

スポーツ科学研究, 5, 246-252, 2008年

## 高齢者の介護予防推進ボランティア活動の 自主グループ設立に関する過程分析

### Process analysis on Self-Help groups of elderly people participating in a long-term care prevention program

李 恩兒<sup>1)</sup>、秋山由里<sup>2)</sup>、中村好男<sup>2)</sup>Euna Lee<sup>1)</sup>, Yuri Akiyama<sup>2)</sup>, Yoshio Nakamura<sup>2)</sup><sup>1)</sup>早稲田大学大学院スポーツ科学研究科<sup>2)</sup>早稲田大学スポーツ科学学術院<sup>1)</sup> Graduate School of Sport Sciences, Waseda University<sup>2)</sup> Faculty of Sport Sciences, Waseda University

キーワード: 高齢者、介護予防、ボランティア、過程分析

Key words: elderly people, long-term care prevention, volunteer, process analysis

#### 抄 録

本論では、地域高齢者を対象として体操教室等、健康増進を目的とした活動を行っている埼玉県狭山市のボランティア団体A会の設立過程を調査分析し、他地域での同様の自主グループ設立のための資料を提供しようとした。

調査方法としては、A会の役員、グループ立ち上げ時の関係者、行政の職員に半構造化インタビュー調査を行った。また会員名簿・会報・活動報告書・総会議案書などA会に関する情報を収集し、内容を分析した。

A会の設立過程には、1. 既存組織の継承、2. 人材発掘・研鑽機能、3. 行政の役割、という3つの要因が浮かび上がった。今後、高齢者の介護予防推進ボランティア活動を進めていくために、多数のグループを対象とした設立過程の分析を行い、共通する要因を明らかにする必要がある。

スポーツ科学研究, 5, 246-252, 2008年, 受付日: 2008年9月26日, 受理日: 2008年12月10日

連絡先: 李恩兒 早稲田大学大学院スポーツ科学研究科 359-1192 埼玉県所沢市三ヶ島 2-579-15

TEL/FAX: 04-2947-6829 E-mail: euna@fuji.waseda.jp

#### I. 緒 言

高齢化の進展に伴い要介護高齢者が急激に増加している中、介護予防が重要な課題となっており、地域高齢者の介護予防事業におけるボランティア活動の重要性が示唆されている。高齢者のボランティア活動と介護予防に関して、島貫ら

(2007)は、介護予防推進を目的としたボランティア活動への参加は、一般高齢者に比べ「高次の生活機能」や「ソーシャルネットワークの低下を抑制」と述べた。また、中原(2005)は、高齢者がボランティア活動を通して健康的に生活すること

によって、高齢者の介護にかかる労働力や資金の削減可能性を示唆した。

李ら(2007)は、地域高齢者を対象として体操教室等、健康増進を目的とした活動を行っている埼玉県狭山市のボランティア団体A会について、組織の概要・活動内容を報告した。A会では、市内18箇所で年間計 200 回を超える運動指導活動を円滑に実践し、地域での介護予防活動を促進する上では、きわめて重要な役割を果たしているといえる。ところで、このような自主組織はどのように生み出されるのであろうか。地域でのグループ活動の支援に関しては、地域保健分野および社会福祉の分野から研究されているが(九島ら, 1999; 諸沢, 2002; 都筑, 2003; 遠藤, 2006)、設立過程に関しては十分に検討されていない。そこで、本論ではA会の設立過程を調査分析し、他地域での同様の自主グループ設立のための資料を提供しようとした。

## II. 調査対象・研究方法

調査対象地域である埼玉県狭山市は、人口160,296名、高齢者人口は26,286名、高齢化率は16.4%である(2006年1月現在)。本論では、狭山市のボランティア団体A会を対象とした。

2006年7~12月に、役員(会長や運営に関わっている者)、グループ立ち上げの関係者、行政の職員にインタビュー調査を行った。インタビューは4回、内容は、「A会について」「設立当時の話」「関連組織について」などをテーマに半構造化インタビューを行った。インタビューの内容はICレコーダーに録音し、内容を逐語に起こした。

また、役員を通じて関連資料を収集した。収集した資料は、会員名簿、総会資料(2003年度、2004年度、2005年度)、会報(2005年度、2006年度:年3回発行)、活動報告書(2005年度、2006年度)、「シニア健康づくりの会(関連組織)」

