第8回協働支援会議(第3回協働事業評価会)

令和元年 8 月 2 日(金) 1 4 時 ~ 1 6 時 本庁舎 3 階 3 0 2 会議室

- 1 開 会
- 2 議事
- (1) 令和元年度協働事業評価報告書について
- (2) 協働事業助成の二次選考について
- (3) その他
- 3 今後の開催について

第8回協働支援会議 令和元年9月9日(月) 協働事業助成の二次選考・最終確定 14:00~16:00 (第一分庁舎 7 階会議室)

4 閉 会

配付資料

[資料1] 令和元年度協働事業評価コメント調整案 [資料2] 令和元年度新宿区協働事業評価報告書(案)

9項目	評価点	委員	各委員のコメント	コメント原案	支援会議での指摘	コメント修正案
	3	1	・3年間を通じた、アウトカムの指標の整理が望まれます。			
	3	2	・3 年間の事業期間を通じた計画及び単年度の計画について、計測・評価可能な指標に基づくアウトプット・アウトカムの計画が設定されており、適切である。 ・計測コスト等の問題もあるが、「ごっくんリーダー」の実際の活動状況や波及効果も把握して計画ができるとなお良い。	に指摘した「事業全体の進捗管理」や「目	関口委員:「」が多いのでなるべく外す。 平井委員:アウトカム・アウトプットという 用語が分かりにくいので整理する。	本年度の計画策定にあたっては、前年度に 指摘した事業全体の進捗管理や目標達成に 向けた課題・問題点の整理が行われ、事業計 画に反映されています。
	1	3	・他地区展開にあたり、既存実施分のデータが不足している(ないに等しい) ⇒問題点や課題点がしっかり把握できておらず、計画に反映されていない。 ・リーダーのその後の活動に関しての計画がほぼない。	平成 30 年度は「ごっくんリーダーの活動 継続」が課題の一つでしたが、リーダーの モチベーションを維持する「リーダーの集 い」を計画に取り入れた点や、新たな指標	関口委員:最終段落のコメントの一文が長い ので短くする。	平成30年度は、ごっくんリーダーの活動継続が課題の一つでしたが、リーダーのモチベーションを維持する「リーダーの集い」を計画に取り入れたことは評価できます。ま
	3	4	・1 年目に課題・問題点として指摘された事業全体の進捗管理や目標達成に向けた 課題・問題点も整理され、今年度の事業計画に反映されたことは評価できます。 今 後も課題の共有や解決に向けた話し合いを綿密に行い事業実施を行ってください。	として「最長発声持続時間」を設定こと、 さらに、活動場所によっては使用できなか		た、新たな指標として最長発声持続時間を設 定したことや、活動場所によっては使用でき
	3	5	・ヒアリングにて、アウトカム指標が「呼吸値」であるならばフレイル対策にも繋がるため、今後の効果・成果に期待します。 ・平成30年度は「ごっくんリーダーの活動継続」が課題の一つでした。翌年、リーダーのモチベーションを維持する「リーダーの集い」として計画に取り入れたことは評価します。	った DVD から、より安価で手軽に使用できる CD を作成することを計画に取り入れる等、工夫や改善も見られます。 さらに、「講習会の参加」のみならず、「体操の継続及びごっくんリーダーの活動状況		なかった DVD から、より安価で手軽に使用できる CD を作成する等の工夫や改善も見られます。 さらに、講習会の参加のみならず、体操の継続及びごっくんリーダーの活動状況の確
	1	6	・ごっくんリーダー(ボランティア)の個別活動に対して、十分な把握、フォローがない? ・ごっくんリーダー(ボランティア)の育成だけの活動となり、本来の目標である「高齢者が生涯に渡って口から食べられる街づくり」が忘れられている? ・男性参加者が少ない事への課題意識が無く、対策も講じられていない。 ・区の助成があるにも関わらず、他の関連部門との連携が全くない	の確認」を成果を確認するアウトカム指標として設定するなど、効果測定を行う上での改善も見られます。 一方、本年度は3年目の事業となることから、 育成した「ごっくんリーダーに」ついて、今後どのようにフォローを行ってい		認を、指標として設定するなど、効果測定を行う上での改善も見られます。 一方、本年度は3年目の事業となることから、育成したごっくんリーダーへのフォローや更なる地域展開に向けて具体的な対策を講じていく必要があります。ほかにも3年間
1 計画	2	7	・場所によって機器が整わず、使いづらかった DVD であったが、より安価で手軽な CD に切り替えた点はよかった。ただ、一般への普及活動が十分とは言えず、設定したモデル地区での基盤づくりのための具体的計画設定が不十分であると感じた。値としての目標値の設定も重要ではあるが、内容の充実度の指標をたてて事業を実施しなければならないのではないか。(例えば、「啓発イベント等 1~2 か所地域で参加者 20 名」ではなく、前年度での課題を踏まえた上で具体的にどのような内容で実施するのか、再考していくべきではないのか。	くか、更なる広がりをもって、どのように 地域展開を広げていくのか、3 年間を通じ た「ごっくんリーダー」の活動状況や波及 効果を把握して、アウトカム指標の整理を 行う等、提案事業終了後を見据えた本事業 の展望・展開を考えていくことが必要です。		を通じたごっくんリーダーの活動状況や波及効果を把握して、参加者への効果を把握する指標を整理し、提案事業終了後を見据えた本事業の展望・展開を考えていくことが必要です。
	2	8	・本事業は講習会に参加してくれた区民が、その後も活動を継続してこそ事業目的が達成されることになる事業である。そうした観点から本事業を捉えた場合、「単発の講習会の参加」のみならず、アウトカム指標として「体操の継続及びごっくんリーダーの活動状況の確認」を効果(成果)を確認する指標として捉えていることは妥当である。 ・一方、相互検証シートにより、団体・事業課とも「いきいき体操」や「新宿100トレ」との違いや内容の周知不足ということも双方で捉えているのであれば、作成した2枚組のDVDと併せて、2019年度の事業実施案や契約書の仕様書にそのことを踏まえた区民に対する具体的な取組が記載されていれば、なお良かったと思う。			
	3	9	・現時点では事業の推進基盤]づくりが必要であることから参加者数やリーダー登録者数といったアウトプットによる成果目標でも適切であると考えるが、事業の進捗状況によりアウトカムの成果が必要となる。アウトカムについては、アンケート調査で最長発声持続時間を成果としているが、摂食嚥下機能の維持向上と発声持続時間との関連の説明が必要。			
	3	10)	・的確なアウトカム指標の設定は難しいと思うが、これまでのアウトプット指標に加え、委員からの指摘を踏まえ、新たな指標「最長発声持続時間」を設定している点は評価できる。 ・年間スケジュール作成など、前年度の反省を踏まえた計画となっている。			

項目	押品点	委員	各委員のコメント	コメント原案	支援会議での指摘	コメント修正案
	3	1)	なし			
	4	2	・3年目の事業ということもあり、団体と区がそれぞれの強みを活かしながら、協働して事業に取り組んでいることは高く評価できる。情報共有や企画立案等も適切である。 ・特に区の単独事業である「100トレ」とのコラボレーションなどは、お互いの事業の相乗効果が期待できる取り組みであり、区民にとっても有益だ。	当課がそれぞれの強みを活かしながら、協働して事業に取り組んでいることは高く評価できます。 事業の実施にあたっては、団体と担当課の間で、「年間スケジュール」や「事業の進捗管理表」を作成するとともに、「事業推進のためのプロジェクト推進会	藤井座長:「」を整理する。 伊藤委員:第2段落の「事業の実施にあたっては、団体と担当課の間で」を削除して、前の文とつなげる。	3年目の事業ということもあり、NPO 団体と区担当課がそれぞれの強みを活か しながら、協働して事業に取り組んでいる ことは高く評価できます。年間スケジュー ルや事業の進捗管理表を作成するととも に、事業推進のためのプロジェクト推進会
	2	3	・事業主の専門性が生かされ、協働により静かに認知度も高まっている様である。 ・但し、実施側からの一方通行の印象が強く残る。 現況、受講者側からの発信を受け入れる仕組みがないので、情報共有ができていない。	議」を定期的に開催し、積極的な情報共有や対等の立場で意見交換を行いながら、事業を進めてきた状況が確認できます。 また、団体が進める手法によって、前年度よりリーダー発掘や地域での広がりが進むとともに、担当課の働きかけにより、区の進める他の施策(いきい	平井委員ほか:最終段落の「地盤づくり」という表現を「基盤づくり」等に改める。	議を定期的に開催し、積極的な情報共有や対等の立場で意見交換を行いながら、事業を進めてきた状況が確認できます。 また、団体が進める手法によって、前年度よりリーダー発掘や地域での広がりが進むとともに、担当課の働きかけにより、
	3	4	年間スケジュール及び進捗状況等を記載した事業管理表を作成し活用したことで常に情報の共有が行われ、定期的行な打ち合わせのほかに事業展開に応じた打ち合わせやメールや電話によるコミュニケーションを相互にとったことは評価できます。区民への普及啓蒙活動にあたっても、関係諸機関との協働が区内で行われるイベントへの参加等に繋がり予想以上の効果が出たことも評価できます。	き体操、100トレ)との融合が実現しており、互いの有する専門性を発揮し、協働による相乗効果が表れる取組となっています。 「区民への普及啓発事業」、「講習会」等、いずれも当初の計画どおり事業を進めており、目標参加人数を大きく上回る実施状況や、関係諸機関との協働		区の進めるしんじゅく 100 トレ等の他の施策との融合が実現しており、互いの有する専門性を発揮し、協働による相乗効果が表れる取組となっています。 区民への普及啓発事業や講習会等、いずれも当初の計画どおり事業を進めており、
	3	5	・NPOと区・担当課が連携し、担当課のネットワーク力を活かして関係機関の協力を得ながら参加者及び活動者の拡充のために様々な工夫を行ったことを評価します。 ・小学校での「ごっくん体操」実施については、「食育」や「福祉教育」などと合わせて行う工夫も必要です	により、区内で行われるイベントへの参加等に繋がりができたことは、想定以上の効果が出たこととして評価できます。 一方、受講者からのフィードバックの反映や、地域行事(祭り、納涼会、防災訓練等)を切っ掛けとし		日標参加人数を大きく上回る実施状況や、 関係諸機関との協働により、区内で行われるイベントへの参加等に繋がりができたことは、想定以上の効果が出たこととして評価できます。
2 実施	1	6	スケジュール自体の見直しが必要だったのだと思います	た普及啓発活動の地盤づくり等、今後を見据えた取		一方、受講者からのフィードバックの反
	2	7	・事業スケジュールによると「地域行事(祭り、納涼会、防災訓練等)への参加により、地域特性把握、絆づくり地域への入り口を探る/更には普及啓発活動の地盤づくりを進める」となっているが、積極的に実施されたのかどうか、報告がないのでわからないが、実感としては私が住む地域では全くなされてなかったように思う。一部での、一時での活動では成されたとは言えない。	組を進めていくことが必要です。また、幅広い年代への普及を考えた際に、小学校での「ごっくん体操」 実施については、「食育」や「福祉教育」などと合わせて行う工夫も必要であると考えます。		映や、地域行事(祭り、納涼会、防災訓練等)を切っ掛けとした普及啓発活動の基盤づくり等、今後を見据えた取組を進めていくことが必要です。また、幅広い年代への普及を考えた際に、小学校でのごっくん体操実施についても、食育や福祉教育などと合
	3	8	・協働事業進捗管理シートに記載の事業の進め方と事業実績報告書を突合したが「事業推進のためのプロジェクト推進会議」や「区民への普及啓発事業」、「講習会」等、いずれも当初の計画どおり事業を進めており、目標参加人数を大きく上回る実施状況であることが確認できた。 また、自己点検シートにおいても、対等な立場で意見交換を行っている状況や互いの専門性を発揮している状況等、双方が高い評価を行う中で、事業を執行していることが確認できた。			わせて行う工夫が必要であると考えます。
	2	9	検証シートに挙げられている課題はあるが、事業全体としては、計画どおり推進しているものと捉えている。			
	3	10)	ごっくんリーダーの数、広がりなど、想定以上の結果が出ている。 団体と区の求めている姿は一致しており、十分な連携が図られている。 団体が進める手法でリーダー発掘や地域での広がりが進み、担当 課の働きかけにより他の施策(いきいき体操、100トレ)との融合 が実現しており、協働の効果が表れている。			

