

# 和地ひとみレポート No.260

東大和元気ゆうゆうポイントがスタート

これを機に、活動に参加する人が増えることを期待



## ■東大和元気ゆうゆうポイント

…12月1日より“東大和元気ゆうゆうポイント”事業がスタートしました。東大和市はこれまでも、高齢者の健康寿命の延伸や介護予防の推進を図るため、介護予防リーダー（介護予防リーダー養成講座を受講していただき、介護予防に関する知識と技術を習得し、地域に根付いた活動を行えるボランティアの方）を中心としたサロン活動などを推進してきました。その介護予防活動の中心的なものとして、だいぶ定着してきたのが、東大和市オリジナルで作った『東大和元気ゆうゆう体操』。現在は、市内17か所で体操の普及に努める市民グループが活動しています。

…今回、スタートした“東大和元気ゆうゆうポイント”は、『東大和元気ゆうゆう体操』や、市内の高齢者サロン活動等の参加に対し、ポイントを付与することで、活動に参加するきっかけにすること、また、活動を継続する動機付けとなることを目的として導入されました。



### 【東大和元気ゆうゆう体操】

高齢者の介護予防、健康維持を目的に、市民と共に制作した体操。「体の筋力アップ」「バランス能力の向上」「お口（口腔）の機能向上」に有効なさまざまな運動が組み込まれたもの。

## ■東大和ゆうゆうポイント事業の内容は

…介護予防活動に対して、ポイントを付与する事業は、全国の多くの自治体で導入されています。東大和市の事業も、これらの他自治体の事業と概ね同じような内容となっています。

◇対象者：介護予防に取り組もうとする、市内在住のおおむね65歳以上の方。

※年齢が65歳未満の市民であって介護予防又は認知症の予防に取り組む必要があると認められる者は、対象者に含めることができる。

※介護予防活動を主催する方や主催者を補助する方も、介護予防活動に従事した場合には、対象者とすることができる。

◇対象の活動：市内でゆうゆうポイント事業に登録している団体の活動。その内容は、①東大和元気ゆうゆう体操その他の筋力向上、転倒予防等の効果が見込まれる活動又はコグニサイズ※その他の認知機能の向上が見込まれる活動を含んでいるもの。②1回の活動が20分以上であるもの。③他者との交流の要素があるもの。④参加者の受ける負荷について調整ができるもの。

※国立長寿医療研究センターが開発した運動と認知課題（計算、しりとりなど）を組み合わせた、認知症予防を目的とした取り組みの総称を表した造語。英語の cognition（認知）と exercise（運動）を組み合わせて cognicise（コグニサイズ）

### ◇ポイントの付与など：

- ①対象者は登録団体、社会福祉協議会、市役所の高齢介護課の窓口で手帳を取得。
- ②活動に1回参加するとスタンプが1つもらえる。1日に2回参加した場合は2つもらえる。
- ③30ポイント貯まったら、景品と交換可能。1年間で景品を交換できるのは3回まで＝90ポイントまで。残ったポイントは次年度に繰り越し可能。
- ④景品の交換は、指定の期間に社会福祉協議会の窓口で実施。

### ■景品は…

…東大和市の景品については、まだ、最終決定はされていませんが、現在のところ市内の商店で使える500円相当のやまとカード（ゴールカード）等を予定しているとのこと。（詳しくは、市報1月15日号で公表）また、12月1日からのスタートということで、平成29年度については、特別に10ポイントから景品とおの交換ができるとのこと。平成29年度のポイントの景品交換期間は平成30年2月1日から3月30日。また、決定した景品内容については、変更する場合もあるようです。

…前述のとおり、このような介護予防活動参加に対し、ポイントを付与する事業は多くの自治体で導入されていますが、その景品の内容は様々。景品ではなく、ポイントを換金している自治体も多くあります。ただし、その「1ポイントがいくら相当なのか」「1ポイントを付与する内容（≒参加時間）」「景品（もしくは換金）できるポイントの上限/年」も様々。例えば、神奈川県大和市の場合『1,000ポイントで¥1000に換金でき、1年の換金上限額は¥30,000』となっていたり、また、地域活性化総合特別区域として先進的な取り組みを行っている岡山県岡山市では、物品交換だけでなく、換金もでき、しかも、手続きをすれば、口座振り込みも行うとのこと。です。

### ■導入の背景は

…昨年の社会保障審議会の資料によると、要介護認定者は年々増加しており、特に要支援者の伸びが大きいそうです。これらの要支援者に対しては、介護予防として心身機能の改善を促すのみならず、社会参加を促すことが重要とのこと。しかし、過去の調査では、高齢者のうち、通いの場へ週1回以上参加している割合は全国平均で1%に満たない結果だったそうです。…また、介護予防事業は本来、市町村が実施すべき事項とされていることから、全国の市町村では地域づくりの推進（≒住民主体）を行うなどの取り組みをし、『通いの場』の数は徐々に増加しています。

（裏面に続く）

…その一方で、今後、取り組むべき課題とされているのは『介護予防に意欲をもって主体的に取り組む住民を増加させること』です。このような現状から、介護予防の取組みに参加した人へのインセンティブとしてポイントを付与することが多くの自治体で取り入れられています。

### ■三方良しとなるように…

…今年度の“東大和元気ゆうゆうポイント”事業の予算は約461万円。介護者が不足している現状や介護費用にかかる財源を考えれば、行政にとっても介護予防事業は重要なものとなっています。事業に費用をかけても、医療費や介護に係る財源を削減できるようになれば、限りのある東大和市の財源を他の事業の充実に使えるようになることも期待できます。また、なにより介護予防に取り組むことは、ご本人にとっても、そのご家族にとっても良い事です。

