



令和6年度 高知県立大学地域共生学研究機構 講演会

兵庫県^や養父^ぶ市における 社会的処方^{しゃく会的ちやうほう}の取組

～つながりで誰もが健康になるまちをめざして～



日時 2025年2月15日（土曜日）14:00～15:40

会場 高知県立大学 永国寺キャンパス 教育研究棟A110講義室

14:00～ 学長挨拶

14:05～ 講演

「兵庫県養父市における社会的処方の取組

～つながりで誰もが健康になるまちをめざして～」

養父市 健康福祉部 社会的処方推進課

課長 余根田 一明 氏

15:05～ 質疑応答

15:40 閉会

社会的処方への取組

～つながりで誰もが健康になるまちづくり～



養父市 健康福祉部 社会的処方推進課

1



養父市の概要

人口	21,137 人
世帯	9,061 世帯
高齢化率	40.37 % ※住民基本台帳 令和6年7月末現在
面積	422.91 km ² 84%が山林
地域指定	市全域過疎地域、豪雪地帯



「国家戦略特区」指定
「やぶ医者大賞」の顕彰（地域医療の充実）
チェロの登竜門「VIVAコンクール」の開催

主な特産品等



朝倉山椒



八鹿浅黄



但馬牛



蛇紋岩米



高原野菜



氷ノ山

2

社会的処方とは



社会的処方の考え方

「社会的処方」とは「薬と同じように『社会とのつながり』を処方することで、個々が抱える問題を解決するというもの」とあります。

例えば、うつ病を抱えている患者さんを地域の趣味のサークル活動とつなぐなど、心身の不調を治療する際に薬で対処するのではなく、地域資源を通して生活環境を変えて困りごとを解決するのが「社会的処方」のアプローチであるとされています。

＊包摂社会実現に向けての有効な手法と考えられます。

＊「包摂社会」はすべての人を排除せず、包摂し、ともに生きることができる社会を目指す考え方です。

3

『つながりで誰もが健康になるまちづくり!』において

- ◆ 生活環境や家族形態、地域社会の変化で「つながり」が希薄化し、人々が孤立や生きづらさを感じる状況の中で、「社会とのつながり」を処方し、個々が抱える問題を解決する「社会的処方」という概念をまちづくりに取り入れ、社会との『つながりで誰もが健康になるまちづくり』を目指しています。
- ◆ 「社会的処方の要はリンクワーカー」と言われています。リンクワーカーは、人の幸せのために、人や地域・社会資源、多様な住民主体の活動やコミュニティへのつながりをつくる人です。
- ◆ 養父市では、専門職をはじめ市民のみなさんがリンクワーカーとしての役割を担っていただけるようなまちづくりを推進していきます。



ヘルスコネクター(専門的LW)



コミュニティコネクター(市民LW)

4



社会的処方導入による「ヘルシーエイジング」の実現に向けて



- 課題**
- ◆ 生きづらさや孤立、孤独、悩みを感じやすい社会への対応
 - ◆ 長寿社会における効果的な介護予防施策
 - ◆ 独居・高齢者のみの世帯の増加
 - ◆ 地域のつながりの希薄化による支え合いの力の低下への懸念
 - ◆ 人口減少、高齢化による支え手の減少（2040年問題の早期到来）

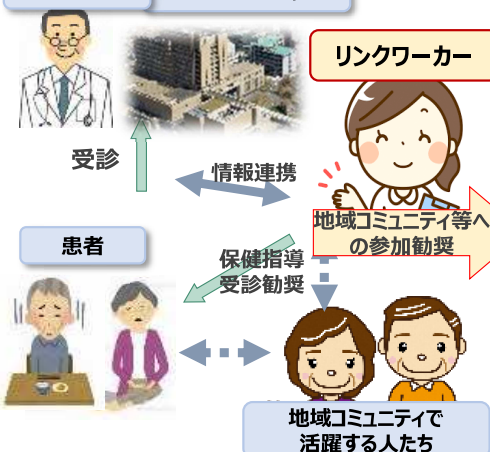
健康面とあわせて孤立など社会生活面に課題を抱える住民の増加への対応

医療との連携により、個々の社会生活環境を改善（ケア）する**社会的処方の仕組み**

R4厚労省社会的処方モデル事業を活用し、仕組みづくりを推進

兵庫県保険者協議会 & 養父市

かかりつけ医 公立八鹿病院組合



地域コミュニティ & 特有の社会資源



◆ リンクワーカーの活躍、福祉・子育て・教育分野への横展開を期待

この事業で目指すこと

～地域共生社会の実現に向けて～

- 医療、保健、福祉、介護、地域のより一層の好連携のしくみづくり
⇒ 多職種（機関）のネットワークの強化
- 属性や世代を問わない相談・支援体制の構築に向けたステップ
⇒ 狭間ニーズにも対応する庁内の相談支援体制の充実・強化
- 地域が自ら課題解決を図る地域力の維持・向上に向けた基盤づくり
⇒ 場や居場所機能の再確認と受け皿となる社会資源の発掘・開発

キーワード

相談支援・継続的支援、他機関協働、参加支援、地域づくりに向けた支援

～地域や人との**つながり**で、体も心も**健康**に生活することができる「**孤立**」しない**社会**の創造～

孤立など社会生活面の課題解決のために必要な機能



社会的処方に関する取組

- ① かかりつけ医とリンクワーカーの連携による疾病の重症化予防と社会生活面への支援の取組
- ② リンクワーカー研修（人材育成）
 - ・ヘルスコネクター（医療・介護・福祉専門職等）
 - ・コミュニティコネクター（市民等）
- ③ インフォーマルな「つなぎ先・つながる先」の見える化と発掘・開拓
- ④ 社会的処方を推進するその他の取組など
- ⑤ 資料（第3回健康調査結果を踏まえた研究のまとめ）

7

かかりつけ医とリンクワーカーの連携による 疾病の重症化予防 と 社会生活面への支援の取組

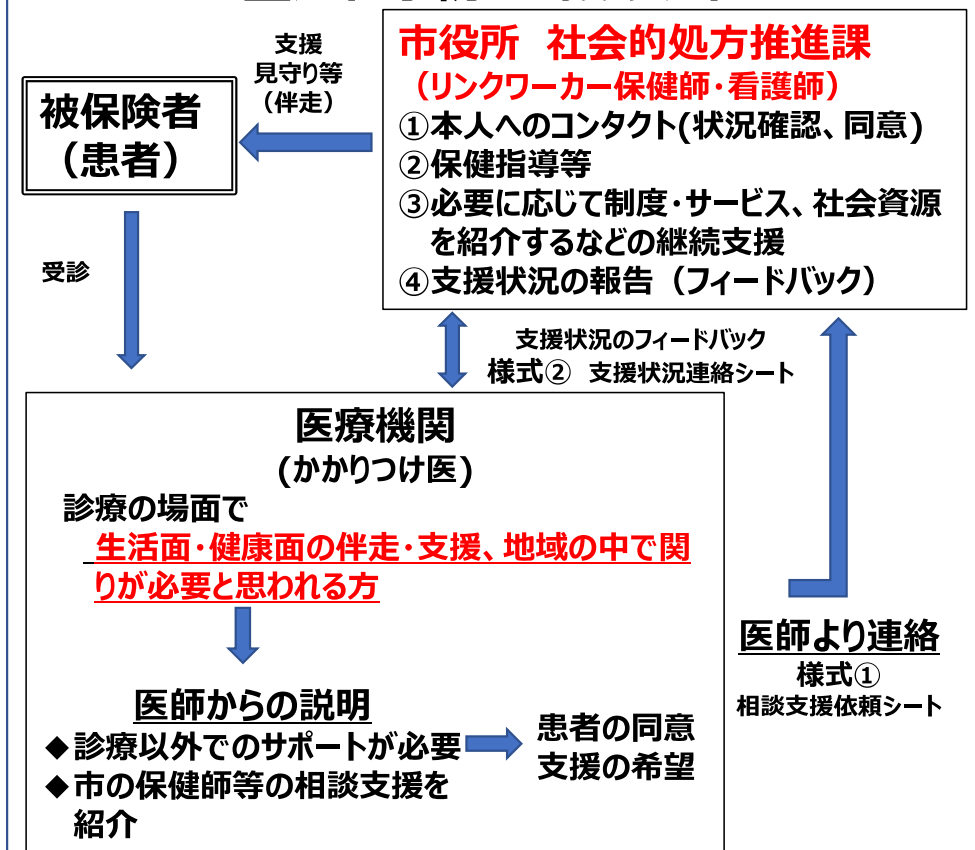


- 対象
孤立など社会生活面に課題を抱えている市民
- 期間
令和4年度から継続

【紹介事例】

- 糖尿病治療中だが、生活の場での栄養・保健指導や健康教室等へのつながりが必要
- 困りごとがありそうだが、相談相手がない
- 気持ちの落ち込みにより、身体活動が低下
- 医療費が払えない（薬剤を減らす、検査を控える）
- 身の回りのことができず、不衛生な状態
- 高齢世帯で、ひきこもりの家族がおり悩んでいる
- 制度の狭間でだれに相談していいかわからない など

