

住民主体型活動の代表者が実践している活動継続に つながる行動 ～代表者等への半構造化面接調査より～

木村チヅル

Actions that lead to the continuation of activities practiced by
representatives of residents' activities
— From a semi-structured interview survey with representatives, etc. —

Chizuru KIMURA

要 約

本研究の目的は、住民主体型活動の代表者が実践している活動継続につながる行動を明らかにすることである。活動代表者等 14 人を対象に個別に半構造化面接を実施し、面接内容の逐語録を作成して記述データとし、活動継続につながる行動に関する記述部分を抽出してカテゴリ化した。住民主体型活動の代表者等は活動継続のために、【地縁組織への支援依頼】や参加者とスタッフにも協力を求めて【活動環境の整備】をし、【参加と参加継続を促進する声かけ】や【活動内容の充実】、【活動スタッフの負担軽減】によって参加者とスタッフを定着させ、【自治体への報告・連絡・相談】を行いながら活動していた。また、活動の代表者等は参加者の【心身機能への配慮】をし、【活動参加への意欲向上】させる行動で、活動参加が続くようにしていた。住民主体型活動の継続には、高齢者である参加者への心身機能への配慮や、活動参加への意欲を高めることが重要であり、自治体や地縁組織は相談時に対応し研修会や出前講座などで継続的に支援する必要があると示唆された。

キーワード：高齢者，住民主体，介護予防，総合事業，介護保険

緒言

厚生労働省の発表によると、2019年度の健康寿命は男性72.68歳、女性75.38歳で、健康寿命との差は男性8.7年、女性12.07年と3年前の調査時よりわずかに短縮されている¹⁾。健康日本21(第2次)の目標として健康寿命の延伸が掲げられ、自然に健康になれる環境となるよう居場所づくりや社会参加を促し、介護予防やフレイル予防を図ってきた²⁾。そのような背景の中で、住民主体型活動は介護予防や地域の見守り体制づくりとなると期待され、自治体によって活動ボランティアやリーダー養成、また住民主体型活動の立ち上げ支援が行われてきた。2017年4月には全国の自治体で介護予防・日常生活支援総合事業(以下、総合事業)が実施され、住民主体型活動は訪問型サービスBや通所型サービスBとして位置づけられることになった。その事業の実施状況に関する報告書によると、2019年11月の調査時点での全国1,719市町村のサービスBの位置づけは低く、訪問型サービスBが266市町村で15.5%、通所型サービスBが243市町村で14.1%である³⁾。その低い理由として、活動を担う人の不足や、サービスBに位置づけられることで事務負担や参加者の個人情報を確認する心理的な負担が指摘されている³⁾。

住民主体型活動には、自主グループや高齢者サロンとよばれる活動がある。福島らは介護予防リーダー養成講座を受講した高齢者が自主グループを設立するには、活動意欲を高め自治体のサポートや先駆者等の助言によってノウハウを向上させることが必要だと指摘している⁴⁾。早坂らは自主グループのリーダーへの支援として、後継者となるリーダー養成講座の充実や活動の継続的な見守り、リーダーの健康に関するセルフケア向上への支援が必要だと述べている⁵⁾。自主グループ活動への参加については、我孫子らは専門職からの勧めや取り組める活動内容、馴染みのある人との交流が参加を促進させると明らかにし⁶⁾、後藤らは参加継続の要因として自身の健康ややりがい、心構え、主体的な参加、仲間の存在、環境、公的な支援があると指摘している⁷⁾。高齢者サロンについては、石飛らが課題として高齢者の不参加やサポーターの人材不足、企画内容の工夫の困難性、活動記録、助成金の用途制限による困難感、会場の環境整

