

**「多様な通いの場の担い手となりうる
住民層に関する調査：アンケート調査」
報 告 書**

2025（令和7）年3月

地方独立行政法人

東京都健康長寿医療センター研究所

東京都介護予防・フレイル予防推進支援センター

社会参加とヘルシーエイジング研究チーム

- 「多様な通いの場の担い手となりうる住民層に関する調査：アンケート調査」は、東京都介護予防・フレイル予防推進支援センター設置事業 評価・効果分析事業の一環として実施されたものである。

- 調査の実施にあたっては、東京都健康長寿医療センター研究部門倫理委員会の審査を受け、許可を得た（2024年6月7日 R21-027）。

調査実施体制（東京都健康長寿医療センター研究所における研究組織）

研究者名	所属・職名
藤原 佳典 (研究責任者)	東京都介護予防・フレイル予防推進支援センター センター長 ／東京都健康長寿医療センター研究所 副所長（兼務）
小林 江里香	社会参加とヘルシーエイジング研究チーム チームリーダー 大都市社会関係基盤研究 研究部長
○森 裕樹	同研究チーム 研究員
○秦 俊貴	同研究チーム 非常勤研究員
○植田 拓也	東京都介護予防・フレイル予防推進支援センター 副センター長
○中本 五鈴	同支援センター 研究員
○藤田 幸司	同支援センター 研究員
倉岡 正高	同支援センター 研究員
谷出 敦子	同支援センター 研究員
小宮山 恵美	同支援センター 非常勤研究員
大曾根 由実	同支援センター 非常勤技術員
真辺 智規	同支援センター 非常勤研究員
○松山 洸斗	同支援センター 非常勤研究員

- データ集計・報告書執筆

目 次

第1章 調査の目的と方法.....	1
第2章 回答グループの基本的特徴.....	5
第3章 グループの運営・活動支援者（担い手）の特徴.....	10
第4章 グループの活動継続のための取り組み・課題.....	24
第5章 情報収集や情報伝達の媒体・手段.....	31
第6章 まとめと結論.....	36

【資料1】通いの場のタイプと役割のクロス集計結果

【資料2】自由意見の結果

【資料3】調査票

図表一覧

図表番号	タイトル	ページ
[第1章]		
図表 1-1	地域ごとの訪問数と代表者票数	3
図表 1-2	地域ごとの担い手票・参加者票数	4
[第2章]		
図表 2-1	発足時の中心人物と組織	5
図表 2-2	グループの活動年数	6
図表 2-3	グループの活動頻度	6
図表 2-4	グループの主な活動内容	6
図表 2-5(a)	1回あたりの平均参加者数	7
図表 2-5(b)	1回あたりの平均参加者数毎の担い手数分布状況	7
図表 2-6	参加者の年齢層	8
図表 2-7	参加者の性別構成	8
図表 2-8	多様な参加者の参加状況	9
[第3章]		
図表 3-1	参加者・担い手の度数分布	10
図表 3-2(a-c)	年齢カテゴリー（タイプⅠ-Ⅲ）	11
図表 3-3(a-c)	性別（タイプⅠ-Ⅲ）	11
図表 3-4(a-c)	居住年数（タイプⅠ-Ⅲ）	12

次ページに続く

図表一覧（続き）

図表番号	タイトル	ページ
〔第3章〕		
図表 3-5(a-c)	就労状況（タイプⅠ-Ⅲ）	12
図表 3-6(a-c)	グループの活動を知ったきっかけ（タイプⅠ-Ⅲ）	13
図表 3-7(a-c)	グループに参加した理由（タイプⅠ-Ⅲ）	14
図表 3-8(a-c)	グループへの参加を継続できた理由（タイプⅠ-Ⅲ）	15
図表 3-9	グループ活動の運営やお手伝いに関わったきっかけ	16
図表 3-10(a-c)	グループの運営やお手伝いに参加した理由（タイプⅠ-Ⅲ）	17
図表 3-11(a-c)	グループの運営やお手伝いを継続できた理由（タイプⅠ-Ⅲ）	18
図表 3-12(a-c)	他の社会的な役割・所属の有無（タイプⅠ-Ⅲ）	19
図表 3-13(a-c)	地域の人からの役割期待（タイプⅠ-Ⅲ）	20
図表 3-14	グループへの愛着得点の分布状況	20
図表 3-15	精神的健康得点の分布状況	21
図表 3-16	生きがい感得点の分布状況	21
図表 3-17	孤独感得点の分布状況	22
図表 3-18(a-c)	主観的健康感（タイプⅠ-Ⅲ）	22
図表 3-19(a-c)	フレイル（タイプⅠ-Ⅲ）	23
〔第4章〕		
図表 4-1(a-c)	グループで課題と感じていること（タイプⅠ-Ⅲ）	25
図表 4-2	やりがいを感じている	26
図表 4-3	活動に対して熱意を持って取り組んでいる	26
図表 4-4	活動は体力的にきつい	27
図表 4-5	メンバーとしてグループから期待される責任が重い	27
図表 4-6	活動自体を進める上で不安や緊張を感じる	27
図表 4-7	グループ内での人間関係が難しい	28
図表 4-8	活動と家事・買い物・仕事などとの両立が難しい	28
図表 4-9	グループ運営のために今後の参加者に望む役割	29
図表 4-10	参加者が今後グループで担ってもよいと考える役割	30
〔第5章〕		
図表 5-1(a-c)	情報収集や情報伝達で利用している媒体・手段（タイプⅠ-Ⅲ）	31
図表 5-2(a-c)	情報収集や情報伝達で利用しているソーシャルメディア/アプリ等（タイプⅠ-Ⅲ）	32
図表 5-3(a-c)	地域の生活情報やイベントなどの情報収集で利用している媒体・手段（タイプⅠ-Ⅲ）	34
図表 5-4	代表者がグループメンバー同士の連絡で利用している媒体・手段	35

第 1 章 調査の目的と方法

1. はじめに

東京都健康長寿医療センター研究所東京都介護予防・フレイル予防推進支援センター（以下、支援センター）では、東京都の委託を受け、区市町村向けに、地域特性に応じた介護予防活動等を支援するための地域診断の手法や、効果的な通いの場の展開手法等を提案する事業に取り組んでいる。本取り組みの一環として、各地域の特性に応じた多様な通いの場づくりに必要な知見を得るために、通いの場に参加する住民へのアンケート調査を実施した。

2. 本調査の目的

2014 年からの一般介護予防事業施策では、「地域づくりによる介護予防」として体操・運動などの通いの場の取り組みが重点的に推進されてきた。さらに、2019 年度の『『一般介護予防事業等の推進方策に関する検討会』取りまとめ』¹⁾では、高齢者の価値観やライフスタイル、関心などに応じて参加できる多様で魅力的な取り組みに対する支援や周知の必要性が強調され、行政による通いの場の把握の範囲の拡大が明文化された。それに伴い、多くの自治体が多様な通いの場の普及・拡大に取り組んでいる。通いの場の普及・拡大には、通いの場の運営・活動を支える住民（以下、担い手）の参加が不可欠である。そして、多様な住民の参加による活動では、グループ運営で求められる役割や、担い手のバックグラウンド・関心なども異なることが予想される。多様な通いの場が推進され、自治体が把握する多様な通いの場数は増えつつあるが、担い手に関しての整理はなされていない。

本調査では、多様な通いの場の普及・拡大に向けた支援策を検討するために、グループ活動においてメンバーが担っている役割を明らかにし、さらに担い手の特徴を把握することを目的とした。

本調査では、「多様な通いの場」と「担い手」を次のように定義した。

○多様な通いの場

多様な通いの場の整理に関しては、厚生労働省が総数の把握のために、運営主体の多様性・活動場所の多様性・活動内容の多様性という 3 つの視点の組み合わせによって、さらに多様な形態があることを示している²⁾。

支援センターでは、多様な通いの場を戦略的に展開していくために、活動の主目的によって概念整理を行い、3 つのタイプ（タイプⅠ・Ⅱ・Ⅲ）に類型した³⁾。本調査では、多様な通いの場を「タイプの多様性」として定義した。

タイプの類型基準は次のとおり。

《タイプⅠ》趣味活動、他者と一緒に取り組む就労的活動、ボランティア活動の場等の「共通の生きがい・楽しみを主目的」とする。

《タイプⅡ》住民組織が運営するサロン、老人クラブ等の「交流（孤立予防）を主目的」とする。

《タイプⅢ》住民組織が運営する体操グループ活動等の「心身機能の維持・向上等を主目的」とし、活動頻度は週 1 回以上とする。

○担い手

通いの場を継続するためには、一部の住民のみが役割を担うのではなく、メンバー全員が得意を生かし、お互いに協力しながら運営を行っていくことが求められる。したがって、本調査では「担い手」を、通いの場の企画・運営を中心的に担う住民にとどまらず、活動を補助的に支援したり、不定期に参加したりするサポーター・ボランティアも含むことと定義した⁴⁾。

【参考文献】

1. 厚生労働省老健局. 「一般介護予防事業等の推進方策に関する検討会」取りまとめ. 2019.
<https://www.mhlw.go.jp/content/12300000/000576580.pdf> (2025 年 3 月 18 日アクセス可能)
2. 厚生労働省老健局. 通いの場の類型化について (Ver. 1.0). 2021.
<https://www.mhlw.go.jp/content/000814300.pdf> (2025 年 3 月 18 日アクセス可能)
3. 植田拓也, 倉岡正高, 清野諭, 他. 介護予防に資する「通いの場」の概念・類型および類型の活用方法の提案. 日本公衆衛生雑誌, 2022, 69(7), 497-504.
4. 小林江里香, 根本裕太. 通いの場の担い手としての住民参加—都市部の中高年齢者におけるニーズの分析—. 老年社会科学, 2023, 45(3), 255-63.

3. 調査の対象と方法

(1) 対象地域およびグループの選定

支援センターより、東京都（豊島区、板橋区、町田市、清瀬市）、神奈川県横浜市（横浜市全域、神奈川区、港北区）、岡山県倉敷市、大分県玖珠町の 7 の区市町村の介護予防事業関連の担当課にグループの推薦を依頼した（2024 年 8 月）。区市町村の選定には、次の 3 点を考慮した。

○多様な通いの場の箇所数が多いこと

厚生労働省「介護予防・日常生活支援総合事業（地域支援事業）の実施状況に関する調査結果」（令和 4 年度調査）の通いの場報告数において、活動内容が体操（運動）だけでなく、多様な活動内容のグループを含んでいること。

○多様な通いの場の好事例が報告されていること

○対象区市町村の人口規模が偏らないこと

次の 3 条件すべてに合致するグループを推薦の対象とした。

○住民が月に 1 回以上集まって活動

○高齢者の参加が多い（または高齢者を含む多世代の住民が参加している）

○活動の運営（企画または実施）に住民が参加している

さらに、グループの多様性を確保するため、可能な限り、各区市町村の中で 3 つのタイプが満遍なく含まれるようにすること、必要に応じて、介護予防担当以外の関係する部署や地域包括支援センター、社会福祉協議会などの関係機関にも照会してほしいことを伝えた。担

当課は、推薦するグループ名、主な活動内容（①体操運動、②会食、③茶話会、④認知症予防、⑤趣味、⑥農作業、⑦生涯学習、⑧ボランティア活動、⑨就労的活動、⑩多世代交流、⑪その他、のいずれかを選択）、タイプ分類（タイプⅠ・Ⅱ・Ⅲ）、等を記載したリストを支援センターに提出した。

（２）アンケート調査の実施

担当課を通してグループの代表者等（以下、代表者）を紹介してもらい、代表者より通いの場への訪問許可が得られた 268 グループに調査員が訪問し調査をおこなった。当日活動に参加していた全員に調査の説明を行い、調査協力の同意が得られた者に、調査票と返送用封筒を配布した。

調査票は、当日その場で全員に回答してもらう調査票（以下、全員票）、担い手に回答してもらう調査票（以下、担い手票）、参加者に回答してもらう調査票（以下、参加者票）で構成した。また、グループの活動内容や参加者人数など、グループに関する内容は、代表者 1 名に回答してもらった（以下、代表者票）。

参加者票、担い手票、代表者票は自宅で回答してもらった。調査票の返送先は調査委託会社となっており、2024 年 11 月～2025 年 1 月にかけて回収を行った。訪問した 268 グループのうち 266 グループの 2,288 名より回答を得た（有効回収率：72.5%）。代表者票に関しては、248 グループから回答を得たが、18 グループからの回答はなかった。地域ごとの配布・回収数は図表 1-1、1-2 に示した。

図表 1-1 地域ごとの訪問数と代表者票数

地域	訪問数	配布数	回収数
		代表者票	代表者票
豊島区	34	33	33
板橋区	47	45	45
町田市	25	25	24
清瀬市	21	21	19
倉敷市	65	64	59
玖珠町	22	22	22
横浜市	20	20	15
横浜市港北区	16	15	15
横浜市神奈川区	18	17	16
合計	268	262	248

※訪問数と代表者配布数が異なるのは、調査訪問時に代表者が不在であった、などの理由のため。

図表 1-2 地域ごとの担い手票・参加者票数

地域	配布数			回収数		
	担い手票	参加者票	合計	担い手票	参加者票	合計
豊島区	148	202	350	131	126	257
板橋区	222	369	591	187	239	426
町田市	131	233	364	129	133	262
清瀬市	123	136	259	76	73	149
倉敷市	323	474	797	294	312	606
玖珠町	103	84	187	103	81	184
横浜市	74	108	182	59	63	122
横浜市港北区	78	85	163	67	50	117
横浜市神奈川区	131	134	265	106	59	165
合計	1,333	1,825	3,158	1152	1,136	2,288

第2章 回答グループの基本的特徴

- 「共通の生きがい、楽しみ」を主目的とするタイプⅠの活動内容は「体操・運動」、「認知症予防」、「茶話会」を中心に多様であった。
- 通いの場のメンバーは70～80歳代が中心であり、女性が多かった。
- グループの1回あたり平均参加者数は「10～15人未満」が最も多く、毎回参加する運営やサポートに関わる人数は平均参加者数によって異なっていた。
- 認知症の方やフレイル状態の方、聴覚障がいがある方が参加しているグループは3割程度であった。

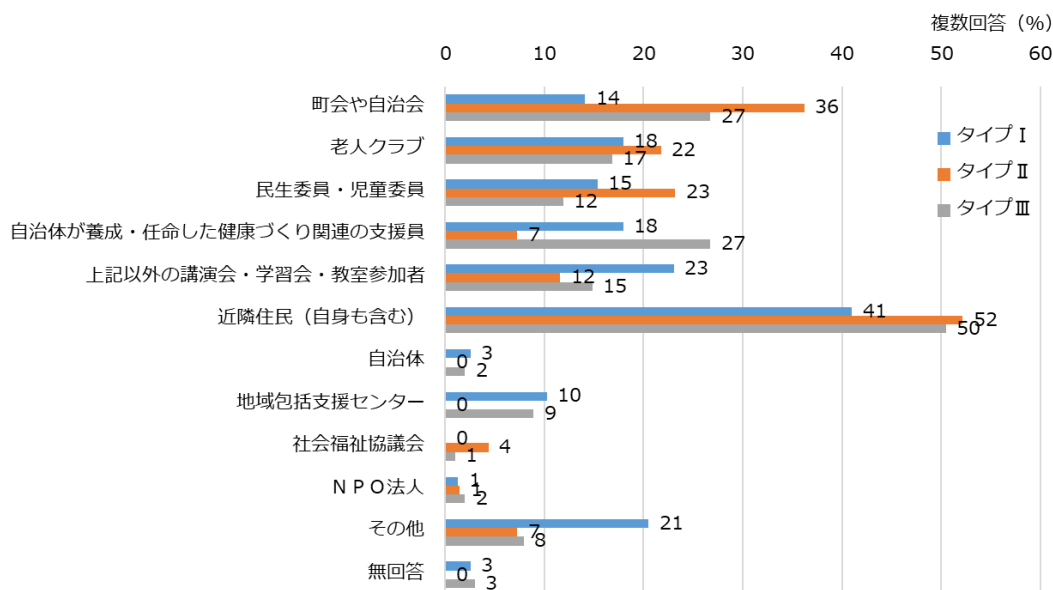
1. グループの類型

回答の得られた266グループのタイプの内訳は、タイプⅠが88グループ、タイプⅡが69グループ、タイプⅢが109グループであった。

2. グループ発足の経緯・活動年数

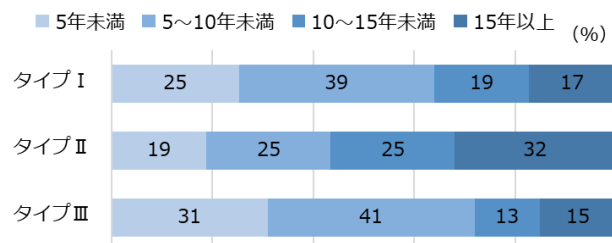
グループ発足時に中心となった人・組織では、どのタイプでも「近隣住民（自身も含む）」が4～5割と最多であった（図表2-1）。次いで、タイプⅠは「上記以外の講演会・学習会・教室参加者」23%、タイプⅡは「町会や自治会」36%、タイプⅢは「町会や自治会」27%、「自治体が養成・任命した健康づくり関連の支援員」27%と多く、タイプによる違いがみられた。「その他」の自由記述で多かった、自治体、地域包括支援センター、社会福祉協議会、NPO法人は「その他」とは別に表記した。

こうした結果から、自治体の介護予防担当が、これまで「町会や自治会」などの地縁組織や、「健康づくり関連の支援員」を中心に着実に展開してきたことが推測される。今後、多様な通いの場の立ち上げには、介護予防担当以外の生涯学習、スポーツ関連、防災部門などの講演会や教室参加者など、地縁組織にまだ属していない住民層とも共同していくことで、これまで活躍できていなかった住民の発掘が期待される。