重症化予防・支援の流れ



8

かかりつけ医とリンクワーカーの連携 相談支援依頼（社会とのつながり処方箋）とフィードバック

様式①

【相談支援 依頼シート】

社会とのつながり処方箋

令和 年 月 日 ()

診療の場面で、『生活面・健康面の相談支援』『地域の中での関わり』が必要と思われる方があれば、下記までご連絡ください。

連絡先 養父市健康課 079-662-3167
社会的処方推進担当 吉田・藤岡



医療機関名:

医師名:

患者氏名:

(男・女)

生年月日: S H 年 月 日生 (歳)

住所: 養父市

連絡先電話番号:

既往歴(疾患名)

○生活状況等で気になること

(診察等を通じて、患者さんの該当する項目にチェックをつけてください)

- ☐ 社会参加の機会がほしいと感じている
- ☐ 仕事がしたい
- ☐ 相談相手がほしい
- ☐ 生活習慣を変えたいと思っている
- ☐ 生活や経済的な不安を感じている
- ☐ 気持ちが落ち込んでいる
- ☐ 最近、疲労やストレスを強く感じている
- ☐ 何かをすときに面倒に感じている
- ☐ その他 ()

本人確認欄

上記の内容について相談を申し込みます。

相談支援にあたり、市保健師等と健康状態等について情報共有することに同意します。

* 個人情報(目的外)には利用いたしません。

令和 年 月 日 本人(家族)署名

様式②

【支援状況 連絡シート】

令和 年 月 日 ()

医療機関名:

医師名:



養父市健康課 079-662-3167
社会的処方推進担当 吉田・藤岡

患者氏名:

(男・女)

生年月日: S H 年 月 日生 (歳)

住所: 養父市

連絡先電話番号:

既往歴(疾患名)

○支援に関わっている関連機関等

- ☐ 市役所(社会福祉課・生活福祉、地域包括支援センター、健康課、その他)
- ☐ 高齢者相談センター ☐ ひきこもり相談センター『ボラリス』
- ☐ 相談支援事業所()
- ☐ 社会福祉協議会(支所: 生活支援コーディネーター:)
- ☐ 朝来健康福祉事務所
- ☐ 民生委員・児童委員
- ☐ 家族・親戚・その他キーパーソン
- ☐ その他(NPO、ボランティア団体等)
- 障害者手帳 無・有(口身体 口知的 口精神 部位、種 級・度 年交付)
- 介護保険 無・有
- ☐ 要支援1 ☐ 要支援2 ☐ 要介護1 ☐ 要介護2 ☐ 要介護3 ☐ 要介護4 ☐ 要介護5
- ケアマネジャー 無・有()

【主な支援内容と今後の予定】



9

社会とのつながり処方箋紹介事例(令和5年度)



【医療機関からの紹介件数】

10件(4医療機関)

60歳代 1件(男性)

70歳代 4件(男性2、女性2)

80歳代 4件(男性1、女性3)

90歳代 1件(男性)

※独居9件

⑦⑧①の事例は、
公立病院からの紹介

歯科医療機関 1件
市内からの紹介4件

参考

- ・令和4年度(モデル事業)紹介件数 9件(5医療機関)
- ・2年度間で市内14医療機関中、8医療機関からの依頼

【紹介事例】

- ①認知機能の低下、生活に支障がでている。
キーパーソンがいない。
- ②意思疎通が図り辛い。自己判断で1日複数受診する。
自宅での健康管理、内服管理が把握できない。
- ③気持ちの落ち込み、生活実態不明。必要なサービス利用等につながらない。
- ④相談相手がほしい。気持ちの落ち込み、将来への不安。
何をするにも面倒に感じる。
- ⑤金銭面の問題(冷房なし、必要な治療、サービスにつながらない)
- ⑥救急搬送にて入院、アルコール依存の既往あり。退院後の生活不安等あり。
- ⑦熱中症で救急搬送後入院中。独居、生活困窮、キーパーソンの不在等。
- ⑧最近不定愁訴が多く、独居であるため家族のキーパーソンがわからない。
- ⑨アルコール性肝炎。退院後の生活実態の把握と相談相手の希望あり。
- ⑩認知機能の低下による生活面での不安が増加等

10



【医療機関からの紹介件数】

8件(6医療機関)

20歳代 1件(男性1)

30歳代 1件(女性1)

50歳代 1件(男性1)

60歳代 1件(女性1)

70歳代 3件(男性3)

80歳代 1件(男性1)

※独居5件

C・Fの事例は、
公立病院からの紹介

☆庁内からの紹介1件

【紹介事例】

- A:禁酒が続かない。続けられるようなつながり先を紹介してほしい。
- B:気に入らないことがあると、怒ったり周りを振り回すことがあり、他者に依存しやすい。話を聴いてほしい。
- C:生活面や経済的な不安。仕事がしたい。社会参加の機会が欲しい。
- D:生活実態不明。体重減少、やせ、貧血、転倒あり。
- E:経済的な不安あり。仕事をしたい。生活習慣の改善を図りたい。
- F:独居で退院後も寂しさから多量飲酒につながる恐れあり。社会とのつながりの強化と生活改善を図りたい。
- G:介護が必要な患者の娘について、経済的な不安と介護疲れで気持ちが落ち込みストレスを感じている。ひきこもり状態で、生活習慣の改善、就業を希望。
- I:通院中の母親からひきこもりの息子についての相談。あわせて介護を必要とする親のこと、世帯収入が少なく経済的・将来的な不安を強く感じている。

参考:令和4年度(モデル事業)紹介件数 9件(5医療機関)

令和5年度紹介件数 10件(4医療機関)+歯科医療機関1件+庁内からの紹介4件

11

社会とのつながり処方箋 事例①

【基本情報】

- ◆64歳男性
- ◆独居(母親他界、父親施設入所、妹施設入所)、親戚関係疎遠
- ◆無職(63歳まで仕事をしていたが退職後は自宅での生活)
- ◆既往歴 高血圧症
- ◆その他
 - ・父親が利用していた緊急通報システムを独居で不安があり利用中
 - ・移動手段:自転車・バス

【医療機関からの紹介内容】

- ・父親と2人暮らしの生活であったが、父親が入院中(今後施設入所の予定)。
- ・生活にメリハリもなく、近所トラブル、飲酒等あり。今後が心配。
- ・生活環境について:自宅でノミが発生。

【支援内容】訪問および電話対応

- ★本人の心配事について
 - 父親の介護や今後については担当のケアマネと調整
- ★楽しみにについて
 - 「囲碁が好き・サイエンスなことがしたい」との思いからやりたいこと探し
 - 同世代の針金アートが得意な方とのマッチング
 - お父やアート村ビックラゴのイベントへの参加動機(定期イベント・音楽会)
- ★日中の過ごし方について
 - シルバー人材センター・余暇活動の提案、支援団体のサロンに参加
- ★ノミ発生時の対応について
 - 本人に消毒方法をレクチャーした結果「頑張っで自分でできそう」とのことと実施してもらいノミは消滅、発疹・掻痒感も軽減
- ★頻繁な緊急通報システムの利用
 - 緊急通報の正しい利用方法についての確認(何が不安なのか、支援者、医師と内容の共有)

主治医:介入後、定期受診外の受診や不定愁訴等の電話が減った～

【今後の支援方針】

- 継続した伴走支援
- 役割、楽しみの発見・マッチングを継続
- ★楽しみにについて
 - 囲碁と一緒にしてもらえる方を調整中
- ★日中の過ごし方について
 - 今後も継続して本人の思いを聞きながら考えていく
 - ⇒シルバー人材センターと柔軟な就業を模索、地域のサロン、余暇活動等やってみようこと探し
- 【支援協力者】
 - 区長、民生委員、近隣の支援者、支援団体、社会福祉協議会

興味・楽しいから「つながり」づくりを模索 ～針金アートを通じて～



社会福祉協議会でワークショップ化に!

