

（午後1時00分 再開）

○議長（土井裕美子君） それでは、休憩前に引き続き会議を開きます。

日程に従い、一般質問を行います。

順番10、1番 岡本さん。

〔1番（岡本安弘君）登壇〕

○1番（岡本安弘君） 皆さん、こんにちは。お昼のトップバッターでございます。お昼ご飯もしっかりおいしく頂いてしまいまして、眠気に負けずにしっかりと質問していきたいと思っておりますので、よろしく願いいたします。

それでは、議長のお許しをいただきましたので、通告に従いまして一般質問を始めさせていただきます。

新型コロナウイルス感染予防対策を行いながらの高齢福祉事業について、お伺いいたします。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、政府は国民に向けて外出やイベントの自粛を広く要請してきました。海外では外出禁止となった国もあり、特に重症化しやすいとされている高齢者に対しては、不要不急の外出をしないように求めています。政府の専門家会議の見解によると、1、換気の悪い密閉空間、2、多数の人が密集、3、近距離での会話や発声が行われる密接場所、以上の三つの条件が重なったときに感染リスクが高まり、そのため高齢者向けのイベント等も軒並み延期・中止となり、日課の散歩や買物、友人との外食などを自粛している高齢者も多いのではないのでしょうか。

しかし、新型コロナウイルス感染症への対応が長期化する中、様々な活動の自粛による生活のリズムの変化や、運動不足による健康被害が懸念されています。高齢者や基礎疾患

がある人は、感染症が重症化しやすいと言われており、感染をおそれるあまり外出を控え過ぎる生活不活発による健康への影響が危惧されています。ずっと家に閉じ籠もって一日中テレビを見て過ごしたり、人との会話が少ない日が続くと、身体や頭の動きが低下し、歩くことや生活動作が行いにくくなります。この状態をフレイルと言い、身体の回復力や抵抗力が低下し、疲れやすさが改善しにくくなります。

フレイルは本来、新型コロナウイルスと直接関係のない概念ですが、自宅で籠もりきりという生活が長期化すると、活動量が低下し、筋力も衰え、疲れやすくなります。その結果、さらに肺活量が低下するという負のスパイラルに陥ってしまいます。また、活動量が低下すると空腹になりづらく、食事や水分摂取も減り、低栄養状態を招くこともあります。こうした身体機能の低下は、行動意欲や認知機能の低下にもつながると言われており、何もする気が起きずベットで横になる時間が増えるということは、要介護状態に近づくということの意味しています。

そこでお伺いいたします。高齢福祉事業の中で、サロン事業、いきいき百歳体操、げんきらりー教室等の現状はどうなっていますか。

以上、壇上からの質問を終わらせていただきます。明確なご答弁をよろしくお願いいたします。

○議長（土井裕美子君） 1番 岡本さんの質問、新型コロナウイルス感染予防対策を行いながらの高齢福祉事業に対する答弁を求めます。

健康福祉部長。

〔健康福祉部長（吉田健司君）登壇〕

○健康福祉部長（吉田健司君）新型コロナウイルス感染予防対策を行いながらの高齢福祉事業についてお答えします。

昨年末、中国湖南省を発端に広がり続ける新型コロナウイルス感染症は、今や全世界に広がり、今なお拡大を続けています。その影響は深刻で、これまでの社会生活を一変させるものとなっており、我が国でも新型コロナウイルス感染拡大防止のため、新しい生活様式を踏まえた日常生活が求められています。

こうした中でも、人と人とのつながりは世代に関係なく重要で、特に高齢者にとっては人とのつながり、触れ合いは、日々暮らしの中で安心感や充足感を得られるだけでなく、地域づくりにもつながるものです。

ご質問のサロン事業、いきいき百歳体操、げんきらりー教室等の現状ですが、2月27日の橋本市新型コロナウイルス対策本部の決定事項を踏まえ、感染拡大防止のため、サロン事業、いきいき百歳体操、げんきらりー教室等へは開催自粛の要請を行いました。4月16日から5月25日の間の緊急事態宣言時には、外出を控える生活が続くため、孤立を防ぎ、心身の健康を保つために知人や友人と電話やメールなどにより交流を続けたり、手作りマスクを会員の方にお配りするなど、各団体が工夫しながら活動を続けていました。

