

第3章 介護予防の推進

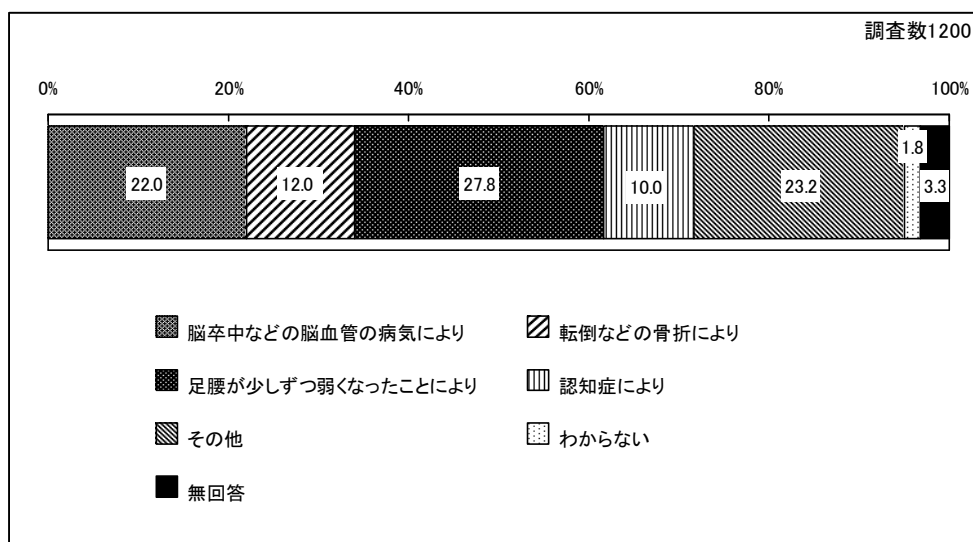
1 現状と課題

本市では、生活機能が低下している高齢者に対し、保健師による訪問指導や転倒骨折予防教室等を実施するとともに、いきいきプラザ・センターにおける各種福祉講座や、機能訓練と趣味活動を組み合わせたデイサービス(生きがい活動支援通所事業)等に取り組んでいます。

実態調査によると、要支援あるいは要介護になったきっかけとして、「足腰が少しずつ弱くなったことにより」との理由が約3割、また、「転倒などの骨折により」が約1割と、全体で下肢機能の低下が約4割を占めていることから、虚弱高齢者に対する早い段階からの生活機能の維持・向上への取り組みが重要です。(図2-1)

今後は、「予防重視型システムへの転換」という制度改革の趣旨を踏まえ、高齢者が要支援・要介護状態となることをできる限り予防するため、介護予防の啓発に努めるとともに、利用者が意欲を持って継続的に取り組める介護予防事業を提供する必要があります。

図 3-1 要支援又は要介護になったきっかけ(要援護高齢者Q9-1)



出典:「千葉市高齢者保健福祉推進計画・介護保険事業計画策定実態調査(要援護高齢者調査)平成16年度」

2 施策の方向性

介護予防については、その知識・理解を深めるとともに、自ら積極的に取り組んでいくという意欲を引き出すことが最も大切であることから、第一段階では、全体的な生活機能の底上げに必要な実践を踏まえた基礎知識の習得を図る「きっかけづくり」、第二段階では改善余地を残す個々の生活機能を集中的かつ重点的にレベルアップを図る「取り組みの定着化」、さらには第三段階では、自助・共助を基本として様々な地域資源を活用し、取り組みの継続を図る「地域での自立」の三段階に分け、各段階における取り組みの効果を本人が確認できるようにすることで、次の段階に進む意欲を高める仕組みづくりを目指していきます。

第一段階の「きっかけづくり」では、口腔ケアや健康体操などを行う介護予防教室等を実施

します。

第二段階の「取り組みの定着化」では、有酸素運動等の集団指導を行う高齢者運動機能向上教室等を実施します。

第三段階の「地域での自立」では、フィットネスクラブなどで行う筋力向上トレーニングや、地域ボランティアの協力を得てスポーツ・レクリエーションを行うB型機能訓練などを実施します。