備不足などをあげている⁸⁾。中村はサロン活動の持続には、参加者と運営体制、会場が重要だと明らかにしている⁹⁾。住民主体型活動の立ち上げや継続のためには、活動する場所や参加者の定着、参加者間の馴染みの関係、活動スタッフとその健康、充実した活動内容、また活動外部者からの継続的な支援が大切であり、経済的な援助を受けると活動記録や報告が義務づけられ負担となることがわかっている。しかし、住民主体型活動の代表者が活動継続のためにどのようなことを実践しているのか明らかにした研究は見当たらない。活動の代表者が活動継続のために実践していることが明らかとなれば、住民主体型活動の活性化と活動継続に活かすことができる。

そこで、本研究では住民主体型活動の代表者が実践している活動継続につながる行動を明らかにすることを目的とした。

研究方法

1. 調査協力者

住民主体型活動を行っている代表者または代表者に近い役割を担っている高齢者で、調査協力に同意の得られた者とした。A県内の5市町の自治体や地域包括支援センターに調査協力者の紹介を依頼した。

2. データ収集方法

インタビューガイドを用いて個別に半構造化面接を2019年2月～2019年12月に行い、データを収集した。まず、調査協力者の属性として年齢や性別、代表者等経験年数、活動のきっかけを聞きとった。その後、活動内容、活動回数、B型サービスへの位置づけ、活動開始後行ってきたことについてインタビューした。面接は、調査協力者が活動する施設のプライバシーが確保できる個室等で、1人あたり60分程度とした。なお、面接内容は調査協力者の同意を得てICレコーダーに録音した。

3. 分析方法

分析は、質的記述的分析である。面接内容の逐語録を作成して記述データとし、記述データを内容が把握できるまで丁寧に繰り返し読んだ。次に、活動継続につながる行動に関する記述部

分を抜き出して、意味のある文脈に整理し簡潔な文章にした。そして、簡潔な文章の中心的な意味内容をコードとし、意味内容から類似したコードをまとめ、表題をつけてサブカテゴリ、さらにサブカテゴリの意味内容の類似したものをまとめ、表題をつけてカテゴリとした。なお、分析に当たっては、分析プロセスの各段階において繰り返し検討を重ねた。

4. 倫理的配慮

本研究は、長崎県立大学一般研究倫理委員会の承認を得て実施した（2018年度承認番号353、2019年度承認番号389）。調査協力者に、研究目的と方法、調査協力は自由意志であり断っても何ら不利益を被らないこと、匿名性の保持などを口頭と文書で説明し、文書にて同意を得た。

研究結果

1. 調査協力者と活動の概要（表1）

調査協力者は、女性10人、男性4人の計14人で、代表者等経験年数は5年以下8人、6年以上10年以下3人、11年以上3人であった。活動回数は週1回もしくは月4回と9人が答え、介護予防・生活支援サービス事業への位置づけありと10人が回答した。活動のきっかけは、自治

体と地域包括支援センターからの依頼や自治体が開催する教室への参加が多く、自治会や老人会の役員、民生委員の役割を担っている者は10人であった。

2. 活動の代表者等が実践している活動継続につながる行動（表2）

住民主体型活動の代表者等が実践している活動継続につながる行動は、41のコードから14サブカテゴリ、さらに8カテゴリが抽出され、表2に示す。以下、カテゴリを【 】, サブカテゴリを< >, コードを「 」で表す。

1) 【活動環境の整備】

活動の代表者等は、補助金の使用制限のため「参加者から集めた費用で飲食する」ことや、活動中にスタッフの説明を聞くよう「参加者へ協力を求めて発言する」ことで、<参加者に協力を求める>ことをしていた。また、<活動施設や備品を管理する>ことや、送迎や参加者への説明時に<スタッフの言動を統一する>ようにしていた。

2) 【参加と参加継続を促進させる声かけ】

活動の代表者等は、見学すると参加したくなることを期待して「活動を見に来ないかと誘う」ことや、「腰痛があってもできる運動があると言って参加を促す」こと、「災害時の安心につな

