訪問でも、困りごとへの対応に終始せず、住民の『関心』や『強み』に注目して関わっていく必要性を実感した」



6 まとめ

「担い手の不足／発掘」という課題

本報告書の調査課題である「担い手の不足／発掘」は、足立区において長らくの間、懸案となってきたテーマである。「担い手が高齢化している」「若い世代の担い手が必要」「スタッフ、リーダーのなり手がいない」など、さまざまな形で生活支援コーディネーター（以下、ＳＣ）の協議の場で繰り返し言及されてきた課題であった。

ただし、これは足立区に限ったことではなく、東京都が実施している生活支援コーディネーター現任者研修の参加者（現任のＳＣ）においても同様である。例えば、同研修の単元５「資源開発とソーシャルサポートネットワーク」では事前課題として「社会資源の開発にあたっていちばん感じている問題点」の回答を求めているが、令和６年度の結果を見ると、回答者の６８．７％が「担い手の不足／発掘」に関する内容をあげていた。

他方、生活支援体制整備事業の目的の第一は「地域に不足する生活支援・介護予防サービスの創出（既存の活動を地域につなげることを含む。）、生活支援・介護予防サービスの担い手（ボランティア等を含む。）の養成、元気な高齢者をはじめとする多世代の地域住民が担い手として活動する場の確保等」（※１）とされ、事業の目的が「担い手」とその担い手の「活動」に照準しているのだから、「担い手」が最大の課題とされることは至極当然のことともいえる。

こうした実態等をふまえて、令和６年度、足立区では優先して取り組むべき課題として「担い手の不足／発掘」を同定した。本報告書は「課題解決のヒントは現場の実践の蓄積にある」との見立てから、足立区内の２５のハウカツから「担い手の発掘」に関する実践事例を集め、足掛け３年の時間をかけてまとめたものである。現場のＳＣから寄せられた創意工夫による豊富な実践事例により、実用に足る有意義な知見を集約することができたものと考えている。

（※１）厚生労働省「地域支援事業実施要綱」（最終改正：令和７年７月１７日）、３９ページ）

調査結果の要点

調査結果は本文中に記したとおりであるが、ここではその要点の一部を振り返りつつ、今後の取り組みのさらなる充実に向けた視点を整理しておきたい。

10のヒントを活用する

本調査の主な成果は「10のヒント」である。現場のSCへの共有を行った職員研修のアンケートでは「とても活かせる」「活かせる」（計100%）と評価された（18ページ参照）。

「10のヒント」は、働きかけの対象を（1）個人、（2）地域団体、（3）事業所／関係機関の3つに整理し、働きかけ（取り組み）の方法として、10項目のヒントをまとめたものであるが、追加調査の結果からもうかがえるように、これらのヒントは生活支援コーディネーターと住民の様々なコミュニケーションの場面に応じて活用されうるものとなっている（21ページ参照）。

新任職員の教育への活用はもちろんのこと、ベテラン職員においても自らのアプローチを振り返り、実践をさらに充実させるための材料として活用いただきたい。

多様な受託事業を活用できる体制をつくる

本調査の結果で最も驚いたことは、収集した実践事例の約6割が生活支援支援体制整備事業以外の事業を活用した事例であったことである（6ページ参照）。足立区のハウカツは計11の事業を受託しており、生活支援体制整備事業はそのうちの1事業にすぎない。しかし、多くのハウカツでは生活支援体制整備事業以外の事業を活用して担い手の発掘につなげていた。

このことはハウカツに期待される地域包括支援ネットワークの構築という目標に即した実践が現場において行われていることを示唆している。とはいえ、高齢者の増加および単身の身寄りのない高齢者への対応等により一件ごとの個別支援に必要な時間が増加し、業務がひっ迫する中、現場では11の事業を担当者ごと、事業ごとの分業で運用するスタイルを取り入れざるを得ない状況となっていることが多いと思われる。

しかし、本調査の結果からいえば、SCを単独で業務にあたらせる体制と、ハウカツ内の多職種が協力して担い手の発掘を行う体制とでは、担い手の発掘の結果に大きな差が出ることになることが推察される。多忙な業務環境下で困難なことではあるが、各ハウカツにおいては受託事業間の連携を図る体制づくりの工夫が必要だろう。

