

<地域課題>

高齢者が社会参加・外出できる地域の多様な通いの場

～免許返納後等の移動手段が難しい高齢者のフレイル予防～

【令和6年度地域ケア個別会議等から出された課題と令和7年度の対応】

1. 過疎地域では本人・家族の意向や状態にあったサービス選びが難しい
→明科地域の通所サービスや通いの場の現状と課題について、関係者で意識統一のための地域ケア個別会議の開催
2. デイサービス以外の多様な通いの場の活用と利用するための移動手段が課題
→生活支援コーディネーターと包括、ケアマネの連携の場（懇談会）の設置と定例化
→自立支援につながるケースの明確化、また専門職（理学療法士会、薬剤師会）との連携体制を強化し、自立支援型地域ケア個別会議を定例化
→総合事業サービスC（短期集中支援）の実施個所を2か所から3か所へ増やす。

今後の方向性

1. 一体的実施事業によるフレイル状態の高齢者の把握と、各種事業へのつなぎと個別支援
2. 専門職と連携した地域の通いの場の支援と、区との連携を強化した通いの場の支援
3. 自立支援につながる総合事業サービスCの定着と拡大 → **優先事項**
4. 官民連携事業（※）による送迎付きの通いの場の創設と拡大 → **優先事項**

※「いきいき大楽（だいがく）」
介護事業所の空き車両と、民間事業者の空きスペースを拠点に、
地域の専門職や地域住民が協働・連携して実施する新たな通いの場

1

通所型サービスC事業概要

通所型サービスCのコンセプト

活動量が少なくなる農閑期の高齢者が、春先から元気に農作業等をつづけられることを目指した「通所型サービスC」の実施

事業概要

期 間：R7.12～R8.2（12回実施）
対象者：要支援1、2又は事業対象者（※総合事業：通所介護相当サービス等の利用のない人）
実施数：3か所（豊科地域、穂高地域、三郷地域、明科地域（一部））
内 容：運動指導（個別指導）、体力測定

【令和7年度】

包括名 (地域)	中部包括 (豊科地域、明科地域)	南部包括 (三郷地域)	北部包括 (穂高地域)
教室名	ホッとあんしん体操教室	みさとあったかジム	あいあい健康広場
実施者	NPO法人JAあづみくらしの助け合い ネットワークあんしん	城西医療財団	慈泉会
実施場所	地域支え合いセンター あんしん	'S'ウェルネスクラブ一日市場	相澤通所リハビリテーションあ ずみの
定員	10名 (送迎10名)	10名 (送迎5名)	5名×2クール (送迎5名)
利用人数	<u>8人（送迎5人）</u>	<u>8人（送迎5人）</u>	①月曜 <u>5人（送迎5人）</u> ②木曜 <u>6人（送迎5人）</u>

2

通所型サービスC事業概要

NPO法人JAあづみくらしの助け合い ネットワークあんしん

安曇野市 短期集中予防サービス
【通所型サービスC】

ホッと あんしん 体操教室

冬季限定 送迎あり

専門職による3ヶ月間の支援により、冬季の運動不足を解消し、春先も元気でいるための体操教室です。

期間 12月2日～2月24日（全12回）
日時 毎週火曜日 午前10時00分～11時30分
（①12/2 ②12/9 ③12/16 ④12/23 ⑤1/6 ⑥1/13 ⑦1/20 ⑧1/27 ⑨2/3 ⑩2/10 ⑪2/17 ⑫2/24）
料金 1回 400円（1回ごと、会場でお支払いいただきます）
会場 地域支え合いセンターあんしん（豊科南橋高272第1）
定員 10名（希望者には送迎いたします）
対象 足や腰に不安のある方・筋力低下を感じる方
（※要支援1、2又は事業対象者）

寒い冬は仲間と体操！！

会場はこちら

来春を元気で迎えよう！！

豊富なメニューで楽しく×健康運動指導士による効果的な運動！！

ご相談・申込先
安曇野市 福祉部 高齢者介護課
0263-71-2474

通所型サービスCとは……
要支援1、2又は事業対象者の人でデイサービス（通所介護サービス等）の利用のない人を対象とした短期集中や通所サービスです。

本事業は安曇野市がNPO法人JAあづみくらしの助け合いネットワークあんしんに委託して実施するものです。

城西医療財団

安曇野市 短期集中予防サービス
【通所型サービスC】

みさと あったかジム

冬季限定 送迎あり

専門職による3ヶ月間の支援により、冬季の運動不足を解消し、春先も元気でいるための運動教室です。

6種類のマシンを使った個別トレーニング！！

健康運動指導士による指導のもと初めての方でも安心して運動できます。

期間 12月6日～2月28日（全12回）
日時 毎週土曜日 午前10時00分～11時30分
（①12/6 ②12/13 ③12/20 ④12/27 ⑤1/10 ⑥1/17 ⑦1/24 ⑧1/31 ⑨2/7 ⑩2/14 ⑪2/21 ⑫2/28）
料金 1回 400円（1回ごと、会場でお支払い）
会場 'S'ウェルネスクラブー日市場（ロビナールー日市場内）
定員 10名（送迎利用は5名まで）
対象 足や腰に不安のある方
筋力低下を感じる方
（※要支援1、2又は事業対象者）