の会報(青空サロン:2002年度)、「第3期狭山市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画(2006年度)」、A会創設メンバー記録資料であった。さらに、現場調査を行い、実際にどのような活動を行っているかを調べた。

倫理的配慮として、参加を呼びかける時点で研究主旨を説明した。インタビュー時は、研究協力者の発言に対する匿名性を確保し、研究協力に同意を得て、録音を行った。また、本研究は、早稲田大学スポーツ科学学術院倫理委員会の承認を得て実施した。

## III. A会の設立過程 (図1)

### 1. A会とは

A会は、「高齢者の仲間づくり、健康づくり、いきがづくり」をテーマとして、2003年4月に結成された会である。「高齢者の生きがいと健康づくり」を旨とし、会員相互の自己啓発社会活動を通して、地域社会の人々と共に支え合い、行政当局と共にこれからの高齢社会の活性化を推進することを目的としている。会員は、「狭山シニア・コミュニティ・カレッジ(以下、SSCC)」の「レクリエーション学科(以下、レク学科)」修了生が中心となっている組織である。事務局は、狭山市高齢介護課に置かれている。

会員は、2003年度27名、2004年度78名、2005年度87名と推移し、2006年には、76名が登録した。活動内容は、「青空サロン」と「元気塾」であり、各々の地域高齢者を対象に、ゲーム形式の軽運動や体操などの指導を行っている。「青空サロン」は、市内の神社・公園など14ヶ所、「元気塾」は、公民館・福祉施設4ヶ所で開催している。この他に、指導者のスキルアップを目指した年11回のフォローアップ研修会、年8回の役員会、年3回の広報誌発行などを行っている。

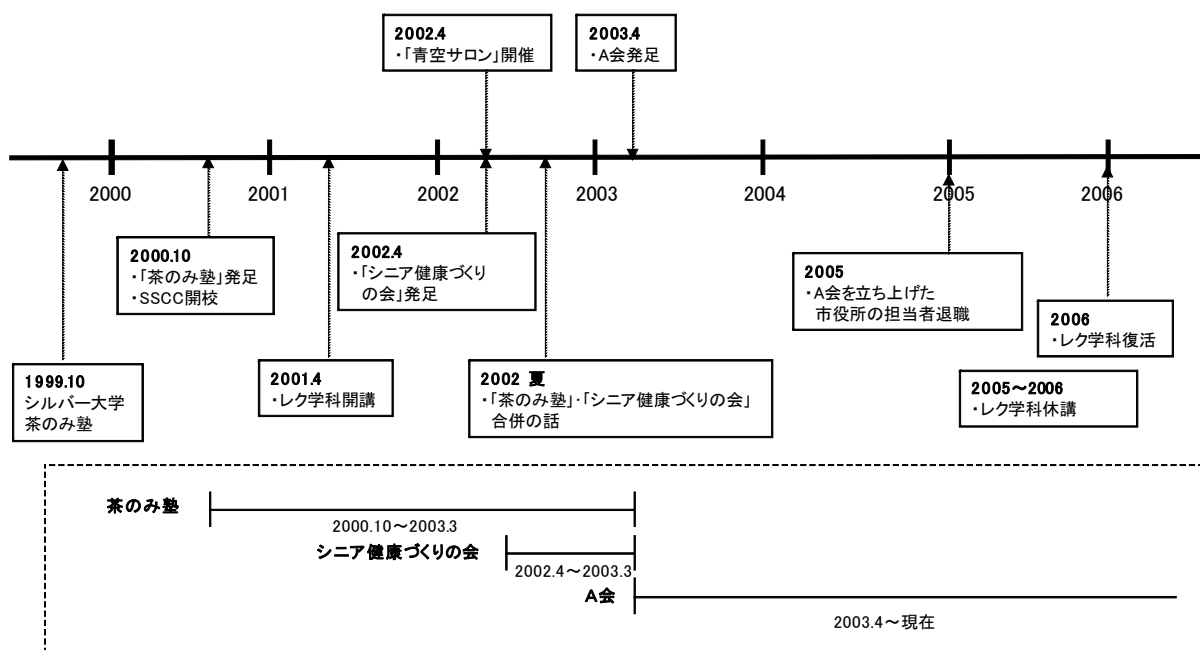


図 1 A会の設立過程

2006年度の登録会員は76名であった。このうち、「青空サロン」にスタッフとして参画しているのは35名、「元気塾」に関わっているのは14名であった。一方、月例のフォローアップ研修なども含めて、A会の行事にほとんど参加していない会員(名簿に登録しているだけの会員)も相当の数が存在し、実質的に活動している会員は40名程度であった。