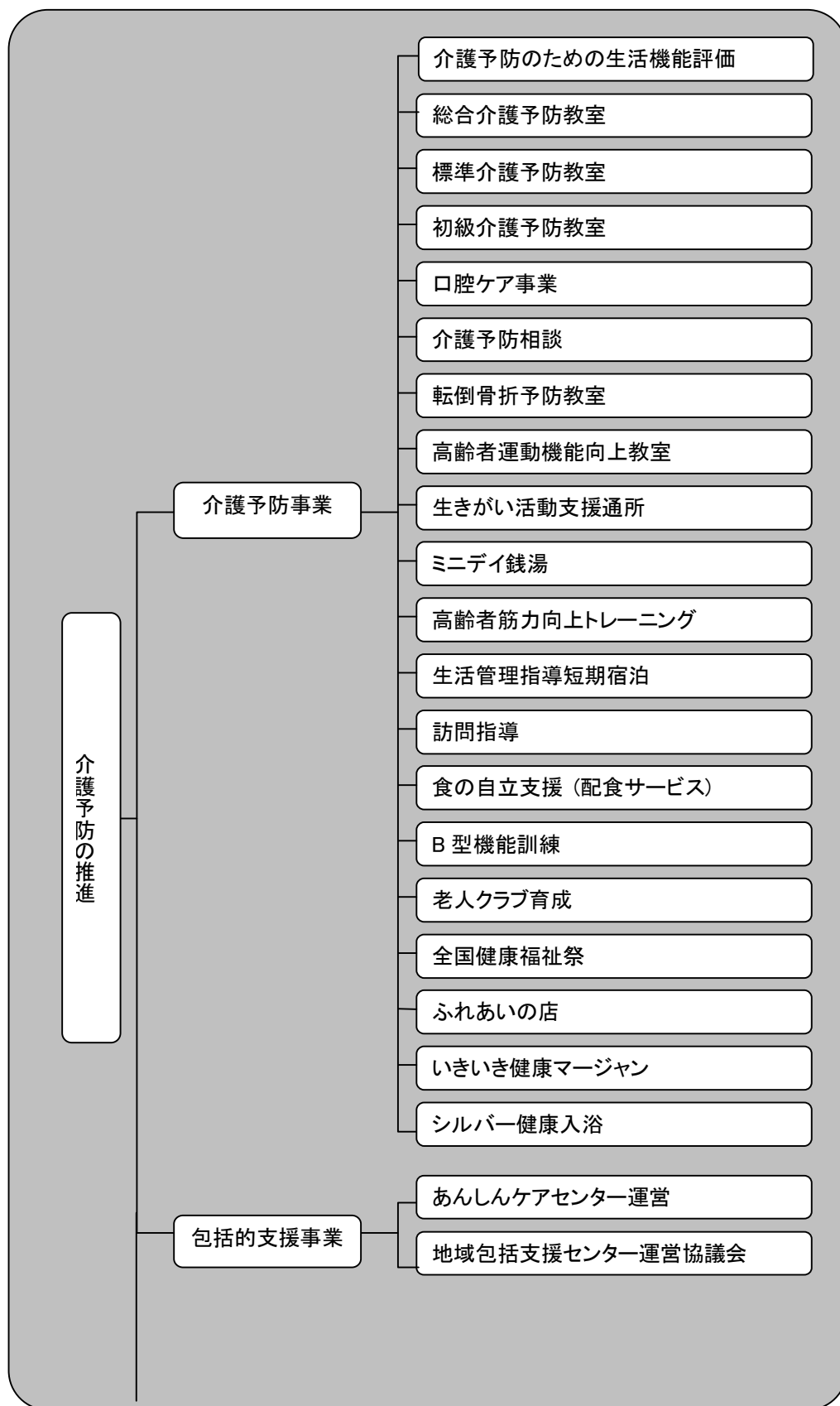
表 地域支援事業の見込み

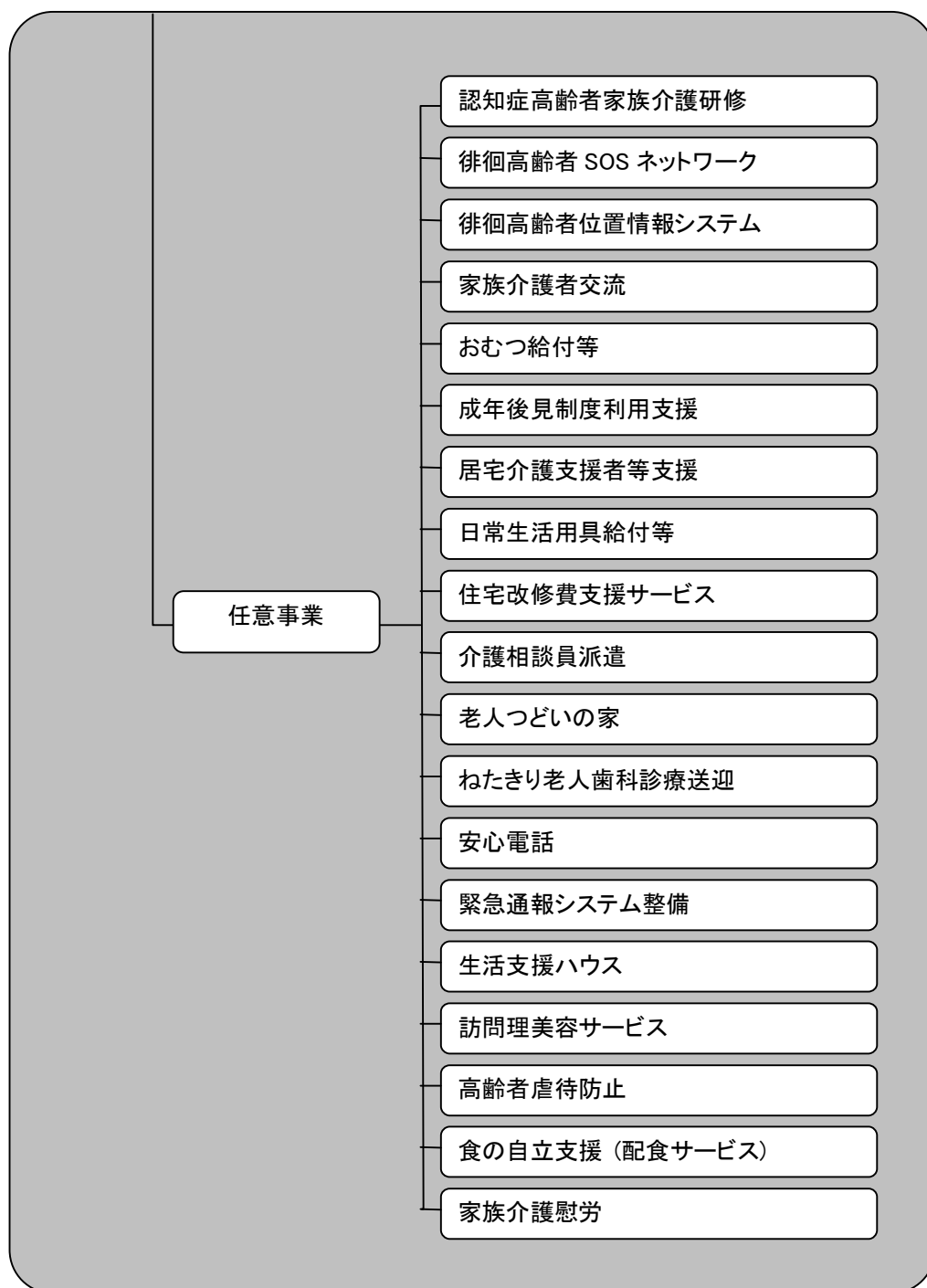
	平成 18 年度	平成 19 年度	平成 20 年度
高齢者人口(人)	156,459	165,960	175,031
地域支援事業 介護予防事業対象者 数(人)	4,694	7,202	9,904
割合	3%	4%	5%
地域支援事業に係る 費用(百万円)	630	771	1,063

※要支援・要介護になる恐れのある虚弱高齢者(高齢者人口の5%)を対象として、平成 18 年度から順次、地域支援事業を実施していきます。

また、地域支援事業に係る費用については、介護保険給付費の3%の範囲内において、実施します。

3 主要施策





①介護予防事業

虚弱高齢者を対象として、通所又は訪問により、要支援・要介護状態となることの予防や軽減もしくは悪化の防止を目的とした事業を行うとともに、全ての高齢者を対象として、介護予防に関する知識の普及・啓発や地域における自主的な介護予防につながる活動を支援します。

