

## 新しい介護予防の推進について

## 現行の介護予防の取り組み

## いきいきあんしんプログラムの推進

要支援・要介護状態になることをできる限り予防するために高齢者が介護予防に意欲をもって取り組めるよう、全ての高齢者を対象とする一次予防事業、参加を促すための個別アプローチを行う二次予防事業を実施

## 一次予防事業

- 介護予防の基本的知識についてパンフレット作成・配布、講演会・相談・ミニ教室等を開催
- ・シニア健康づくり相談・脳健康教室
- ・ゆ〜酸素運動教室
- ・健康づくりプロジェクト
- 介護予防に取り組む地域活動組織の育成支援
- ・地域参加支援
- ・地域介護予防活動支援

## 二次予防事業

- 要介護・要支援認定者を除く高齢者に対し3分の1ずつ基本チェックリストを送付し二次予防事業対象者を把握、アドバイス票送付、事業案内を実施
- ・配布数 65,973人
- ・回答者 51,112人
- ・二次予防事業対象者11,702人
- ・参加者 1,079人
- 保健福祉センター(直営)・スポーツクラブ等(委託)で機能向上・口腔ケア・栄養改善・認知症予防等のプログラムを取り入れた教室や相談を実施
- ・元気アップ教室
- ・歯っぴー健口教室
- ・口腔ケア事業
- ・転倒骨折予防教室
- ・脳健康教室
- ・ゆ〜酸素運動教室
- うつ・閉じこもり等により教室への参加が困難な対象者に対し保健師等の訪問による支援を実施。

## 見直しの考え方

## 【方向性】

- 機能訓練など高齢者本人へアプローチだけでなく、本人を取り巻く環境へのアプローチができる総合的な内容とする。
- 元気高齢者と二次予防事業対象者が分け隔てなく、参加可能となるように見直す。
- 身近な地域内に住民運営の集いの場を充実させて、人と人のつながりを通じた集いの場が継続的に拡大していくような地域づくりを推進する。
- リハ職等を生かし地域の自主組織の自立支援に資する取り組みを推進する。

## 【課題】

- 基本チェックリスト送付により二次予防事業対象者の把握率は高くなったが「まだ自分には介護予防の必要はない」と考えている人も多く、参加率は低い。
- 身体部位別・機能回復訓練に特化せず総合的な内容で今まで参加に至らなかった高齢者の参加も得られるような魅力的なプログラムが必要である。
- 一次予防・二次予防事業対象者が区別なく、気軽に継続的に取り組める内容とする必要がある。
- 委託会場では送迎も実施したが参加に結びつかない方もおり、身近な場所・地域内での開催が必要である。
- 高齢者が気軽に参加できる身近な地域内で介護予防を実施するために自主運営による地域グループが不可欠であり、育成・支援が必要である。
- 介護予防事業参加をきっかけに、高齢者自らが地域支援者となるようなきっかけづくり・働きかけが必要である。

## 一般介護予防事業への新たな取り組み

## 訪問指導

- 保健師等専門職の訪問による状況把握及び指導

## 介護予防事業

- 大人が楽しみながら参加できるプログラム
- 要介護・要支援状態に陥らないように運動・栄養・口腔・認知機能改善のためのプログラムを総合的に実施
- 介護予防に取り組むきっかけづくりとしてプログラムを総合化
- 介護予防に取り組む地域活動リーダーを養成
- より多くの人が口腔ケア・口腔体操に取り組めるように地域に出て実施(歯っぴー健口教室)
- 要介護状態に陥らないように歯科医師が咀嚼・嚥下・発音など口腔機能を評価・指導(口腔ケア事業)
- リハ職等が住民運営の集いの場などに参加して効果的な介護予防の取り組み等を助言(地域リハビリテーション活動)

## 地域参加支援・地域介護予防活動支援

- 地域ボランティアや自治会など地域で介護予防に取り組む自主活動組織の育成・支援

## 健康相談

- 専門職が個人の食生活・運動・歯の健康状態、生活習慣等を勘案して行う健康に関する助言・指導

## 介護予防・日常生活ニーズ把握

- チェックリストの対面記入などによる自立に向けた状況把握・支援

## 事業評価

- 事業参加者の健康感、要支援状況の変化を評価