表1 調査協力者と活動の概要

	年齢	性別	経験年数	活動内容	活動回数	B型サービスの位置づけ	活動のきっかけ
1	70代	女性	10年	運動あり	月1回	なし	地域包括支援センターの依頼、民生委員、老人会役員
2	70代	男性	3年	自由	週3回	なし	地域包括支援センターの依頼、民生委員、広報誌
3	70代	女性	18年	運動あり	月1回	なし	退職、町内会役員
4	70代	男性	4年	生活支援	適宜	なし	地域の高齢化の状況、老人クラブ役員
5	60代	女性	1年	運動あり	月4回	あり	介護予防教室の終了、退職
6	70代	男性	15年	運動あり	月4回	あり	健康づくり推進員養成講座への参加、自治会役員
7	80代	女性	8年	運動あり	週1回	あり	地域包括支援センターの依頼、自治会役員
8	80代	女性	13年	運動あり	週1回	あり	介護予防教室の終了、民生委員
9	70代	女性	8年	運動あり	週1回	あり	地域包括支援センターの依頼、自治会役員
10	60代	女性	2年	運動あり	週1回	あり	住民からの要望、民生委員
11	60代	男性	1年	運動あり	週1回	あり	老人会役員からの依頼、退職
12	80代	女性	3年	運動あり	週1回	あり	他地区での活動ボランティア
13	70代	女性	4年	運動あり	月3回	あり	自治体の依頼、民生委員
14	70代	女性	5年	運動あり	週1回	あり	自治体の依頼、退職

表2 活動の代表者等が実践している活動継続につながる行動

カテゴリ	サブカテゴリ	コード	発言の簡潔な文章
活動環境の整備	参加者に協力を求める	参加者から集めた費用で飲食する	補助金は飲食に使えないので、お金を集めて積み立てし、お茶や食べ物を買う
		参加者へ協力を求めて発言する	話したいのはわかるが、説明を聞くと言わないといけない
	活動施設や備品を管理する	活動備品を管理する	活動道具が押入れに入っていたので、管理しやすいよう活動備品の棚を作った
		活動に必要な備品を購入する	スクエアステップのためマットを購入した
		設備点検表を作って点検する	エアコンや照明、窓、扉など設備点検表を作り、忘れないよう見ながら点検する
	スタッフの言動を統一する	送迎に関するルールを決める	ボランティアには車での送迎はやめるように言った
スタッフが参加者に同じ説明ができるよう資料をつくる		新たなボランティアや人によって説明が異なるないように文書を作成している	
参加と参加継続を促進する声かけ	参加を働きかける	活動を見に来ないかと誘う	活動を見学して参加するようになる人もいるので、見学に来ないかと誘いをかける
		腰痛があってもできる運動があると言って参加を促す	腰痛があると言っても、腰痛があるなりに運動できるので出て来るように言う
		災害時の安心につながると言って参加を促す	災害時に知っている顔があれば安心につながるからと参加を促した
	参加継続を促す声かけをする	休む時は、その次の参加を促す	休むと言われたら、またおいでと言う
		皆の目標だから参加してほしいと伝える	90歳代の参加者に皆の目標だと言うと、よほどのことがない限り参加する
		活動開始前に参加者に声かけしてまわる	参加者が親しみを感じるよう、できる限り開始前に声かけしてまわる
心身機能への配慮	身体機能の低下に配慮する	参加者の身体機能に合わせた運動を行う	1時間で行う体操の数を減らし、1つの体操をゆっくりとしたリズムで行う
		難聴の参加者のため字幕入りDVDを使用する	口腔体操のDVDの映像と説明文を見ながら体操する
		難聴の参加者のため大きな声で話し、マイク使用や筆談もする	大きな声で話す、マイクを使用する、本人の傍らに言って話すようにしているが、それでも聞こえない場合は紙に書く、耳に手を当てて話すようにする
	手本や指示、繰り返しで覚えてもらう	階段移動のない施設へ移る	参加やトイレ時に階段を昇り降りしないでよい現在の施設へ移った
		手本を見せ、指示しながら運動する	皆ができそうな体操を、見本をやって見せて体操してもらおうようにし、できなければ指示しながらやってもらおうとできる
		繰り返し練習する	なかなか覚えられず、繰り返し練習する
活動参加への意欲向上	活動意欲を高める	間違いを笑いに変えて体操する	私が間違えると皆が笑うので、皆を楽しませていって皆がやりやすくしている
		やりたいものを確認しながら体操する	ひとつの体操が終わったら、次はどの体操をするか聞き、その体操をする
		成功体験となるようにする	出来たらサインを送ると、嬉しさやできたという満足感を得られる
	活動参加の成果を実感させる	対抗心が起こる活動を取り入れる	あの人ができるなら私もやれる、良い意味での対抗心を活用する
	体力測定会でやる気を起こし効果を感じさせる	体力測定会の数値の維持や上昇で、体操の効果を実感してもらえるとよい	
	文化祭を催して活動時作成した作品を展示する	高齢者の文化祭をして作品を展示したら、孫まで見に来て盛況だった	

