

# 社会的処方の取組

～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



# 養父市の概要

人口 20,714 人  
世帯 9,005 世帯  
高齢化率 40.84 % ※住民基本台帳 令和7年6月末現在  
面積 422.91 km<sup>2</sup> 84%が山林  
地域指定 市全域過疎地域、豪雪地帯



## 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

「国家戦略特区」指定  
「やぶ医者大賞」の顕彰 (R7年度は休止)  
チェロの登竜門「VIVAコンクール」の開催

マイナンバーカード保有率 (R7.9) 92.3% 全自治体1位



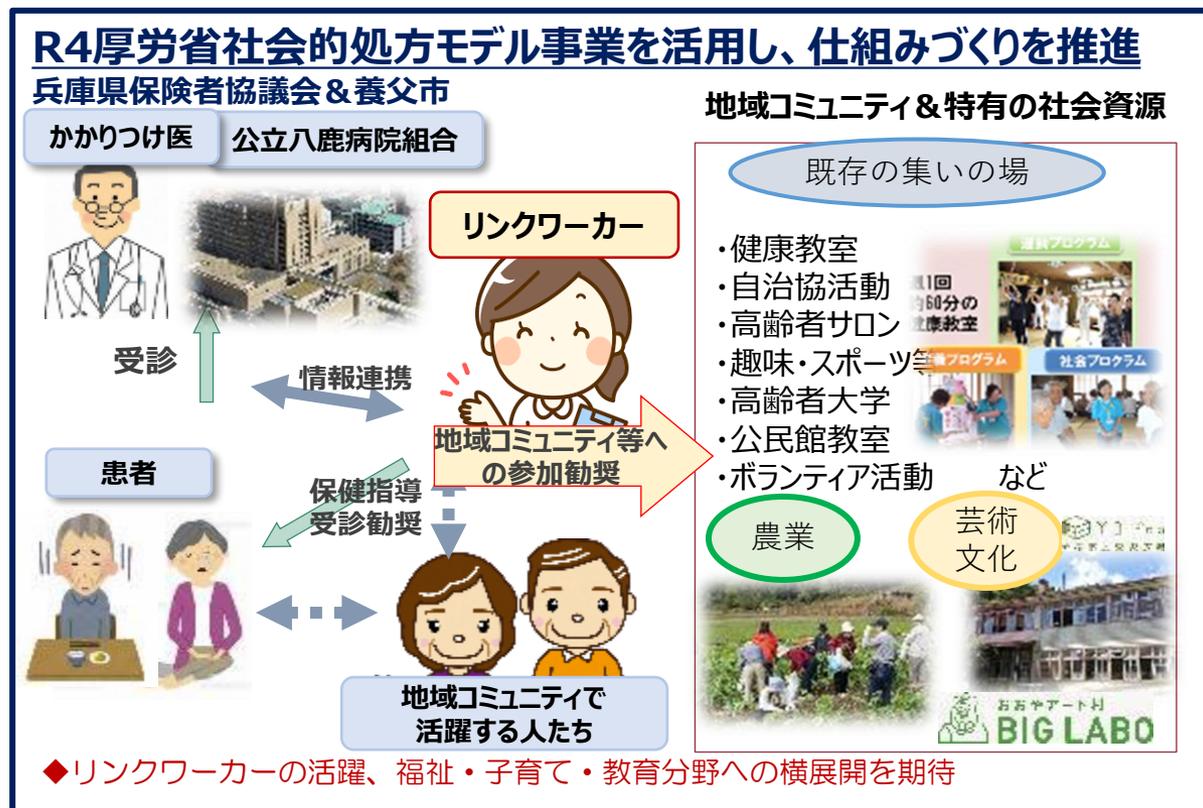
氷ノ山

# 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



～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



# 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。

# 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。

# 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
  - ・社会的処方ポータルサイト「つながるDAY YABU」
  - ・無理しない地域づくりの学校「KANAUカレッジ」
- ④ 社会的処方を推進するその他の活動・取組など

