

B チャレ（提案公募型協働事業）【令和3年度】報告書

提出日	令和4年2月24日	記入者	清水愛子
団体名	一般社団法人グッドネイバーズカンパニー <input type="checkbox"/> 任意団体 <input type="checkbox"/> NPO 法人 <input type="checkbox"/> 企業 <input checked="" type="checkbox"/> その他(一般社団法人)		
事業名	くちビルディングで「食べると笑うを支える仲間の輪」を拓けようプロジェクト		
協働団体	<ul style="list-style-type: none"> <li>・フレイルサポーター／トレーナー</li> <li>・文京区かよい～の（コーシャ千石）</li> <li>・文京浴場組合</li> <li>・文京区社会福祉協議会</li> <li>・文京区高齢福祉課</li> </ul>		
自団体 および 協働団体 の 役割分担	<ul style="list-style-type: none"> <li>・フレイルサポーター／トレーナー：勉強会や体験会への参加。フレイルチェックの中で活用できるアイデアの具体的な取り組み</li> <li>・文京区かよい～の（コーシャ千石）：プログラムの導入、感想の共有、適宜やり方の相談</li> <li>・文京浴場組合：区民に向けた発信のための場所提供、イベント協働企画・運営、コンテンツ制作のための協力</li> <li>・文京区社会福祉協議会：「かよい～の」連絡会など地域高齢者向け情報発信のための広報協力、伴走支援</li> <li>・文京区高齢福祉課：フレイル予防の取り組みについて現状共有、フレイルサポーターと自団体との連携作りの伴走支援</li> <li>・自団体：オーラルフレイル予防プログラム「まいにち、くちビル」を軸にノウハウ移転のための資料作成、勉強会や説明会の開催、体験会の開催。高齢者巻き込みのための企画の運営・実施。</li> </ul>		
担当者名	清水愛子・児島満理奈	役職等	代表理事・運営リーダー
部門 (1か2 いずれか ○)	1 課題解決部門(該当の場合、いずれかの番号に○) (1) 幅広い年代を対象に性の多様性への理解を促す活動 (2) 地域コミュニティの継続的な運営をIT等でサポートする活動 (3) ひきこもり当事者の中間的就労の場を拡大するための活動 (4) 男性の高齢者の継続的な参加につながる地域活動 (5) オーラルフレイル予防に気軽に主体的に取り組める地域の仕組みづくりを行う活動 (6) 中学校卒業後の不登校等の孤立状態に対応できるボランティアを育成するための活動 (7) 外国にルーツがある児童・生徒についての生活や学習支援活動 (8) その他、団体の専門性を生かしたテーマで提案された取り組み  2 地域活性化部門		

