

コロナ禍における通いの場リモート交流

～超高齢社会に強い三好市の介護予防事業モデル～

徳島県三好市 宮内 鉄家



1. はじめに（三好市における現況、地域課題）

三好市（図1）の人口は2020年11月30日現在24,819人、721.48㎢という広大な面積（徳島県全体の17.4%を占める）で市域の大部分は丘陵並びに山地となっており、可住地は吉野川の沿川とその支流の谷合に点在しており、その面積は13%と低く、ほとんどが急峻な山地で形成されている。一方で65歳以上高齢者人口は11,180人であり、高齢化率は45.05%である。市内6地区（平成18年合併前の6町村単位）のうち3地区で見ると高齢化率は50%を超えており、最も高いもので東祖谷地区において59.77%となっている。高齢者は2人に1人から、3人に2人へと移りつつある状況といえ、紛れもない超高齢社会を迎えている自治体である。



図1 三好市の位置
（出典：三好市市勢要覧）

今後も高齢化率が上昇し（図2）、過疎化が進行していく三好市には多くの課題が散在しているところ、特に重要なものとして、広大な山間地に点在する高齢者たちが、最後まで

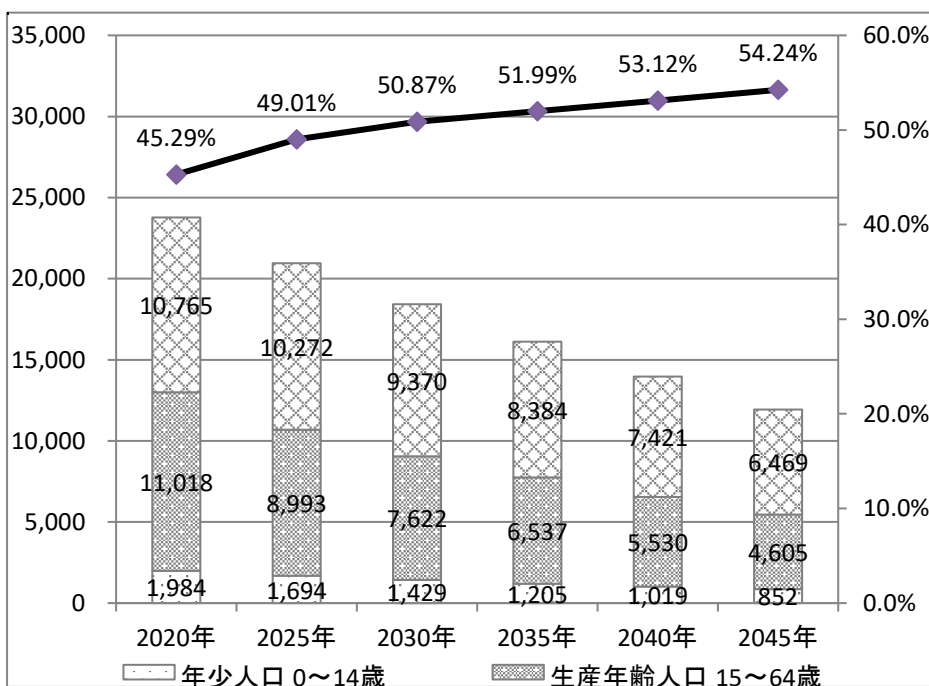
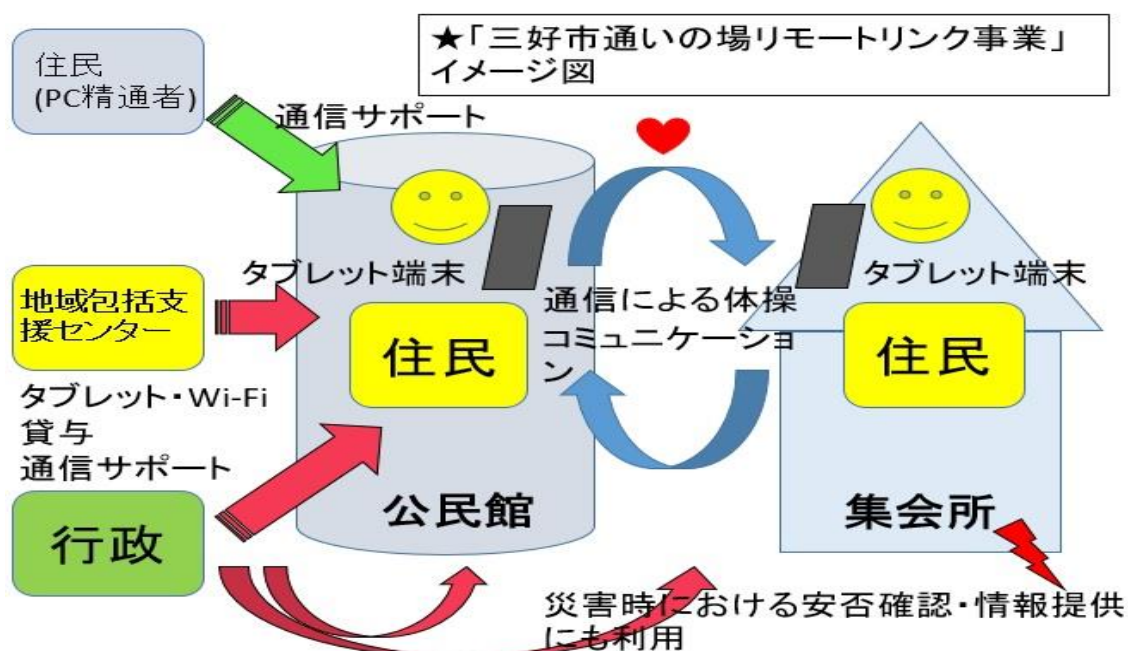