図表2-1. 発足時の中心人物と組織

グループの活動年数は、5年以上が全体の7割を占めていた（図表2-2）。タイプ別にみると、タイプⅠ・Ⅲでは、10年未満のグループが6～7割を占めるが、タイプⅡは10年以上のグループの割合が高かった。

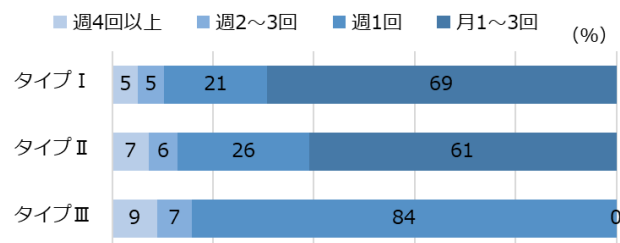


図表2-2. グループの活動年数

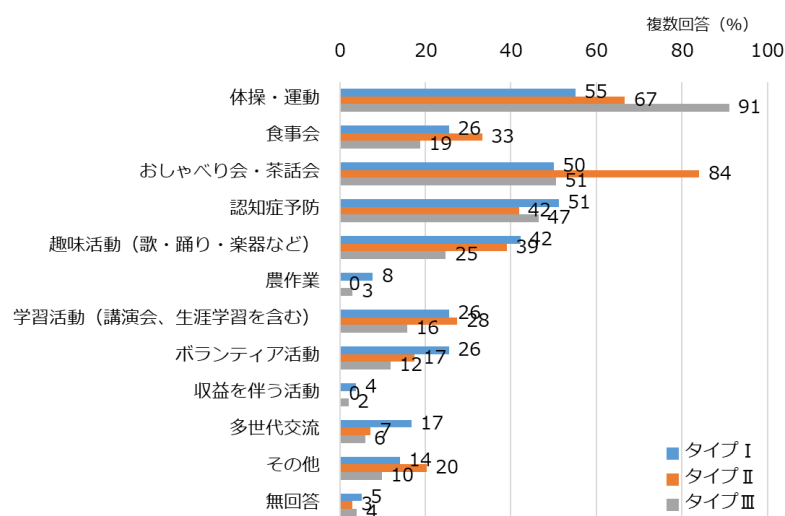
3. グループの活動頻度・活動内容

グループの活動頻度は、タイプⅢは類型時に週1回以上で定義しているため、どのグループも週1回以上であり、「週1回」が84%と最多であった（図表2-3）。タイプⅠ・Ⅱでは、「月1～3回」が6～7割を占めていた。

活動内容は、タイプⅠでは「体操・運動」55%、「認知症予防」51%、「茶話会」50%、の3つの割合が高く、タイプⅡは「茶話会」が84%と最も高く、タイプⅢは「体操・運動」の割合が91%と最も高かった（図表2-4）。



図表2-3. グループの活動頻度

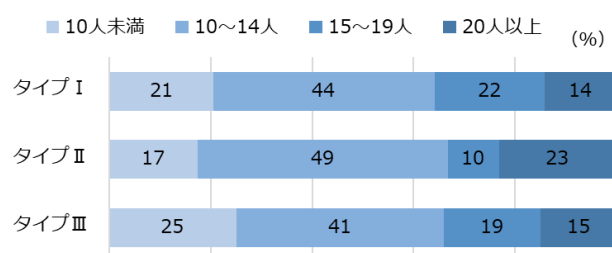


図表2-4. グループの主な活動内容

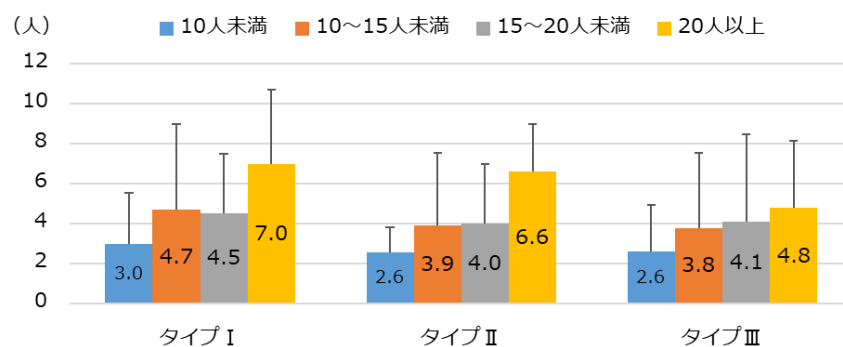
4. グループの1回あたり平均参加者数および担い手数

1回あたりの平均参加者数は、「10～14人」が4～5割であった（図表2-5 a）。タイプ別にみると、タイプⅡでは「20人以上」が23%と高い傾向があり、タイプⅢでは「10人未満」が25%と高い傾向があった。

ほぼ毎回参加する運営者・お手伝いの平均人数は、タイプⅠは4.6人、タイプⅡは4.3人、タイプⅢは3.7人であった。図表2-5(b)に、1回あたりの平均参加者数毎のほぼ毎回参加する運営者・お手伝いの平均人数の結果を示す。参加者数の構成が、毎回参加する担い手の人数に影響していた。タイプⅠではタイプⅡ・Ⅲと比べて担い手の人数が多い傾向があった。タイプⅠでは、活動内容が多様なことが、他のタイプより運営者・お手伝いの人数が多くなっていることに関連していると考えられる。



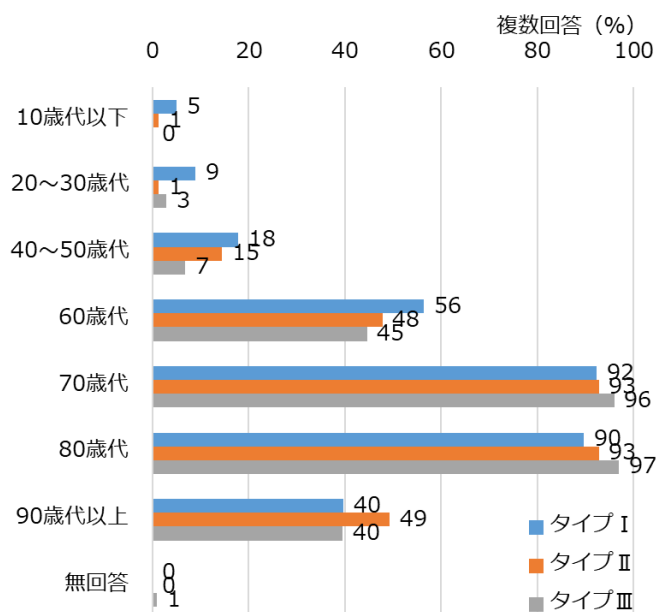
図表2-5(a). 1回あたりの平均参加者数



図表2-5(b). 1回あたりの平均参加者数毎の担い手数分布状況 ※エラーバーは標準偏差

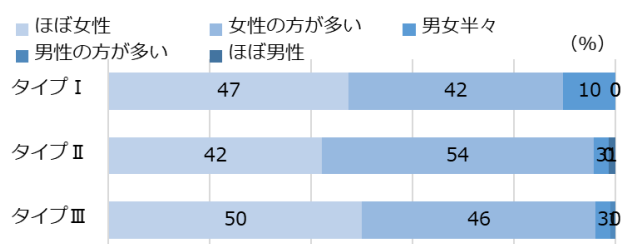
5. グループメンバーの特徴

参加者の年齢層は、9割以上のグループに、70～80歳代の者が含まれており、4～5割のグループに、90歳代以上の者が含まれていた（図表2-6）。タイプ別にみると、タイプⅠでは、50歳代以下の年齢層の参加者を含むグループの割合が5～18%あり、比較的広い年齢層が含まれていた。



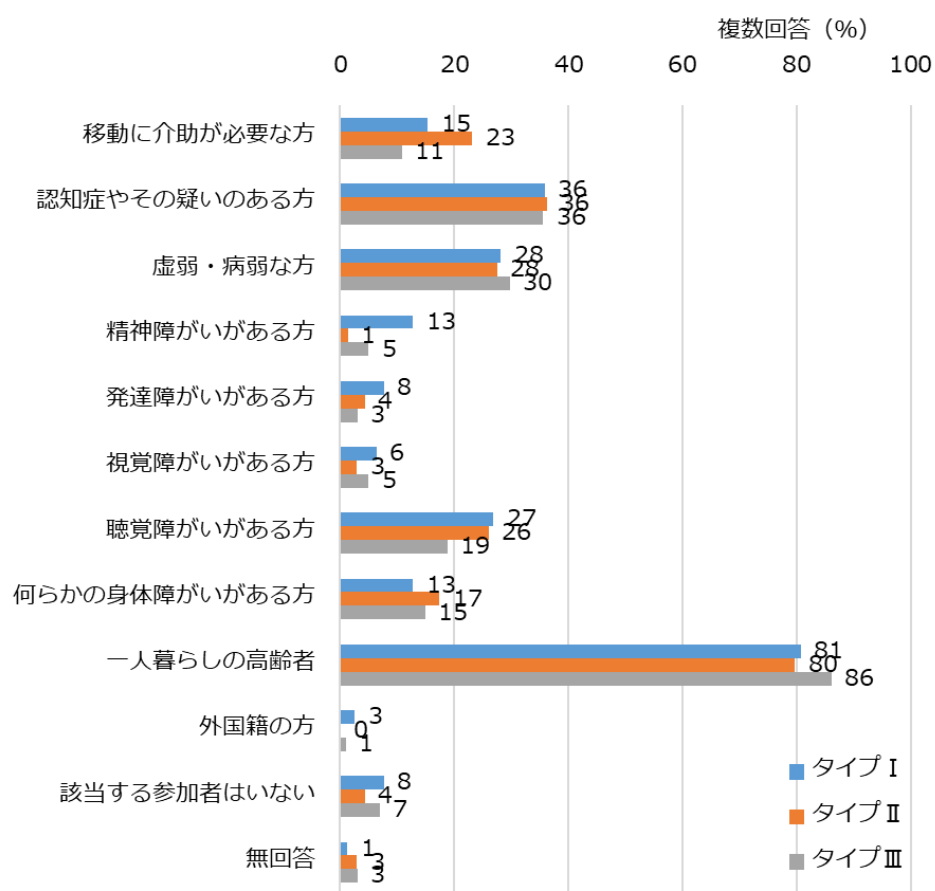
図表2-6. 参加者の年齢層

参加者の性別構成は、4～5 割のグループが、「ほぼ女性」であった（図表 2-7）。タイプ別にみると、タイプⅠでは、「男女半々」のグループが 1 割であった。



図表2-7. 参加者の性別構成

次に、グループ参加者の多様性についての結果を示す（図表 2-8）。ほとんどのグループで、参加者に「一人暮らしの高齢者」が含まれていた。また、「認知症やその疑いのある方」「虚弱・病弱な方」が参加者にいるグループは 3 割程度であった。一方で、「発達障がいがある方」「視覚障がいがある方」「外国籍の方」が参加者にいるグループは 1 割未満であった。タイプ別にみると、「聴覚障がいがある方」はタイプⅢ（19%）よりも、タイプⅠ・Ⅱ（27%、26%）で多い傾向があった。「移動に介助が必要な方」はタイプⅠ・Ⅲ（15%、11%）よりも、タイプⅡ（23%）で多い傾向があった。



図表2-8. 多様な参加者の参加状況

第3章 グループの運営・活動支援者（担い手）の特徴

- 多くのグループで中心的な担い手は、70～80歳代の女性であった。
- 担い手は、地縁組織や、趣味関係・ボランティアのグループなどにも参加していた者が多く、社会的つながりが多かった。
- 中心的な役割を担う者ほど、精神的健康が良好であった。
- 担い手になったきっかけは、代表者では自主的な関与が多く、他の担い手では自主的な関与や運営者側からの依頼が主なきっかけであった。
- 担い手が運営やお手伝いに参加する動機は、「健康維持・向上」、「友人・仲間との交流」、「自己成長」であり、運営者では「社会貢献」や「地域とのつながり」を動機とする者が多かった。
- 担い手が運営やお手伝いを継続できた主な理由は「健康」、「友人・仲間との交流」、「活動の楽しさ」、「通いやすさ」であり、参加を継続できた理由の上位と同じであった。

1. グループでの役割

全員票の問1で本人が認識している役割を把握した。そこで、「特定の役割はなく、参加する立場」と回答した者であっても、グループ活動においてどれか1つでも役割を担っていると問2で回答した者は、「参加者」ではなく「担い手」とした。

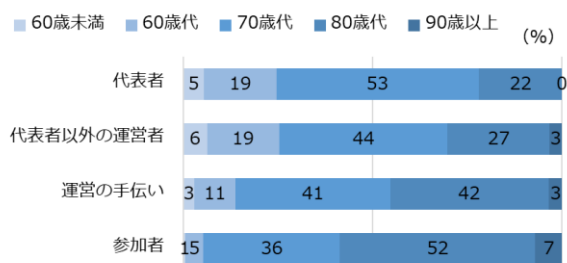
さらに「担い手」は、運営への関わり度の違いを考慮するために、「代表者」、「代表者以外の運営者」、「運営のお手伝い」の3区分とした。本調査では、「代表者」、「代表者以外の運営者」はまとめて「運営者」とした。グループでの役割は担い手が5割、参加者が5割であった（図表3-1）。

図表3-1 参加者・担い手の度数分布（上段：度数、下段：％）

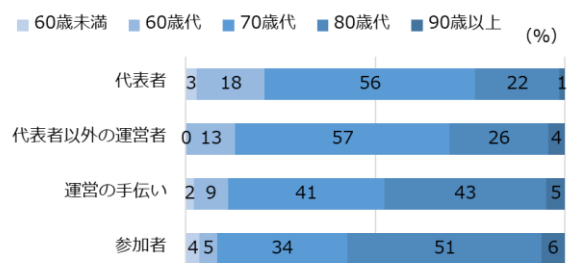
	担い手			
	運営者			参加者
	代表者	代表者以外の 運営者	運営のお手伝い	
全体	255 11.1%	231 10.1%	666 29.1%	1,136 49.7%
タイプⅠ	79 12.1%	65 10.0%	211 32.4%	296 45.5%
タイプⅡ	76 12.3%	69 11.2%	193 31.2%	280 45.3%
タイプⅢ	100 9.8%	97 9.5%	262 25.7%	560 55.0%

2. 参加者および担い手の基本属性（年齢、性別、居住歴）

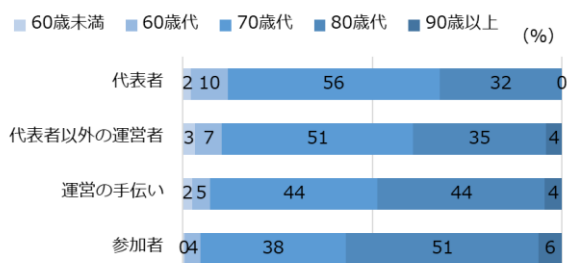
年齢においては、70～80 歳代が7～9 割を占めていた（図表 3-2 a-c）。役割での違いとしては、参加者<運営の手伝い<代表者以外の運営者<代表者の順に 60 歳代の割合が高くなり、特にタイプⅠ・Ⅱでは、代表者以外の運営者・代表者で、60 歳代以下の割合がタイプⅢよりも高かった。



図表3-2(a). 年齢カテゴリー（タイプⅠ）

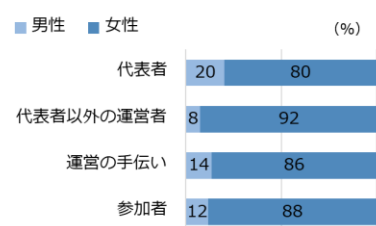


図表3-2(b). 年齢カテゴリー（タイプⅡ）

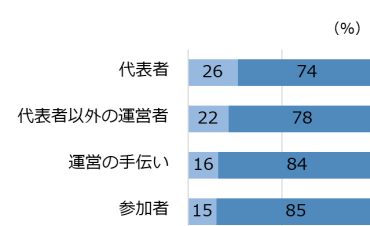


図表3-2(c). 年齢カテゴリー（タイプⅢ）

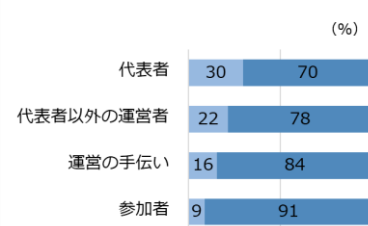
次は性別を示した図である（図表 3-3 a-c）。どのタイプでも、7 割以上が女性であったが、代表者においては、男性が2～3 割を占めた。タイプⅡ・Ⅲでは、参加者<運営の手伝い<代表者以外の運営者<代表者の順に、男性の割合が高い傾向がみられた。



図表3-3(a). 性別（タイプⅠ）



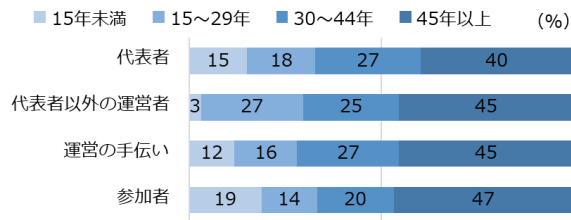
図表3-3(b). 性別（タイプⅡ）



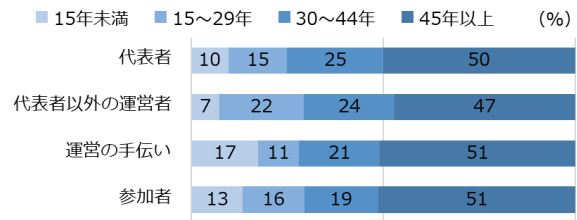
図表3-3(c). 性別（タイプⅢ）

居住年数についての結果を見ると、8 割以上が15 年以上の居住歴であった（図表 3-4 a-c）。参加者と担い手で居住年数に違いはなかった。

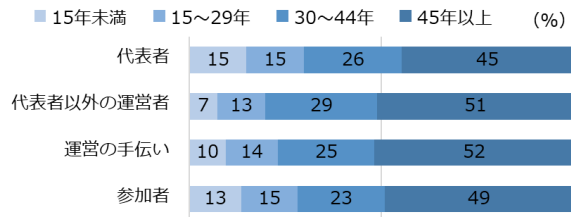
以上の結果から、中心的な担い手は、参加者と比べて 60 歳代の若い世代や男性の割合がやや高い傾向があったが、多くのグループでは 70～80 歳代の女性が担っており、年齢に関係なく担い手として活躍できることが推察された。