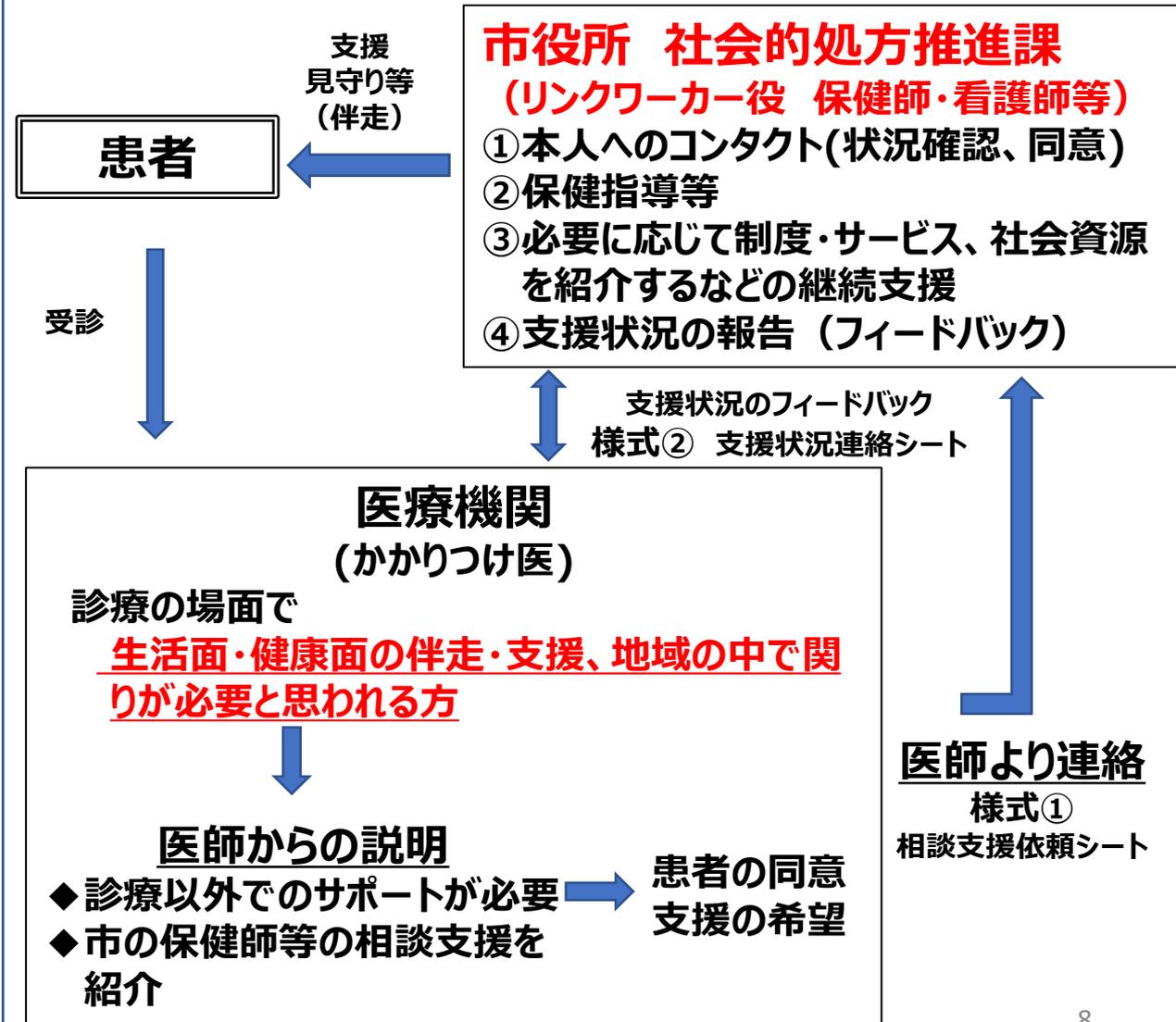
# かかりつけ医とリンクワーカーの連携による 疾病の重症化予防 と 社会生活面への支援の取組



- 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】**
- 社会参加の機会がほしい
  - 得意なことはあるがつながり先がわからない
  - 不安が大きく多機関頻回受診してしまう
  - 制度の狭間で誰に相談していいかわからない
  - 生活困窮・コミュニケーションが苦手・親族とも不仲
  - 気持ちの落ち込みにより、身体活動が低下
  - アルコール量の増加
  - 生活実態が不明
  - 認知機能の低下 など

## 重症化予防・支援の流れ



# 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

令和7年度【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 電話：079-662-6141 FAX：079-662-2601  
養父市健康福祉部 社会的処方推進課 地域包括支援センター



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、お困りごとについて

（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
- 得意なことはあるがつながり先がわからない
- 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
- つながる相手がほしい・相談したいことがある
- 生活習慣の改善を図りたいと思っている
- 生活実態不明
- 仕事がしたい
- 生活や経済的な不安を感じている
- その他 ( )

本人確認欄（本人または家族に了承いただきチェック☐をお願いします）

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、市看護師・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。\* 個人情報は目的外には利用いたしません。

令和 年 月 日

本人または家族に了承済

様式②

令和7年度【支援状況 連絡シート】

令和 年 月 日 ( )

医療機関名：

医師名：



電話：079-662-6141  
FAX：079-662-2601  
養父市健康福祉部 社会的処方推進課  
地域包括支援センター  
担当

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（地域包括支援センター・健康医療課・社会福祉課  
その他 )
- 高齢者等総合相談センター
- ひきこもり相談センター『ポラリス』
- 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（身体 知的 精神 部位、種 級・ 年交付）

○介護保険 無・有

事業対象者  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】



# 社会とのつながり処方箋紹介事例 (令和6年4月～R7年3月)



## 【医療機関からの紹介件数】

10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 4件 (男性3・女性1)

80歳代 1件 (男性1)

100歳代 1件 (女性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て気持ち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。