A会の事業に必要とされる経費は、市と公民館から委託された事業の委託収入の他に、会費(1人当たり年間1,000円)で賄われている。「青空サロン」に関しては、「第3期狭山市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画(2006年度)」の中で、「介護予防のための正しい知識の普及と意識啓発の施策」として位置づけられており、狭山市からA会に対して事業委託費が支払われている(2005年度は367,000円)。また、「元気塾」は、公民館の事業として実施されており、A会に対して事業費が支払われている(2005年度は59,000円)。これらの事業収入は、各々の事業の直接経費として支出されている(2005年度の事業費総

額は495,732円)。また、会議費(総会・役員会等)、事務費(事務消耗品およびコピー代等)、通信費、広報費(会報の印刷等)などの管理的経費については、会費収入(2005年度は87,000円)から支弁されている。会員の活動は全てボランティアという認識がなされていて、指導スタッフに対する謝金支出はない。

## 2. A会発足以前の状況

### 1)「茶のみ塾」の発足(2000年10月)

「茶のみ塾」は、2000年に創立された。母体となったのは、1999年10月狭山市主催で開催された「シルバー大学・茶のみ塾」のメンバーおよびその他のニュースポーツ教室などの健康づくり講座の受講生80余名であった。発足のテーマは、「高齢者のため高齢者による活動」であった。その目的は、「仲間づくりを通じて高齢者の健康づくりと生きがいがづくりの普及に努めよう」というものであり、そのリーダーになる人を育成しようというものである。会の名称は、会の発足の経緯から「茶のみ塾」と名づけられた。「茶のみ塾」は、「狭山市

老人保健福祉計画(2000 年度)」の中で、自主的なグループの一つと位置付けられている。2003 年度に、この計画が見直され一部修正されたが、「茶のみ塾」の名前がA会と書き換えられて、引き続き市の重要組織になっている。

「茶のみ塾」の初年度の活動として、「ふれあいスポーツフェスティバル」、「ウォークラリー大会」など狭山市開催の事業の協力を始めに、「健康づくり講習会」、「健康ボウリング講習会」、「狭山の歴史講座」、「生き生き健康教室」などを開講した。また、同年 9 月より「高齢者の生きがい・健康づくり普及指導員」の資格を持って会員が中心となり、稲荷山ハイパーク(現在の県立稲荷山公園)を会場として、毎月 1 回「野外健康教室」を開催し、高齢者の健康づくりに対する意識高揚を図ってきた。その後、普及指導員の資格を持つ会員が主体となって、試行的に狭山市の神社や公園を利用して「野外健康教室」を開催するようになった。そのほか、会員の親睦行事として、ボウリング教室・親睦旅行なども実施し、会員の交流と活動の推進を行っていた。

## 2)SSCC (2000 年 10 月開校)

SSCC は、2000 年 10 月開校した。第 1 期は 2000 年 10 月から 2001 年 3 月までの 6 ヶ月間であった。講座科目はパソコン・ハンゲル・英語・狭山の歴史・生きがいの 5 学科だった。

参加者は、市内在住・在勤のおおむね 55 歳以上の者を対象に、1 年間の通学が可能な者で、ボランティア活動をしている者、SSCC をきっかけにボランティア活動や地域活動をしようとしている者を対象にしている。目的は、「高齢の方や今後高齢となられる方が、これからの高齢社会を活力のあるものとするために、これまでに培った能力や技術をさらに探求したり、社会の変化に即した新たな知識を習得する場である。学ぶことや仲間との出会いで生きがいを高め、得た知識や積み重

ねた経験を生かして、引き続き社会の一員として地域で活躍すること」である。

SSCC は、狭山市の生涯学習部社会教育課で担当しているが、その運営は「狭山市の高齢社会を考える会(以下、「考える会」)」という組織が市から委託して実施している。

