



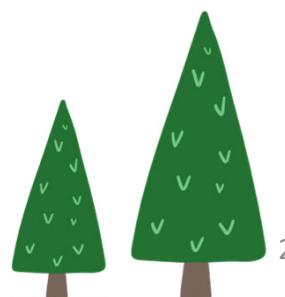
走りながら、手探りで、バラバラの小さなパーツを取捨選択してつなぎあわせたここにしかない「交流」のかたち。

社会福祉法人 弘前豊徳会
サンタハウス弘前公園 施設長 阿保英樹¹

目次

- 01 サンタハウス弘前公園の概要
- 02 複数の入口が生み出す、人の交わり、結びつき
- 03 サンタハウス弘前公園は○○のような場所

Table of Contents



サンタハウス 弘前公園 の概要

01



サンタハウス弘前公園は、多面体。

		移住 体験	
サービス 付き 高齢者 向け住宅	運動特化 デイ サービス	地域 交流	健康 増進
	地域 デビュー	サンタハウス弘前公園は、サービス付き高齢者向け住宅、運動特化型デイサービスを軸に、地域交流、健康増進、移住体験など、さまざまな取り組みを行っています。	

サンタハウス弘前公園は、多面体。

01 02

サービス
付き
高齢者
向け住宅

運動特化
デイ
サービス

軸となる事業

移住
体験

03

「生涯活躍のまち」
事業主体とし
て取り組む業務

地域
交流

04

健康
増進

05

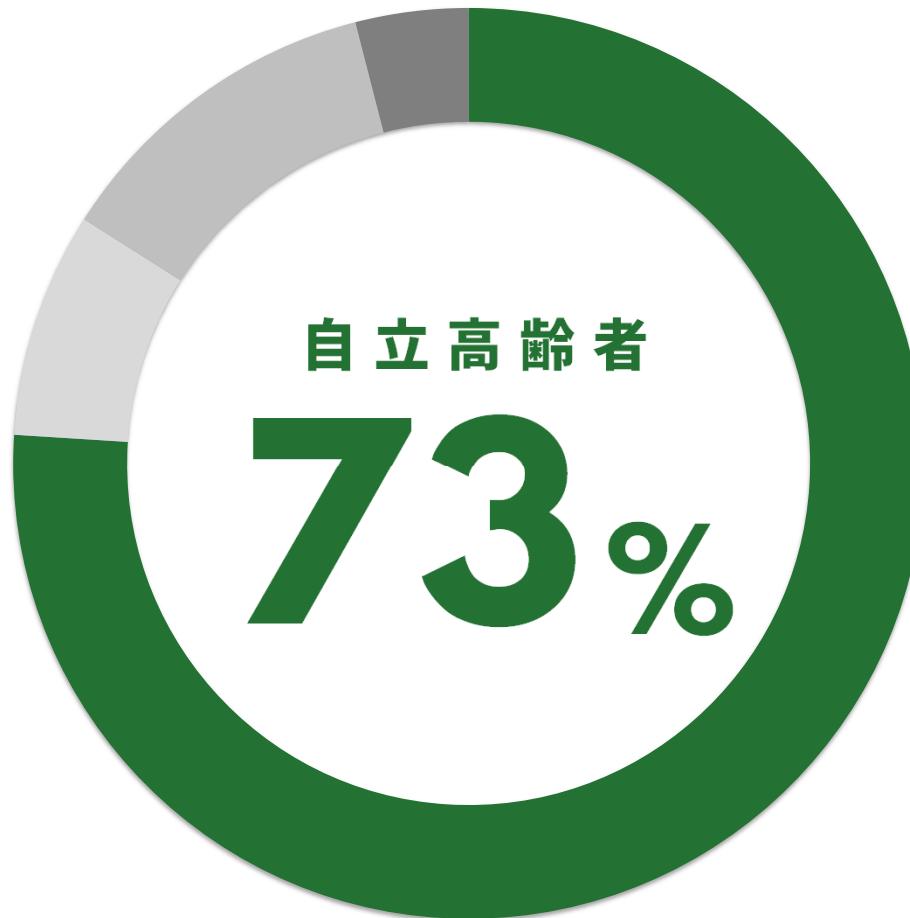
地域
デビュー

06

「地域デビュー」は、取り組み
続ける中でたどりついた、サン
タハウス弘前公園のコンセプト。

01

自立型のサービス付き高齢者向け住宅



2024.02.01時点

自立	19名
要支援	2名
要介護 1	3名
要介護 4	1名

その他のデータ

男女比	4 : 6
平均年齢	84歳
夫婦入居	4組

01

50歳からでも入居可能なサービス付き高齢者向け住宅

弘前版生涯活躍のまち における入居要件の特例

令和元年度・2年度において、弘前市地域再生計画において、サービス付き高齢者向け住宅の入居要件を50歳にまで下げる特例措置。

令和3年度以降は、入居要件が従来の60歳以上に戻る。

但し、移住体験に係る事業については、50歳以上を対象とする方針が継続されている。

01

県外からの移住を受け入れるサービス付き高齢者向け住宅

スタートラインは 弘前版の C C R C

アクティブシニアの地方移住促進が、
サンタハウス弘前公園の原点。
後述する移住体験事業も含め、
青森県外からの入居者が複数いる。

県外からの移住実績

- | | | | |
|--------|----|--------|----|
| ・ 北海道 | 3名 | ・ 愛知県 | 1名 |
| ・ 秋田県 | 1名 | ・ 和歌山県 | 2名 |
| ・ 山形県 | 1名 | | |
| ・ 神奈川県 | 1名 | | |
| ・ 東京都 | 3名 | | |
| ・ 京都府 | 1名 | | |

2024.02.01 時点



01

家具付き居室があるサービス付き高齢者向け住宅

移住体験と、雪国ゆえ の越冬ニーズに応える 「家具付き居室」

全37戸中、10戸は家具・家電・日用品を備え付け、消耗品補充も付いた、引っ越し作業不要で入居できるお部屋を整備。

移住体験や「越冬プラン」に対応。

移住体験・越冬利用を経て、長期入居に移行する事例も複数あり。



02

運動特化型ディサービス 通所介護、通所型サービス

