

第 3 章
介護予防の推進

第3章 介護予防の推進

1. 現状と課題

< 現 状 >

平成18年4月に施行された改正介護保険法では、高齢者が要支援・要介護状態になることを予防し、要介護状態になった場合でもできるだけ地域において、自立した日常生活を営むことができるよう支援するために、地域支援事業が創設されました。

本市では、介護予防の取り組みとして、運動器の機能向上や口腔機能向上、栄養改善などを目的とした介護予防教室や高齢者運動機能向上教室などを実施するとともに、要支援・要介護状態になるおそれの高い特定高齢者を生活機能評価により把握し、介護予防事業への参加を促しています。

また、市内12か所に設置したあんしんケアセンターでは、介護予防のためのケアマネジメントや介護保険以外のサービスを含む高齢者やその家族に対する総合相談支援、高齢者虐待や成年後見などの権利擁護、支援困難事例の対応など地域における多職種協働・連携のネットワークづくりに取り組んでいます。

さらに、高齢者が住み慣れた地域で安心してその人らしい生活を継続できるよう、配食サービスや家族介護研修、認知症サポーターの養成などを地域支援事業で実施しているほか、いきいきプラザ・いきいきセンターにおいて、機能訓練と趣味活動を組み合わせた生きがい活動支援通所事業などを実施しています。

実態調査によると、要援護高齢者が要支援、要介護になったきっかけは、廃用症候群につながりやすい「年をとり足腰が少しずつ弱くなった」が30.7%と最も高くなっています。ほかでは、生活習慣病に起因する「脳卒中などの脳血管疾患」23.2%、「高血圧症」18.8%など、筋骨格系疾患である「膝などの関節疾患やリウマチ」16.6%、「転倒などの骨折」15.0%、そして「認知症」が20.7%となっています。

(図表3-1)

特定高齢者に対する今後の介護予防事業のプログラムへの参加意向は、「高齢者運動機能向上教室」21.5%、「介護予防教室」20.7%、「転倒骨折予防教室」19.7%などが上位であるものの、一方では、「いずれも参加したいとは思わない」も23.0%となっています。(図表3-2) なお、介護予防事業に参加しやすくするための条件としては、「参加したいと思う人の意識を尊重」「往復の送迎を用意する」がともに20.9%、「費用は無料か実費程度」15.8%、「わかりやすく説明した資料を用意」15.1%などが上位となっております。

< 課 題 >

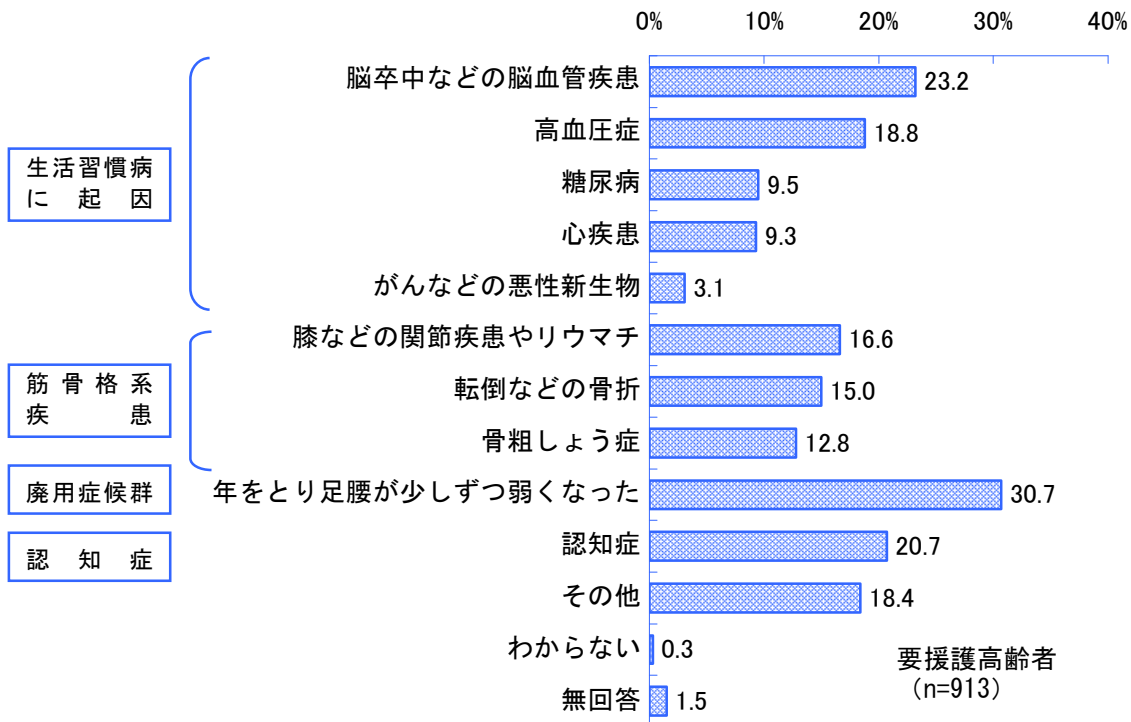
介護予防事業の対象者である特定高齢者の把握は徐々に増加していますが、介護予防事業への参加は低調です。高齢者が要支援・要介護状態となることをできる限り予防するため、介護予防の重要性について普及啓発に努めるとともに、特定高齢者の把握を進め、事業参加者を増やす必要があります。