番号	事業名	内容	所管課
1	介護予防のための生活機能評価(新規)	特定高齢者の早期把握を目指すとともに、各種介護予防プログラム実施の際の安全管理や評価に活用するため、25項目の基本チェックリストによる生活機能に関する問診等を基本健康診査に併せて実施します。	健康企画課
2	総合介護予防教室(新規)	運動器の機能向上、栄養改善、口腔機能の向上等を図るためのプログラムを提供するとともに、日常生活における実践を指導します。	健康企画課
3	標準介護予防教室(新規)	運動器の機能向上、栄養改善、口腔機能の向上等を図るためのプログラムを提供するとともに、日常生活における実践を指導します。	健康企画課
4	初級介護予防教室(新規)	運動器の機能向上、栄養改善、口腔機能の向上等を図るためのプログラムを提供するとともに、介護予防に関する情報提供等を行います。	健康企画課
5	口腔ケア事業(新規)	歯科医院において口腔機能の評価、必要な相談・指導を行います。	健康企画課
6	介護予防相談	介護予防に関する相談・指導を行うとともに、運動器、栄養、口腔、禁煙のプログラムを提供し、介護予防教室修了者の継続支援を行います。	健康企画課
7	転倒骨折予防教室	転倒骨折を予防するため筋力トレーニング等を実施し、介護予防教室修了者の継続支援を行います。	健康企画課
8	高齢者運動機能向上教室(新規)	加齢に伴う運動器の機能低下を予防するため有酸素運動、筋力トレーニング等を実施し、介護予防教室修了者の継続支援を行います。	健康企画課
9	生きがい活動支援通所	いきいきプラザ・センターで機能訓練と趣味活動を組み合わせたデイサービスを行います。	高齢福祉課
10	ミニデイ銭湯	浴場組合と協力し、公衆浴場などでの入浴とともに、健康チェックや健康体操を行います。	高齢福祉課
11	高齢者筋力向上トレーニング(新規)	下肢機能などの生活機能が低下している方に対し、民間のフィットネスクラブ等で、マシンを使った筋力向上トレーニングを実施します。	高齢福祉課
12	生活管理指導短期宿泊	要介護(要支援)認定を受けていない高齢者を養護老人ホームに一時的に宿泊させ、自立した在宅生活を続けるために必要な知識や習慣を身につける指導を行います。	高齢福祉課
13	訪問指導	閉じこもり、認知症、うつ等のおそれがある高齢者の居宅を訪問して生活機能に関する評価、必要な相談・指導を行います。	健康企画課
14	食の自立支援(配食サービス)	要介護(要支援)認定を受けていない食生活に支援が必要な人に対し、日々の食事の確保が行われるよう、計画を作り、必要に応じて配食サービスを提供します。	高齢福祉課
15	B型機能訓練事業	地域のボランティアの協力を得てスポーツ・レクリエーションや絵画、工芸等の創作活動を実施します。	健康企画課
16	老人クラブ育成	地域に住む高齢者が集まり、レクリエーションや社会奉仕活動を通じながら健康増進や生きがいづくりを目指す自主的な組織を育成します。	高齢福祉課

番号	事業名	内容	所管課
17	全国健康福祉祭	高齢者のスポーツの祭典である全国健康福祉祭に千葉市選手団を派遣することで、健康の保持・増進、社会参加や生きがいづくりを進めます。	高齢福祉課
18	ふれあいの店	高齢者の手作り作品を商業施設内で展示、販売することで、地域社会との交流を深めます。	高齢福祉課
19	いきいき健康マージャン	健康麻将協会と協力して、指先や頭脳を使うことで認知症の予防を行う、初心者を対象とした健康マージャン教室を開催します。	高齢福祉課
20	シルバー健康入浴	公衆浴場と協力して、孤独感の解消を図るために、ひとり暮らし高齢者に無料入浴券を交付します。	高齢福祉課

②包括的支援事業

あんしんケアセンターでは、地域における高齢者の自立保持を図るため、介護予防ケアプランの作成などのマネジメント事業を実施するとともに、地域の高齢者に対し、様々な形での支援を可能とする総合相談支援事業や権利擁護事業などを行うほか、ケアマネジャーが抱える困難事例への指導・助言などを行います。

