

【 健康長寿社会の実現 】

数年前、新型コロナウイルス感染症が猛威を振るっている最中、長年独りで住んでいた私の叔母の様子がおかしいと地域の方から連絡をいただきました。

すぐに自宅に向かうと家の中はゴミ屋敷になっており、話も噛み合わないことが多く、私は真っ先に認知症を疑い、後日一緒に病院へ行きアルツハイマー型認知症との診断を受けました。

当初は、この状態で独りで生活をしていくのは難しいのではないかとも思いましたが、叔母が自宅での生活を強く望んでいたことから私が面倒を見ることにしました。

それまでの叔母はお洒落で、地域活動やボランティア活動に熱心だったことから知人・友人も多く、ひとりで何でもできる人でしたが、数か月振りに会った叔母は別人のようでした。私はほぼ毎日叔母の自宅に通い、掃除や食事の準備、洋服の衣替え、介護申請などをやっておりましたが、深夜に外出して何度も警察に保護されることや、早朝に何度も自宅と間違えて別の家の呼びベルを鳴らしてしまうことなどが増えてきたことを見かねた親族からグループホームへの入居を促され、現在はグループホームで穏やかに暮らしております。

交友関係も広く、ひとりで何でもできた叔母でしたが、コロナ禍ですべての活動が停止し、さらには独居であったために誰かと会話をする機会が減ったこと、つまり社会との繋がりが減ったことが、認知症となった原因だと私なりに考えました。

また昨年、年齢とともに外出や運動することが億劫となって結果的に歩けなくなり、車いすでの生活になってしまった知り合いの方がいました。

本人はこれまで通り自宅での生活を望んでおりましたが、自宅での生活は家族の負担が重いとの理由もあって施設に入居することになりました。

どちらもこれまで通りの自宅での生活を望んでおりましたが、認知症あるいは歩けなくなったことで結果として、意に反する形で施設入居となりました。

私の叔母は現在自宅に居た時よりも穏やかに暮らしていることから、グループホームに入居して良かったと思っておりますが、誰でも元気なうちは住み慣れた地域・自宅で暮らしたい、そうならないように元気でいたいと思っております。

そしてそのために大事なことは社会との繋がりであり、健康で自分の足で歩けることではないか、と思っております。

先の我が会派 中野敏浩議員の一般質問では、健康寿命を延伸するためには定期的に健康診断などを受診し、その結果をもとに食事や運動などの生活習慣を改善していくこと、そして地域活動やボランティアなどに参加し社会との繋がりと保つことが生きがいつくりや健康

づくりに繋がるとのご答弁がありました。

さらには「令和5年度版 高齢者白書」において、社会活動により健康や体力に自信が付き、それが生きがいにつながることも考えられる、また「フレイル予防・対策 基礎研究から臨床、そして地域へ」においては、身体的にフレイルの状態がなくても社会との繋がりが失われると、こころの健康、口腔機能、栄養状態、身体機能までもが低下し、ドミノ倒しのよう

にフレイルが進行し健康が損なわれるとのご答弁もありました。

そのような背景を踏まえまして、社会との繋がりを通じて健康長寿社会を実現していくために質問をおこなってまいります。

現在本市には、高齢者の方々の社会参加を促しながら健康増進を図る事業として介護いきいきポイント事業がおこなわれております。

本市独自の様々な事業の中で、健康増進に繋がる活動に対してインセンティブが付くものは介護いきいきポイント事業のみだと認識しておりますが、

まず1回目の1点目としまして、

●介護いきいきポイント事業の目的と概要について

A：介護いきいきポイント事業の目的と概要についてでございます。

本事業の目的につきましては、65歳以上の高齢者がボランティア活動を通じて、社会参加や地域貢献を行うとともに、自らの健康増進を図ることを目的としております。

事業概要でございますが、介護いきいきポイント事業への活動者登録を行った高齢者が、介護保険施設や障がい者施設、オレンジカフェにおけるイベント支援や施設利用者の散歩や外出、食堂内での配膳等のボランティア活動を行うことで、活動者にポイントが付与されるものでございます。

介護いきいきポイントにつきましては、活動を行った翌年度に、活動奨励金もしくは物品と交換できる事業としております。

2点目としまして、

●介護いきいきポイント事業の活動者登録とポイント交換の概要について、お伺いします。

A：介護いきいきポイント事業の活動者登録とポイント交換の概要についてでございます。

活動者登録につきましては、事業に関する研修を受講し、ボランティア活動保険に加入していただいた上で、市への活動者登録の申請を行っていただいております。

ポイントの交換につきましては、活動を行った翌年度にポイント手帳と交換申請書を提出することで、スタンプ1個を1ポイントといたしまして、10ポイントにつき活動奨励金1000円、または相当額の物品と交換を行っているものでございます。

