

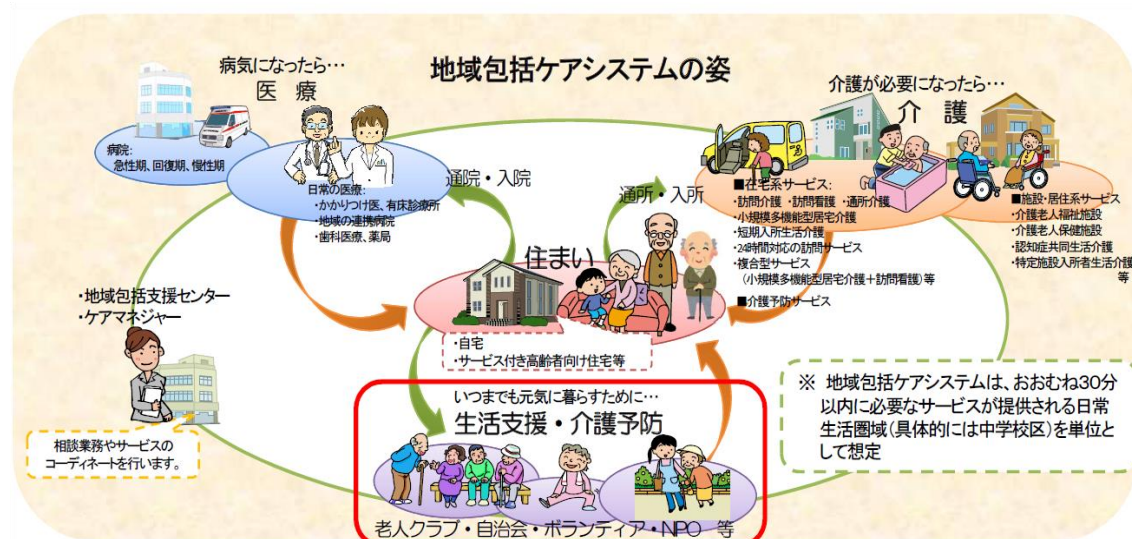
## 地域資源を活かして匝瑳市独自の介護予防を ～通所型サービスBの導入に向けて～

千葉県匝瑳市 石橋 直紀



### はじめに

内閣府の高齢社会白書によれば、日本の高齢者人口は年々増加し続けており、団塊の世代が75歳以上となる令和7年には3,677万人に達し、その後、令和24年に3,935万人でピークを迎えると推計されている。また、高齢者人口の増加により、要介護・要支援認定者数や介護サービス利用者数も年々増加しており、それに伴い、標準給付費（※1）についても同じく増加し続けている状況である。そのような中、市町村では、重度な要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを最後まで続けることができるよう、医療・介護・住まい・生活支援・介護予防が一体的に提供される体制（地域包括ケアシステム）を、令和7年を目途に構築することが求められている。



図表 1 地域包括ケアシステムの姿（出典：厚生労働省ホームページ）

匝瑳市でも現在、同システムの構築を進めているところではあるが、それ以上に高齢化の進行は著しく、後述するように様々な課題も生じてきている。それらの課題解決には、同システムにおける生活支援・介護予防の分野（図表1 囲み枠内）をいかに充実させていくかが1つの鍵となっており、まずは高齢者が自主的に介護予防活動を行えるような環境を作ることが急務である。また、それをきっかけに、高齢者だけでなく市民全体が介護予防活動に関わることができるまちづくりを実現させることで、今後の高齢社会を乗り切ることができると考えられる。

## 第 1 章 高齢化社会における匝瑳市の現状と課題

### 1 匝瑳市の概要

千葉県匝瑳市は、平成 18 年 1 月に八日市場市と匝瑳郡野栄町の合併によって誕生した市である。県の北東部、都心からは 70km 圏内に位置し、面積は 101.52 km<sup>2</sup>となっている。市の北部には里山の自然が多く残されており、中央部には東西に渡って市街地、南部には田園地帯が広がっており、その端は九十九里浜に面している。

また、明治時代にわずか 5、6 戸の農家から始まったとされる植木生産は、その後農家数や販路が拡大し続け、現在では日本有数の栽培面積及び出荷額を誇る「植木のまち」となっている。その植木のまちを象徴するように、県が認定する伝統的な植木造形技術に優れた植木生産者である「植木伝統樹芸士」は、全 61 人のうち 38 人が匝瑳市の職人である（平成 30 年度末現在）。