針金アート仲間を増やしたい市民(保健師が把握)とのマッチング=ひとつのリンクワーク機能



・針金アート時の会場準備を手伝ってもらったことをきっかけに、週1回サロンの会場設営のボランティアを実施中

・飲酒も自らやめ、午前中から活動できるようになり、毎日散歩にも出るように

・民生委員さん、近隣の方からは、トラブルもなくなり、会話もしやすくなったという声も聞けるように

・訪問時「あなたも元気だった?」と自ら声をかけてくれるように

12

社会とのつながり処方箋 事例② (令和5年8月に処方)

【基本情報】

- ◆70歳代女性
- ◆独居(夫17年前に他界)
- ◆無職(以前はホームセンターに勤務)
- ◆既往歴 脱水、横紋筋融解症等
- ◆その他
 - ・年金以外にすぐに用立てれる資金がない
 - ・移動手段:自家用車(11月で車検が切れるのを機に免許返納を検討中)

【医療機関からの紹介内容】

・熱中症に罹患して入院となる。エアコンが故障し、すぐに直すことも購入もできない状態で、お盆明けまで社会的入院となる。生活環境等が整わなければ、再入院になる可能性も高いため介入を希望。

エアコンが故障しているが資金貸付の手続き等の調整ができない

親族、近隣との関係性がよくない

年金だけでは生活が大変。携帯料金も月2万円…

猫2匹のエサ代も月4千円…猫だけが待ってくれている

生活環境を整え、経済的な心配事を一緒に考え関わることで前向きな言動がみられるように

「本人主導の対話」を実践：ポジティブヘルス
自己を理解し、本人の持つ回復力に焦点をあてる関わり

「自分に合った仕事があるかどうかかわからないけど、シルバーに入会してみようかな」

「お金を少しでも貯めて、車検を受けて運転できるように頑張ってみる！」

「ハローワークで出来そうな仕事を見つけてきたよ！私頑張ってるよね」

「みなさんに関わってもらって、少しでもできることをしようと思えるようになった」

- ・地域の行事への参加(できることはやってみようと、嫌なことを言われても…)
- ・お肉の加工事業所への就労が決定！
- ・車検代を貯めて、自家用車が使用できるように貯金を開始～
- ・自分の健康のために「健康教室」への参加

【支援内容】訪問および関係機関へ調整

★エアコン購入において

社協と調整⇒善意銀行社会福祉援助資金貸付の手続きに同席し、本人の思いを伝える。その後、省エネ家電買換え補助金の申請を紹介し、エアコンを購入。

★楽しみにについて

仕事をしてみたい⇒シルバー人材センターと出来ることを調整中。
健康教室への参加

★生活の困りごとの相談先の紹介

⇒社協および社会的処方推進室

その他にも携帯料金の見直し、買い物リストの作成(必要なものかどうか)、地域の日役の参加など

主治医:このまま退院してもまた再入院になってしまう

【今後の支援方針】

仕事・楽しみの支援、見守りレベルで継続

【支援協力者】

社協、民生委員、シルバー人材センター、社会的処方推進室

13



養父市における多機関協働による社会的処方推進モデル



民生委員・区長

医療機関

趣味の会
住民

医師・看護師・SW



社会福祉法人
養父市社会福祉協議会

ふれあい訪問員
生活支援コーディネーター

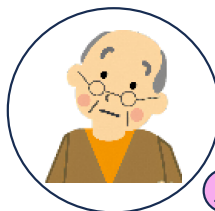
養父市地域包括支援センター

保健師・ケアマネ・社会福祉士

高齢者相談センター

相談員

公益社団法人
養父市シルバー人材センター



猫の手くらぶ

お気軽にお問合せください

一般社団法人 猫の手くらぶ
(〒667-0306 養父市大屋町宮垣224-122)

相談支援、制度の狭間のアウトリーチ型支援などつなぎ先として、大きな存在

養父市社会的処方推進課

保健師・コミュニティナース

地域自治組織(校区自治協議会)

14

リンクワーカーへ相談支援を依頼した医師のコメント（令和4年度モデル事業）

◆仕組みに関するコメント

- 医療だけではどうにもできない生活面に課題を持つ患者をつなげる（相談する）窓口・手段ができて大変ありがたい。
- 病気以外の社会的ケアを担ってくれる機能と連携できる仕組みは助かる。
- 制度の狭間をサポートできる仕組みであり有意義な取組。
- 医療含めていろんな支援があることを患者が知ることが安心につながる。
- リンクワーカー（連携役）となる保健師の負担が増えることが気になり。
- 取組の継続・発展を期待。



◆個別事例に関するコメント

- 不明であった患者の生活環境の情報が得られ、医療側の不安解消につながった。
- 不定期の困った受診（2週間に3・4回）や、体調不良を理由とした相談電話が解消し、スタッフの負担が軽減。
- 重複多剤など本人の歪んだ考え方を变えることを期待して紹介したが、考え方は変わらなかったものの、薬局一本化につながり、服薬管理の不安が減少。
- 重度の疾病を抱えるひきこもり事案が医療・介護につながり、今は本人が受診できる状況になっていることはこの事業の成果。
- 先行きへの不安が強かったことから紹介したが、他人には話せないことを吐露でき、本人も希望が持てたと喜んでいた。

◆依頼に至らなかった医師のコメント

- 予防的観点から50代のひきこもり気味の患者を紹介しようと考えたが、本人が承諾されなかった。本人に困りごとがないと依頼につながらない。
- 患者の悩みにつながっている家族案件を依頼しようと考えたが、家族が躊躇した。別件候補もあったが、市役所に出入りしている立場上、承諾が得られなかった。

15

社会的処方に関する取組

- ① かかりつけ医とリンクワーカーの連携による疾病の重症化予防と社会生活面への支援の取組
- ② リンクワーカー研修（人材育成）
 - ・ヘルスコネクター（医療・介護・福祉専門職等）
 - ・コミュニティコネクター（市民等）
- ③ インフォーマルな「つながり先・つながる先」の見える化と発掘・開拓
- ④ 社会的処方を推進するその他の取組など
- ⑤ 資料（第3回健康調査結果を踏まえた研究のまとめ）

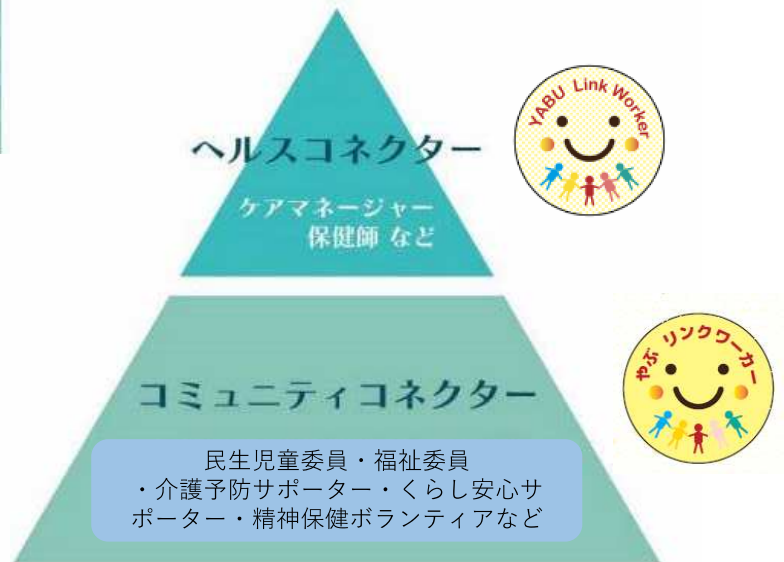
人與人、地域と人をつなぐ リンクワーカー

● 考え方と役割

リンクワーカーとは、人のしあわせのために、人や地域・社会資源へのつながりをつくる人です。

● 2つのリンクワーカー

リンクワーカーは大きく分けて2つあります。ケアマネや相談支援専門員、保健師など専門的な知識をもってつないでいく専門的リンクワーカー（ヘルスコネクター）。地域の中でつながりをつくるリンクワーカー（コミュニティコネクター）があり、民生児童委員や福祉委員、他にも養父市に暮らすすべての人がリンクワーカーになり得ます。