このため、効率的な特定高齢者の把握と事業参加者が意欲を持って継続的に取り組める介護予防施策が求められています。

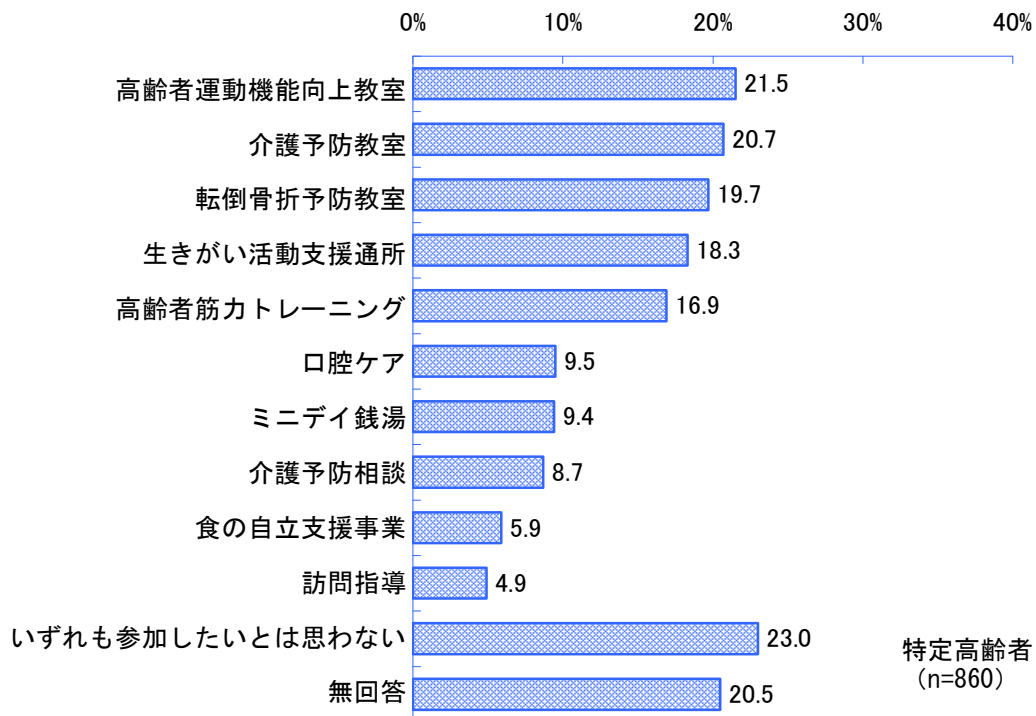
あんしんケアセンターにおいては、指定介護予防支援事業者として要支援1及び2の方のケアプランの作成を行っていますが、今後、高齢者の増加や複雑多様化する福祉ニーズに伴う総合相談支援や権利擁護事業などに対応するため、人員体制の見直しや職員の専門性の向上に向けた研修の充実を図る必要があります。

