

事業計画書

事業名	みんなで昭和歌謡曲☆唄って踊って介護予防教室
実施場所	沼津仲見世商店街地内、くるら戸田 等
実施予定期間	平成30年4月1日～平成31年3月31日

◎実施内容

日程	実施項目・作業項目
	<p>※イベントや研修会等の行事日程だけでなく、実施内容(打合せ・会議・資料作成・参加者募集・準備・検討会)、実施場所、参加対象、人員配置、役割分担など、事業期間すべてにわたる実施内容を記載して下さい。</p> <p>【目的 どのような事業か？前年度との違い】</p> <p>弊社は毎月、沼津仲見世商店街にて「沼津なかみせ歌声カフェ」を開催している。この歌声カフェは、シニアの方々（特に、まだ介護保険を必要としない元気な高齢者）の社会交流、介護予防、認知症予防を目的に始めたものである。毎回、50名～60名程のシニアの方々が沼津市内外から参加され、ピアノ演奏に合わせて童謡、唱歌、昭和歌謡曲などを歌ったり、音に合わせて体を動かすなど軽度の体操も行っている。</p> <p>平成29年5月、この歌声の会も30回目を迎え、延べ人数にすると2,000名弱のシニアに参加して頂き、沼津シニアの社会交流、介護予防活動のひとつとして寄与してきたものとする。さらに、商店街の一角でイベントを開催することにより、街中のにぎわいづくりにも参画できたのではないだろうか。</p> <p>同じく平成29年7月からは、まちづくりファンド事業補助金の採択を受け、会のさらなるバージョンアップを図ってきたところである。今回、事業補助金の採択を受け、新たに取り組んだ点は以下のとおりとなる。加えて、その取り組みをベースに、さらなるバージョンアップを図っていくために補助金の再申請を行う。</p> <p>（取組内容）</p> <p>「シニアのみんなで童謡・唱歌・昭和歌謡曲を唄い、体操もする会」から「年齢問わず集まったみんなで歌を唄い、楽器の演奏を覚え、リズムにのって踊る まちなか歌声の会×演奏会」にバージョンアップ。</p> <p>（経過報告）</p> <p>月一度の開催の中で、「ただ歌を唄う会」から「楽器まで演奏をする会」の一連の流れが出来てきたところである。</p> <p>（今後の課題・実施項目）</p> <p>「年齢問わず集まった人々で昔懐かしい歌を唄い、楽器を演奏し、その中で介護予防となる専門的な軽運動や脳トレ体操までを行う会」にバージョンアップさせる。さらに、僻地を中心とした「歌声の会出張サービス」も行う。「歌声の会出張サービス」は、介護、社会福祉の専門家だからこそ</p>

できるエビデンスに基づいた会とする（歌うことによる脳トレ運動、呼吸・腰痛予防体操などの軽度介護予防運動も実施する）。

【開催日程・時間・場所・対象者】

定期開催：平成30年4月～平成31年3月間

毎月1回（第二又は第三日曜日）開催

時間は13時30分～15時まで（途中休憩5分間あり）

不定期開催：平成30年4月～平成31年3月間

開催依頼がある場合は、その地区での出張サービスを行う

開催場所：沼津仲見世商店街「通所介護つばき庵」他

対象者：小さな子どもからシニアまで誰でも

【スタッフ配置】

ピアノ伴奏：外部講師として2名（中井紫乃氏／田中みどり氏）

歌声担当：（株）きずなスタッフ2名

楽器担当：（株）きずなスタッフ2名 チューニング担当は外部依頼

広報等：（株）きずなスタッフ1名

【プログラム内容】

従来通り、童謡・唱歌・昭和歌謡曲をリクエストに応じて皆で一緒に唄う。歌を唄うだけの歌声喫茶形式は取らず、以下の内容を盛り込む。

- 1) 音楽に合わせた介護予防体操や脳トレ体操なども実施する。
その際、介護の専門職だからこそできるエビデンスに基づいた予防体操を実施する。
- 2) 楽器演奏（かんたんウクレレ）を実施する。
誰もが簡単に演奏できるウクレレ（コードが固定されている）を使用し、歌に合わせて演奏を行う。歌を唄うか楽器を演奏するかを選択は参加者自身に任せる。ウクレレ演奏も、脳トレに繋がっていくこともしっかり説明する。
- 3) 街中イベントの際に、練習した歌やウクレレを披露する。

【広報活動】

より多くの方、特にシニア世代にこのイベントを知って頂くために、広報ぬまづでの掲載、寿大学等でのフライヤー配布や告知、地元紙やSNS等で拡散、広報活動を実施する。

◎事業効果

※事業の効果を記載して下さい。

ソフト部門のステップアップ型事業・ハード部門4事業については、事業効果に対して、客観的な評価ができるよう、成果指標と数値目標を設定するなど、その検証方法を必ず明記して下さい。

<一般論>

- ・ 中心市街地の活性化、交流人口の拡大
- ・ 僻地における地域活性化（コミュニティ活動）の取り組み
- ・ シニアの健康増進活動の促進（一般高齢者のための介護予防運動、脳活性化による認知症予防につながる）
- ・ 一般高齢者の社会交流を促進
- ・ 歌や楽器演奏を媒体とした世代間交流
- ・ シニア世代の余暇活動、生きがい活動に通じるものを形成
- ・ 新しい歌声カフェプログラムを実施することにより、参加人数の増員、街中のにぎわいにもつながる