調査結果を活用した職員研修のアンケートで「二層業務の中だけではなく、総合相談など様々な業務の中につながるきっかけがあると学ぶことができた」（18ページ）、「包括事業はすべてがつながっており、各事業で担い手と出会うチャンスがある」（24ページ参照）などの回答があったように、ハウカツの受託事業は、縦割りでなく、統合的に運用されていくことが望ましいといえる。

ボランティアセクターと連携する

本調査では、足立区外から4つの自治体に協力をいただいたが、他自治体からの回答において顕著だったのは、ボランティアセンターや有償家事援助事業と連携した事例が多かったことである。

この点は「10のヒント」の「⑩ ボランティアセクターとタッグをくむ：ボランティアセクターの力を活かす」に採用した。足立区のハウカツでは比較的少なかったこれらの事例は、古くて新しい問題をあらためて示唆するものであった。

1970年代以降、全国の市町村で設置されていったボランティアセンターは、1985年から開始された厚生省の「福祉ボランティアの町づくり事業」を経て、以後、社会福祉協議会の代表的な事業となってきた。他方、有償家事援助は、1980年前後に「住民参加型在宅福祉サービス」の名称で始められた取り組みである。足立区では1990年4月に「あいあい公社」として開設され、その後1998年4月に社会福祉協議会に移管、今日に至るまで住民参加による助け合いの事業として運営されてきた。

いずれも介護保険制度によるサービスが導入される以前には、地域の介護ニーズを支える役割を担ってきた活動・事業である。今日では「地域に不足する生活支援・介護予防サービスの創出」を図る取り組みとして生活支援体制整備事業が実施されているが、時代を遡ってみれば、ボランティアも有償家事援助も同様の期待のもとにその支援が展開されてきた側面を有していたといえる。

生活支援体制整備事業、ボランティア、有償家事援助、さらにはNPO活動に至るまで、いずれにおいても担い手はすべて地域住民である。ハウカツからみれば、ボランティアはボランティアセンターから、有償家事援助の協力会員は有償家事援助の事務所から派遣されてくるように見えるかもしれないが、それらのボランティア等は自分たちのハウカツが管轄する圏域の住民であるかもしれないのである。

任意の二層圏域に住所をもつ登録ボランティアや有償家事援助事業の協力会員が、同時にハウカツの絆のあんしん協力員であることは何ら不思議なことではない。そうであるならば、ボランティアセンターが登録ボランティアに絆のあんしん協力員制度を紹介し、ハウカツが絆のあんしん協力員に有償家事援助事業の協力会員になることをすすめても良いのではないか。

近年、足立区のボランティアセンターはハウカツのブロックごとに担当職員を配置し、有償家事援助事業では「世話人制度」を導入して、小地域・圏域ごとのニーズに応える仕組みづくりに取り組んでいる。こうした流れに乗って、今後は、住民の地域参加や地域活動を支援する他事業との連携により意識して取り組んでいくことが住民の活動ニーズの支援と生活支援体制の整備、双方にとって重要となるのではないだろうか。

住民が住民を発掘する

本調査は、S Cが取り組む「担い手の発掘」事例を収集することを目的としていたが、提出された事例の中に、住民が住民を活動の場に誘い、地域の担い手が発掘されていたケースがあった。

事例における住民は専門職としてのS Cに頼まれたり、何らかの研修を受けて活動してるわけではなかった。これらの住民には地域づくりへの意識や必要性を感じて行動している者もあったが、自分が楽しいと思う活動を他人に伝えることで結果的に担い手を発掘している者もいた。課題の解決だけでなく、楽しさや興味・関心の視点から誘っていたのである。

こうした住民の行動は、近年、孤独・孤立対策に関する施策において関心を集めている「リンクワーカー」の働きと近似している。違っているのは、イギリスのフルーム市や三重県名張市、兵庫県養父市では、リンクワーカーの研修等が行われている点である。足立区ではそうした施策は行われておらず、住民は役目として誰かを誘っているわけではない。

これらの住民の属性は、床屋やマンションの管理人など実に多様であった。住民自身が楽しんで活動していることの延長線で誘い出される担い手は、S Cにはリーチしにくい住民や、関わる機会がない住民との接点を生み出す可能性がある。

このようなことを考えると、「担い手の発掘」はS Cの取り組みとばかり考えるのではなく、楽しみながら自分の興味や関心に基づき、地域で活動している多様な住民に出会えるよう行動していくことや、住民が楽しんで活動できるよう、住民の興味や関心をもとに動機づけをサポートしていくことが間接的に「担い手の発掘」に結びついていくという支援のあり方に気づかされる。