また、当該センターは、徐々に認知されてきたところではありますが、その役割や担当業務について、一層の広報・周知が求められています。

図表 3-1 要支援あるいは要介護になったきっかけ



図表 3-2 介護予防事業のプログラムへの参加の意向



<出典>実態調査

2. 施策の方向性

高齢者が、要支援・要介護状態になることを可能な限り予防するため、自分自身の健康や介護予防に関心を持ち、日常の生活習慣として健康づくりや介護予防に取り組めるよう、総合的かつ効果的な介護予防事業を推進するとともに、介護予防の理解促進やあんしんケアセンターの広報・周知に努めます。

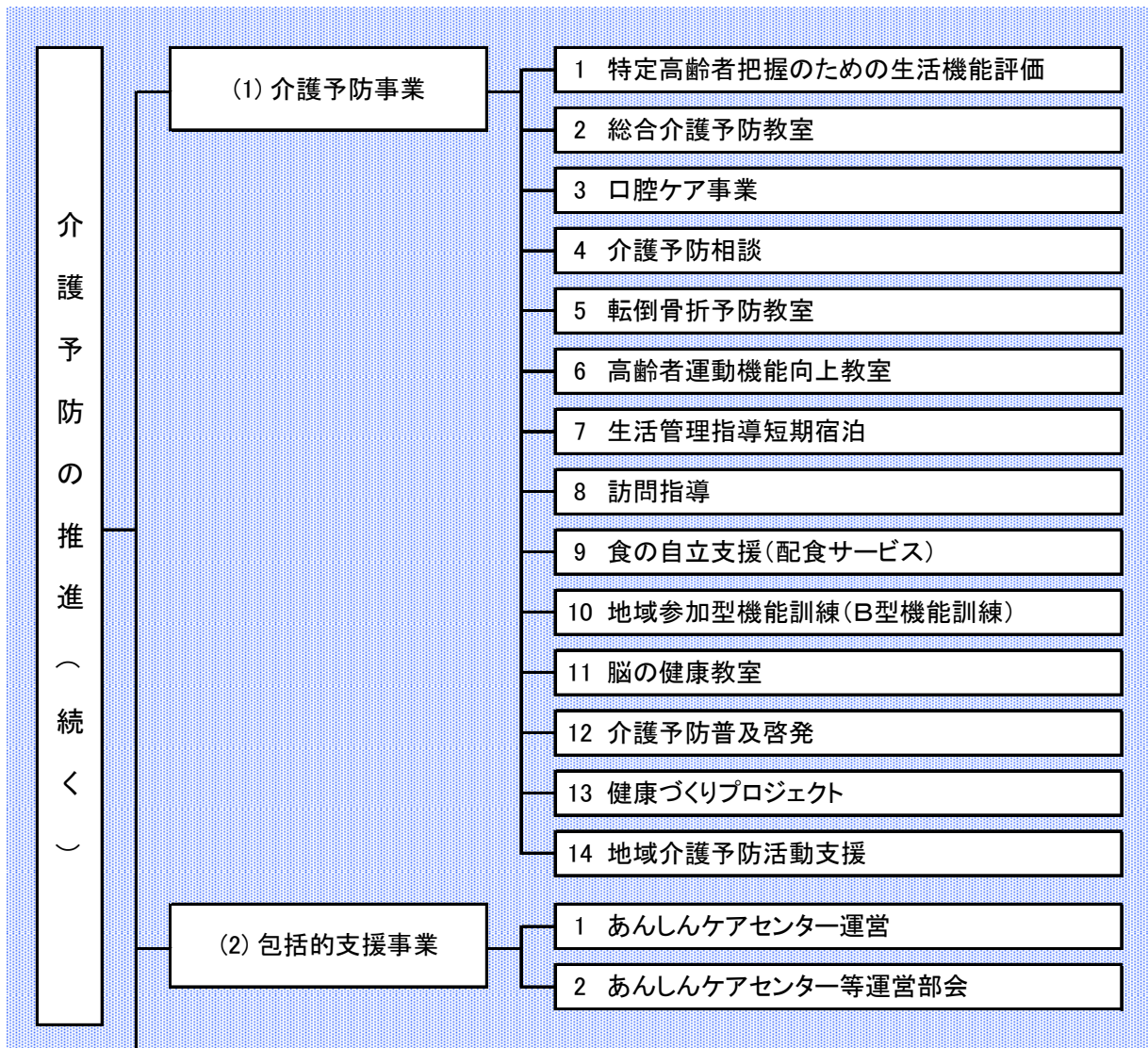
また、要支援・要介護状態となるおそれの高い特定高齢者の把握に一層努め、より多くの人々が、介護予防事業に参加できるような取り組みを進めます。

