

高齢者に優しいまちづくり

Age Friendly Communities (AFC)



千葉大学予防医学センター



国立長寿医療研究センター



日本老年学的評価研究
一般社団法人JAGES機構

近藤克則





エイジフレンドリーシティ(AFC)とは

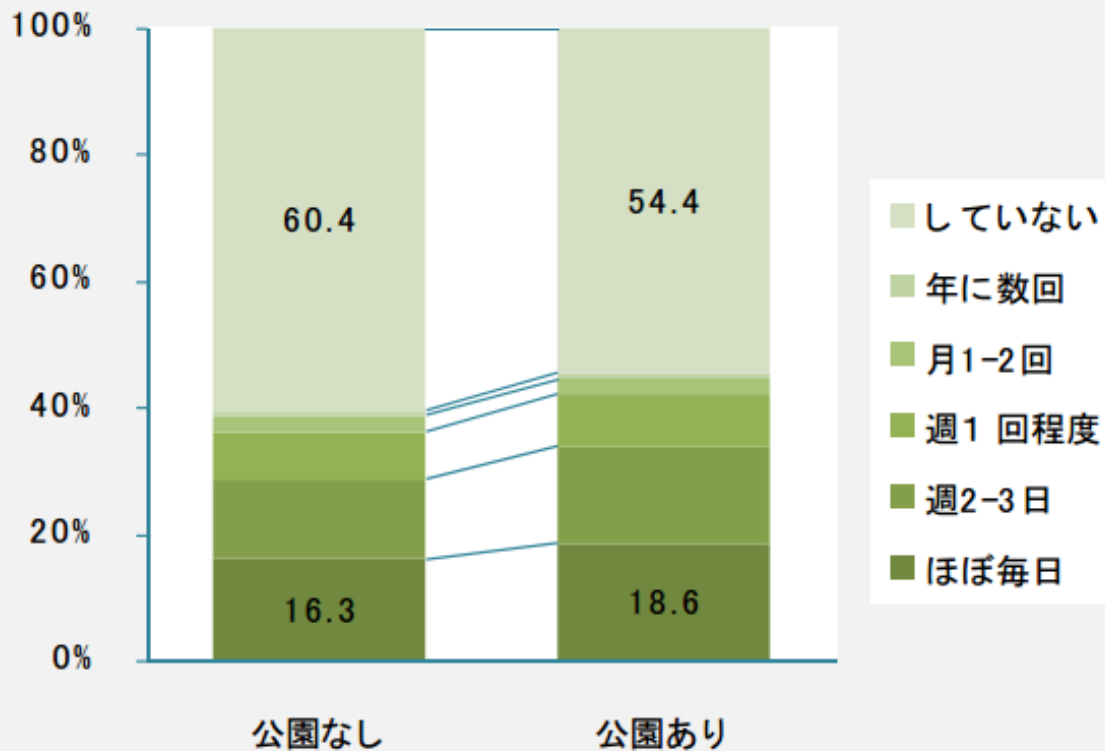
- **世界保健機関 (WHO)**が2010年に立ち上げた、**高齢者に優しい地域づくり**に取り組む**自治体**等の国際的なネットワークです。
- エイジフレンドリーシティには、2019年9月現在、46カ国で937の市町村が参加しており、**日本では秋田市、宝塚市及び県内の22市町が参加**しています。
- **参加自治体**は高齢者に優しい地域づくりのための**行動計画**を策定し、**計画の実施・評価・改善**の取組を進めています。
- **神奈川県**は、**市町村間の情報共有等を支援し、高齢者に優しい地域づくりを進展**させる役割を担う「アフィリエイト」※として、エイジフレンドリーシティのネットワークに参加しています。

AFCの8領域



公園の近くに住む人は 1.2倍頻繁に運動する

家の近く（1km以内）における公園の有無と
運動頻度の割合（単純集計）



都市計画は
健康政策でも
ある

Hanibuchi T, Kawachi I, Nakaya T, Hirai H, Kondo K. 2011. Neighborhood built environment and physical activity of Japanese older adults: Results from the Aichi Gerontological Evaluation Study (AGES). BMC Public Health 11: 657 (doi: 10.1186/1471-2458-11-657).

とほ活(富山で歩く生活)

富山市: とほ活ベンチプロジェクト

<https://www.city.toyama.toyama.jp/katsuryokutoshisouzoubu/katsuryoku/bench3.html>

富山市役所



城址公園



角川介護予防センター



敷地内の起伏のある散策路
(1週270m)にベンチも整備

新桜町交差点 南西側



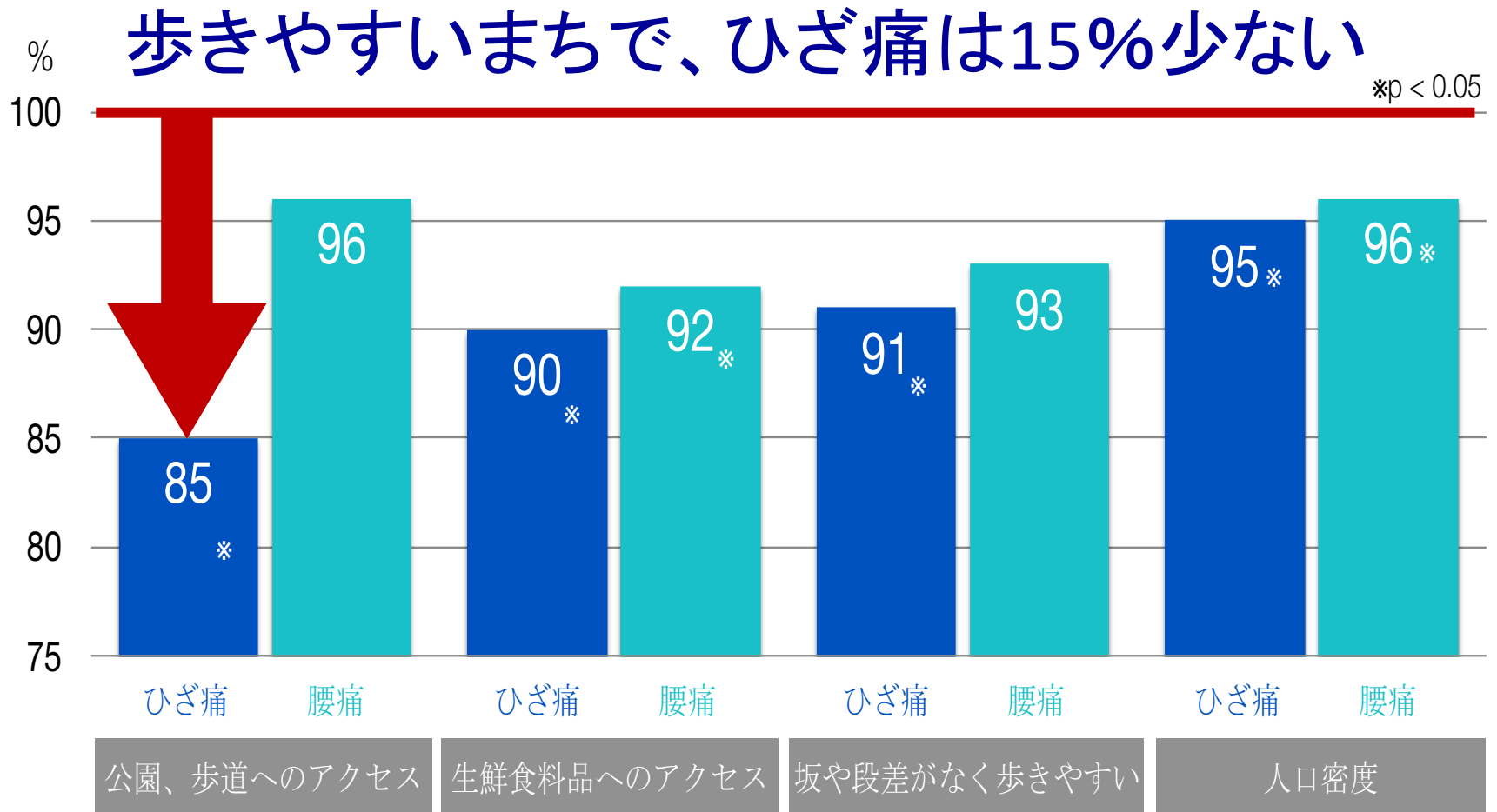
横田記念病院



株式会社日本空調北陸

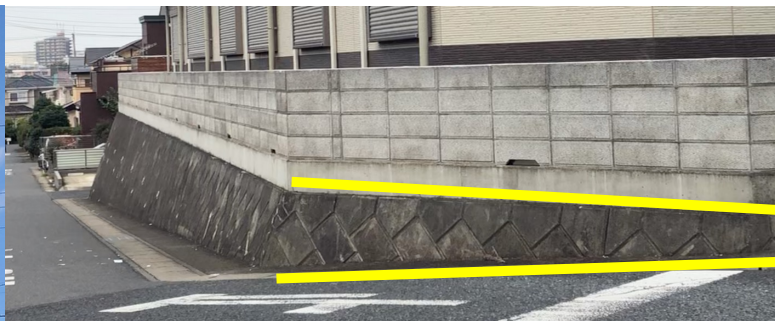


Neighborhood Walkability in Relation to Knee and Low Back Pain in Older People: A Multilevel Cross-Sectional Study from the JAGES



