



2026.08.03

(介護支援課) 高齢者プラン策定懇話会

高齢者の社会参加の促進 について

長野県
健康福祉部健康増進課

総合5か年計画における「高齢者の活躍の支援」の位置づけ

- 政策の5つの柱の一つ「誰にでも居場所と出番がある社会をつくる」の施策例に「高齢者の活躍の支援」が明記されている。

【基本目標】 確かな暮らしを守り、信州からゆたかな社会を創る

（政策の柱）

- 1 持続可能で安心した暮らしを守る
- 2 創造的で強靱な産業を育てる
- 3 快適でゆとりある暮らしを創造する
- 4 誰にでも居場所と出番がある社会をつくる**
- 5 誰もが主体的に学び続けられる社会をつくる

めざす姿（抜粋）

- ・年齢、性別、国籍、障害の有無にかかわらず、誰もが個性や能力を発揮し活躍するとともに、他者を認め、思いやり、共に支え合う共生社会

施策の例

- ・ **高齢者の活躍の支援** 等



公益財団法人 長野県長寿社会開発センター

一般財団法人 長野県シニアクラブ連合会

活動の資金補助
連携した事業展開

長野県
健康増進課



© アルクマ
長野県PRキャラクターアルクマ

①高齢者の活躍支援（長野県シニア大学）

人（意識）づくり

長野県長寿社会開発センターが運営しており、高齢者の生きがいづくり、健康づくり、仲間づくりの機会を創出し、社会参加の実践者を養成している。

一般コース

- ・「教養講座」、「趣味・健康・交流講座」、「地域づくり講座」を通じて**地域の実情や課題を把握し、自分達の地域の課題に向き合い活動できる人材を育成**
- ・近隣や市町村の枠を超えた学部生の交流や、学生自らの自主的な活動を促すために少人数に分けてグループ活動等を実施
- ・昭和53年に開設され、県下10圏域の全てに学部を設置
- ・卒業生はこれまでに延べ約50,000人
- ・令和8年度の在学者数は約979人



異世代間交流（南信州学部）



座禅体験（北信学部）



支部を超えた学部生の交流授業
（伊那・木曽学部）

専門コース

- ・様々な**地域課題に向き合って解決する**“発想する力、連携・協働する力、合意形成力、コーディネート力”等の**スキルを持ったプロデュース的な人材（仕掛人）を育成**
- ・平成29年度から長野学部にもモデル的に開設され、修了生はこれまでに延べ223人
- ・令和8年度の入学者数は37人（定員30人）



学習の成果発表（専門コース）

②高齢者の活躍支援（人生100年時代シニア活躍推進）

コーディネートの
仕組みづくり

長野県長寿社会開発センターのシニア活動推進コーディネーターや長野県シニア大学卒業生が調整役となり、関係機関と連携したマッチングや研修を実施することで、高齢者の就業や社会参加を促進している。

地域の居場所 づくり

事例【シニアが主体的に学び合う地域の居場所】

「気軽に教え合える場がほしいね」の声をもとに、シニア大卒業生が主体となって誰でも参加できる集いの場「スマホカフェ」を企画・運営。

- ・週1回開催（2023年2月からスタート）
- ・延べ人数2,150人が参加



「スマホカフェ」の企画・運営

シニアの就労

事例【経験と学びを活かした生涯現役のすすめ】

シニア世代限定の就労イベントや生涯現役をテーマにしたセミナーなど、大町市生涯現役推進協議会と連携して開催。フレキシブルで生きがいを感じる働き方を提案。

- ・連携事業はこれまで15回実施



就労イベントの実施

子ども達を 支援する活動

事例【趣味や特技を活かして子ども達の育ちに関わる】

子どもたちの成長を支えたいという思いから、シニアが「学校支援ボランティアひまわり」を結成。登山学習への同行や校内の環境整備、公民館の子ども教室での郷土食づくりなど、それぞれの趣味や特技を生かしながら、子どもたちの学びや育ちに寄り添う活動が続けている。



「ひまわり」の運営（山行事）

③高齢者の活躍支援（信州ねんりんピック）

健康づくり
仲間づくり

長野県長寿社会開発センター主催のスポーツ交流大会及び文化・芸術交流大会を通じて、高齢者の健康づくりや仲間づくりの関心を高めている。

信州ねんりん ピック

【スポーツ交流大会】

- ・R7.9.27 大町市内各運動競技施設、池田町アルプス広場マレットゴルフ場にて開催
- ・ゲートボール、ソフトバレーボール、弓道、テニス等8種目に、県内各地から550人が参加
- ・成績優秀者（チーム）は翌年度の全国ねんりんピックへ参加

【文化・芸術交流大会】

○式典・交流会

- ・R7.11.8 木曽文化公園文化ホール（木曽町）
- ・シニアの活動紹介や事例発表、講演会を実施

○シニア作品展

- ・R7.11.7～8 木曽町文化交流センター（木曽町）
- ・日本画や書など6部門で計171点が出品され、優秀作品は翌年度の全国ねんりんピックへ出展



マレットゴルフ



シニア作品展

（参考）
全国ねんりん
ピック
（全国健康福祉祭）

（R7年度実績）

- ・R7.10.18～21 岐阜県内各地で開催
- ・交流大会の競技31種目中、長野県勢は18種目に132人が参加
- ・美術展には長野県内の12人のシニアの作品が出展



長野県選手団の様子

④ 高齢者の活躍支援（老人クラブ）

健康づくり
仲間づくり
地域づくり

老人クラブの活動は、高齢者が健康で生きがいを持ち、安心して暮らせる社会づくりの推進に貢献している。

	老人クラブ	市町村老人クラブ連合会	(一財)長野県シニアクラブ連合会
活動概要	・友愛訪問活動 (例：独居高齢者への声掛け・訪問、世代間交流) ・清掃奉仕、地域見守り (例：防犯パトロール、児童の交通見り) ・教養講座開催 (例：いきいきサロン、詐欺防止教室等) ・スポーツ活動 (例：ゲートボール、マレットゴルフ、ペタンク等)	・活動促進事業 ・地域支え合い事業 ・健康づくり・介護予防支援事業等 	・老人クラブ活動推進員設置事業 ・指導者育成事業
クラブ数等 (R 8. 3. 31 時点)	○クラブ数 1,127クラブ ○会員数 57,132人 ○加入率 7.4% (60歳以上人口に対する割合)	○連合会数 64老連	○加入老連数 57老連

((一財) 長野県シニアクラブ連合会令和7年度活動事例
発表報告書より引用) 清掃・美化奉仕活動