…今回の“東大和元気ゆうゆうポイント”のような事業の効果について、他の自治体では、実施している事業により、医療費や介護にかかる費用がどの程度削減でき

たのか等の分析しているところもあります。効果については、長期的に捉えていかなければならないと思いますが、東大和市も何かしらの分析をすべきだと思います。

…介護予防について語る際、よく使われるのが「高齢者には“きょういく”と“きょうよう”が必要」という言葉です。これは「今日、行くところがある」「今日、用事がある」ということが、心身ともに元気である秘訣だということを表した言葉。今回の“東大和元気ゆうゆうポイント”のスタートを機に、今までサロン活動などに参加していなかった方が、関心をもって、一歩を踏み出してくれればと期待します。また、景品については、前述のように自治体間に差はありますが、ポイントを貯めることは、自分の活動が目に見えるようになったという励みとし、景品は「ちょっとしたご褒美」という捉え方で良いのではないのでしょうか。何よりも大切なのは「介護を必要としない元気な状態」を維持すること、それが、ご本人にとっても何よりのインセンティブ、ご褒美だにご理解いただくような活動も、市には合わせて行ってほしいと思います。

### 募集期間と対象者を拡大…

## ちょっと苦戦…東大和市結婚支援事業

…市報などでご存知の方もいらっしゃると思いますが、東大和市では今年度「まち・ひと・しごと創生総合戦略」の一環として、結婚支援事業の実施を決定。この「まち・ひと・しごと創生総合戦略」に係る事業については、先日、レポートでお伝えしたシティープロモーション（東大和市では『ブランド・プロモーション』と呼んでいます）も含まれます。これらの事業は人口減少の抑制に向けたもので、今年度の予算は344万円です。（うち市の一般財源は半分で、そのほかは国や都からの補助金）。



…結婚支援事業については、市報やポスター、チラシなどで告知している「恋するクリスマス～今年の冬は真剣な出逢いで素敵な恋人と一緒に過ごしたい in 東大和市～」。結婚したいという気持ちがありながら、なかなか出会いの場が少ないという方を市が応援するという企画で、12月16日の午後に開催する、セミナーとお茶会に参加する独身者を募集していました。当初は11月30日応募締め切り、男女各15名の募集でしたが、11月29日時点で男性4名、女性8名の応募だったため、締め切りを12月11日まで延長。また、応募資格者についても当初、男性については「市内在住か在勤」が条件でしたが、締め切り日延長にともない、この条件も撤廃されました。（女性については当初から市内在住・在勤の条件はなし）

…東大和市の企画なので、もし、ご縁があって家庭を持つことになったカップルの方には、東大和市民として暮らしていただきたいという気持ちがある条件だと思えますが、男性が「市内在住在勤」でも、東大和で新しい家庭を持つとは限りません。結婚支援事業の先の「住みたい街にする」ことも含めて事業をすること＝本質的なことが、やはり重要になると思えます。

…それにしても、行政が行う事業は本当に幅広くなりました。「市役所の職員になりたい」と思っている人や学生も、このようなイベント企画やプロモーションをすることは、想像していないのではないのでしょうか。まして、現職員の方が入庁した時には想像していなかったことだと思います。今後、職員研修などで、意識を変えたり、知識を増やしていくのか…もしくは、今までとは違った角度で採用基準を設けていくのか…。それとも、やはりこれらを専門としている民間の業者に委託する部分を増やすのか…。どのような方法を取るにしても、税金を使って「東大和市民のために」実施する事業には、効果が求められます。

…今回の結婚支援事業は、初の取り組みですが、ぜひ、参加してくださった方のご意見などを集め、今後の事業に活用してもらいたいと思います。

市政、議会について「自然体」「ざっくばらん」にレポート。駅前配布するレポートは毎回、最新号です。

### 「私たちの身近にある市政、市議会。伝えることがスタートだと思います。」 【プロフィール】



1970年 東京都北区生まれ。父の転勤で1歳から群馬県で育つ。幼稚園からカギッ子。リーダーシップを発揮し、小学校で児童会長、中学校でも生徒会長を務める。大好きな音楽を究めようと武蔵野音楽大学に進学、卒業。卒業後は群馬の山あいの小学校で臨時教諭として担任を2年勤め、新しい試みで授業を活性化させ「元気印の先生」として保護者・生徒から親しまれた。『学校』の外の一般社会で挑戦しようとベンチャー企業の(株)シートゥーネットワーク（※スーパーマーケットを経営。店頭公開から一部上場、外資系企業に転換）に社長秘書として入社。のち店舗現場に異動、同社で初の女性店長となる。月刊誌『日経WOMAN』のベンチャー企業で活躍する女性特集で取り上げられる。その後、人材開発部長を拝命。『人を活かす』経営を学ぶため一念発起しカナダに留学。外から見た日本の将来に、漠然とした不安を感じる。帰国後は、不動産投資会社にて企画業務、税理士対応、広報、社員研修、組織活性化などに従事。2011年4月、初当選。現在2期目。顔の見える議員として、日々奮闘中。

東大和市 市議会議員  
和地 ひとみ

■ 連絡先 和地 ひとみ事務所 HP : <http://www.wachi1103.jp>  
✉ [wachi\\_hitomi@cocoa.ocn.ne.jp](mailto:wachi_hitomi@cocoa.ocn.ne.jp) 【電話・FAX】 042-516-8546  
〒207-0005 東大和市高木3-274-2-102