住民主体型活動の代表者が実践している活動継続につながる行動
～代表者等への半構造化面接調査より～

活動内容の充実	自ら学んだことを活動に取り入れる	習ったことや指導資格を取って教える	教室に通い習ったことを教え、スクエアステップの指導資格をとり指導している
		研修会で新たな活動内容を教えてもらい取り入れる	研修会に出て、隣に座った人に教えてもらった運動を取り入れていく
		講演で学んだことを伝達する	講演に行ったら、皆に役立つ内容を伝達講習する
	他者に依頼して活動に取り入れる	本屋やインターネットで見つけて活動に取り入れる	本屋でDVD付きの体操を見つけて購入し、その後はインターネットで購入している
		自治体や警察署などに講話を依頼する	警察署にはオレオレ詐欺の話、センターには健康や高齢者のいきがいの講話を頼む
		参加者の得意なことを活動に取り入れて教えてもらう	参加者の会話から料理が上手、あの人は〇〇ができると情報を得て、教えてほしいと依頼すれば喜んで教えてくれる
活動スタッフの負担軽減	活動スタッフの負担を軽減する	活動を当番制で進行する	グループ分けして交代で進行当番しており、私の挨拶後、当番のスタッフが活動を進行する
		パソコンで報告書を作成する	報告書作成が大変なので、事務担当者がパソコンを習いにいき、報告書を作成するようになった
		スタッフの得意なことを活かして活動する	お茶を入れるのがうまい人はお茶をいれ、字がきれいな人は書き物をする
地縁組織への支援依頼	自治会や老人会へ活動のための場所・費用・備品の支援を願っている	自治会の集会所を使用してもらう	活動開始時は健康教室とし、自治会の協力で集会所を使用できた
		自治会や老人会から冷暖房費を補助してもらう	健康活動として、老人会から冷暖房費を出してもらっている
		老人会からお茶代を出してもらう	老人会会員にお茶代の協力を依頼し承認を得て、老人会で出していた
		自治会で活動に必要な備品を購入してもらう	自治会長に相談して、100歳体操に必要な椅子やDVDを見るテレビを備品として購入してもらった
自治体への報告・連絡・相談	自治体へ報告・連絡・相談する	自治体に相談や報告する	送迎できないか相談し、参加者に気になる人がいる時は報告書に書く
		自治体に協力を求める	活動に来てほしい時は担当者へ連絡する

がると言って参加を促す」ことによって、新たな参加者を獲得できるように「参加を働きかける」ことを行っていた。また、参加するようになった後も「参加継続を促す声かけをする」ようにしており、「休む時は、その次の参加を促す」ことや「活動開始前に参加者に声かけしてまわる」ことを行って活動に馴染めるようにしていた。90歳代の参加者には「皆の目標だから参加してほしいと伝える」ことで自尊心を高め、したくない活動内容がある人には「参加は促しても活動の無理強いはしない」で参加拒否が起らないよう行動していた。

3) 【心身機能への配慮】

活動の対象は高齢者であり、参加継続による加齢で心身機能の低下がみられることもある。体操の数を減らし時間をかけて「参加者の身体機能に合わせた運動を行う」ことや、「難聴の参