項目	評価点	委員	各委員のコメント	コメント原案	支援会議での指摘	コメント修正案
	3	1	ごっくんリーダーに対するフォローアップの体制整備が望まれます。			
	4	2	・講座等の開催数や参加者数、「ごっくんリーダー」登録者数など、主要成果 指標は当初の目標を大幅に超過達成しており、参加者の満足度も良好であり、 高く評価できる。 ・アウトプットの結果が目標を大幅超過達成しているため、次の段階として、 本事業がより区民や地域の健康増進に貢献できるよう継続的な取り組みを期 待する。	「講座等の開催数」や「参加者数」、「『ごっくんリーダー』登録者数」など、主要成果指標は当初の目標を大幅に上回ることができました。 また、事業参加者に対するアンケートでは、講習会の内容の理解度や誤嚥予防に対する意識の変化等の効果測定も行われており、参加者から高い評価を得ている状況も確認できました。	関口委員ほか:第3段落の「会場に合わせ た対応が必要なこと」の部分の表現を修正	講座等の開催数や参加者数、ごっくんリーダー登録者数など、主要成果指標は当初の目標を大幅に上回ることができました。 事業参加者に対するアンケートでは、講習会の内容の理解度や誤嚥予防に対する意識の変化等の効果測定も行われており、参加者から高い評価を得ている状況も確認できまし
	1	3	・普及活動は、静かに広がりを見せていると思われる。 人件費がかかっている割には、成果が出ていない。 ・データ不足 体操継続により、摂食・嚥下機能の維持向上の成果がわかるデータがない。 ⇒無関心の人、本当に必要な人へ活動が広がっていかないことが危惧される。	講習が行われる現場も一様ではなく、会場に合わせた対応が必要なことや、対象者の拡大に向け、デイサービスを支援している福祉職を対象に講習会を実施することによる元気高齢者以外の虚弱高齢者の参加を図る活動も評価できま		た。 講習が行われる現場も一様ではないため、 会場の環境に合わせた対応を 実施し、参加し やすい環境の整備に努めたと評価できます。 さらに、対象者の拡大に向け、デイサービ
	3	4	設定された目標(実施回数・参加者数・リーダー登録者数)を大きく上回り、またアンケートによる効果測定で、講習会の内容の理解度・誤嚥予防への意識変化等の確認を行ったことは評価できます。 そして講習の行われる現場も一様ではく団体の環境に応じた対応が必要であることに気づき、3年目の事業実施に向けて対応を検討されていることも評価できます。 更に対象者の拡大に向け、デイサービスを支援している福祉職を対象に講習会を実施することによる元気高齢者以外の虚弱高齢者の参加を図る活動も評価できます。	す。 新宿区全体に対する効果となると、短期間では達成が困難な面もあるかもしれませんが、期待の持てる結果が示されたと評価します。 一方、アウトカム指標として設定した「体操の継続状況」や「『ごっくんリーダー』認定後の各リーダーの活動状況」等、事業の実施結果につい		スを支援している福祉職を対象に講習会を実施する等、元気高齢者だけでなく虚弱高齢者の参加を図る活動も行われています。 新宿区全体に対する効果となると、短期間では達成が困難な面もあるかもしれませんが、期待の持てる結果が示されたと評価します。
	3	5	参加者及び活動者ともに目標値を超える実績となりました。このことについては効果的に事業が実施されたと評価できます。	て、十分に確認できていない部分もあります。 また、アンケート結果からは、男性参加者が極		一方、新たに指標として設定した、体操の 継続状況やごっくんリーダー認定後の各リー
3 結果	1	6	・アンケートは、「ボランティアになりたいか」が注視されており、受益者としての意見は注視されていないのではないでしょうか。	端に少ないことが示されており、男性をいかに 事業に参加させるかなど、本事業にさらに多く の人に関心を持ってもらうことが必要です。		ダーの活動状況等、事業の実施結果について、 十分に確認できていない部分があります。 また、アンケート結果からは、男性参加者
	2	7	・報告会で説明があったように、リーダーは体操普及させる指導者ではなく、 誤嚥の課題を啓発していく、多くの方に理解してもらうためのリーダーであ るとしたならば、事業の目標値である「ごっくんリーダー」登録者数を大幅に 上回った点は評価出来る。しかしながら、講習会参加だけで参加者に登録を呼 びかけ、DVD や CD を配布して登録リーダーが目標を上回ったと喜べないの ではないか。 その後のリーダーの活動状況も追わなくてはならないのではないか。	o y a a a a a a a a a a a a a a a a a a		が極端に少ないことが示されており、男性の本事業への参加を促すための工夫を行い、さらに多くの人に関心を持ってもらうことが必要です。
	3	8	・計画時に設定した「講習会の回数・参加者」等の指標は達成できた状況が確認できたもののアウトカム指標として設定するとした「体操の継続状況」やごっくんリーダーとして認定後の「各リーダーの活動状況」まで確認するに至っていない中で事業を終了している状況にある。 ・アンケート結果からは事業参加者の高い評価を得ることが確認できた。また、ヒアリングの中で、本事業に参加し、その後、この体操を継続している協働支援会議の一部の委員の声からも区民や地域社会への効果(成果)がある事業であることが確認できた。			
	2	9	現時点では事業の推進基盤づくりが必要であることから参加者数やリーダー登録者数といったアウトプットによる成果目標でも適切で、この目標については、計画以上であるが、アンケート調査からは、男性参加者が極端に少ないことが示されており、男性をいかに参加させるかが課題である。			
	3	10	3年間の事業としての指標は十分達成できていると考える。 区全体、地域課題への効果となると短期間では達成困難であるが、期待の持て る結果が示された。			

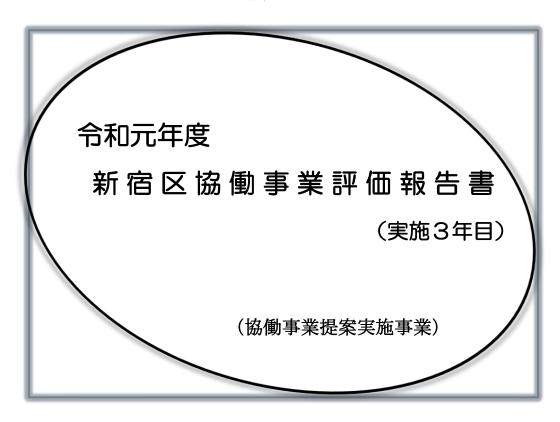
項目	評価点	委員	各委員のコメント	コメント原案	支援会議での指摘	コメント修正案
	2	1	健康分野での協働事業なので、3年で結果を出すのは難しいのではと考え	これまでの事業の実施状況や評価の内容等を		
			て <mark>おります。</mark>	踏まえ、さらなる普及のため、CD の作成や歌詞	藤井座長ほか:第1段落の「伺えます」を	これまでの事業の実施状況や評価の内容等
	3	2	・ヒアリングの際に指摘された参加者や「ごっくんリーダー」の女性への偏	幕を追加するなど、創意工夫がなされていること	削除して「しています」に修正する。	を踏まえ、さらなる普及のため、CDの作成や
			りや活動状況の把握、講座参加・普及活動のインセンティブ設計など、課題	が伺えます。		歌詞幕を追加するなど、創意工夫がなされて
			は適切に認識されているといえるが、現時点で有効な対応策が計画されてい	また、定期的な講習会の実施を全区域的に行う	関口委員:第5段落の「他の関連部門」の	
			るとは言い難い。団体と区で知恵を出し合い、ヒアリングでの提案等も参考	検討に入ったことも事業改善の視点から評価で	具体的な内容を記載する。	また、定期的な講習会の実施を全区域的に
			に改善を図ってほしい。	きます。「ごっくん体操」を講習会時だけのもので		行う検討に入ったことも事業改善の視点から
	1	3	・啓発イベントやりっぱなしの感がぬぐえない。	終わらせないために、日常的に取り組める場を増		評価できます。ごっくん体操を講習会時だけ
			・イベント当日のアンケートだけでは、活動の広がりや定着がしっかり把握	やして行くことや「ごっくんリーダー」自身の自		のもので終わらせないために、日常的に取り
			できない。	主的な活動を支援することで活動の場を広げ、そ	に修正する。	組める場を増やして行くことやごっくんリー
			・大多数を占めるリーダーを希望しない人(無回答)の声を具体的に拾って、			ダー自身の自主的な活動を支援することで活動の担力を対する。
			課題解決に繋げる必要があると考える。	つつあることも評価できます。 ヒアリングの際に指摘された参加者の女性へ		動の場を広げ、その結果、継続的な取り組みが区内各地域に広がりつつあることも評価でき
	3	4	これまでの事業実施の中で分かったことを土台として、定期的な講習会の実施を全区域的に行う検討に入ったことは評価できます。「ごっくん体操」	の偏りや、「ごっくんリーダー」の活動状況の把		ます。
			実施を主区域的に170位的に入ったことは評価できます。「こってん体操」 を講習会の時だけのものに終わらさないためにも日常的に取り組める場を	握、講座参加・普及活動のインセンティブ設計な		ヒアリングの際に指摘された参加者の女性
			増やして行くことや「ごっくんリーダー」自身の自主的な活動を支援するこ	ど、今後の事業改善に向けての課題についても認		への偏りや、ごっくんリーダーの活動状況の
			とで活動の場を広げ、その結果継続的な取り組みが区内各地域に広がってい	識されている状況が確認できました。		把握、講座参加・普及活動のインセンティブ設
			っていることも評価できます。	一方、過去2年の事業の参加者に対して、その		計など、今後の事業改善に向けての課題につ
	3	(5)	平成30年度の課題であるリーダーの活動継続について、「リーダーのモ	後の「ごっくん体操」の取組状況を確認し、フォ		いても認識されている状況が確認できまし
				ローアップする取組や、「3 結果」欄にも記載し		た。
			者に活動継続いただくためには「楽しい」「自分が必要とされている」と実感	た、男性の参加者が極端に少ない中で、男性の参		一方、過去2年の事業の参加者に対して、そ
			できるような活動内容の工夫が必要です。	加者を増やす取組や男性に体操を行ってもらう		の後の「ごっくん体操」の取組状況を確認し、
	1	6	ごっくんリーダー(ボランティア)の個別活動に対して、十分な把握、フォロ	ための仕掛けづくりを実施していくことが必要		フォローアップする取組や、「3 結果」 欄に
4 改善			一がない?	です。		も記載した、男性の参加者が極端に少ない中
			・ごっくんリーダー(ボランティア)の育成だけの活動となり、本来の目標で	また、本事業が根付いていくためには、地域の		で、男性の参加者を増やす取組や男性に体操
			ある「高齢者が生涯に渡って口から食べられる街づくり」が忘れられてい	中で活動する団体や他の関連部門との交流・連携		を行ってもらうための仕掛けづくりを実施し
			る?	を一層重ねていくことも求められます。		ていくことが必要です。
			・男性参加者が少ない事への課題意識が無く、対策も講じられていない	さらに、今後、活動者に活動継続いただくため には「楽しい」「自分が必要とされている」と実感		また、本事業が根付いていくためには、地域の中で活動する団体や区・社会福祉協議会等
		<u></u>	・区の助成があるにも関わらず、他の関連部門との連携が全くない	できるような活動内容の工夫が必要です。		との交流・連携を一層重ねていくことも求め
	2	7	団体の活動拠点が新宿区ではないということが関係しているのかもしれないが、事業と地域が離れすぎているように感じられる。こういった <mark>高齢者</mark>	健康分野での協働事業でもあり、3年間で結果を		られます。
			の健康に関する事業は、もっと地域に寄り添い、頻繁に交流しながら活動を	出すのは難しい部分はあるものの、団体と区で知		さらに、今後、活動者に活動継続いただくた
			していかなければなかなか根付くものではないのかもしれない。然しなが			めには「楽しい」「自分が必要とされている」
			ら、団体が持っている専門的知識はどんどん取り入れ、普及させていかなけ	に改善を図っていただきたいと考えます。		と実感できるような活動内容の工夫が必要で
			れば前進していかない。			す。
	2	8	・団体・担当課とも課題として捉えている「周知不足」や「ツールの不足」			健康分野での協働事業でもあり、3年間で結
			については一定の改善が示されている。また、参加者が大きく女性に偏って			果を出すのは難しい部分はあるものの、団体
			いる状況が、この間の事業実施の中で明らかになっているが男性の参加や男			と区で知恵を出し合い、ヒアリングでの提案
			性に体操を行ってもらうための仕掛けづくりが具体的にイメージできてい			等も参考に更に改善を図る必要があります。
			ない。また、当初計画の時点から、アウトカム指標として「体操の継続」「ご			
			っくんリーダーの活動状況の確認」を効果(成果)を確認する指標として捉			
			えているのであれば、2017年度・2018年度の事業の参加者に対して、その			
			後の「ごっくん体操」の取組状況を確認し、フォローアップする取組が事業			
			の改善策として示してほしいところである。			
	2	9	年間計画や周知、体操のできる環境づくりが課題として指摘されており、			
			これらを解決していく必要がある。これらの課題をクリアし全区的な展開を			
	2	(10)	期待したい。			
	3	10	区民からの意見や現状分析により、さらなる普及のため、CDや歌詞幕の作成を追加するなど、創意工夫がなされている。			
			TFIXで担加するなく、制息工大かなされている。			

