

## 問題解決型アプローチを用いた地域課題解決への取組：

### フレイル予防の展開

八王子市成人保健課南大沢保健福祉センター  
大導寺康平、黒田藍、久保田竜司

#### 1. はじめに

本市は市内を 21 の日常生活圏域に分けており、その1つが南大沢地域である。

南大沢地域は、多摩ニュータウン西部の中心であり、圏域内人口は他の圏域と比較して群を抜いて多い。令和5年時点での高齢化率は24.8%と市の高齢化率(27.7%)よりも低いですが、ニュータウン特有の人口構成により、今後急速な高齢化が予測され、市内で最も高齢化率が高い地域になる見込みである。

地域では要介護認定率の上昇、独居高齢者の増加、コミュニティの希薄化が課題となっており、住民特性を踏まえた解決策が求められていた。そこで、高齢者あんしん相談センター（以下、包括）と連携し、公衆衛生の問題解決型アプローチのステップ【図1】に基づき取組を行った事例を報告する。

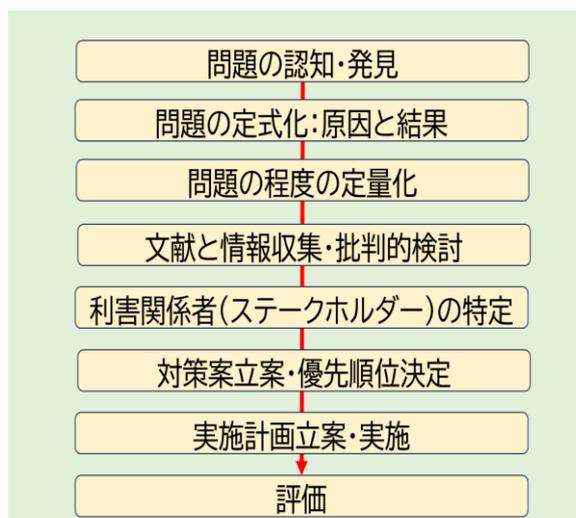
#### 2. 方法

令和3年度から令和6年度に実施した南大沢地域の地区活動の記録を基に担当者間のリフレクションを担当主査が行い、課題発見から課題解決策立案・実施までのプロセスを整理した。

#### 3. 結果

##### (1) 問題の認知・発見・ステークホルダーの特定

日々の活動の中で、保健福祉センター、



【図1】問題解決型アプローチ

包括、地域住民、民生委員がそれぞれの視点から以下の課題を指摘していた。

- フレイル傾向者の増加
- 60代後半以降の要介護認定率の上昇
- 通いの場などの受け皿の不足
- 住民同士のつながりの希薄化
- 独居男性の増加と孤立化

これらの課題に対し、包括と保健福祉センターの担当者間で協議を行い、身体的なフレイル予防に加え、地域特性を踏まえたコミュニティの希薄化への具体的な対策が必要であると確認した。

対策検討にあたっては、客観的データに基づく課題分析とステークホルダーとの課題共有が不可欠と考え、地区診断ワークショップ(WS)を両機関が協働して企画した。ステークホルダーとして、サ

ロン代表者や民生委員などの住民、住宅管理会社、行政の高齢者部門を特定し、WSへの参加を呼び掛けた。

## **(2) 問題の定式化・定量化・解決策立案**

### **①WS1 回目：健康課題と地域の現状の共有**

1 回目の WS では、国保データベースおよび八王子健康アンケートのデータを研究機関の協力を得て分析し、健康面やフレイルに関する結果を提示した。その上で、地域の実情や強み、課題を共有した。強みとしては、転入者が多いものの地域に馴染みやすい点などが挙げられた。一方、課題としては、男性高齢者や閉じこもり傾向のある人、独居高齢者を支援する必要性が指摘された。

### **②WS2 回目：解決策の検討**

1 回目の WS で抽出された地域課題より、主に「住民同士のつながりの希薄化」「男性独居高齢者の支援」について検討した。解決策として、男性が参加しやすいイベントを増やすことや、一人でも気軽に立ち寄れる場を整備することが提案された。

### **③課題の整理・解決策の優先順位の決定**

健康課題と2回のWSの結果を踏まえ、地域アセスメントシートを活用し、保健福祉センターと包括にて課題の整理・検討および優先順位の決定を行った。具体的な解決策として「身近で気軽に運動を継続できる環境づくり」を掲げ、特に身体機能を含めたフレイル予防を主目的とした通いの場を立ち上げることとした。立ち上げに際しては、住民特性を考慮し、一人でも気軽に参加できる環境づくりを重視した。

## **(3) 実施計画立案・実施**

具体的な実施計画の検討を行い、令和5年度より予約不要で誰でも気軽に参加できるオンライン体操プログラム(SOFT)

の導入を決定した。行政主体の地域のHUBとなる通いの場として設置し、令和7年4月現在、南大沢地域の9か所で展開が進んでいる。

保健福祉センターにて実施しているオンライン体操プログラムは、週1回(45分間)、平均参加者数は約120名/日が参加している。

## **4. 評価**

オンライン体操プログラム導入から3年目を迎え、これまでの事業展開を評価するため、令和7年11月にステークホルダーを交えたWSを開催予定である。本WSでは、過去3年間における健康指標やフレイル関連データの変化を共有するとともに、参加者から得られた課題やアイデアなどの質的データを基に取組を評価する。さらに、今後の事業展開の方向性について、高齢者あんしん相談センター(包括)と協議しながら検討を進めていく。

## **5. 考察**

問題解決型アプローチのステップを意識的に確認しながら取り組むことで、活動の進捗状況を把握し、課題を的確に抽出するとともに、早期からステークホルダーを巻き込んだ課題解決につなげることができた。今後も本手法を活用し、事業評価を継続するとともに、他地域における課題解決の取組へと展開していきたい。

### **<参考文献>**

福田吉治. コンピテンシー基盤型と問題解決型アプローチ: 公衆衛生大学院の社会行動科学教育. 行動医学研究 2021;26(2). 71-73