いつまでも元気に
若々しく。

1階併設施設として、ディサービスを整備
午前・午後の2部制の短時間型・運動特化
型のディサービス。

食事なし、入浴なし。フレイル予防・介護
予防に振り切った事業運営。

利用客層の90%以上が総合事業対象者。



02

運動特化型ディサービス 一般介護予防事業

自立高齢者が健康のために通う場。

一般介護予防事業として、「パワリハ運動教室」を運営。ディサービスとの一体的運営で、65歳以上で自立の弘前市民が週1回マシントレーニングを利用可能。

登録人数140人超で、弘前市内の同事業利用者の半数以上のシェアを占める。



02

運動特化型ディサービス 休業日的一般開放

ディサービス休業日 に設備を一般開放

ディサービス、パワリハ運動教室を運営していない日曜日には、運動設備を一般開放。



02

運動特化型ディサービス（サービス種別のまとめ）

サービス種別	対象	月	火	水	木	金	土	日
①通所介護	要介護	○	—	○	—	—	—	—
②通所介護相当サービス	要支援	○	—	○	—	—	—	—
③生きがい型ディサービス (基準緩和型サービス)	要支援 事業対象者	○	○	○	○	○	○	—
④パワリハ運動教室 (一般介護予防事業)	要支援 事業対象者 自立	○	○	○	○	○	○	—
⑤設備の一般開放	自立	—	—	—	—	—	—	○

03

移住体験

「お試し居住」「弘前の暮らし体験」

お試し居住

令和元年度～令和3年度

- ・50歳以上の青森県外在住者対象
- ・2泊3日、無料で居住体験可能
- ・滞在期間中の行動はオーダーメードでプログラムを作成、アテンドサービス付き



弘前の暮らし体験

令和4年度～

- ・50歳以上の青森県外在住者対象
- ・4泊～13泊で滞在
- ・単身1泊3,000円、夫婦1泊5,000円
- ・滞在中に弘前の魅力を体験するプログラムに参加することが条件



04

地域交流

月1～2回、地域住民、入居者が一緒に参加できるさまざまな交流イベントを実施

郷土文化

人生会議

オープンキッチン

健康

多世代

はじめて

04

地域交流



2023. 6. 3 うそんこうんどうかい

04

地域交流



2023.7.15 はじめての東洋医学

04

地域交流



2023.8.12 金魚ねぷたマスコット作り＆はじめてカフェ～小学生がお手伝い編～

04

地域交流



2023.11.26 津軽カタリストによる朗読劇（観客参加型）

04

地域交流



2023.11.11 はじめてカフェ②

04

地域交流



2022.8.27 糸かけ曼荼羅をつくろう

04

地域交流



2020.8.8 経験ゼロのシニア男性向け料理教室

04

地域交流



2022.10.22 五感で楽しむ津軽 23

地域交流 地域学生との交流

弘前市の医療・福祉系学生と協働して
の多世代交流（令和4年度、5年度）

- 弘前市学生インターンシップ事業「まちなかキャンパスプロジェクト」と連携
- 「まちなかキャンパスプロジェクト」から派生し、学生のボランティアサークルと独自に連携、通年4回の交流イベント「あずましの集い」も実施
- 弘前大学医学部生によるNPO法人ココキャン+青森市の特養「三思園」との三者コラボ企画「どせばいい？カードで人生会議の模擬体験」