H: 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。

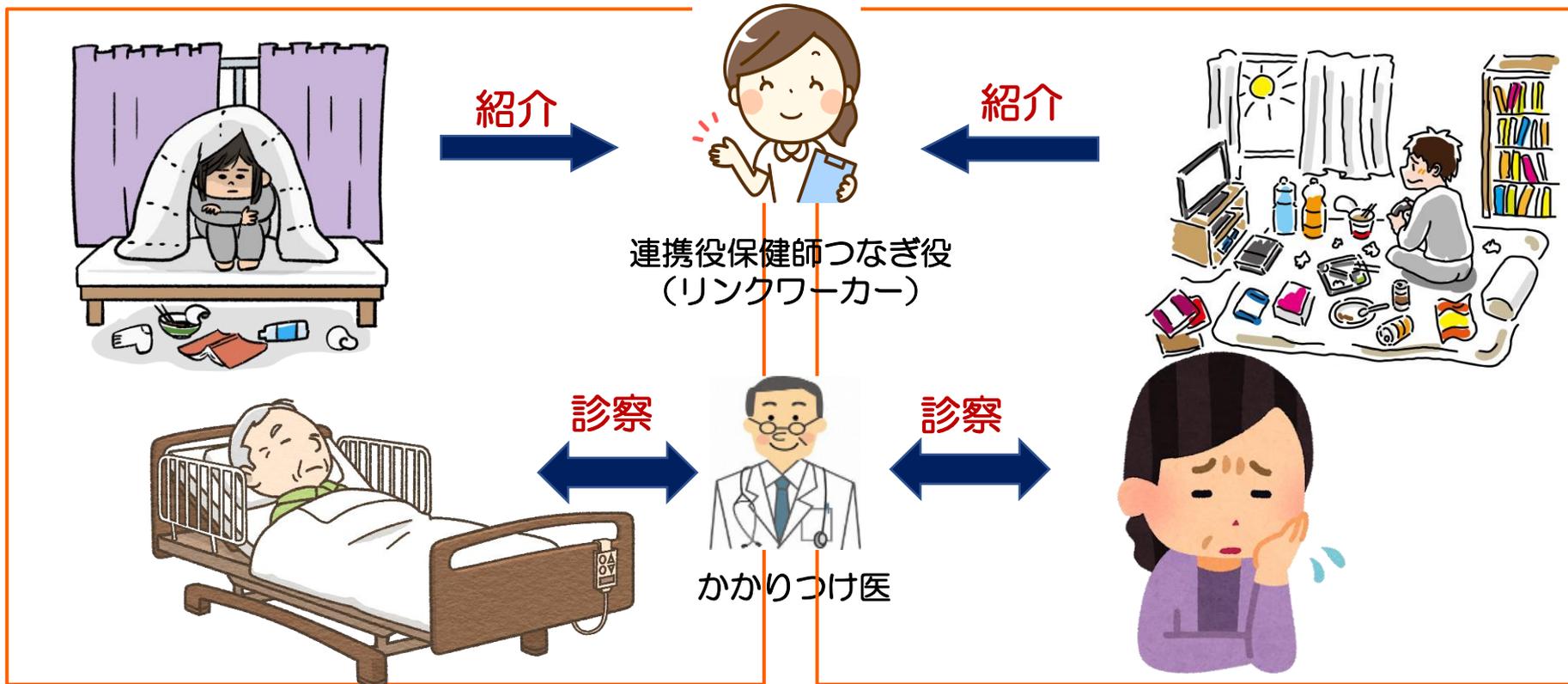
I: 認知症の親の介護 (J氏) で精神的にしんどい。

J: I氏の母親。I氏と楽しみながら一緒にできる活動はないか。

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

# G・Hの事例 = 社会とのつながり処方箋の対象が拡大？



患者本人



患者の**家族を紹介** (世帯全体)

- ・ 医師が、患者の病気だけでなく、患者の生活面【世帯状況】を診てくれている
- ・ 複雑化・複合化した生活課題、分野を超えた生活課題への対応

# 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。

お酒はやめられないな…  
これだけが楽しみだから…

コミュニケーションとるのが苦手で  
手先が不器用

インドア派で  
外仕事は苦手  
新しいことには  
チャレンジしにくいなあ…

囲碁を一緒にできる  
人があったらうれしいなあ  
サイエンスなこと  
もしてみたい…

できることを考えて  
みようかなあ…  
でも何ができるかなあ…



# 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～

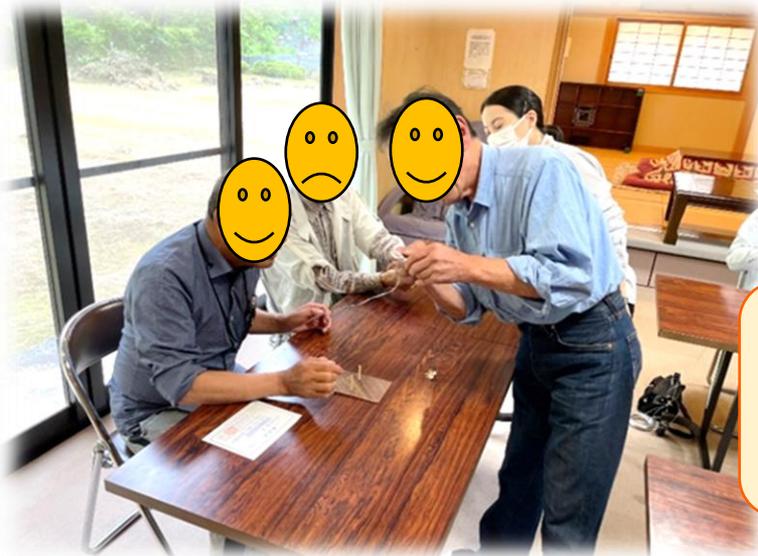
## 社会福祉協議会でワークショップ化に！

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れるように
- ・ 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



# 男性の針金アートワークショップへ



得意なことが他の人のために！

趣味でしたハーモニカをみんなに聞いてほしくなった～





# 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

## 医療機関



☺ 医師・看護師・MSW



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

## 養父市社会的処方推進課 (地域包括支援センター)

☺ 保健師・コミュニティナース  
主任ケアマネ・社会福祉士



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)

☺ 支援員

## 養父市生活支援相談窓口 (生活困窮)

☺ 相談員

## 公益社団法人 養父市シルバー人材センター

☺ 民生委員・区長

☺ 住民  
趣味の会

## 地域自治組織 (校区自治協議会)

# 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

- 医療だけではどうして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ました。

## ◆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、市役所に入出入りしている立場上、承諾が得られなかった。

# 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
  - ・社会的処方ポータルサイト「つながるDAY YABU」
  - ・無理しない地域づくりの学校「KANAUカレッジ」
- ④ 社会的処方を推進するその他の活動・取組など