加者のため字幕入りDVDを使用する」こと、また「難聴の参加者のため大きな声で話し、マイク使用や筆談もする」ことで「身体機能の低下に配慮」する行動をとっていた。活動場所とトイレが同じ階にないため「階段移動のない施設へ移る」こともしていた。そして、運動や踊りなどを覚えられない場合には「手本や指示、繰り返しで覚えてもらう」ようにしていた。

4) 【活動参加への意欲向上】

「活動意欲を高める」ため、「やりたいものを確認しながら体操する」ことや「成功体験となるようにする」こと、「対抗心が起こる活動を取り入れる」ことが行われ、「間違いを笑いに変えて体操する」ことでやってみようという意欲を引き出していた。また、「体力測定会でやる気を起こし効果を感じさせる」ことや「文化祭を催して活動時作成した作品を展示する」ことで、

＜活動参加の成果を実感させる＞ようにし意欲的に活動できるようにしていた。

5) 【活動内容の充実】

＜自ら学んだことを活動に取り入れる＞ことや＜他者に依頼して活動に取り入れる＞ことで、【活動内容の充実】を図っていた。＜自ら学んだことを活動に取り入れる＞ことには、教室に通って習ったことを教えることや、指導資格が必要なスクエアステップを活動に取り入れるため資格取得することが含まれていた。研修会で教えてもらったり、講演で学んだことを伝達講習したり、テレビや本、インターネット等から、新たな活動メニューを取り入れてマンネリ化を予防していた。また、＜他者に依頼して活動に取り入れる＞ことには、高齢者の安全や安心につながるような「自治体や警察署などに講話を依頼する」だけでなく、長い人生で培われた「参加者の得意なことを活動に取り入れて教えてもらう」ことで、参加者自身の自尊心を高めることもしていた。

6) 【活動スタッフの負担軽減】

活動の代表者等は、活動スタッフが多い場合には、スタッフをグループ分けして「活動を当番制で進行する」ことをし、お茶を入れるのがうまい人にはお茶をいれてもらうという「スタッフの得意なことを活かして活動する」ことで＜活動スタッフの負担を軽減する＞ようにしていた。また、活動が介護予防・生活支援サービス事業のサービスBへ位置づけされると報告書の提出が必要となるため、事務を担当するスタッフがパソコン教室へ通い「パソコンで報告書を作成する」ことも行われていた。

7) 【地縁組織への支援依頼】

活動の代表者等は自治会や老人会で役割を担っていることが多く、＜自治会や老人会へ活動のための場所・費用・備品の支援を願い出る＞ことをしていた。健康教室とすることで「自治会の集会所を使用させてもらう」ことや、集会所使用時の冷暖房費の補助、活動に必要な椅子やテレビなどの備品の購入依頼が行われていた。また、自治体からの補助金は飲食への使用制限があることから「老人会からお茶代を出してもらう」こともしていた。

8) 【自治体への報告・連絡・相談】

活動の代表者等は、参加者の送迎や気になる参加者について「自治体に相談や報告する」こ

とや、活動に来てほしい場合は「自治体に協力を求める」ことをしていた。

考察

1. 活動の代表者等が実践している活動継続につながる行動

住民主体型活動の代表者等は、まずは自治会や老人会などの【地縁組織への支援依頼】もしながら活動の場所や備品、活動費用などを得るだけでなく、参加者に協力を求め活動スタッフの言動を統一するなどスムーズな活動運営を行えるよう【活動環境の整備】や【自治体への報告・連絡・相談】を行っていた。これは、中村が活動継続のためには会場や運営体制が重要だという指摘と一致し⁹⁾、石飛らが高齢者サロンの課題として挙げている助成金の用途制限や会場の整備不足を解決する行動であった⁸⁾。今回の調査協力者のうち10人が自治会や老人会の役員または民生委員であったことから、地縁組織の施設の使用許可や経済的な支援を受けやすかったと考えられる。