なお、交換の上限額につきましては、それぞれ5000円としております。

介護いきいきポイントは平成28年10月の事業開始より8年が経っており、この間コロナ禍も経ておりますが、3点目としまして、

●介護いきいきポイント事業のコロナ禍前と現在の登録者数及び実際に活動を行った活動者数の推移について

A：介護いきいきポイント事業のコロナ禍前と現在の登録者数と実際に活動を行った活動者数の推移についてでございます。

コロナ禍前の平成30年から令和5年度までの人数を、登録者数及び活動者数の推移を申し上げますと、

登録者につきましては、

平成30年度が449名、令和元年度が517名、令和2年度が508名、令和3年度が523名、令和4年度が513名、令和5年度が506名、となっております。

活動者数につきましては、

平成30年度が290名、令和元年度が314名、令和2年度が30名、令和3年度が34名、令和4年度が64名、令和5年度が95名、となっております。

4点目としまして、

●介護いきいきポイント事業のポイント交換の状況について

A：介護いきいきポイント事業のポイント交換の状況についてでございます。

ポイント交換の状況につきまして、令和元年度から令和5年度までの5年間の推移で申し上げますと、

活動奨励金につきましては、

令和元年度が52名、令和2年度が46名、令和3年度が1名、令和4年度が11名、令和5年度が21名、となっております。

相当額の物品につきましては、

令和元年度が167名、令和2年度が159名、令和3年度が6名、令和4年度が7名、令和5年度が16名、となっております。

令和元年度から令和3年度までは、物品に交換する方が多い状況でございましたが、令和4年度以降では、活動奨励金への交換が増加している状況でございます。

5点目としまして、

●現在、介護いきいきポイント事業において市の指定を受けている事業所数、及び活動者の受入実績のある事業所数、についてお伺いします。

A：介護いきいきポイント事業の市の指定を受けている事業所数等についてでございます。令和5年度の状況で申し上げますと、市の指定を受けている事業所数は117事業所、その内、活動者の受入実績のある事業所数は30事業所となっております。

埼玉県では、平成29年度より誰もが毎日を健康で生き生きと暮らすことができる健康長寿社会を実現するために、ウォーキングや健康づくり事業に参加してポイントを貯め、ポイントに応じた特典を受けられることができる「コバトン健康マイレージ」事業を行ってまいりました。

令和6年3月で「コバトン健康マイレージ」は終了し、現在は「コバトン ALKOO マイレージ」として実施されておりますが、6点目としまして

●令和6年3月まで実施していた「コバトン健康マイレージ」における本市の登録者数の推移について

A:「コバトン健康マイレージ」の本市の登録者数の推移についてでございます。

過去5年間の登録者数で申し上げます。

令和元年度が3283人、令和2年度が4470人、令和3年度が5658人、令和4年度が6921人、令和5年度が7310人でございます。

7点目としまして

●「コバトン ALKOO マイレージ」の概要及び「コバトン健康マイレージ」との違い、について、をお伺いしまして1回目とします。

A:「コバトン ALKOO マイレージ」の概要及び従来の「コバトン健康マイレージ」との違いについてでございます。

「コバトン ALKOO マイレージ」は、市内在住の18歳以上を対象とし、スマートフォンのアプリを活用することで、ウォーキングを楽しく続け、健康づくりを推進するためのアプリ専用の事業でございます。

「コバトン健康マイレージ」と同様に、歩数及び本市が指定した運動施設の利用や健康教室等への参加に応じポイントが付与され、3か月に1度、3万ポイントを1口として、デジタルギフトなどの景品抽選が実施されております。

そのほか、夏冬の日陰・日向ルートの紹介やスタンプラリーなど、楽しく歩くため充実した各種機能がございます。

また、従来の「コバトン健康マイレージ」と比べ、スマートフォン操作が苦手な方でも簡単に操作ができ、さらに、歩数データが自動加算される機能が追加されております。

【2回目】

それぞれご答弁いただきました。

介護いきいきポイントは、ボランティア活動を通じて、高齢者の皆様の介護予防や社会参加

を推進し、自らの健康増進を図ることを目的としており、介護保険施設や障がい者施設等での活動を行うことでポイントが付与され、最大で5000円の活動奨励金または相当額の商品と交換できる事業であるということ、そしてその活動登録を行うためには研修を受講し、ボランティア活動保険に加入する必要がある、活動を行った事業所で手帳にスタンプを押してもらうことでポイントが付与されるということでした。

また近年、活動奨励金への交換が増えているのは、物価高の影響もあるものと推察しております。

介護いきいきポイントの登録者数及び活動者数の推移についてもご答弁いただきました。登録者数については500名前後で推移しており、コロナ禍前後で大きな増減はないものの、活動者数についてはコロナ禍以降100人に満たない状況が続いていると理解しました。