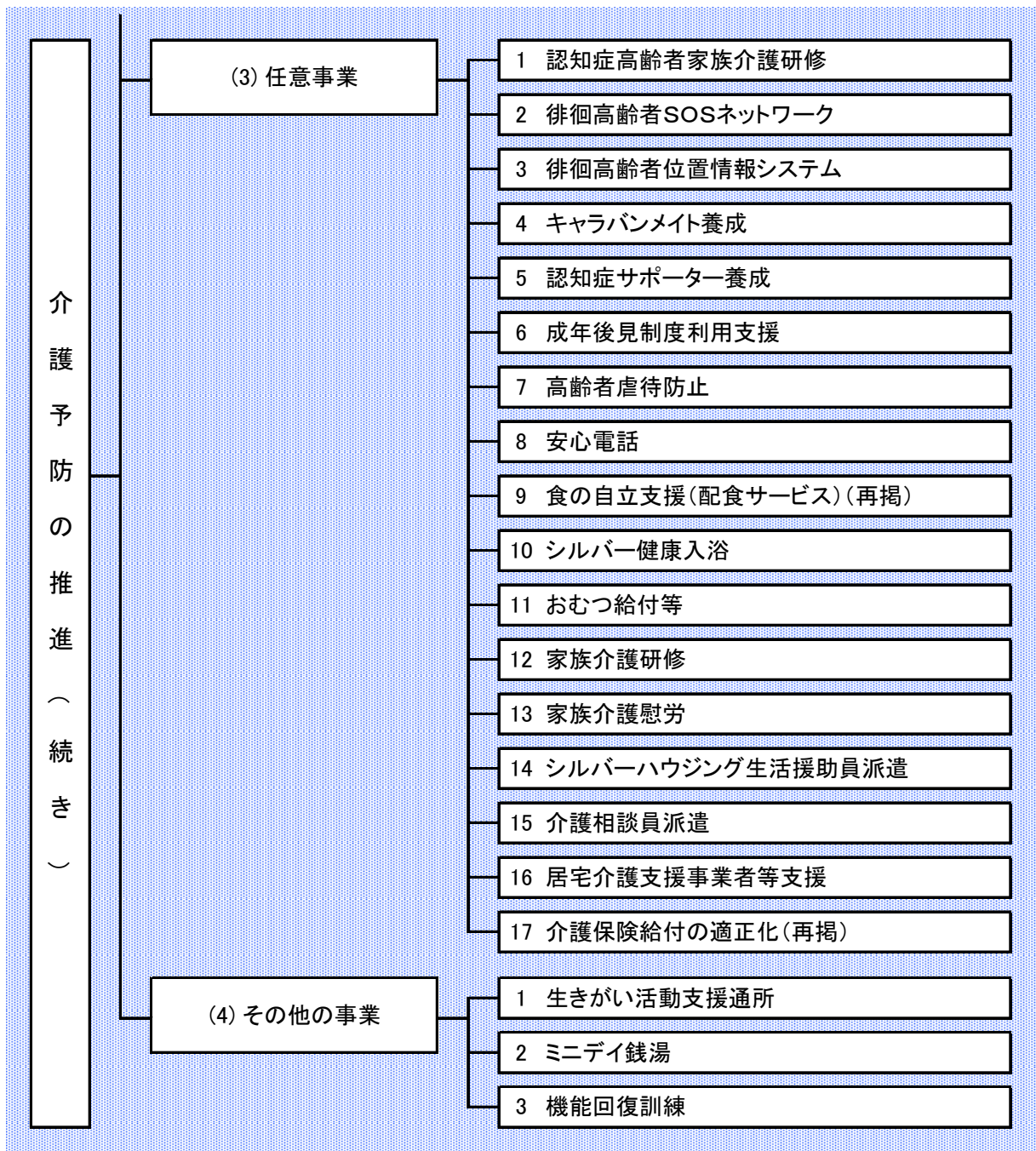
さらに、あんしんケアセンターを中心とした介護予防ケアマネジメントの体制を充実し、対象者の個々の状態に応じた介護予防プランの作成と適切な介護予防サービスの提供に努めるとともに、高齢者やその家族の総合相談支援、権利擁護などの対応の充実を図ります。