緊急事態宣言が解除されてからは、市の感染防止ガイドラインを作成し、再開に向けて協議を進めてきました。現在の再開状況ですが、サロン事業は、45箇所のうち25箇所で開催、げんきらりー教室は、41箇所のうち37箇所で開催、いきいき百歳体操は、2箇所のうち1箇所で開催という状況です。会場の広さや参加人数に応じ、それぞれが工夫しながらの運営を行っていますが、今なお、会場の使用方法に関する悩みや、感染予防に対する意識、不安感など、団体や参加者ごとに違い

があります。国から示された新しい生活様式を基本とし、サロン事業、げんきらりー教室、いきいき百歳体操教室などの運動教室の運営について、地域の皆さまと市職員が共に手探りで考えながら提案し、感染予防対策や介護予防の啓発に努めながらの再開の状況となっています。

今後も新型コロナウイルス感染症の発生状況を見ながら、引き続き各団体の活動を支援していきたいと考えています。

○議長（土井裕美子君）1番 岡本さん、再質問ありますか。

1番 岡本さん。

○1番（岡本安弘君）ご答弁ありがとうございます。今、健康福祉部長からご答弁いただきましたように、2月27日の橋本市新型コロナウイルス対策本部の決定事項を踏まえた上で、感染防止拡大のため、サロン事業であったり、いきいき百歳体操、また、げんきらりー教室等へは開催自粛の要請を行い、自粛をしてこられたということでございます。それと、緊急事態宣言が解除されてからは、市の感染防止ガイドラインというのを作成していただいて、再開に向けて協議を進めてこられた中で、現在の再開状況もお知らせいただいたんですけども、サロン事業は45箇所のうち25箇所、げんきらりー教室は41箇所のうち37箇所、いきいき百歳体操は2箇所のうち1箇所が再開しているという状況をお答えいただきました。

常からお話しさせていただきますように、橋本市においてこの介護予防事業というのは、先進的に取り組んでいただいているというふうには思っております。今、このサロン事業であったりとか、げんきらりー教室とかの開催されている数を見ても、しっかりと取り組んでいただいているなというふうには常から感じております。また、本市の高齢者の方に

についても、介護予防への意識を高く持たれて、集いの場に参加されているというふうにも感じておるところでございます。

しかしながら、まだ実際のところ、集いの場が再開されていないという地域も多うございます。そんな中で、フレイル予防ということでまたお聞きしたいんですけども、和歌山大学と和歌山県長寿社会課とが協力いたしまして、和歌山シニアエクササイズをアレンジして、高齢者の方が自宅で取り組める介護予防運動の動画を作成してございます。本市においても、運動不足や筋力低下を予防するというので、高齢者の方でも自宅で簡単にトレーニングができるという、橋本おうちトレーニング、略して「はしトレ」なんですけれども、こういうのを作成いたしまして、いきいきルームの専属の理学療法士が動画で紹介しているということでございます。その点についてお聞きしますが、フレイル予防について、このような動画の活用についてのお考えをお聞かせください。

○議長（土井裕美子君）健康福祉部長。

○健康福祉部長（吉田健司君）ただ今のご質問にお答えします。

答弁でもありましたように、新型コロナウイルス感染症が拡大しているため、いろいろなイベントが中止となっています。そのために、日常生活の中で運動する機会や外出する機会が減っています。運動不足とか筋力低下を予防するために、自宅でも簡単にできるように、市でも体操動画の作成について、初級編と上級編に分けて合計で12種類の動画を作成して、ホームページに掲載しています。

この動画をさらに普及するために、げんきらりー教室、いきいき百歳体操教室、いきいきルームなどでも紹介して、動画を活用しながら運動を行っています。また、希望される方には、橋本おうちトレーニングやいきいき

百歳体操や和歌山シニアエクササイズのDVD、げんきらりー教室で使用している音楽CDやパンフレットを配って、自宅での運動につなげてもらうようにしております。

以上です。

○議長（土井裕美子君）1番 岡本さん。

○1番（岡本安弘君）ありがとうございます。今ご答弁いただきましたように、この動画をさらに普及するというので、げんきらりー教室やいきいき百歳体操、いきいきルームなどで紹介していただいて、動画を活用しながら、現在、運動を行っていただいております。それと、希望される方には、橋本おうちトレーニングやいきいき百歳体操、和歌山シニアエクササイズのDVDとか、げんきらりー教室で使用しておられる音楽CDであったりパンフレットをお配りして、自宅での運動につなげてもらっているというふうなご答弁をいただきました。