また、活動が継続するためには参加者や活動スタッフの定着や活動内容の工夫が必要であり⁸⁾、【参加と参加継続を促進する声かけ】によって参加者増や参加の継続を図り、活動内容がマンネリ化しないよう【活動内容の充実】が行われていた。活動スタッフに対しても、【活動スタッフの負担軽減】ができるように「活動を当番制で進行する」ことや「スタッフの得意なことを活かして活動する」ことが行われていた。また、総合事業のサービスBへの位置づけで補助金を得ると活動や会計報告書などの提出が負担となるが³⁾、「パソコンで報告書を作成する」ことで作成の手間を軽減できるようにしていた。今後、パソコン操作ができる高齢者が増えていくと、報告書作成の負担は軽減していくと推測される。

活動の代表者等が実践していることには、参加者の【心身機能への配慮】をする行動があり、活動が生理的な老化がみられる高齢者を対象としているための工夫だと考えられた。また、参加者の活動する意欲を高め、活動の成果を実感できるような【活動参加への意欲向上】させる行動を行っていた。そして、「皆の目標だから参加してほしいと伝える」ことや、参加者やスタッ

フの強みを活かした活動は、参加者やスタッフに自尊心や居場所をもたらし、やりがいとなり、活動への積極的な参加継続につながると考えられた。これらの行動は、活動の代表者等が活動実践の過程や、自治体のボランティアやリーダー等の養成講座と運営支援の中で身につけたと推測された。

2. 活動の代表者等が高齢者の心身機能を踏まえ て工夫している行動

活動の対象となる高齢者には生理的な老化が生じる。呼吸機能や心機能の低下によって階段昇降や重い荷物を持つての移動で動悸や息苦しさを感じたり、神経系の衰えで俊敏な動きが困難となったり、骨や関節の変形と筋肉量の減少によって歩行能力の低下や関節痛が出現するようになる。また、排尿回数が増えたり、感音性の難聴や語音弁別能の低下で長文や早口での会話の理解が困難となったりする¹⁰⁾。そのような参加者の心身機能を踏まえ、活動の代表者等が工夫している行動があった。まずは、参加を働きかける時に「腰痛があってもできる運動があると行って参加を促す」ことである。腰痛は男女ともに高齢者の自覚症状の第1位であり¹¹⁾、腰痛があってもできる運動があると伝えることで参加につながることもあると考えられる。

また、【心身機能への配慮】に分類された行動である。1時間で実施する数を減らしてゆっくりとしたリズムで体操することは、運動による心肺への負担を軽減でき、動作が緩慢となることへの対応となる。また、難聴の参加者のため大きな声で話し、マイク使用や筆談、字幕入りDVDを活用という工夫は、聴力や語音弁別能の低下を補う行動となっている。「階段移動のない施設へ移る」ことも、心肺への負担を軽減し関節痛の増強を防ぐことになり、排尿回数が多い参加者にとってはトイレへ移動しやすく参加につながる環境となる。そして、高齢者は流動性知能の低下により短時間に多くのことを覚えることが困難となるが¹⁰⁾、「手本を見せ、指示しながら運動する」ことや「繰り返し練習する」ことによって、新しい活動内容を覚えられるようにしていた。高齢者の生理的な老化への配慮によって、高齢者の活動への参加や活動継続につながると考えられた。

3. 活動の代表者への支援について

活動の代表者等が実践している活動継続につながる行動には、活動する場や費用、備品のための【地縁組織への支援依頼】や活動運営についての【自治体への報告・連絡・相談】、そして「研修会で新たな活動内容を教えてもらい取り入れる」、「講演で学んだことを伝達する」、「自治体や警察署などに講話を依頼する」などの【活動内容の充実】という活動部外者の協力を得るものがあつた。これは早坂らが指摘する活動の代表者へ行える支援であり⁵⁾、住民主体型活動の継続には、代表者等への研修会の開催や出前講座の提供によって活動運営を継続して支えることが必要である。また、活動の中で生じる問題や気になる参加者への対応についての相談、そして報告書の記載内容によっては、助言や活動へ参加して一緒に対応策を検討することも必要である。