図2 三好市人口・高齢化率推移
（出典：三好市人口ビジョン2020）

健やかに生きられる所謂『健康寿命』をいかにして延伸させていくかという課題が挙げられる。厚生労働省によれば全国の医療・介護にかかる費用は2018年度に約56.8兆円（自己負担7.2兆円、公費22.6兆円、保険料26.9兆円）であるところ、

2040 年度には 103.9 兆円から 105.9 兆円にまで膨らむと見通されている。加齢や生活習慣病に伴う疾病のリスクが高まり、実際にそれらに罹患することによって外出が困難となり、要介護状態となることで医療費・介護費が嵩んでしまえば高齢者の QOL（生活の質）は著しく低下し、延いては地域の元気を減退させてしまう。右肩上がりの医療・介護費を抑制するためのみならず、高齢者の人達が住み慣れた地域で健やかに最後まで生活を続けられる環境「地域包括ケアシステム」を構築するために、住民がお互いに協力しながら地域を支えていく活動を行うことが、三好市のような超高齢社会における目指すべき地域づくりの在り方の 1 つと考えられる。

本レポートにおいては以上の考え方に基づいて、三好市がこれまで取り組んできた高齢者の介護予防施策を紹介しつつ、最新のリモート接続技術を用いた新たな介護予防の体制・地域づくりについて模索し、『三好市通いの場リモートリンク事業』を提言する(図 3)。



2. 通いの場と通所型サービス B

(1) 介護予防・日常生活支援総合事業

介護保険法の 2011 年改正により、全国の

自治体で地域包括ケアシステムの構築が義務化され、団塊の世代が全て後期高齢者となる 2025 年までに達成することが一つの目標となっている。介護予防・日常生活支援総合事業

(以下「総合事業」という。)は 2015 年改正により創設され、地域包括ケアシステム構築に資する多くの取り組みを応援、補助するものとしながらも核となる行動はあくまで地域の自主性に委ねられる。前述の通り、三好市は既に超高齢社会の只中におり、他の過疎化する自治体と同様に地域全体で見守りと支え合いを行っていく上で、介護予防に関する活動は不可欠のものであると考えられている。そして自主的な介護予防に係る取り組みにおいて、地域の問題を我が事として捉えて解決を目指す、超高齢社会ならではの地域活性化の 1 つの形を示すこととなる。

図 3 三好市通いの場リモートリンク事業 (筆者作成イメージ図)