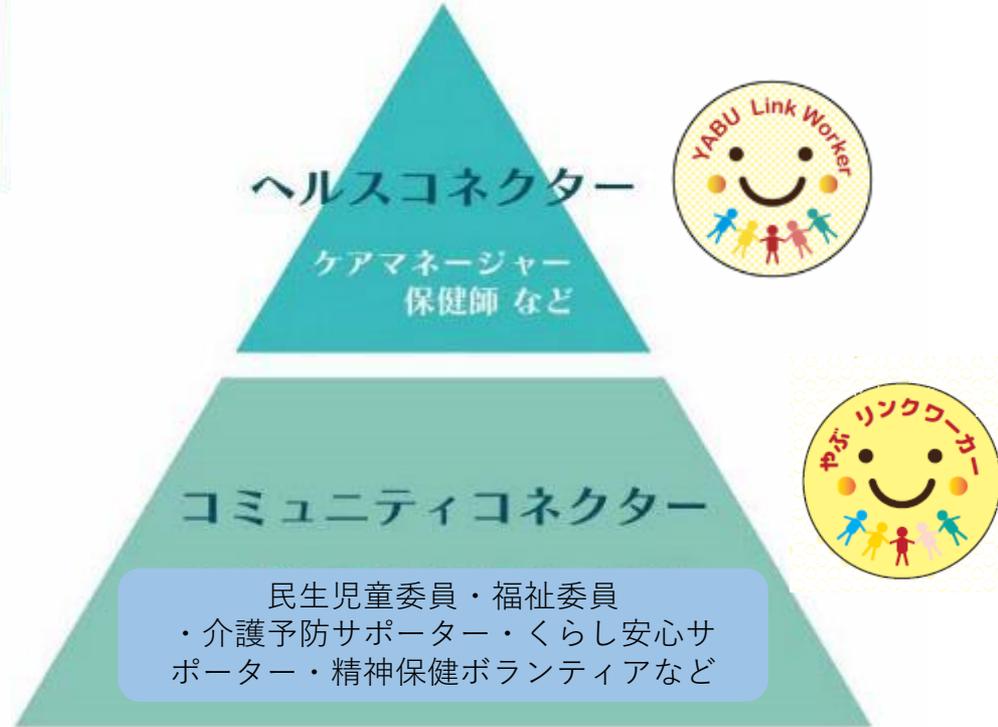
## 人與人、地域と人をつなぐ リンクワーカー

### 🌀 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。



# 令和4年度 リンクワーカー（ヘルスコネクター）研修

○**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」

◇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疫学分野主任教授)

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)

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！

社会的処方の要

## リンクワーカー 養成研修

あなたの社会資源をフル活用しよう！

第1回 11/25 13:30 ~ 16:30

会場 兵庫県立 但馬長寿の郷 第3,4研修室

「今、なぜ社会的処方が必要か」

講師 近藤 尚己氏

「実践例から学ぶ社会的処方」(オンライン)

講師 長嶺 由衣子氏 / 吉江 悟氏

第2回 12/16 13:30 ~ 16:30

会場 兵庫県立 但馬長寿の郷 第3,4研修室

「地域でどんな支援ができるのか～リンクワーカーの役割と求められるもの」

講師 長嶺 由衣子氏 / 吉江 悟氏 / 近藤 尚己氏

第3回 1/20 13:30 ~ 16:30

会場 兵庫県立 但馬長寿の郷 第3,4研修室

「養父市の地域コミュニティ・社会資源の見つけ方・つなぎ方」

講師 佐伯 亮太氏



## 「社会的処方」について理解できたと感じますか（1日目研修アンケートから）



- ・聞いたことのない言葉でしたが、よく理解できました。処方薬は薬だけでなく、地域、専門職が一体となって地域づくりを進める意識が高まった。
- ・ポヤーツとしていたものが少し明瞭になった。
- ・つながりの必要性は改めて認識できました。具体的にどうすればという点はわかりません。
- ・養父市ネットワークで今後どう進めていく？おおまかな理解はできたがイメージにいたっていない。
- ・「社会的処方」という言葉がまだ自分の中に浸透していないが、理解は進んだ。 **キーワード**
- ・まだまだわからないことがあるので勉強したい。

**様々なつながり 顔の見える関係性  
できることをやってみる**

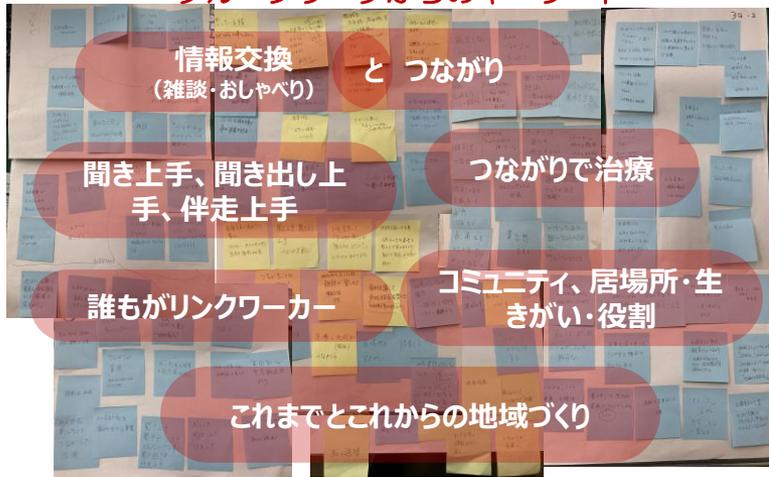
## 「リンクワーカー」について理解できたと感じますか（2日目研修アンケートから）



- (事例検討：アンケートより抜粋)**
- ・外部で見ている側でしたが、いろいろ参考になったし、楽しい時間でした。あるもので解決を目指すのではなく妄想を語り合えたらもっとよかった。
  - ・ひとりの生活者としての思いを大切にしながら、悩みつつ一緒に考えていく過程を共有できたと思います。
  - ・何かしらの方向性を作っていくものかと思ってましたが、いい意味で裏切られた内容でした。
  - ・事例を通じて色々な視点を見ていくこと、妄想でもこんなこと、あんなことがあればいいな、と思いながら楽しく学ぶことができました。
  - ・多職種で検討できてよかった。こういった場を今後も作れることが望ましい。
  - ・色々な考え方が聞いて良かった。自分には思いつかない考え方や気づかされる事が多くあった。 **キーワード**