17

令和4年度 リンクワーカー養成研修（ヘルスコネクター）

○対象 介護福祉事業所、公立八鹿病院、社会福祉福祉協議会、県立但馬長寿の郷、養父市役所などに勤務する医療介護福祉専門職（介護支援専門員、生活支援コーディネーター、医療療養ソーシャルワーカー、保健師、看護師、相談支援員など）

○ねらい 社会的処方による課題解決の基本的な考え方と技術を学び、地域包括ケアや地域共生社会の実現に向けて、現場での実践に活かす

○目標

- ・制度に縛られない考え方の浸透
- ・社会的処方に対する共通理解
- ・専門職同士の顔の見える関係づくり

◆インフォーマルな資源を使えるようになろう！
◆その人に合った支援って何だろう？
◆ソーシャルワークをレベルアップしよう！

○研修の内容

◇テーマを明確にし、3回シリーズで開催

- 1日目：「社会的処方とは」
- 2日目：「リンクワーカーの役割」
- 3日目：「地域コミュニティ・社会資源の活用」

3回の研修に市内で活躍する専門職が延べ126人、総勢71人が参加！

◇社会的処方、ソーシャルワークに精通する講師陣による講義&演習

近藤尚己氏

（京都大学大学院医学研究科社会健康医学系専攻社会学分野主任教授）

長嶺由衣子氏

（国立大学法人東京医科歯科大学非常勤講師）

吉江悟氏

（一般社団法人Neighborhood Care 代表理事）

佐伯亮太氏

（播磨町まちづくりアドバイザー/合同会社Roof共同代表）

18

令和4年度モデル事業実施における課題や、研修内での専門職による意見交換を踏まえ、社会的処方やリンクワーカーの心得、役割、取組内容などをまとめた「リンクワーカーガイドブック」を作成。

養父市版

リンクワーカーの10要素

この10要素は、リンクワーカー研修でおこなった意見交換で話し合った内容から作成しました。

1 人と人のつながりは地域の大事な資源だと捉えよう。

孤独はタバコ15本分に相当する死亡リスクです。人と人のつながりは地域にとって大事な資源です。

つながりを大切に！

3 伴走上手になり、聞き上手になり、つづやきを拾おう。

本人のやりたいこと、気になることを急に語ってくれるわけではありません。まずは伴走し、聞き上手になり、つづやきを拾ってみましょう。

うまくいかない時は、つづやきを拾おう

5 当事者の居場所や出番、生きがいを当事者と共に作ってみよう。

地域に本人がやりたいことができる場所があるとは限りません。居場所や出番がない場合は、一緒に作ってみましょう。

2 当事者の生活や暮らしを見つめよう。

相手に合わないつながりを無理やり押し付けてはいけません。その人に合った場所はどこか、まずは生活や暮らしを見つめてみましょう。



4 つないでうまく行かない場合はつなぎ直そう。

つないでうまくいかない場合も少なくありません。うまくいっているか気かけ、うまくいかない場合はつなぎ直そう。

6 地縁型（自治会や自治協）だけでなく趣味やコミュニティも大切にしよう。まだまだ地域はと謙虚になろう。

地縁型のコミュニティも大事ですが、その地域以外の人でみたいことややりたいことでつながるテーマ型コミュニティを対象にしたコミュニティなのか見極めることも大事です。人々がいます。まだまだ知らないことは多くあります。

7 当事者、専門職の立場を超えて、情報交換する場に参加しよう。

医療、福祉、行政、住民、当事者、さまざまな立場から見えているものは異なります。職種を超えて情報交換する場に参加してみましょう。

情報交換の場に行こう！

9 まずは小さく始めてみよう。

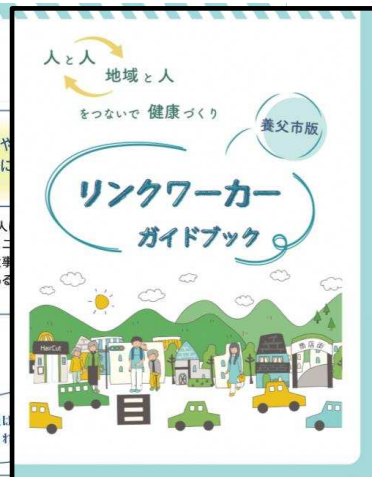
リンクワーカーとしていきなり大きなことをする必要はありません。まずは小さく始めてみましょう。

8 意識して、雑談をしてみよう。

雑談から地域の情報が入ってくるかもしれません。外出したとき、気になる場所に寄って雑談をしてみましょう。

10 支援者も楽しみ、健康であることを大切にしよう。

リンクワーカーも健康で、楽しむことが重要です。困ったときは、別のリンクワーカーに聞いてみましょう。



養父市版リンクワーカー 10の要素カード

リンクワーカーカードとは

◎このカードは、リンクワーカーのみなさんが日々の振り返りやケース検討に使えるものです。

◎カードはリンクワーカーとして大切にする視点がまとまっています。このカードはひとつのきっかけです。きっかけからどんどん話題を広げていきましょう。

当事者の生活や暮らしを見つめよう
★生活や暮らしを見つめるときに大切にしている視点はどんなことですか

リンクワーカーの10要素カード



リンクワーカーの要素（抜粋）



人と人のつながりは地域の大事な資源だと捉えよう

★知っていることを話そう！

「地域で●●が得意な人がいます」

＊孤独はタバコ15本分に相当する死亡リスクです！人同士のつながりは地域にとっても大事なものです。



聞き上手になり、つぶやきを拾おう

★聞き上手になろう！

つぶやきをひろう時はどんなことに注目（観察）しますか

＊本人のやってみたいこと、気になることを焦らず、聞き上手になり、つぶやきを拾ってみましょう。



当事者の生活や暮らしを見つめよう

★生活や暮らしを見つめるときに大切にしている視点はどんなことですか

＊相手に合わないつながりを無理やり押し付けてはいけません。その人にあった場所はどこか、まず生活や暮らしを見つめてみましょう。



当事者の居場所や出番、生きがいを当事者と共に作ってみよう

★考えてみよう

当事者のどんな生きがいを見つけようとしていますか

＊やりたいこと、場所や出番がない場合は、一緒に考え作ってみましょう。



自らも楽しみ、健康であることを大切にしよう

＊リンクワーカーも健康で楽しむことが重要です。困った時は相談してくださいね～

23

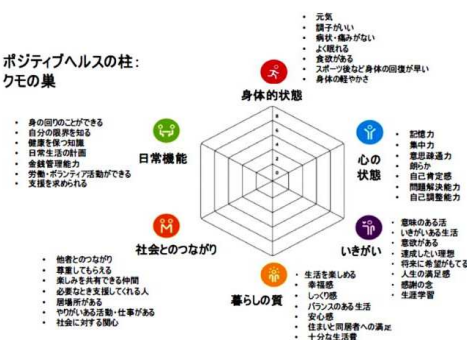


「ポジティブヘルス：クモの巣」の活用にあたって

「ポジティブヘルスの柱：クモの巣」は『本人主導の対話』する材料としてのみ使用します。

- ・自己理解し、本人の持つレジリエンス（回復力）に焦点をあてる
- ・問題に焦点を当てた、評価や指導ではなく、対象者の全体に焦点を当てた自己理解を促す対話の実践
- ・対話を通じて、本人自身がどういう状態にいるのかを理解するもの

ポジティブヘルスの柱：
クモの巣



庁内保健師・相談専門職等を対象に研修会を開催

参加者28人



- ＊相談者の中にきっと答えがある
- ＊自分らしくあること
- ＊「ポジティブヘルス」はまず実践してみて効果を感じていきましょう
- ⇒実践してうまくいったこと、難しかったことを共有していきましょう