ご相談・申込先
安曇野市 福祉部 高齢者介護課
0263-71-2474

通所型サービスCとは……
要支援1、2又は事業対象者の人でデイサービス（通所介護サービス等）の利用のない人を対象とした短期集中や通所サービスです。

本事業は安曇野市が城西医療財団に委託して実施するものです。

慈泉会

安曇野市 短期集中予防サービス
【通所型サービスC】

あいあい 健康広場

送迎あり

相澤病院のリハビリスタッフによる3ヶ月間の支援により、冬季の運動不足を解消し、春先も元気でいるための体操教室です。

全12回 1回90分

※①、②いずれかのコースとなります。
※自家用車をご利用の方は②のコースのみ。

①毎週月曜日コース
9時45分～11時15分
（①12/4 ②12/11 ③12/18 ④12/25 ⑤1/1 ⑥1/8 ⑦1/15 ⑧1/22 ⑨1/29 ⑩2/5 ⑪2/12 ⑫2/19 ⑬2/26）

②毎週木曜日コース
14時15分～15時45分
（①12/4 ②12/11 ③12/18 ④12/25 ⑤1/1 ⑥1/8 ⑦1/15 ⑧1/22 ⑨1/29 ⑩2/5 ⑪2/12 ⑫2/19 ⑬2/26）

Point
○マシントレーニングを使った体力づくり
○自宅で可能な自主トレーニングの個別作成・指導

料金 1回 400円
会場 相澤通所リハビリテーションあずみの（橋高789）
定員 1コース5名（希望者には送迎いたします）
対象 足や腰に不安のある方・筋力低下を感じる方
（※要支援1、2又は事業対象者）

ご相談・申込先
安曇野市 福祉部 高齢者介護課
0263-71-2474

通所型サービスCとは……
要支援1、2又は事業対象者の人でデイサービス（通所介護サービス等）の利用のない人を対象とした短期集中や通所サービスです。

本事業は安曇野市が社会福祉法人財団 慈泉会に委託して実施するものです。




- ・事業者の強み、特色（スタッフ資格、機能等）を生かした個別支援を実施
- ・事業終了後は、セルフケアの継続と地域の多様な通いの場へ参加

3

訪問型サービスC事業概要

事業概要

期 間：原則3か月間（月1回～2回実施）
対象者：要支援1、2又は事業対象者のうち、基本チェックリストの運動・口腔・栄養項目に該当し、
生活機能（入浴、家事、外出等）の向上を図りたい方
内 容：運動・栄養・口腔各分野の専門職が自宅を訪問し、身体の状態や生活環境に応じた指導