### ①「考える会」(1999 年 12 月発足)

狭山市は、1999 年市民 2000 人を対象に高齢社会に関する意識調査を行った。その後、論文を募集し、応募した 18 人が幹事役となり、市の高齢者福祉課の支援をうけながら「考える会」の創設に向けて動きが始まった。

「考える会」は、1999 年 12 月設立された。健康推進、社会参加、世帯間交流、生活環境、文化・教養の 5 つの事業を掲げたが、具体的に何をどうするのかまでは決まっていなかった。高齢者福祉課の職員と話し合いを進めていく中で生まれてきたのが、「シルバー成人式」構想と SSCC 構想の 2 つであった。「シルバー成人式」は、その後、シンポジウム「高齢社会を考える集い(市の委託事業)」として毎年開催する恒例のイベントとなった。

一方、SSCC は、「考える会」が市の委託を受けて運営することとなった。初年度(2000 年)は、定員 140 人の募集に 565 人の応募があった。あまりの人気の翌年の第 2 期には 2 学科(ガーデニング学科とレクリエーション学科(以下、「レク学科」))の 2 学科が増えて 7 学科(定員 280 人)となり、修了期間も 1 年と延びた(住吉, 2006)。

### ②レク学科(2001 年 4 月開講)

レク学科は、2001 年度から SSCC の学科として開講された。レク学科は、生きがい、健康づくりの普及を目的に指導員の養成を目指し、理論と実技を中心に教育カリキュラムが構成されている。当時のスケジュールは、第 1・2・3 木曜日、学習時間は 13:00~16:50、募集人数は 20 名、講義概数は 23 回、狭山市入間に所在しているユースブ

ラザで実施された。レク学科の 1 年の授業料は 10,000 円で教材費等の実費は別途、個人負担となっている。講義内容は、日本レクリエーション協会が発行しているレクリエーション・インストラクター養成テキスト「楽しいをつくるーやさしいレクリエーション実践」が使用された。最終目標は、資格取得試験を受けレクリエーション・インストラクターの資格を取ることであった。レク学科は、コーディネータ資格を持っている市役所の担当者がスケジュールを管理していた。この担当者は、後にレク学科とその修了生が中心となってA会を立ち上げる際に多大な貢献をした人である。

2001 年度 1 期生 20 名、2002 年度 2 期生 25 名、2003 年度 3 期生 24 名、2004 年度 4 期 24 名、2005 年度は休講になった。2006 年度復活し、28 名がレク学科を修了した。

レク学科の第 1 期卒業生は、修了後に「シニア健康づくりの会」を立ち上げた(2002 年 4 月)。市内の 7 地区 14 ヶ所で「青空サロン」が開催され、レクリエーション・インストラクターがリーダーとして活動を始めた。「青空サロン」の前身として「茶のみ塾」が主催した「野外健康教室」があった。

### 3. A会発足前後

「茶のみ塾」のメンバーでレク学科に入った者もいたので、当時 2 つのグループを担当した市役所の担当者は、レク学科の卒業生を「茶のみ塾」に入れようとした。しかし、うまくできず、その後レク学科卒業生だけで作った会が「シニア健康づくりの会」という会である。「シニア健康づくりの会」と「茶のみ塾」とは目的が同一であること、また両方重なっている人がいたことから、市の担当者は両グループの合併を望んでいた。2002 年 9 月頃、合併する話に意見が合致し、2 つの組織は、A会という名前で 2003 年に合併することになった。

2002 年 3 月 SSCC レク学科の第 1 期生が卒業する際に、SSCC レク学科の市役所の担当者

は、卒業生に対し「4 月から各地域で学んだことを地域に還元して下さい」と働きかけた。その当時、卒業生は「自信がない、現場に出たことないのが、出るわけだから大変」など戸惑いながらも担当者の話を聞いて徐々に認識が変わり、20 名の卒業生それぞれ 1~2 人が各地域 14 ヶ所で「青空サロン」を開いた。また、現場指導の経験がない会員のため、担当者自ら現場に立ち寄り、見本を見せるなど現場指導も行った。

