別冊４

関係団体ヒアリングとりまとめシート

No.	名称	1.事業概要について				2.今後の展開について		3.ほくとゆうゆうふれあい計画について	4.その他、ご意見やご提案等ありましたら、ご自由にお書きください
		(1)日頃の活動されている事業内容、実施地域、構成人数等をうかがいます。		(2)第5次期間において力を入れた取組みや成果が出ていることがありましたら、お聞かせください。	(3)現在の活動において、問題点などありましたらお聞かせください。	(1)今後、どのような取り組みや事業展開を考えておられますか。	(2)新たなサービス・事業等を実施される上で必要なことや課題などありましたらお聞かせください。	(1)北杜市において、今後、特に力を入れて取り組むべきと思われる高齢者施策がありましたらお聞かせください。	
		ア)事業概要	イ)構成人数(R2年7月末現在)						
1	でかけ～る団体	[未来へつなぐさんぽみち]は、平成30年10月26日から北杜市の委託を受けて、高齢者の自立支援と重度化防止等を目的とした、「住民主体による高齢者の外出支援モデル事業」を実施している。当団体は、高齢者が住みなれた地域で暮らし続けることができるような地域づくりを実現するために、支援の必要な高齢者が自由に外出し、地域社会に関わりあいながら楽しく過ごせるような、住民協働による支え合いサービスの提供を実施している。参照：資料1[会則]、資料2[パンフレット]	・実施地域：高根町／大泉町 ・役員：7 名 ・利用登録会員：30名（高根町17 名、大泉町13 名） ・ボランティアスタッフ：17 名（高根町13 名、大泉4 名）	まず、当団体の特徴は、会則（目的）にあるように、[ほくと子育てのもり]が牽引しながら、子育て世代から高齢者世代までの多様な地域住民によって構成されていることである。そのため、多様な世代による視点を持って、支える側支えられる側が相互に協力し、地域づくりの主体として創意工夫を行い、安全で快適な魅力ある未来へつながる地域づくりを行うことを目的とし活動している。具体的には事務チームと実働チームに分かれ、話し合いの場を設け、各々が役割を担い話し合いながら本モデル事業に参加している状況である。 その結果、令和元年度は、[活動日数93 日／延べ利用回数204 名／延べボランティア数438 名]の実績を残しており、本年度からは、設立当初は平日4 日間の運行であったところトライアル検証を行ったうえで平日5 日間の運行実現、そして、令和2 年3 月末をもって解散した他団体の利用者とボランティアを受け入れ、運行エリアを拡大した。特に、運行当初から、ボランティア活動の域を超えているとし、最大の課題であったオペレーター業務については、本モデル事業管轄課とともに度重なる検証・協議を行った結果、令和2 年度から、北杜市デマンド交通予約コールセンターに業務委託を行うことで、ボランティア活動の負担軽減に導いた。また、令和元年10 月に開催された「飛び出せ！市長と未来を語る集い」において、介護予防サポートリーダー（以下、介サポ）とともにお互いの活動の状況や課題をなど報告し合ったことをきっかけに、その後、介サポが運営する公民館カフェに訪問し、信頼関係の醸成を図りながら新たな協働事業の展開に向けて模索している。 そして、新型コロナウィルス感染拡大防止対策の運休期間中（令和2 年2～6 月下旬まで）には、ステーホーム中の利用者に電話によるヒアリング調査、通信発行、手作りマスクの配布に取り組んだ結果、7 月からは楽しく安全安心な活動が再開されている状況である。 このように本モデル事業は、官民協働により、人と人とのコミュニケーションを重ねながら、支える側、支えられる側ともに、地域住民が暮らしやすい地域をつくって行くプロセスが重要であり、そして、このプロセスも当団体の成果のひとつであると考える。	以下、二点については、別添-1 で述べた「オペレーター業務」と同じく、運行当初から解決に向けて 下記のような策を講じているが、解決に至っていない状況である。 1. ボランティアスタッフの人材不足について ・本モデル事業管轄課と協働で、これまで、以下のような募集活動を行っている。 パンフレットの回覧、民生員会において団体紹介、介護予防セミナー等において募集チラシ配布、北杜市HP において募集案内、ボランティアスタッフによるロコミ等。 2. ボランティア活動に対する謝礼の在り方について ・平成30 年度は、1 日の活動に対する謝礼として、100 円を還元した。 ・令和元年度は、1 日の活動に対する謝礼として、北杜市内で利用できる商品券・ごみ袋・協力スポ ンサーの店舗で利用できる商品券に還元した。 ・令和2 年度は、本年度から委託料に計上されている活動交通費を半期清算し、ボランティアスタッ フに謝礼に関するアンケート調査を実施したうえで検討する。	将来的には、団体の能力向上を図りながら、現在実施している[地域高齢者の移動・外出支援]を北杜 市全域に拡大し、会則（活動・事業の種類）にあるような、[地域の高齢者や子どもの見守り活動、地 域住民の福祉の健康及び相互の連絡・親睦を醸成するための事業、高齢者子育て世代をつなぐ三世代交 流の機会づくり、そして、ちょっとした生活支援など]への取り組みを視野に入れ、地域づくりにつながる事業展開を考えている。	参照：1.(3)の回答	国立社会保障・人口問題研究所（2018年3 月推計）によると、2015 年に36.5%であった北杜市の高 齢化率は、2045 年には53.8%に推移すると見込まれている。また、総人口については45,111 人から 31,043 人に減少が予測されている。 つまり、今後、高齢者に限らず支援を必要とする人々を支える人材は年々減少していくことは明らか であることから、現在、国で施行されている「育児休暇や介護休暇」のように、「北杜市独自の支え合 いボランティア休暇」といった施策を講じることにより、官民協働の支えあいが成熟していくのではな いかと考える	・利用者はでかけ～るがタクシーより安いから利用している。タクシー替わりでも利用者が何度でも 外出する機会が増えればいいのではないか。 ・そもそも[でかけ～る]は、移動サービスを手段として、高齢者の介護予防/自立支援/地域住民によ る支えあいの醸成等が目的でスタートした事業なので、保健師さんたちがタクシーに乗るより安いから と利用を勧める状況に矛盾を感じていた。しかし、実際にボランティア活動をしてみて、タクシー替わ りでもいいのかな、それで支えあいという副次的効果が生じるのであればと考えるようになってきてい る。 ・市からタクシーとのすみわけや利用者の自立支援等が目的だと言われ、団体として忠実に守ってい るなか、利用登録時はケガで支援が必要だったが今は回復し公共交通機関を利用できる状態の利用者 が、タクシーより安いからといって利用している状況をみると、貴重な時間を活動に当てていただいて いるボランティアさんに申し訳なく感じる。 ・市の判定（利用者の見直し）を半年か一年ごとに行ってほしい。 ・タクシーとの違いは、付添することのプラスアルファ＝相手に寄り添うことやボランティアと利用 者の顔が近いことである。まずは、色んなことを考え進みながら、さんぽみちが成長していくことが大 切である。タクシー替わりでいいとおもう。我々があれこれ選別すべきことではない。 ・この事業が自立支援なのであれば、利用者が自立していけばこの事業を失くせることが
2	介護予防サポートリーダー 認知症キャラバンメイト	高齢者通いの場事業 ますとみ元気会　増富25名	25名　月平均22名	・筋力アップ体操+認知症予防脳トレ＝フレイル ・健康増進課取り組み「いいことチャレンジ」に全員で取り組み 開始以来7年目、メンバー全員が継続しており、他地区からの参加もあり、増加傾向。→成果が有	送迎があるので高齢者が車の運転ができなくても出席できているが、他の地区で実施を考えても足を心配している。閉じこもり防止に足の確保を。				介護支援課予防とサービス（包括支援センターから）に事務処理等は別、本所と高根になったので市民は不便に思う。市民にとって区分が必要か？ 介護予防にウェイトをおき、元気な高齢者でいるためにも職員の数も考えてみてはどうか。介護サービスに力を入れることも一つかもしれないが、予防の方が必要にも思う。
3	介護予防サポートリーダー	公民館カフェ 長坂上条区 ・貯金体操　・肩、背ストレッチ　・片足立ち　・スクワット　・ボールでのアクササイズ　・頭の体操 ・あいうえおの歌等	・介サポ1名、他3名を協力者として依頼 ・基本的には一人で施設内容を検討	・H30年に立ち上げ、男性への参加の呼びかけ ・参加人数が多い時は15人程 ・男性人数は多い時で3～4人	・地域手kに自営農の人が多いため、季節、月によい参加人数が少なくなる時がある ・男性の方々の意識改革	フレイル予防のため、参加者の握力測定等を取り入れていこうと思っている	区の老人会の集まりの時などに、介護予防の必要性について、高齢者の意識づけのため、市の職員の方に説明していただく機会を設けてほしいです。 回覧等で公民館カフェの案内をしても皆さんの意識は変わらないのではないかと。	元気あっぷ事業の内容で、北杜市の各公民館に高齢者に集まってもらい、年に1～2回程度実施する。定期的な事業とすることで、70代くらいの人たちの10～20年先の高齢化について意識をもってもらう。	