図表3-4(a). 居住年数（タイプI）



図表3-4(b). 居住年数（タイプII）

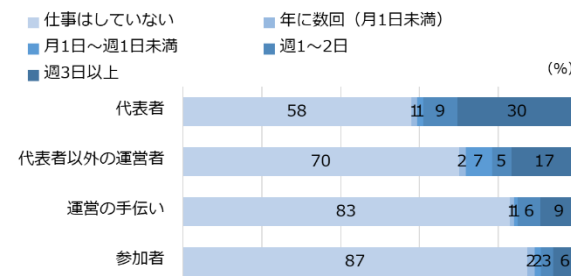


図表3-4(c). 居住年数（タイプIII）

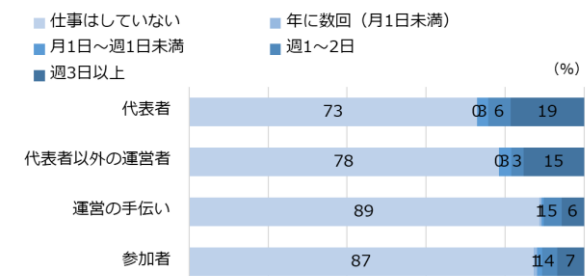
3. 就労状況

就労状況においては（図表 3-5 a-c）、代表者以外の運営者と代表者で就労している割合が高い傾向がみられた（2～4 割）。タイプによる違いとしては、タイプ I では、タイプ II・III よりも代表者で就労している割合が高かった。

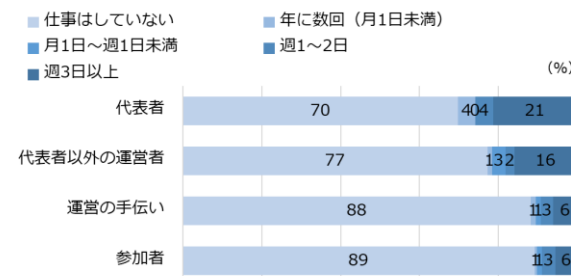
以上の結果より、就労しながら通いの場の運営を行っている者が一定数いることがわかった。



図表3-5(a). 就労状況（タイプI）



図表3-5(b). 就労状況（タイプII）



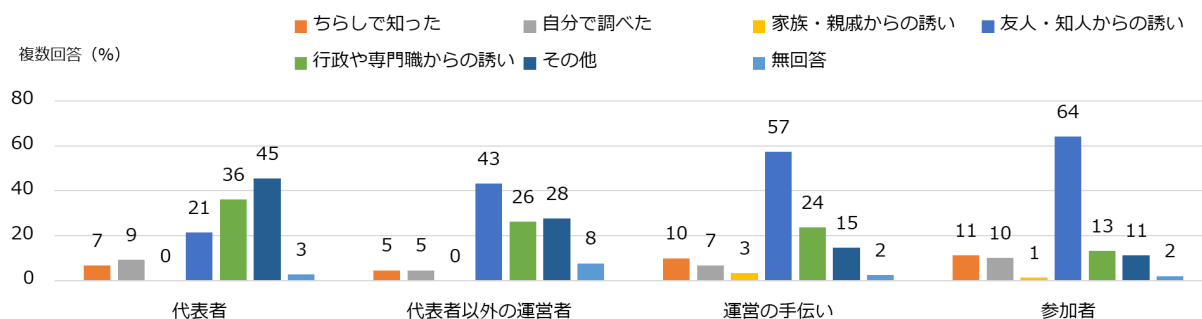
図表3-5(c). 就労状況（タイプIII）

4. グループの活動を知ったきっかけ

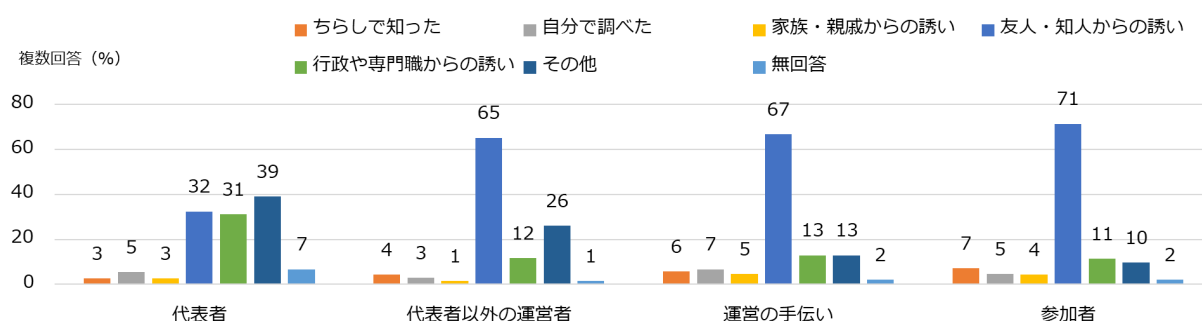
どのタイプにおいても、代表者以外では、「友人・知人からの誘い」の割合が 4～7 割と最も高かった（図表 3-6 a-c）。「行政や専門職からの誘い」がきっかけの割合は、各タイプの代表者とタイプ I の（代表者以外の）担い手で高い割合を示した。「ちらしで知った」や「自分

で調べた」は、1割前後であった。代表者においては「その他」の経路と回答した割合も高く、そのうち51件は、「自分が立ち上げメンバーである」という回答であった。

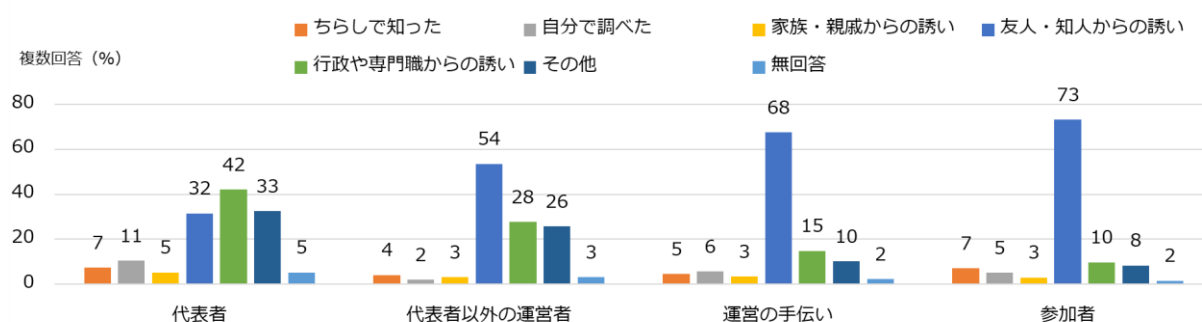
以上の結果から、グループの活動を知る主なきっかけは、役割を問わず「友人・知人からの誘い」であり、「行政や専門職からの誘い」の経路も一定数存在した。



図表3-6(a). グループの活動を知ったきっかけ (タイプⅠ)



図表3-6(b). グループの活動を知ったきっかけ (タイプⅡ)



図表3-6(c). グループの活動を知ったきっかけ (タイプⅢ)

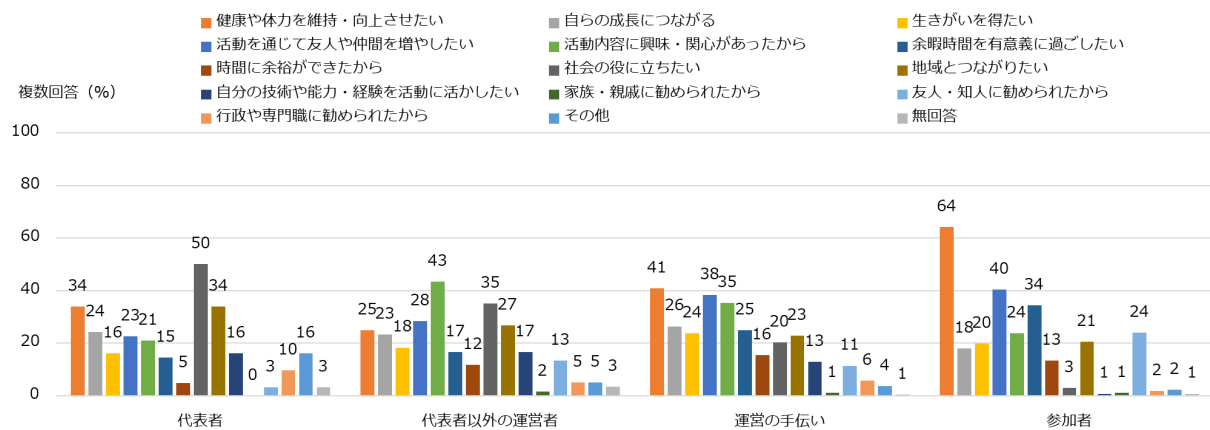
5. グループに参加した理由

グループに参加した理由を最大3つ選択してもらった結果を示す(図表3-7 a-c)。どのタイプにおいても、参加者では「健康や体力を維持・向上させたい」の割合が高く、タイプⅢでは参加者から代表者まで全役割においてこの理由の割合が最も高かった(74~87%)。全体として「活動を通じて友人や仲間を増やしたい」は3~4割、「地域とつながりたい」は2~3割で、タイプⅡでは他のタイプより「地域とつながりたい」の割合が高い傾向があった。

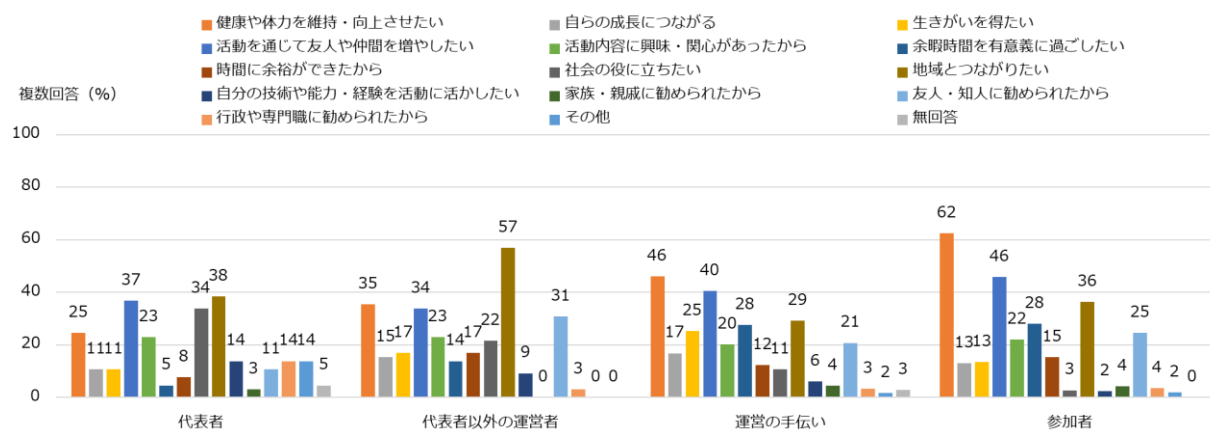
どのタイプの代表者においても、他の役割と比べて「社会の役に立ちたい」という割合が高く、タイプⅠでは50%、タイプⅡでは34%、タイプⅢでは24%であった。

「自らの成長につながる」「生きがいを得たい」「余暇時間を有意義に過ごしたい」などの理由は、全体的に1～3割だった。一方で、「家族・親戚に勧められたから」「友人・知人に勧められたから」「行政や専門職に勧められたから」などの外部からの勧めによる参加理由全体的に割合が低い傾向がみられた。

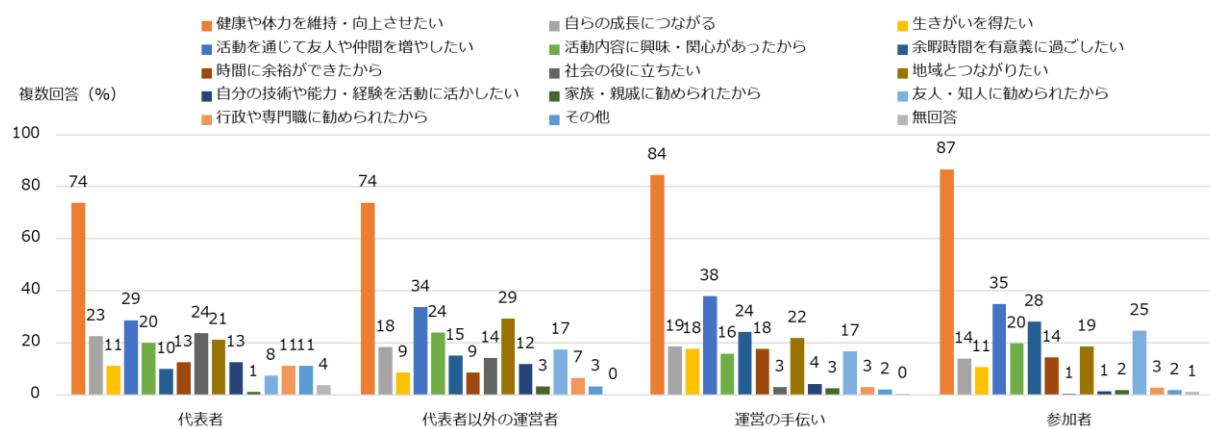
以上の結果から、グループに参加する主な理由は、タイプや役割によって共通するものが多かったが、代表者では「社会の役に立ちたい」という割合が高く、タイプⅢでは役割に関わらず「健康や体力を維持・向上させたい」の割合が高かった。参加を呼びかける声掛けの際に、住民に届く言葉選びとして参考になる結果であった。



図表3-7(a). グループに参加した理由 (タイプⅠ)



図表3-7(b). グループに参加した理由 (タイプⅡ)

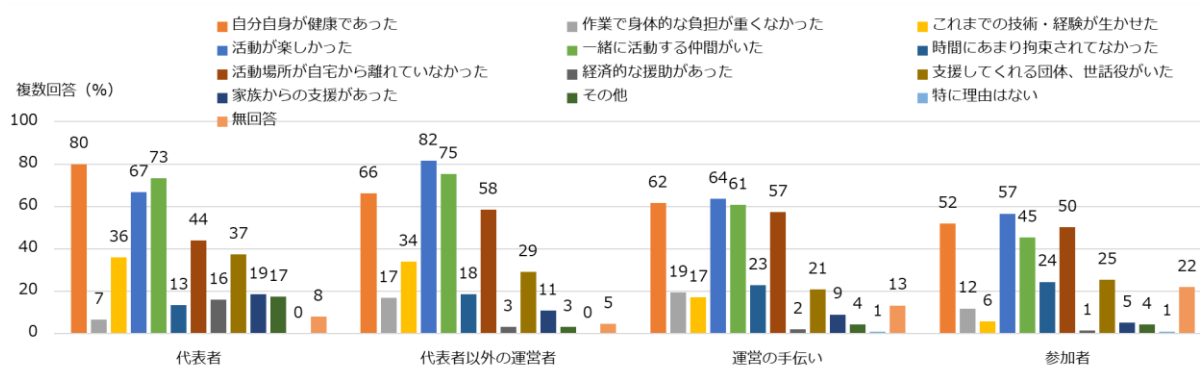


図表3-7(c). グループに参加した理由 (タイプⅢ)

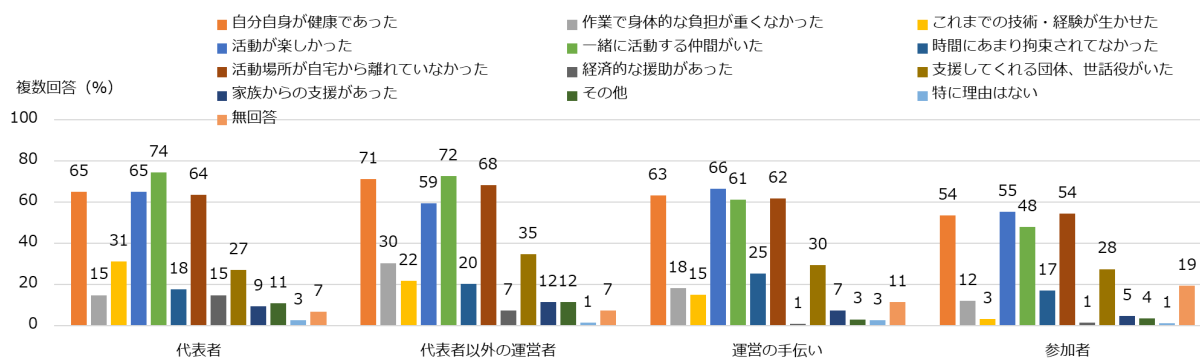
6. グループへの参加を継続できた理由

次に、グループへの参加を継続できた理由についての結果を示す（図表3-8 a-c）。どのタイプにおいても、役割に関係なく、「自分自身が健康であった」「活動が楽しかった」「一緒に活動する仲間がいた」「活動場所が自宅から離れていなかった」の割合が高かった。「自分自身が健康であった」は、参加者では5割程度であったが、担い手では6～8割とより高かった。また、「支援してくれる団体、世話役がいた」は全体的に3割前後で、代表者層で比較的高い割合となった。「これまでの技術・経験が生かせた」は、代表者および代表者以外の運営者で2～3割と他の役割と比べて高い割合であった。