**共有 多職種の視点 妄想**

## 第1回～第3回のふり振り返り グループワークからのキーワード



## 「リンクワーカー」という言葉が多くの専門職をつなげた



(自由意見：3日目アンケートより抜粋) **様々な専門職が一堂に会したことが素晴しかった。有意義な研修だった。講師の皆さんがよかった。次年度以降も継続を。今後どんな形で動くのか、研修だけでなく、市としてどう動くのか気になる。企画や準備への労い多数。**

# 養父市版リンクワーカーガイドブック

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。

押しつけない  
見つめなおそう

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、つばやきを拾おう。

本人のやってみたいこと、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、つばやきを拾っていきましょう。

うまくいかない時は、  
つなぎなおす



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。

聞き上手！  
つばやきを  
逃さないで

4 つないでうまく行かない場合はつなぎ直そう。

つないでみて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しましょう。

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、一緒に作っていきましょう。

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

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や人がいます。まだまだ知らないことは多し

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。

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。



# 令和6年度 リンクワーカー（ヘルスコネクター）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。※「HCD-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)

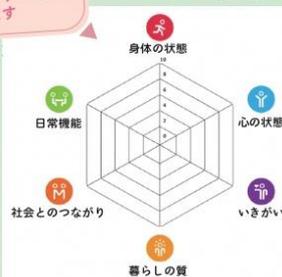
医療法人社団オレンジ理事長 / ほっちのロッヂ共同代表



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」を開業。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  
見渡します

ポジティブヘルスを評価する  
「クモの巣チャート」



※「HCD-HUB」新たな出会いと発想をHPより引用

## 第2回

日時  
場所

12/18 (水) 13:30~15:30  
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  
場所

2/26 (水) 13:30~15:30  
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

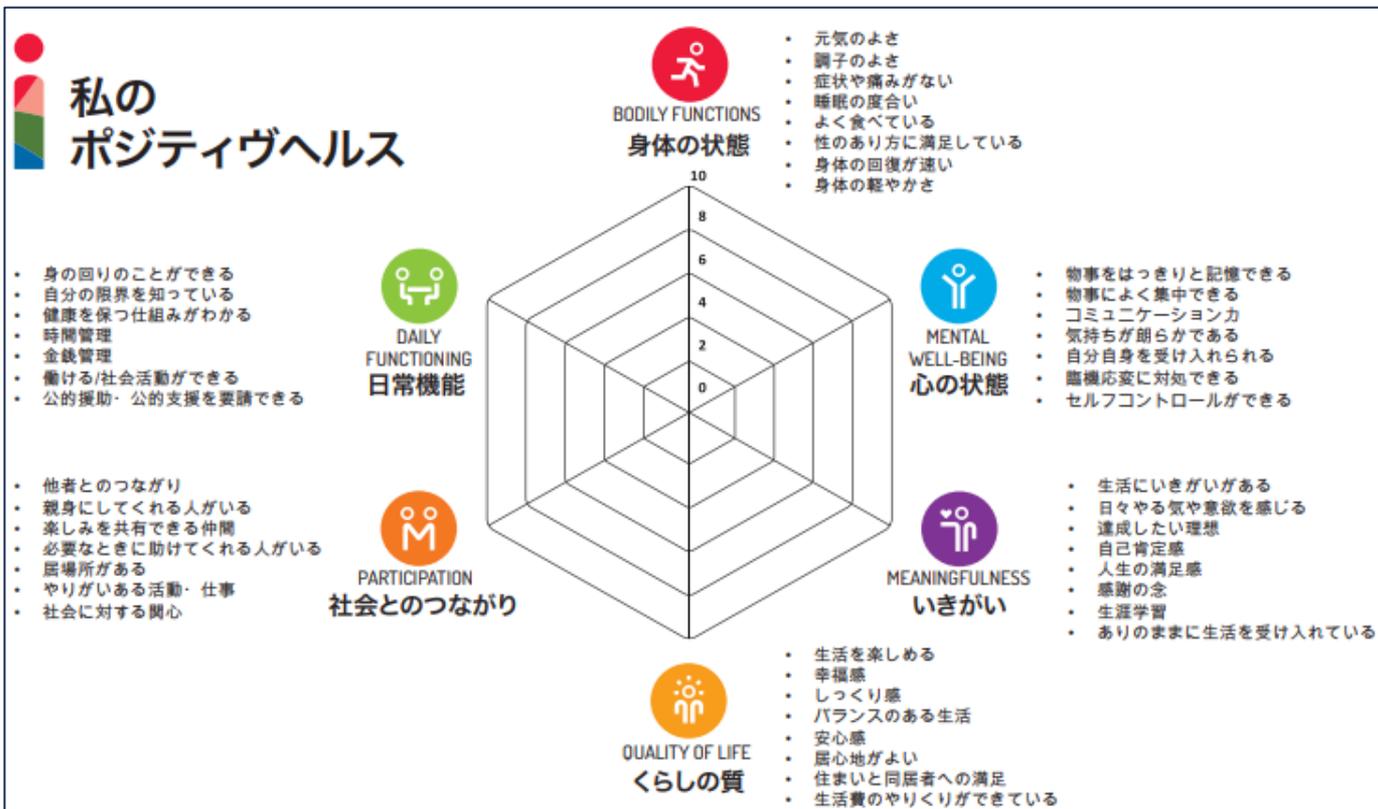
実践したポジティブヘルスの取り組みを持ち寄って意見交換会します。



# 本人主導の対話ツール

- 自己を理解し、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

## 『本人主導の対話』する材料としてのみ使用



ポジティブヘルスは以下の6次元で構成

- 身体的な状態
- 心の状態
- 生きがい
- 暮らしの質
- 社会とのつながり
- 日常の機能

聴き手の使う言葉（聴き手が使う言葉は、シンプルに、オープンに）

- 「書いてみて、どうでしたか？」\*へえ！ うんうん それで？ ええ？ 何について話したいですか？
- 「もっとこうだったらいいなあってところはありますか？」 \*ふーん なるほど～ まあ！ いいですね
- 「それはどうやったら実現しますかねえ」 \*おおー そうなんですね お手伝いできることはありますか