4	介護予防サポートリーダー	公民館カフェ（明野町小笠原正楽寺地区） 内容：地域住民（高齢者）の親睦と体力づくり	・介護予防サポートリーダー1名 ・協力員4名 参加者（18～20名）	・楽しく、明るく、みんなで体を動かして体力づくりをする ・参加して良かったと思ってもらえるように楽しい雰囲気づくりを心掛けた ・健康意識が高まった。参加者のコミュニケーションが良い	今年度は新型コロナウィルスのため開いてくれません。9月からと思っていましたが、この状態だと今年度はどうしようかと迷っています。	参加者の意見を聞きながら、今までのような内容ですると思います。			
5	介護予防サポートリーダー	健康づくりへの支援 大泉町下新居地区公民館	サポートリーダー4名 事業利用者17名	フォローアップ研修会において学習したことを公民館カフェに参考させていただき、配布してもらった資料を使った。手・足・頭の体操、ミズクマクン体操、簡単な手芸、ぬり絵、折り紙などを加えた。	コロナウィルスより異例な対応に苦慮しています。今後いつまで続くのか心配しています。感染が拡大した場合は中止も考えています。	とりあえず実施する場合は、今までの取り組みとその都度話し合って決定していきます。			
6	認知症キャラバンメイト	①認知症サポーター養成講座（H30～R2.6までの間、14回開催、合計343名参加） 実施地域：北杜市内の小中学校、各市町村の民生委員向け、介護予防サポートリーダーに向けて、市のバス、タクシーの運転手向け ②回想法レク：北杜市内のサロン、公民館カフェ等に出張（13回開催、計193名参加）	①北杜市のキャラバンメイトに声をかけ、受講者数に合わせ、キャラバンメイト（講師役）を集める。40名の受講者の講座の時には必ず5名以上のメイトを配置する。 ②回想法を実施できる者（研修を修了した者）がレクを行う。1回のサロンにつき、2～3名を配置する。	①について。年齢、対象はさまざまだったが、多くの市民に「認知症のこと」「地域で認知症を支えること」を理解していただけたと思う。 ②について。認知症予防の1つに回想法（心理療法）があり、公民館カフェの中で、昔懐かしい思い出を（昔の道具や写真などを用いて）地域の気の知れた仲間と語り合うことで、脳の活性化、精神安定、孤独の解消、仲間づくりなど、多くの効果を伝え体感していただくことができた。	コロナウィルスが流行しているため、R2.3月より、カフェ側より声をかけていただけなくなってしまった。（カフェそのものが中止になっている様子）	・今後も要請があれば、①②どちらも実施していきたい（3密を避けながら） ・回想法（特に地域回想法）は、愛知県北名古屋市等で健康づくり、認知症予防、地域づくりとして、行政主体で回想法の普及に努めている。毎年研修や公開講座などに参加していたが、多く効果や可能性を秘めた回想法を北杜市でも少しずつ広めていけたらと感じています。 ・回想法は少しの知識とルールさえ学べば、いつでも、どこでも、誰でも実施できます。実施方法については、声をかけてくだされば いつでも出向きます。（既にいくつかのデイサービス、サロン、グループホーム等から回想法の運営の仕方を学びたいと声がかかり出張で伝達しています。）			当事務所では、要介護（要支援）高齢者の登山をサポートしています。これまで要介護1～5の高齢者8名が山梨百名山の甘利山に登りました。歩けない方には、けん引式車椅子（JINRIKI）に乗車していただき、登山をお手伝いしています。山が好きで北杜市に移住され、年をとっても認知症になっても、また登山がしたいと思っている方々の願いを叶えるお手伝いをさせていただきます。費用は介護保険の利用料（1割）のみで別途お金は発生しません。事務所を利用していない方で、登山をしたい方がいれば相談に応じます。※お出かけ回想法の一環です。