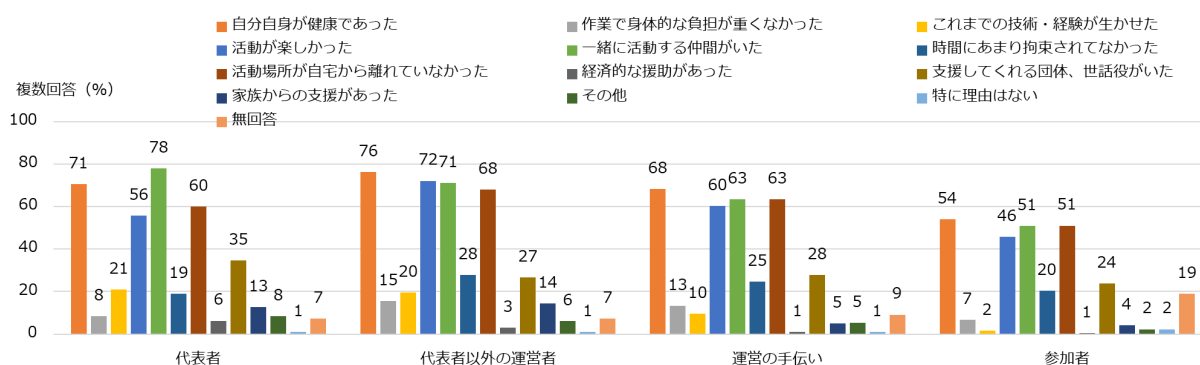
以上の結果から、グループへの参加を継続するためには、通いやすさという立地や、活動内容への充実感とともに、健康を維持することが必要であることが分かった。一方で、参加者では担い手より「自分自身が健康であった」という割合が低かったことから、健康に不安を抱える者でも参加者という立場であれば継続できていることが推測される。



図表3-8(a). グループへの参加を継続できた理由（タイプⅠ）



図表3-8(b). グループへの参加を継続できた理由（タイプⅡ）

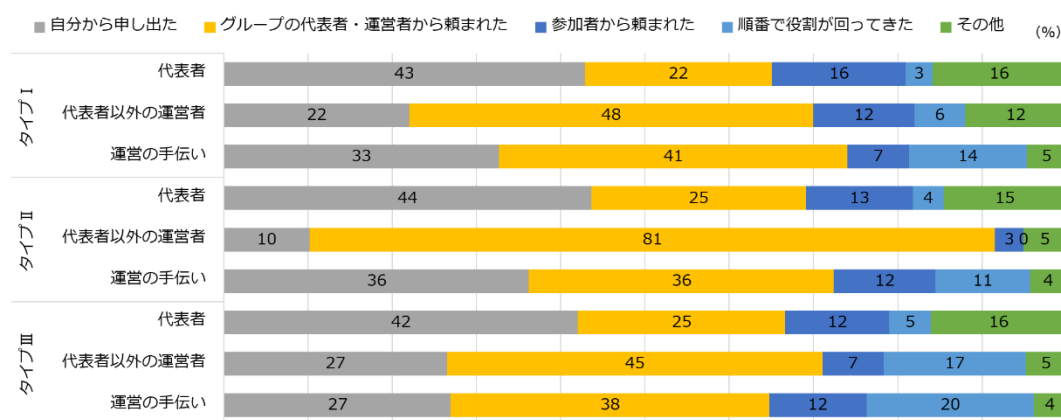


図表3-8(c). グループへの参加を継続できた理由（タイプⅢ）

7. グループ活動の運営やお手伝いに関わったきっかけ

グループ活動の運営やお手伝いにかかわったきっかけについての結果を示す（図表 3-9）。代表者では、「自分から申し出た」の割合が最も高く、他の担い手では「グループの代表者・運営者から頼まれた」の割合が最も高かった。「順番で役割が回ってきた」に関しては、代表者では 3～5%と低かったが、すべてのタイプにおいて運営の手伝いでやや割合が高く（11～20%）、タイプⅢでは代表者以外の運営者でも高い傾向がみられた（17%）。

以上の結果から、代表者では自主的な関与が多く、他の担い手では自主的な関与や運営者側からの依頼が担い手となる主なきっかけとなっていることが分かった。タイプⅢにおいては、代表者以外の担い手では、順番で役割を担っている者も一定数おり、グループ内で事前に相談し順番に役割を担うことは、他のタイプのグループにおいても一部の担い手に負担が集中することを予防することにつながり得ることが示唆された。

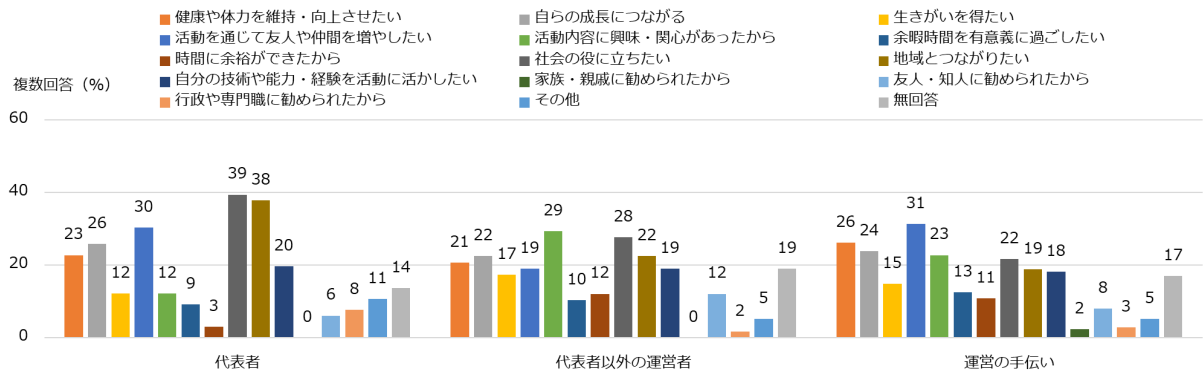


図表3-9. グループ活動の運営やお手伝いに関わったきっかけ

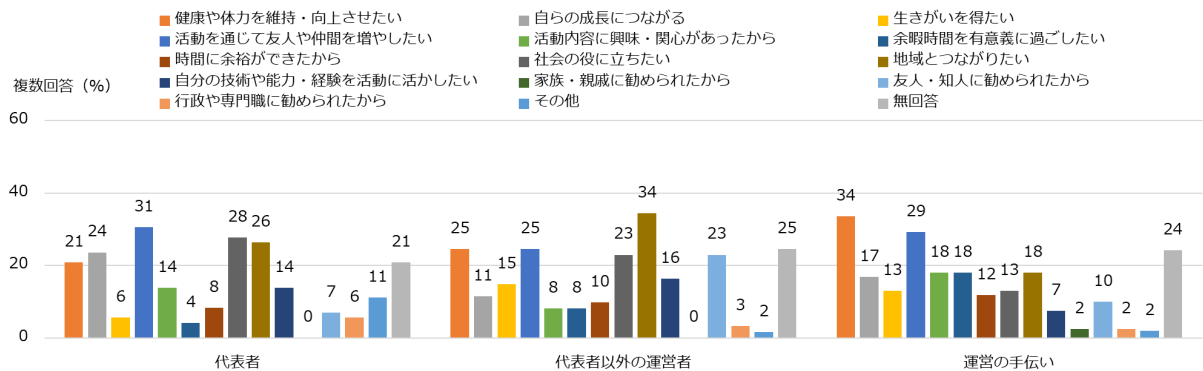
8. グループ活動の運営やお手伝いに参加した理由

グループ活動の運営やお手伝いに参加した理由についての結果を示す（図表 3-10 a-c）。全体的に多かった理由は「健康や体力を維持・向上させたい」であり、特にタイプⅢの担い手で高い割合を示した（5割前後）。次いで「活動を通じて友人や仲間を増やしたい」「地域とつながりたい」「自らの成長につながる」が2～3割を占めていた。「社会の役に立ちたい」の割合は、タイプⅠ・Ⅱでは代表者および代表者以外の運営者で高い傾向がみられた（2～4割）。

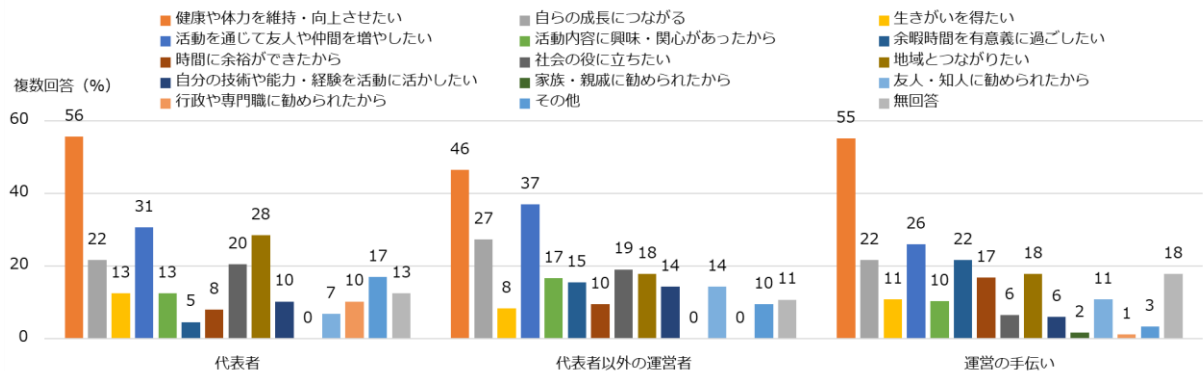
以上の結果から、グループの運営やお手伝いに参加する主な理由は「健康維持・向上」「友人・仲間との交流」「自己成長」であり、特に代表者層では「社会貢献」「地域とつながりたい」を理由とする者が多いことが分かった。タイプⅢでは、他のタイプよりも「健康維持」を理由とする者が顕著に多く、グループの主目的「心身機能の維持・向上」と担い手の認識が合致していた。



図表3-10(a). グループの運営やお手伝いに参加した理由 (タイプⅠ)



図表3-10(b). グループの運営やお手伝いに参加した理由 (タイプⅡ)

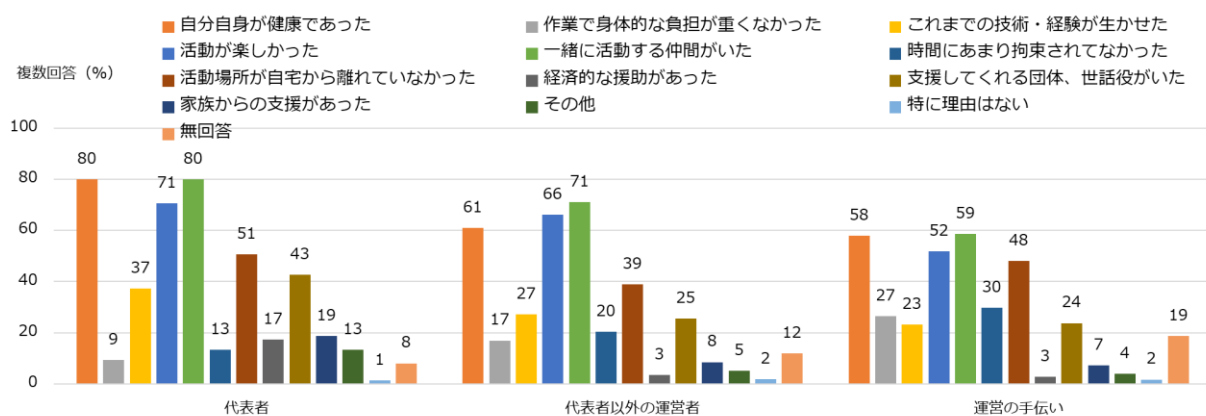


図表3-10(c). グループの運営やお手伝いに参加した理由 (タイプⅢ)

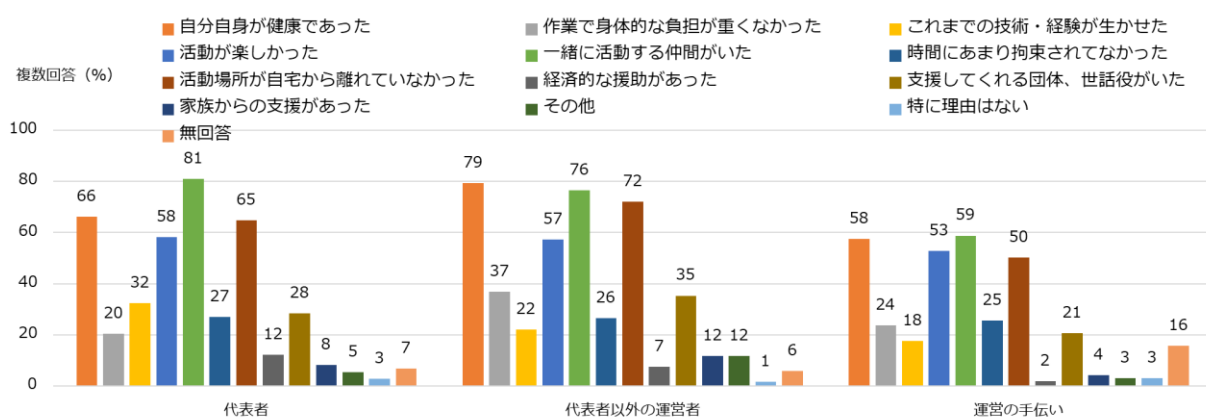
9. グループの運営やお手伝いを継続できた理由

グループの運営やお手伝いを継続できた理由についての結果を示す(図表3-11 a-c)。最も多かった理由は「自分自身が健康であった」「一緒に活動する仲間がいた」で、全てのタイプ、役割において6～8割を占めていた。次いで、「活動が楽しかった」(5～7割)、「活動場所が自宅から離れていなかった」(4～7割)が高い割合であった。タイプによる傾向の違いは見られなかった。

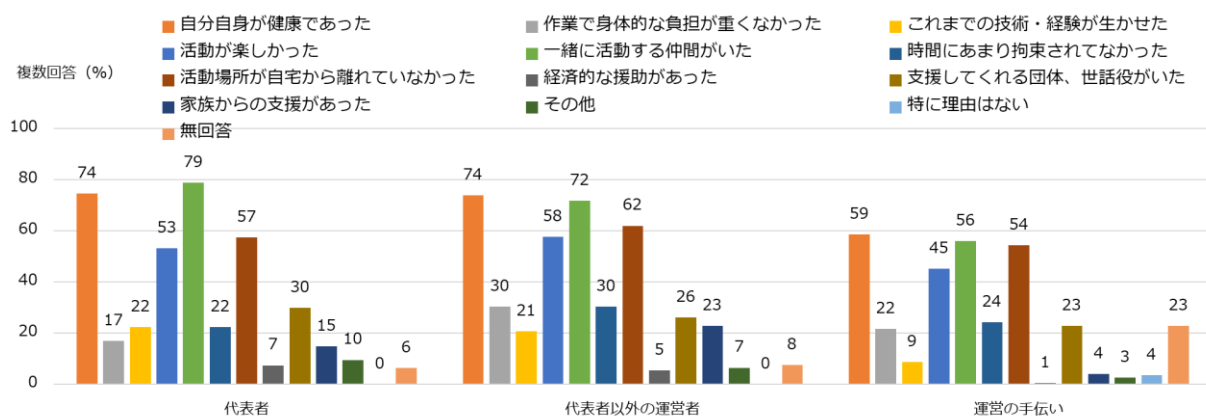
以上の結果から、グループの運営やお手伝いを継続できた主な理由は、「健康」「仲間の存在」「活動の楽しさ」「通いやすさ」であることが分かった。また、これらの上位理由は、参加を継続できた理由と同じであることも分かった。このことから、参加が継続できたことが担い手の継続につながっていることが推察できた。



図表3-11(a). グループの運営やお手伝いを継続できた理由 (タイプⅠ)



図表3-11(b). グループの運営やお手伝いを継続できた理由 (タイプⅡ)

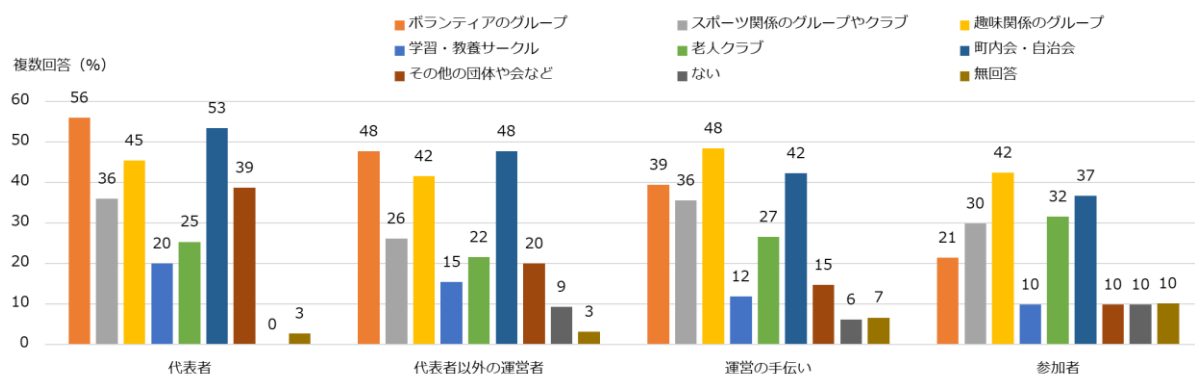


図表3-11(c). グループの運営やお手伝いを継続できた理由 (タイプⅢ)