項目	評価点	委員	各委員のコメント	コメント素案	支援会議での指摘	コメント修正案
	В	1	所管課が協働事業終了後にどのように本事業を活用するのかが見えていた方			
			が、事業を評価する上で具体的に判断する材料になるのではないかと思いまし	超高齢社会が到来し、「人生100年時代」への	関口委員: QOL・フレイル・100ト	超高齢社会が到来し、「人生 100 年時代」へ
			た。これからの活動に期待しております。	社会的な取り組みが進みつつある中、加齢とと	レといった用語の解説を入れたらいいので	の社会的な取り組みが進みつつある中、加齢
	Α	2	・超高齢社会が到来し、「人生100年時代」への社会的な取り組みが進みつつ	もに衰えがちとなる一方、人間が生きる上で欠	はないか。	とともに衰えがちとなる一方、人間が生きる
			ある中、加齢とともに衰えがちである一方、人間が生きる上で欠かすことので	かすことのできない「食べる力」をはじめとし	→本文には入れずに欄外に用語紹介枠を	上で欠かすことのできない「食べる力」をはじ
			きない「食べる力」をはじめとした健康増進を目指す本事業は、高齢者の QOL	た健康増進を目指す本事業は、高齢者のQOLや	作成します。	めとした健康増進を目指す本事業は、高齢者
			や健康寿命伸長にも貢献する重要な事業である。	健康寿命伸長にも貢献する重要な事業です。	11//15 21/3	の QOL や健康寿命延伸にも貢献する重要な
			・3年度目となる今年度までに、普及ツールである体操やDVDといったコン	3 年目となる今年度までに、普及啓発活動の	高橋委員:「健康寿命伸長」ではなくて、	事業です。
			テンツについては新宿区らしさも盛り込むながら完成に至り、講座やイベント	担い手となる「ごっくんリーダー」の登録者数		3年目となる今年度までに、普及啓発活動の
			等を通じた普及も順調に進んでいる。講座参加者数や「ごっくんリーダー」登	は216名まで増えました。また、新宿区らしさ		担い手となるごっくんリーダーの登録者数は
			録者数等の主要成果指標は目標を大幅に超過達成しており、高く評価できる。	も盛り込んだ「新宿ごっくん体操」のDVDや	土屋委員:今後に向けての具体的なコメ	216名まで増えました。また、新宿区らしさも
			・団体と区との協働においても、定期的な会議等で情報共有を図り、相乗効果	CDといったツールも完成し、講座やイベント	ントをもう少し取り入れたほうが良い。	盛り込んだ新宿ごっくん体操のDVDやCD
			の見込める「100トレ」とのコラボレーションに取り組むなど、共に取り組む	等を通じた活動も地域的に広がりをみせ、NP		といったツールも完成し、講座やイベント等
			姿勢が評価できる。	○団体と区との協働による「区民の摂食嚥下機	関口委員:ユーチューブを動画サイト等	を通じた活動も地域的に広がりをみせ、協働
			・今後は大きな成果を上げつつある本事業をより区民・地域に普及していくた	能向上のための基盤づくり」が順調に進んでい		による区民の摂食嚥下機能向上のための基礎
			め、ヒアリングでも指摘のあった「ごっくんリーダー」のフォローや男性の参			づくりが順調に進んでいます。
			加促進、「健康ポイント制度」を活用したリーダー登録・普及活動のインセン	計画策定や事業実施といった場面において	平野委員:第5段落の「収集」の主語は誰	
			ティブ設計など、新宿区に根差した活動展開に向けて、団体・区ともに継続的	も、団体と区との間で「事業推進のためのプロ	1	も、団体と区との間で「事業推進のためのプロ
			な取り組みに期待したい。	ジェクト会議」が定期的に開催され、積極的な		ジェクト会議」が定期的に開催され、積極的な
	D	(3)	・実施3年目なので、「ごっくんリーダー」の増員・拡大よりも活動の定着や	情報共有や意見交換が行われた結果、フレイル	平野委員:3年目の評価で、今後について	
			内容充実に注力していただきたい	予防を目的とした「新宿100トレ」とのコラボ	記載する際には、どこまでを見据えた記載と	ル子防を目的とした「しんじゅく 100 トレ」
			くごっくんリーダー>	レーションにも取り組むなど、高齢者のQOLや		とのコラボレーションにも取り組むなど、高
			登録数だけでなく、活動のデータをしっかりと収集し、事業の実質的な広がり	健康寿命伸長に向けて、共に取り組む姿勢が評	→今後の課題として見直しに際に検討し	
総合評価			と定着に繋げていただきたい。	価できます。	ます。	り組む姿勢が評価できます。
7,2 11,11			活動していないリーダーは、その理由もヒアリングし、活動場所がないのであ	さらに、「ごっくんリーダー」登録者数や講座	1 - 1 - 1	さらに、ごっくんリーダー登録者数や講座
			れば、場の提供の仕組みも考えていく必要があると考える。	参加者数の主要成果指標は目標を大幅に上回っ		
			<事業発展・定着のために>	ていることや、アンケート結果では講座参加者		
			支援は、実際に必要な人に届かないことが多い。	から高い満足度を得られている点も高く評価で		講座参加者から高い満足度を得られている点
			本当に必要な人にしっかり広がっていく事業として、頑張っていただきたい。	きます。		も高く評価できます。
			高齢者向けの事業ではあるが、若年層・子どもも一緒に取り組める仕掛けを考			協働事業終了後に向けて、これまで取り組
			え、将来に繋げていただきたい。	ーダー」の増員や地域的な広がりと合わせて、		んできたごっくんリーダーの増員や地域的な
	В	(4)	地域の担い手「ごっくんリーダー」による「食べる力」推進プロジェクト事			広がりと合わせて、今後は、リーダーの活動状
			業は順調に行われ、「ごっくんリーダー」の養成は予想以上の成果を収めまし	その後の活動を継続的にフォローし、摂食嚥下		況や、講座参加者のその後の活動を継続的に
			たが「食べる力」推進は本当にできたのでしょうか。早期に検証を行って頂き	the second secon		フォローし、摂食嚥下機能の維持向上に繋げ
			たいと思います。	そのためには、講習後のリーダーたちへの場の		ていくことが大切です。また、活動のモチベー
			「ごっくんリーダー」の登録や講習会参加者が目標値を大幅に超え、区内各			ションを高め、継続的な取り組みに向けた活
			地域からの講習会依頼に対しても担当課と団体がお互いの強みを活かして役			動環境の整備も求められます。そのためには、
			割分担を行い「ごっくんリーダー」とともに速やかな対応がなされることをお	現在、高齢者の健康に関する様々な取組が、		NPO団体と区担当課が、講習後のリーダー
			願いいたします。「ごっくん体操」が「新宿いきいき体操」、「新宿100トレ」	区や社会福祉協議会、地域のコミュニティ団体		たちへの場の提供や講座参加後の活動データ
			と一体的に普及していくことで新宿区の健康への取り組みの相乗効果が期待			をしっかりと収集・検証することも期待され
			されるものと思います。	「ごっくんリーダー」には、今後、一層、こうし		ます。
			今後は早期に「ごっくんリーダー」の活動状況を把握し効果のある活動は水			現在、高齢者の健康に関する様々な取組が、
			平展開を図るとともにリーダー個々人のレベルアップを図り地域差のない活			社会福祉協議会、地域のコミュニティ団体に
			動を目指してほしいものです。アウトカム指標として「ごっくん体操」継続及			よって行われています。これらの団体との協
			び「ごっくんリーダー」活動状況を設定されたのを機会に体操継続者を追跡調			力により、地域の行事だけでなく、地域カフェ
			査して欲しいものです。	多くの参加者を得られる更なる仕組みづくりに		や給食サービス、デイサービス等の活動場所
			そろそろ協働事業終了後の展開を考える時期になっていると思います。団			に、本事業で養成されたごっくんリーダーが
			体・担当課・「ごっくんリーダー」そして事業実施をサポートしてくれ関係機			出向き、利用者とともにごっくん体操を行う
L	1	1	The state of the s	<u> </u>	1	

	1			
		関をも含めて話し合いを持つことが必要であると思います。 <mark>今後も「ごっくん</mark>	等の積極的な関わりを持つ	仕組みづくり
		リーダー」が熱意をもって活動していくにはどうすればいいのか、またモチベ	待されます。	
		ーションをアップするにはどうすればいいのか検討して頂きたいと思います。	また、男性参加者が極端	に少ないこと
		最後に5月9日を新宿区「ごっくんの日」とし、全国に活動を発信するのは	対応等の改善や、動画サイ	トの活用、「し
		如何でしょうか。	ゆく健康ポイント」との連携	携等による、よ
С	(5)	「ごっくん体操」は、子どもから高齢者まで実践できる体操です。親しみやす	くの参加者を得られる更な	る仕組みづく
		い音楽に合わせ口を動かすことで口腔機能が向上され、誰もが気軽に参加でき	ついて期待しています。	
		る健康増進ツールです。	最後に、高齢者だけでな	く若年層や子
		事業の計画としては、年間の取組みから出た課題を翌年に改善しようとする	等の幅広い世代が取り組む	
		努力が伺えます。具体的には「リーダーの活動継続」の課題を「リーダーのモ	宿区に根差した活動として、	
		チベーションを維持するための集い」として翌年の計画に取り入れています。	続していくことを期待してい	
		事業の実施及び結果については、区の担当課のネットワーク力を活かし、関		- 1 / 0
		係機関の協力を得て参加者及び活動者の拡充のために様々な工夫を行ったこ		
		とで、目標値を超える実績となりました。このことについては効果的に事業が		
		実施されたと評価できます。		
		今後、町会や自治会、地域の方々の力を借り、多面的な角度からの意見を活か		
		した事業を展開することで、地域での活動の場が拡大されるとともに区民の健		
		康意識が向上されることが期待されます。参加者と活動者が一体となり、誰もないでは、「ない」、「ウンギン・悪いさいて、」と思想できる。東京はいれている。		
		が「楽しい」、「自分が必要とされている」と実感できる事業になることを期待		
D		します。		
D	6	・体操を活動の活動主体とされている事で、体操の見本となる講師と曲づく		
		り、CD づくりに資金の大半が使われてきた事で満足されている感がありま		
		す。		
		・事業者の専門性も殆ど実感がありませんので、同事業を今後継続されるので		
		あれば、事業者を専門企業に変えた上で区役所の関連部門との連携が重要だと		
		考えます。		
D	7	・前述の通り、高齢者の健康に関する事業は、どれだけ地域に寄り添っていく		
		かが重要であると思う。今回のように、新宿区に活動拠点をもたない団体には、		
		担当課だけではなく地域コミュニティ課も含め、行政からの積極的な情報の提		
		供と事業サポートが必要となる。事業スケジュールにおいて「地域行事への積		
		極的な参加による啓発活動」とあったが、区は各町会や地域での行事情報等は		
		提供していたのか。団体が自ら情報を集めなければならないのかもしれない		
		が、協働事業とはお互いにサポートし合いながらより質の高いサービス提供を		
		していくことではないか。 せっかく登録した 200 人超の「ごっくんリーダー」		
		を活かすためにも、今後のリーダーたちが力を発揮できる場所の提供を望みま		
		す。地域の行事だけではなく、地域カフェや給食サービス、デイサービスなど、		
		地域のそういった場は数多くあります。そこへ出向き、リーダーが中心となっ		
		て利用者とともに嚥下機能支援の体操が出来るようになれば、この事業は大成		
		功と言えるでしょう。そのためには、そういった情報を持っている行政や社協		
		の今後の活動も注視していきたいと思います。		
		※「3世代で楽しく一緒にできるごっくん体操を普及していく」という目標だ		
		ったが、一度や二度保育園敬老の日イベントで実施したことで満足していいも		
		のか、、、。さらに発展していける要素があるだけに、今後のあり方に期待しま		
		す。		
С	(8)	・団体・事業課とも、よく協議・調整の上、本事業をこの間、進めてきてい		
		ただいていることが伺える。事業者参加者の理解度・満足度は高く、体操前後		
		の最長発生時間に変化もみられる等、具体的な効果もみられる事業であるが故		
		に、事業参加者に継続してもらうこと、また、養成したリーダーが継続的に活		
		動をしてもらえることが肝要である。先日のヒアリングの中でも、現在、健康		
		部で実施している健康ポイント事業への組み込みやユーチューブの活用等、		

		様々な意見もあった。本年度で3か年の事業は終了するが、事業終了までに、
		この2点をどう担保していくのか、その仕組みを考えていただきたい。
С	9	概ね計画どおり進められている。講習会参加者数やリーダー登録者数につい
		ては、区民の関心が高く身近な問題として受け入れられ、大きく伸びたもの推
		測されるが、これにより、どのような効果 (アウトカム) がもたらされたのか、
		または、期待できるのかをもう少し明確にしてほしい。
		男性参加者が極端に少ないことへの対応については、ぜひ、改善をお願いし
		たい。
		リーダーの育成と自主グループによる活動 (モデルから全区へ) といった事
		業展開について、スキームとしての持続可能性や発展性の検証、協働事業の終
		了後の進め方など検討する必要がある。所管課としてどのように認識している
		のかお聞かせいただきたい
В	10	リーダーの数だけでなく地域での広がりも見られ、他施策との連携などによ
		る 今後の展開方法も検討されており、団体と区との協働による「区民の摂食嚥
		下機能の維持向上」に向けた普及啓発活動の基盤が出来上がったことは評価で
		きる。
		今後は各リーダーの士気を高めつつ活動の継続・発展につなげて行くことが
		必要であり、「ごっくんリーダーの集い」を活用した取り組みなど、研修の継
		続や活躍の場の確保に期待する。

(案)



新宿区協働支援会議

「令和元年度 新宿区協働事業評価報告書」

目 次

	新宿区協働事業提案制度による協働事業の評価を終えて・・・・・・ 2	2
1	協働事業評価の概要・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	3
2	評価の目的・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	3
3	評価の手法・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	1
4	評価の対象・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	3
5	協働事業評価実施事業・・・・・・・・・・・・・・ 7	7
6	協働事業の評価結果 地域の担い手「ごっくんリーダー」による「食べる力」推進プロジェクト・・・ 8	3
	【参考資料】 · · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	3
	1 協働事業自己点検シート (様式)・・・・・・・・・・・・1	4
	2 協働事業相互検証シート (様式)・・・・・・・・・・・・1	6
	3 ヒアリング時提出資料	
	地域の担い手「ごっくんリーダー」による「食べる力」推進プロジェクト・・1	8

新宿区長 吉住 健一 様

令和元年度実施の協働事業提案制度による協働事業について 次のとおり評価しましたので、報告します。

新宿区協働支援会議 座長 藤井 浩司

協働支援会議委員 (協働事業評価)

	委員の区分	氏 名	職名
1	学識経験者	座 長 藤井 浩司	早稲田大学政治経済学術院教授
2	非営利活動団体	座長代行 関口 宏聡	認定特定非営利活動法人 シーズ・市民活動を支える制度を つくる会 副代表理事
3	構成員	平野 覚治	一般社団法人全国食支援活動協力会 専務理事
4		土屋 慶子	公 募 区 民
5	区民	石橋 明美	公 募 区 民
6		松井 千輝	公募区民
7	区内事業所の 社会貢献部門 経験者	伊藤清和	元富士ゼロックス東京(株) CSR部社会貢献推進グループ
8	新宿区社会福祉 協議会職員	長谷川 多賀子	新宿区社会福祉協議会事務局次長
9		平井 光雄	総合政策部長
10	区職員	山田 秀之	地域振興部長
11		髙橋 郁美	健康部長 (事業担当部長)

新宿区協働事業提案制度による協働事業の評価を終えて

新宿区協働支援会議では平成18年3月に「協働事業提案制度の導入について」・「協働事業評価制度の導入について」の2つの報告書を取りまとめ、新宿区長に提出しました。協働事業提案制度は、この報告を受け、平成18年度から導入されたものです。

新宿区は、基本構想・総合計画でめざすまちの姿として「『新宿力』で創造する、やすらぎとにぎわいのまち」を掲げ、5つの基本政策の一つとして、「暮らしやすさ1番の新宿」、また、その下の個別施策の一つとして、「地域の課題を共有し、ともに考え、地域の実情に合ったまちづくりの推進」を定めています。協働事業提案制度は、こうした基本政策等を達成するための具体的な取組みの一つであり、基本構想に掲げる「新宿力」を形づくる一つの手法として「地域の力」と「多様性」を活かす仕組みとなるものです。

協働事業が推進されることで、多様な主体が担い手となり地域を支える「よりよい地域社会」が形成されると考えます。また、区民が様々な分野で参画する地域社会づくりを進めていくためには、「NPO等と区が実施する協働事業によって地域社会にどのような変化が表れるのか」、「区民の生活の課題がどのように解決されていくのか」を区民に示していくことが必要です。さらに、事業の計画段階から効果測定に至るまで、それぞれのステージで客観的に評価を行い、事業実施に反映し、改善に繋げていくことが大切です。

評価については、平成24年度に委員の拡大や視察の導入等を行った他、平成29年度には評価項目と評価の着眼点を整理し、「計画」・「実施」・「結果」・「改善」の4つの大項目の下、評価を行うこととしました。

このような基本認識の下、事業実施3年目1事業の協働事業を対象に、評価を実施しました。

評価対象事業については、普及啓発活動を担うリーダーの登録数が順調に増加し目標数を達成したほか、DVD・CD等の普及啓発ツールの開発、そして区が実施している他の健康体操事業とのコラボレーション等の様々な工夫がなされていることが確認できました。事業が進展していくことにより普及啓発が更に広がり、区民の嚥下機能向上に寄与していくことを期待しています。