7	認知症キャラバンメイト	市の包括支援課からの要請で、認知症サポーター養成講座の協力を（6人のグループで）やっている。	6人でグループをつくり、無理せず協力できる人が手伝う。			チームオレンジに期待しています。		・買い物、病院の通院など現在移動支援ができているか？何人の高齢者が利用しているのか知りたいです。 ・市民バス、デマンドバスを見かけますが、いつも誰も乗っていないか、乗っていても1～2人のような気がします。残念です。	現在、公益社団法人　認知症の人と家族の会　山梨県峡北地域（韮崎市、北杜市）虹の会で、北杜市担当副会長をさせていただいております。お手伝いできることがありましたら、協力させていただきます。

別冊４

関係団体ヒアリングとりまとめシート

No.	名称	1.事業概要について				2.今後の展開について		3.ほくとゆうゆうふれあい計画について	4.その他、ご意見やご提案等ありましたら、ご自由にお書きください
		(1)日頃の活動されている事業内容、実施地域、構成人数等をうかがいます。		(2)第5次期間において力を入れた取組みや成果が出ていることがありましたら、お聞かせください。	(3)現在の活動において、問題点などありましたらお聞かせください。	(1)今後、どのような取り組みや事業展開を考えておられますか。	(2)新たなサービス・事業等を実施される上で必要なことや課題などありましたらお聞かせください。	(1)北杜市において、今後、特に力を入れて取り組むべきと思われる高齢者施策がありましたらお聞かせください。	
		ア)事業概要	イ)構成人数（R2年7月末現在）						
8	北杜市民生委員・児童委員協議会	常に住民の皆様の立場に立った相談・支援活動を通じて、住民の福祉の向上に取り組んでいる。	長坂町31名（児童福祉部会12名、障害者福祉部会10名、高齢者福祉部会9名）		地域によっては新住民の数が多いところがあり、しかも隣近所との協力関係が希薄化してきている。	地域住民にの相談に応じ、必要な支援が受けられるよう行政機関等のつなぎ役、さらには担当地域での高齢者、障害のある方、子どもたちへの声掛けなど今後とも積極的に進めていく。		・小中高校生によるボランティアなど社会奉仕に関わる活動や高齢者との交流の積極的な促進 ・徘徊する高齢者の早期発見に役立てるためのシステムの検討 ・災害時における要支援、要介護者をどう救助していくかの方策等の検討	民生委員、児童委員の改選にあたっては、区長、班長に市の方から事前に役割または活動について説明会を開催してください。せっかく推薦されても、民生・児童委員の役割を理解されていない方が多い。なぜなら、活動内容を聞き、そのような話は聞いていない、それなら受諾しなかったと申し上げる方もいます。
9	北杜市民生委員・児童委員協議会	小淵沢地区民生児童委員協議会 民生委員法による活動　小淵沢町内	民生委員22名　児童委員2名　計24名	R1年12月に委員交代しましたのでよくわかりません。	新型コロナ対策の中、思うような活動ができません。	民生児童員法による最大の活動			新型コロナの早期の終息を願いたい。
10	北杜市民生委員・児童委員協議会	事業内容と地区ごとの構成人数は総会の資料に示されていますので、ご覧ください。尚、定められた人数は187人ですが、大泉地区は1名欠員で実際の人数は186人です。		・今年度改選になりましたので、第5次期間中の取り組みの成果については、副会長としての立場での把握なのでご了承ください。 ・通常の高齢者や子供たちの見守り活動に加えて、自殺予防のゲートキーパーの研修、引きこもりサポーターの研修、認知症予防のステップアップ研修と様々な問題に対応できるための研修の充実が特徴的でした。任期が3年と限られているため短期間でのスキルアップを迫られたため研修が多かったと思います。しかし、このことは、民生委員の見守り活動に必要なスキルだったため、研修の場の充実として非常に有意義でした。 ・民生委員の理事会（各地区の会長）で、各地区の情報交換が数年前に比べて充実してきたと思います。地区の特徴を活かした活動の情報を交換することによって、各地区の活動の振り返りや見直し、また、地区に抱える課題などもわかり、北杜市の民児協の活動が互いに見えるようになりました。 ・あんきじゃんネットワークの充実で、市の多くの事業者の方々が見守りに協力してくださることが分かり、心強く思え、ありがたいと思いました。	・各地区の住民の方々の要望、養成等が複雑多岐に渡ってきていることが、訪問活動の中で民生委員お1番悩ませます。民生委員がひとりで問題を抱え込まないよう、定例会をうまく活用していくことが必要不可欠であると同時に、関係機関のご指導もお願いしたいところです。	