# デジタル田園都市国家構想交付金事業(AIデジタルヘルシーエイジング事業)を活用して

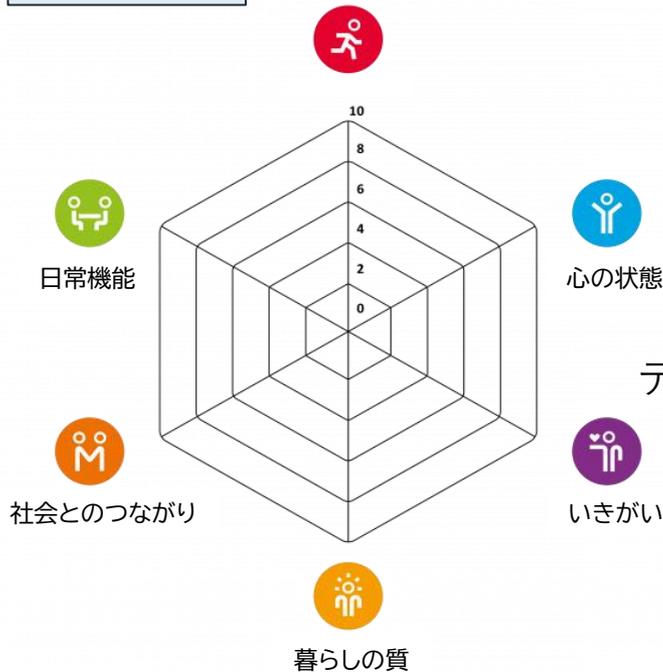
本事業は主に下記の3つのサービスから成り立ちます。

- 認知機能の状態を確認することで、必要に応じて医療につなげるとともに、認知症への理解を深めて頂く「**認知機能チェックサービス**」
- 社会生活環境に課題を抱える人に、ご自身のことを振り返って頂く「**生活振り返りチェックサービス**」
- 社会的処方を行うリンクワーカー業務を支える「**リンクワーカー支援サービス**」

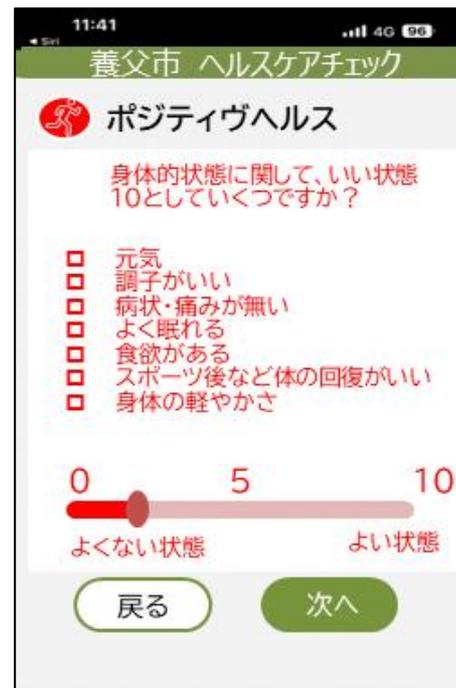
## 生活振り返りチェックサービスとして、ポジティブヘルスをデジタル化(PHR)

スパイダーチャート

身体的状態



画面イメージ



# 市民向けリンクワーカー（コミュニティコネクター）研修



## 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 「コミュニティコーピング」を活用した社会的処方への啓発

### コミュニティコーピングの誕生



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



### 社会的孤立とは？



「必要なときに必要な助けが届かない状態」を解消したい!!



### 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！



#### 参加者の気づき・感想（ゲーム終了後の振り返りから）

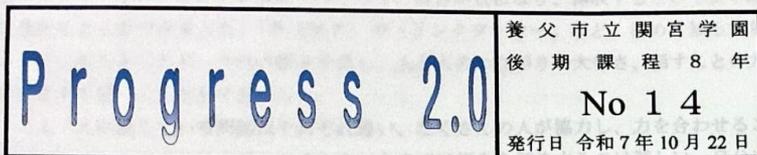
##### ◇ゲーム中で印象に残っていること

- ・話を聴いて解決することは現実でもあり、話をさ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と思った。

##### ◇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。

# 養父市立関宮学園後期課程 8年(中2) 福祉体験学習



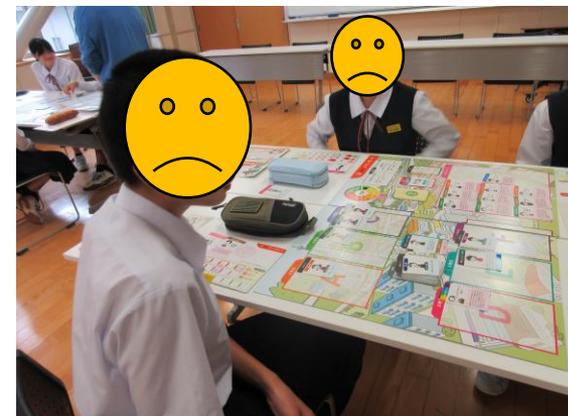
## 8年福祉体験学習 コミュニティコーピング

10月20日(月)2校時に福祉体験学習をしました。今回の体験学習はゲームを通して福祉について考える時間を持ちました。手法としてコミュニティコーピング (community coping) (コーピング) : 対処する・課題と向き合う : 人と地域資源を繋げることで社会的孤立を解消する協力型ゲーム。 : 地域の中で支援が届かず、悩みを抱える人に対して、人や地域資源を繋げることで、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。)を使ったシミュレーションゲームです。このゲームを通して様々な立場の人と協力し、