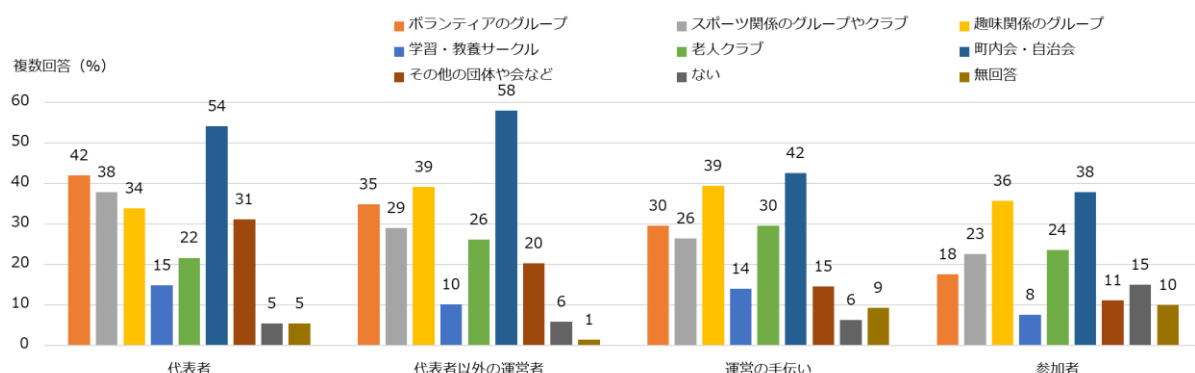
10. 他の社会的な役割・所属の有無

過去 10 年間の他の社会的な役割や所属についての結果を示す (図表 3-12 a-c)。最も多かったのは町内会・自治会であり、参加者<運営の手伝い<代表者以外の運営者・代表者の順に所属していた割合が高くなる傾向があり、代表者では約半数を占めた。次いで趣味関係のグループの所属率が高く、特にタイプⅠでは、役割を問わず高い割合であった (42~48%)。ボランティアグループに関しては、タイプⅠで他のタイプに比べて割合が高かった。どの団体にも所属していなかったと回答した割合は全体的に低く、特に代表者層では低かった (0~5%)。

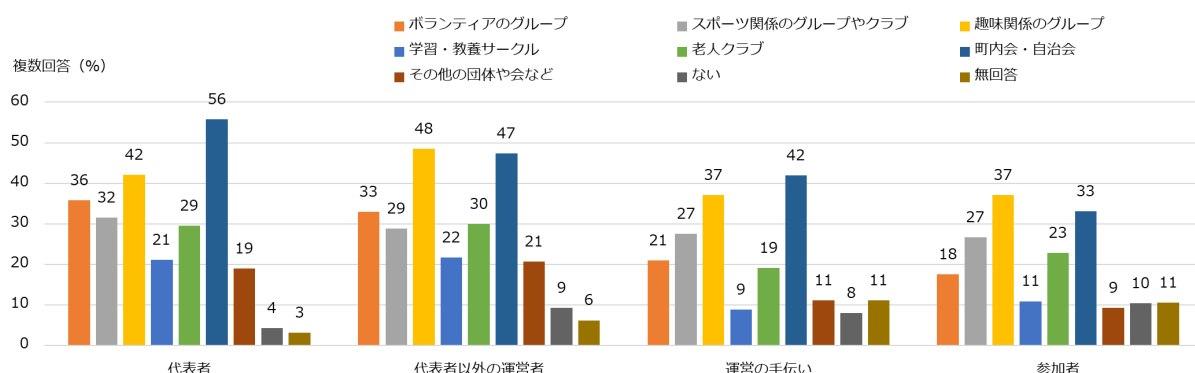
これらの結果から、担い手は町内会・自治会、趣味関係のグループ、ボランティアのグループなどにも参加していた者が多く、通いの場以外の場所でも社会的なつながりを持っている人が多いことがうかがえた。



図表3-12(a). 他(の)社会的な役割・所属の有無 (タイプⅠ)



図表3-12(b). 他(の)社会的な役割・所属の有無 (タイプⅡ)

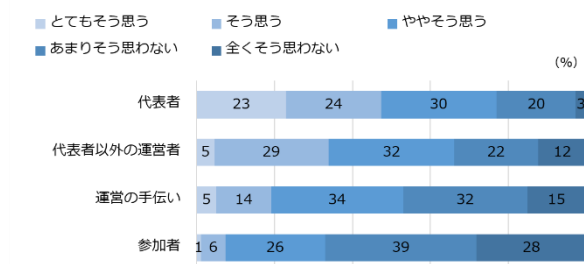


図表3-12(c). 他(の)社会的な役割・所属の有無 (タイプⅢ)

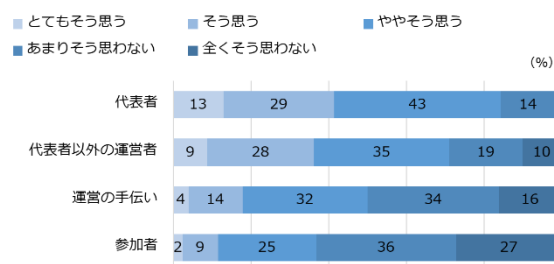
11. 地域の人からの役割期待

地域の人からの役割期待についての結果を示す(図表 3-13 a-c)。タイプ毎での傾向の違いはなかった。参加者<運営の手伝い<代表者以外の運営者<代表者の順に、地域の人から役割を期待されていると感じている者の割合が高くなる傾向があった。代表者では、8割程度の者が役割期待を感じていた。

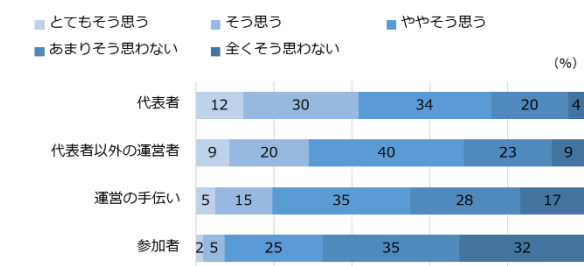
以上の結果から、通いの場で担い手として活躍することが、地域の人からの役割期待を感じることにつながっていることが推察された。



図表3-13(a). 地域の人からの役割期待 (タイプⅠ)



図表3-13(b). 地域の人からの役割期待 (タイプⅡ)

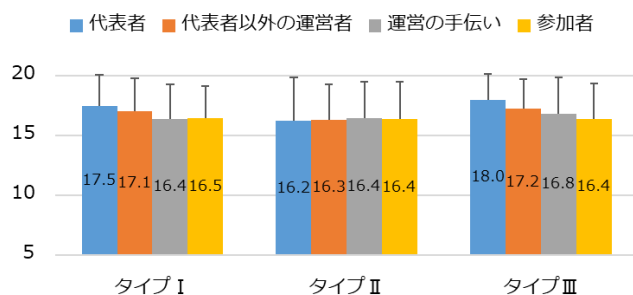


図表3-13(c). 地域の人からの役割期待 (タイプⅢ)

12. グループへの愛着

グループへの愛着を測定するために、通いの場と同じくフォーマルな集団ではない大学サークルを対象に改変されたサークル集団における組織コミットメント尺度の下位尺度の1つ情緒的コミットメント(4項目)を用いた。グループ活動と人間関係の満足度がともに、情緒的コミットメント、つまりグループへの愛着を生むことにつながるとされている。得点が高いほど愛着が強いことを示す(5~20点)。全体的に、平均得点は16~18の範囲内で、大きな差はみられなかった(図表3-14)。

以上の結果より、タイプや役割に関係なく、グループへの愛着を持っていることがわかった。



図表3-14. グループへの愛着得点の分布状況

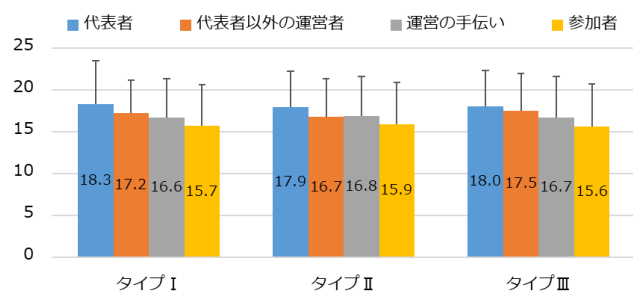
※エラーバーは標準偏差

13. 精神的健康

WHO-5 (The World Health Organization-Five Well-Being Index) は、精神的健康状態を評価するための指標であり、0~25点の範囲で得点が算出される。得点が高いほど精神的健康状態が良好であることを示し、低い場合にはメンタルヘルスの課題を抱えている可能性があると考えられる。図表3-15に、WHO-5の平均得点を示した。どの役割でも平均値は16~18点の範囲にあり、精神的健康状態は概ね良好な傾向がみられた。特に代表者層では、いずれのタイ

プでも 18 点と最も高い値を示しており、おおむね参加者<運営の手伝い<代表者以外の運営者・代表者の順に、精神的健康の得点が高い傾向がみられた。

これらの結果から、役割を中心的に担うほど精神的健康状態が良い傾向はあるが、参加者を含め全体として大きな差はなく、グループ活動に参加している人は安定した精神的健康状態を維持していることが分かった。



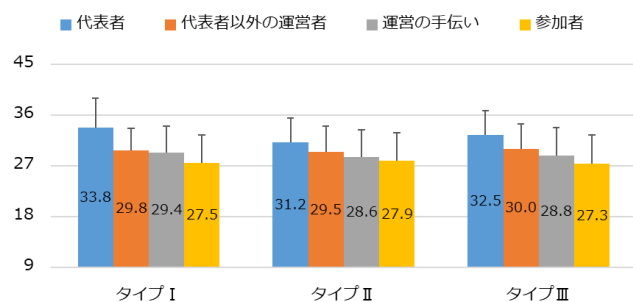
図表3-15. 精神的健康得点の分布状況

※エラーバーは標準偏差

14. 生きがい感

生きがい意識尺度[Iki-gai-9]は、9～45 点の範囲で測定され、点数が高いほど生きがいを感じていることを示す指標である。図表 3-16 に、生きがい感の平均得点を示した。全体的に 27～34 点の範囲で、グループ活動に関わる人々の生きがい感は比較的高い傾向が見られた。

これらの結果から、精神的健康と同様に、参加者<運営の手伝い<代表者以外の運営者<代表者の順に、生きがい感が高い傾向がみられた。



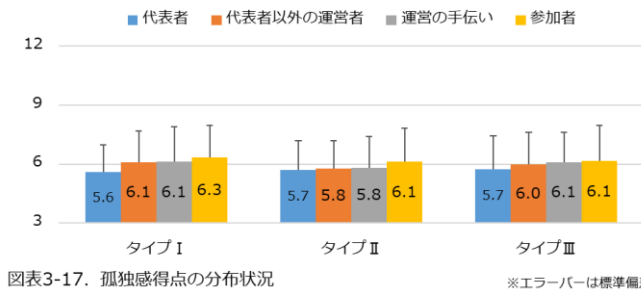
図表3-16. 生きがい感得点の分布状況

※エラーバーは標準偏差

15. 孤独感

孤独感について、短縮版 UCLA 孤独感尺度（第 3 版）を用いて測定した。短縮版 UCLA 孤独感尺度は、孤独感を主観的に評価するために開発された心理尺度であり、短縮版は 3 項目から構成される。各項目に「決してない」（1 点）から「よくある」（4 点）で回答し、合計点を算出、点数が高いほど、孤独感が強い（範囲：3～12 点）。図表 3-17 に、孤独感の平均得点を示した。参加者で平均 6.1～6.3 点、代表者で平均 5.6～5.7 点と大きな差は見られなかったが、参加者より代表者で低い傾向が見られた。

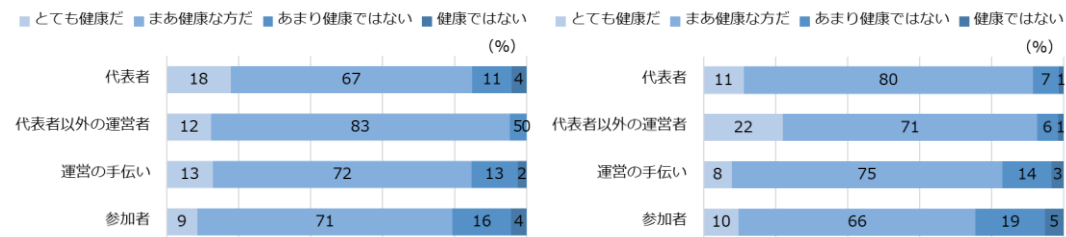
これらの結果から、参加者と比べると代表者は、孤独感がより低い傾向にあることが分かった。



16. 主観的健康感

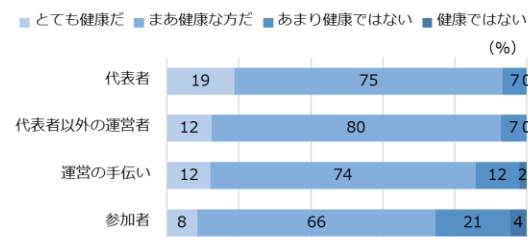
自身の健康状態をどのように認識しているか（主観的健康感）についての結果を示す（図表 3-18）。「あなたはふだんご自分で健康だと思いますか」との質問に、「とても健康だ」「まあ健康な方だ」と回答した健康である者の割合が 8 割程度であり、どのグループにおいても参加者よりも担い手の方が、主観的健康感が良好な割合が高かった。

これらの結果から、グループを問わず、参加者よりも担い手の方が主観的に健康である者が多いことが分かった。



図表3-18(a). 主観的健康感 (タイプⅠ)

図表3-18(b). 主観的健康感 (タイプⅡ)



図表3-18(c). 主観的健康感 (タイプⅢ)

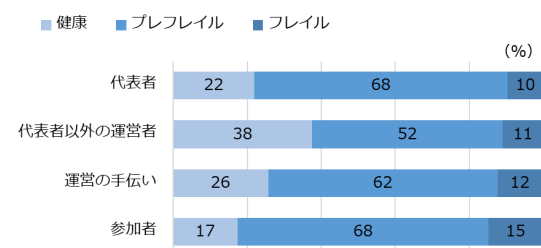
17. フレイル

簡易フレイル・インデックスは、5 項目（体重減少、歩行速度、運動、記憶、疲労感）でフレイルのリスクを判定するツールである。5 点満点で、0 点が健康、1～2 点がプレフレイル、3 点以上がフレイルと判定される。プレフレイルとは、フレイルに至らない前段階を指す。

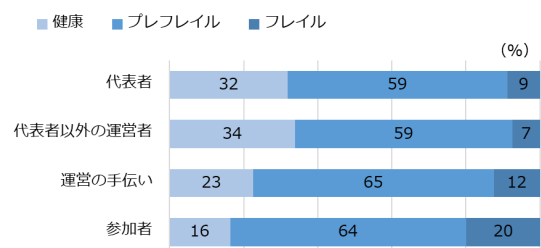
図表 3-19 に、フレイル度の結果を示した。全体として、プレフレイルに該当する割合が約 6～7 割と最も高く、フレイルに該当する者も 1～2 割程度いた。

フレイルに該当する者の割合にはタイプ毎に異なる傾向がみられた。タイプⅠでは、参加者<運営の手伝い<代表者以外の運営者<代表者の順に、フレイルの割合が低くなる傾向がみられた。タイプⅡでは、タイプⅠと類似の傾向であったが、代表者以外の運営者と代表者

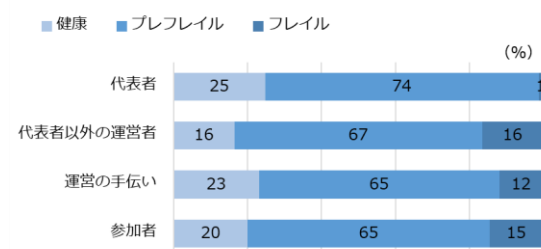
では逆の傾向がみられた。タイプⅢにおいては、参加者と代表者以外の担い手では違いがみられず、代表者のみで 1%と低い割合であった。



図表3-19(a). フレイル（タイプⅠ）



図表3-19(b). フレイル（タイプⅡ）



図表3-19(c). フレイル（タイプⅢ）

第4章 グループの活動継続のための取り組み・課題

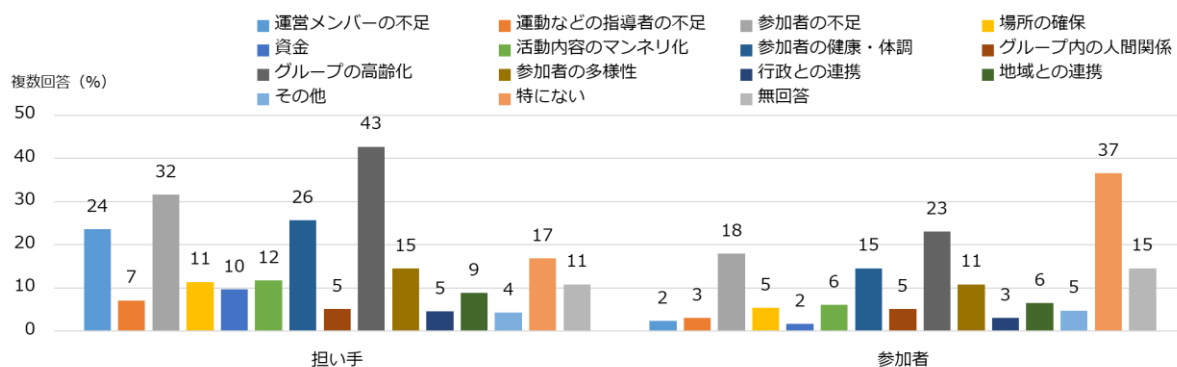
- 担い手がグループで課題と感じていることは、「グループの高齢化」（4割程度）、「運営メンバーの不足」、「参加者の不足」、「参加者の健康・体調」（2～3割）であった。
- 多くの担い手が、グループ活動を持続するために、体操・運動へのアドバイスや、フレイル・介護予防や健康維持に資する医療専門職からの知識提供（出張講座）などの「専門職・行政職員の訪問・派遣」を求めている。
- 運営の手伝いに関して、担い手の8～9割がやりがいと活動への熱意を感じていた。
- 担い手は今後のグループ運営のために、「活動の企画・準備」、「趣味や特技を披露・教える」、「体操・運動の指導」など、活動内容の充実をはかるための役割を担う新たな住民参加を求めている。
- 参加者の5割程度は、「会場までの移動を手助け」、「参加者を増やすための取り組み」、「会場の設営やお茶出し、調理」を必要に応じて行ってもよいと考えていた。