・R2年度は、かねてからの懸念事案だった「高齢者緊急医療情報キット」の整備事業に取りかかったところです。市より補助金の交付を受けての事業となり、とても感謝しているところです。現在はまず、配食サービス対象者を設置対象として訪問活動を開始しました。主旨を話すと、同一敷地内に家族や親族が住居を構えていて配食サービスの対象とはなり得ない高齢者が、日中ひとり暮らしと同様な状況になるところから、本人や家族から設置希望がでてきました。また、老々介護の方々、独居老人の対象年齢を引き下げるなどして、今後、話し合いを進めて、市内同じ方向性で設置対象者の拡大を目指していきたいと思っているところです。 ・今年度、県から引きこもりの実態調査の依頼が来ています。市もひきこもり当事者の居場所づくりに力を入れると聞いております。民児協がどんなふうに関われるのか見守っていきたいと思います。	・医療情報キットについて、その設置の意義や設置方法について、如何に理解していただけるか、自分自身で情報を記入することができるのか、支援を必要としている人がどのくらいいるのか、実際に訪問してみないと分かりませんが、根気強く対応していかなければならないと考えています。 ・新型コロナ感染拡大防止のため、今までのように時間をかけての訪問活動がやりにくくなってきています。しかし、ひとり暮らしの高齢者は訪問を心待ちにしています。感染防止を意識し、高齢者を孤立させないよう、訪問活動にも工夫が必要となってきます。訪問活動の実例の情報交換をしたり、電話による見守りを多くしたりと、工夫した訪問活動を進めていく必要に迫られています。	・ニーズ調査にもあるように、外出時の移動手段の確保・支援のニーズが多いですね。タクシー券、外出支援サービス、支え合い外出支援サービスでかけ～る、買い物・見守り代行サービス、そして、4月から実施されている公共交通のデマンドバス等、北杜市にはいろいろな外出移動支援サービスがあります。これらを周知徹底し、大勢の市民に利用してもらえるよう総力をあげて取り組む必要があると思います。デマンドバスが無料で試乗できる期間が始まります。市の職員の方も大勢の市民も市場してみましょう。機会あるごとにPRをしてほしいと思います。大勢の方が利用して、よりよい公共交通にしていきたいです。 ・武川・白秋・小淵沢のいずれかの町に小規模多機能型居宅型施設の建設が予定されています。ぜひ、20号線沿いにひとつほしいです。また、新しい建物を建てるのではなく、空き公共施設等を利用しての設置は無理でしょうか。そして、できたら富山方式のように、施設内やその近くで高齢者と子どもたち、健常者や障がい者等がふれあえる施設ができることを臨みたいです。	今は特にありません。民児協の会長に就任して、半年経ったばかりです。ピント外れや誤った認識もあるかもしれませんが、ご容赦くださいませ。誤字脱字も。
11	大泉民生委員・児童委員協議会	訪問、声かけ、見守り ケースによっては地域包括支援センターとの連携	民生委員14名 児童委員2名	地域包括支援センターとのより一層の連携強化	新型コロナウィルス感染症の流行のため、訪問ができにくい。	新型コロナウィルス感染症の終息がわからないので、電話連絡での状況把握をしたい。	高齢化の中で高齢者への訪問や声掛けで手一杯で、生活困窮者や引きこもりなどには活動の対象を広げることができない。	地域包括支援センターの人員を増やすこと。民生委員等と密に連携していけるようにお願いしたい。	地域柄、別荘等が多い地域などは、訪問すべき家が不明だったり、訪問しても留守が多い地域がある。 デマンドバスの利用にかかるPR。
12	北杜市社会福祉協議会	別添事業報告書		・ふれあいいきいきサロン事業 地域を拠点に、住民とボランティアとが共同で企画し、ともに運営していく楽しい仲間づくりの活動の場としての「ふれあいいきいきサロン」の開催を支援し、運営経費の一部助成を行った。 R元年度実績：開催回数1,292回、延べ参加人数14,244人 ・出前講座事業 社協職員が身近な福祉情報をテーマに、ふれあいいきいきサロンや団体等、地域に出向いて講座を開催。福祉への理解や支え合いのまちづくりにおける市民との協働を図った。 R元年度実績：開催回数81回、参加人数1,142人 ・各種養成講座 各種養成講座を行い、あたし医ボランティアグループが立ち上がった。