<p>目的</p> <p>地域のどんな課題を解決したいかを明記提案時と再掲でも可</p>	<p>文京区内の関係者との連携を図りながら、地域全体で楽しく継続的にオーラルフレイルを取り組める環境整備を行っていく。医療従事者、主に歯科医師、歯科衛生士を対象に「オーラルフレイル予防」に関する基礎知識の共有（勉強会）と、市民に伝わりやすく行動変容につながりやすい情報提供手段の提供（レクチャーや「まいにち、くちビル」の提供）を行う。</p> <p>また、保健サービスセンター所属の歯科衛生士や歯科医師会の歯科医師らを巻き込みたい。次に非医療従事者、主にフレイルサポーターや市民の健康づくりの拠点として浴場組合との協働を勧め、地域の高齢者を対象とした啓発活動を行っていく。トップダウンとボトムアップの両軸のアプローチを試みることによって、文京区内での具体的なフレイル予防活動の実践と、実践を通じた担い手育成の手がかりを探り、モデル構築を行いたい。</p>
<p>事業内容</p>	<p>①フレイルサポーターとの協働と担い手育成</p> <p>文京区高齢福祉課との連携、くちビルディング個人競技認定トレーナーの有資格者がいるフレイルサポーターとの協業を通じて、フレイルチェックの現場や予防の取り組みの中に「まいにち、くちビル」のコンテンツを提供し、導入していただくための働きかけを行った。まず、7月にフレイルサポーター向けにオーラルフレイルに関する勉強会を開催した。すでにオーラルフレイルに関する知識を持っていた方も多くいたが、改めて基礎を確認し、重要な部分や、高齢者特有の具体的なエピソードを交えての知識提供を実施。関心が非常に高い状態で終了した。その翌月には、実際に「まいにち、くちビル」の一部を紹介し、楽しく予防できるプログラムの紹介を行った。いずれもコロナ禍のためオンラインでの開催となったが、盛り上がりは十分で、「まいにち、くちビル」を使って自分達も活動をしたいという声も挙がっていた。更なる活用に向けた取り組みを行う予定であったが、新規サポーターの募集やチームビルディングのため、一旦、活動を休止。その後、1月に新メンバーも交えて実施したフレイルチェックに参加し、具体的な活用シーンについての理解を深めたので、今後はフレイルチェックの中で実践できる内容についての勉強会、体験会等を企画する予定。</p> <p>②「かよい～の」連絡会での紹介と、既存活動への導入</p> <p>12月に開催された「かよい～の」連絡会にて、文京区におけるオーラルフレイルの現状とその重要性を示し、予防のためのプログラムとして「まいにち、くちビル」を紹介した。体操を活動内容としているグループに向けての提案を期待して実施した結果、コーシャ千石ふれあいサロンの担当者に興味を持ってもらい、実際のサロンの中で簡単な紹介を行った。もともと体操や合唱の時間を設けているが、毎回おなじ内容でマンネリ化をしていることから、新しいプログラムの提案に興味を持ってもらうことができた。今後の導入に向けては引き続きフォローを行っていく予定。</p> <p>③区民に向けた情報発信と浴場組合との協働</p> <p>文京浴場組合と協働し、オーラルフレイル予防の活動拠点として区内の銭湯を活用させていただいた。「まいにち、くちビル」の紹介動画のロケ地としての撮影協力、4月と5月にオーラルフレイル予防を啓発する銭湯企画を実施した。銭湯の利用者をはじめ、区民に向け、オーラルフレイルの認知向上のための楽しい発信を行うこと</p>

	<p>ができた。</p>
<p>協働団体 or 利用者 の声</p>	<p><u>コーシャ千石ふれあいサロン リーダー 菊池さん</u> 活動の中で講習にきてもらって、いつもやることがマンネリ化してしまう中で、違うことをすることが刺激になった。お口が大切だという認識はあり、歌を毎回歌っている。その歌の取り組みに合わせて、声の発声練習を上手くできないかと考えていたので、パパパ・タタタを発声する「滑舌川柳」などの要素を今後活動の中で取り入れたいと思っている。</p> <p><u>文京区大黒湯 店主 岡嶋さん</u> 私自身、家族の嚥下機能が低下しているということは前から気になっており、巷で話題になっているフレイルの考え方に関心があった。今回の企画を通して、フレイルの大切さを改めて感じる事ができた。 また銭湯での企画という側面では、行政の予算を活用して事業を進めることもあるため、ただ“楽しい”や“お得感”だけで終わるのではなく、社会課題に視点を置いた取り組みをしたいと考えていたので、高齢者の健康増進に関われたことは意義があったと感じている。</p>
<p>協働による 効果</p>	<p>①フレイルサポーターに対して</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・勉強会の開催によって、サポーターのオーラルフレイルに関する基礎知識を再度確認・刺激することができた。特に、フレイルの中でのオーラルの位置づけ、オーラルならではの課題、重要なポイント等を理解してもらうことができた。</li> <li>・体験会の開催では、楽しくオーラルフレイル予防に取り組むための簡単な実技の体験共有ができた。</li> <li>・フレイルチェックに参加することで、フレイルチェックの参加者のニーズ、サポーターに必要かつ求められている知識やノウハウの形が明確となり、「まいにち、くちビル」の中から提案しやすい中身が分かり、担い手もしくは使い手としての可能性が見えた。</li> </ul> <p>②「かよい～の」リーダー層にむけて</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・連絡会で、文京区のフレイル予防の中でも、オーラルフレイルの進行が課題であることを示すことができた。フレイルの取り組みの一環として「まいにち、くちビル」を紹介し1つの提案ができた。</li> <li>・2団体から関心を持ってもらい、これまで続けてきた体操や合唱の時間に「おくちの運動」として取り入れてもらえるキッカケができた。</li> </ul> <p>③文京浴場組合を通じた活動にて</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・銭湯という地域に開かれた場で、オーラルフレイルをテーマにした「くちビルの湯」を2回にわたり開催し、広く区民にオーラルフレイルに興味を持ってもらうキッカケづくりができた。</li> </ul>