1. グループで課題と感じていること

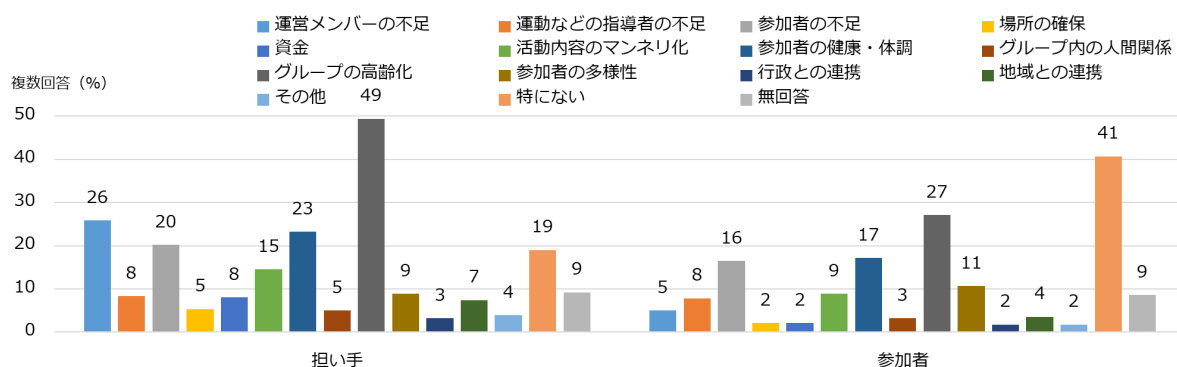
図表 4-1(a-c)に、参加者と担い手を感じているグループ活動における課題の結果を示す。参加者では通いの場のタイプを問わず、「特になし」が4割程度と最も高い割合であった。担い手においては、「グループの高齢化」が4割程度で最も高く、「運営メンバーの不足」「参加者の不足」「参加者の健康・体調」がそれぞれ2～3割と高かった。

これらの結果から、担い手はメンバーの高齢化や、それに伴う健康・体調の不調を課題と感じていることがわかった。しかしながら、通いの場がフレイルや介護が必要な状態であっても参加できる場であることは、住民が地域で長くいきいきと暮らしていくために重要である。通いの場において「フレイル予防」や「人との交流を増やす」などのグループで掲げている目的に課題が生じているのであれば、その背景と解決策を担い手や参加者が専門職に相談できる体制を整えることが必要である。一方で、参加者の高齢化や健康課題がありながらも活動しているグループに対しては、行政がその要因を探ることで同じような課題を抱えるグループへの支援のためのヒントが得られるかもしれない。

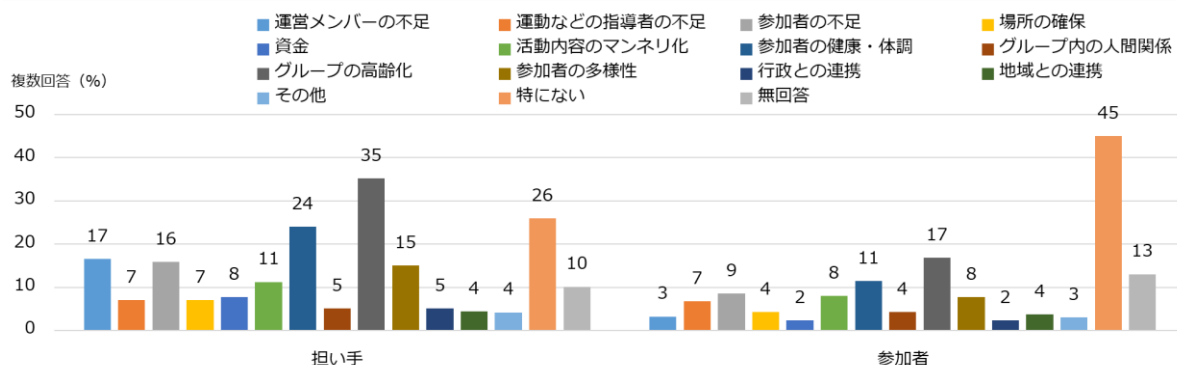
また、参加者や運営者の不足に対しては、少ないメンバーでも取り組める内容を検討すること、さらには新たな活動場所や開催日を参加者や運営者とともに模索するなど、これまでの開催場所や日時では参加が難しかった住民へのアプローチも検討することが必要である。また、運営者は、参加者にもグループの活動を周囲の友人や知人に積極的に発信してもらえようような声かけを行い、参加者とともに活動がより地域に開かれたものとするためのアイデアを出し合うことが重要であると考ええる。



図表4-1(a). グループで課題と感じていること (タイプⅠ)



図表4-1(b). グループで課題と感じていること (タイプⅡ)



図表4-1(c). グループで課題と感じていること (タイプⅢ)

2. グループ活動を続けるために行政や専門職に求める支援

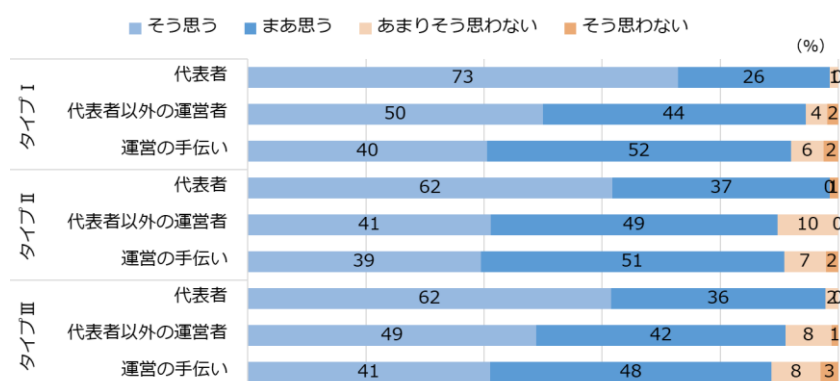
担い手が、グループ活動を続けるために行政や専門職に求める支援に関して、自由記載で回答を得た。結果の詳細に関しては資料2に記載している。284名の担い手から回答があり、内容を評定した結果、共通するコード8項目324件に分類された。

最も件数が多かったのは、「専門職・行政職員の訪問・派遣」(96件)であった。タイプⅢなどで実施している体操・運動へのアドバイスや、フレイル・介護予防や健康維持に資する医療専門職からの知識提供(出張講座)などを求める意見が多かった。「フォローアップの機会」(52件)を求める意見も多く、行政職員だけでなく、他のグループとの交流や相談できる場を設けることで、住民同士でのエンパワーメントをはかるとともに、必要時に行政職員・専門職に支援を求めることができる関係性を継続することが、介護予防・フレイル予防に資する通いの場としての機能を維持していくことにつながると考えられる。

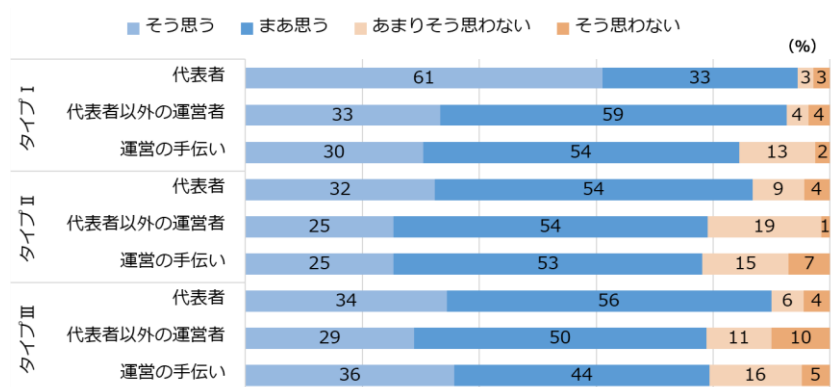
「参加者の拡大」(35 件)、「住民への普及啓発」(23 件)の意見もあり、図表 4-1(a-c)で担い手が課題として捉えている割合が高かった「運営メンバーの不足」や「参加者の不足」に対して、行政や専門職に支援を求めている。地域にどのようなグループがあるのかを知らない住民に対して、グループ側も地域のイベントなどに参加することや、日常的に口コミで情報発信することも可能であるが、行政側としても地域で「何かグループに参加したい」と思った人が求めているグループを容易く見つけられるように、情報を集約し提供することが課題解決の一助となる。

3. グループの運営やお手伝いをすることにに対して感じていること

グループの運営やお手伝いに対するポジティブな面とネガティブな面の両側面をみた。ポジティブな面からみていくと、「やりがい」に関しては、タイプに関係なく 8~9 割の者がやりがいを感じていると回答していた(図表 4-2)。役割による違いとしては、代表者は他の担い手よりも、やりがいを感じている割合が高かった。「活動への熱意」に関しても、8~9 割の者が熱意を持って取り組んでいると感じており、「やりがい」と同様に、代表者の方が他の担い手よりも、熱意を持って取り組んでいる割合が高かった(図表 4-3)。タイプによる違いとして、タイプⅠでは、担い手全体で、他のタイプよりも取り組んでいると感じている割合が高かった。



図表4-2. やりがいを感じている



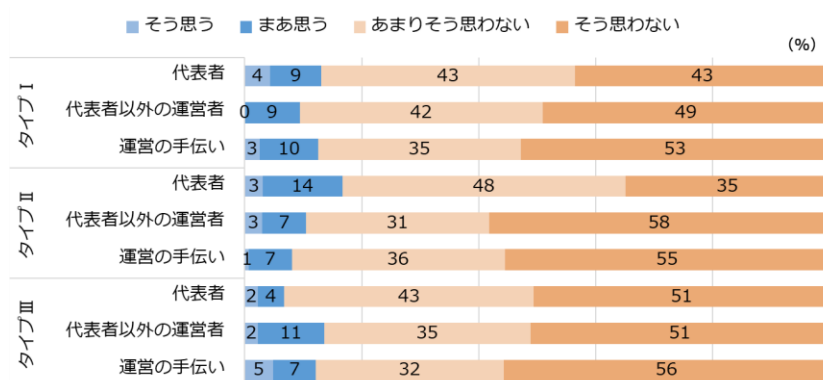
図表4-3. 活動に対して熱意を持って取り組んでいる

次に、ネガティブな面をみる。「体力的にきつい」に関しては、8~9 割の者が思わないと回答していた(図表 4-4)。タイプⅡの代表者では、他のタイプの代表者よりも体力的にきつい

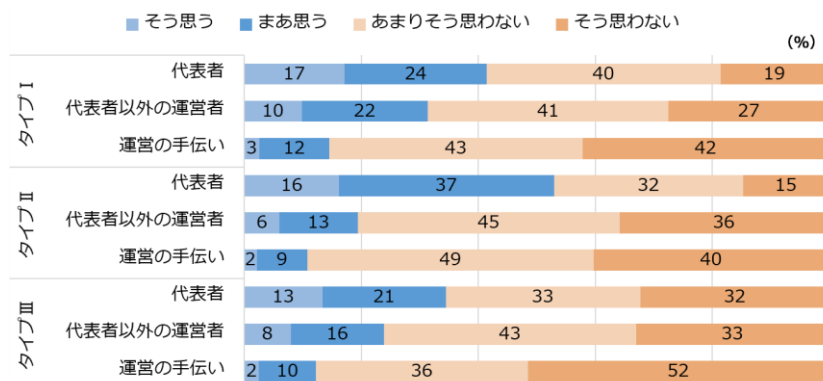
と思う者の割合が 17%と高い傾向があったため、代表者への負担が大きい可能性が示唆された。

グループから「期待される責任が重い」に関しては、中心的な担い手になるにつれて、責任が重いと思う割合が高くなる傾向があった（図表 4-5）。特に、タイプⅡの代表者では他のタイプと比較して、責任が重いと思う者の割合が高い傾向がみられた。

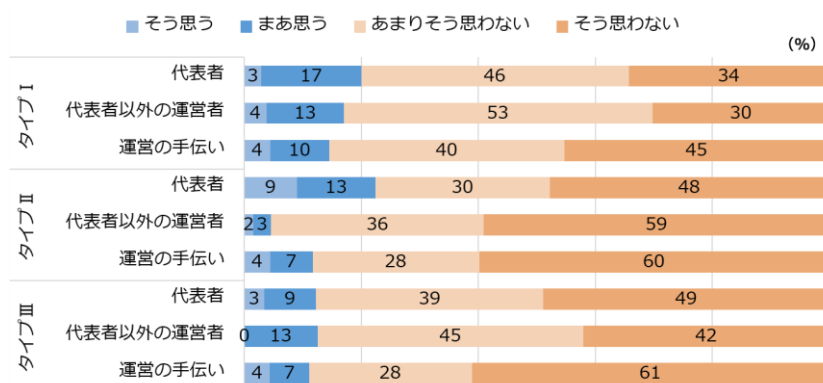
活動自体を進める上で「不安や緊張を感じる」に関しては、8～9 割の者が思わないと回答していた（図表 4-6）。しかしながら、タイプⅠ・Ⅱの代表者では、他の担い手より感じている者の割合がやや高い傾向があり、タイプによる活動内容の違いが影響していることが推測される。



図表4-4. 活動は体力的にきつい

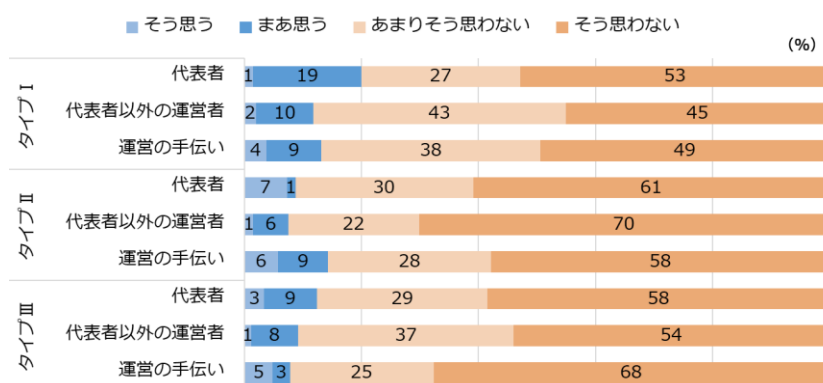


図表4-5. メンバーとしてグループから期待される責任が重い



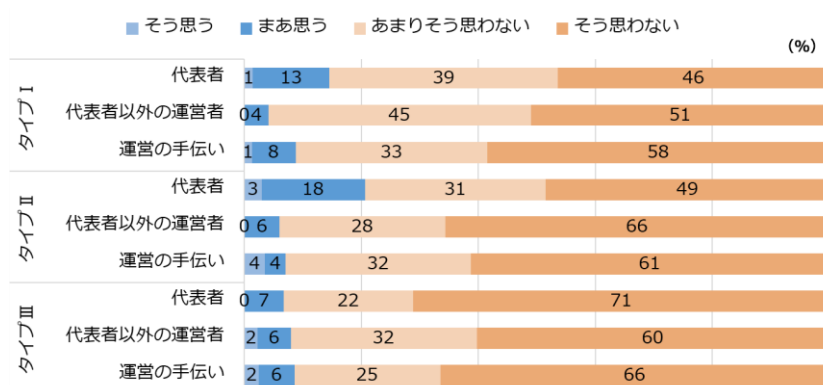
図表4-6. 活動自体を進める上で不安や緊張を感じる

次に、グループ内での「人間関係が難しい」と感じているかに関しては、8～9割の者が思わないと回答していた（図表4-7）。他のタイプと比較して、タイプⅠの代表者でやや高い傾向があり、共通の生きがい・楽しみを主目的とするグループであるが故に、グループメンバーが楽しく活動できるように代表者が関係の調整に努めている可能性がうかがえる。



図表4-7. グループ内での人間関係が難しい

最後に、活動と家事・買い物・仕事などとの「両立が難しい」と感じているかについては、8～9割の者が思わないと回答していた（図表4-8）。タイプⅠ・タイプⅡの代表者では、他の担い手より感じている者の割合がやや高い傾向があり、タイプによる活動内容の違いが影響していることが推測される。