1) 「1.まったくない、2.あまりない、3.ある程度ある、4.たくさんある」などの4段階の地域平均

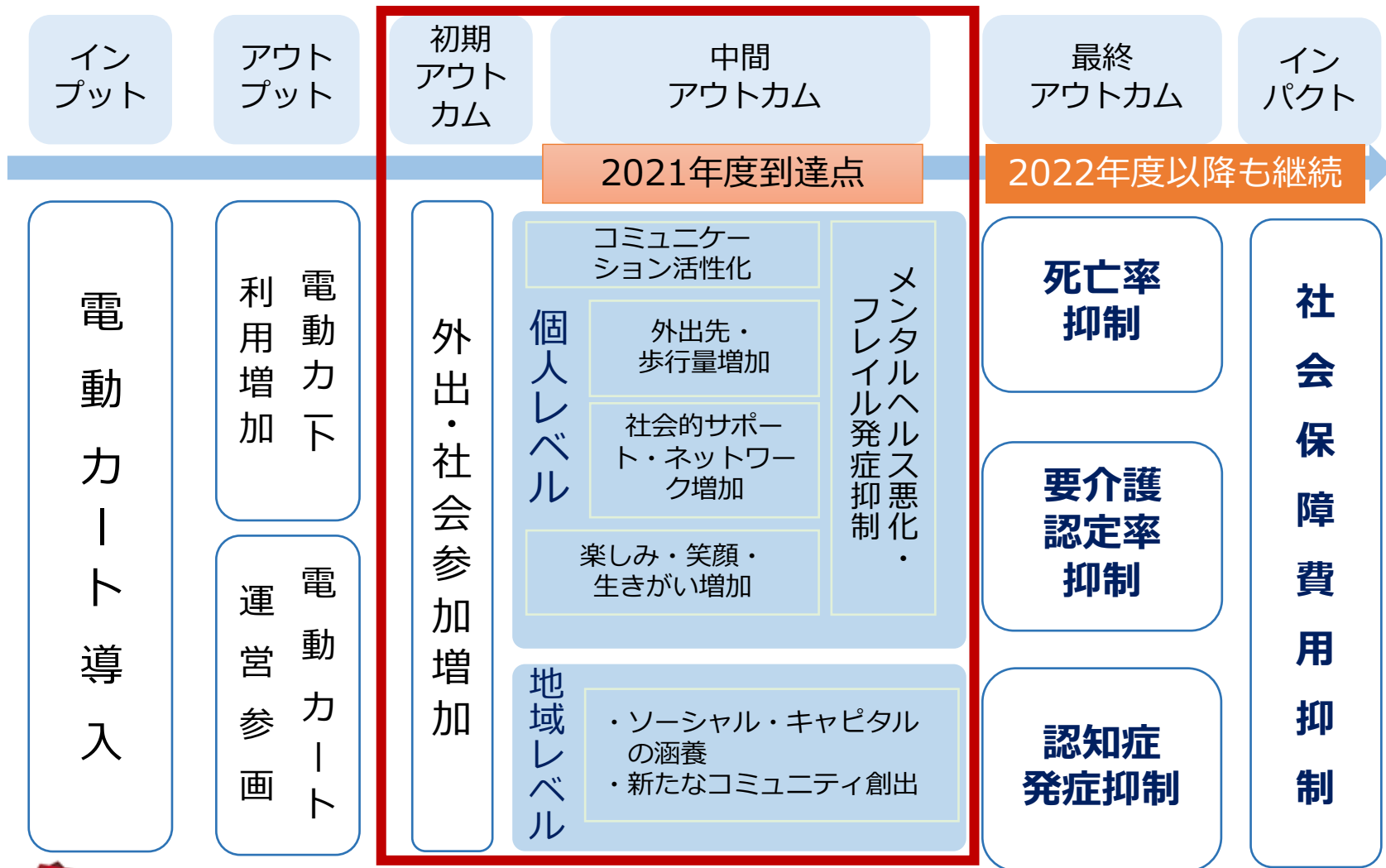
高低差20mの住宅地、駅まで20分弱



電動カート 1台350万円



電動カート導入で期待できる変化



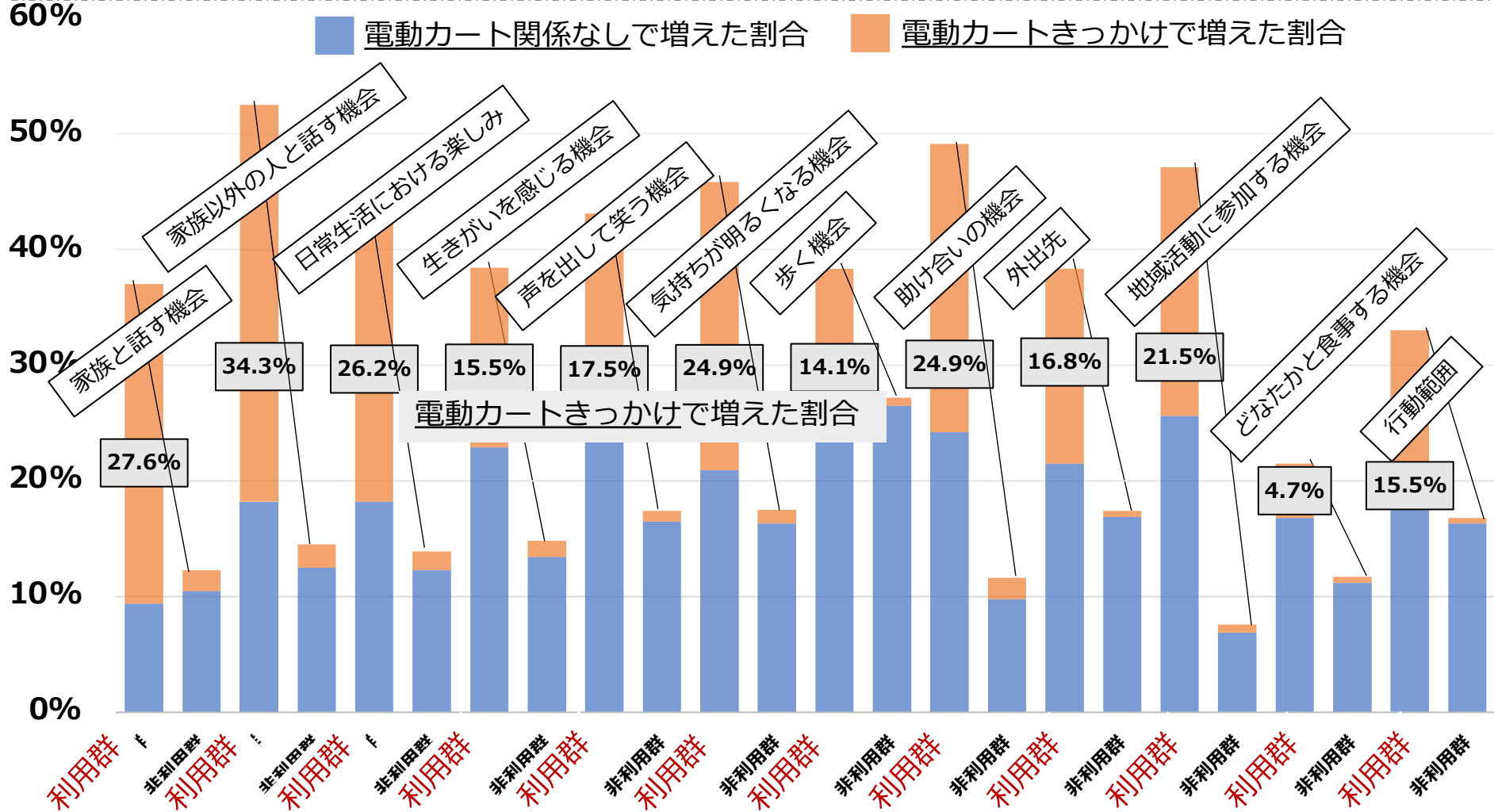
*2022年も継続して実証調査を予定

*既存のフィールドで期間延長、新規自治体で同じような効果が期待できるか



電動カート利用群で望ましい心理・行動1-3割増

方法 【質問】 約2ヶ月前（2021年10月）と比べて下記のような機会に変化はありましたか。
 【回答】 増えた（電動カートきっかけ）、増えた（電動カート関係なし）、どちらでもない、減った