これはコロナ禍での外出・活動控えというよりも、活動場所が介護や障がい者施設に限定されているため、受入側の事業所の事情が大きいものと考えられ活動したくても活動できる事業所が限られているものと考えられます。

実際に令和5年度の状況では、市の指定を受けている事業所数117事業所に対して受入実績が30事業所ということでした。

新型コロナウイルス感染症は季節を問わないことから、福祉施設では家族の面会ですら未だ制限している施設があり、ボランティアといった外部の人間の来訪制限は今後も続くものと想定できます。

コバトン健康マイレージの登録者数の推移についてもご答弁いただきました。

本市登録者数の推移では、5年間で2倍以上にもなっており、直近の令和5年度では7310人の方が登録され、令和6年度からはアプリ専用のコバトン ALKOO マイレージとして健康づくりを推進するために実施されています。

そしてコバトン健康マイレージ事業の時より、運動公園など市内の運動施設の利用や健康教室等へ参加された方へもマイレージポイントを付与しており、ウォーキングだけでなく健康増進の活動にもインセンティブを付けているということでした。

介護いきいきポイント事業の登録者数は5年間でほとんど変化がない一方で、コバトン健康マイレージの登録者数は5年間で2倍以上になっており、人数においても約500人に対して約7300人と大きな開きが見て取れます。

どちらも活動に対してインセンティブが付与される事業ではありますが、手軽にどこでも参加できるという点で考えますと大きな違いがあります。

介護いきいきポイントでは、活動するまでに研修を受講し、保険加入したうえで、事業所と調整し、現地まで赴かなくてはならず手軽に始めるという点ではハードルが高くなってお

ります。

一方でコバトンマイレージは、スマートフォンにアプリをインストールして、歩くだけでポイントを貯めることができ、いつでもどこでも始めることができる手軽さがあります。

そこで2回目の1点目としまして、

●手軽に参加できるように介護いきいきポイント付与対象を福祉事業者に限らず広げることについて、どのような課題があるのか？お伺いします。

A：介護いきいきポイントの付与対象を福祉事業者に限らず広げることについての課題についてでございます。

本事業につきましては、要支援・要介護状態となる前からの介護予防を推進する「地域支援事業」に位置付けられた事業であることを要件としております。

福祉事業者に限らずに対象事業を広げる場合の課題といたしましては、①活動実績を含めた事業の実態把握や、②民間事業者等の協力、③スタンプの管理方法について検討などの必要があるものと考えております。

介護いきいきポイント事業は、高齢者が社会参加や地域貢献を行うとともに、自らの健康増進を図ることを目的としており、「コバトン健康マイレージ」あるいは「コバトン ALKOO マイレージ」は、ウォーキングを楽しく続け、健康づくりを図ることを目的としていることから、対象年齢の違いはあれど、どちらもその目的に違いはありません。

そこで2点目としまして、

●それぞれの事業による介護予防や健康への効果についてどのように捉えているのか？をお伺いしまして2回目とします。

A：介護いきいきポイント事業による介護予防や健康への効果についてどのように考えているかについてでございます。

65歳以上の高齢者がボランティア活動を通じて、社会参加や地域貢献を行うとともに、介護予防や健康増進の効果が期待できるものと考えております。

令和5年度に、活動者を対象に実施したアンケート結果におきましても、事業に参加したことで生活に張り合いがある、友人や知人が増えた、今後も活動を続けていきたいなどの回答が多い状況となっております。

「コバトン健康マイレージ」の健康への効果についてでございます。

埼玉県のホームページによりますと、本事業に参加された方々へのアンケート調査及び効果検証が実施されております。

アンケート調査では、参加前と比べ、「気持ちに張りが増した」「体重が減った」「体が軽くなった」との回答が多かったほか、健康に関心がある人が増えたなどの結果となっております。

また、令和4年度に実施した効果検証について、「コバトン ALKOOO マイレージ」開始の際の記者会見では、事業に参加した方々と参加していない方々の年間の医療費を比較したところ、参加5年目で約3万8千円の医療費抑制効果が検証されたと言及しております。

【3回目】

ご答弁ありがとうございます。

介護いきいきポイント事業及びコバトン健康マイレージそれぞれの介護予防や健康への効

果についてご答弁いただきました。

介護いきいきポイント事業では、アンケートにおいて生活に張り合いがあるなど前向きな回答が多いことから、介護予防や健康増進に効果が期待できるとのことでした。

また健康マイレージでも、アンケートにおいて同様に前向きな回答が多く、さらには令和4年度に実施した効果検証では、参加した方々と参加していない方々とを比較すると年間医療費で約3万8千円の抑制効果があると記者発表されているとのことでした。