(2) いきいき百歳体操をキーとする通いの場への取り組み

加齢に伴うフレイル（「虚弱」の意。健康な元気老人と要介護状態の中間的なイメージで用いられる）を阻止するために全国的に推奨・展開されているものの1つが、理学療法士による介護予防体操である。足腰に難がある人は座ったままでも行うことができ、繰り返し体幹部分を鍛えることによってインナーマッスを強化し、身体を支える筋力を付けるといふものである。実際に介護予防体操を継続的に行うことで節々の痛みが解消され、歩行もスムーズになるという現場の声も多い。1箇所にも皆で集まってお喋りを楽しむサロン活動としての側面もあることから「みんなと話ができて楽しい」と過疎化及び独居化で不足しがちなコミュニケーション機会の回復にも資すると報告されている。これらの介護予防体操は、体操のプログラム・動作・音楽について多種多様であり、地域の文化や祭りと組み合わせて独自のものを生み出す所もある。

三好市においては高知県が発祥となる「いきいき百歳体操」を、本格的に総合事業がスタートした2017年より取り入れている。いきいき百歳体操は三好市内において2020年12月現在56箇所（図4。3月時点で60箇所であったものが幾つか統合されている）で展開される「通いの場」で行われており、どの箇所においても継続的に実施され、順調に数を伸ばしている。厚生労働省は通いの場への高齢者参加率8%を2025年までに達成することを

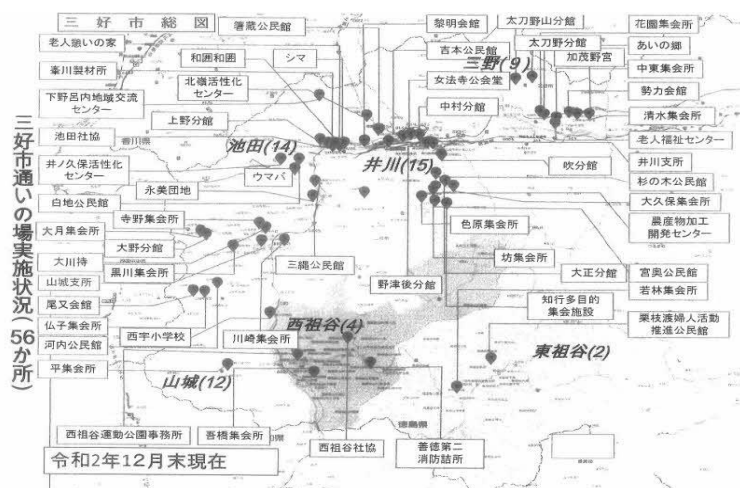


図4 三好市通いの場の分布図
(みよし地域包括支援センター提供)

総合事業における目標値の一つと定めているところ、三好市においては2018年中に達成した(2019年度実績は9%を超える)。通いの場は三好市直営のみよし地域包括支援センター(以下「包括」という。)によって事業が展開されているもので、必要であればDVD機器を貸し出し、小規模団体で

も気軽に始められる点が市民にも好評である。これまで寝たきりに近かった独居高齢者が、髭剃りを行って衣服も整えるようになり、言葉も明朗で聴き取りやすくなったという例も報告されている。体操による身体の健康化のほか、コミュニティ参加による孤立解消にも資するものであることが示されている。

(3) 通所型サービスBによる近所デイサービス

総合事業における通いの場は、事業主体は包括となる。他方、この介護予防体操とレクリエーションを混ぜたサロン活動を住民たちが主体となって行う形態のものがある。それが介護保険の新たなサービスとして位置づけられる「訪問型サービスB」又は「通所型サービスB」である。前者は集落支援員等が実施する地域の見守り活動を住民主体で行って

いくもの、後者は一定地区内の者が公民館や集会所を利用して行うもので「ご近所デイサービス」をイメージすると理解し易い。

通所型サービス B は現在三好市において 4 団体が実施しており、特に井川黎明地区の住民福祉協議会が主体となって行う黎明健康サロン（図 5）については、令和 2 年 1 月に公益社団法人全国国民健康保険診療施設協議会の職員が厚生労働省本省職員と共に視察に訪れ、後に調査研究報告として紹介・分析も行われた（『離島等における介護サービスの提供体制の確保方策のあり方と既存施策のあり方に関する調査研究事業 報告書』）。

総合事業を展開する全国の自治体において、地域全体のことを協議する第 1 層協議体、地区単位（合併自治体は旧町村単位）において協議する第 2 層協議体の発足から更に通所型サービス B の発足・活動の維持まで進行している箇所はそこまで多くない現状で、三好市における地域を元気にする自主的な介護予防活動は 2025 年到来間近な中、前向きに発展しているものである。