利用群 N=149, 非利用群 N=450

松戸市 河原塚・小金原地区
 河内長野市 南花台地区
 調査回答者：599人

グリスロ*導入による高齢者のQOL向上や 社会保障給付費抑制効果の見える化



*グリーンスローモビリティ（略称:グリスロ）…時速20km未満で公道を走ることができる、電動車を活用した小さな移動サービスで、CO2排出量を削減する必要があり、自動車等の車両の低炭素化を推進する車両として、国もモデル事業を推進しております。



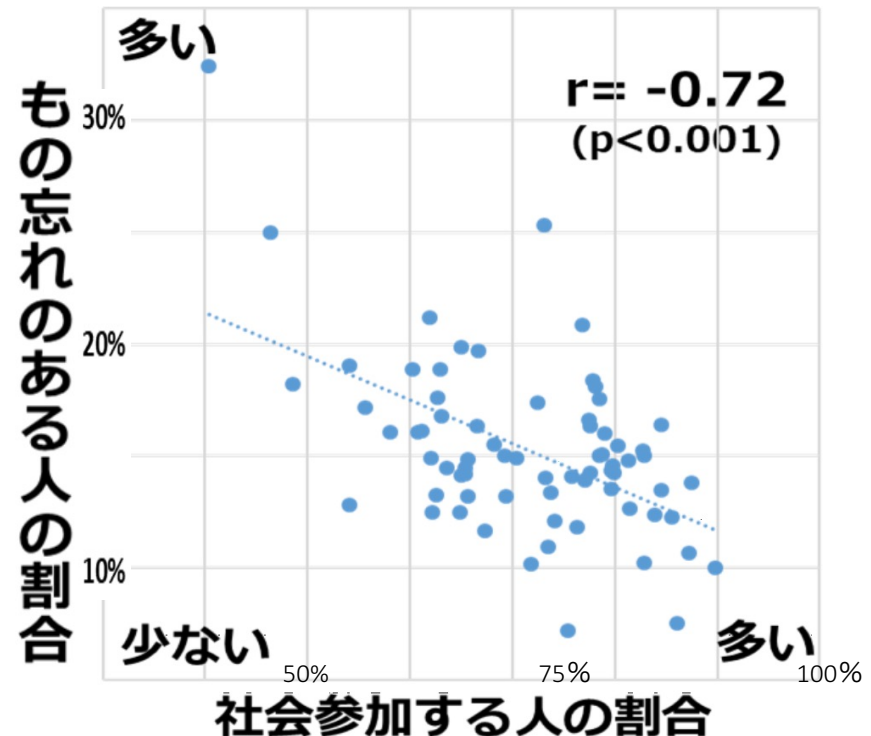
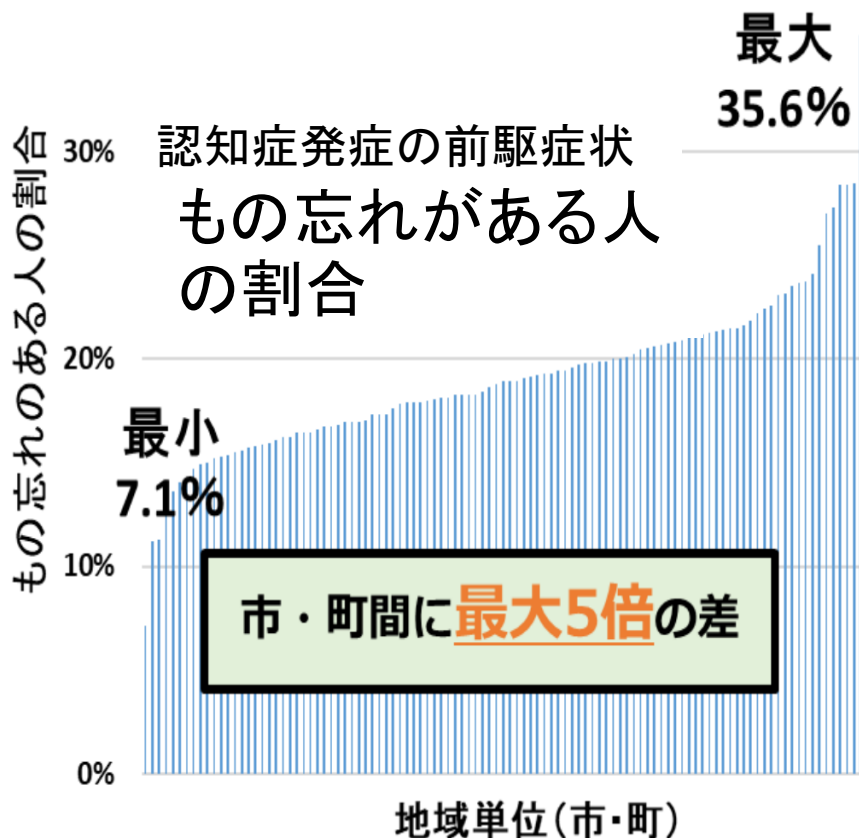
<2022年度グリーンスローモビリティ実証調査のフィールドを募集>

問い合わせは 千葉大学 予防医学センター
社会予防医学研究部門 まで

社会参加する人が多い市・町ほど もの忘れがある人が少ない

社会参加: 仕事, 趣味, スポーツ, ボランティア, 子育て支援, 学習活動など種類にかかわらず年数回以上活動

JAGES2013
N=105市町 (338,659人)



- ①単身高齢者の割合, ②可住地人口密度, ③最終学歴中学校以下の高齢者の割合, ④課税対象所得を調整した偏相関分析

社会参加割合が高いと要支援・介護認定率が低い

市区町単位の地域相関分析: 91市区町 (n=188,583人)

JAGES 2016

【問】参加している会やグループ、仕事についておうかがいします。

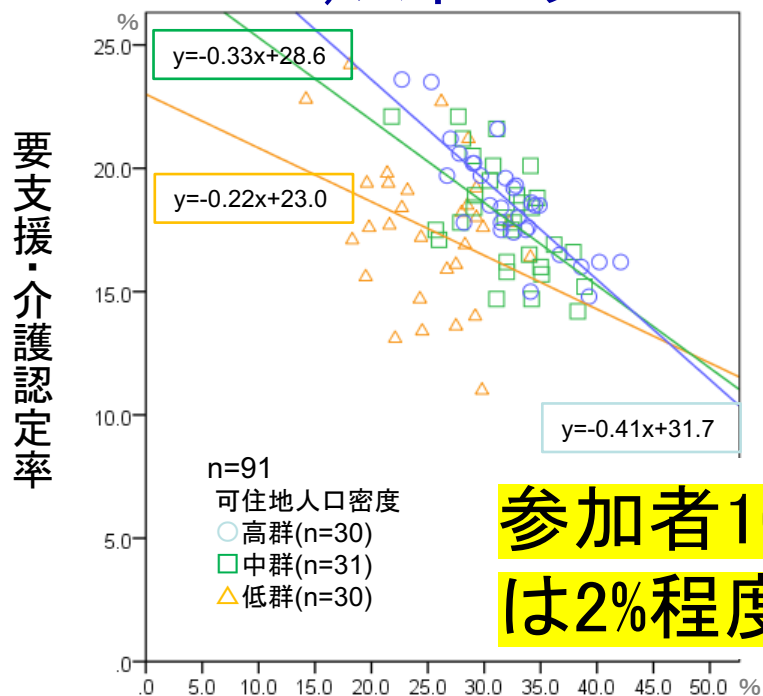
あなたは下記のような会・グループにどのくらいの頻度で参加していますか。(8種の地域組織について分析)

1. 週4回以上 2. 週2~3回 3. 週1回 4. 月1~3回 5. 年に数回 6. 参加していない 1~4⇒参加者とした

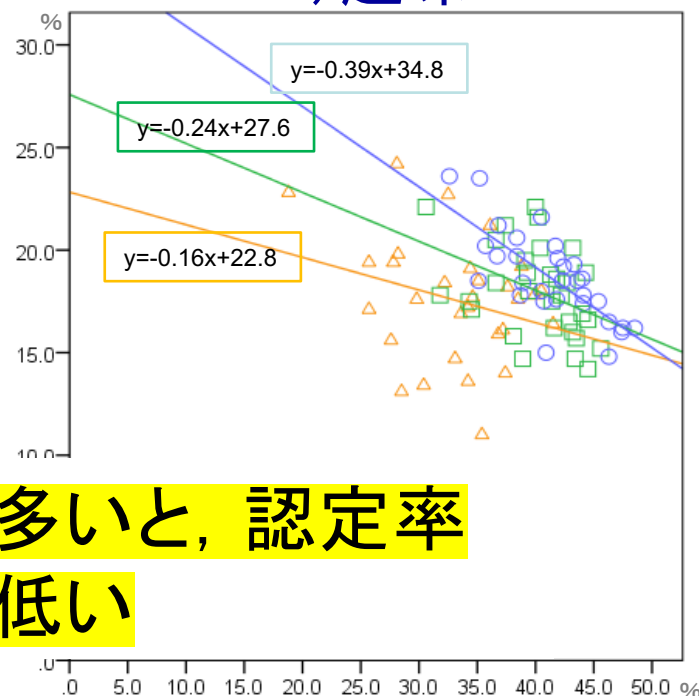
■ 都市度分類: 対象91市区町を可住地人口密度(人/km²)の三分位で分類

① 高群30市区 (8,155.9~16,559.1) ② 中群31市区 (1,954.0~8046.3) ③ 低群30市区町 (33.1~1,801.7)