令和6年度リンクワーカー研修



リンクワーカーの輪を広げよう！
ポジティブヘルスを学んで使ってみよう

令和6年度
 養父市リンクワーカー（ヘルスコネクター）研修
 【対象】市内のケアに関わる専門職等

第1回
ポジティブヘルスを学ぶ

日時 11/28（木） 13:30～16:00
 場所 兵庫県立 但馬長寿の郷 第3・4研修室

人の“エネルギー”に注目する『ポジティブヘルス』とは？
 2011年にオランダの家庭医マフトルド・ヒューバー氏が唱えた、新しい健康の概念。「社会的・身体的・感情的な問題に直面したときに適応し、本人主導で管理することが『健康』という定義です。※IHCD-HUB」新たな出会いと発想をHPより引用

講師 **紅谷 浩之氏**（べにや ひろゆき）
 医療法人社団オレンジ理事長 / ほっちのロッヂ共同代表

2011年 在宅医療を専門に行う「オレンジホームケアクリニック」を開設。その後、医療ケア児の活動拠点「オレンジキッズケアラボ」や、まちなかで住民の相談に応じる「みんなの保健室」、地域の幼少中一貫校との連携による病児保育を中心とした在宅医療拠点「ほっちのロッヂ」を立ち上げられるなど、数多くのプロジェクトを展開されている。

6つの指標から、ポジティブヘルスを評価する「クモの巣チャート」
 ① 身体の状態
 ② 心の状態
 ③ いきがい
 ④ 暮らしの質
 ⑤ 社会とのつながり
 ⑥ 日常機能

※IHCD-HUB」新たな出会いと発想をHPより引用

第2回
 日時 12/18（水） 13:30～15:30
 場所 やぶ市民交流広場 YBファブ 大会議室
妄想事例検討会
 多職種な専門職同士で、社会的処方3つの要素「人間中心性」「エンパワメント」「共創」を妄想事例から検討・意見交換します。

第3回
 日時 2/26（水） 13:30～15:30
 場所 やぶ市民交流広場 YBファブ 大会議室
クモの巣チャート実践事例持ち寄り会
 実践したポジティブヘルスの取り組みを持ち寄って意見交換会します。



25

令和4年度 市民向けリンクワーカー研修



- ◆日時：令和5年3月1日13:30～15:30 ◆県立但馬長寿の郷 郷ホール
- ◆テーマ：地域コミュニティ・社会資源の活用 ◆参加者：79名（別途職員20名程度参加）

◆主な内容

① 講話

「養父市の社会的処方 ～つながりで誰もが健康になるまちづくり～」

講師 守本 陽一氏

（医師/一般社団法人ケアと暮らしの編集社 代表理事）

② 講義・演習

「地域コミュニティ・社会資源の見つけ方・つなぎ方」

講師・ファシリテーター 佐伯 亮太氏（合同会社Roof共同代表）

適宜、グループワーク



26

みんなで孤立をなくせ!超高齢社会体験ゲーム「コミュニティコーピング」

人と地域資源をつなげることで「社会的孤立」を解消する協力型ゲーム!

～よりよい地域にするために自分たちに何ができるだろう～

出前講座実施中～
市民リンクワー
カーになろう

コミュニティコーピングの誕生



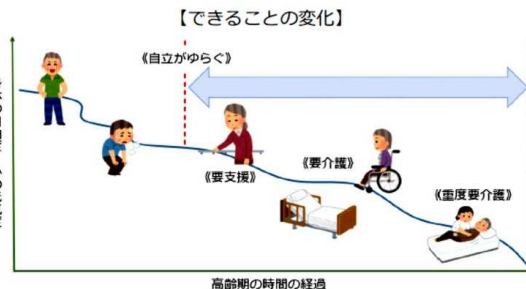
コーピング『対処する・課題と向き合う』



➢ 2020年10月オンライン版、翌年7月ボードゲーム版をリリース ➢ 超高齢社会の様々な課題と向き合い対処する



ボードゲーム版、オンライン版共に
商標登録されています。



どのようなことが起き、何が必要となり、どういった選択ができるのか、
私たちは知っておく必要があります。

社会的孤立とは?



ゲームのコンセプト



➢ 「必要なときに必要な助けが届かない状態」を解消したい!!

➢ 地域みんながプレイヤー



地域の中で支援が届かずに悩みを抱える人に対して、人や地域資源をつなげることで、
悩みを解消し社会から孤立することをなくすことができる。

その大切さと気づきを知ることが、現実の社会で起きている社会的孤立の解決ヒント
にかस्तと考えています



誰が何を得意なのか? お互いを理解することが
ゲームだけでなく実際の社会でも大切です

27

現在、進めている市民向けリンクワーカー研修

出前講座(体験会)実施中～市民リンクワーカーになろう



認定ファシリテーター(市保健師、コミナス、社協生活支援コーディネーター等)がコミュニティコーピング体験会を通して、社会的孤立への意識づくりとリンクワーカーの仲間づくり!



介護予防・つながりサポーター養成講座



子育て中のママさん友達

実施した体験会

- ・養父市議会議員勉強会
- ・やぶばた会議(相談支援実務者会議)
- ・芸術文化観光専門職大学受入実習
- ・養父市自立支援協議会全体会
- ・市役所新任職員研修
- ・県養成医学生夏季セミナー
- ・社会福祉法人さつき福祉会勉強会
- ・介護予防・つながりサポーター養成講座
- ・公立八鹿病院看護師有志による勉強会
- ・子育て中のママさん友達 など

参加者の気づき・感想(ゲーム終了後の振り返りから)

◇ゲーム中で印象に残っていること

- ・話を聴いて解決することは現実でもあり、話をきくのは大事だと思った。
- ・コーピングで解決できた時はものすごくうれしい。
- ・各地区で同じような悩みをかかえている人がいる。悩みは表面化しにくく増加傾向になりそうだった。

◇ゲーム全体を振り返ってより良い地域にするには自分はどんなことができますか。

- ・ひとりで解決できないことは周りにも助けを求める。困りごとを相談できる人・場所を知っておく。
- ・自分の出きること、周りのできることを知る。
- ・気づきがあったら次のアクションにつなげる。

28

社会的処方に関する取組

- ① かかりつけ医とリンクワーカーの連携による疾病の重症化予防と社会生活面への支援の取組
- ② リンクワーカー研修（人材育成）
 - ・ヘルスコネクター（医療・介護・福祉専門職等）
 - ・コミュニティコネクター（市民等）
- ③ インフォーマルな「つながり先・つながる先」の見える化と発掘・開拓
- ④ 社会的処方を推進するその他の取組など
- ⑤ 資料（第3回健康調査結果を踏まえた研究のまとめ）

31

社会的処方ポータルサイト「つながるDAY YABU」

- ◆市で行われているつどいの場の情報を集約し“つながる先・つなげる先”を見える化した社会的処方ポータルサイト『つながるDAY YABU』をR6年1月に開設。
- ◆地域活動や、誰もが参加できそうなつどいの場の情報の発信、つながる先の情報、コミュニティナースの活動記録、地域のライターによる市民活動・まちづくりに関する「つながるレポート」等を掲載。



2024.8.1現在175
活動が登録



社会的処方ポータルサイト
つながるDAY YABU
<https://tsunagaruday-yabu.jp/>



※情報は随時募集し、登録を行っていきます

32

無理しない地域づくりの学校の開催

まちを元気にする市民活動のきっかけづくりのため【KANAUカレッジ】を開講。この学校は小さな想いやアイデアを見えるカタチにする新しい学びの場。

「やりたいことはあるけど、何をすれば良いかわからない」「休日に何か楽しみが欲しいけど、やりたいことが見つからない」「この地域が好きで、もっといろんなことを知りたい」などとモヤモヤしている人たちと一緒に、出会いやつながり、発見をきっかけにこころの中にある想いを見えるカタチにしていく。



9名（男性5名、女性4名）の受講生によりスタート。

<受講生>

- ・男性の集うコミュニティが少ないことから野菜作りのファンクラブの立上げを目指す方
- ・子育て世代の子どもを介さない居場所づくりをしたいというアイデアを持っている方
- ・親から引き継いだ農地を含めた豊かな農村風景を残したいという方
- ・より多くの方が自己表現を自由にできる地域であるために音楽文化を根差したいという方
- ・地域の医療を維持していくために病院スタッフと地域が協力しあえるきっかけづくりをしたい方
- ・SNSと対面の中間の関係性づくりをしてみたい方 など