図 5 黎明健康サロン（2020.1.8 撮影）

3. コロナ禍で見た通いの場の課題

（1）2020 年の新型コロナウイルス感染症拡大予防に伴う動き

2019 年 12 月 8 日中華人民共和国湖北省武漢市より発生した新型コロナウイルス感染症が日本でも広がりを見せた中、三好市においても緊急事態宣言の影響を受けて多くの活動が自粛された。介護予防活動も例外ではなく 2020 年 3 月から 5 月末までの間、通いの場・通所型サービス B とともに全面中止となり、緊急事態宣言解除後も再開に踏み切れないでいた。原因としては①総合事業のメインプレイヤーが高齢者であり、新型コロナウイルス感染症罹患による身体リスクが高いこと、②公民館や集会所の 1 部屋を利用して体操を行うために「三密」を回避し難いこと、③体操時に声や息を漏らさないことが難しく飛沫感染リスクも高いこと等が考えられる。特に②の点については、1 箇所に皆が集まって体操ばかりでなくレクリエーションやお喋りもして心の充実を図るといふ、いきいき百歳体操を通じた取り組みの醍醐味を奪われることになり、大きな痛手となった。

（2）再開に向けての取り組み

厚生労働省は通いの場アプリをダウンロード可とし、誰でも全国の様々な介護予防体操を動画再生することで自宅において介護予防体操を行えるものとして宣伝したが、三好市においてはこのアプリについては「知らない」と答えた高齢者が殆どだった（通いの場に参加する 2 地区の高齢者合計 21 名に聴きとったところ 1 名だけが名前を聞いたことがあつ

た)。また全国的に本アプリが活用されているという報告も特段 Web サイトや国保新聞等ニュース上では発見できなかった。後述でも触れるが、高齢者の多くは体操による身体的な健康の他にも心の充実、所謂「健幸」を求めて通いの場へ足を運ぶのであり、1 人自室の中で体操するという事はモチベーションの維持が困難である。求められているものは数人以上と一緒に運動して連帯感を得て、その上で近況報告など他愛のない話で盛り上がる環境なのである。2 ヶ月に及ぶ中止を経て「またみんなに会いたい、身体も動かしたい」と漏らす地元高齢者の声に後押しされ、三好市・包括も住民の自主的な介護予防の取り組みを再開していくべきであると判断した。

通いの場を再開していくに当たり、講じた対策は以下の通りである。①マスクと消毒液の配布を徹底させ、携帯式の検温機により参加者の体温計測を行う。②身体への負担が少ない座ったままの体操を選択してマスクを常時着用し、隣同士は 1 メートル以上の間隔を保つ。会場も窓のある部屋を選んで換気を必ず行う。③元々の参加者が多い箇所は、週 2 回に分けて行う等の工夫を施す。④長時間の滞在を控えるために、食事提供を伴う茶話会は行わず、雑談は体操前後の 10 分程度の間で行う。

6 月 1 日以前から必要な消耗備品を準備し、再開を決定した所から順次提供・設置を行い、周辺住民への再開のアナウンスも行うと多くの人が通いの場へ戻り始めた。

(3) 現在の状況と課題

三好市内において 2020 年 12 月 1 日現在、56 箇所中 41 箇所が通いの場の活動を再開している。通所型サービス B については 4 箇所中 3 箇所が再開している状況である。概ね活動が再開されたものと評価できるが、これまで行ってきた大勢で参加して盛り上がるという形態を取れないことに歯痒さが残っている箇所もある。

また、少人数規模で再開したこともあり、20 人以上で体操を行っていた地区は当該実施箇所より物理的に遠い者が参加しなくなるといった影響が出ている。ここで浮き彫りになる課題は、200 メートル程度の距離も高齢者（特にフレイルに近い者）にとっては徒歩圏外となってしまうため、免許を返納した又は元々免許を取得していない者については通いの場参加を断念せざるを得ないということである。通所型サービス B では自主的に送迎を行っている所もあるが基本的に自身の足で来訪してもらわねばならず、参加者側の体調にも委ねていることが現状である。

4. 新しい通いの場の在り方と発展

(1) リモートシステム「Zoom」を用いた通いの場同士の交流

前述した高齢者の抱える問題を解決する糸口について、筆者が思い当たったものはコロナ禍において都市部を中心に世界中で一気に発展したテレワーク、オンライン会議のシステムである。いきいき百歳体操も DVD を見ながら合わせて身体を動かすものであり、オンラインでリアルタイムと一緒に運動できる上に会話も楽しめるシステムがあれば、場所を選ばずに参加できるのではないかと考えた。