1) スポーツ



2) 趣味



参加者10%多いと、認定率は2%程度の低い

月1回以上参加している高齢者の割合(地域組織の種類別)

《重回帰分析の結果*》

1) スポーツ関係のグループやクラブ B=-0.22

2) 趣味関係のグループ B=-0.16

* n=91市区町, p<0.01, B=非標準化偏回帰係数

目的変数: 要支援・介護認定率 説明変数: 地域組織参加割合(地域組織の種類別)

制御変数: 後期高齢者割合, 単身高齢者世帯割合, 高齢者有業割合,

従業者1人あたり売上, 可住地人口密度(上図はこれらを制御していない)

伊藤大介ほか. 厚生指標66(8):1-8, 2019のデータより作成

エイジフレンドリーシティって何？

エイジフレンドリーシティとは「高齢者にやさしい都市」の意味です。
WHO(世界保健機関)が推進する、高齢化に対応したまちづくりの考え方です。

WHOが示す課題解決に必要な8つの分野

屋外スペースと建物

住居

尊敬と社会的包摂

コミュニケーションと
情報

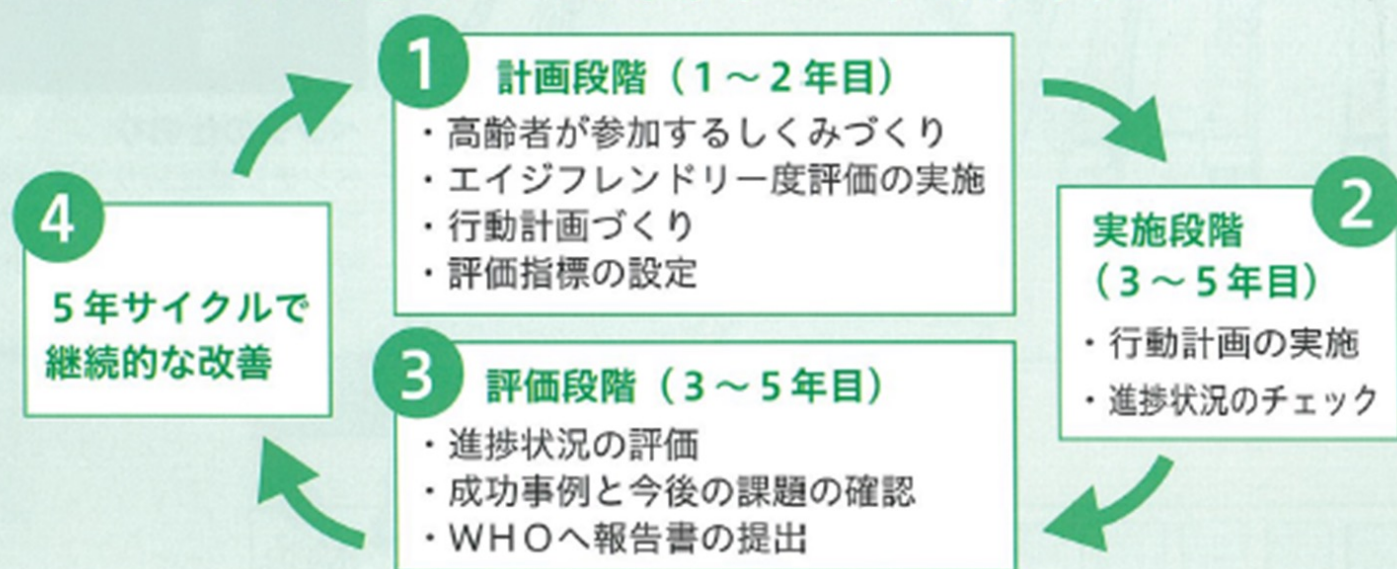
交通機関

社会参加

市民参加と雇用

地域社会の支援と
保健サービス

WHOグローバルネットワークのサイクル





**MEASURING THE
AGE-FRIENDLINESS
OF CITIES**

A GUIDE TO USING CORE INDICATORS

WHO Monitoring Framework & Core Indicators for AFC

Accessible Physical Environment

- Neighbourhood walkability
- Accessibility of public spaces and buildings
- Accessibility of public transportation vehicles
- Accessibility of public transportation stops
- Affordability of housing

WHO 2015

Inclusive Social Environment

- Positive social attitude toward older people
- Engagement in volunteer activity
- Engagement in paid employment
- Engagement in socio-cultural activity
- Participation in local decision-making
- Availability of information
- Availability of health & social services
- Economic Security

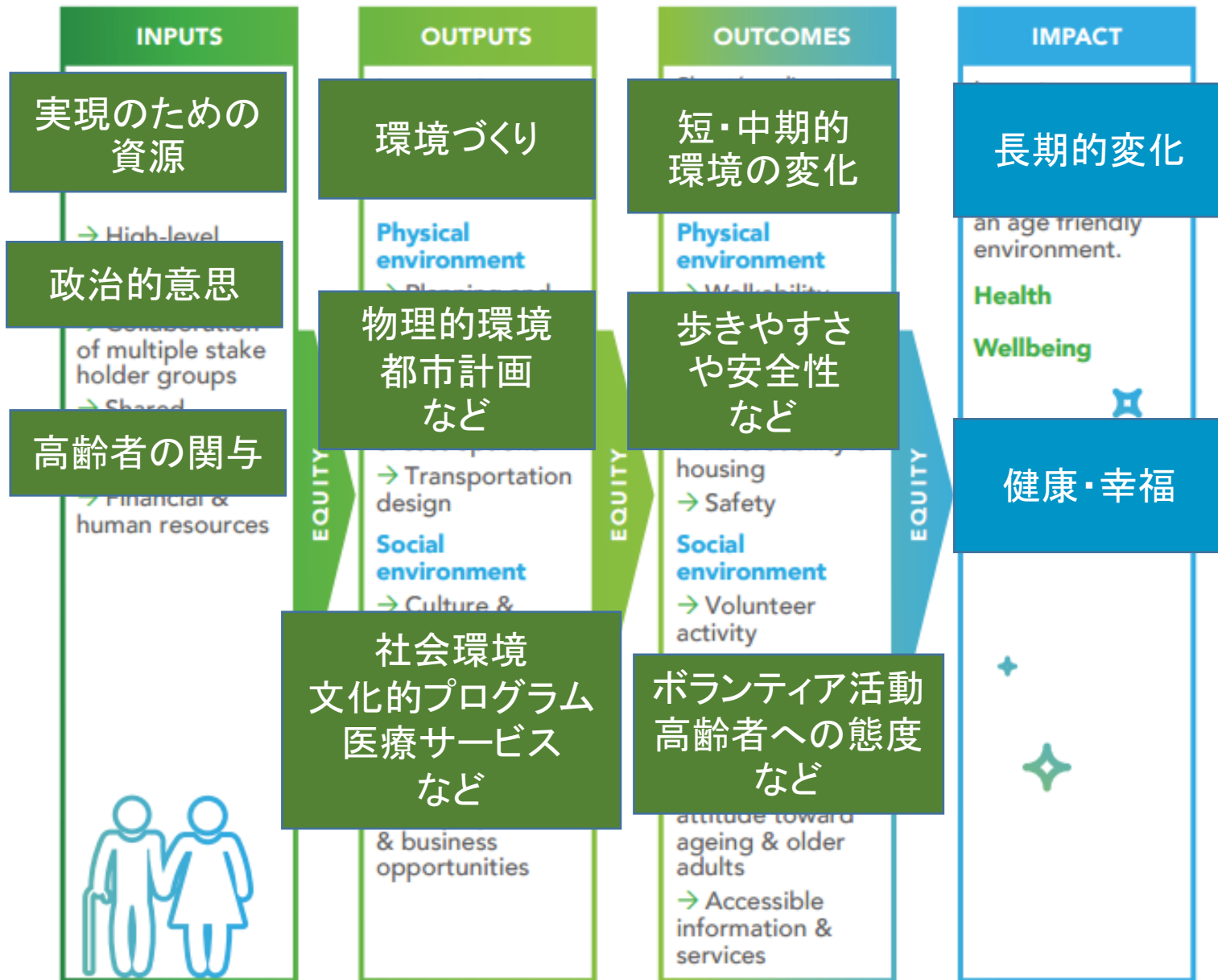
Impact on Well-being

- Quality of life

Equity Measures

- Difference between two reference groups
- Difference between population average and highest attainable level of outcome