図表4-8. 活動と家事・買い物・仕事などとの両立が難しい

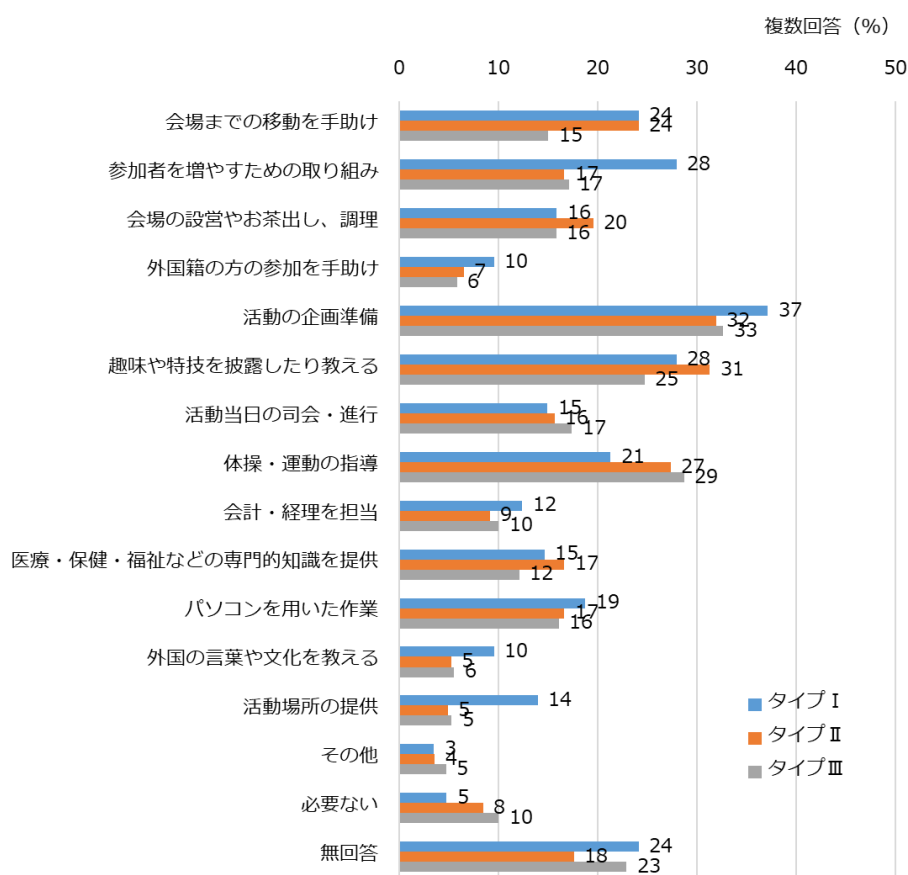
以上の結果から、多くの担い手が、活動からやりがいなどのポジティブな面を感じている一方で、割合としては低いものの、ネガティブな面も感じていることが明らかとなった。ネガティブな面は代表者層で感じている割合がより高く、タイプⅢよりもタイプⅠ・Ⅱの代表者でその傾向がみられた。多様な通いの場の担い手を支援する上で、タイプⅠ・Ⅱの代表者に運営の負担が集中しないように、グループ内での役割分担や調整が必要である。

4. グループ運営のために今後、参加者に望む役割

図表 4-9 に、グループの運営や活動支援のために、担い手が今後の参加者に望む役割についての結果を示す。どのタイプでも多かったのは「活動の企画・準備」(3～4 割)、「趣味や特技を披露したり教える」(3 割程度)、「体操・運動の指導」(2～3 割)であった。他の項目も、1～2 割程度はあるとよいと回答していたが、「外国の言葉や文化」「外国籍の方の参加を手助け」の項目は 1 割未満とやや低かった。

タイプ毎の違いでは、タイプⅠ・Ⅱで「会場までの移動と手助け」の割合が高く(24%)、タイプⅠでは「参加者を増やすための取り組み」の割合も高かった(28%)。

これらの結果から、タイプを問わず、「活動の企画・準備」「趣味や特技を披露したり教える」「体操・運動の指導」など、活動内容の充実をはかるための新たな住民参加を求めていることが分かった。それぞれの役割は一人で担う必要はなく、中心的な役割でも複数人で分担したり、定期的に役割を交代したりするなど、多くの人が負担なく役割を担えるように調整することで、現在の担い手と新たに役割を担う住民が継続して役割を遂行できる。



図表4-9. グループ運営のために今後の参加者に望む役割

5. 参加者が今後グループで担ってもよいと考える役割

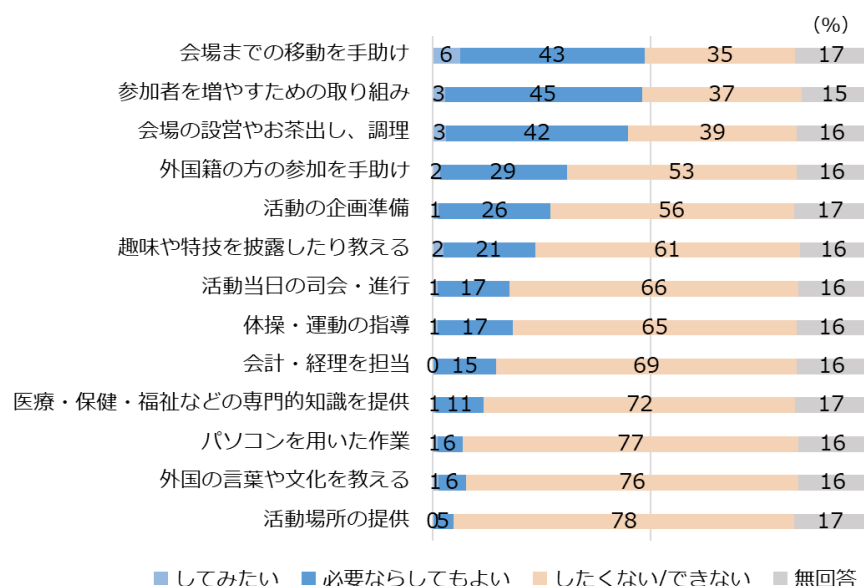
グループ活動において、参加者が担ってもよいと考える役割についての結果を示す（図表 4-10）。「会場までの移動を手助け」、「参加者を増やすための取り組み」、「会場の設営やお茶出し、調理」は「してみたい」と「必要ならしてもよい」を合わせると 5 割近くに及んだ。これらの役割は比較的負担が少なく、参加者が協力しやすい内容であることがうかがえる。

一方、「したくない/できない」と回答した割合が高かったのは、「活動場所の提供」(78%)、

「パソコンを用いた作業」(77%)、「外国の言葉や文化を教える」(76%)、「医療・保健・福祉などの専門的知識を提供」(72%)であった。これらの役割は特別な知識や設備、スキルを必要とするため、多くの参加者が担うことが難しいと感じていることが分かった。

積極的に関わる意欲を示した「してみたい」を選んだ割合は全体的に低く、多くの参加者は主体的に役割を担うよりも、必要に応じて協力する意向が強いことが示された。

以上の結果から、参加者が担いやすいと感じているのは「会場までの移動を手助け」、「参加者を増やすための取り組み」、「会場の設営やお茶出し、調理」などであり、専門的な知識やスキルを必要とする役割については難しいと感じる傾向が高いことが明らかとなった。比較的多くの参加者が担ってもよいと回答した項目（上位群）などを中心に役割分担することで、グループの中から新たな担い手をみつけることができる可能性が示唆された。



図表4-10. 参加者が今後グループで担ってもよいと考える役割

6. 担い手を集めるための取り組み・工夫

担い手がグループ活動を持続するために行っている、担い手を集めるための取り組み・工夫に関して、自由記載で回答を得た。結果の詳細に関しては資料2に記載している。202名の担い手から回答があり、内容を評定した結果、共通するコード8項目208件に分類された。取り組みの具体的な手段として「声掛け」(54件)や「イベント・チラシ等での広報」(30件)を行っていることが分かった。ボランティアや担い手としての参加を呼び掛けるための取り組みと、まずは参加者を増やし、その中からボランティアや担い手になる方を見つけるという両方の視点があった。「活動を知らない方もおられるので、町内全体の人達にまず声掛けをしている」という工夫もあった。実際に通うことができる範囲の地域に住む住民には、地道に声掛けを行い、活動の認知度を上げることが着実に担い手を集めることにつながっている。

また、担い手を集めるだけでなく、「全員での運営」(20件)や「役割の調整・分担」(20件)のように、一部の人に負担をかけることがないように運営の仕方を工夫しているという意見もあった。また、担い手になった後も継続できるように「フォローアップの機会」(13件)として担い手同士の交流の場を設けるなどの取り組みも行っていた。

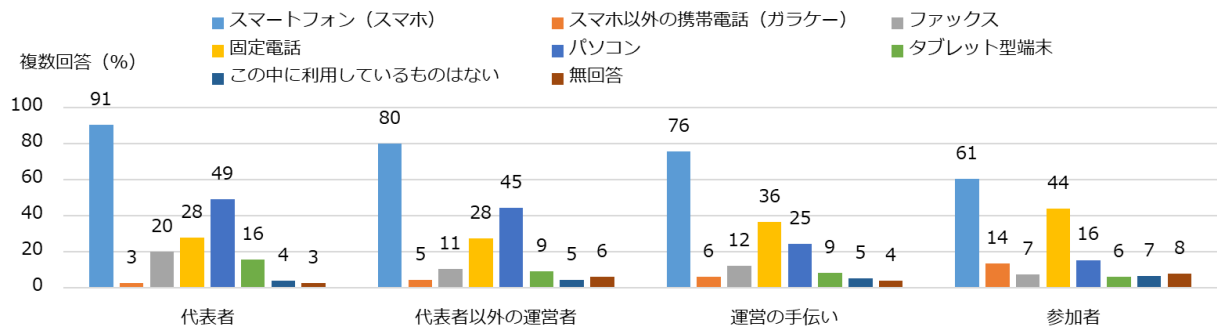
第5章 情報収集や情報伝達の媒体・手段

- 6割以上がスマートフォン（スマホ）を利用していたが、パソコンは主に中心的な担い手が利用していた。
- 情報収集・伝達の手段として「ライン（LINE）」が最も広く活用されており、次いで「YouTube」、「電子メール」、「ショートメッセージ」が代表者層を中心に利用されていた。
- 地域の情報は「町会・自治会等の掲示板や回覧板」、「自治体の広報誌」、「家族・知り合いからの口コミ」が主であった。
- グループメンバー同士の連絡手段としては、「対面での口頭連絡」、「電話」が最も多く、次いで「ライン（LINE）」が利用されていた。

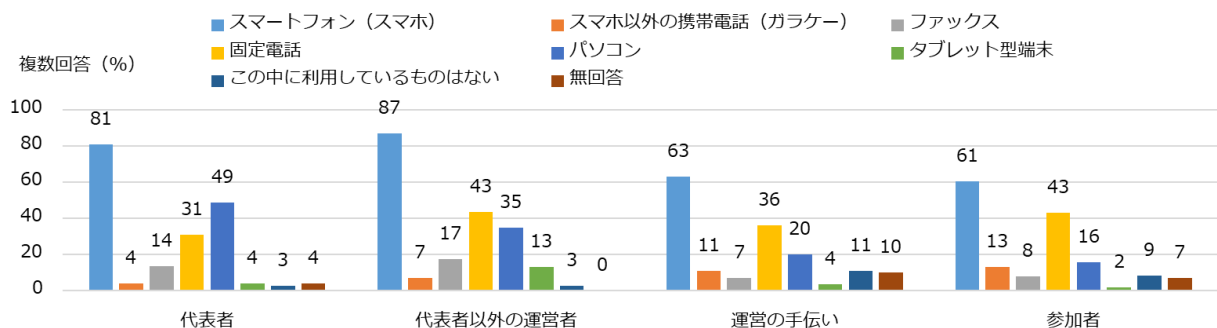
1. 情報収集や情報伝達で利用している媒体・手段

情報収集や情報伝達で利用している媒体・手段についての結果を示す（図表5-1 a-c）。タイプ毎での傾向の違いはみられなかった。スマートフォン（スマホ）以外の携帯電話（ガラケー）の利用率は1割程度と低く、6割以上がスマートフォン（スマホ）を利用していた。固定電話の利用は全体的に3～4割の割合であった。役割に関しての違いをみると、代表者および代表者以外の運営者では、他の役割に比べてパソコンの利用率が高かった（3～5割）。

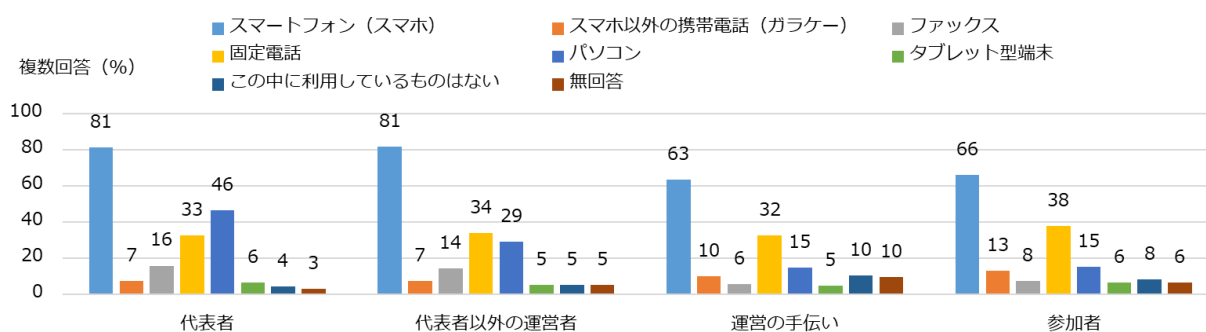
以上の結果から、担い手や参加者の情報収集・伝達の手段としてはスマートフォン（スマホ）と固定電話が主流であり、代表者層ではパソコンも一定数が利用している。



図表5-1(a). 情報収集や情報伝達で利用している媒体・手段（タイプⅠ）



図表5-1(b). 情報収集や情報伝達で利用している媒体・手段（タイプⅡ）



図表5-1(c). 情報収集や情報伝達で利用している媒体・手段 (タイプⅢ)

2. 情報収集や情報伝達で利用しているソーシャルメディア/アプリ等

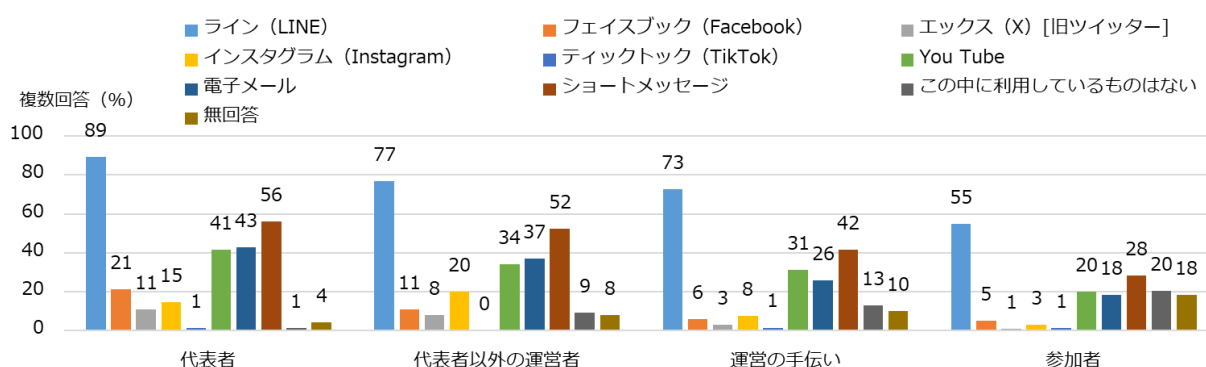
図表 5-2 に、ソーシャルメディアやアプリ等の利用状況についての結果を示す。タイプ毎の傾向の違いは見られなかった。「ライン (LINE)」は役割に関係なく半数以上の者が利用しており、情報伝達手段として広く活用されていることが分かった。

役割に関しての違いをみると、「ショートメッセージ」、「電子メール」、「YouTube」は、参加者から中心的な担い手になるにつれて利用割合が高くなる傾向があり、「YouTube」の利用は代表者では4割程度の割合であった。

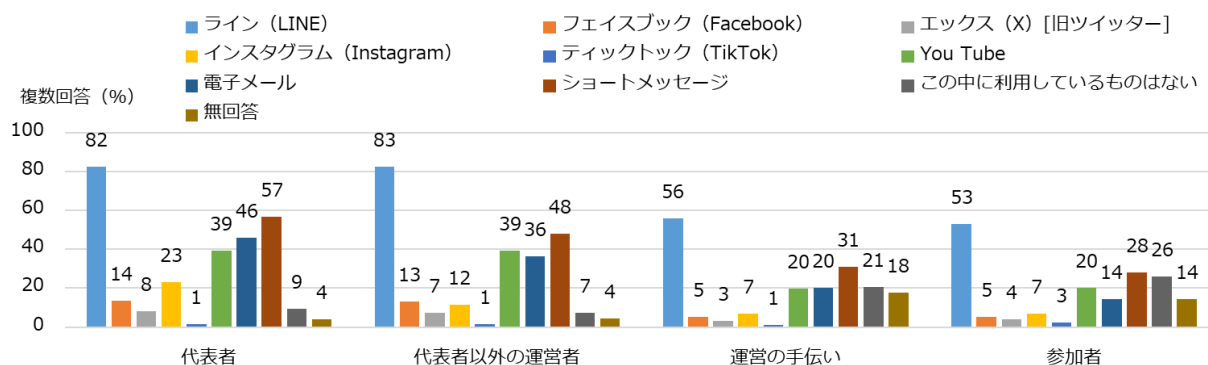
「フェイスブック (Facebook)」、「エックス (X) [旧ツイッター]」、「インスタグラム (Instagram)」の利用は全体的に低く、代表者層ではやや高めの傾向が見られたものの、参加者では5%前後であった。「ティックトック (TikTok)」の利用はさらに少なく、全体的に1~3%であった。

参加者の中には「この中に利用しているものはない」と回答した割合が2~3割おり、行政職員等が全員に届けたい情報発信や情報伝達の手段としてソーシャルメディアやアプリだけを使用するには、まだ注意が必要であることが示唆された。