今後も、区民の参画や地域との連携の下、協働のまちづくりが促進され、地域課題の解決が図られることで、多様な人々にとって新宿区がさらに暮らしやすいまちとなることを期待します。

本報告書は、新宿区協働事業提案制度実施要綱第11条第2項に基づき、新宿区長に報告いたします。

新宿区协働支援会議 座長 藤井浩司

1 協働事業評価の概要

新宿区では、各主管課において多様な主体と様々な協働事業が進められており、 平成30年度の協働事業進捗調査では、257に及ぶ事業が様々な協働形態で行われています。その中で、協働事業提案制度により平成29年度から実施されている「地域の担い手「ごっくんリーダー」による「食べる力」推進プロジェクト」について3年目の評価を行いました。

事業の評価については、平成16年に策定した「地域との協働推進計画」が基本目標として掲げる「多様で新たな区民ニーズへの対応」や「区民の参画意識と主体的な区民活動の促進」、「行政の体質改善」に結びつく取組みになっているのか、また、「相互理解」、「自主・自立性」、「対等の関係」等、6つの「協働の基本原則」を十分踏まえ、事業の目標等が達成できたかといった点から評価を行いました。

協働の中身・質を高め、事業の目標や意図する成果を達成していくためには、協働の当事者が、互いにプロセスや成果を確かめ、議論し合い、相互検証を行うといった、一つひとつの経験を積み重ねていくことが大切です。そして、「計画」・「実施」・「結果」・「改善」といった各事業の場面における評価基準を定め、客観的にその取組みの評価を行い、実施の場面で改善に繋げていくことが必要です。

そのため、評価にあたっては、事業実施団体と区担当課が、協働事業の実施中に 「協働事業自己点検シート」・「協働事業相互検証シート」を作成し、事業の振り返 りのために自己点検及び相互検証を行いました。

これらの資料を基に、協働支援会議が事業実施団体と区担当課へのヒアリングを行い、第三者評価を実施しました。

事業の評価結果については、8頁以降に記載のとおりです。

2 評価の目的

協働事業の評価は、協働の意義を明確にするとともに、それぞれの事業の意図する成果の達成状況を明らかにすることを目的として行います。

〈協働の意義〉

- ① 区民生活にとって効果的な事業を実施すること
- ② 協働を進めるNPO等と区が相互理解を進め、対等な関係を築いていくこと
- ③ 区民の主体的な活動を推進しコミュニティの形成につなげていくこと
- ④ 前例の踏襲や組織の縦割りの弊害など、これまでの区の仕事の内容や進め方 を見直す契機とすること
- ⑤ 様々な主体の自立性を高め役割分担を明確にしていくこと
- ⑥ 協働事業を発展させ、住民福祉の維持向上と住民自治を推進していくこと
- (7) 区民ニーズに基づく予算化の優先順位をつけるための判断基準の一つにすること

3 評価の手法

(1) 評価の流れ

事業実施団体と区担当課がそれぞれ「自己点検シート」の記入を行い、双方の協力の下、「相互検証シート」を作成します。また、評価時点までの事業の実施概要の提出を求めるほか、受益者からの評価はアンケート等で把握します。 さらに、区民に対する実施事業の事業報告会に協働支援会議委員も出席して、事業の進捗状況等について確認を行うほか、必要に応じて事業視察も実施します。

これらを評価資料として、協働支援会議が両者にヒアリングを行い、評価を 実施します。

(2) 評価の項目

2・3年目の評価については、「計画」・「実施」・「結果」・「改善」の 事業プロセスごとに評価を行うとともに、総合評価を実施します。事業プロセ スごとの評価は、主に次の評価基準によって実施します。

(3) 評価の公開

評価結果については、ホームページ等により、広く区民等に公開し、事業の透明性を図り、更なる協働の推進に結びつけていきます。事業実施団体と区担当課は、評価の結果により、課題が明らかになった場合には、双方の活動や事業の実施に反映していくことが必要です。

協働事業の評価にあたっての主な着眼点(2年目以降用)

大項目	評価にあたっての主な着眼点
31 ==	前年度の問題点や課題を翌年度の計画に反映しているか
計画	効果・成果の指標(効果を確認するための指標)の設定は適切か
	年間スケジュールに沿った実施がなされたか (なされていない場合は、合理的な理由があるか)
実施	意見交換や情報共有は十分に図りながら実施されたか
	お互いの先駆性や専門性を活かした役割分担がなされたか
	協働の効果を発揮した事業実施がなされたか
	効果・成果の指標は達成できたか (できていない場合は、合理的な理由があるか)
結果	アンケート等により受益者の意見集約はなされたか
	区民や地域社会への効果や成果が発揮できたか
	地域課題や社会的課題への効果や成果が発揮できたか
	問題点や課題は適切に把握できているか
改善	受益者の意見の分析や把握はできているか
	課題に対する改善策の検討がされているか、適切な対策となっている か

◎評価指標

- ④優れている、③適切である、②課題はあるが、ほぼ適切である
- ①不十分であり改善が必要、○その他

4 評価の対象

(1) 評価対象団体等

- ① 協働事業提案制度による事業実施団体(特定非営利活動法人、市民活動団体・ボランティア団体などの社会貢献活動団体。)
- ② 区の事業担当課

(2) 評価対象事業

協働事業提案制度による令和元年度実施の1事業(28年度採択事業)

(3) 評価対象期間

平成30年4月~令和元年6月 (平成30年度実施結果、令和元年度事業計画・6月末までの実施状況)

(4) 評価の実施経過

平成31年	事業実施団体と区に自己点検・相互検証シート作成依頼
	事業実施団体と区がそれぞれに自己点検を実施
1月~3月	事業実施団体と区が自己点検の結果をもとに意見交換し、相互検証を実施
人和二左座	協働事業実施事業報告会(於:新宿区役所本庁舎)
令和元年度	○地域の担い手「ごっくんリーダー」による「食べる力」推進プロジ
5月21日	エクト
6月25日	第5回協働支援会議
0 / 1 2 0 п	◆ヒアリング 28年度採択1事業
7 8 9 9 1	第7回協働支援会議
7月23日	◆評価内容の調整・審議 ◆評価書作成
0 11 0 11	第8回協働支援会議
8月2日	◆評価結果のまとめ

5 協働事業評価実施事業

【平成28年度に採択、実施3年目の事業】

事業名		12.00	ハ手「ごっくんリー 5「食べる力」推進 」	ヒアリング 実施日	令和元年6月25日	
実施る	ŀ Z.	実施団体	特定非営利活動	法人 メディカル	ケア協会	
夫旭1	∃ 	区担当課	健康部健康づくり	課		
概要 事業目的·	区民を中心とした多様な主体が担い手「ごっくんリーダー」として、能動的・継続的に参画することで、自分自身を含む高齢者の「食べる力の維持向上」、「高リスク者の早期発見、適切な支援」につなげていけるよう、基盤と支援体制を構築することを目的とする。具体的には担い手となる人材の育成、楽しく口腔機能を向上させるツールの開発とそれを活用した区民への普及啓発を実施する。					
社会的課題·	肺炎は 65 歳以上の高齢者の死亡原因第 3 位で(平成 28 年時点)、その内飲みこみが原因による誤嚥性肺炎が多いといわれている。しかし最期まで、口から安全に安心して食べるという楽しみは豊かに生きる力となる。そのため、当事者が正しい知識を身につけることや、周囲の人たちが異変に気づき適切な予防対策を講じられるよう、区民に向けた効果的な普及啓発が課題となっている。 こうした課題には、区や医療・介護サイドからの情報発信だけでなく、区民を中心とした多様な主体が普及啓発活動の担い手「ごっくんリーダー」として					
目標・成果	参画し、能動的・継続的に活動を広げていく必要がある。 2年目の検証結果に基づき、モデル地区以外の地域においても普及啓発活動を 実施し、「ごっくんリーダー」を募っていく。普及啓発にあたっては、身近な地域で受 講できるよう地域性を考慮することや、「ごっくん体操講習会」の年間スケジュールを 立て、区民が受講しやすい環境を整えた上で実施していく。また、過去2年間で作成したDVD・CDや歌詞幕・ごっくんリーダー手帳等の各種ツールを活用して、実 施団体の活動環境に応じた活動を継続できるよう提案し、「新宿ごっくん体操のう た」の地域内での浸透を一層進めていく。さらに、口腔機能向上を確認するための 「最長発声持続時間」等のアウトカム指標をもとに効果的な事業実施・評価を行って いく。					

上記記載内容は、契約書等ヒアリング資料をもとに作成

6 協働事業の評価結果

地域の担い手「ごっくんリーダー」による「食べる力」推進プロジェクト

● 総合評価



- A 協働事業として優れている
- B 協働事業として適切である
- C 一部改善の必要があるが、おおむね適切である
- D 協働事業として改善が必要である
- E 協働事業としては不十分である

・総合評価コメント

超高齢社会が到来し、「人生 100 年時代」への社会的な取り組みが進みつつある中、加齢とともに衰えがちとなる一方、人間が生きる上で欠かすことのできない「食べる力」をはじめとした健康増進を目指す本事業は、高齢者の QOL や健康寿命延伸にも貢献する重要な事業です。

3 年目となる今年度までに、普及啓発活動の担い手となるごっくんリーダーの登録者数は216名まで増えました。また、新宿区らしさも盛り込んだ新宿ごっくん体操のDVDやCDといったツールも完成し、講座やイベント等を通じた活動も地域的に広がりをみせ、協働による区民の摂食嚥下機能向上のための基礎づくりが順調に進んでいます。

計画策定や事業実施といった場面においても、団体と区との間で事業推進のためのプロジェクト会議が定期的に開催され、積極的な情報共有や意見交換が行われた結果、フレイル予防を目的とした「しんじゅく 100 トレ」とのコラボレーションにも取り組むなど、高齢者の QOL や健康寿命延伸に向けて、共に取り組む姿勢が評価できます。

さらに、ごっくんリーダー登録者数や講座参加者数といった主要成果指標は目標を大幅に上回っていることや、アンケート結果での講座参加者から高い満足度を得られている点も高く評価できます。

協働事業終了後に向けて、これまで取り組んできたごっくんリーダーの増員や地域的な広がりと合わせて、今後は、リーダーの活動状況や、講座参加者のその後の活動を継続的にフォローし、摂食嚥下機能の維持向上に繋げていくことが大切です。また、活動のモチベーションを高め、継続的な取り組みに向けた活動環境の整備も求められます。そのためには、NPO団体と区担当課が、講習後のリーダーたちへの場の提供や講座参加後の活動データをしっかりと収集・検証することも期待されます。

現在、高齢者の健康に関する様々な取組が、社会福祉協議会、地域のコミュニティ団体によって行われています。これらの団体との協力により、地域の行事だけでなく、地域カフェや給食サービス、デイサービス等の活動場所に、本事業で養成されたごっくんリーダーが出向き、利用者とともにごっくん体操を行う等の積極的な関わりを持つ仕組みづくりが期待されます。

また、男性参加者が極端に少ないことへの対応等の改善や、動画サイトの活用、「しん

じゅく健康ポイント」との連携等による、より多くの参加者を得られる更なる仕組みづくりについて期待しています。

最後に、高齢者だけでなく若年層や子ども等の幅広い世代が取り組むことができる、 新宿区に根差した活動として、本事業が発展・継続していくことを期待しています。

用語集

- ◇しんじゅく100トレ…重さを調整できる重りを使用し、元気な方から体力に 自信のない方まで、体力に合わせてグループで取り組める筋力トレーニングのこ と。
- ◇フレイル…加齢とともに心身の活力(運動機能と認知機能)が低下し虚弱となった状態のこと
- ◇QOL…生活の質のこと
- ◇しんじゅく健康ポイント…日常生活の中で歩いた歩数がポイントとして加算され、ポイントを貯めると景品がもらえる仕組みのこと

● 項目別評価

4 =優れている 3 =適切である 2 =課題はあるがほぼ適切である 1 =不十分であり改善が必要

大項目	評価にあたっての主な着眼点	個別評価	項目別 評価
計画	前年度の問題点や課題を翌年度の計画に反 映しているか	4 · 3 · 2 · 1	2
	効果・成果の指標(効果を確認するための指標)の設定は適切か	4 · 3 · 2 · 1	2
	年間スケジュールに沿った実施がなされた か(なされていない場合は、合理的な理由が あるか)	4 • 3 • 2 • 1	
実施	意見交換や情報共有は十分に図りながら実 施されたか	4 • 3 • 2 • 1	3
	お互いの先駆性や専門性を活かした役割分 担がなされたか	4 • 3 • 2 • 1	
	協働の効果を発揮した事業実施がなされた か	4 • 3 • 2 • 1	
	効果・成果の指標は達成できたか (できていない場合は、合理的な理由がある か)	4 • 3 • 2 • 1	
結果	アンケート等により受益者の意見集約はな されたか	4 • 3 • 2 • 1	3
	区民や地域社会への効果や成果が発揮できたか	4 · 3 · 2 · 1	J
	地域課題や社会的課題への効果や成果が発 揮できたか	4 · 3 · 2 · 1	
	問題点や課題は適切に把握できているか	4 · 3 · 2 · 1	
改善善	受益者の意見の分析や把握はできているか	4 • 3 • 2 • 1	2
	課題に対する改善策の検討がされているか、 適切な対策となっているか	4 · 3 · 2 · 1	

・項目別評価コメント

協働事業評価項目

本年度の計画策定にあたっては、前年度に指摘した事業全体の進捗管理や目標 達成に向けた課題・問題点の整理が行われ、事業計画に反映されています。

平成 30 年度は、ごっくんリーダーの活動継続が課題の一つでしたが、リーダーのモチベーションを維持する「リーダーの集い」を計画に取り入れたことは評価できます。また、新たな指標として最長発声持続時間を設定したことや、活動場所によっては使用できなかった DVD から、より安価で手軽に使用できる CDを作成する等の工夫や改善も見られます。

計画評価点

3

さらに、講習会の参加のみならず、体操の継続及びごっくんリーダーの活動状況の確認を、指標として設定するなど、効果測定を行う上での改善も見られます。 一方、本年度は3年目の事業となることから、育成したごっくんリーダーへのフォローや更なる地域展開に向けて具体的な対策を講じていく必要があります。 ほかにも3年間を通じたごっくんリーダーの活動状況や波及効果を把握して、参加者への効果を把握する指標を整理し、提案事業終了後を見据えた本事業の展望・展開を考えていくことが必要です。