04

地域交流



2023.1.14 まちなかキャンパス地域課題解決編（1年目）『多世代トーク 人生語り場』

04

地域交流



2023.12.9 まちなかキャンパス地域課題解決編（2年目）『石狩鍋と餃子をつくろう』

04

地域交流



2023.12.3 弘前学院大学ボランティアサークルとの交流イベント「あずましの集い」

04

地域交流



2023.9.23 どせばいい？カードで人生会議の模擬体験

05

健康増進

民間企業主体の地域向け QOL 健診

弘前大学・青森県医師会と連携し、
地域住民に対し「QOL 健診」を実施。

QOL 健診受診者向けの有料運動プログラムを提供

併設施設の運動設備を、
休業日に一般開放、
デイサービス

地域デビュー

これまで、地域活動の受け手側だった住民が、はじめて講師や演者となって活躍する「デビューの場」として活用してもらうスタイルを展開中。

将来カフェ運営に
挑戦したい人が、
1日限りの模擬営業

小学生が入居者相手
にウェイトレス体験
でお手伝い

障害者が施設利用者
趣味の糸かけ曼荼羅
の講師に挑戦

学校教師を定年退職
後に資格取得した鍼
灸に関する講話

ウォーキングで脳梗
塞から回復した体験
談に挑戦

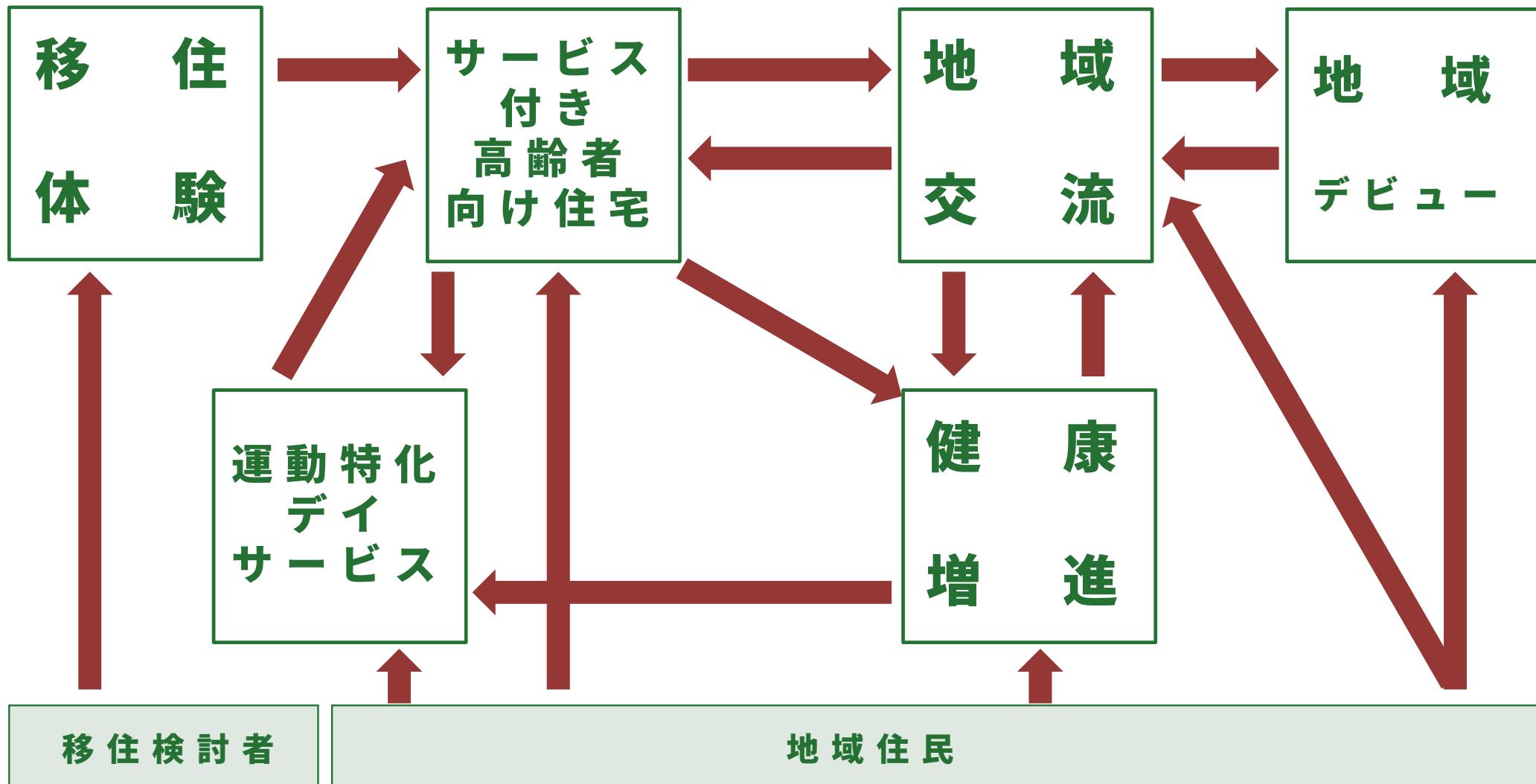
はじめてのソロオカ
リナコンサート

02

複数の入口が生み出す、
人の交わり、結びつき



サンタハウス弘前公園には異なる目的で人が集い、新たな目的を見つけ、新たな関係を構築し、ある者は新たな活動をはじめ、ある者には新たな役割が生じる。





学生や地域デビュー者と、入居者の関係

入居者のためになるイベントを企画したつもりが、逆にいろいろ学ばされた（学生）

入居者はじめ参加者がおおらかで応援してくれるので、講師初挑戦も成功。（地域デビュー者）

上から目線かもしれないけど、学生さんや若者を育ててあげてる気分。（入居者）

たまに、小さい子が来て、お茶やお菓子を運んでくれるのがかわいくてたまんないね。（入居者）



サンタハウス弘前公園は、
○○のような場所



03

通常の介護施設・介護事業所には、 どこか「別世界」のイメージがある。

壁があるイメージ

いわゆる一般社会

介護サービスを利用
しない人々の世界

介護施設・介護事業所