FIGURE 1. A FRAMEWORK FOR SELECTING AN AGE-FRIENDLY CITY INDICATOR SET



JAGES 健康とくらしの調査

参加市町村

■ 2019調査参加市町村
■ 過去の参加市町村

JAGES 2019

64 市町村

送付数 375,421
 回収数 258,842
 回収率 68.9%

JAGES 2016/17

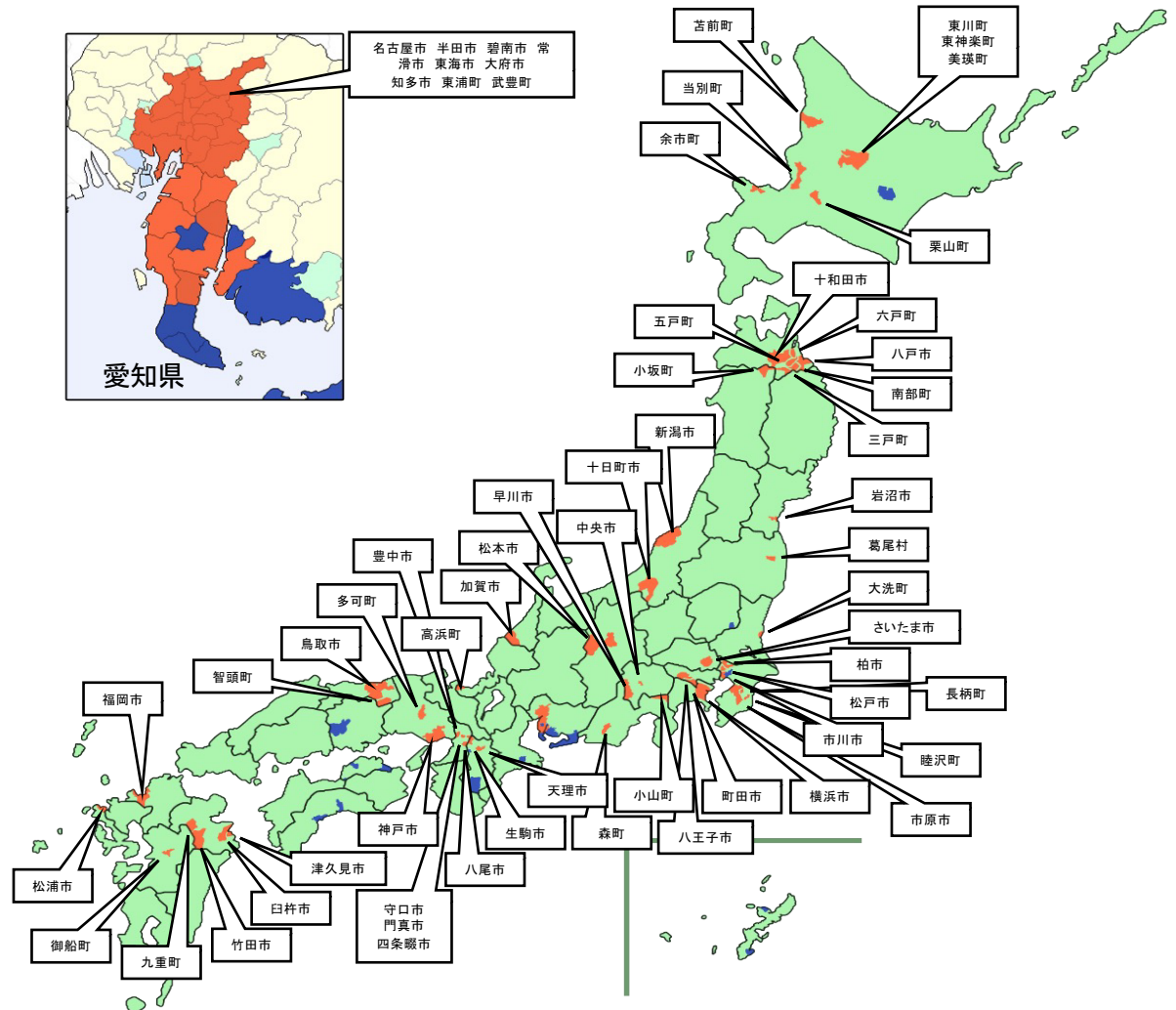
市町村数 40
 送付数 約30万人
 回収数 約20万人
 回答率 約69.5%

JAGES 2013/14

市町村数 30
 送付数 約20万人
 回収数 約14万人
 回答率 約70.8%

JAGES 2010/11

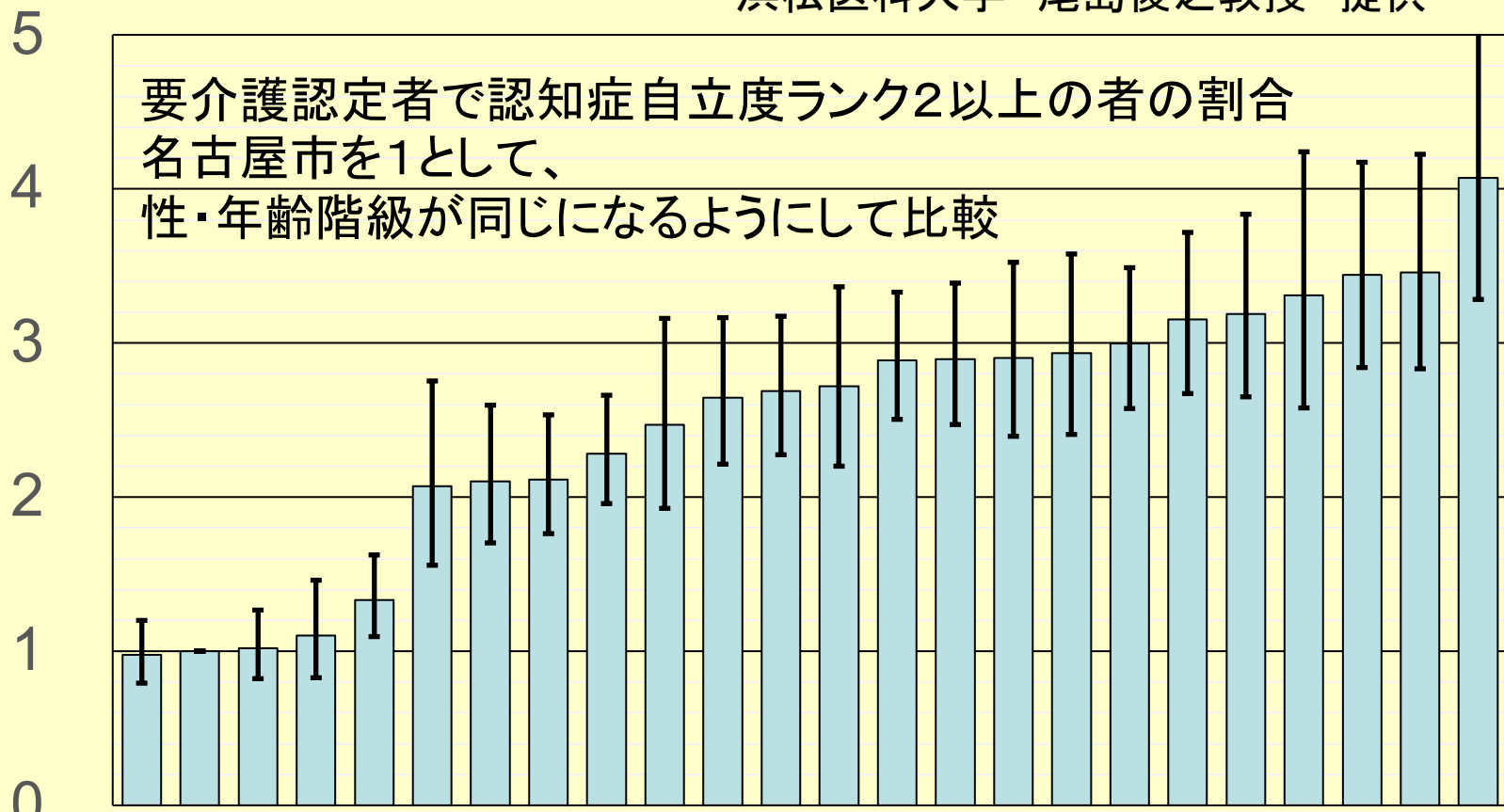
市町村数 31
 送付数 約17万人
 回収数 約11万人
 回答率 約66.3%