3年目の事業ということもあり、NPO団体と区担当課がそれぞれの強みを活かしながら、協働して事業に取り組んでいることは高く評価できます。年間スケジュールや事業の進捗管理表を作成するとともに、事業推進のためのプロジェクト推進会議を定期的に開催し、積極的な情報共有や対等の立場で意見交換を行いながら、事業を進めてきた状況が確認できます。

実施 評価点

評価点

また、団体が進める手法によって、前年度よりリーダー発掘や地域での広がりが進むとともに、担当課の働きかけにより、区の進めるしんじゅく 100 トレ等の他の施策との融合が実現しており、互いの有する専門性を発揮し、協働による相乗効果が表れる取組となっています。

区民への普及啓発事業や講習会等、いずれも当初の計画どおり事業を進めており、目標参加人数を大きく上回る実施状況や、関係諸機関との協働により、区内で行われるイベントへの参加等に繋がりができたことは、想定以上の効果が出たこととして評価できます。

一方、受講者からのフィードバックの反映や、地域行事(祭り、納涼会、防災訓練等)を切っ掛けとした普及啓発活動の基盤づくり等、今後を見据えた取組を進めていくことが必要です。また、幅広い年代への普及を考えた際に、小学校でのごっくん体操実施についても、食育や福祉教育などと合わせて行う工夫が必要であると考えます。

講座等の開催数や参加者数、ごっくんリーダー登録者数など、主要成果指標は 当初の目標を大幅に上回ることができました。

事業参加者に対するアンケートでは、講習会の内容の理解度や誤嚥予防に対する意識の変化等の効果測定も行われており、参加者から高い評価を得ている状況も確認できました。

講習が行われる現場も一様ではないため、会場の環境に合わせた対応を実施し、 参加しやすい環境の整備に努めたと評価できます。

結果 評価点 3

さらに、対象者の拡大に向け、デイサービスを支援している福祉職を対象に講習会を実施する等、元気高齢者だけでなく虚弱高齢者の参加を図る活動も行われています。

新宿区全体に対する効果となると、短期間では達成が困難な面もあるかもしれませんが、期待の持てる結果が示されたと評価します。

一方、新たに指標として設定した、体操の継続状況やごっくんリーダー認定後 の各リーダーの活動状況等、事業の実施結果について、十分に確認できていない 部分があります。

また、アンケート結果からは、男性参加者が極端に少ないことが示されており、 男性の本事業への参加を促すための工夫を行い、さらに多くの人に関心を持って もらうことが必要です。

これまでの事業の実施状況や評価の内容等を踏まえ、さらなる普及のため、CD の作成や歌詞幕を追加するなど、創意工夫がなされています。

また、定期的な講習会の実施を全区域的に行う検討に入ったことも事業改善の 視点から評価できます。ごっくん体操を講習会時だけのもので終わらせないため に、日常的に取り組める場を増やして行くことやごっくんリーダー自身の自主的 な活動を支援することで活動の場を広げ、その結果、継続的な取り組みが区内各 地域に広がりつつあることも評価できます。

改善

評価点

2

ヒアリングの際に指摘された参加者の女性への偏りや、ごっくんリーダーの活動状況の把握、講座参加・普及活動のインセンティブ設計など、今後の事業改善に向けての課題についても認識されている状況が確認できました。

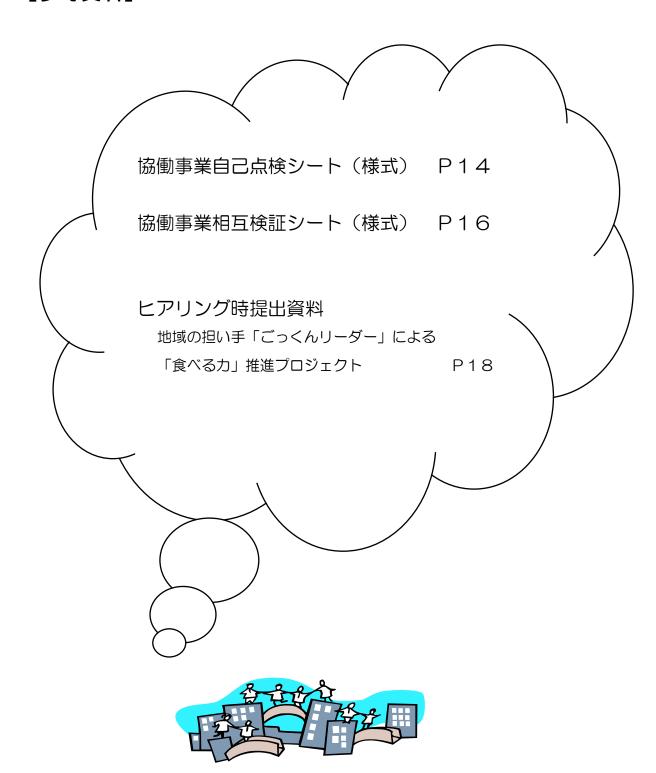
一方、過去2年の事業の参加者に対して、その後の「ごっくん体操」の取組状況を確認し、フォローアップする取組や、「3 結果」欄にも記載した、男性の参加者が極端に少ない中で、男性の参加者を増やす取組や男性に体操を行ってもらうための仕掛けづくりを実施していくことが必要です。

また、本事業が根付いていくためには、地域の中で活動する団体や区・社会福祉協議会等との交流・連携を一層重ねていくことも求められます。

さらに、今後、活動者に活動継続いただくためには「楽しい」「自分が必要とされている」と実感できるような活動内容の工夫が必要です。

健康分野での協働事業でもあり、3 年間で結果を出すのは難しい部分はあるものの、団体と区で知恵を出し合い、ヒアリングでの提案等も参考に更に改善を図る必要があります。

【参考資料】



《協働事業自己点検シート》2年目以降用

記入日		記入者		記入責任者		
		※どちら	らかをチェックしてください	氏 名:		
		団体	体 □ 区担当課 □	連絡先:		
事業名						
事業の実施者		団 体				
事未り夫 旭 有		担当課	1			

*事業の取組みを4段階で評価してください。

4 = 目標を越えて達成できた(十分に達成できた) 3 = 達成できた 2 = 一部課題はあるが、概ね達成できた 1 = 不十分であり、課題が残った

Ⅰ 協働事業の実施

(1) 事業の取組状況を評価してください。

	項 目		評	価	
Q1	年間スケジュールに沿った実施がなされたか。	4	3	2	1
Q2	お互いに対等な立場で意見交換を行い、情報共有を図れ たか。	4	3	2	1

上記項目の主な評価理由を記入してください。課題があった場合や達成できなかった場合の理由、 当初の計画を超えた成果があった場合は、その内容を記入してください。

(2)協働の効果を評価してください。

	項 目		評	価	
Q3	お互いの先駆性や専門性を活かした役割分担がなされた か。	4	3	2	1
Q4	協働の効果を発揮した事業実施がなされたか。	4	3	2	1

上記項目の主な評価理由を記入してください。課題があった場合や達成できなかった場合の理由、 当初の計画を超えた成果があった場合は、その内容を記入してください。

Ⅱ 協働事業の結果

現段階においての結果(見込み)を評価してください。

	項 目		評	価	
Q5	効果・成果の指標(効果を確認するための指標)は達成 可能か。	4	3	2	1
Q6	アンケート等により受益者の意見集約に努めたか。	4	3	2	1

上記項目の主な評価理由を記入してください。課題があった場合や達成できなかった場合の理由、 当初の計画を超えた成果があった場合は、その内容を記入してください。

Ⅲ 協働事業の効果・成果提案時に「期待される成果」としていた事項を評価してください。

	項 目		評	価	
Q7	区民や地域社会へ効果や成果が発揮できたか。	4	3	2	1
Q8	地域課題や社会的課題へ効果や成果が発揮できたか。	4	3	2	1

上記項目の主な評価理由を記入してください。課題があった場合や達成できなかった場合の理由、 当初の計画を超えた成果があった場合は、その内容を記入してください。

《協働事業相互検証シート》2年目以降用

名	
田	年 月 日
団体	・団体名:・記入責任者氏名:連絡先:
区担当課	・部署名:・記入責任者氏名:連絡先:
	や受益者の意見の把握
他にあ	らたって、どのような問題点や課題がありましたか。
	体

受益者からどのような意見がありましたか、要因はどのように考えていますか。

|| 課題の分析

上記Iで課題として挙げていた事項(受益者からの意見の中で課題として捉えているものも含む)の要因をどのように分析していますか。 ■ 計画	「
上記 I・ II を踏まえて、改善の方向性や改善策を記載してください。	上記 I で課題として挙げていた事項(受益者からの意見の中で課題として捉えているものも含む)の要因をどのように分析していますか。
上記Ⅰ・Ⅱを踏まえて、改善の方向性や改善策を記載してください。	
上記 I・ II を踏まえて、改善の方向性や改善策を記載してください。	
上記Ⅰ・Ⅱを踏まえて、改善の方向性や改善策を記載してください。	改善策の検討
●自由意見	
●目由意見	
	●目由意見

【実施状況内訳】

		実施日	会場	実施先・対象	参加	リータ゛ー登	備考
					人数	録者数	
区	そへ	9/29(土)	東新宿保健所	健康マルシェ*	18名		歯科医師会と連携
の報		10/21(日)	戸山スポーツセンター	大新宿まつり*	320名		歯科医師会と連携
啓	発	2/23(土)	新宿エコギャラリー	区民ギャラリーコンサート	80 名		リーダーと連携実施
	専	6/14(木)	区役所第二分庁舎	専門職対象講習会	68名	38名	医師講演
	門	1/7(月)	落合地域センター	専門職対応	43名	18名	医師講演
	職	1/21(月)	共創未来	デイネット	16名	13名	各デイで実施
担	対		(上落合静華庵)				
V	象	2/25(月)	BIZ	摂食嚥下研修会	98名		
手	合	6/20(水)	北新宿第二地域交流館	柏木・角筈地区	22 名	2名	継続取り組み中
0	同	10/15(月)	西新宿シニア活動館	柏木・角筈地区	31名	6名	継続取り組み中
育	地	11/30(金)	新宿地域交流館	大久保・若松地区	21 名	8名	継続取り組み中
成	区	1 /7(月)	落合地域センター	落合 1,2 地区、	10名	7名	医師講演
	講	再掲		夜間対応			
	習	2/15(金)	信濃町シニア活動館	四ツ谷地区	24名	11 名	継続取り組み中
	会	3/4(月)	北新宿生涯学習館	北新宿 3 町会・長寿会	28名	4名	
モ	担	5/28(月)	榎町地域センター	モデル地区	63名	29名	医師講演
デ	٧١	6/4(月)		2日間コース			継続取り組み中
ル	手			モデル地区			継続取り組み中
地	育	12/19(水)	戸塚地域センター	1日コース	45 名	29名	か匹がにはくり か丘◇グ 十
域	成			1 - /			
に	担	4/26(木)	百人町アパート集会場	介護予防ひふみ会	19名	追加1名	継続取り組み中
お	V	7/12(木)	榎町地域センター	日赤榎町分団	22名	7名	継続取り組み中
け	手	9/12(水)	早稲田南町地域交流館	館利用者、近隣区民	15 名	10名	継続取り組み中
る	自	10/1(月)	薬王寺ささえーる	館利用者、近隣区民	21 名	10名	継続取り組み中
取	主	6月~	地域集会場	若山の会	10名	登録済	継続取り組み中
組	活	6月~	地域集会場	シニアの会	6名	登録済	継続取り組み中
支	動	7月~	早稲田南町地域交流館	早南クラブ	40名	登録済	継続取り組み中
援	支	7月~	西早稲田地域交流館	グループふれあい	54名	登録済	継続取り組み中
	援	12/21(金)	西早稲田地域交流館	館利用者、近隣区民	39名	10名	継続取り組み中
			23 か所		1113名	216名**	
		<u> </u>					

^{*}ブース立ち寄り者のみカウント、体操 DVD 立ち見者多数

^{**}摂食嚥下機能検討会委員のリーダー登録者 13 名含む

事業案内リーフレットの配布先

【内訳】

配布先・イベント	配布枚数	備考
健康マルシェ	300	
大新宿まつり	500	
新宿エコギャラリー	100	
専門職対象講習会	250	区役所第二分庁舎、落合地域センター、BIZ 新宿(摂食嚥下研修会)
合同地区講習会	150	北新宿第二地域交流館、西新宿シニア活動 館、新宿地域交流館、信濃町シニア活動館、 北新宿生涯学習館
担い手の育成	120	榎町地域センター、戸塚地域センター
担い手自主活動支援	450	早稲田南町地域交流館等 9 ヵ所×50 部
その他関係機関等	1,000	歯科医師会、聖母病院、榎木町地域センター、 各種イベント等
合計	2,870	

【アンケート結果】

7月以降開催の同一アンケート調査を実施した9か所についての結果

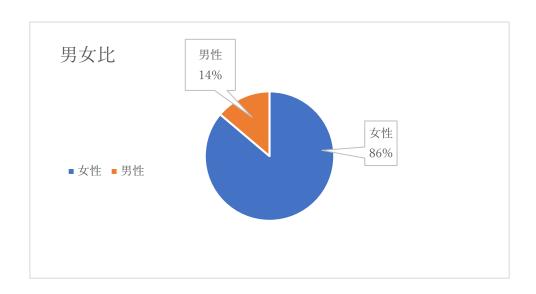
1. 参加者の構成

1-1)参加者数(開催施設・団体別)

開催施設	参加者数(名)	回収数(枚)	回収率(%)
薬王寺ささえ一る	21	21	100
戸塚地域センター	45	41	91
新宿地域交流館	21	21	100
西新宿シニア活動館	31	26	84
西早稲田地域交流館	39	34	87
早稲田南町地域交流館	15	15	100
日赤榎町分団	22	20	91
北新宿3丁目町会·長寿会	28	19	68
信濃町シニア活動館	24	24	100
総計	246	221	90

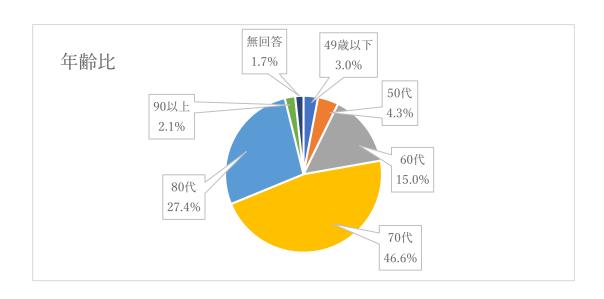
1-2) 参加者の男女比(n=246)