設立当時の話や活動中の苦労話について、会員から「自治会・寿会を説得し理解を得るのに大変苦労」、「チラシを 200 枚位作って配布しても公民館等は、置きっぱなしで人が集まらない」、「2004 年春頃スタッフが 6~7 人いて、参加者が 1~2 人の時期もあった」の発言があり、発足時の苦労がうかがえる。その後、「参加者の募集方法を工夫し、ロコミを利用することにした」、「参加者が 2 枚チラシを持って、配るようにした」など、参加者を増やす試みを積み重ねた。それ以外にも、例えば参加場所に関して、「設立当時、何もわからない状態で場所を探した」、「体操ができる・トイレがある・水・雨が降った時対応できる場所がある等条件に合う公園・神社を探した」との努力が重ねられた。

2005 年度は、レク学科が閉講した。その理由は大きく 2 つあった。1 つ目は、市の担当指導者の退職、2 つ目は、レク学科の希望者の減少であった。これに対してA会の会員は、「公民館・各地区会場の掲示板で PR」、「希望者の推薦・ロコミ」、「市長にレク学科復活要望書を提出」の努力の末、2006 年度はレク学科が復活し、現在も活動を継続している。

### IV. 設立に関与した要因

本論では、高齢者が健康増進を目的として実施しているボランティア活動の自主グループを対象として、その設立過程を調査した。その結果を

総覧すると、1. 既存組織の継承、2. 人材発掘・研鑽機能、3. 行政の役割、という 3 つの要因が浮かび上がった。

既存組織の継承については、A会を立ち上げる前に存在した「茶のみ塾」という団体の重要性を指摘することができる。A会は、「茶のみ塾」の活動内容と人材という 2 つの面から影響を受けた。「茶のみ塾」が 2000 年に毎月 1 回実施した「野外健康教室」が、A会の「青空サロン」の前身になっている。また「茶のみ塾」の後にレク学科ができ、「茶のみ塾」のメンバーがレク学科に入った。いわば、レク学科は、「茶のみ塾」という未成熟な組織をA会という自立した組織に変換する役割を果たしたといえるだろう。地域の中高齢者の社会参加促進の要因に関する先行研究でも、「既存の地域組織の活性化」(金ら, 2004)、「自治体で養成している健康御師グループの存在」(重松ら, 2006)が挙げられている。本論でも「既存組織の継承」という同様の結果がみられ、新しい事業・企画よりも既存の組織を有効に利用してもっと体系的な団体が作られたと考えられる。

次に、人材発掘・研鑽機能に関しては、レク学科の重要性を指摘することができるだろう。これは、「地域に還元できる生涯学習プログラムの重要性」と言い換えることもできる。生涯学習は、多くの地域で行われているが、本研究の対象地域であった狭山市の講座は、レクリエーション・インストラクターの資格を取ることが課程内に含まれており、参加者のモチベーションにも影響を与えたと考えられる。内閣府(2003)の調査によると、地域のための奉仕活動をするために必要な条件として、「技術や経験が生かせること」が挙げられている。岡本(2006)の研究でも、習得した技術・知識を活用することや、資格を生かすために依頼されたりすることが、ボランティア活動のきっかけになると述べられている。また、SSCC は地域に還元することを前提にしているのでボランティア活動に関す

る教育が行われ、受講生のボランティア意識が強く、お互いの連帯感が立ち上げに作用したかもしれない。単発的な講習やイベント参加だけではなく、長期的な教育による知識や資格習得、一緒に学んだ参加者の間で形成される仲間意識などボランティア活動に結び付けやすい環境を整備することが重要だろう。

最後に、行政の役割として、レク学科のような教育だけではなく、学んだことを活用できる場としてA会の構造を考えたことが特徴的である。特に当時の高齢者福祉課の担当者は積極的にA会の設立支援に尽力し、自ら現場で指導の見本を見せるなど、高齢者が自立して活動を行えるための支援をおこなった。また、「茶のみ塾」という既存組織が持っているメリットを活用するように組織の合併などを働きかけたことも重要である。行政の役割としては、「支援体制」、「情報提供」、「技術提供」、「機会の提供」の重要性が先行研究でも挙げられている(渡部ら, 2003; 林ら, 2003)。本論でも同様な結果が得られたが、最も重要なことは概念だけではなく、組織を設立・運営するために、行政はいつどのような支援をすれば良いのかを明らかにすることが重要である。A会は、高齢者を中心とした自主グループであるが、地域で活躍できるための教育および自立的に活動ができるまでの組織形成には行政の積極的な関与が必要であった。