本年リモートワークの形として大変注目を集めたのが、クラウド型 Web 会議システムの Zoom である。パソコン、タブレット、スマートフォンといった端末とインターネット接続環境があればリアルタイムで全世界を繋ぐことができる会議システムであり、全国地域リーダー養成塾でも採用されて大きな効果を上げたものである。筆者は新しい地域おこしの可能性の 1 つとして、今回は Zoom を利用して既に再開している通いの場を起点に、もう 1 箇所をオンラインで繋いで体操と交流を行うという実証実験を考え、実行に移すこととした。そこで浮き上がった課題について検討して解決策も示し、将来的に採用できる政策として立案したいと考えた。通いの場を展開する包括にも提案してみたところ、これまで誰も試みていなかったことで興味があると協力を快諾して頂いた。

高齢者同士に最新のリモートシステムを用いて繋がりを生み出すという取り組みは三好市内で例がなく、必要機材や実証実験当日の流れは全て自身で企画せねばならなかった。

(2) リモート環境整備（予行演習）時点での課題

当初計画していたのは Zoom が各個人同士を繋ぐ会議システムであるという点に着目して、東祖谷地区・西祖谷山村地区のように山間部の急峻な地形において、1 つの集会場に向かうことが困難な在宅高齢者にタブレットと操作する人員を配置、集会所にもパソコンと人員を配置させて同時中継と会話を行う形式だった。しかしながら、Wi-Fi 環境が集会所にはないこと、機材トラブルが発生した際に迅速に対応できること、個人宅内にカメラが入ることは避けて欲しいという意見（プライバシー配慮）、見ず知らずの地区を繋げるよりも同地区内の人同士が会話しやすいこと、今回協力して頂いた三好市社会福祉協議会（以下「社協」という。）・包括職員が助力しやすい地理的要因を加味して、池田町イケミナミ地区（山間部ではない町中）の社協事務所、池南公民館の 2 箇所を実施場所とした。社協事務所に 12 名、池南公民館に 4 名の合計 16 名の参加者が集まり同時中継と終了後に会話するというモデルとなった。

2020 年 11 月 14 日に Wi-Fi 環境のある社協事務所に筆者がパソコンを持ち込み、池南公民館には包括職員がタブレットを持ち込んでモバイル形式で通信し、Zoom システムを繋いで試運転を行った。この日に判明した課題としては、①音が聴き取りにくい、画面が小さくて見えづらい、②映像に合わせて体操するとタイムラグが発生するという 2 点があった。①についてはモニター・スクリーン・オーディオ・マイクを 2 台ずつ用意する、②については社協ではそのまま流して公民館側に DVD プレイヤーといきいき百歳体操 DVD を用意して流すという方向で準備することとなった。

(3) リモート実施当日の状況、参加者の感想

本番である 2020 年 11 月 28 日に前述した各周辺機器を準備して、実証実験を行った。まず結論としては概ね好評であり、今後改善すべき点を埋めていけば実現性の高い施策として進んでいくという手応えを感じるものだった。

2 箇所の集会所を午前 9 時に開場して予め用意していた機材を準備（公民館→社協事務

所の順番)、両箇所のインターネット接続を確認して Zoom にログイン、スクリーンに大きくそれぞれの様子が映し出されると「こんな時代が来たのか」と感嘆の声を挙げる者、小さく拍手する者も出た。地元の高齢者は興味があったとしても端末等の機械操作は困難であり、インターネットを利用したこのような取り組みに触れることはこの日参加した全ての人にとって未知の体験だった(図6)。

いきいき百歳体操、小休憩、認知症予防体操と終えた後で両箇所の Zoom 機能を使って挨拶とお互いの近況を話し合い、和やかな空気でのこの日の通いの場は終了した。「近いけれど最近会えていなかった。久しぶりに声が聴けて嬉しい」、「LINE の電話よりも声大きいしハッキリ映るため会話が楽しい」、「向こうでも見られていると思うと緊張するが逆に頑張って運動できた」等の声が寄せられた。コミュニケーションの回復という点で見れば遠隔地を繋ぐという試みは多くの高齢者にとって心的にプラスに作用するものと言える。