女性	212
男性	34
総計	246



1-3) 参加者の年齢比(n=221)

49 歳以下	7
50 代	10
60 代	35
70 代	103
80 代	57
90 以上	5
無回答	4
合計	221

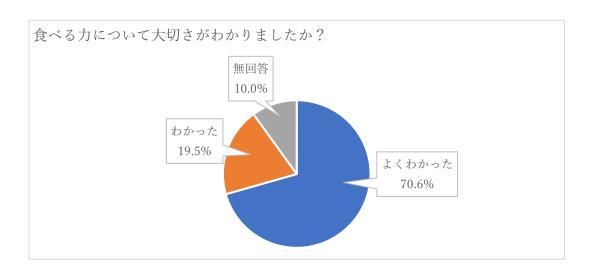


2. 活動に関する理解度、満足度

2-1) 食べる力 (摂食嚥下機能への理解や維持) について大切さがわかりましたか?(n=221)

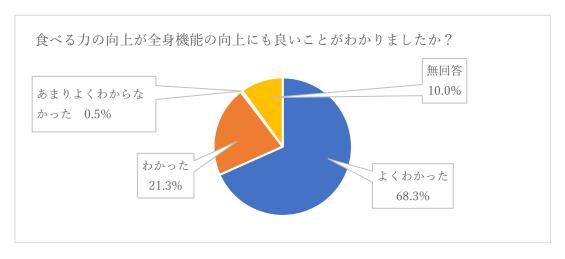
(名)

よくわかった	156
わかった	43
無回答	22
総計	221



2-2) 食べる力の向上が全身機能の向上にも良いことがわかりましたか?(n=221)

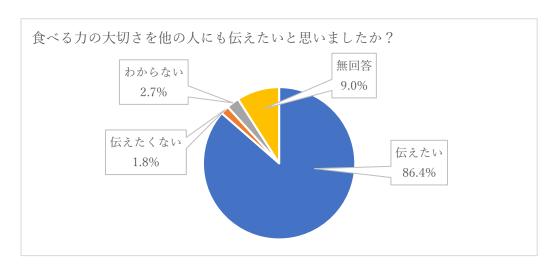
よくわかった	151
わかった	47
あまりよくわからなかった	1
無回答	22
総計	221



2-3) 食べる力の大切さを他の人にも伝えたいと思いましたか?(n=221)

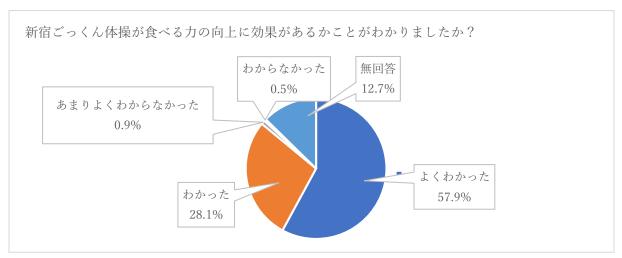
(名)

伝えたい	191
伝えたくない	4
わからない	6
無回答	20
総計	221



2-4) 新宿ごっくん体操が食べる力の向上に効果があるかことがわかりましたか?(n=221)

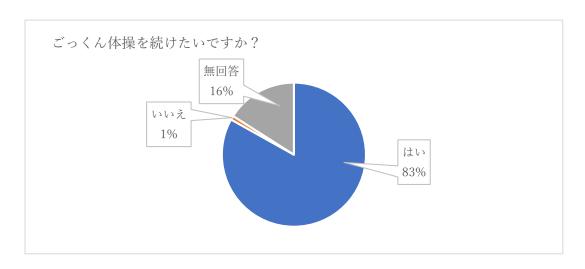
	\ H /
よくわかった	128
わかった	62
あまりよくわからなかった	2
わからなかった	1
無回答	28
総計	221



2-5) ごっくん体操を続けたいですか?(n=219)

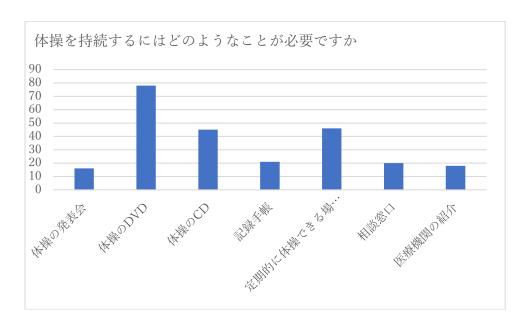
(名)

はい	182
いいえ	2
無回答	35
総計	219



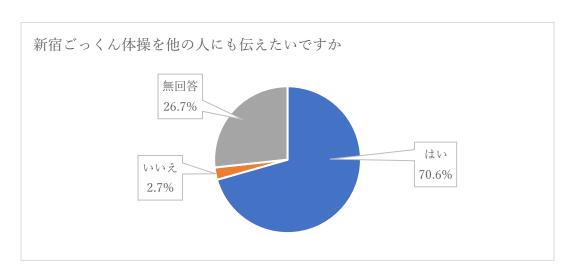
2-6) 体操を持続するにはどのようなことが必要ですか?複数回答あり (n=134)

	体操の 発表会	体操の DVD	体操の CD	記録手帳	定期的に 体操でき る場や集 まり	相談窓口	医療機関 の紹介
回答数(名)	16	78	45	21	46	20	18



2-7) 新宿ごっくん体操を他の人にも伝えたいですか(n=221)

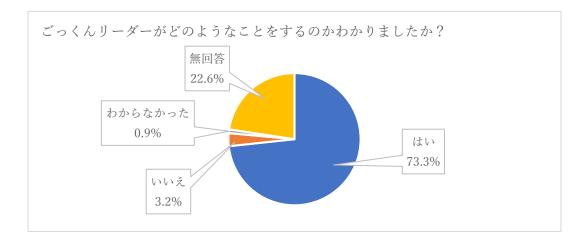
はい	156
いいえ	6
無回答	59
総計	221



3. ごっくんリーダーについて

3-1) ごっくんリーダーがどのようなことをするのかわかりましたか?(n=221) (名)

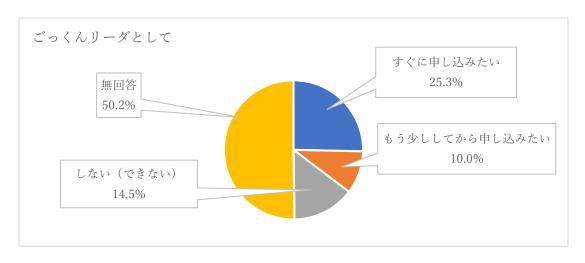
はい	162
いいえ	7
わからなかった	2
無回答	50
総計	221



3-2) ごっくんリーダとして申し込みを希望するか (n=221)

すぐに申し込みたい	56
もう少ししてから申し込みたい	22
しない(できない)	32
無回答	111
総計	221

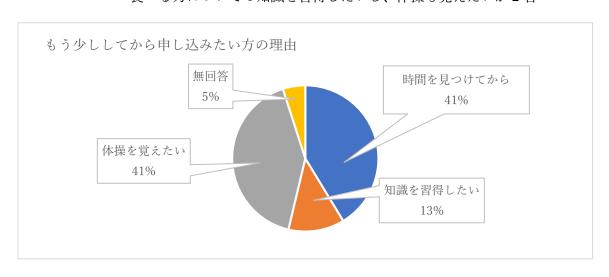
(名)



3-2) -1 もう少ししてから申し込みたい方の理由 (n=22)

(名) 時間を見つけてから 10 3* 食べる力についての知識を習得したい 体操を覚えたい 10* 無回答 1 総計 22

*食べる力についての知識を習得したいし、体操も覚えたいが2名



参加者の声(記載されたもの全て)

*戸塚地域センター

- ・家族に口腔マッサージを共有したい。食べることは生きること、いつまでも元気ですごしてもらいたい ので早速一緒にやってみたい
- ・とてもわかりやすく説明が良かったです。ちょっとスピードについていけませんでしたが続ければ覚えられると思います。(男性 71 歳)
- ・健康であることの基本的なところが良くわかった(男性68歳)
- ・楽しく健康維持ができるよう日常生活の中でできることが良いと思いました。
- ・ごっくんの大切さを感じました。
- ・口腔内の大切なことが十分わかりました。ありがとうございました。
- ・まだ自分には不自由を感じていないが、将来への備えとして。また周囲の方への配慮として大切さを伝 えていきたい
- ・わかりやすい話でよく分かりました(男性68歳)
- ・とても話が分かりやすく、私も口から食べることの大切さや予防を伝えられるようになりたいとおもいました。歌と体操を実際にやってみてとても楽しかったので、職場で実際にやってみたいと思います。
- ・職員の説明がわかりやすくてよい。パワーポイントのポインターがあるといい
- ・もう一回ごっくん体操をしてほしかった

* 西早稲田地域交流館

- 大変わかりやすかったです
- ・よくわかった (嚥下について)
- ・楽しくできる体操なのでサークルでしてみたいと思いました
- 素晴らしかった
- 参考にしたい
- ・新宿地域交流館に行った。ビデオもらった。
- ・専門家に正しい内容を聞くことがよい
- ・初めてですのでもっと参加して分かってからでよろしいです。

*西新宿シニア活動館

- ・とても勉強になりました。ぜひ毎日やりたい
- ・大変わかりやすく、実施できるとおもいました。しっかり継続したいと思います。(男性78歳)
- ・身体が軽くなりました。また、暖かくなりました。
- ・大変参考になり、噛むことの大切さがよくわかりました。
- ・わかりやすい話ありがとうございました。
- ・ごっくん体操はじめて経験しました。自宅でもやってみようと思います。
- ・体操はいろいろしていますが、今日のは新しいのがありました。
- ・口腔がんのため食べる力は大切だと思った
- ・まあまあよかった(ほかの体操をしている)

*薬王寺ささえーる

参加して良かったとおもう

- ・全体に良いことと充分わかりました。
- ・飲み込みの体操か?位の意識でした。来てよかったです。
- ・ごっくん、はじめて聞きました。これからもっともっとおけいこして勉強習得したいです。ありがとう ございました。
- ・常に心掛けるようにやりたいと思います。
- ・嚥下仕組みがよくわかりました。人間の構造がよくわかりました。
- ・いきいき体操のボランティアをしているので教室の方に教えたい
- ・いきいき体操と共に出来たらいいと思います。
- ・今続いている体操グループの中で話し合えたらいいなあと思いました。代表の方に相談したいと思いました。
- ・自分の口が渇いてつばがでない。入れ歯が厚い。医科歯科大にも行ったがうまく治らない (男性 80 代) →担当課がその場で対応

*新宿地域交流館

- ・大変よいお話で良かったと思います。
- ・わかっているようで、わからないことがあることがわかった(男性81歳)
- ・体のこと大切と改め思わされた。ほかの方々へ伝えたいです(男性71歳)
- ・嚥肺炎予防の大切さ
- ・高齢の親に教えたい
- ・口の動きがわるくなったから

*早稲田南町地域交流館

- ・先生の説明が分かり易く口から食べることの大切さがわかりました
- ・一人暮らしなので参考になった。(男性89歳)
- とってもいいお話でよかったです。
- ・分かり易い説明会でよかった。
- ・良かった

*日赤榎町分団

- ・とても分かり易いお話でした。このような体操が日本全国で実施されると良いですね。 大変参考になりました。
- ・お話を聞けて参加してよかったです。
- ・大変勉強になりました。とても大事なことだと思います。もっと学んで家族友人につたえたい。
- ・直ぐに役に立つので大変よかったと思いました。多くの方に知ってほしいです。
- ・お話を聞けて参加してよかったです。
- ・事務局です。大変参考になる講習ありがとうございました。今日教わったことを家族に教えたいと思いました。(施設職員)

*北新宿3丁目町会長寿会

- ・大変勉強になりました。
- ・参加してたいへんよかった。
- ・大変分かり易いお話でよかったです。

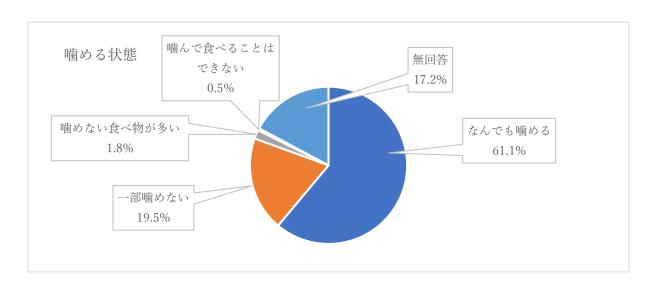
- ・簡単に覚えられた。今までの考えより深くなりました。
- ・参加させて頂きありがとうございました。非常に参考になりました。心して日々参考にして行動する所存です。
- ・嚥下機能の鍛え方、重要性を再確認できました。ごっくん体操を習慣化できる場として協力できればと 思います。
- ・今日体操して良かったです
- ・初めての体操でただ驚きでした
- ・体操を覚えること
- ・日頃運動をしていないので疲れた
- ・どうして男性がいないのだろう。他の体操も・・・。(男性 73 歳)

[高齢者の実態把握]

1. 噛める状態(n=221)

(名)

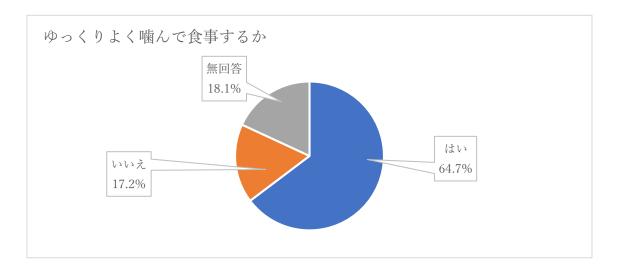
なんでも噛める	135
一部噛めない	43
噛めない食べ物が多い	4
噛んで食べることはできない	1
無回答	38
総計	221



2. ゆっくりよく噛んで食事するか(n=221)

(名)

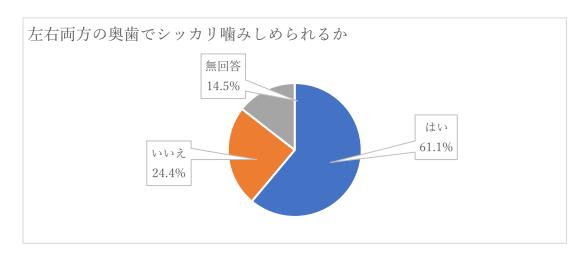
はい	143
いいえ	38
無回答	40
総計	221



3. 左右両方の奥歯でシッカリ噛みしめられるか(n=221)