<本質>

- ・ 高齢者自身のワクワク感の増大→リハビリ的な介護予防運動プログラムを展開するよりも、高齢者自身が楽しみ、ワクワク感を持つことができる活動が一番大事。
- ・ シニアが持つ可能性、元気な沼津シニアをアピールすることができる→魅力的な沼津の発信にもつながる

◎評価の視点に合致していることの説明 ※評価の視点については、募集の手引きを確認して下さい。

<p>公益性</p>	<p>※不特定多数の住民の利益の増進、地域のまちづくりの推進に寄与する事項等を記載して下さい。</p> <p>シニアだけではなく、子どもから大人までが音楽を通じて交流することが可能である。また、地域住民だけではなく、他の地域に住む者たちが突然参加しても十分対処可能な事業であり公益性がある。</p>
<p>発展性</p>	<p>※活動の広がりや波及効果がどのくらい見込め、地域の発展・活性化につながるのか記載して下さい。</p> <p>①地域での連携、相互扶助の基盤作り、地域での賑わい、活性化のひとつの形となる。</p> <p>②ただ歌って楽器を鳴らす会から、介護専門職による（専門職だからこそこできる）介護予防教室を実施することができる。</p> <p>③地域住民から依頼された場合は出張サービスを行うが、その場合、その地域における活動に繋がっていく。</p> <p>④地域の地域包括支援センターや自治会との連携につながる。</p>
<p>地域性</p>	<p>※地域の実情・課題の解決に向け工夫した点、地域資源の活用などについて記載して下さい。</p> <p>つばき庵では、シニアの方たちの居場所を提供したく、月曜日から土曜日までデイサービスの空きスペースを無料開放している。その居場所には、毎日 20～30 人ほどのシニアの方が訪れるが、ほとんどの方が「ゆるく」「しばらく」「集まれる」「何か楽しいこと」を探しているようにも見受けられる。実際、</p>

	<p>月一回開催される歌声の会にも、居場所に通うシニアたちの殆どが参加している。</p> <p>歌声の会に参加するだけで、①楽器を演奏してみる ②介護予防運動教室にも参加できるというメリットもある。</p>
必要性	<p>※事業を実施する意義や、補助金の交付が有益で質の高い事業展開につながる理由について記載して下さい。</p> <p>魅力的な街づくりとは、子どもと高齢者がどれだけイキイキしているか、生活自体を楽しみとしているかということがキーワードになると考える。中心市街地でシニアがメインとなるイベントを定期開催することは、高齢者自身の外出頻度を高め、自ら元気でいようとする健康の維持、果ては医療費や介護費の抑制にもつながっていく。</p> <p>さらに、20年後の沼津の姿を視野に入れた場合、地域における連携、助け合い、シニアの活動力の基盤を作っていく必要性もある。</p> <p>その他、従来続けてきたことをさらに飛躍させるためには、公的機関からの助言と協力、連携が必要不可欠である。</p>
先導性	<p>※事業の新規性や独自性など、工夫した点について記載して下さい。</p> <p>シニアの居場所作りの次は、シニアをメインとした定期イベントの開催。そしてイベント自体のバージョンアップ、街中だけに限らない出張イベントサービスは、地域づくり、地域との連携（特に地域包括支援センターとの連携）、住民相互の相互扶助の基盤を作ることに繋がって行くと考ええる。</p> <p>介護の専門職だからこそできるエビデンスに基づいた介護予防教室の展開が期待できる。</p>
継続性	<p>※助成事業終了後も継続的・自立的な活動とするために、どのように取り組んでいくかについて記載して下さい。</p> <p>定期的なイベントを続けていくためには、新たな創出、参加の価値というものを常に考え、事業そのものをバージョンアップさせていく必要がある。</p> <p>シニアをメインとする事業については、公的機関が主流で行うものではなく、自由な発想を持つ民間介護事業者だからこそオモシロオカシク、ワクワク感を出していけるはず。弊社はそれを担っていきたい。</p>

◎特に高い公益性を有することの説明

※補助金申請額が「特に公益性が高い事業」に該当する場合は、その理由を記載して下さい。

今後20年のことを考えれば必然。

20年後の地方都市の介護サービスは崩壊しているかもしれない。

施設があっても働き手がないため、施設運営ができない。仮に施設に入っても、まともな介護サービスを受けることはできない。今後の介護サービスは、施設から在宅介護重視へとさらに転換を迫られていこう（既に1970年代初頭から言われていたことだが・・・）。

そしてその施設介護から在宅介護重視の社会に転換していくためには、地域における相互扶助、共助支援の連携基盤を作っていく必要がある。その基盤づくりのひとつとして、この歌声の会を今後も定期開催していきたいと考えている。さらに、「どうせ参加するならイキイキ元気で

生活できる取り組み」までを参加者に伝えていきたい。

公的機関がこの事業を定期的には開催することはできない。だからこそ、民間事業者が取り組んでいく公益性の高い事業だと考える。