### 2 問題点と課題

#### (1) 高齢化率及び要介護・要支援認定率の上昇

匝瑳市では、少子化に加え、若年層が進学や就職で都心へ流出すること等による人口減少が進んでおり、合併年度の平成 17 年度末現在に 41,930 人であった総人口は、平成 30 年度末現在では 36,466 人にまで減少している。しかし、それに対して高齢者数は年々増加しているため、高齢化率が著しく上昇を続けている。また、高齢化率と同様に要介護・要支援認定率も上昇を続けているが、これは単に要介護・要支援認定者の数が増えていることだけでなく、日常生活において何らかの支援を必要とする高齢者の割合自体が増えていることを示している（図表 2）。

図表 2 匝瑳市における高齢化率等の推移（出典：市の各種資料を基に筆者作成）

年度	高齢化率 (%)	認定率 (%)	認定率 (%)		標準給付費 (円)
			要介護	要支援	
H21	26.8	13.5	11.2	2.3	2,264,243,414
H22	26.8	14.1	11.4	2.7	2,282,167,016
H23	27.6	14.2	11.2	3.0	2,436,993,227
H24	28.4	14.3	11.2	3.1	2,605,461,362
H25	29.4	14.8	11.2	3.6	2,659,828,560
H26	30.4	15.1	11.8	3.3	2,765,141,911
H27	31.5	15.4	12.1	3.3	2,834,255,059
H28	32.4	15.8	12.4	3.4	2,835,326,543
H29	33.2	16.0	12.5	3.5	2,900,982,865
H30	33.9	16.6	12.8	3.8	2,947,507,800

※数値は各年度末現在

#### (2) 標準給付費の増加

匝瑳市における要介護・要支援認定者（2号認定者（65歳未満の者）を除く。）の数は、

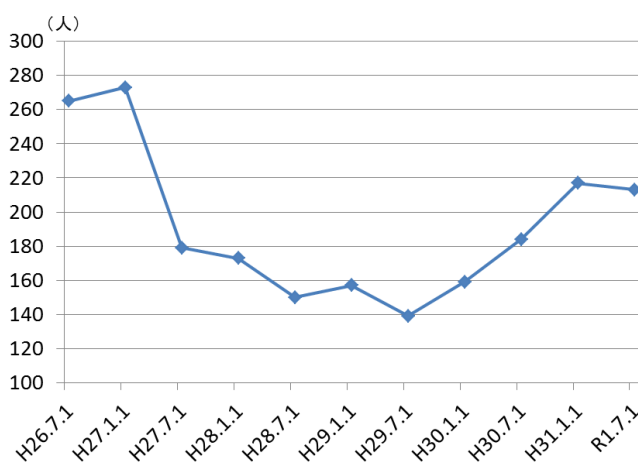
平成 21 年度末に 1,451 人であったものが平成 30 年度末には 2,038 人となっている。認定者が増加すれば、その分介護サービスの需要も増えるため、それに伴って標準給付費も上昇を続けている（図表 2）。平成 30 年度の標準給付費決算額は約 29 億 4,800 万円となっているが、令和 7 年度には約 42 億 8,500 万円にまで達すると見込まれている。

（3）高齢者の受入先及び介護職員の不足

匝瑳市には、介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）が 5 施設（定員計 401 人）存在するが、令和元年 12 月 1 日現在、これらの施設の入所待機者が 229 人という状況である。平成 26 年に「地域における医療及び介護の総合的な確保を推進するための関係法律の整備等に関する法律」

（以下「地域医療・介護総合確保推進法」という。）が成立し、同法で改正された介護保険法により、介護老人福祉施設への入所要件が一部の例外を除き要介護 3 以上とされたこと、また、平成 31 年 4 月には J R 総武本線飯倉駅前に定員 100 人の同施設を開設したことにより、入所待機者数はピーク時に比べて減少はしたものの、依然として高い数値を示している（図表 3）。

図表 3 匝瑳市における特養入所待機者数の推移  
（出典：市の各種資料を基に筆者作成）



また、原則として市民のみが利用することのできる地域密着型サービス事業所については、認知症対応型共同生活介護（認知症高齢者グループホーム）が 4 事業所、地域密着型通所介護事業所（小規模デイサービス）が 10 事業所等存在するが、これらの施設も利用者の入院等で一時的に空きが出ることはあっても、基本的には満床・満員の状況が続いている。そのため、近隣市町に所在する地域密着型サービス事業所で特例的に匝瑳市の高齢者を受け入れてもらえるよう、調整を行うことも少なくない。