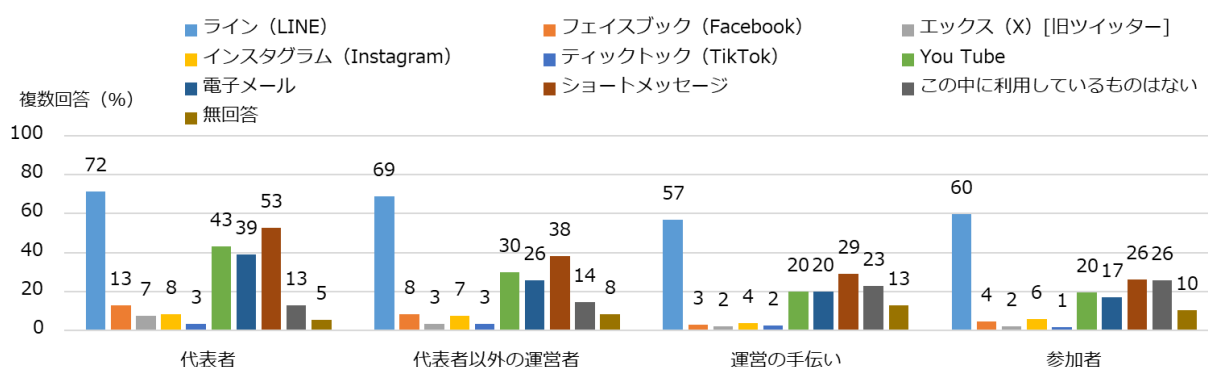
以上の結果から、情報収集・伝達の手段として「ライン (LINE)」が最も広く活用されており、次いで「ショートメッセージ」、「電子メール」、「YouTube」が代表者層を中心に利用されている。前述のスマートフォン (スマホ) の利用率の高さとともに、ソーシャルメディアやアプリの利用が徐々に浸透していることが推測される。



図表5-2(a). 情報収集や情報伝達で利用しているソーシャルメディア/アプリ等 (タイプⅠ)



図表5-2(b). 情報収集や情報伝達で利用しているソーシャルメディア/アプリ等 (タイプⅡ)



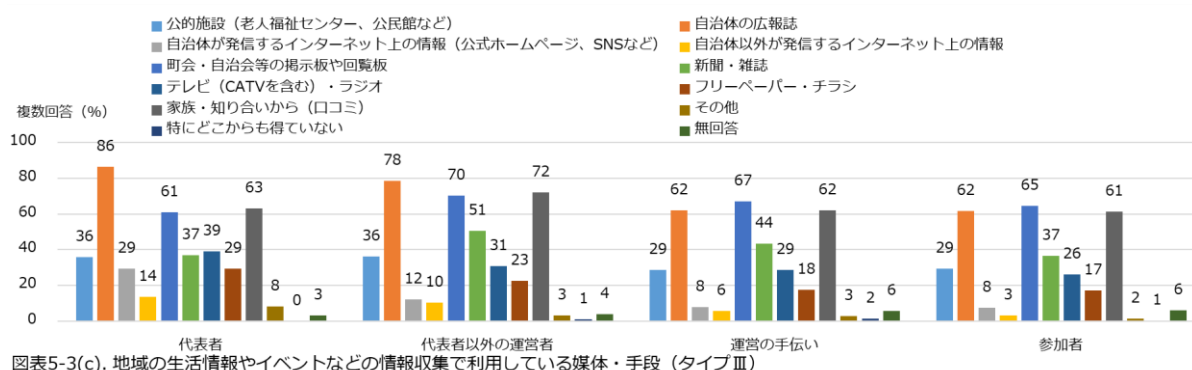
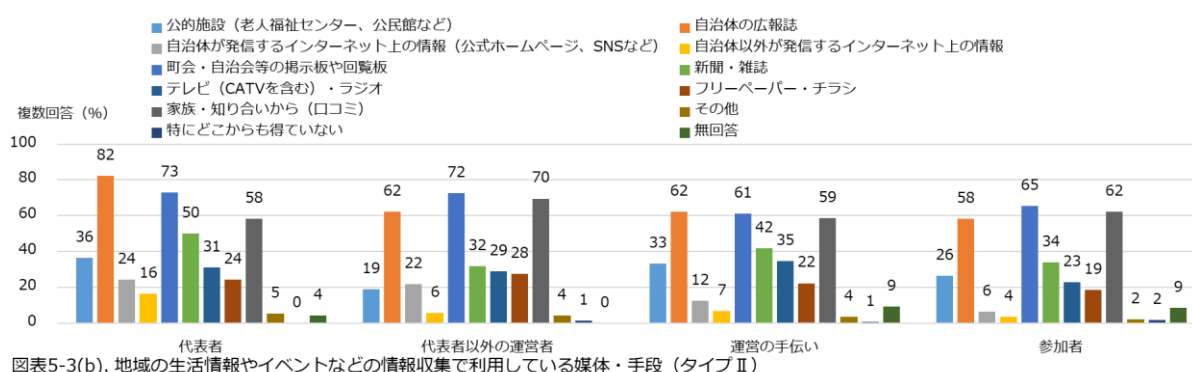
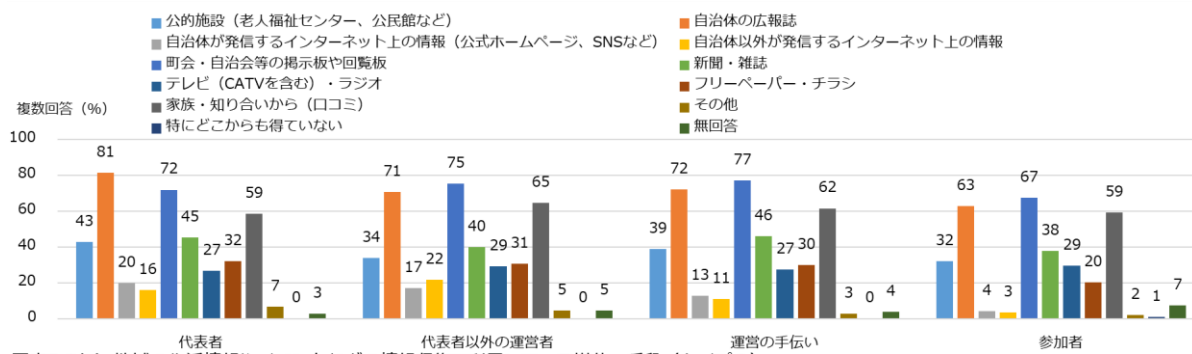
図表5-2(c). 情報収集や情報伝達で利用しているソーシャルメディア/アプリ等 (タイプⅢ)

3. 地域の生活情報やイベントなどの情報収集で利用している媒体・手段

地域の生活情報やイベントなどの情報収集で利用している媒体・手段についての結果を示す (図表 5-3 a-c)。タイプ毎での傾向の違いはみられなかった。役割を問わず、「自治体の広報誌」、「町会・自治会等の掲示板や回覧板」、「家族・知り合いから (口コミ)」の割合が6～8割と高かった。「新聞・雑誌」、「テレビ (CATV を含む) ・ラジオ」、「フリーペーパー・チラシ」の割合も2～5割と一定数の回答があった。

役割に関しての違いをみると、代表者は他の役割に比べて「自治体の広報誌」の利用割合が高い傾向があった (8割以上)。また、「自治体が発信するインターネット上の情報 (公式ホームページ、SNS など)」、「自治体以外が発信するインターネット上の情報」は全体的には他の入手先よりも低い割合であったものの、代表者や代表者以外の運営者では、2割程度の回答があった。

これらの結果から、通いの場のメンバーは、地域の生活情報やイベント情報を様々な情報源から得ているが、「町会・自治会等の掲示板や回覧板」、「自治体の広報誌」、「家族・知り合いからの口コミ」が主な情報源としている者が多く、インターネットの利用は代表者においてはやや高めではあるものの、全体的には比較的少ない傾向にあることが明らかとなった。



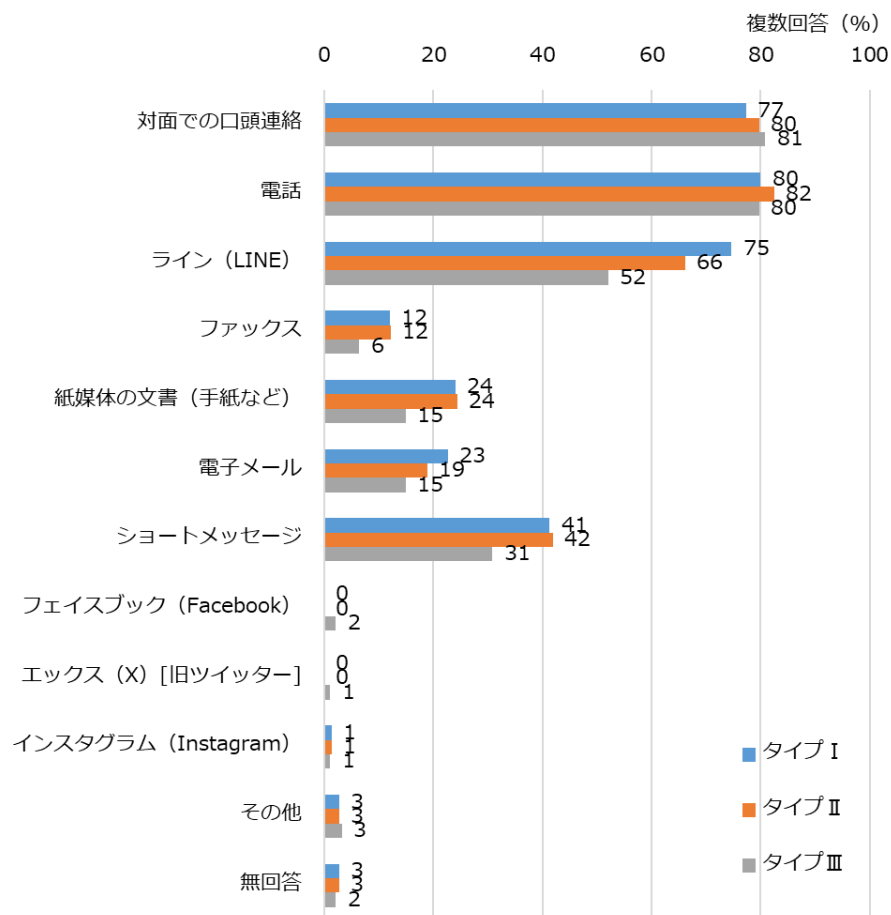
4. グループメンバー同士の連絡で利用している媒体・手段

グループメンバー同士の連絡で利用している媒体・手段に関して、代表者の回答結果を示す(図表5-4)。「電話」と「対面での口頭連絡」の割合が高く、すべてのタイプで8割程度が利用していた。「ライン (LINE)」も比較的多くの代表者が利用しており、タイプⅠ (75%)、タイプⅡ (66%)、タイプⅢ (52%) と、タイプⅠでは対面や電話に近い割合を示した。「ショートメッセージ」の利用は3~4割と、電話やLINEに次ぐ連絡手段として一定数活用されていることが分かった。一方で、「フェイスブック (Facebook)」、「エックス (X) [旧ツイッター]」、「インスタグラム (Instagram)」の利用率は極めて低く、すべてのタイプで0~2%にとどまった。グループ内の連絡手段として、これらのSNSはあまり活用されていないことが示された。

これらの結果から、グループメンバー同士の連絡手段としては、「対面での口頭連絡」と「電話」が最も多く、次いで「ライン (LINE)」や「ショートメッセージ」が利用されていた。

グループ内に複数の連絡手段があることで、アプリやSNSなどの利用に不慣れな方、難聴

のある方、認知機能が低下した方などにも、それぞれに適した連絡手段で連絡をとることができる。そのため、いくつかの連絡手段を持つことは、多様な方の参加にもつながる可能性があることが示唆された。



図表5-4. 代表者がグループメンバー同士の連絡で利用している媒体・手段

第6章 まとめと結論

本調査では、通いの場の普及・拡大に向けた支援策を検討するために、特定の役割を担っていない参加者とグループ運営・活動支援者である担い手の違いを検討し、担い手の特徴を明らかにした。また、様々な住民のニーズに対応するために、活動内容や目的が多様化している通いの場において、活動の主目的で類型化したタイプ（Ⅰ・Ⅱ・Ⅲ）ごとに、担い手の特徴に違いがあるのかを検討した。さらに、通いの場の活動を継続する上で、担い手が考える課題や行政、専門職に求める支援、今後必要とする役割に関しての整理を行った。まとめでは、本調査の結果を基に、通いの場の担い手不足を解決するための提言を行う。

第2章では、本調査の対象となった通いの場の特徴を示した。多くの通いの場は、15人未満で開催されることが多く、代表者等が認識しているほぼ毎回参加する運営者・運営の手伝いの平均人数は4人前後であった。本調査では、グループ活動の中で何かしらの役割を担っている者を「担い手」として定義したところ、調査対象者の半数が「担い手」であった。新たな通いの場を立ち上げる際にはリーダーシップを発揮する担い手が必要となる場合もあるが、活動を継続していく上では、一部の担い手が全ての役割を担うのではなく、代表者が担い手として認識していなかった参加者も含め、可能な限り全員で運営を行うという共通認識を持つことが重要である。「担い手」に何を求めるのかを改めて考えることは、今後の通いの場の継続・発展のためには必要である。

本調査では、認知症の方やフレイル状態の方、聴覚障がいのある方が参加しているグループは3割程度であったが、その他の障がいのある方が参加しているグループは少なかった。何らかの障がいや、生活上の困難を抱えた人も、通いの場に参加するだけでなく何らかの役割を持つ、つまり担い手になることができるような通いの場づくりが今後期待される。

第3章では、担い手の基本的な特徴を示すとともに、担い手が運営やお手伝いに参加した動機や、継続できた理由などを示した。担い手が運営やお手伝いに参加する主な動機は、「健康・体力の維持・向上」、「友人・仲間との交流」、「自己成長」であったが、中心的な役割を担う者では「社会貢献」や「地域とつながる」を理由とする者が多かった。タイプⅢでは担い手の役割に関わらず「健康・体力の維持・向上」の割合が高く、タイプごとに動機に違いがみられた。したがって、行政側がどのようなタイプの通いの場を立ち上げるかによって、住民に発信するメッセージを戦略的に変えていくことが効果的である。フレイル予防・介護予防として「健康・体力の維持・向上」だけでなく、特にタイプⅠ・Ⅱの担い手を探している際には、担い手としての活動が「社会貢献」や「地域とつながる」ことにつながるという点もアピールすることで、担い手の関心を引くことができる。

また、中心的な役割を担う者ほど、生きがい感や地域から役割を期待されていると感じる役割期待が高い傾向があった。これは、通いの場で担い手として活躍することが、実際に「社会貢献」できていると感じることにつながっていることが推察される。

第4章では、担い手が感じている課題や、今後求める新たな住民の役割、参加者が担ってもよいと考えている役割についての結果を示した。担い手がグループで課題と感じていることは、「グループの高齢化」、「運営メンバーの不足」、「参加者の不足」、「参加者の健康・体調」が多かった。また、担い手が行政に求める支援も、これらの課題を解決するためのものであった。課題にあがった参加者不足に関しては、参加継続の理由としてあげられた「通いやす

さ」の観点から、活動場所の近隣住民や活動施設を利用する他の住民に活動を周知することが得策である。参加のきっかけとして「友人・知人からの誘い」が多かったため、参加者や住民との顔が見える関係性を活用した口コミによる発信が重要である。また、人の気持ちや関心は変化するものであり、以前声をかけた際に活動に関心がなかった住民が、生活や体調の変化をきっかけに関心を示すことがあるため、声をかけても反応がなかったからと深く気にする必要はない。また、口コミによる勧誘をより効果的にするために、活動紹介リーフレットの作成や、特典（初回参加費無料、コーヒー1杯無料など）をアピールすることで、住民の一度参加してみようという気持ちを後押しすることができる。

参加者の5割程度は、「会場までの移動を手助け」、「参加者を増やすための取り組み」、「会場の設営やお茶出し、調理」などの役割を必要に応じて担っても良いと考えており、潜在的な担い手が半数程度いることが明らかとなった。また、担い手が今後参加者に求めたい役割として多かった「活動の企画・準備」、「趣味や特技の披露」、「体操等の指導」についても、割合は少ないものの、必要であればしてもよいと考えている参加者もいることが明らかとなった。まずは、参加者に担ってもらえる役割を分担することで、主体的にグループ活動に参加するメンバーを増やし、担い手の裾野を広げていくことが可能である。また、担い手の8~9割がやりがいと活動への熱意を感じていた。役割を担うことに対する担い手のポジティブな思いを、普段の活動の後のお茶会や、地域のイベント、グループの活動を紹介する場で、参加者や地域住民にも共有する機会を設けることが大切である。そのような機会こそが、担い手に関心を持つ層を増やすことにつながる可能性がある。

第5章では、「利用する情報収集・伝達の手段」や「地域の情報をどこから得ているか」に関する結果を示した。6割以上がスマートフォン（スマホ）を利用しており、グループメンバー同士の連絡手段としては、「対面での口頭連絡」と「電話」が最も多く、次いで「ライン（LINE）」が活用されていた。一方で、地域の情報は「町会・自治会等の掲示板や回覧板」「自治体の広報誌」「家族・知り合いからの口コミ」が主であり、スマホ等から得るインターネット上の情報は割合としては限定的であった。代表者では情報収集として「YouTube」の利用割合が4割と比較的高かったため、代表者への情報発信には「YouTube」などの動画配信サイトを活用していくことも、紙面や文字などでは伝えきれない内容を効率的に伝える手段となりうる。

最後に、通いの場の運営には、役割を担う「担い手」の存在が不可欠である。ただし、「担い手」という一言では、求められる役割が明確でなく、住民は「自分にはできない」と感じ、担い手になることへのハードルを感じる可能性がある。しかし、第4章で分かったように、5割程度の参加者は、求められればある程度の役割を担うことに前向きであり、調整役が役割を明確化し、心理的なハードルを下げることで、自身を参加者と認識している方も担い手として活躍してもらえる可能性が十分にある。このように、一部の人（運営者等）へ負担を集中させるのではなく、責務を分散する役割分担は、グループの長続きと健全な運営へ寄与し、自身の生きがいや健康維持につながるだろう。