生徒の感想

案についての対処方法を  
を考えていく学習です。  
して何ができるのかを考  
る人になってもらいたく  
市ではこのような取り組  
みということで、これまで  
まえ関宮学園で実施しま



- ・相談にのるだけでも困っている人の手助けになることが分かった。
- ・一人の問題をいろんな人と協力して解決することの大切さを知った。
- ・地域の人とのつながりをつくるためには地域の行事などに参加することが大切だと思った。
- ・私も繋がりをつくる「リンクワーカー」になれるよう頑張りたい。

# 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
  - ・社会的処方ポータルサイト「つながるDAY YABU」
  - ・無理しない地域づくりの学校「KANAUカレッジ」
- ④ 社会的処方を推進するその他の活動・取組など

# 社会的処方ポータルサイト「つながるDAY YABU」

- ◆ 市内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、コミュニティナース、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。



2025.6.1現在173  
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/>



# 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が見えるカタチにする新しい学びの場。

普段抱える「もやもや」や「アイデア」を、まずは小さく一歩進めて「やってみた」にする月イチ4回の連続講座。多様な受講生が、それぞれの想いを一貫して「話す」「それを聞く」、安心して話せる場、環境がつくられていく。講師がさらに想いを引き出す。まずは小さなハードルを設定して、そのハードルを飛んでみる。失敗してもいい、ありのままを次の講座で発表する。自身と向き合うことで、前進しながら、想いが見えるカタチにしていく。

無理しない地域づくりの学校@養父

## KANAU カレッジ

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

### 1期（令和6年度）の各講座テーマ

第1回「想いやアイデアを整理してみよう」

第2回「A×Bの発想を話してみよう」

第3回「小さなアクションプランを作ってみよう」

第4回「誰にも伝わる言葉にしてみよう」



ゴールは「やってみた、やりたいこと・できること」を整理して報告

1期生（令和6年度）は6人が報告、2期生（令和7年度）は高校生を含む7人が受講中！

# 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
  - ・社会的処方ポータルサイト「つながるDAY YABU」
  - ・無理しない地域づくりの学校「KANAUカレッジ」
- ④ 社会的処方を推進するその他の活動・取組など

# コミュニティナーズの地域活動

地域に寄り添うリンクワーカー

暮らしに寄り添う身近な相談役

社会的処方推進のキーパーソン

①小西陽子さん（市職員） R5.4から



②土居一雄さん（地域おこし協力隊）  
R6.4から



地方版ライドシェア  
「やぶくる」のドライバーとしても活躍



ヒトとコトをつなぎまちを元気にする

地域の人の力を引き出し、  
まちの可能性をひろげる



活動内容

様々な場所、場面、多様で日常的な市民とのゆるいつながり、寄り添い、相談支援





# 地域おこし協力隊 コミュニティナーズの最近の活動

活動拠点を持たないコミナスの土居さん。主に関宮地域の住民の暮らしに寄り添いつつ、一方で福祉活動団体やイベントに関わりながら活動を展開。社会的処方方を地域レベルで実践。

## 地方版ライドシェア「やぶくる」のドライバー



## 復活した「喫茶店さち」の店員



50年間、憩いと交流の場となっていた喫茶店の再生に関与（地域包括・生活支援Cとの連携）



## 地区のランチ会コーディネーター

スナップ写真を映像化して昔話で盛り上がり、皆が揃って食べるランチ会に



## 猫の手くらぶ支援員

本人の人生を写真で振り返る自分史動画を作成・上映した誕生日会を開催



## 豊岡演劇祭2025養父市公演「今日という日が一番若い日」の運営支援

シニア世代20名が1週間の練習を経て、ステージに出演することをサポート。



# 医療文化経済グローバル研究所の設立



公益財団法人

医療文化経済グローバル研究所

Global Institute of Medicine, Culture and Economy

を設立、学術的な活動も展開

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・支援等の取組を行い、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に2024年1月に養父市が設立した法人

## ◆研究所が行う事業

- (1) 医療、文化・芸術及び経済活動が連携した市民の幸福・健康に寄与する調査研究
- (2) 幸福・健康に関する調査研究
- (3) 社会的処方に関する調査研究
- (4) 社会的孤立や健康格差の解消に関する調査研究
- (5) 健康加齢の促進、幸福満足度の向上のための啓発・教育に関する事業
- (6) 地方自治体、大学及び民間企業等との市民の幸福度の向上のための共同研究
- (7) 地方自治体への提言