今、お答えいただいた中では、やっぱりサロン事業であったりとか、いきいき百歳体操、げんきらりー教室等に参加されている方というのは、介護予防に熱心な方でありまして、また、DVDを希望されて、さらに自宅で運動を行うことについては、フレイル予防、健康寿命を延ばすことにつながって、大変素晴らしいことであるなというふうに思っております。

しかし、それに反しまして心配なところがあるのが、高齢福祉事業の中において集いの場が再開していない地域であったりとか、また、その今までのげんきらりー教室等に参加しておられないような、新型コロナウイルスの感染不安により外出の機会が減少している方のフレイル予防についてということで、少し心配をしておるわけなんですけれども、今お話ししたこの対象となる方への対応については、どのようにお考えになられていますか。

○議長（土井裕美子君）健康福祉部長。

○健康福祉部長（吉田健司君）議員おただしのように、外へ今出ている方については、これからいろいろな活動してくれていると思うんですけども、まだ外へ出られない方、心配で外へ出ることができない方については、非常にこれから相談業務とかが増えてくると思います。

それで、幅広く市民の方への広報活動として、「広報はしもと」の6月号、コロナ禍におけるフレイル予防や運動、栄養、歯科の特集を、9月号では、橋本おうちトレーニングの掲載を行いました。このほか、高齢者のための布製マスクの配布の際には、日常生活でのポイントを記載した高齢福祉だよりを同封し、高齢者の皆さまにお知らせしています。引き続き、「広報はしもと」等を通じて、コロナ禍におけるフレイル予防、運動、栄養、歯科の重要性について、幅広く啓発をしていきたいと考えております。

○議長（土井裕美子君）1番 岡本さん。

○1番（岡本安弘君）ありがとうございます。

「広報はしもと」6月号、コロナ禍におけるフレイル予防や運動、栄養、歯科の特集ということと、9月号では、橋本おうちトレーニング、はしトレの掲載を行っていただいたと。また、このほかにも高齢者のための布製マスクの配布の際には、日常生活でのポイントを記載しました高齢福祉だよりというのも同封して、高齢者の皆さまにお知らせしていただいているというようなご答弁を頂いたわけなんですけれども、先ほどからも言いますように、集いの場が再開していない地域の方であったりとか、新型コロナウイルスの感染不安による外出の機会が減少している方について、特にフレイル予防の啓発が重要であるというふうにも考えますし、その辺りもしっかりと分かっていたいただいているところやと思うんで

すけど、ちょっとお願いします。

一般社団法人の日本老齢医学界のホームページより引用したものであります。ちょっと見にくいですがけれども、啓発利用にはオーケーということで今利用させていただいております。生活の不活発に気をつけてということで、フレイルが進むと体の回復力や抵抗力が低下して、疲れやすさが改善しにくくなりますよということで、健康、プレフレイル、フレイル、要介護状態という形でフレイルが進行していきますというふうに書かれております。

裏をお願いします。

裏面には、先の見えない自粛生活、フレイルの進行を予防するためということで、動かない時間を減らしましょうという何点か書いていただいております。しっかりご飯を食べてくださいと。口腔ケアと、家族と友人の支えが大切ですと。一番下にありますように、高齢の両親をお持ちのご家族の方も、ぜひ促してあげましょうと。家族の方の協力も必要ですよということを書いていただいております。ありがとうございます。

これを見て、やっぱりしっかりと市民の皆さまに啓発していただきたいというふうに思うわけなんですけど、今、ホームページから引用させていただいたこの様式というか、これをまた利用するであつたりとか、また本市でも新しくこれを引用して作成するとか、そういう形で市民の皆さん全体に全戸配布であつたりとか、回覧なんかをして、さらなるフレイル予防の啓発というのをしているっていただきたいなというふうに思うんですけど、その辺についてはいかがですか。

○議長（土井裕美子君）健康福祉部長。

○健康福祉部長（吉田健司君）ただ今見せていただいたこの法人のホームページについては、市でも認識しております。令和2年3月27日に、同法人の許可を得まして、市のホームページで紹介するとともに、印刷許可も頂いております。げんきらりー教室、いきいき百歳体操教室、サロンの皆さんに配布しています。また、5月には民生委員、児童委員にも送付し、地域の見守りの際に活用していただくようお願いしています。