（災害ボランティア19名、男性ボランティア1グループ、傾聴ボランティア2グループ）	・既存のボランティア団体の会員の高齢化による担い手不足 ・地域で核となる方へのアプローチや、地域で助け合うことの住民の意識改革が必要	・生活支援体制整備事業の委託を受け、「高齢者が住み慣れた地域で暮らしていけるよう」第2層生活支援コーディネーターを配置し、支える地域づくりを進めていく。 ・「安心して暮らせる北杜市」の実現に向け、生活上のちょっとした困りごとを解決し、住民参加型在宅福祉サービスの展開を推進するため、担い手の発掘・養成を行っていく。	北杜市社会福祉協議会第3次地域福祉活動計画のアンケートにおいても「地域活動における担い手不足」や「住民同士の支え合い意識の低下」が課題であるとの結果がでている。また、移住者との交流や融和を求める声もあり、日常的な住民同士の交流を活発にすることで、「顔の見える関係づくり」が必要であり、地域で協力しあえる防災体制も重要な課題である。	・介護予防・生活支援サービス事業（通所サービスA）は、高齢者の介護予防にとって重要性高い事業であるが、現状利用率が低く、このままでは事業廃止も考えなければならない。利用料公費負担の見直しが必要である。また、新型コロナ感染症対策として、同事業の自粛要請に応じた場合の補償について予算化していただき、事業継続ができるよう検討をお願いしたい。 ・生活困窮者及び認知症高齢者に対する様々な軽減措置等の制度概要説明およびパンフレットの作成、またさまざまな申請書類の代筆などの支援強化 ・認知症高齢者の行方不明に対する初動の連絡手段としてTwitterの使用などの検討 ・避難訓練でハザードマップを使用し水害の危険性のある区域を説明した際、川沿いに一人でお住いの方が不安がっていた。立地や避難場所当の周知、また情報の更新など細部に渡っての支援 ・高齢者の免許返納が進んでいる。免許を返した後の高齢者の外出手段の充実	
13	北杜市民生委員・児童委員協議会	それぞれの地区の民生委員による日頃の見守り、相談、声かけ等、行政へのパイプ役、および行政からのお知らせの伝達等、食事ボランティアの人たちの協力を得て、配食サービス、毎月第2水曜日の定例会での意見発言、情報交換等を行っています。	民生・児童委員 16名 主任児童委員 2名 計18名	普段の見守り活動、配食サービスの他に、毎年テーマを決めて「活動強化週間」に取り組んでいます。 平成30年は「長寿の秘訣」75歳以上の男女270人ほどからアンケートをいただけました。 令和元年は「あなたの心に残る一曲を教えて下さい」歌の名前と思い出を書いてもらいました。高齢者の皆さんの思い出を語る笑顔が生きいきとしていました。これらのまとめたものは各地区に配り、サロンやカフェ、ハツラツシルバー等で皆で歌って楽しんでいるそうです。ボケ防止の活動に利用されています。 ※添付資料あり	コロナはまだまだ続きそうです。 一人ひとりの見守り、声かけを行う上でも感染予防の対策をとりつつ、継続中です。ただ、あまり頻繁に会えませんので、電話等で話をすることが多くなっていて少し心配です。	毎年4月の定例会で一年間の活動計画をたてるのですが、コロナのために3月4月5月と定例会が開けずに、活動計画案をアンケート形式でとってみた結果、本年は7月の県内研修、11月の県外研修、5月の活動強化週間のテーマも決まらぬまま中止となっています。 本年は定例会、食事ボランティア、配食サービスを行いつつ「出張講座」を受けて、それぞれの委員のスキルアップを考えています。	65～70歳後期高齢者予備軍の人たち向けに、引きこもりがちにならぬように歩くこと、体を動かすことをすすめていく（何か目的をもって歩く、体を動かす）。 コロナもあるので、外へ出かける、歴史探索、史蹟めぐり、神社仏閣めぐり等、弁当代は自分もち、皆で歩こう外へ出よう事業	65～75歳は外に出て歩くことをすすめる。 75歳以上には、そろそろ訪問医療、訪問介護を通して「自宅で死ぬことのすすめ」「自宅で死ねる社会の構築」 畳の上で死を迎えられる終活のすすめ的な講演会	毎年、2月に北杜市民生・児童委員協議会研修会が行われます。その中で「事例発表」があるわけですが、本年はコロナがあって各単位民児協が思うような活動ができてないように推察されます。どうでしょう。「事例発表」は令和4年2月へ延期、令和3年2月の研修会は今のうちから「講演会」を予定し、その内容を検討してみてはと思います。 ※コロナの様子では研修会そのものの中止もあるでしょうが。 講演会は、例えば①引きこもりに関するもの、②介護、自宅で看取る、③一人住まいの高齢者の終活など。