はい	135
いいえ	54
無回答	32
総計	221

(名)

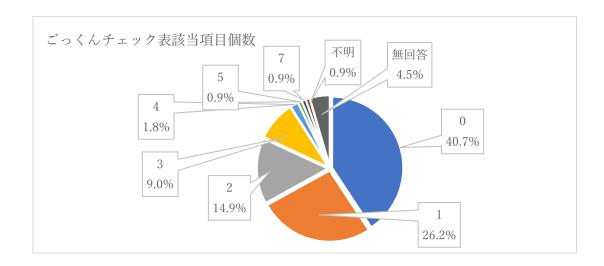


4. ごっくんチェック表による摂食嚥下機能について

4-1) ごっくんチェック表 該当個数(n=221)

11) 0 2 (70) 4 7 7 3 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	
0	90
1	58
2	33
3	20
4	4
5	2
7	2
不明	2
無回答	10
総計	221

(名)



4-2) 一つ以上チェックがあった方 (119名) の自覚症状 複数回答あり (n=119)

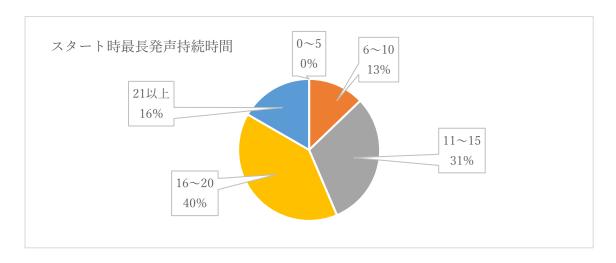
	ー年以内に 肺炎と診断 されたことが ある	6 か月間で 2~3kg以 上の体重の 減少があっ た	お茶や汁 物等でむ せること がある	のどに食 べ物が残 る感じが する	食べるの が遅くな った	半年前に 比べて硬 いものが 食べにく い	ロの渇き が気にな る
回答数(名)	4	19	58	13	31	34	51
回答者の割合	3.3%	15.4%	47.2%	10.6%	25.2%	27.6%	41.5%

ごっくんチャック表でひとつでも該当する方が 54%と半数以上、その内の 51%、約半数(61 名)が 2 つ以上該当していた。

5. 全体における体操前後の発声持続時間(秒) (n=221)

スタート時最長発声持続時間(秒)	回答者数(名)
0~5	0
6~10	20
11~15	48
16~20	62
21 以上	26
無回答	65

*回答者のスタート時最長発声持続時間の内訳 (n=156)

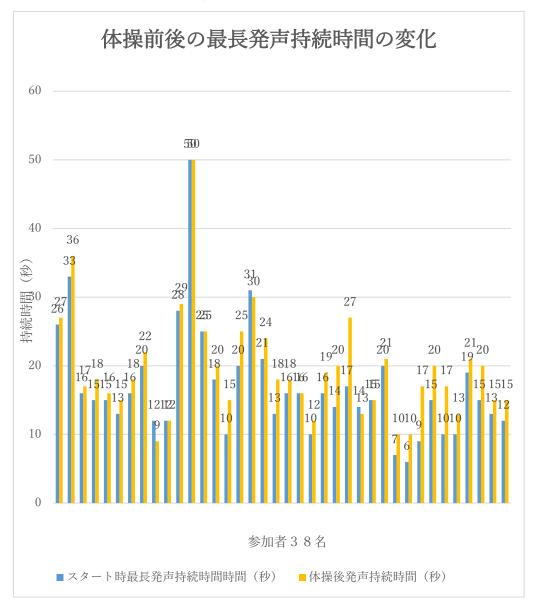


平均値 15 秒を下回る方が 44%と半数近くであり、その内 10 秒以下の明らかに機能の衰えが認められる方が全体の 13%であった。

体操前後の持続時間の変化(体操の前後で計測できた方(n=38))

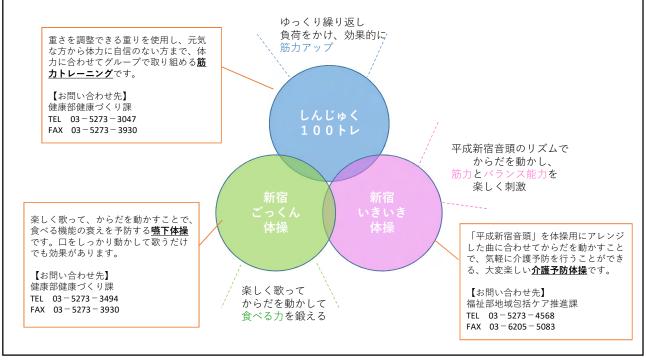
- ・スタート時最長発声持続の平均時間 17.0 (秒)
- ・体操後発声持続の平均時間 19.6 (秒)
- ・体操前後の持続時間差+2.6 (秒)

計測した方全員の体操後最長発声持続時間が伸びていた。



新宿区オリジナル 3つの体操・トレーニング

新宿区では、シニア世代向けに3つの体操・トレーニングを作成しています。それぞれ効果が違うので、鍛えたい内容にあわせてチャレンジ!3つ一緒に行うと、フレイル予防にトータルで取り組めます。



楽しく歌って、動かして、 食べる幸せいつまでも

新宿区では、「新宿ごっくん体操のうた」を作りました。 みんなで、一緒に楽しく歌ったり、からだを動かして、食べる力を鍛えましょう。

「新宿ごっくん体操のうた」に隠された7つの秘密

- 1 旋律に合わせて丁寧に歌うと、のどを使う練習に
- 2 9文字の長いフレーズを歌って、痰を出す力の強化に
- 3 新宿の名所・旧跡の中でも、口の動きによい歌詞が満載
- 4 「パタカラ」の発音で、食べ物を送り込む力の維持・向上
- 5 肩甲骨をリラックスさせて姿勢が改善
- 6 胸郭のストレッチで肺活量がアップ
- 7座って行っても、呼吸筋が強化



色とりどりの道 ~ 新宿ごっくん体操のうた ~

<前奏>

<mark>パッパッパッパッ パパ パッパパー</mark> パッ パパパ パーパッ パッパパー

1.

桜ひらひら うつる神田川 緑きらきら 新宿御苑 あなたの(あなたの)えがおが(えがおが) 街のたからものさ 色とりどりの道

2.

漱石山房 おとめ山公園 文化ひろがる にぎわいの街 かつやく(かつやく)かがやく(かがやく) 街がたからものさ 色とりどりの道 変わらない きらめき (変わらない きらめき) 忘れない ときめき

<間奏>

3.

粋な街並み キラリ神楽坂 鉄砲隊の 大久保つつじ なつかしい想い出 かがやき続けてる 色とりどりの道 パッパッパッパッパッパ 色とりどりの道

みなさん、やってみましょう!! 歌うとロが元気になる 新宿ごつくん体操



り 飲み込む時に使う筋肉をリラックスさせる

肩の上げ下げ運動

肩を上げて、力を抜いて落とす×4回



1番桜ひらひらうつる神田川2番漱石山房おとめ山公園3番粋な街並みキラリ神楽坂



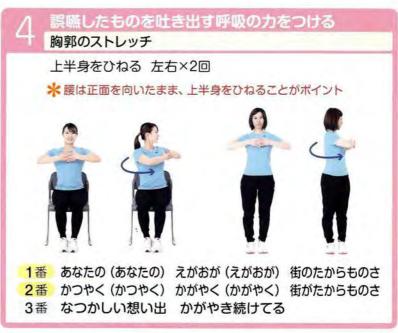
2番 色とりどりの道



















*無理をせず、 できる範囲で 行うように してください。



「パタカラ」の発音を多く取り入れた理由

口の体操では、よく「パタカラ」という発音を練習します。

飲み込むときには唇をしっかり閉じて、あごを閉じて、そして、舌を上あごにしっかりつけて、食べるものをうしろに送り込みます。

「パタカラ」を発音練習することは、この送り込みの力を維持することにつながります。

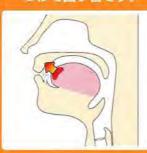


唇を閉じている ところから、 息を強く出す音です。



「**夕**」は、

舌の先を 上の歯のすぐ後ろに つけて出す音です。



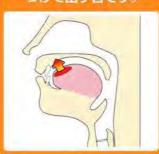
「力」は、

舌の奥の方を 上あごにつけて 出す音です。



「ラ」は、

「タ」 のときより 少し後ろの方に、 舌の先を つけて出す音です。



歌い方のポイント

1. 母音と子音を丁寧に、ハッキリ発音するようにしましょう

口の体操は「パタカラ」だけではありません。「い」や「え」のように口を横に広げたり、「う」や「お」のように唇を丸めて突き出す動きが大切です。そのため「色とりどりのみち」のように、交互に口を動かす言葉が重要なのです。

また、子音も大切で「さくらひらひら」、「うつるかんだがわ」のような歌詞を、舌をしっかり使って丁寧に発音しましょう。

2. とぎれずに歌いましょう

言葉を切らずに続けて発音できるように、長く息を出す練習をすることが重要です。 「街がたからものさ」のように9文字程度の長い言葉をたくさん取り入れて、一息できれいに歌う練習ができるように考えてあります。

長い言葉を歌うコツは、遠くの方の 1 カ所に声を届けるイメージで歌うことです。

楽曲提供 :石川晃士郎(東京音楽大学)

監修・指導:国立国際医療研究センター病院 リハビリテーション科 診療医長 藤谷順子

新宿区協働事業提案制度実施事業

地域の担い手「ごっくんリーダー」による「食べる力」推進プロジェクト

体操開発チーム

協力 :新宿区摂食嚥下機能支援検討会

(座長 慶應義塾大学リハビリテーション医学教室教授 里宇明元)

企画・制作:新宿区健康部健康づくり課/特定非営利活動法人メディカルケア協会



新宿区健康部健康づくり課 新宿区新宿 5-18-21 TEL (5273) 3494 / FAX (5273) 3930



楽しく歌って、動かして、食べる幸せいつまでも

「色とりどりの道」 **〜新宿ごっくん体操のうた**〜

歌うと口が元気になる 新宿区のオリジナルの歌と体操を作りました

「新宿ごっくん体操のうた」に隠された7つの秘密

- 1 旋律に合わせて丁寧に歌うと、のどを使う練習に
- 2 9文字の長いフレーズを歌って、痰を出す力の強化に
- 3 新宿の名所・旧跡の中でも、口の動きによい歌詞が満載
- 4 「パタカラ」の発音で、食べ物を送り込む力の維持・向上
- 5 肩甲骨をリラックスさせて姿勢が改善
- 6 胸郭のストレッチで肺活量がアップ
- 7座って行っても、呼吸筋が強化

知らないうちに 「食べること」 「飲み込むこと」を トレーニング できます



色とりどりの道 ~新宿ごっくん体操のうた~

<前奏>

パッパッパッパッ パパ パッパパー パッ パパパ パーパッ パッパパー

1.

桜ひらひら うつる神田川 緑きらきら 新宿御苑 あなたの(あなたの)えがおが(えがおが) 街のたからものさ 色とりどりの道

2.

漱石山房 おとめ山公園 文化ひろがる にぎわいの街 かつやく(かつやく)かがやく(かがやく) 街がたからものさ 色とりどりの道 変わらない きらめき (変わらない きらめき) 忘れない ときめき

< 間 奏 >

ラーラーラーラー ラーララー (ハッ ハッ ウーアー) ラーラーラーラーラー ラーララー (ハッ ハッ ウーアー) パタカラ パタカラ パタカラ パタカラ パタカラ パタカラ

3.

粋な街並み キラリ神楽坂 鉄砲隊の 大久保つつじ なつかしい想い出 かがやき続けてる 色とりどりの道 パッパッパッパッパッパ 色とりどりの道

食べる機能の衰えを"予防"しましょう

食べることは、日頃あまり意識せず、当たり前のように行っていますが、年齢を重ねていくと、手足の筋肉が衰えるのと同じように、食べる機能(摂食嚥下機能)も徐々に衰えていきます。特に、口や喉、胸の周りの筋肉をあまり使わなくなると、さらに食べる機能が弱くなったり、誤嚥した食べ物を吐き出しにくくなり、肺炎などを起こしやすくなります。

このたび、新宿区では、食べる機能の衰えを予防できるように、オリジナルの「新宿ごっくん体操」を作成しました。このうたと体操には、食べる機能の維持に効果のある言葉や動きがたくさん取り入れられています。

歌うだけでも、カラダを動かすだけでもよいので、日々の生活の中で楽しみながら実践していくことが大切です。

ぜひ皆さんで、このうたと体操を覚えて、いつでもどこでも行ってみてください。

あなたも「ごつくんリーダー」になりませんか?

食べる機能を維持することの大切さを知り、「新宿ごっくん体操」を普及してくださる方を、「ごっくんリーダー」として募集しています。「ごっくんリーダー」には、特別な資格は必要ありません。区やメディカルケア協会が行う講習会に参加して、食べる機能の大切さを学んでいただき、活動しているグループなどご自身のまわりに普及していただける方なら誰でもリーダーになれます。

「ごっくんリーダー」に登録していただいた方には、専門家の丁寧な解説の付いた「色とりどりの道〜新宿ごっくん体操のうた〜」のDVDを進呈いたします。あなたのご参加をお待ちしています。

新宿ごつくん体操をグループの活動に取り入れたい方、ご関心のある方など、 下記の問い合わせ先まで、お気軽にご連絡ください。

<お問い合わせ先>

新宿区健康部健康づくり課 TEL (**5273**) **3494** / FAX (**5273**) **3930** 特定非営利活動法人メディカルケア協会 info@engechan.com

色とりどりの道~新宿区ごつくん体操のうた~

楽曲提供 石川晃士郎(東京音楽大学)

監修・指導 国立国際医療研究センター病院リハビリテーション科診療医長 藤谷順子

新宿区協働事業提案制度実施事業

地域の担い手「ごっくんリーダー」による「食べる力」推進プロジェクト

体操開発チーム

協力 新宿区摂食嚥下機能支援検討会

(座長 慶應義塾大学リハビリテーション医学教室教授 里宇明元)

企画・制作 新宿区

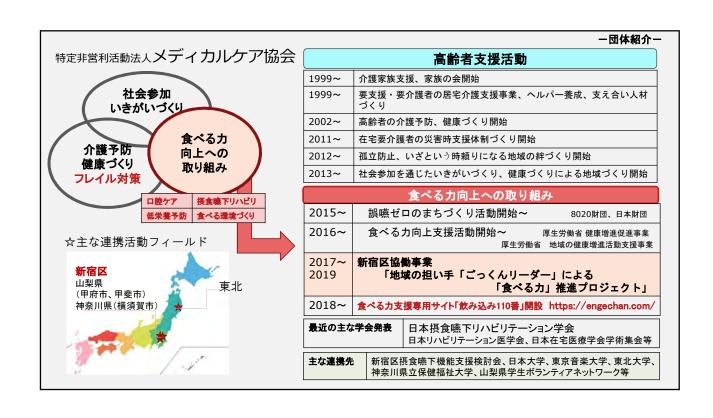
特定非営利活動法人メディカルケア協会





本日の内容

- I. 事業概要
 - I-1 事業の背景と必要性
 - I-2 事業の目的と内容
 - I-3 ごっくんリーダーとは?
 - I-4 事業スケジュールと実績
- Ⅱ. 活動報告
 - Ⅱ-1 活動の様子と参加者の声
 - Ⅱ-2 楽しく続けていくための啓発ツールの紹介
 - Ⅱ-3 ごっくんリーダーの活動紹介
- Ⅲ 色とりどりの道~新宿ごっくん体操~の紹介
- IV まとめ



I. 事業概要

I-1 事業の背景と必要性

最近、こんな症状を感じていませんか?