さらに、各事業所における介護職員の不足も課題となっている。その背景の 1 つに介護職員の賃金の低さがあることから、国ではその対策として消費税増税分を財源に加算制度の新設等を打ち出している。また、匝瑳市においては、介護職員の確保を図ることを目的に、介護職員初任者研修課程の研修を修了し、市内の介護施設等に就業した者に対して、当該研修の受講費用の一部を助成する制度を平成 30 年度から開始したところである。

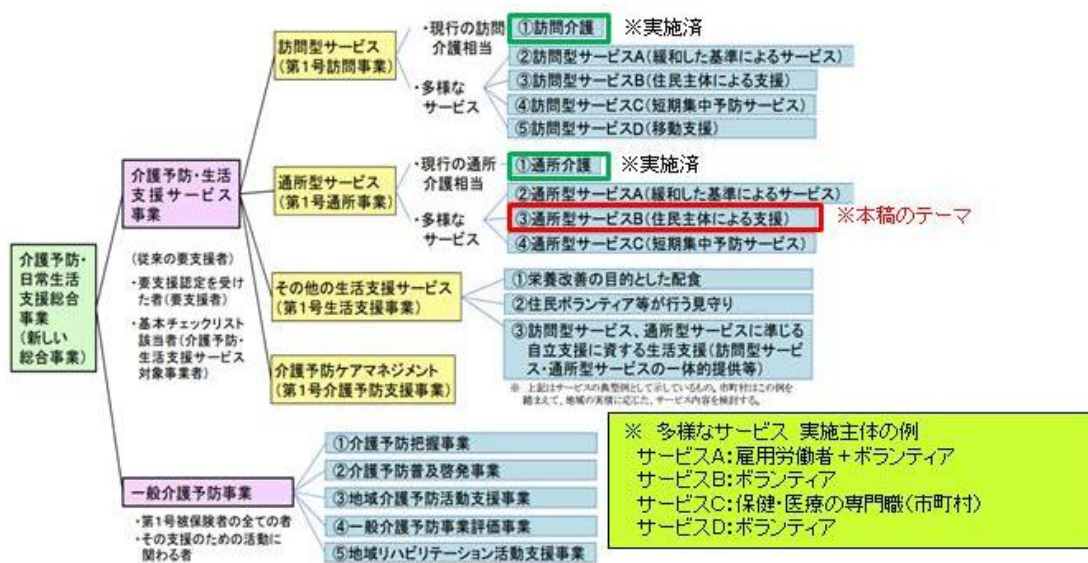
高齢者の受入先や介護職員の不足は今後も続いていく見込みであり、それらをカバーしていくためには、新たなサービスの担い手の発掘や介護サービスの需要を減らしていくこと、つまり、効果的な介護予防の仕組づくりが必要である。また、それによって、上記（1）及び（2）で述べた要介護・要支援認定率の上昇や標準給付費の増加を抑制することも期待できる。

## 第 2 章 地域包括ケアシステムにおける介護予防とは

地域包括ケアシステムは、保険者である各市町村が地域の自主性や主体性に基づき、その特性に応じて作り上げていくものとされている。地域医療・介護総合確保推進法により改正された介護保険法では、同システムにおける生活支援・介護予防の体制を充実させるべく、介護予防・日常生活支援総合事業（以下「総合事業」という。）が新たに創設された。総合事業の創設は、この介護保険法改正における最大のポイントであり、予防給付（要支援者向けの保険給付）のうち訪問介護（ヘルパー）と通所介護（デイサービス）が地域支援事業（※2）に移行され、また、ここにNPO法人や一般企業、住民ボランティア等の多様な主体によるサービスを組み込んでいくことで、市町村が地域の実情に応じた取組を推進していくこととされている。

匝瑺市では総合事業を平成 29 年度から開始しているが、地域支援事業に移行された旧予防給付の訪問介護（以下「訪問型サービス」という。）と通所介護（以下「通所型サービス」という。）については、令和元年度においても旧予防給付相当の事業のみの実施となっており、多様な主体によるサービスの充実には至っていない。介護予防を市全体で推進し、高齢者が住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けていける地域社会を実現するとともに、第 1 章で述べた課題の解決を図るためにも、総合事業における多様なサービスの充実が匝瑺市において喫緊の課題である。