介護サービスを利用
する人々の世界

地域に開かれた事業所も多いが、それでも、当事者・第三者問わず、「こっち側（元気・健康）」「あっち側（要介護）」という感覚があるようを感じる。

サンタハウス弘前公園は、「狭間」「浅瀬」 「連絡通路」のような場所

いわゆる一般社会

介護サービスを利用
しない人々の世界

介護施設・介護事業所

介護サービスを利用
する人々の世界

2つの世界が
混じり合っている
感じ

いろんな視点から覗き見るサンタハウス弘前公園

入居者の視点

- ・介護施設ではなく、まだ自宅で自力で暮らしている実感・自負がある。
- ・いざという時スタッフに頼れる安心感と迷惑かけたくない責任感が混在。

通い利用者の視点

- ・元気に運動しながら、ここなら高齢者向け住宅に住む人の様子を伺える。
- ・役所や地域包括支援センターに相談する前段階で、いろんな情報が得られる。

医療福祉系学生の視点

- ・実習先の高齢者よりも元気でコミュニケーションがとりやすい。
- ・対高齢者の接遇、援助のはじめの一歩にちょうどよい。

地域活動者の視点

- ・シニア層向けのワークショップやセミナーの小手調べとしてちょうどよい（規模・客層・難易度）。

その他、「働き手の視点」としては、介護未経験の人材が挑戦しやすい場所もある。

「自立」だが、要介護化リスクを抱えた者が集う場所

介護業界でいわれる「自立」には、3つある。

- ①名実ともに「自立」の者
- ②要介護認定が下りないが、リスクがある者
- ③本当は要介護認定が妥当だが、単に未申請の者

サンタハウス弘前公園には、①～③の「自立」が集う場所もある。①②は健康寿命延伸、介護予防のために場所を活用する。③の者は、介護予防、自立支援の援助をしつつ、必要性が認められれば地域包括支援センターにつなげる。

地域包括支援センターの手前の場所を目指して

自立高齢者のための居住環境。

自立高齢者のための健康増進の場。

自立高齢者が多世代と交流できる場。

サンタハウス弘前公園の取組は、結果として、
健常と要介護の狭間（＝フレイル）の高齢者が、
地域とつながり続けながら集まれる場所になった。

そして、できる限り健康で自立した生活を送るため
に高齢者と伴走しつつ、適切なタイミングで地域
包括センターにつなぐ、狭間に架ける橋のような存在を、確立させていきたい。