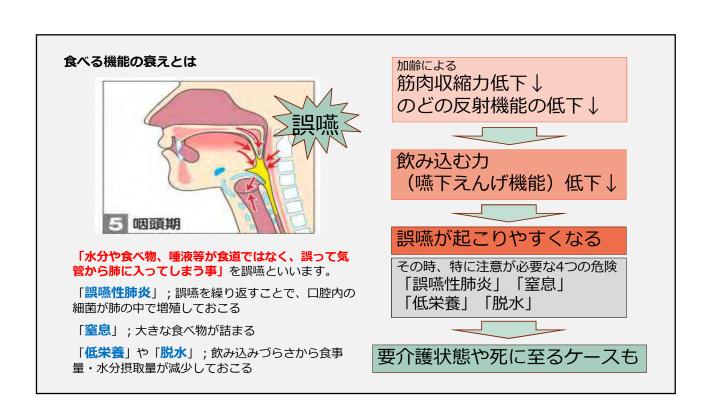
- □お茶や汁物等でむせることがありますか?
- □のどに食べ物が残る感じがしますか?
- □半年前に比べて硬いものが食べにくくなりましたか?
- □口の渇きが気になりますか? ・・・・

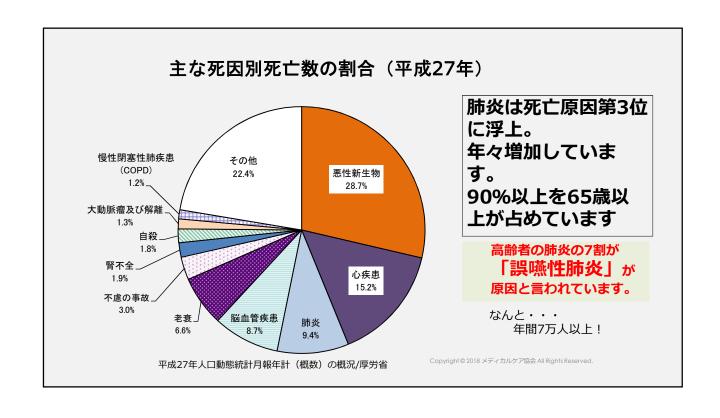
○がひとつでもあれば、食べる機能、飲み込む機能が衰えているかも・・・ かかりつけ医などに相談しましょう。

新宿区ごっくんプロジェクト「ごっくんチェック表」からの抜粋

Copyright © 2018 メディカルケア協会 All Rights Reserved.

ごっくんチェック表による自覚症状(60歳以上自立) 参加者へのアンケート結果より抜粋 「ごっくんチェック表」の項目 7割の方が一つ以上にチェック *1年以内に肺炎と診断されたことがある *6ヵ月間で2~3kg以上の体重の減少があった *お茶や汁物等でむせることがある 肺炎 4 96 *のどに食べ物が残る感じがする *食べるのが遅くなった 体重減少 90 * 半年前に比べて硬いものが食べにくい *口の渇きが気になる 74 むせる 残る感じ 83 年齡比 60歳代 遅い 72 90歳代 11% 食べにくい 62 渇きやすい 56% 44% 70歳代 80歳代 28% 55% 0% 20% 40% 60% 80% 100% ■はい ■いいえ 有効アンケート実施総253名、60歳以上の回答者183名 (アンケート回収率93%)





加齢に伴い、手足の筋肉が衰えるのと同じように、食べる機能も徐々に衰えてきます だからこそ・・・

食べる機能の衰えを予防し、 兆候には早めに気づいて、 対応することが大切です

I-2 事業の目的と内容

食べる機能の重要性を周知し、機能を維持していくことが必要



「地域の担い手「ごっくんリーダー」による「食べる力」推進プロジェクト

- 目的
- ◇食べる機能を鍛えることに日常的に取り組むことの大切さを区民に普及啓発すること
- ◇普及啓発の担い手となる地域人材・リーダーを育成し、皆で継続的に維持向上に取り組める場作り
- ◇食べる機能維持向上、高リスク者の早期発見や周囲の気づきにつながる知識、予防法等を 普及啓発すること

内容

食べる機能の維持向上を楽しく続けていくためのツールの開発 (新宿ごっくん体操、DVD、解説パンフレットなど)



普及啓発活動を推進する担い手(ごっくんリーダー)の育成

- *食べる機能の維持向上の大切さの周知
- *区民自身が主体的かつ継続 的に食べる機能を鍛えて、 衰え予防
- *潜在的な高リスク者の発見

I-3 ごっくんリーダーとは?

- ○食べる機能を維持することの大切さを知り、「新宿ごっくん体操」を普及してくださる方を 「ごつくんリーダー」として募集します。
- ○「ごつくんリーダー」には、特別な資格は必要ありません。
- ○区やメディカルケア協会が行う講習会に参加して、食べる機能の大切さを学んでいただき、 ご自分が活動しているグループなどを通してまわりの方に伝えて、広めていただける方な ら、

誰でもリーダーになれます。

○「ごっくんリーダー」に登録していただいた方には、専門家の丁寧な解説の付いた 「色とりどりの道~新宿ごっくん体操のうた~」のDVDを進呈いたします。

新宿ごつくん体操講習会に参加 〉 リーダー登録

DVD進呈

日常生活に体操を 取り入れてグループや友 人、仲間といっしょに みんなで楽しく続けよう♪

- *普及啓発活動
- *自主的に定期的に継続する

*各地区ごとに講習会を実施

*「食べる機能の維持向上の重要性」や 「体操の効果」についての知識を学び、 体操を習得する



I-4 事業スケジュールと実績

2017年度

区民への普及啓発

啓発イベント2回(参加者約260名) 食べる力健康教育、セルフチェック、 嚥下体操、相談コーナーなど

普及啓発活動を推進す る担い手(ごっくん) リーダー)の育成:後 期高齢者が多く集う場、 グループ対象

- ・育成講座(13か所)(参加者383名)
- ・「ごっくんリーダーの集い」(1回)

楽しく続けていくため の啓発ツールの開発 色とりどりの道 ~新宿ごっくん体操~

DVD、解説パンフ等

2018年度

区民への普及啓発

啓発イベント3回(参加者418名) 大新宿まつり等、歯科医師会や ごっくんリーダーと連携して実施

普及啓発活動を推進す る担い手(ごっくん リーダー)の育成とモ デル地域での浸透

- ・榎町地区、戸塚地区での取り組 み支援
- •育成講座(20か所)(参加者695名) ごっくんリーダー216名

楽しく続けていくための 啓発ツールの開発と活用

- ·CD、歌詞幕(汎用性♪)
- ・リーダー手帖、リ-・のぼり等

11 2019年度

区民への普及啓発

各地区への浸透及び 活動を推進する担い 手(ごっくんリー ダー)の育成:全区 展開、定期講習会開催

ごつくん体操みんなの 集い(仮称)の開催

啓発活動を推進するた めの積極的な広報

楽しく続けていくため の啓発ツールの活用

取り組み基盤が整う

- ・「ごつくんリーダー」増 ナ ナ ・「ごつくんリーダー」の活躍 の場が拡大ノノ
- ・新宿ごつくん体操、食べる 力の認知度プク
- ・地域活動・地域行事等や、 日々の生活に体操や活動 が浸透

☆住民同士の摂食嚥下機 能支援活動をきっかけに 地域の絆が深まる ☆生涯にわたって「口か らたべることができる」 まちづくりが進む

食べる力の維持向上

47

Ⅱ. 活動報告

2017年~2018年の2年間で

- ・啓発イベント;5回 約680名
- ・講習会;33か所 1078名
- ・ごっくんリーダー登録者;216名
- ・継続取り組み中;13か所以上 300名以上

Ⅱ-1 活動の様子



参加者の声

むせても気にしていなかったが、重要性がよくわかった。 体操を覚えて口やのどを鍛えていきたい。

食べる機能が衰えることを知らなかったが、わかりやすく お話し頂き、大変ためになった。周りの方に伝えます。

訓練だと続けられないが、この体操なら楽しいので続けられそう。覚えて続けたい。

直ぐに役に立つので大変よかったと思いました。多くの方 に知ってほしいです。

会食会で早速、体操を取り入れたいと思います。

うちのグループにも是非来てほしい。

ごっくんリーダーに関心がある。自分のためにもなるし、 人の役に立てれば嬉しい。できることは手伝います。

Ⅱ-1 活動の様子



新宿ごっくん体操に対するヒヤリングの声:

とても良い曲、一度聞くと耳に残る。

新宿の名所や旧跡が歌詞に入っていて親しみがわ き、覚えやすい。

テンポもリズムもちょうどよい。



初めてでも簡単についていけたので、楽しくできた。

歌うだけでも体操の効果があるのが素晴らしい。

どこでもできるし良いと思います。教えて頂いたように 丁寧にしっかり歌って鍛えます。

Ⅱ-1 活動の様子

アンケート結果より

(n=221名)

1. 食べる力 (摂食嚥下機能への理解や維持) について大切さがわかりましたか?	わかった	90.1%
2. 食べる力の向上が全身機能の向上にもよい ことがわかりましたか?	わかった	89.6%
3. 食べる力の大切さを他の人にも伝えたいと 思いましたか?	はい	88.2%
4. 新宿ごっくん体操が食べる力の向上に効果 があることがわかりましたか?	わかった	86.0%
5. 新宿ごっくん体操を続けたいですか?	はい	83.0%
6. 新宿ごっくん体操を他の人にも伝えたいですか	はい	70.6%
7. ごっくんリーダーがどのようなことをするのか わかりましたか?	はい	73.3%
8. ごっくんリーダとして申し込みを希望するか?	すぐに申し込みたい もう少ししてから申し込みたい	25.3% 10.0%

(9か所246名に施行、回収率90%)



Ⅱ-3 ごっくんリーダーによる 活動紹介

Ⅲ 色とりどりの道~新宿ごつくん体操~の紹介

色とりどりの道 ~ 新宿ごっくん体操のうた ~

<前奏>

1.

桜ひらひら うつる神田川 縁きらきら 新宿御苑 あなたの (あなたの) えがおが (えがおが)

あなたの (あなたの) えがおが (えがおが) 街のたからものさ 色とりどりの道

2

漱石山房 おとめ山公園 文化ひろがる にぎわいの街 かつやく (かつやく) かがやく (かがやく) 街がたからものさ 色とりどりの道 変わらない きらめき (変わらない きらめき) 忘れない ときめき

< 11 4 >

ラーラーラーラー ラーララー (ハッ ハッ ウーアー) ラーラーラーラーラー ラーララー

(ハッ ハッ ウーアー) バタカラ バタカラ バタカラ バタカラ バタカラ

.

粋な街並み キラリ神楽坂 鉄砲隊の 大久保つつじ

なつかしい想い出 かがやき続けてる 色とりどりの道 バッバッバッバッバッバッバ

色とりどりの道

「新をこっくん学員のうた」に見された7つの秘密

旋律に合わせて丁寧に歌うと、のどを使う練習に

2 9文字の長いフレーズを歌って、痰を出す力の強化に

3 新看の名所・旧跡の中でも、口の動きによい歌詞が満載

4「バタカラ」の発音で、食べ物を送り込む力の維持・向上

5 肩甲骨をリラックスさせて姿勢が改善

6 鉤郭のストレッチで肺活量がアップ

7座って行っても、呼吸筋が強化

楽曲提供 石川晃士郎 (東京音楽大学)

監修・指導 国立国際医療研究センター病院リハビリテーション科診療医長藤谷順子

新宿区協働事業提案制度実施事業

地域の担い手「ごっくんリーダー」による「食べる力」推進プロジェクト

体操開発チーム

協力 新宿区摂食嚥下機能支援検討会

(座長 慶應義塾大学リハビリテーション医学教室教授 里宇明元)

企画·制作 新宿区

特定非営利活動法人メディカルケア協会

IV まとめ

新宿ごっくん体操で楽しく歌って、動かして、 みんなで食べる力を鍛えましょう!

- ☆歌としていい歌を作りたい
- ☆新宿の良さをしみじみ思える歌詞にしたい
- ☆高齢者の皆さんへのリスペクトを込めて!
- ☆歌いながらできる体操
- ☆カラダの体操をしなくても歌うだけでも身体に良い

- ◎丁寧に続けることが大事
- ◎この知識を日常生活にぜひ取り入れて!

Copyright © 2018 メディカルケア協会 All Rights Reserved.

食べる機能の大切さをみんなに伝えて、 あなたも私も「ごっくんリーダー」!

食べる楽しみがずっと続いていきますように、 あなたの食べる力・飲み込む力の維持向上を応援しま す

食べる機能応援サイト: 飲み込み110番 https://engechan.com

Copyright © 2018 メディカルケア協会 All Rights Reserved.

令和元年度 新宿区協働事業評価報告書(実施3年目)

令和元年9月発行

印刷物作成番号 2019-9-2601

編集・発行 新宿区地域振興部地域コミュニティ課管理係 東京都新宿区歌舞伎町一丁目4番1号 電話 03-5273-3872

この冊子は、森林資源の保護とリサイクルの促進のため、 古紙を利用した再生紙を使用しています。