## V. まとめ

2006 年度の介護保険制度改正では、元気高齢者向けの「一般高齢者施策」が創設され、介護予防の意義や知識の啓発、介護予防に関わるボランティア等の人材育成、地域活動組織の育成・支援が行われている。今後、高齢者の介護予防推進ボランティア活動を進めていくために、多数のグループを対象とした設立過程の分析を行い、共通する要因を明らかにする必要がある。

## 文 献

- ・ 遠藤和士 (2006) 自主グループ活動に対する支援のあり方に関する研究. 大阪大学教育学年報、11、93-103
- ・ 林志保、池田澄子、高嶋伸子、筒井知子 (2003) 住民主体の地域づくりと協働する行政のあり方—住民自主グループのエンパワメントの分析から—、香川医学大学看護学雑誌、7(1)、145-154
- ・ 金貞任、新開省二、熊谷修、藤原佳典、吉田祐子、天野秀紀、鈴木隆雄 (2004) 地域中高年者の社会参加の現状とその関連要因—埼玉県鳩山町の調査から—、日本公衛誌、51(5)、322-334
- ・ 厚生労働省 (2006) 介護保険制度改革の概要—介護保険法改正と介護報酬改定—、<http://www.mhlw.go.jp/topics/kaigo/topics/0603/dl/data.pdf>
- ・ 九島久美子、鳩野洋子、田中久恵、伊藤昌子、釘本祥子、野本寿美子、深谷千穂理、人見ますみ、小田和子、成中政子 (1999) 住民主体型のグループ育成をめざした保健婦活動のあり方に関する研究—グループの形態分類—、保健婦雑誌、55、194-200
- ・ 李恩兒、秋山由里、中村好男 (2007) レクリエーション指導者が主体となった地域健康増進活動の事例、自由時間研究、30、40-45
- ・ 諸沢祥子 (2002) 自主グループづくりのコツ、保健婦雑誌、58、644-651
- ・ 中原純 (2005) 高齢者のボランティア活動に関する研究の動向—シニアボランティアの現状と課題—、生老病死の行動科学、10、147-155
- ・ 内閣府 (2003) 高齢者の地域社会への参加に関する意識調査、  
[http://www8.cao.go.jp/kourei/ishiki/h17\\_sougou/index.html](http://www8.cao.go.jp/kourei/ishiki/h17_sougou/index.html)
- ・ 岡本秀明 (2006) 高齢者のボランティア活動に関連する要因、厚生学の指標、53(15)、8-13
- ・ 重松良祐、櫻井しのぶ、藪下典子、北村純 (2006) 高齢者に運動参加・継続を促す人材の育成システム—隣接する複数自治体の協働による長期取り組み—、第 21 回健康医科学研究助成論文集、47-56
- ・ 島貫秀樹、本田春彦、伊藤常久、河西敏幸、高戸仁郎、坂本譲、犬塚剛、伊藤弓月、荒山直子、植木章三、芳賀博 (2007) 地域在宅高齢者の介護予防推進ボランティア活動と社会・身体的健康および QOL との関係、日本公衛誌、54(11)、749-759
- ・ 住吉俊彦 (2006) 埼玉県狭山市「狭山市の高齢社会を「考える会」」が運営する狭山シニア・コミュニティ・カレッジ、団塊世代・平均さんの小さな会社を息子とつくる、講談社、東京、pp.81-88.
- ・ 都筑千景 (2003) グループを支援していくための理論・技術—社会福祉学領域の研究成果から—、看護研究、36(7)、551-562
- ・ 渡部月子、櫻井尚子、奥山則子、清水由美子、星旦二 (2003) 都市における自主グループ活動の特性に関する研究—健康づくりグループへの支援—、運動とスポーツ、9(1)、25-31
- ・ 柳尚夫 (2008) 介護予防事業の現状と問題点. 総合リハビリテーション、36(8)、755-760
- ・ (財)日本レクリエーション協会 (2000) 「楽しいをつくる」やさしいレクリエーション実践、東京