認知症になりにくいまちはどこ？

JAGES 2010-13追跡データが得られた24市町村

浜松医科大学 尾島俊之教授 提供



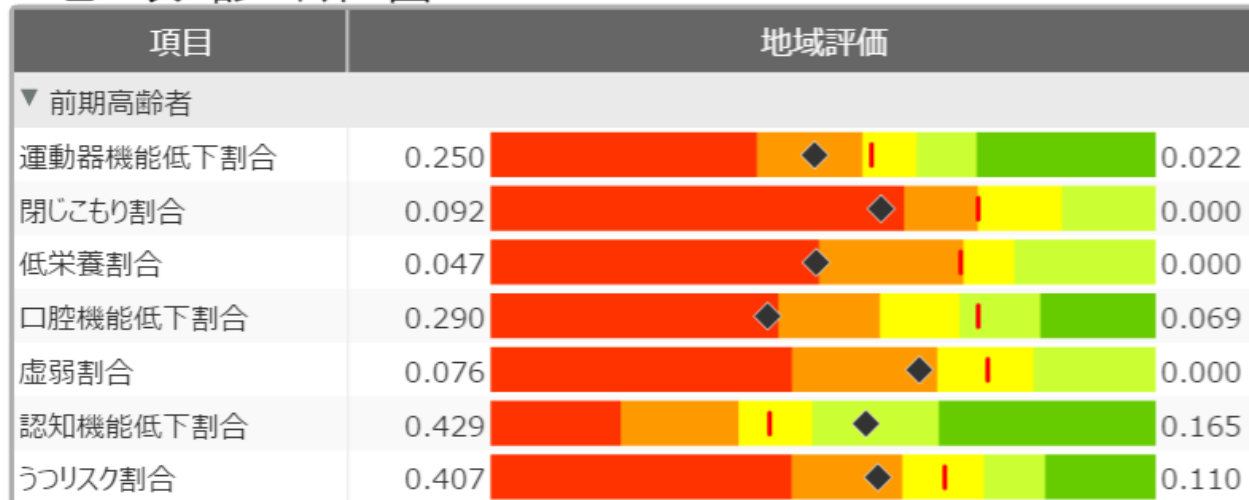
武豊町
名古屋市

約3年間の追跡で、認知症を伴う認定者割合が低い町がある。格差は4倍

A市C地区における取り組み

健康指標の悪いC地区を重点対象に選定

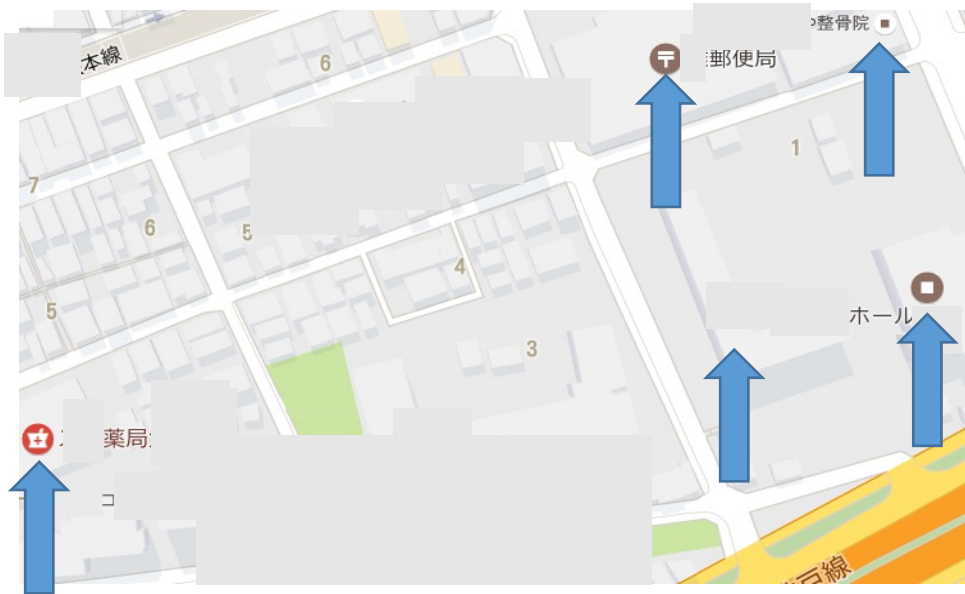
地域診断書



通いの場を開設できる公共施設がないことが判明

⇒どこか人が集まれそうな所はないか？

見つかったのは・・・



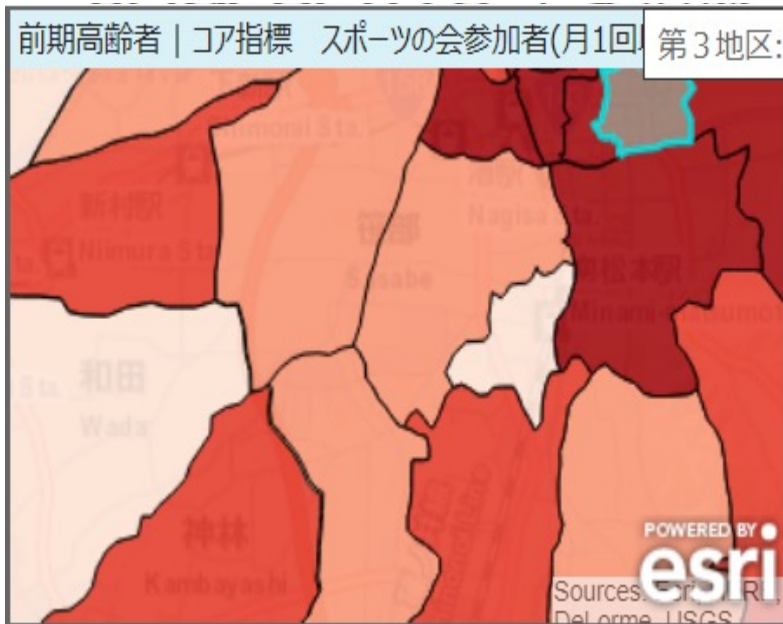
1. 団地集会場
2. 整骨院
3. 郵便局
4. 葬儀用ホール
5. 薬局のチェーン店

ボランティアを募ってワークショップを開催

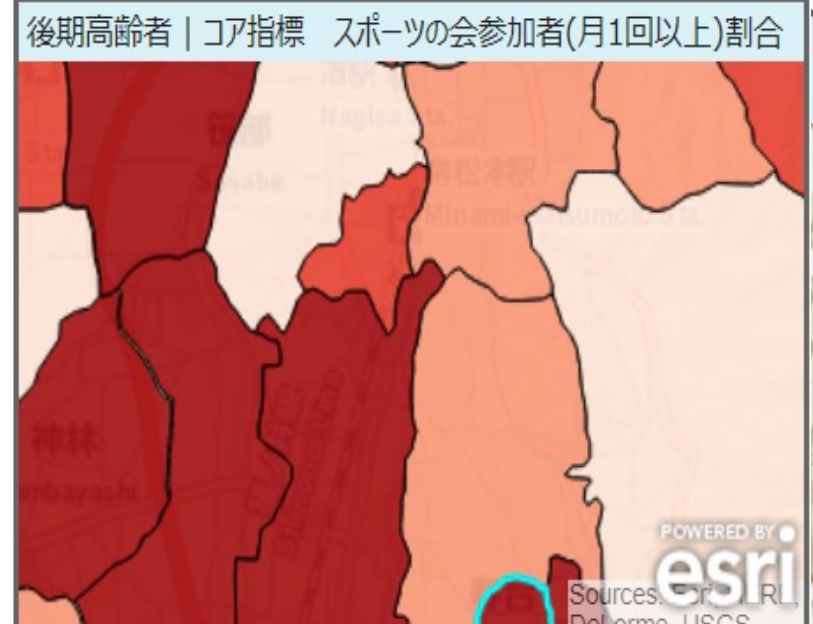
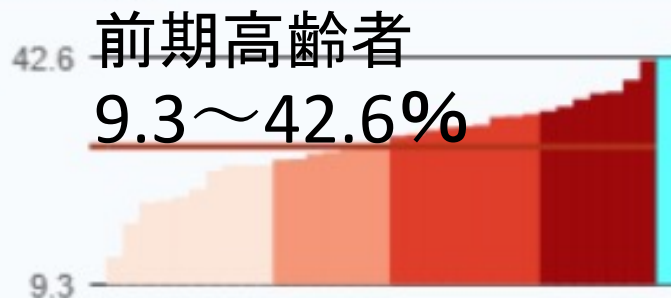
スポーツの会参加率高いのは？

- 市内にも大きな差, なぜ？

JAGES HEART 2016



グラフ (地図表示と連動)



グラフ (地図表示と連動)



武豊町【憩いサロン・各会場の取り組み】

【主な活動・・・季節のイベント】

☆ 新年かくし芸大会

☆ ひな祭り

☆ 夏まつり

☆ ミニ運動会

☆ クリスマス会



(盆踊り)