埼玉県では平成29年度のコバトン健康マイレージ事業参加者のうち平成31年3月時点の国民健康保険加入者5756人を対象としての効果検証を令和2年に公表しております。検証は、事業開始前年度の平成28年と事業開始翌年度の平成30年の検診データや医療費の変化を比較して実施されております。

血圧やコレステロール、中性脂肪など多くの項目での比較がなされており、歩数別での医療費への影響などまで細かく検証がされております。

ただこの時点では、事業参加前年と翌年の比較であったために、年間医療費に関しては全体としての抑制効果は確認できなかったものの、年齢階級別にみると高齢者の医療費の増加が抑制されている可能性があることが確認できたにとどまっていたものが、令和4年度の効果検証によってはっきりと医療費抑制効果があると明確な結果が出たものだと思います。

介護いきいきポイントの付与対象を福祉事業に限らず広げることの課題についてもご答弁いただきました。

介護いきいきポイント事業を福祉事業者以外にも拡大することの課題としては、活動を行った各事業所で手帳にスタンプを押すことで付与されることになっているため、活動の実態把握やスタンプの管理などが課題であると理解しました。

さいたま市では、本市介護いきいきポイント同様の事業を長寿応援ポイント事業として実施しております。

さいたま市の長寿応援ポイントでは、ポイント付与活動の範囲が非常に大きいことが本市介護いきいきポイント事業との大きな違いとなっており、ラジオ体操やグランドゴルフ、健康体操、フラダンスなどの健康づくり活動、将棋やカラオケ絵手紙などの趣味活動、そして高齢者サロンへの参加などでポイントが付与され、コバトン ALKOO マイレージで貯めたポイントを長寿応援ポイントへ交換することもできるものとなっております。

ご答弁の介護いきいきポイントの付与対象を広げることの課題では、手帳にスタンプを押すことでポイントが付与されることになっているため、活動の実態把握やスタンプの管理などが課題とのことでしたが、さいたま市では手帳にシールを貼る運用となっており、本市と運用面は、さほど変わらない状況であります。

介護いきいきポイント事業の「社会参加や地域貢献を行うとともに、自らの健康増進を図る」ことを目的とするならばポイント付与対象を拡大することに対して大きな意義を感じます。

目に見えてポイントが貯まること、さらにインセンティブが付くことでモチベーションが上がり、普段であれば休みがちな趣味活動も頑張っへ行こう、寒いけどラジオ体操に頑張っへ行こう、と外に出るきっかけとなるものと考えます。

たとえ町内の自治会館での趣味活動に参加するために外出するだけでも家に閉じこもっているよりは歩きます。

また健康診断等の数値には現れませんが、外出して趣味活動に参加すれば、知人・友人と会話し認知症予防にも繋がるでしょう。

なかなか受診率が上がってこない特定検診もポイント付与対象にすれば、受診率が上がるかもしれません。

結果として病気の早期発見、早期治療に繋がり、医療費の抑制にも繋がるものと思います。

そして何よりも、健康を維持できることで、住み慣れた自宅・地域でいつまでも元気に暮らしたいという、多くの高齢者の方々にとっての一番の願いを叶えることに繋がります。

また先にも申し上げました通り、コロナ禍を経て福祉施設へのボランティアとしての来訪制限は今後も続くものと考えられ、結果として介護いきいきポイント事業を通じて健康増進を図るという目的を達成することは難しいものと考えます。

そこで最後の質問としまして、

●介護いきいきポイント事業のポイント付与対象をラジオ体操や地域団体活動、特定検診などにも拡げて高齢者の社会参加等へインセンティブを付けて健康増進へと繋げるべきと考えますが市の考えをお伺いしまして、私の一般質問とします。

A：介護いきいきポイント事業の付与対象を拡大すること等についてでございます。

ポイント付与の対象事業を拡大することにつきまして、ラジオ体操や地域活動、特定検診などを促進するインセンティブとなり、参加者数や受診率の向上等の効果があるものと認識しております。

また、対象事業の拡大につきましては、令和2年度に、活動者や事業所等の要望を踏まえ、介護保険施設に限定していた活動の場を障がい者施設まで拡大してきた経緯もございます。現在、介護いきいきポイント事業につきましては、新型コロナウイルス感染症の影響を受け、活動者や受け入れ実績のある事業者が大きく減少している状況であり、現行の枠組みにおいて、活動者や受け入れ事業所の増加等の取り組みを行っているところでございます。

今後、本事業を推進していく中で、活動者の状況やご要望、他市の成功事例も参考に、ポイント付与対象の拡大も含め、事業の在り方を検討する必要があるものと考えております。