<https://mce.or.jp/>

健康加齢（ヘルシーエイジング）を促進し  
幸福（ウェルビーイング）を享受

養父市（地方）から  
全国・世界に発信

# 「今後の展望」と「つながりのまちづくり」

- ① 社会的処方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活動・取組など

まとめ

「今後の展望」と「つながりのまちづくり」

# 今後の展望

## 社会的処方3つの要素



本人中心性



エンパワメント



共創

## 包括的な支援体制の考え方

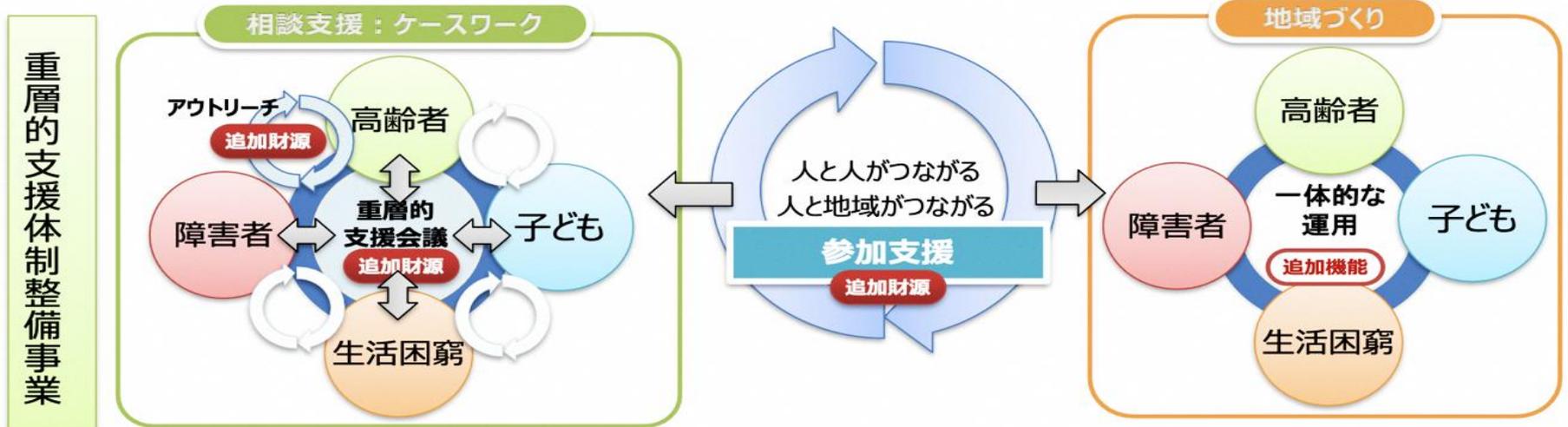
制度に利用者  
あわせにいくケア

制度・事業中心の考え

利用者に  
あわせにいくケア

本人・世帯中心の考え

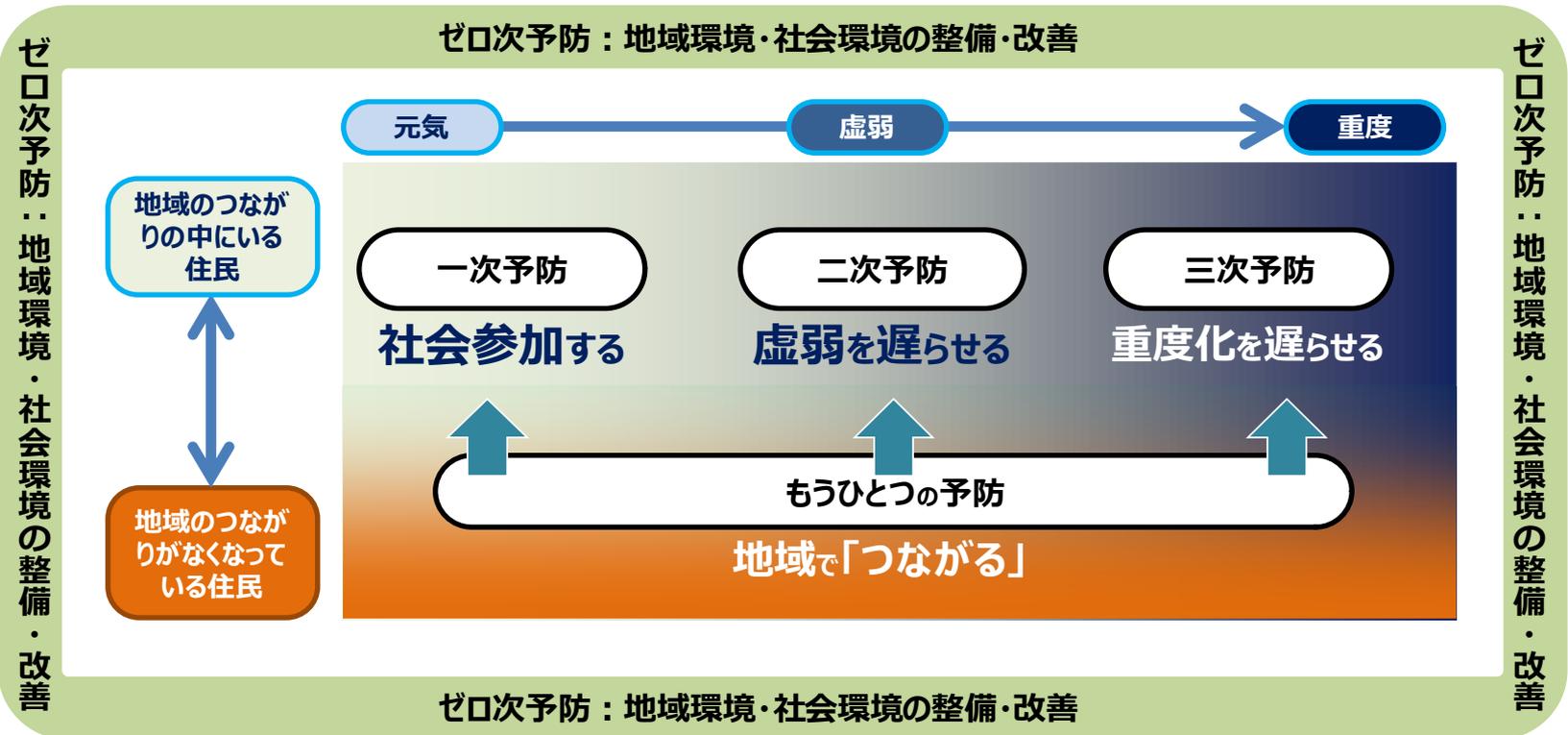
「社会的処方」を通じて、  
分野・属性を超えた支援の一体的実施の仕組みをつくる



医療・福祉×コミュニティ  
市民ひとりひとりがリンカーワーカーに

# つながりのまちづくりが「予防に」

## 地域共生社会の実現・地域包括ケアシステムの構築



<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

# 養父市のまちづくり計画

— 変化が激しく、将来の予測が難しい時代 —

養父市に住むすべての人にとって居心地がよい  
「居空間（いくうかん）」の実現



## 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

物質的な豊かさ

## 地域共生社会の実現に向けた取り組み

社会的処方概念を基に、全世代の市民が、地域や人とのつながりで、地域の特性を生かしながら、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