情報ボックス

スポーツ庁がFUN+WALK PROJECTを開始 スポーツ参画人口の拡大と健康増進を目指す

「スニーカー通勤」などのキャンペーンを来春にスタート

スポーツ庁は10月2日，ビジネスパーソンのスポーツ参画人口拡大によって健康増進を図る官民連携プロジェクト『FUN＋WALK PROJECT』をスタートさせると発表した。

成人の週1回以上のスポーツ実施率は42.5%だが，20～40歳代に限ると30%台前半。また，30歳代・40歳代の約8割が「運動不足を感じる」と回答している。そこで，第2期スポーツ基本計画では，成人の週1回以上のスポーツ実施率を65%まで引き上げることを目標とし，忙しくいビジネスパーソンの実施率を向上させる環境整備をはかる。このため，スポーツ庁は，生活に気軽に取り入れられる「歩く」に「楽しい」を組み合わせ，自然と「歩く」習慣が身につくような同プロジェクトをはじめ，2020年の東京オリンピック・パラリンピックに向け，スポーツ参画人口の拡大を国民全体の取り組として推進する。

同プロジェクトでは，「歩く」習慣の定着などスポーツ人口の拡大を通じた健康増進を目標とし，スニーカー通勤など〝歩きやすい服装〟での通勤などを通し，「1日の歩数を普段よりプラス1,000歩（約10分）」「1日当たりの目標歩数は8,000歩」を推奨する。

具体的には，①ビジネスパーソンの日常での「歩く」習慣の定着促進などの事業の推進，②企業，自治体との連携，③参考となる通勤スタイルの提示，歩くことで得られる効果，各企業の取り組みを紹介するプロジェクトサイトの運営，④プロジェクト普及イベントの実施，⑤プロジェクトアプリの開発（全国のご当地キャラとコラボし，ユーザーの〝歩く〟を促進するアプリを開発中）などを実施する。

11～12月にデモイベントを行い，来年2月下旬にキックオフイベント，サイトオープン，3月上旬にプロジェクトをスタートさせる。

平成28年度の医療費41.3兆円 高額薬の薬価値下げで14年ぶりに減少

厚生労働省が「平成28年度医療費の動向」を公表

厚生労働省保険局調査課は9月15日，「平成28年度医療費の動向」を公表した。

それによると，平成28年度の医療費は41.3兆円で，前年度より約0.2兆円の減。減少したのは，平成14年度以来，14年ぶり。診療種類別に見ると，入院16.5兆円（構成割合40.1%），入院外14.2兆円（34.3%），歯科2.9兆円（7.0%），調剤7.5兆円（18.2%）。医療費の伸び率は－0.4%で，診療種別では入院1.1%，入院外－0.4%，歯科1.5%，調剤－4.8%だった。

厚生労働省では，平成27年度の医療費はC型肝炎治療薬などの抗ウイルス剤の薬剤料の大幅な増加等によって高い伸びを示したが，平成28年度については，診療報酬改定のほか，抗ウイルス剤の薬剤料の大幅な減少などにより，一時的にマイナスとなったと考えられるとしている。

5分100円の自費サービスで生活支援 スマホのビデオ通話機能でバーチャル買い物代行も

有料生活支援サービスの株式会社「御用聞き」が「地域包括ケア事例発表会」を開催

介護保険外の生活支援サービスを有料で提供する株式会社「御用聞き」は4月9日，「地域包括ケア事例発表会」を東京都健康長寿医療センター研究所で開催した。

同社は2015年から，高齢化が深刻な板橋区にあるマンモス団地として知られる高島平団地エリアを中心に「100円家事代行」「たすかるサービス」，地域支援活動を行う「CSRプログラム」といったサービスを自費で提供。ボランティアを効果的に活用しながら，黒字経営を続けている。

「100円家事代行」は，電球交換や瓶の蓋開けなどのちょっとした困りごとのお手伝いが中心で，5分100円から利用可能。この料金設定にしたのは，誰にも頼めなかったちょっとした困りごとを気軽に頼めるようにするためだという。「たすかるサービス」は，粗大ごみや家具の移動，家電やパソコンのサポートといった作業が対象となり，内容によって5分200円，30分2000円といった具合に料金が「見える化」されている。

もう一方の地域支援のための「CSRプログラム」は，自社サービス等の地域へのPRが主な目的だが，サービス対象者である高齢者が地域とつながることも狙っており，法人等からの受託が多いという。例えば，総戸数1万戸を超える高島平団地では，入居者の高齢化率が40%を超え，孤立や買い物難民といった課題を抱えていることもあり，週数回程度，ラジオ体操や作業療法士が開発した体操を行いながら，参加者同士のコミュニケーションの機会，企業のCSR活動，自社サービスのプロモーションの場と

して機能させている。

事例発表会では，「体操の場には，シニアも子どももいて，正しい歩き方を教えたり，ハイタッチをしあったりしている。そのうちに，姿勢が良くなったり，自然な交流がはじまったりもしている」などと成果の一端も報告された。