本研究の限界と今後の課題

本研究では住民主体型活動の代表者等が実践している活動継続につながる行動を明らかにした。しかし、対象とした活動代表者が5市町の14人と少ないことで地域による違いがある可能性がある。また、活動の経過とともに活動継続のための実践が変わる可能性がある。そのため、さらに研究を続け検討していく必要がある。

結論

住民主体型活動の代表者が実践している活動継続につながる行動を明らかにすることを目的に、14人の活動代表者等を対象に個別に半構造化面接を実施した。

活動の代表者等は活動継続のために、【地縁組織への支援依頼】やスタッフと参加者で【活動環境の整備】をし、【参加と参加継続を促進する声かけ】や【活動内容の充実】、【活動スタッフの負担軽減】によって参加者とスタッフを定着させ、【自治体への報告・連絡・相談】を行いながら活動していた。また、活動の代表者等は参加者の【心身機能への配慮】をし、【活動参加への意欲向上】させる行動を行って、活動が継続するようにしていた。

住民主体型活動の継続には、高齢者である参

加者への心身機能への配慮や、活動参加への意欲を高めることが重要であり、自治体や地縁組織は相談時に対応し研修会や出前講座などで活動への継続的な支援を行う必要があると示唆された。

謝辞

本研究にご協力くださいました活動代表者等の皆様と調査対象者をご紹介くださいました自治体や地域包括支援センターの職員の皆様に深く感謝いたします。

利益相反

本研究は、開示すべき利益相反 (COI) はありません。

引用文献

- 1) 厚生労働省：健康寿命の令和元年度値について，2022-1-4，<https://www.mhlw.go.jp/content/10904750/000872952.pdf>.
- 2) 厚生労働省：健康日本 21 (第二次) 国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針，2022-1-4，https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/kenkounippon21.html.
- 3) 厚生労働省：介護予防・日常生活支援総合事業及び生活支援体制整備事業の実施状況に関する調査研究事業報告書，2022-1-4，https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000211210_00003.html.
- 4) 福嶋篤，河合恒，光武誠吾，大淵修一，塩田琴美，岡浩一朗：地域在住高齢者による自主グループ設立過程と関連要因，日本公衆衛生雑誌，61 (1)，30-40，2014.
- 5) 早坂玉緒，張平平，大塚真理子：自主グループにおける高齢者リーダーの継続的な役割遂行に関する要因－介護予防 (1次予防事業) の取り組みから－，千葉看会誌，21 (2)，17-23，2016.
- 6) 我孫子尚子，原田小夜：高齢者が自主グループ活動の参加に至った過程，聖泉看護学研究，5，25-34，2016.
- 7) 後藤亮吉，佐々木ゆき，花井望佐子，永井雄太，

田上裕記，中井智博：介護予防を目的とした住民主体の自主グループの発足要因と自主グループへの参加及び継続に関連する要因，日農医誌，65 (4)，836-842，2016.

- 8) 石飛多恵子，上村尚子，神田詩織，竹田麻衣，辻原信恵，林亜衣，平瀬友梨，藤川真基子，山根夏生，小田美紀子，落合のり子：住民による高齢者サロン運営の課題と対策，島根県立大学短期大学部出雲キャンパス研究紀要，6，125 - 133，2011.
- 9) 中村久美：地域コミュニティとしての「ふれあい・いきいきサロン」の持続性と包括性に関する研究，日本家政学会誌，70 (7)，403-415，2019.
- 10) 奥野茂代，大西和子監修，百瀬由美子編：老年看護学，第6版，ヌーヴェルヒロカワ，35-55，東京，2019.
- 11) 厚生労働省：2019年度国民生活基礎調査，2022-1-4，<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-tyosa/k-tyosa19/dl/14.pdf>.