総合事業は、訪問型サービスや通所型サービスを軸とする「介護予防・生活支援サービス事業」と、全ての高齢者とその支援活動に関わる者を対象に介護予防の普及啓発等を行う「一般介護予防事業」に大きく分けられる。前者のうち、訪問型サービスと通所型サービスについては、旧予防給付相当のサービスのほか、多様なサービスとして「緩和した基準によるサービス」「住民主体による支援」「短期集中予防サービス」等があり、市町村にはこの多様なサービスを地域の実情に応じて導入していくことが求められている（図表 4）。



図表 4 総合事業の構成（出典：介護予防・日常生活支援総合事業のガイドライン）

これらの多様なサービスの中で、筆者が特に重要であると考えているのが「住民主体による支援」である。これは「訪問型サービスB」又は「通所型サービスB」とも呼ばれ、地域の住民がサービスの担い手となって介護予防の取組を行っていくものである。このサービスBが特に重要であるとする主な理由は、①指定事業者ではなく、地域の住民（特に高齢者）がサービス提供者となることで、サービス提供者側の介護予防にもつながるといふ相乗効果が見込まれること、②市からサービス提供主体に補助金を交付する場合、当該補助金の額が指定事業者によるサービスに対する介護給付に比べて低額に抑えられること、③市内事業所の定員の都合等により円滑にサービスを利用できない高齢者の解消を図れることである。

筆者はこれらのメリットが実現されることにより、第1章で述べた課題の解決につながるのではないかと考える。そこで本稿では、サービスBのうち匝瑳市にとって特に早期導入の必要性があり、かつ、効果も高いと思われる通所型サービスBの導入について検討する。

### 第3章 匝瑳市に通所型サービスBを導入するには

匝瑳市に通所型サービスBを導入するに当たり、2つの課題が考えられる。

1つ目の課題は、「誰がサービスの担い手となるのか」という点である。これまで匝瑳市に通所型サービスBを導入できなかった背景には、この担い手発掘の難しさがあつた。何も無いところから新規で団体を立ち上げるのはハードルが高く、担い手が見つからない状況が続いている。

2つ目の課題は、「要支援者をどのように参加させていくか」という点である。介護保険制度上、通所型サービスBの場には、要支援者を参加させることが条件となる。匝瑳市における平成30年度末の要支援者は465人であり、そのうちの314人は指定事業者の通所介護を利用していない状況である。通所型サービスBでは、そのような要支援者をターゲットとした上で、どのように参加させていくかを考えていく必要がある。また、それらの要支援者の中には、通所介護を利用すべき状況であるにも関わらず本人が否定的である、いわゆる「引きこもり」気味の者が少なからずいることが確認されている。市の地域包括支援センターでもそれらの存在を把握しているが、同センターの職員や民生委員が自宅を訪問しても、本人が周囲と関わることに否定的であるため必要な支援に結び付かないケースが多い。

そこで、こうした課題を解決するため、既存団体を通所型サービスBに移行させ、そこへ子どもたちや地場産品といった「地域資源」を絡めていく取組を提案したい。詳細は後述するが、現在、匝瑳市内には自主的に区民館等に集まり「いきいき百歳体操」（以下「百歳体操」という。）を行っている団体が多数存在している。百歳体操はもともと介護予防を目的に考えられた体操であるため、その実施団体が主体となれば、新たに団体を立ち上げることなくスムーズに通所型サービスBへ移行できると考える。そして、そこへ更に以下の2つの地域資源を絡めていくことで、匝瑳市独自の通所型サービスBを作り上げることができる。



1つ目の地域資源は「子ども」である。近年は、核家族化等によって高齢者と子どもの接点が少なくなっている。それにより、高齢者が社会的な役割を担う機会が減少し、生きがいを喪失しているケースも多い。また、子どもも、自分たちの世代の感覚だけで物事を考えるようになり、十分な社会性が育めなくなってしまう。そこで、通所型サービスBに子どもを巻き込んで高齢者と交流させることで、お互いが刺激を受け、双方にとってプラスの効果が生まれるのではないだろうか。