33

無理しない地域づくりの学校 養父



講師 | 小野 寛明氏 (有)エコカレッジ 代表
竹端 寛氏 兵庫県立大学環境人間学部教授

第1回 「想いやアイデアを整理してみよう」

日時 | 令和6年8月3日（土）10:00～12:30
場所 | 養父公民館2階 A研修室
参加 | 受講生9名



第2回 「A×Bの発想を話してみよう」

日時 | 令和6年9月7日（土）10:00～12:30
場所 | 関宮地域局2F 視聴覚室
参加 | 受講生6名

第3回 「小さなアクションプランを作ってみよう」

日時 | 令和6年10月5日（土）10:00～12:30
場所 | おおやアート村BIG LABO 集会室
参加 | 受講生5名



第4回 「誰にも伝わる言葉にしてみよう」

日時 | 令和6年11月2日（土）10:00～12:30
場所 | 大雨によりリモート開催
参加 | 受講生6名



12月～1月にかけて、受講生と講師の個別面談

「やりたいこと・できること」を整理して、1月18日（土）に報告会を開催。5人が発表！

34

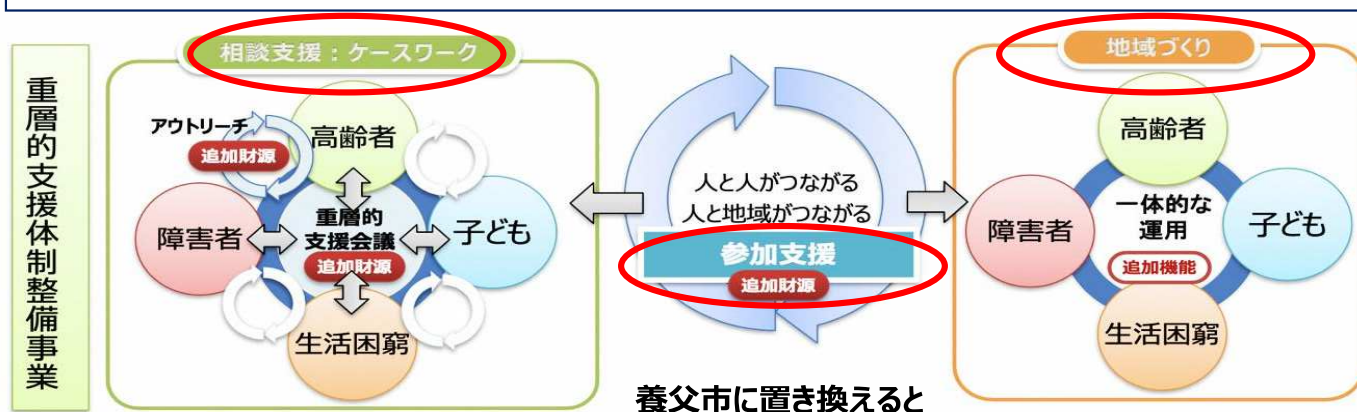
社会的処方に関する取組

- ① かかりつけ医とリンクワーカーの連携による疾病の重症化予防と社会生活面への支援の取組
- ② リンクワーカー研修（人材育成）
 - ・ヘルスコネクター（医療・介護・福祉専門職等）
 - ・コミュニティコネクター（市民等）
- ③ インフォーマルな「つなぎ先・つながる先」の見える化と発掘・開拓
- ④ 社会的処方を推進するその他の取組など
- ⑤ 資料（第3回健康調査結果を踏まえた研究のまとめ）

35

重層的支援体制整備事業の実施

「社会的処方」を通じて、分野・属性を超えた支援の一体的実施の仕組みをつくる



養父市に置き換えると

相談支援

- ・市内相談体制の連携、整理
 - ☞ 複合課題情報共有のための仕組み
- ・アウトリーチ型の相談事業の強化
- ・社会的処方推進会議の設置（調整中）
 - ☞ 多機関による会議体の設置
 - 「支援会議」（本人同意なし、守秘義務等）に位置づけ

参加支援

- ・ケースの積み上げ
 - ☞ 人と地域をつなぐ参加支援事業の創設
 - ☞ （一社）猫の手くらぶへ委託
- ・コミュニティーナースの活動
 - ☞ 住民の暮らしに寄り添い、緩やかなまちづくりをコーディネート
- ・リンクワーカーの育成

地域づくり

- ・KANAUカレッジ（養父市無理しない地域づくりの学校）の開催
 - ☞ テーマ型市民の活動立ち上げ支援
- ・市民・地域活動の支援
- ・自治協機能の強化
- ・YBファブ、BIGLABOなど芸術文化交流拠点の活用