課題となる意見としては「これだけ大掛かりな機械が必要になると地区住民福祉協議会や、老人クラブで続けていくのは難しい」、「遠くの席からだスクリーンでも画面が見えにくい」、「大人数だと同時に体操するのが難しい」、「他県に住む孫やひ孫の助けがないとできない」といったものが寄せられた。

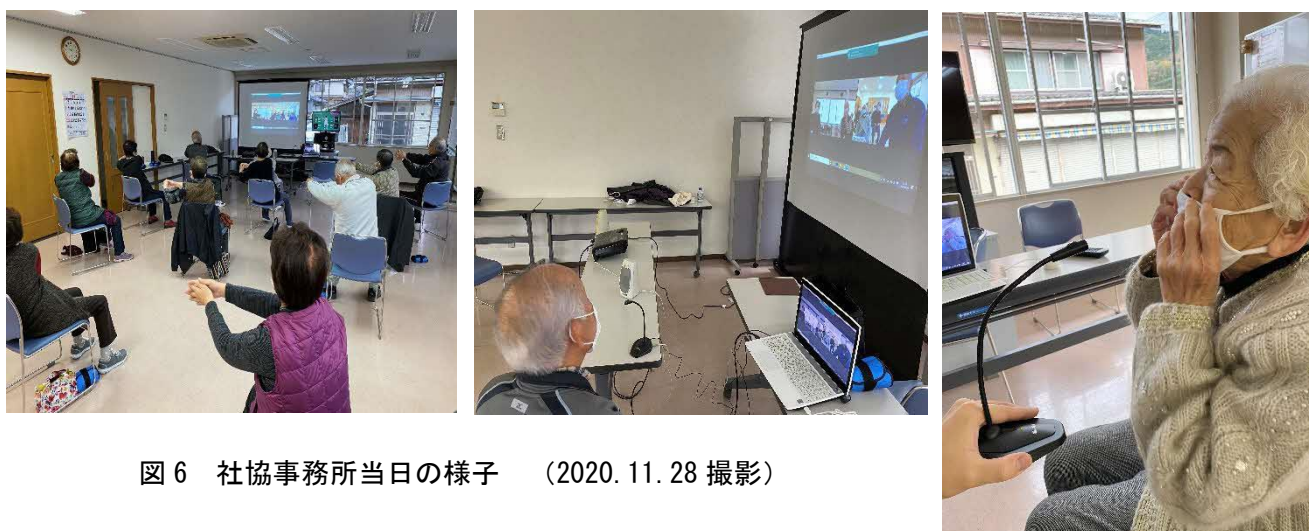


図 6 社協事務所当日の様子 (2020. 11. 28 撮影)

(4) 課題の解決と今後の発展

課題として挙げられた声をまとめていくと、①機材を準備するハードルが高いこと、②インターネット接続等の環境をサポートする者が必須なこと、③大人数同士になると会話がまとまりにくいことの3点がある。以下に順番に解決方法を述べる。

まず①については、今回使用したスクリーン、プロジェクターは大掛かりな物で常設・常時貸出は不可能である。理想の形としてはタブレット端末を用意して4人から5人程度の人数同士を繋ぐことであると言える。タブレット端末は映像も鮮明であり、持ち運びもパソコンと比べて容易だからである。体操については「体操中は皆の様子よりも画面で動くインストラクターを見てばかりになる」という高齢者の声を受けて、DVDを流している会場側のタブレットカメラを使用してDVD映像と音を遠隔地の別タブレットに届けるという方式でも問題ないを考える。多少ラグは発生しても、映像的には4人程度で見るとは

タブレットで支障はない。インターネット接続環境についてはテザリング形式のポータブル Wi-Fi を購入するか、一部の無線 Wi-Fi が備わっている施設を利用する。山間部の地域にはホテルや観光施設・公共施設の一部に無線 Wi-Fi が設置されている箇所もあるが、住民の居住区から離れているために現実的にはポータブル Wi-Fi の購入が求められる。