2つ目の地域資源は「地場産品」である。具体的な取組としては、高齢者が子どもと一緒に地元の食材を使ってお菓子を作るような活動を取り入れるといったことが挙げられる。高齢者にとっては、自分たちができることを子どもに伝えることで社会での役割を認識し、生きがいの創出へとつながる。また、子どもにとっても、学校や家庭では経験できない貴重な経験をする良い機会になると考えられる。

これらの地域資源には要支援者を惹き付ける魅力があり、その魅力によって通所型サービスBへの参加が促進されると考える。特に、引きこもり気味の要支援者を参加させるには、いかに会場へ足を運ばせるかが鍵となるが、例えば、子どもたちが自宅を訪問したり手紙を書いたりして誘い出すこともできる。こうした要支援者へもこれまでとは違う角度で接触を図っていくことで、引きこもりの状況から脱却できる可能性も見えてくるのではないだろうか。

#### 第4章 事例研究

本章では、その制度上の位置付けに捉われず、匝瑳市独自の通所型サービスBの導入に向けてヒントとなる事例を見ていく。

##### (1) 大網白里市「ひまわりの会」

千葉県大網白里市は、都心から50～60km圏域に位置し、九十九里平野のほぼ中央にある人口約49,000人の市である。高齢化率は28.4%と県内54市町村中32番目となっている(平成27年国勢調査。同調査での匝瑳市は高齢化率31.9%、県内21番目)。

同市の総合事業において、通所型サービスBの実施団体として平成29年度から活動をしている「ひまわりの会」は、もともとは毎朝自主的に集まってラジオ体操を行う高齢者の団体であった。同市では、同団体の参加者に基本チェックリスト(※3)を実施した結果、参加者の大半が事業対象者(※4)に該当したことから、同団体を通所型サービスBの実施団体として位置付け、活動に参加している要支援者及び事業対象者の数に応じて補助金を交付するなどの支援を行っている。活動内容は、週に1回、約20人の高齢者が集まり、以前から行っていたラジオ体操のほか、それぞれが持ち寄ったお菓子を食べながら会話を楽しんだり、雑巾を手作りして小学校に寄付したりと様々である。また、年に数回、地域の子どもたちを会場に招いて、一緒に折り紙を楽しむといった交流も行っている。

##### (2) 新宿区「東京おもちゃ美術館」、港区「芝の家」

介護保険制度の枠からは外れるが、全国地域リーダー養成塾の都内現地調査で訪問した以下の2つの施設は、高齢者と子どもの交流を考えるに当たり非常に参考になるものであ

った。

東京都新宿区にある「東京おもちゃ美術館」は、昭和 10 年に建てられた旧四谷第四小学校の校舎を再利用した、木のおもちゃの体験型ミュージアムである。同館では、来館する子どもたちに「おもちゃ学芸員」としてボランティア活動をしている高齢者がおもちゃの遊び方を教えたり、一緒に遊んだりすることでお互いが刺激を受けるという良い環境が生まれている。

東京都港区の「芝の家」は、同区が進める「地域をつなぐ！交流の場づくりプロジェクト」の拠点であり、同区と慶應義塾大学の協働によって運営されている施設である。子どもから高齢者まで誰もが自由に入出入りすることができるようになっており、現地調査当日も様々な世代の人たちが自分の家にいるかのような雰囲気の中で交流を図る様子を見ることができた。



写真 1 芝の家の日常（筆者撮影）

### （3）各事例から学ぶこと

「ひまわりの会」は、第 3 章で筆者が提案したように既存団体が通所型サービス B へ移行したケースであり、現在では地域の子どもたちとの交流を行うまでになっている。また、もともとラジオ体操を行っていた団体ということもあり、その移行もスムーズなものであった。匝瑳市でも既存団体を移行させるに当たっては、同様の方法によることが望ましい。

また、「東京おもちゃ美術館」と「芝の家」の現地調査で気付いたことは、高齢者と子どもをつなぐ仕掛けの存在である。前者には木で作られた様々なおもちゃが、後者にはベゴマやけん玉といった昔のおもちゃや駄菓子等が置かれており、それらが高齢者と子どもをつなげていた。通所型サービス B の導入に当たっては、匝瑳市でもそのような仕掛けを検討していく必要がある。

以上のことから、匝瑳市における通所型サービス B 導入のプロセスとしては、まず「ひまわりの会」のように最初の団体を立ち上げ、それをモデルに各地区に派生させていく。その上で「東京おもちゃ美術館」や「芝の家」のように高齢者と子どもの接点を上手く作り出し、高齢者の介護予防を市全体で推進していくことが筆者の理想である。