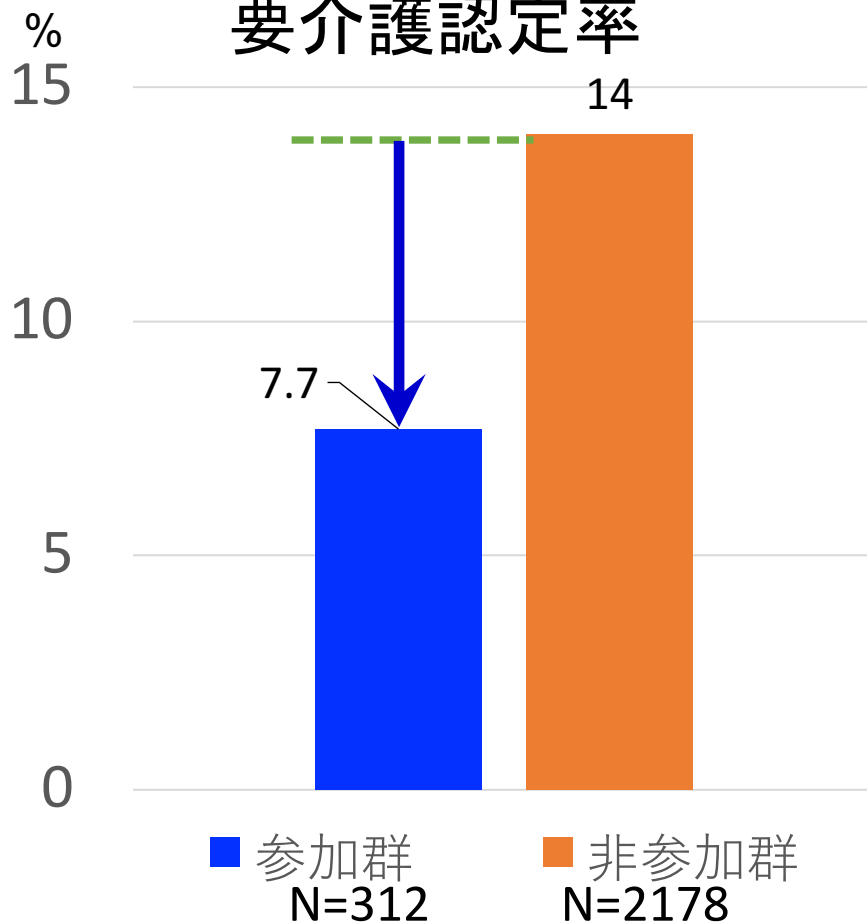
(玉入れ)

サロン参加群で要介護認定率・認知症発症は低い

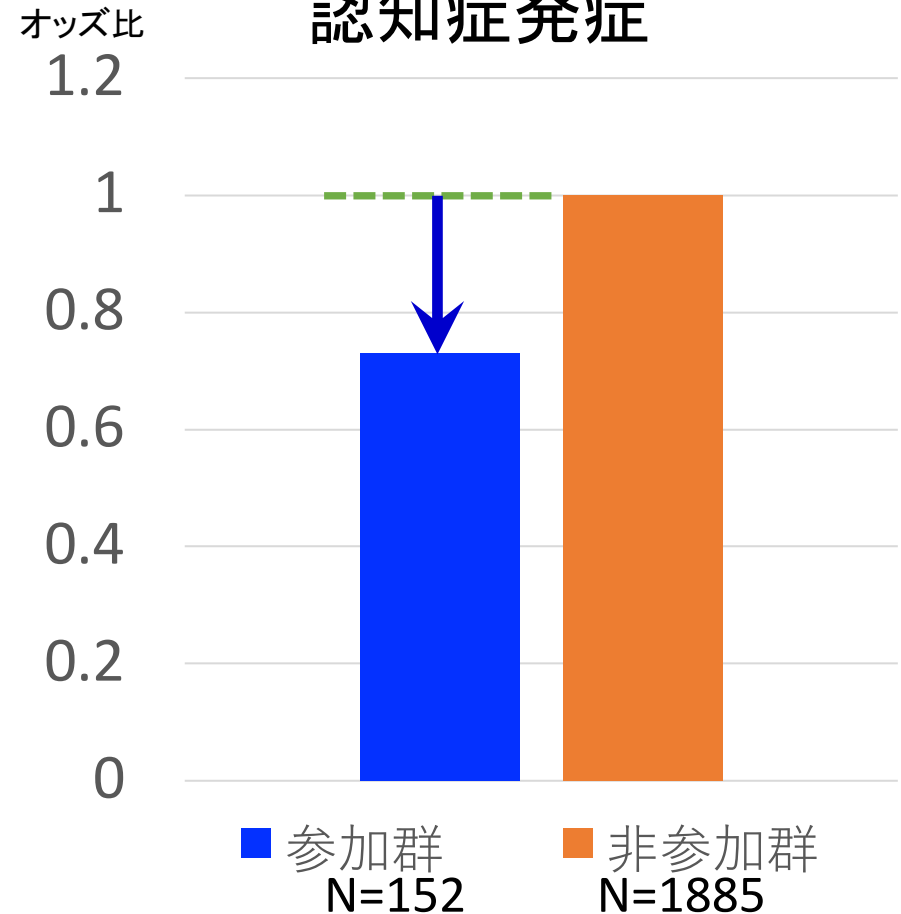
2007年から2012年までの5年間で要介護認定率は約半分に（6.3ポイント）抑制

7年間の追跡でサロン参加群で認知症（認知症度ランク1以上）発症が3割減

要介護認定率



認知症発症



Hikichi, H. et al.: Effect of community intervention program promoting social interactions on functional disability prevention for older adults: propensity score matching and instrumental variable analyses, JAGES Taketoyo study. Journal of Epidemiology and Community Health (doi: 10.1136/jech-2014-205345)

Hikichi, H., Kondo, K., Takeda, T., and Kawachi, I.: Social interaction and cognitive decline: Results of 7-years community intervention. Alzheimer's & Dementia: Translational Research & Clinical Interventions 3 (1): 23-32, 2017.

住民主体サロンの概要

つどいの場からはじまる

介護予防(=健康づくり)!

～「みんなが主役!」が合言葉～

介護予防(=健康づくり)には様々な取り組みがあります。なかでも厚生労働省が注目しているのが『地域のつどいの場に参加すること・手伝えること』です。

地域の住民同士が、気軽に集える多様な地域の交流の場「つどいの場」が重要であるといわれていますが、駅南通にも地域の皆さんによる、誰でも参加できるつどいの場があります。

まずは、駅南通で開催される地域のつどいの場を、お買い物帰りに、散歩ついでに、家事の合間に、お気軽にのぞいてみてください。

皆様のご参加をお待ちしております。



C地区 ウォーキング

～気軽に集まって、楽しく体操～

男女問わず、自由に楽しく誰でもはじめられる体操をしてみませんか。
一緒に楽しい時間を作りましょう!

日時: 毎月 第1・3 金曜日 13時30分～14時30分

場所: キャナルタウン7号棟 集会所

参加費: 無料

持ち物: 水分(お茶や水)・上履き・汗拭きタオル

内容: 上記の時間、体操やおしゃべりをする会です。間違えても楽しく笑いながらできます。講師のいないみんなが主役の体操の会です。

※ 皆が集まって体操を行う体操グループ活動です。参加にあたっての事故・トラブル等は各自の責任となります。



重力を上手に
使いながら、
いすに座って
手軽にできる
体操です!

C地区 川島いっしょ カフェ



みんなで集まって、楽しくお話ししたりお茶を飲んだり歌ったりしませんか? 2か月に1回は、お楽しみのイベントを行っています。みなさんのお声で楽しいカフェにしましょう。

日時: 毎月 第4 水曜日 13時30分～15時00分

(詳しくは、キャナルタウン住宅掲示板ポスターをご確認ください。)

場所: キャナルタウン2号棟 集会所

懐かしい歌も
歌います!

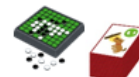


参加費: 1回 50円

内容: お茶やコーヒーを飲みながら、みんなで楽しいひと時を。楽しくおしゃべりしたり、歌を歌ったり、2か月に1回は、役立つお話や物づくりなどイベントを行っています。ぜひご参加ください。



C地区趣味の会



～気軽に集まって、楽しいひと時を～男女問わず、自由にお茶を飲みながら、参加される皆さんと一緒に楽しい時間を作りましょう! 将棋盤やオセロ、刺しゅうや編み物などの持ち込みもできます。

日時: 毎月 第2 水曜日 13時30分～15時00分

(詳しくは、キャナルタウン住宅掲示板ポスターをご確認ください。)

場所: キャナルタウン2号棟 集会所

参加費: 1回 50円

内容: 上記の時間、自由にお茶を飲んだり、懐かしい遊びを行います。家で眠っている将棋盤やカルタなど、自由にご持参ください。



15:00から
ラジオ体操も
行います!

ふれあい喫茶スタンプラリー

ふれあい喫茶 
スタンプラリー

実施中!