<p>事業成果 および 今後の活 動予定</p>	<p>①フレイルサポーターや「かよい～の」リーダーに向けて、オーラルフレイルとその予防に関する啓発、知識や気づきの共有ができ、関心を高める一助となった。フレイルサポーター約10名、「かよい～の」リーダー層 約30名に対して実施した。</p> <p>②フレイルチェックで活用できるプログラム提示の可能性 約10名の担い手育成を目指して活動を行った結果、勉強会や体験会での知識共有だけでなく、フレイルチェックの中で使える知識、使える動作、使えるキーワード等が必要であることが分かり、具体的な提案に向けた共通認識を持つことができた。 今後、新規フレイルサポーター10名に対する勉強会の開催を予定。フレイルチェック時に使える知識や動作のノウハウ提供を行う中で、フレイルチェックに参加する高齢者向けの成果も期待できると考える。</p> <p>③区民に向けたオーラルフレイルの啓発 銭湯でのイベントや、動画制作、また「かよい～の」のサロン内での説明会等、区内の高齢者に直接的・間接的に「まいにち、くちビル」のオーラルフレイル予防プログラムを提示し、予防啓発を行うことができた。 文京浴場組合との協働では2カ月間にわたり、銭湯内にオーラルフレイル予防の啓発ポスターを掲げ、1日入浴者数100人と換算すると、のべ6万人ほど（100人×30日間×2カ月間×4浴場）の方にオーラルフレイルを届けることができたと考える。</p> <p>②に関しては、令和4年度に、より具体的な担い手育成、使い方提案を行うための勉強会、体験会を実施する予定。</p>
--------------------------------------	---

※別紙1：事業スケジュール 報告

※別紙2：収支決算報告

※別紙3：関係者マップ 報告（提案時の内容と比較できる状態）

※追加別添1：この事業を通じて制作したチラシなどのデータ

※追加別添2：この事業の様子が分かる写真のデータ（10枚以内）





## 別紙2: 収支決算報告

作成日: 令和4年2月24日

## Bチャレ(提案公募型協働事業)【令和3年度】

団体名: 一般社団法人グッドネイバースカンパニー

収入 1,000,000 円 ←下記を入力すると合計値が出る計算式が入っています。

費目	予算額	積算根拠
「Bチャレ」助成金	1,000,000 円	課題解決部門
	円	
	円	

支出 1,000,000 円 ←下記を入力すると合計値が出る計算式が入っています。

費目	予算額	積算根拠
定例ミーティング	45,000 円	定例ミーティング参加・企業MTG参加・MTG資料制作にかかる費用 1500円/時間×3時間×10回×1名
銭湯での活動	200,000 円	アイデアの企画提案・打合せ・資料作成50,000円/回×2回、ポスター撮影50,000円/回×2回
まいくち勉強会・説明会	300,000 円	全体企画70,000円/回×2回、当日進行60,000円/回×2名×2回、資料作成20,000円/回×2回
フレイルチェック導入にむけて	355,000 円	勉強会・説明会の開催、活用向け資料の作成
かよい～の啓発活動	100,000 円	啓発用資料作成、説明+デモンストレーション、フォローアップ、調整業務など