## 第 5 章 提言

本章では、匝瑳市独自の通所型サービス B の導入に向けて、具体的に以下の 5 つの手段を提言する。

### （1）百歳体操の場を通所型サービス B へ移行

第 3 章で触れたが、匝瑳市において通所型サービス B へ移行できる可能性が高い団体として、百歳体操の実施団体がある。百歳体操は、重りを手足に装着して行う筋力運動をメインとした体操であり、近年、その効果の高さから全国に広がりを見せている。匝瑳市でも、平成 28 年度から地域の高齢者たちが区民館等に集まって百歳体操を行うようになり、

令和元年 12 月末現在、市内で百歳体操を行う団体は 40 団体にもものぼる。

筆者は、本稿の執筆に当たり、そのうちの 1 団体である飯塚区の代表者、K 氏に話を伺った。飯塚区で百歳体操が始まったのは令和元年 9 月のことである。市の民生委員であった K 氏は、その活動を行う中で地域のつながりの希薄化に危機感を持っていた。そこで、市が推進している百歳体操をきっかけにそのつながりを取り戻そうと、飯塚区内で 70 歳以上の高齢者がいる約 200 戸にチラシを配布したところ、参加希望者が 60 人以上集まったという。それ以降、参加者の入れ替わりは多少あるものの、週に 1 度のペースで区民館に集まって活動を続けている。また最近は、百歳体操だけでなく、食事会や外部講師による講座を開催するなど、1 回 2 時間程度の活動を行っている。

団体によって活動内容は様々であるが、飯塚区のように自主的に活動を充実させているケースもあり、こうした活動に参加している高齢者が担い手となることで、その活動の場を通所型サービス B に移行できるのではないかと考える。

また、匝瑳市では、百歳体操の各実施団体において、参加者の握力や片足立ちなど

の体力測定を初回とその 3 か月後に実施して効果の検証を行っているが、その結果を見ると、参加者について全体的に身体機能が改善されていることが分かる。さらに、「手すりを使わずに階段の昇り降りができるようになった」「段差でつまづくことがなくなった」といった参加者の声からも、百歳体操に高い効果があることが分かる。要支援者が活動に参加するための動機付けとして、こうした百歳体操の効果についても広報誌等を活用し PR していきたい。



写真 2 飯塚区で開催されている百歳体操  
(筆者撮影)

## (2) 関係団体のネットワーク化

百歳体操を通所型サービス B に移行させ、さらに「子ども」という地域資源を巻き込んでいくためには、通所型サービス B の実施団体が、まずは地域の学校や子ども会等と連携を図っていかなければならない。

現在、ほとんどの団体は百歳体操を平日の日中に実施しているが、子どもたちに参加してもらうためには、開催場所や日時等の調整が必要になる。さらに、第 3 章で述べた「引きこもり気味の要支援者を参加させる方法」や第 4 章で述べた「高齢者と子どもをつなぐ仕掛け」などについても検討する必要がある。

こうした点について解決していくためには、学校や子ども会に加え、市の機関やシニアクラブ等の団体をネットワーク化し、話し合いができる場を設定すべきである。そして、様々な立場や年齢の人たちから意見を募ることで生まれる斬新なアイデアを実践し、検証していくことで、独自の通所型サービス B として磨きをかけていくべきであると考えられる。



### (3) 「匝瑳の逸品」の活用

子どもと並び、通所型サービスBの導入に当たって活用したい地域資源が「匝瑳の逸品」である。これは、匝瑳市民に愛されていることや、匝瑳市らしさ（歴史、文化、伝統等）があることなどの観点で平成 28 年に選定委員会により選定された 13 点の地場産品である。例えば、その匝瑳の逸品である「赤ピーマン」「堀川みそ」などの食材を使ったお菓子づくりを通所型サービスBに取り入れることで、それが高齢者と子どもの接点となることが考えられる。

また、匝瑳の逸品には「匝瑳の植木」も選定されている。本稿の導入部分で述べたとおり、イヌマキに代表される植木は匝瑳市が特に誇るべき産品であることから、これを活用することも考えられる。例えば、会場の近くに庭木や果樹を植樹し、子どもたちと共同で手入れすることで、高齢者にとっては楽しみながら手足の運動にもつながる。また、収穫した果実は、お菓子づくりに使用することも可能である。