番号	事業名	内容	所管課
1	あんしんケアセンター運営(再掲)	地域における総合的な相談窓口としてあんしんケアセンターを整備し、介護予防マネジメントを行うとともに、保健福祉サービスをはじめ様々な生活支援サービスとの調整等を行ないます。	高齢福祉課
2	地域包括支援センター運営協議会(再掲)	あんしんケアセンターにおける包括的支援事業の円滑な実施及びセンターの中立性、公正性を確保します。	高齢福祉課

③任意事業

地域における認知症高齢者の見守り体制の構築や、家族の介護負担の軽減、さらには地域における自立した生活の継続を支援するための事業などを行います。

番号	事業名	内容	所管課
1	認知症高齢者家族介護研修	認知症高齢者の介護者等を対象に研修を行い、介護方法等の知識・技術の習得や介護者同士の交流を図るとともに、地域における認知症に関する理解を促します。	高齢福祉課
2	徘徊高齢者SOSネットワーク	認知症高齢者が所在不明となった場合に、高齢者の情報を区役所や警察署に送付することで、早期発見・保護を図ります。	高齢福祉課

番号	事業名	内容	所管課
3	徘徊高齢者位置情報システム	認知症高齢者が所在不明となった場合、あらかじめ所持させている端末機により位置を確認することで早期発見、早期保護を図ります。	高齢福祉課
4	家族介護者交流	要介護高齢者を介護している家族を対象に、宿泊旅行を実施して、心身の回復を図ります。	高齢福祉課
5	おむつ給付等	在宅の要介護高齢者におむつの給付等を行い、介護者の負担軽減を図ります。	高齢福祉課
6	成年後見制度利用支援	身寄りがなく判断能力が不十分な高齢者等を保護し、支援するため、成年後見制度の利用を支援します。	高齢福祉課
7	居宅介護支援事業者等支援	在宅サービスを受けていない要介護(要支援)者が住宅改修をする場合、理由書を作成したケアマネジャーを支援します。	介護保険課
8	日常生活用具給付等	ひとり暮らし高齢者に電磁調理器、老人用電話、補聴器などの日常生活用具等の給付を行います。	高齢福祉課
9	住宅改修費支援サービス	住宅の浴室等の改修するときの費用の一部を助成することで、在宅の要介護高齢者やその介護者を支援します。	高齢福祉課
10	介護相談員派遣	市が委嘱した介護相談員が、サービス事業所を訪問して、利用者等の相談に応じることにより、サービスの質の向上を図ります。	介護保険課
11	老人つどいの家	一般家庭の一室を開放し、高齢者が教養、娯楽の活動を行ったり、地域の方々との交流を図ることで高齢者の孤独感を緩和します。	高齢福祉課
12	ねたきり老人歯科診療送迎	ねたきり高齢者が、市休日救急診療所で歯科診療を受ける際、リフト付きのタクシーを利用した場合に運賃の一部を助成します。	高齢福祉課
13	安心電話	在宅のひとり暮らし高齢者に対し、電話をかけることで安否確認を行うとともに、孤独感の解消を図ります。	高齢福祉課
14	緊急通報システム整備	ひとり暮らし高齢者等に、電話回線を利用した緊急通報装置の給付等を行い、安否確認や緊急時の対応を行います。	高齢福祉課
15	生活支援ハウス運営	ひとり暮らし高齢者等に、必要に応じて住居を提供します。また、居住者が虚弱により各種サービスを必要とする場合、利用手続きの援助や各種相談、助言を行うとともに、緊急時の対応を行います。	高齢福祉課 高齢施設課
16	訪問理美容サービス	在宅の重度要介護者に、理容師や美容師を派遣し、調髪を行い、高齢者の衛生面を支援します。	高齢福祉課
17	高齢者虐待防止	高齢者虐待防止に関わる事業者及び職員を対象に研修会を行います。また関係機関とのネットワークを構築し、虐待の早期発見・早期対応に努めます。	高齢福祉課

番号	事業名	内容	所管課
18	食の自立支援(配食サービス)	要介護(要支援)認定を受けている食生活に支援が必要な人に対し、日々の食事の確保が行われるよう、計画を作り、必要に応じて配食サービスを提供します。	高齢福祉課
19	家族介護慰労(新規)	1年間介護保険サービスを利用しなかった重度要介護者を介護している家族に慰労金を支給します。	高齢福祉課