10/1 ~ 10/31 まで

スタンプを4つ集めて
粗品をゲットしよう♪



キーワード

- 高齢者が毎日外出するきっかけを作りたい
- 居場所の次の担い手を発掘したい
- 家の近くだけでなく、他圏域へも出向いてほしい

①ふれあい広場 おりーぶ

日にも 10月1・15・22・29日(火)
時間 11:00~13:00
金額 200円
場所 カトリック兵庫教会内
(兵庫区塚本通4丁目4-4)

②喫茶よりみち

日にも 10月4・11・18・25日(金)
時間 11:00~18:00
金額 100~200円
場所 そんぼの家5神戸上沢
(兵庫区上沢通9丁目2-5)

③おしゃべりカフェ ちゃっぷりん

日にも 10月5日・19日(土)
時間 14:00~18:00
金額 450円
場所 喫茶ちゃっぷりん
(兵庫区下三条町7-1)

④ふれあい交流会

日にも 10月6・20日(日)
時間 8:00~10:00
金額 100円
場所 フレール兵庫浜崎住宅集会所
(兵庫区浜崎通1-27)

⑤キャナル Cafe

日にも 10月8・22日(火)
時間 9:30~11:30
金額 100円(珈琲のみ)
場所 キャナルタウン中央6階集会所
(兵庫区駅南通9丁目1-2)

⑥菊水ふれあい喫茶

日にも 10月12日(土)
時間 9:00~10:30
金額 200円
場所 菊水地域福祉センター
(兵庫区菊水町2丁目1-2)

⑦ふれあい喫茶 夢野

日にも 10月12日(土)
時間 13:30~15:30
金額 200円
場所 夢野地区地域福祉センター
(兵庫区漢山川町7丁目6-5)

⑧和田岬ふれあい喫茶

日にも 10月12日(土)
時間 13:30~15:30
金額 250円
場所 和田岬地域福祉センター
(兵庫区浜山通1丁目1-1)

⑨ふれあい喫茶サポテン

日にも 10月13日(日)
時間 8:00~10:00
金額 100~200円
場所 フレール兵庫
(兵庫区)

⑩ひよどりふれあい喫茶

日にも 10月13日(日)
時間 9:00~11:00
金額 約200円

⑪西橋ふれあい喫茶

日にも 10月13日(日)
時間 11:00~14:00
金額 200円
場所 西橋自治会館
(兵庫区西橋通1丁目3-11)

⑫兵庫大開ふれあい喫茶

日にも 10月13日(日)
時間 9:00~12:00
金額 150円(単品50円)
場所 兵庫大開地域福祉センター1階
(兵庫区永沢町4丁目4-28)

⑬明観ふれあい喫茶

日にも 10月13日(日)
時間 10:00~12:30
金額 200円
場所 明観地域福祉センター
(兵庫区須佐野通4丁目1-43)

⑭くまのふれあい喫茶

日にも 10月14日
時間 11:00~13:00
金額 200円
場所 熊野地域福祉センター
(兵庫区)

⑮ふれあい喫茶「なごみ」

日にも 10月15日(火)
時間 13:30~15:00
金額 150円
場所 神戸市當浜崎通住宅集会所
(兵庫区浜崎通2-22)

⑯きずな会

日にも 10月17日(木)
時間 13:00~15:00
金額 100円
場所 マルシ市場内「まるしんマルシェ」
(兵庫区東山町4丁目5)

⑰漢山ふれあい喫茶

日にも 10月19日(土)
時間 8:30~11:00
金額 200円
場所 漢山地域福祉センター1階
(兵庫区大開町2丁目2-8)

⑱湊川町東部 スモモ

日にも 10月20日
時間 9:00~11:30
金額 200円
場所 湊川町10丁目

⑲吉田町ふれあい喫茶

日にも 10月22日(火)
時間 11:00~14:00
金額 200円
場所 吉田町自治会館
(兵庫区吉田町2丁目2-18)

⑳キャナル元気いきいき会

日にも 10月23日(水)
時間 13:30~15:00
金額 50円
場所 キャナルタウンウエスト1号集会所
(兵庫区駅南通5丁目2-2)

㉑平野ふれあい喫茶

日にも 10月28日(土)
時間 12:00~14:30
金額 200円
場所 平野会館1階
(兵庫区神田町11-10)

㉒ふれあい喫茶

日にも 10月27日
時間 9:00~11:30
金額 250円
場所 フレール兵庫
(兵庫区)

スタンプラリー対象喫茶は裏面に掲載してある25カ所です。

25カ所のうち4か所を回りスタンプを集めてください。

スタンプが集まった方は、この紙を持って兵庫区社会福祉協議会、又はお近くのあんしんすこやかセンターまでお越しください。粗品をお渡しします。



8年かけて社会参加が増え健康指標も改善

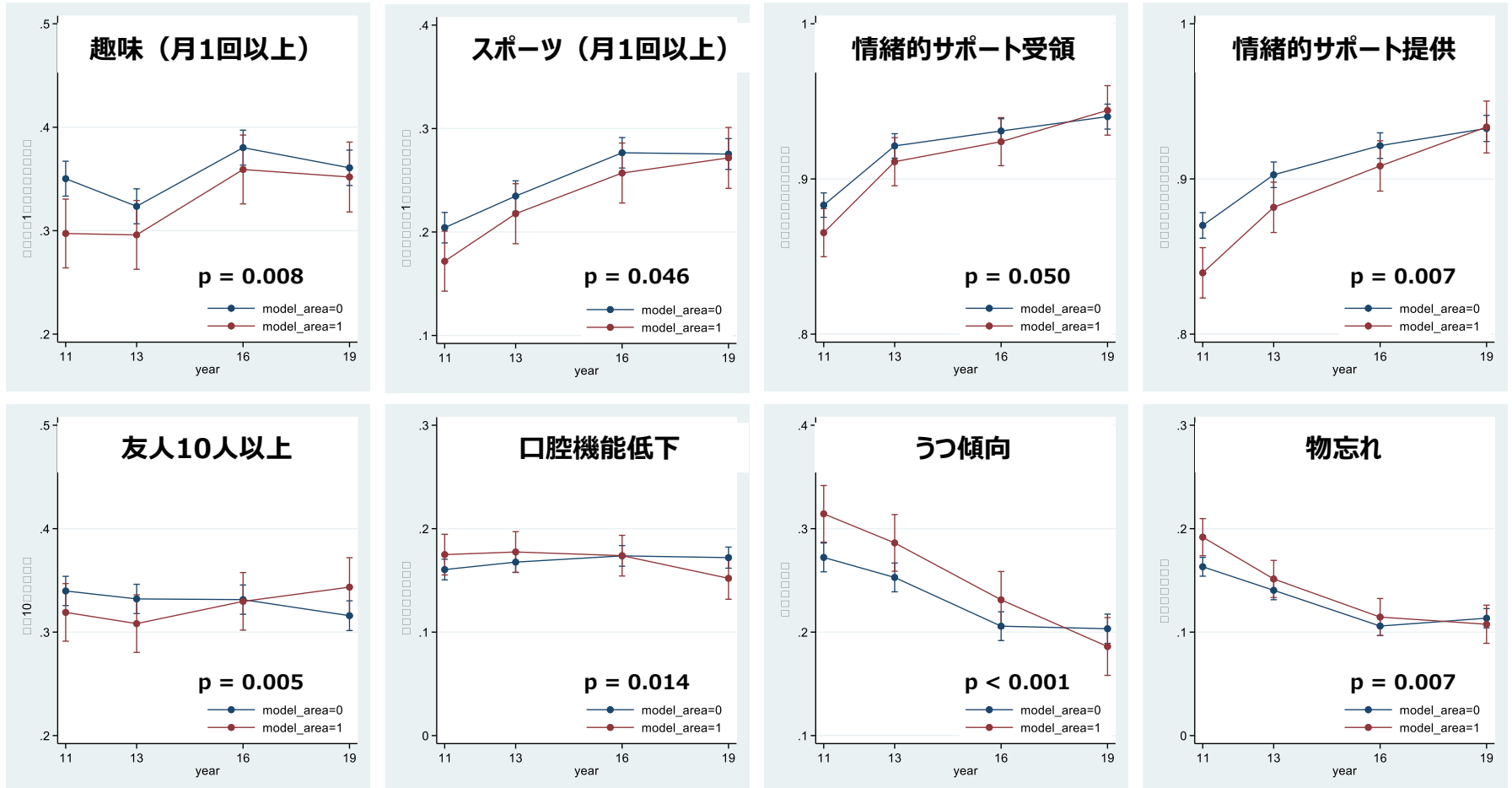
辻 大士, 高木 大資, 近藤 尚己, 丸山 佳子, 井手 一茂, LINGLING, 王 鶴群, 近藤 克則

通いの場づくりによる介護予防は地域間の健康格差を是正するか? : 8年間のエコロジカル研究

日本公衆衛生雑誌(印刷中) <https://doi.org/10.11236/jph.21-120>

赤: モデル地区 (n = 16)

青: 非モデル地区 (n = 62)



非モデル地区に比べ、不良であったモデル地区で、社会参加や支え合い、友人は増え、うつや物忘れは減少

WHO: the 73rd World Health Assembly 3 August 2020

**Decade  of Healthy Ageing
2020-2030**

the United Nations General Assembly 14 December 2020

**Decade of Healthy Ageing
2021-2030**

1. Communities become age-friendly by developing in ways that foster the abilities of older people **高齢者の能力を引き出すコミュニティ**
2. Ensure person centered integrated care for older people **人中心の高齢者のための統合ケア**
3. Provide older people who need it access to long-term care at community level **要介護者への地域レベルでの介護サービスの提供**