同社の代表取締役社長の古市盛久氏は，「便利屋やプロの掃除屋に依頼できなかったことや家族・親族，近所の人に頼めなかったことが，細かな料金体系で安心して頼めるようになる。そして，体操の機会をつくることによって，スタッフとの信頼関係ができ，継続的な注文が増える。つまり，料金の見える化と地域支援活動で困りごとの潜在的なニーズが喚起される」と説明する。

このユニークな地域支援活動を支えているのは，ボランティア。10を超える大学の学生とシニアが主力で，有償か無償かを選択でき，研修を受講した場合には最低賃金以上の賃金が保障される。

この日は，地域支援活動の実際が学生ボランティアから報告された。なかでも注目を浴びたのが，東京都清瀬市の中里団地エリアで試行された買い物支援だ。400戸の団地唯一のコンビニ店が閉店し，「買い物難民が生じた中ではじめた訪問販売が上手くいかず，いつものお店で〝楽しむ買い物〟の需要を知った。そこで，スマホのビデオ通話機能を使い，私たちが店へ行ってスマホに欲しい物を映し，選んでもらって配達する〝バーチャル買い物代行〟を開始した。通販や宅配などは便利だが，人間関係がつくれない。でも，これならスマホの画面を通し，〝あれも食べてみたい〟〝本当に食べられる？〟と会話が生まれ，関係性が築ける」と利点を強調した。

また，埼玉県の新座エリアで行っているのは，見守り×商店街PR×買い物代行として，リヤカーでラッパを鳴らして買い物などの御用聞きを受け付けるユニークな引き売り。「空っぽのリヤカーを引いて，高齢者等から声が掛かったら，商店街へ買いに行って配達する。民生委員からの紹介で直接，高齢者宅を訪ねることもある。学生が昔風の前掛けを着けたユニークな引き売りなので，多くの人から声が掛かる。楽しく地域課題を解決していきたい」と前向きに語った。

「御用聞き」の利用割合は100円家事代行34％，たすかるサービス66％で，直近3カ月間で合計147件，1件あたりの利用時間は66分。古市氏は，「地域活動で関係性をつくり，100円家事代行で便利さや安心感を抱くので，8割が3か月以内にたすかるサービスの再注文につながっていく」と分析し，この地域支援活動の重要性を指摘した。

公的サービス導入のきっかけづくりに ゴミ屋敷や遺品整理を想定した新サービスも

一見，順調に見えるが，ここまで来るには紆余曲折も。不動産業界から転職し，携帯電話による0円買い物代行サービスを立ち上げたものの，無料は怪しいと利用者が増えず，失敗。その後，きっかけがない，縁がない高齢者の多さから，100円モデルをはじめるが，100円＋企業コンサル，100円＋コミュニティスペース代行＋飲食で利益を出す案も暗礁に乗り上げた。

そんな中，電球交換を依頼された高齢女性と出会った，と述懐する。インターホンを押しても鳴らなかったため，その理由を聞くと，ヘルパーに保険外の作業を頼んで関係が壊れるのを恐れて依頼できなかったと言い，友人が訪ねてきた際に不在と思われないよう夜も鍵をかけずに不安の中で寝ていたと吐露。ついでにインターホンの切れた電池を交換しただけにもかかわらず，涙したその姿を目の当たりにし，「これが自分の役割」と感じたと言う古市氏。「歯を食いしばって頑張る学生を見て，涙を流す利用者もいる。そういう経験の中から，100円のお試しで安心感を抱き，本サービスを使ってもらう，そんな関係性を築くために，地域支援活動でつながるというモデルができた」と説明する。

1月からは首都圏で「生活環境整備」という新サービスを開始する。

片づけられない部屋の掃除をするサービスで，介護サービス導入前の掃除や施設入居の準備，遺品整理等を想定しているという。「娘さんの遺品整理の依頼案件では，通常の業者は有無を言わさず一括廃棄だが，地域包括支援センターから紹介を受けた私たちなら，1点ずつ思いを聞きながら整理，片づけをする。そのほうがセンター等との信頼関係もつくりやすく，結果としていろいろなことがスムーズになる」「ゴミ屋敷状態だった元トラック運転手のケースでは，ゴキブリだけが親友と言っていたのに，関係性をつくり，片づけをしたことで，介護保険サービスが導入でき，孤立せずに最期を迎えられたとケアマネが涙を流された」などと必要性を説明した古市氏は，「こうした人たちの扉を開け，介護サービスを早く入れないといけない。もう時間がない。だから，このサービスをはじめることにした。訪問看護や小規模多機能の事業所や大学等と連携し，公的サービスの隙間を埋め，痒いところに手が届く自費サービスを展開する。会話で世の中を豊かにする。そんな会社にしたい」と抱負を語った。

（記事提供＝株式会社ライフ出版社）