次に②について、大半の高齢者は近年の通信技術に対応しきれていない実情を知らなければならぬ。株式会社いろどり（徳島県上勝町）において最新の機器を使いこなして葉っぱビジネスを営む高齢者を大手メディア等は取り上げるものの、過疎地域含めて多くの高齢者はスマートフォンの使用においても通話・LINE・写真撮影を行い、SNS に投稿するなどの操作で手一杯である。筆者も参加した他の通いの場や、今回実証実験を行った場所では高齢者がスマートフォンを有していたものの、全員がこの 3 点程度しか使いこなせず、中にはこれらの操作も「若い人、子や孫の助けがないとできない」と回答した人がいた。一方で解決方法として補助者は必ずしも若者である必要はないため、地元のパソコン・スマートフォン教室を開催している人たち、数は多くないが地域に居住するインターネット利用に精通する高齢者、今回協力して頂いた社協や包括の職員といった地元で暮らしている人たちに補助してもらうことが相当である。総合事業の通いの場が地域ボランティアであり、地域貢献意欲の高い人たち（仮に無報酬でも参加することに意欲的な人たち）に 1 回当たり 1,000 円から 2,000 円のインセンティブを補助金形式で支払い、リモート接続を補助してもらうだけでなく地域のことに関する話題や自分たちの生活での困り事も雑談の中で話してコミュニケーションを取っていくと面白い取り組みになる。通いの場参加者・補助者とも広大な三好市の全地域のストーリーに通じているわけではなく、このような機会を捉えて触れていくと新たな発見と満足が得られる。

③については先の①と重複する所もあるが、リモートで繋ぐどちらか一方は 4 人程度の小規模でタブレットを用いて行えば解決できる。体操を終えた後はタブレットでゆっくり雑談しても良いし、認知症予防に相互のリズムに合わせて手の動きを重ねるゲームを行うといったレクリエーションを楽しんでも良い。通所型サービス B の黎明健康サロンではレクリエーションにも力を入れていることから、このサロンのスタッフにも知恵を借りてタブレットでも可能なレクリエーションを紹介してもらうことができる。

ここまで①・②・③と通いの場リモート接続の施策における課題解決方法を考察したが、これらの解決方法に加えて、通いの場以外の活用方法にも言及する。三好市池田地区には 1993 年東四国国体開催時に設立された総合体育館があり、ここにこれまで桑田真澄氏、池上彰氏といった人達が講演会に訪れたことがある。当日の会場は満員となったわけであるが、池田地区から離れた東西祖谷地区の人や、自宅から動くことができない人は参加することが出来なかった。また、高齢者は歴史・経済の学術的講演会にも興味があるものの、これも会場が離れているという理由で断念してしまうケースが多い。個人又は 1 集会所に対してタブレット端末を貸与すれば、Zoom 接続によって自分に都合の良い場所で講演会を聴くことができるだろう。

他にタブレット端末を地区に貸与を行うことで期待できるものとして、災害時の緊急連絡・安否確認のための通信確保がある。避難所となる公民館等に設置しておけば、有事の

際にいち早く避難者の状況を知ることが可能であり、食糧・毛布といった必要備品を適切に届けることができる。災害対策本部において住民に告知すべき情報も素早く伝達することが可能である。この状況ではタブレット使用方法、Zoom 接続方法もラミネートした大文字の説明書を添えておく必要がある。

(5) 施策の立案

三好市における新たな介護予防の施策として、『三好市通いの場リモートリンク事業』を提言する(図3)。

これは主に通いの場推進を目的としてタブレット端末とモバイル Wi-Fi 機器を利用者に貸与する仕組みである。保有は通いの場事業を展開する包括(既にタブレットを数台保有しており、予算金額は下記積算額よりも下回る可能性あり)で、同地区内で2台ずつ貸し出すものとする。宣伝は行うものの「やらされ感」を出さないために、まずは希望制として、地域において導入を希望するモチベーションの高い個人又は団体に貸し出して効果を確認して適宜条件の見直しを行う。例えば通信環境が悪い場合は使用場所を指定する、通信料が大きくなりそうであれば通信プラン上限を低めに設定する等である。接続サポートは新規活動の際は包括職員か住民ボランティアによって行われるが、手順が大文字でラミネートされた簡易説明書を配布することで以降は住民たち自身の手によって接続が可能となる。

三好市各地域において月曜日から土曜日まで万遍なく通いの場開催の日程が組まれているため、各回で端末を回し合って使用することが可能である。通所型サービス B を実施している団体が通いの場と繋ぐことも想定しており、幅広く各地域の総合的な介護予防に取り組める体制を整備する。