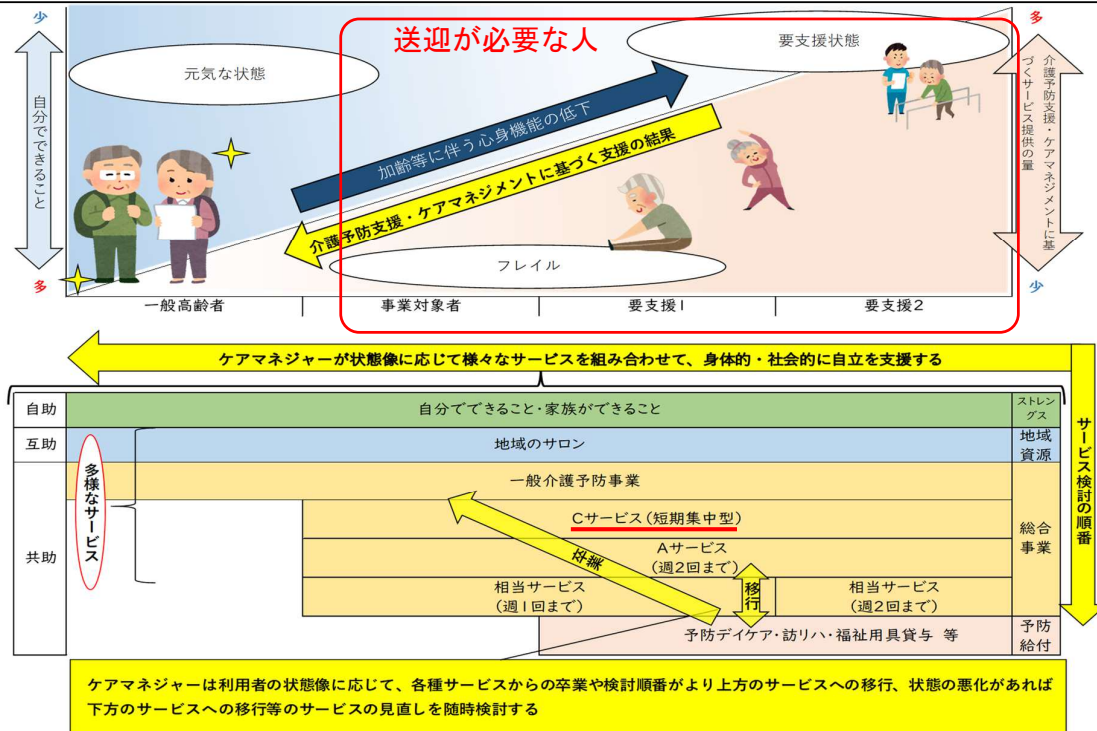
類型	運動	口腔	栄養
内容	<p>（例）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自宅でできる運動メニューの提案 ・転倒予防対策 ・加齢による筋力低下予防 ・病気やけがの後の身体機能低下予防 等 	<p>（例）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・歯みがきや入れ歯の清掃方法 ・口腔体操、飲み込み改善のための体操などの提案 ・歯科治療や歯科医院等の受診相談 等 	<p>（例）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食生活全般に関する助言 ・食材の選び方 ・簡単な調理方法の紹介 ・低栄養予防のための食事のコツ 等 
実施者	理学療法士、作業療法士	在宅歯科衛生士 市職員（歯科衛生士）	市職員（管理栄養士）
R6 実施回数	2人（延べ3回）	5人（延べ15回）	—

- ・身体、生活機能の評価から適切な支援をし、生活機能の維持、向上を図る
- ・事業終了後は、セルフケアの継続と社会参加・外出ができる

4

総合事業サービスCの対象者の範囲

- 事業対象者、要支援者は適切な介入により生活機能の維持向上ができる可能性が高い。
- 単に「できないことを、代わりにやる」という意味での支援ではなく、可能な限り自分でできることは自分で対応し、「できないこと」を可能な限り「できるようにするための」支援を提供する。



5

いきいき大楽（だいがく）の概要

いきいき大楽のコンセプト

複数の民間事業所等が協働・連携した持続可能・移動手段が確保された多様な通いの場。デイサービス等を間借りしての通いの場を複数用意し、高齢者が自分に合った通いの場を選択して利用できる。

事業概要

期 間：R7.4～R8.3（月2回実施）

対象者：65歳以上、免許返納者には送迎

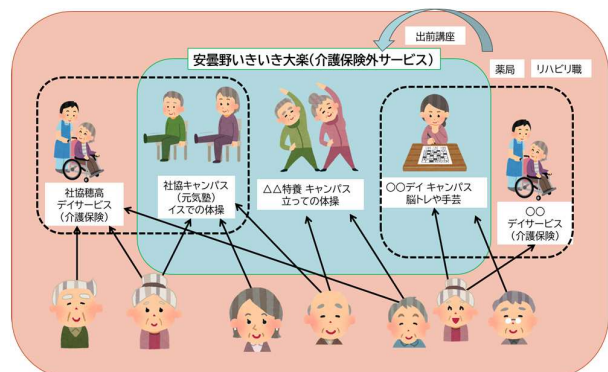
実施数：2か所（穂高地域から**試行的実施**）

内 容：運動指導（個別指導）、医療・介護専門職による講話、レクリエーション等

高齢者が得意なことを生かし、
担い手になることも期待

大楽名	元気塾 (R7.4開始)	スポーツジムzero (R8.1開始)
実施者	社協	株式会社ZERO
実施場所	碌山公園 研成ホール	Training Gym ZERO 穂高店
定員	40名×2クール (送迎10名)	15名 (送迎10名程度)
利用人数	30人程度 (1回あたり)	—
協働・連携先	社協穂高デイ空き車両	社協穂高デイ空き車両

【事業イメージ】



生活支援体制整備事業の中の「住民参画・官民連携推進事業」での実施。

6

いきいき大楽（だいがく）の対象者の範囲

- 事業対象者、要支援者は適切な介入により生活機能の維持向上ができる可能性が高い。
- 単に「できないことを、代わりにやる」という意味での支援ではなく、可能な限り自分でできることは自分で対応し、「できないこと」を可能な限り「できるようにするための」支援を提供する。