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」、さらに第三段階では、自助・共助を基本としてさまざま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めざしていきます。

- 第一段階 「きっかけづくり」
運動機能の向上、栄養改善、口腔機能の向上を目指した総合介護予防教室や歯科医院において口腔機能の評価、必要な相談・指導する口腔ケア等を実施します。
- 第二段階 「取り組みの定着化」
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や転倒骨折予防教室等を実施します。
- 第三段階 「地域での自立」
身近な場所にある公園やウォーキングコース、またサークルや同好会へ参加し、地域での自立をめざします。

3. 主要施策





(1) 介護予防事業

心身の機能が衰えた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	事業内容	所管課
1	特定高齢者把握のための生活機能評価	特定高齢者の早期把握をめざすとともに、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や検査等を実施します。	高齢福祉課
2	総合介護予防教室	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指導を特定高齢者に実施します。	健康企画課 高齢福祉課
3	口腔ケア事業	歯科医院において口腔機能の評価、必要な相談・指導を特定高齢者に実施します。	健康企画課
4	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特定高齢者に提供します。	健康企画課
5	転倒骨折予防教室	転倒骨折を予防するために、普段の生活に取り入れられる運動を特定高齢者に実施します。	健康企画課
6	高齢者運動機能向上教室	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特定高齢者に実施します。	健康企画課
7	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に対し、養護老人ホームに一時的に入所させ、要介護状態への進行の予防と自立した在宅生活の確保を目的とする生活習慣の指導等を行います。	高齢福祉課
8	訪問指導	閉じこもり、認知症、うつ等のおそれがある特定高齢者の居宅を保健師が訪問して、必要な相談・指導を実施します。	健康企画課
9	食の自立支援（配食サービス）	心身の障害、疾病等の理由により調理等を行うことが困難なひとり暮らしの特定高齢者や要介護（支援）認定者等に対し、食関連サービスの利用調整及び配食サービスを行うことにより、安否確認と栄養改善を図り、より健康で自立した生活が送れるよう支援します。	高齢福祉課

番号	事業名	事業内容	所管課
10	地域参加型機能訓練 (B型機能訓練)	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
11	脳の健康教室	簡単な読み書き・計算と軽運動を組み合わせた認知症予防教室を開催します。	高齢福祉課
12	介護予防普及啓発	介護予防に関する知識を普及啓発するため、パンフレット等を配布するとともに、講演会や相談会を開催します。	高齢福祉課
13	健康づくりプロジェクト	プロサッカーチームのトレーナーなどが講師となり、サッカー選手が行っている体操を高齢者向けにアレンジした軽運動を実施し、体力づくりのノウハウを提供します。	高齢福祉課
14	地域介護予防活動支援	あんしんケアセンター等において、介護予防ボランティアを育成するため、研修や地域活動組織の育成や支援を行います。	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支援を図るため、介護予防ケアプランの作成などの介護予防ケアマネジメント事業を実施するとともに、地域の高齢者やその家族に対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・助言などの包括的・継続的マネジメント事業を行います。

