

研究開発の背景

高齢者の“歩いてお出かけ”を支えたい

■ 高齢者の健康増進・QOL向上において「歩く」ことは重要なライフスタイルである。

■ 地域高齢者の実態

◇ 外出の重要性認識は高い。

◇ ちょっと足腰が弱り始めるととたんに歩かなくなり外出を控える。

「長く歩くと疲れる」「長時間立っているのが辛い」→「出かけるのが億劫」

◇ 「歩行能力の低下」に対応することが重要

■ 歩行能力低下に対する高齢者自身の努力

◇ 機能訓練事業、介護予防教室等への参加



◇ 杖やシルバーカー(手押し車)の利用



この努力を支援したい……

研究開発目標

本プロジェクトのビジョン(目指す高齢社会のデザイン)

「道具」の助けを多少借りながら、自分で歩いて
住み慣れた地域(コミュニティ)で、普通の生活をする。



元気な高齢者だけでなく、足腰が弱くなった高齢者も積極的に街に出かけて、生き生きと交流を楽しむことのできる生活圏を「歩行圏コミュニティ」と定義し、その実現に必要な条件を抽出する。

研究開発の方法

1. 対象コミュニティ: 富山県富山市



2. 研究開発体制: 産学官民の協働

「富山大学歩行圏コミュニティ研究会(ホコケン)」

学: 富山大学(医学部看護学科、芸術文化学部、人間発達科学部、工学部、地域連携推進機構産学連携部門、学生)

民: 星井町地区住民(自治振興会長、長寿会長、モニター)

官: 富山市(副市長、政策監、都市整備部、環境部、保健福祉部等)

産: 地元企業

3. 展開方法

3-1: 歩行補助車「富山まちなかカート」の開発

■■ 独自開発の「歩行補助車」を用いた理由 ■■

◇コンパクトシティを標榜する富山市のコンセプトに最適なツールが必要であった。

◇プロジェクト活動のビジョンを表すシンボルが必要であった。

本PJが求める健康づくりツールとしての道具の要件

○工学技術を生かしながらも技術に頼らない。

○動力がなく、自分の力で使うことを前提とする。



杖やシルバーカーより安全で、機能的な
歩行補助車

【平成23-24年度】

(1) 2号機の開発

個人・コミュニティ共用ツール

- ・姿勢保持機能(ハンドル高さ調節)
- ・立ち上がり補助機能
- ・ブレーキ(手元・駐車)
- ・速度調整機能
- ・折りたたみ機能
- ・椅子機能
- ・スタッキング機能
- ・生活補助機能(かご、ベル、杖・傘ホルダー、反射板など)



【平成25-26年度】

(2) 3号機の開発

コミュニティ用ツール

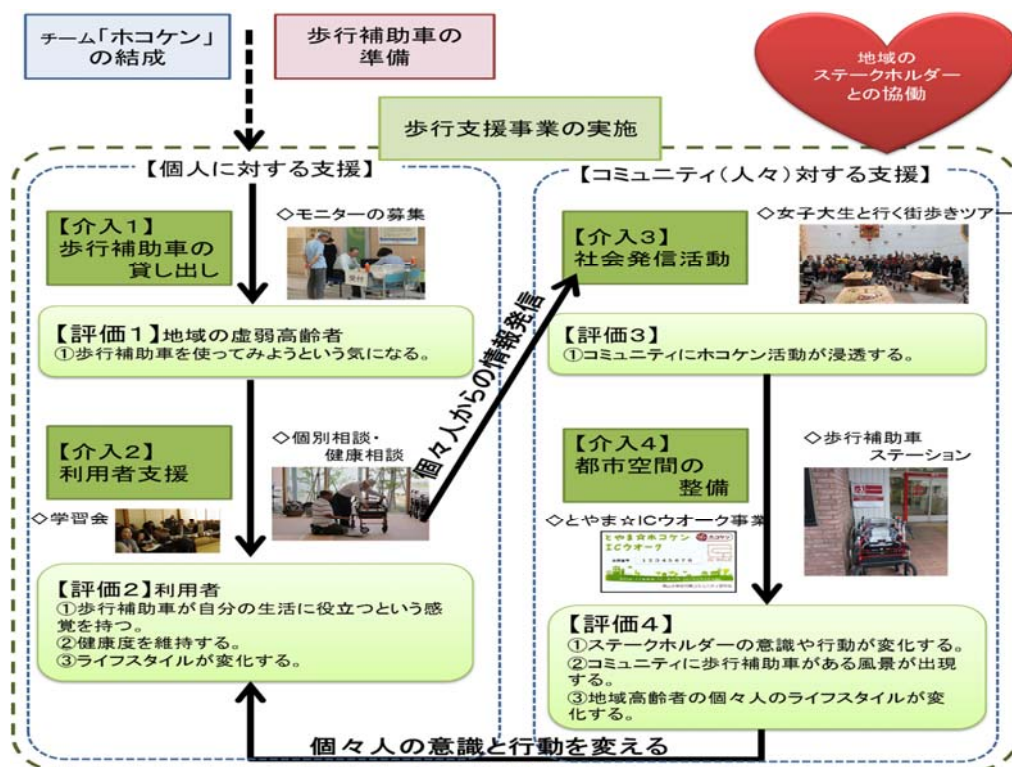
- ・高い安全性
 - ⇒折り畳み機構の排除、
 - ⇒車輪の大型化
 - ⇒SGマークの認定
- ・外観デザインの変更
- ・スタッキング時の美観