ヘルスコネクター（専門的LW）研修

- ☞ 顔の見える関係性づくり、事例の共有、本人中心の支援（ポジティブヘルス対話ツールの実践）

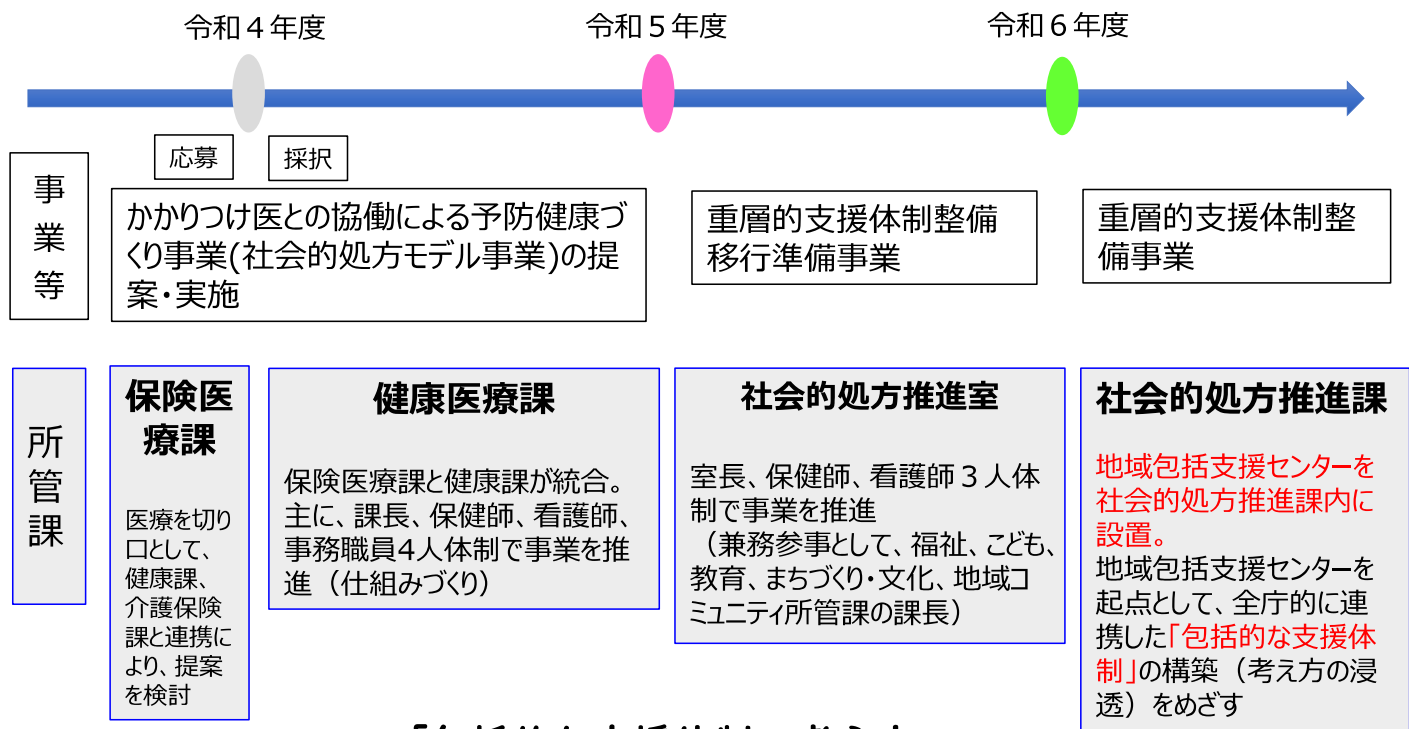
コミュニティコネクター（市民LW）

- ☞ コミュニティーコーピングによる意識の醸成

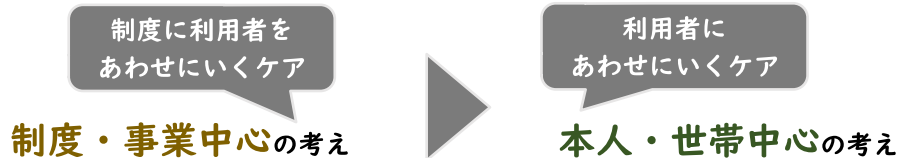
・社会的処方ポータルサイト「つながる DAY YABU」の運営

36

庁内推進体制の変遷



「包括的な支援体制の考え方」



37

社会的処方を推進するその他の取組①

令和6年3月2日～31日の間、やぶ市民交流広場（YBファブ）市立図書館に「社会的処方」に関するコーナーを設置。新たに関連書籍56冊を蔵書として購入。



社会的処方推進室×養父市立図書館コラボ企画展示
「社会的処方に関する図書」

※展示の本は、『社会的処方 Expo』（主催：社会的処方研究所）関連イベントとして、京都の大垣書店で開催された『社会的処方の本100冊』の展示販売本リスト（……省略……）を参考に選書しています。

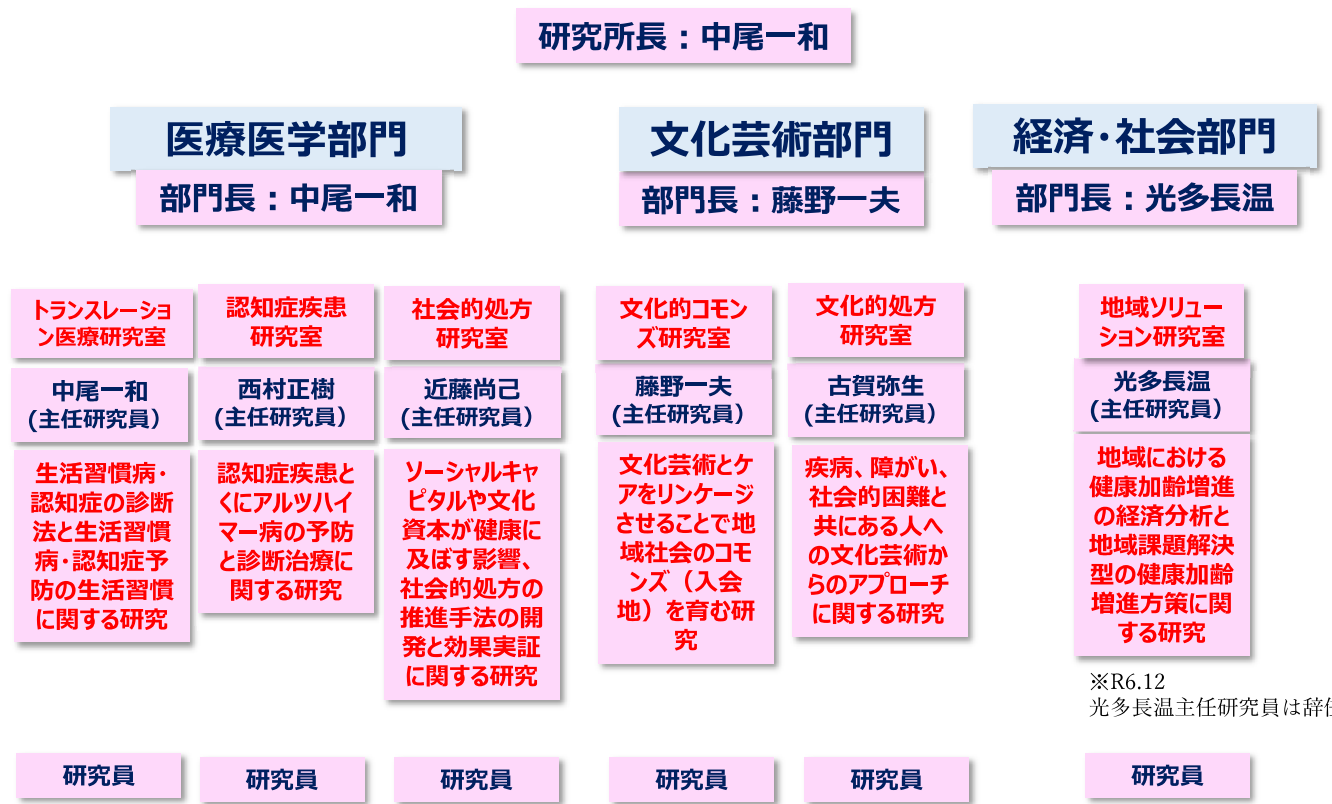
38

目的

本法人は、医療、文化・芸術及び経済分野の連携により、健康加齢を促し、市民の幸福度の向上に向けた調査・研究・提言・支援等の取組を、地域の実情を踏まえ、且つ国際的な視点を取り入れながら行うことで、市民が幸福に暮らしていける持続可能な地域共生社会の創造に寄与することを目的とする。

評議員		設立時	役員			設立時
氏名	現職等		役職	氏名	現職	
永井 良三	自治医科大学学長		理事	中尾 一和	京都大学大学院医学研究科メディカルイノベーションセンター特任教授	
平田オリザ	芸術文化観光専門職大学学長		理事	近藤 尚己	京都大学大学院医学研究科社会健康医学系専攻社会疫学分野教授	
川崎 博也	株式会社神戸製鋼所特任顧問		理事	竹安 栄子	京都女子大学学長	
清原 桂子	前神戸学院大学現代社会学部教授		理事	西村 正樹	滋賀医科大学神経難病研究センター分子神経病理学部門教授、公立八鹿病院院長	
広瀬 栄	養父市長		理事	藤野 一夫	芸術文化観光専門職大学副学長	
枚田 一広	養父市医師会長		理事	光多 長温	公益財団法人都市化研究公室理事長	
宮本 厚子	養父市社会福祉協議会会長		理事	米田 規子	養父市教育長	
木戸 朝子	前養父市教育委員		理事	世登 英明	養父市健康福祉部長	
		※R6.10広瀬栄評議員は辞任	監事	松田 理明	松田公認会計士事務所（公認会計士）	
			監事	千葉 義幸	ちば脳神経内科クリニック院長 養父市医療福祉アドバイザー	
			※R6.12光多長温理事は辞任			41

医療文化経済グローバル研究所 研究部門組織図



医療文化経済グローバル研究所 市民講座「養（よう）」

「健康」「幸福」に関する市民講座を市内各地で定期的を開催。

2024年 医療・健康 × 文化・芸術 × 経済・社会

5/25(土) 会場 関宮ふれあいの郷 2F 集会室
13:30-15:30 会場 養父市関宮 193

挨拶とメッセージ (基の上なる飲み方)・代表理事兼研究所所長 中尾一和
「認知症にどう立ち向かうか」・「社会経済から見た健康加齢」

西村 正樹 (基の上なる飲み方) 光多 長温 (社会経済から見た健康加齢)

Guest! アトラクション・パフォーマンス
吉田村 (認知症と向き合う生き方) アトラクション・パフォーマンス
エンターテインメント 第3回 市民講座「養」
(日時) 7月20日(土) 13:30-
(会場) おおやホール
(入場) 無料

医療文化経済グローバル研究所

第3回 市民講座「養（よう）」

2024年 医療・健康 × 文化・芸術 × 経済・社会

7/20(土) 会場 養父市立おおやホール (養父市大庭町山部7番地)
13:30-15:30

挨拶とメッセージ 「認知症予防に有効な生活習慣」中尾一和 「おせつがい」で健康の輪を広げよう
「つながりを楽しむ文化芸術」
～認知症、パーキンソン病と演劇・ダンス
「あさやなぎ」で健康の輪を広げよう

古賀 弥生 (おせつがい) 近藤 尚己 (つながりを楽しむ文化芸術)