タブレットはそれぞれの通いの場に預けておくことが基本となるが、三好市や市外での講演会・講習会が開かれる際には事前にアナウンスをしておき、参加希望する者について先着順で1台当たり4名程度(通いの場利用時と同じ人数)が当日 Zoom で参加することができる。また普段は公民館・集会所に説明書と共に保管しておくことで、災害等有事の際に情報受発信ツールとしても活躍が期待できる。災害時利用の主管課は危機管理課で、利用方法としては災害時指定避難所に向かった避難者が説明書手順に従って起動、操作する。三好市災害対策本部とオンライン接続を行い、そこで避難所に居る人数、周辺の災害状況、必要となる物の情報を伝達し、必要物資を迅速に災害本部から届けることが可能となる。片道1時間から2時間程度要する場合、安否確認と必要物資の聴き出しのために公用車を走らせることは手間が掛かり、担当職員が危険なケースもあるため移動回数が減らせるということは大きなメリットと言えるだろう。また孤立してしまった場合についても、接続を保ち不安を和らげるというメリットもある。

(予算根拠の積算額)

タブレット 10.1 インチ 17,602~38,975 円 ≒ 38,000 円

モバイル Wi-Fi 機器 初年度 1,490 円/月

(月額利用プラン平均 3,824 円/月)

(筆者調べ、価格.com を参照)

三野・井川・池田・山城・東祖谷・西祖谷地区で 2 台ずつと換算して

(38,000 円 + 1,490 円 × 12 ヶ月) × 2 台 × 6 地区 = 670,560 円

次年度以降は 3,824 円 × 12 ヶ月 × 2 台 × 6 地区 = 550,656 円

5. おわりに

2020 年は新型コロナウイルス感染症を抜きには語れない年となり、都市部の人口密集・過密空間の有する脆弱性が露見した年でもある。これまで三好市地方創生推進課などが進めてきたサテライトオフィス誘致、仕事場含む生活環境を都市部から分散させていくことを推奨する移住施策は今後も進めていくとして、元々地元に住む高齢者たちの生活環境と「健幸」状態の維持もまた地域を元気にする上では欠かせないものである。

今回の報告では 1 年間の内に数年ほど過程を飛ばしてリモート接続を中心とする仕事の在り方、ライフスタイルの新しい形が発展してきたことに着目して、多くの地域が抱える高齢化と介護予防の問題にリモート接続技術を応用させるという取り組みを試みた。課題の全てを解決するものではないとしても、一定以上の成果をもたらしたものと見えるであろう。本報告で立案した施策については、更に包括とも協議を重ねて 2022 年度予算作成の段階に提案をしたいと考えている。

過疎化を止めるということはおおよそ不可能であるとしつつも、その流れを緩やかにすること、現在居住し、将来に渡って生活を続ける住民たちにとって暮らしが楽しいと思える環境づくりが全国的に求められている。三好市も緩やかな人口減少と高齢化の実態を受け入れつつ、元気な高齢者たちが笑顔で暮らせる超高齢社会を積極的に受け入れて地域の特性を伸ばしていくことが、明るい三好市の将来像の 1 つとなると筆者は信じている。

【参考資料】

- 1 三好市人口ビジョン 2020, 三好市地方創生推進課
- 2 医療・介護費の将来の見通し, 厚生労働省
- 3 総合事業 (介護予防・日常生活支援総合事業), 厚生労働省
- 4 総合事業, さわやか福祉財団, 『さあ、言おう』 2020 年 4 月号～11 月号
- 5 山形県酒田市におけるいきいき百歳体操の効果—身体機能・QOL・相互扶助行為に関する調査から—, 齋藤建児, 『東北公益文科大学総合研究論集第 35 号』 2018 年 12 月 20 日
- 6 介護保険サービス事業所におけるサービスの質の確保と事業運営の効率—e-GYM(イージム)の試用からみるその効果と今後の展開の可能性—, 久保英樹, 『九州生活福祉支援研究会研究論文集第 10 巻第 1 号』 2016 年 1～7 頁
- 7 介護予防・日常生活支援総合事業の展開と課題—長崎県佐々町を事例に—, 藤島法仁, 『研究紀要』 2016
- 8 離島等における介護サービスの提供体制の確保方策のあり方と既存施策のあり方に関する調査研究事業報告書, 公益社団法人全国国民健康保険診療施設協議会