議員おただしの全戸配布についてですけども、この法人の内容につきましては、今まで広報に掲載した内容とかでも非常に共通点も多いことから、今のところ全戸配布までは考えておりません。

○議長（土井裕美子君）1番 岡本さん。

○1番（岡本安弘君）ありがとうございます。市のホームページで紹介もしていただいているということでございますし、印刷許可も頂いた上で、げんきらりー教室、いきいき百歳体操教室、またサロンの皆さんにも配布していただいているということでございます。それと、民生委員や児童委員にも送付いたしまして、地域の見守りの際に活用していただくようにも、ご案内していただいております。ご答弁でございました。

ホームページの掲載についてですけども、高齢者の皆さまにはなじみがやっぱり薄いのかなというふうに思います。そうすると紙媒体での配布というのがやっぱり有効であるのかなというふうに考えるわけなんですけれども、改めての全戸配布であったりとか、回覧等は考えていないということでございますので、それはやむを得ないところなんですけど、しつこいようですけど、フレイル予防というのはやっぱりしっかりと今の段階から、元気なうちからやっていくというのは必要なことでありますので、市民の皆さまにも何度行っ

ていただいてもやり過ぎるということはないのかなというふうに思います。

それと、高齢者のフレイル予防の啓発について、やっぱりどういう形で市民の皆さまに知っていただくのかというのもしっかりと考えていただいた中で、いろんな方法を使いまして、今後も継続して啓発の活動というのもしていただきたいなというふうに思うんですけど、その辺についてはいかがですか。

○議長（土井裕美子君）健康福祉部長。

○健康福祉部長（吉田健司君）議員おただしのよう、高齢者のフレイル予防につきましては重要課題と認識しております。紙媒体を利用した市民の方への周知としまして、高齢福祉だよりとか、内容を変えながら随時発行して配布しています。出前講座や健康教室でもフレイル予防の講座を取り入れ、啓発を続けています。

また、「広報はしもと」には、きらりという特集ページを組んで、年4回の発行でフレイル予防や介護予防の紹介をしています。

先日から、市と協定を結んだ民間企業とも、介護予防とか健康増進に向けた新たな取組ができないか、協議を進めています。

今後も市民の皆さまが興味を持っていただくよう趣向を凝らしながら、工夫して積極的に啓発をしていきたいと考えておりますので、よろしく願いいたします。

○議長（土井裕美子君）1番 岡本さん。

○1番（岡本安弘君）積極的に啓発をしていただけるということでございますので、よろしく願いいたします。

コロナ禍の中でありまして、感染のリスクもしっかりと考慮しながら、集いの場の再開であったり、コロナウイルス感染予防、それとフレイル予防、高齢者にとっては重要な課題ではございます。それと、フレイル予防を行うことで、健康寿命なんか延びますし、

また元気な高齢者が多くなるということで、介護保険料の増加なんかも抑えられるんじゃないかなというふうにも考えられます。

集いの場が再開していない地域の方であったりとか、新型コロナウイルスの感染不安による外出の機会が減少しておられる方については、特にフレイル予防の啓発が重要であるというふうに考えております。それで、生活不活発とならないように今、本市でも考えていただいていますように、はしトレだったりとか、和歌山シニアエクササイズなどの動画を活用していただいておりますけど、自宅でおられる高齢者がこの動画というのをどのような形で活用していくのかというのは、なかなか一つの課題であるのかなというふうに思いますし、また今お話ししていたように、ホームページにも載せていますよ、DVDもありますよということですけど、そうなってくるとなかなかインターネット環境であったりとか、その動画を再生するとい

うことについて高齢者の方がどこまでできるのかということもありますので、その辺、先ほどのパンフレットを紹介させていただいたように、家族にも協力を頂くということが重要なんでないのかなというふうに思いますので、その辺りフレイル予防啓発が必要なんですけど、しっかりと家族の方にも、そういった形で自分のお宅のおじいちゃん、おばあちゃんにもお声がけいただくような形の啓発をお願いしたいなというふうに思います。

そういったことで、改めて今後も継続して、しっかりと啓発活動をしていっていただくことを切にお願いいたしまして、私の一般質問を終わらせていただきます。ありがとうございました。

○議長（土井裕美子君）1番 岡本さんの一般質問は終わりました。

この際、1時40分まで休憩いたします。

（午後1時23分 休憩）