アトラクション・パフォーマンス
あさやなぎ (認知症予防に有効な生活習慣) アトラクション・パフォーマンス
第4回 市民講座「養」
(日時) 9月14(土) 13:30-16:00
(会場) 養父市立ビバホール
(入場) 無料

2024年 医療・健康 × 文化・芸術 × 経済・社会

9/14(土) 会場 養父市立ビバホール
13:30-16:00

特別講座 市民講座「養（よう）」
認知症への理解を深めよう!!
～認知症との共生と予防、先端治療の姿、養父市をめざして～
※ 9月21日は特別イベント開催予定です

～オープニング～
ダンスパフォーマンス えむきっど (ダンスダンスサークル)

挨拶とメッセージ 「生活習慣と認知症」 中尾一和 代表理事兼研究所所長 (京都大学名誉教授)
「いま」を共に楽しむ認知症ケア
～介護者は俳優になろう～

菅原 直樹氏 (現職: 認知症ケア 中尾一和、代表理事兼研究所所長 (京都大学名誉教授))
座長: 近藤尚己 (山形大学名誉教授 (認知症ケア))

アトラクション
チェロ演奏 村上 真麻南氏 (第1回: 認知症と向き合う生き方) 第2回: 認知症と向き合う生き方

認知症の正しい理解を深めよう
～認知症医療とケアを追い求めて～

藤本 直規氏 (認知症の正しい理解を深めよう) 座長: 西村正樹 (認知症の正しい理解を深めよう)

2024年 医療・健康 × 文化・芸術 × 経済・社会

11/30(土) 会場 兵庫県立但馬長寿の郷 郷ホール
13:30-15:30 (養父市八雲町国木594-10)

挨拶とメッセージ 中尾一和 代表理事兼研究所所長 (京都大学名誉教授)
～医療文化経済グローバル研究所の提案する認知症プロジェクト～

ヘルスツーリズム
～地域の資源を活用して 自然と健康になるまちに～

高橋 伸佳氏 (芸術文化観光専門職大学 芸術文化・観光学部 准教授)

アトラクション
ダンスパフォーマンス 心舞-shinbu (芸術文化観光専門職大学ダンス団体)
コンテンツ・ダンスを中心とした様々なダンスを踊り、観る人の心を繋ぎ合わせることを目指して活動。

栄養・食生活から考える認知症予防
～健康長寿を目指して できることから始めよう～

中山 玲子氏 (京都女子大学副学長 (学術研究) / 地域連携研究センター長 (名誉教授))

43

社会的処方に関する取組

- ① かかりつけ医とリンクワーカーの連携による疾病の重症化予防と社会生活面への支援の取組
- ② リンクワーカー研修（人材育成）
 - ・ヘルスコネクター（医療・介護・福祉専門職等）
 - ・コミュニティコネクター（市民等）
- ③ インフォーマルな「つながり先・つながる先」の見える化と発掘・開拓
- ④ 社会的処方を推進するその他の取組など
- ⑤ 資料（第3回健康調査結果を踏まえた研究のまとめ抜粋ほか）

第3回養父市健康調査結果を踏まえた研究のまとめ(抜粋)①

社会的孤立※

※同居家族以外との、対面・非対面での交流頻度が週1回未満



社会的に孤立している人の割合は、顕著に増加。

45

第3回養父市健康調査結果を踏まえた研究のまとめ(抜粋)②

ターゲット層の特性

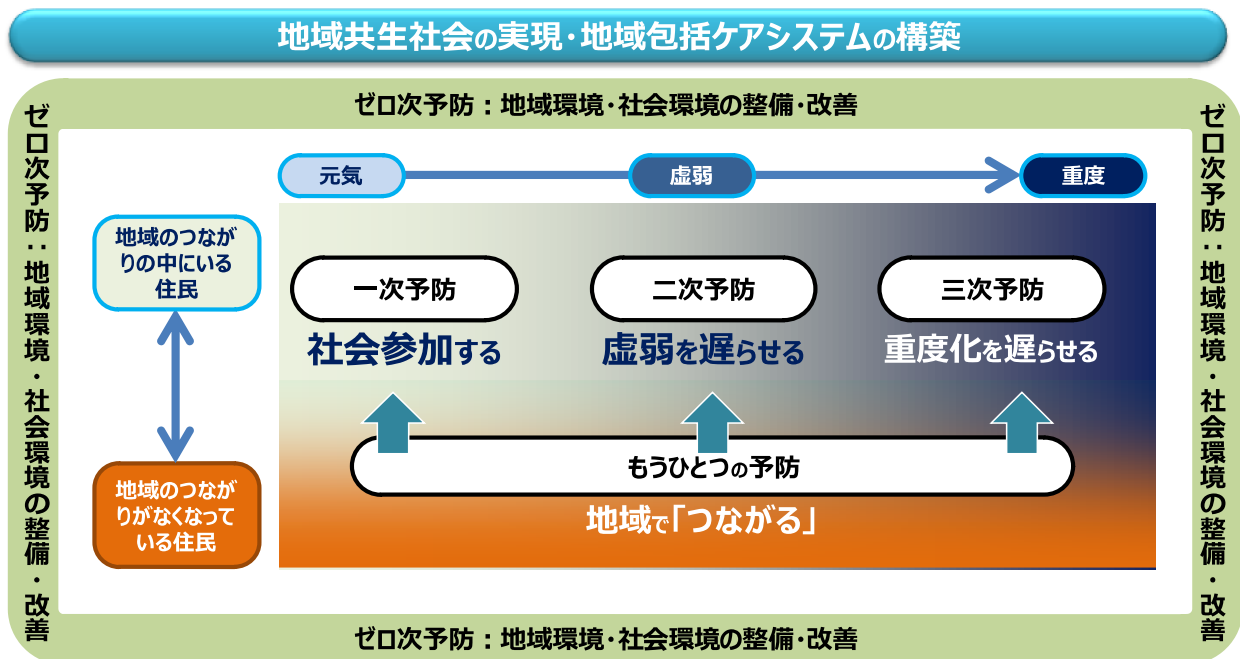
□ 2022年データより 第1ターゲット

	<200万円 孤立あり (20.3%)	<200万円 孤立なし (28.4%)	≥200万円 孤立あり (17.3%)	≥200万円 孤立なし (34.0%)
男性	67.0	40.0	66.9	45.5
75歳以上	45.2	42.8	36.4	41.9
フレイル	40.2	25.6	30.2	20.0
抑うつ	44.0	32.2	29.4	22.6
独居	6.1	10.0	14.0	21.7
移動困難あり	15.7	12.1	11.2	8.4
かかりつけ医あり	85.9	91.8	87.6	90.3
やってみたい活動あり	41.5	51.3	46.7	57.9
健康無関心(運動・栄養・社会参加のいずれも実践なし)	29.7	16.8	29.9	10.7

第1ターゲット層では、男性や心身機能が低下している人の割合が高い。
多くがかかりつけ医をもっており、医療機関でのアプローチは有効か。

46

つながりのまちづくりが「予防に」



＜地域包括ケア研究会報告書＞－2040年に向けた挑戦－【概要版】
地域包括ケアシステム構築に向けた制度及びサービスのあり方に関する研究事業 平成28年度厚生労働省老人保健健康増進等事業、2017

47

養父市のまちづくりの方向性

VUCAの時代への対応
不安定、不確実、あいまい、多様性

社会的処方とは

薬と同じように「社会とのつながり」を処方することで、個々が抱える問題を解決するというもの
『社会的処方孤立という病を地域のつながりで治す方法』西智弘

地域共生社会の実現に向けた取り組み

社会的処方の概念を基に、全世代の市民が、地域や人とのつながりで、体も心も健康に生活することができる「孤立しない社会の創造」を目指す

心の豊かさ

養父市まちづくり計画 2050年の養父市の姿

**養父市に住むすべての人にとって居心地がよい
「居空間（いくかん）」の実現
～社会変革を生み出す新たな結の創出～**

ヘルシーエイジング（健康加齢）の実現
ウェルビーイング（幸福）の享受

物質的な
豊かさ

地域経済の活力を支える取り組み

企業誘致や企業支援による雇用創出、経済活性化、移住定住促進、交流人口増加対策などを実施

48