番号	事業名	事業内容	所管課
1	あんしんケアセンター運営	地域における高齢者の総合的な相談窓口としてあんしんケアセンターを運営し、介護予防ケア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さまざまな生活支援サービスの調整等を行います。	高齢福祉課
2	あんしんケアセンター等運営部会	あんしんケアセンターにおける包括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

高齢者が、住み慣れた地域で安心して、その人らしい生活を継続していくことができるよう、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、さらには自立した日常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	事業内容	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ファクシミリで送付することで、早期発見・保護を図ります。	高齢福祉課
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	キャラバンメイト養成	認知症に関する正しい知識をもち、地域や職域において認知症の人や家族を支援する認知症サポーターを養成することのできるキャラバンメイトを養成します。	高齢福祉課
5	認知症サポーター養成	認知症に関する正しい知識をもち、地域や職域において認知症の人や家族を支援する認知症サポーターを養成することにより、認知症の人が安心して暮らせる地域づくりを推進します。	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	高齢者虐待防止	高齢者虐待の発生防止のための啓発及び、発生時の支援体制のためのネットワーク体制を整備し、高齢者の権利利益を擁護するとともに、被虐待者と虐待者の分離が必要な場合に、スムーズに施設入所できるような体制を整備します。	高齢福祉課
8	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

番号	事業名	事業内容	所管課
9	食の自立支援（配食サービス）（再掲）	心身上的障害、疾病等の理由により調理等を行うことが困難なひとり暮らしの特定高齢者や要介護（支援）認定者等に対し、食関連サービスの利用調整及び配食サービスを行うことにより、安否確認と栄養改善を図り、より健康で自立した生活が送れるよう支援します。	高齢福祉課
10	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
11	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
12	家族介護研修	在宅で高齢者を介護する家族を対象に、介護講習会を実施することにより、個々の事情に応じた介護に関する相談を受けたり、介護者同士の交流を図ります。	高齢福祉課
13	家族介護慰労	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
14	シルバーハウジング生活援助員派遣	シルバーハウジングに入居している者に対して、生活指導や、安否の確認、一時的な家事援助、緊急時の対応等のサービスを提供するため、生活援助員を派遣します。	高齢福祉課
15	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
16	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
17	介護保険給付の適正化（再掲）	給付の適正化を図るため、引き続き事業者実地指導に取り組むとともに、住宅改修について施工前・後に現地確認を行うほか、介護給付費通知、居宅介護計画費の点検などを実施します。	介護保険課

(4) その他の事業

一般施策として、生きがい活動支援通所、ミニデイ銭湯、機能回復訓練を実施し、身体機能の低下防止を図ります。

番号	事業名	事業内容	所管課
1	生きがい活動支援通所	いきいきプラザ・いきいきセンターにおいて、機能訓練と趣味活動を組み合わせた活動の場を提供します。	高齢福祉課
2	ミニデイ銭湯	公衆浴場などを会場に、健康チェックや健康体操を行い、その後入浴サービスを提供します。	高齢福祉課
3	機能回復訓練	いきいきプラザ等でリハビリ体操やストレッチ体操を行い、身体機能の低下防止を図ります。	高齢施設課

(5) 地域支援事業費等の見込み

図表 3-3 地域支援事業費等の見込み

	平成 21 年度	平成 22 年度	平成 23 年度
高齢者人口	185,143 人	191,528 人	196,023 人
介護予防事業対象者	2,373 人	2,873 人	3,529 人
割合	1.3%	1.5%	1.8%
地域支援事業に係る費用(百万円)	847 百万円	908 百万円	960 百万円

※ 地域支援事業費は、介護予防事業、包括的支援事業・任意事業の実績等を踏まえ、平成 21 年度から 23 年度の各年度の保険給付費のそれぞれ 2.3%相当額を設定した。