2014 グッドデザイン賞受賞

3-2: 歩行支援事業

市民の意識と行動を変えるためのプロセス





ホコケン相談会
 (モニター対象: 個別の健康相談、歩行補助車のメンテナンス)



ホコケン学習会
 (モニター対象: 講義、座談会、茶話会)



女子大生と行くまち歩きツアー
 (市民対象: 歩行補助車を活用した楽しみ方を発信する事業)



まちなか・ゆる歩き・とやま in グランドプラザ
 (市民対象: 歩行補助車を活用した楽しみ方を発信する事業)



歩行補助車ステーション
 (市民対象: 歩行補助車の貸し出しステーション)



とやま☆ホコケンICウォーク
 (市民対象: 専用カードにポイントが貯まるシステム)

結果1. 支援提供の基盤整備

プロジェクトチーム「ホコケン」の結成

■ 行政も住民も「良いまち」を実現したいと思っている。

- ◇ 課題を解決したいと思っている地域住民
- ◇ それを政策的に応援したいと思っている行政職員
- ◇ 「触媒」(ファシリテーター)となる人が必要・・・本PJでは大学メンバー

「触媒」が果たした役割

- チームメンバーの選定
(意思決定者、多種多様なメンバー)
- ゴールを共有するための意図的な関わり
(地域情報の説明、関連する理論や用語の説明、ゴールをイメージとして伝える工夫)
- 地区の実態を共通認識するための意図的な関わり
(「街歩きコースの設定とその検証会」、「長寿会会員を対象とした健康と生活に関するアンケート調査」「モニター募集」の実施)
- 集団凝集性を高めるための意図的な関わり
(Face to Faceの集まり、アサーティブなコミュニケーション)

■ 地域資源(人)のネットワーク【ヒューマンネットワーク】の強化

- ◇ 多種多様なメンバーによるチームの結成【意思決定者の参加、産学官民、学部横断、行政各課横断、多世代】
- ◇ ゴールの共有【ゴール: コミュニティの変化、歩行圏コミュニティ実現】
- ◇ 地区の実態に関する共通認識【地域住民の心的障壁: 歩行補助車を使うのは恥ずかしい】
- ◇ 集団凝集性の高いチーム【仲間意識、達成感、愛着と思い入れ、心地よさ】

結果2. 支援提供の方法

地域資源(人)のネットワーク【ヒューマンネットワーク】の強化

「触媒」が果たした役割

○本プロジェクトの本質を忘れない

(協働、歩行補助車の活用、ポピュレーションアプローチ)

○ホコケンメンバーが活躍できる場をつくる

(メンバーのアイデアは必ず実現する。そのための努力は惜しまないという覚悟)

■支援提供の仕方の変化を生む。

◇「個」→「コミュニティ(人々)」への支援というサイクル

◇メンバーのアイデアと工夫を基盤にした支援事業

- ・歩行補助車の開発
- ・ICウォーク
- ・歩行補助車ステーション
- ・女子大生と行くまち歩きツアー
- ・まちなかゆる歩きとやま

持続性の高い楽しい
ポピュレーションアプローチ

結果3. 支援の結果生じた変化

持続性の高いポピュレーションアプローチの実践

■市民一人ひとりの変化

- (1) モニターのQOLが向上した。
- (2) ICウォーク利用者の健康意識が向上した。
- (3) 長寿会長の「主体的行動」を引き出した。
- (4) 行政の「協働意識」を引き出した。



■コミュニティの変化

- (1) ホコケン活動がコミュニティに周知された。
- (2) ホコケンイベントへの参加者が増加した。
- (3) 星井町長寿会長が自宅で自主的に歩行補助車の貸し出しを始めた。
- (4) 星井町地区以外の1地区で、長寿会長が歩行補助車の貸し出しを始めた。
- (5) 富山市中心商店街(アーケード内の八百屋前、百貨店前の広場)に歩行補助車ステーションが設置され、管理運営費が富山市で予算化された。
- (6) 富山市役所、富山市ファミリーパーク(動物園)に歩行補助車ステーションが設置された。
- (7) 地元企業(アルミ社)が歩行補助車の製品化に向けて動き出した。

まとめ：歩行圏コミュニティ実現の条件

1. 歩行圏コミュニティを表現するシンボルが存在する。
◇歩行補助車
2. プロジェクトの開発に市民が積極的に参加する。
◇産官学民
3. 人々(市民)の意識を変えていくプロセスを支援する。
◇触媒の存在と役割
◇ヒューマンネットワークの強化
◇持続性の高い楽しいポピュレーションアプローチの実践



今後の展開・展望

■歩行圏コミュニティづくりの継続・実装

- (1) 社会発信活動の継続
- (2) 長寿会長が行う自主的活動の支援
- (3) 他地域への普及
- (4) 本成果の中長期的評価

■歩行補助車製品化に向けての取り組み

- (1) 3号機(コミュニティ用ツール)の量産化
- (2) 4号機(個人用ツール)の開発

■歩行圏コミュニティの都市文化としての普及発展の唱道