地域づくりはS C一人ではできない。「担い手となりうる住民」と「活動の場」をつなぐ住民との接点を多く作り、また、「困りごとの解決」だけに偏らない「楽しさ」や「興味・関心」に働きかけていく視点が必要であると考えられる。

留意しておくべき事項

「担い手の発掘」は、事業のごく一部であること

本調査は「担い手の発掘」に調査目的を定めて実施したが、実はプレ調査の回答結果では、ネットワークづくりや居場所の創出といった成果と分かちがたく結びついた回答が多くみられていた。この結果を受けて、本調査の折には、回答内容を「担い手の発掘」に限り、「いつ、だれが、どこで、どのように声をかけたか」を回答いただいた。

この限定を行ったことで「担い手の発掘」のためのアプローチの実践事例の収

集が可能になったのだが、「担い手の発掘」は生活支援体制整備事業の最大の課題である一方で、事業が期待する成果のごく一部分でもある。事業の全体像からすればプレ調査で回答いただいた幅広い視点に立つ方が正解である。

したがって、今後は「10のヒント」を活用しつつ、居場所づくりや生活支援活動の支援、ネットワークづくりといった広い意味での地域づくりに焦点を移して取り組んでいくことが課題となるだろう。

Ⅰ「担い手の発掘」と、住民の主体性にもとづく活動支援

本調査では事業の特性上、「担い手の不足／発掘」をテーマとした。が、住民の主体性を支援業務の中核に据えてきたワーカーからすると、本調査の主題である「担い手の発掘」という言葉に違和感を覚える人がいるかもしれない。

「住民主体」は、1962年に策定された「社会福祉協議会基本要項」に位置づけられた「住民主体の原則」にルーツがあり、そこから住民による地域福祉活動を支援する際のワーカーの原則としても用いられてきたものである。

この立場から見たとき、生活支援体制整備事業が始まった当時、同事業が住民の活動に対して事業目標（例えば通いの場の数）を設定する施策の枠組みには強い違和感があった。なぜなら、「住民主体」はそもそも行政の施策とは一定の距離をおいた草の根の助け合いを意味する言葉だったからである。

「担い手の発掘」という言葉は、発掘する側と発掘される側を含んでいる。それは、発掘する側（行政主体）による介護予防や生活支援といった施策への動員を連想させるのである。こうした観点からすると、住民主体と生活支援体制整備事業は、その出発点からジレンマを抱えた関係にあったといえる。

しかし、実際の調査結果からみると、SCの回答は、住民の主体性にもとづいた実践を行っていたことがわかる。8、9ページに記したとおり、本調査でまとめた60のコードの第1位は「活動の幅を広げる提案を行う」（31事例、11.5%）であり、次いで「長所や特技を活かした活動を提案する」（22事例、8.1%）であった。また、「10のヒント」のいずれをみても、住民の主体性を蔑ろにするようなものではなく、住民それぞれが持っている関心を活動の機会につなぐためのアプローチか、事業者や団体、関係機関といった環境面に対するアプローチである。

したがって、重要なことは、住民の主体性と生活支援体制整備事業がある種の緊張関係にあることを認識しつつ、SCの活動が動員に陥らないよう留意して取り組んでいくことであると考えられる。近年では重層的支援体制整備事業から「参加支援」という概念が提起されている。生活支援体制整備事業もまた、住民自身の生活の質を向上させるための参加支援の一つとして推進していく必要があるだろう。

(謝辞)

調査の実施にあたり、足立区の各ホウカツには業務が多忙を極める中、2度の調査にご協力いただき、計450件の実践事例を提供いただきました。

また、文京区、杉並区、北区、立川市の生活支援コーディネーターの皆様からいただいた回答内容はたいへん刺激的なものであり、多くの気づきを得ることができました。

最後に、本調査の分析にあたっては、日本地域福祉学会第38回大会東京大会実行委員会から設立された「初めての実践研究応援企画」研究会の先生方、他の区市社会福祉協議会の皆様からたくさんの助言をいただきました。

本調査に参加し、また応援いただいた皆様に、心から感謝申し上げます。

令和7年度 生活支援体制整備事業
担い手の発掘に関する調査報告書(概要版)

発 行 足立区基幹地域包括支援センター
東京都足立区梅島2-1-20
電話 03-6807-2127
FAX 03-5681-3374

発行日 令和8年6月