匝瑳の逸品という地域資源は一見、介護予防とは関係がないように思えるが、第 4 章で述べた「高齢者と子どもをつなぐ仕掛け」として積極的に活用することができるのではないだろうか。



写真 3 JR八日市場駅前のイヌマキ  
(出典：匝瑳市秘書課)

### (4) 補助金制度の創設

総合事業のガイドライン（厚生労働省）によれば、通所型サービスBの提供者はボランティア主体であり、実施方法は補助（助成）によることとされている。そこで匝瑳市でも、百歳体操の実施団体を通所型サービスBに移行させるタイミングに合わせて、その運営経費等に対する補助制度を設けることが適当であろう。具体的には、立ち上げに係る経費のほか、大網白里市の事例と同様、参加する要支援者及び事業対象者の数に応じて毎年の運営費を補助すること、さらには、子どもたちとの交流を行う場合には補助額を加算する仕組みを設けることが望ましいと考える。

なお、その際の補助額を当該要支援者及び事業対象者が指定事業者による通所介護を利用した場合に見込まれる給付よりも低く抑えることで、匝瑳市の課題の 1 つである標準給付費の抑制にもつながる。

### (5) 通所型サービスBへの参加を「健康マイレージ」の加算対象に

「健康マイレージ」は、健診の受診や献血等への参加に対しポイントを付与し、ポイントを貯めることで記念品と交換できるという市の事業である。本稿で提案する通所型サービスBへの参加もポイント付与の対象にすることで、参加への更なる動機付けを行いたい。

なお、獲得したポイントで交換できる商品は現在、市内共通商品券のみとなっているが、上記(3)で述べた匝瑳の逸品も交換対象とすることで、各事業間での好循環も生まれる。

## おわりに

第 4 章で取り上げた匝瑳市の百歳体操の実施団体である飯塚区の K 氏は、「私たちは、失いかけている地域のつながりを、百歳体操を通じて再構築している。すぐに要支援者を参加させていくのは難しいと思うが、現在の参加者の中には現役で介護関連の仕事をしている人もいたので、可能性はあると思う。子どもたちとの交流も現在のところは無いが、最終的にそこまで踏み込んでいければ、良い結果が生まれるのではないかと考えている」と話していた。

本稿で提言をした匝瑳市独自の通所型サービス B は、今後しっかり段階を踏んでその仕組みづくりを行っていくことで、高齢者だけでなく子どもにも良い影響を与える場として、匝瑳市の地域包括ケアシステムの構築において大きな効果をもたらすことが期待できる。

最後に、全国地域リーダー養成塾で御指導をいただいた、野原卓先生をはじめとする講師の先生方、地域活性化センターの皆様、第 31 期塾生の皆様、そして、業務多忙にもかかわらず私を同塾へ送り出していただき、また、本稿の執筆にも御協力いただいた職場の皆様に感謝を申し上げて、結びの言葉としたい。

## 【用語解説】

### (※ 1) 標準給付費

介護給付費（介護サービス費用から利用者の自己負担分を除いた額）と施設入所者の食費補助等を合計した費用。

### (※ 2) 地域支援事業

高齢者の介護予防を行うとともに、地域で自立した生活ができるように支援を行う市町村事業。従来は「介護予防事業」「包括的支援事業」「任意事業」で構成されていたが、介護保険法改正で予防給付の訪問介護と通所介護が「介護予防事業」部分へ移行して「総合事業」となり、現在は「総合事業」「包括的支援事業」「任意事業」で構成される。

### (※ 3) 基本チェックリスト

全 25 項目の質問で構成され、生活機能の低下のおそれのある高齢者を早期に把握し、総合事業につなげるためのツール。

### (※ 4) 事業対象者

基本チェックリストを実施した結果、一定以上の項目に該当した者のこと。事業対象者は要支援 1 に相当する者とされ、総合事業の利用が可能となる。

## 【引用文献・ホームページ、参考資料】

- ・第 7 期匝瑳市高齢者福祉計画・介護保険事業計画 ～そうさスマイルシニアプラン～
- ・介護予防・日常生活支援総合事業のガイドライン
- ・令和元年版高齢社会白書（内閣府ホームページ）
- ・これならわかる介護保険 第 3 版（翔泳社）
- ・厚生労働省ホームページ ・千葉県ホームページ ・匝瑳市ホームページ
- ・大網白里市ホームページ ・芝の家ホームページ