

## 第4章 介護予防・健康づくりの推進

第1節 生活習慣病予防の推進

第2節 介護予防の推進



## 第4章 介護予防・健康づくりの推進

### 第1節 生活習慣病予防の推進

高血圧・糖尿病・高脂血症などの生活習慣病罹患者は増加しており、日本人死因の多くを占める脳卒中などの生活習慣病は介護が必要になった原因でも上位に位置付けられています。

本町では、「はりま健康プラン」や「播磨町国民健康保険特定健康診査等実施計画」を策定し、健康づくりの推進、健診の受診率向上、生活習慣の改善などに基づく生活習慣病予防に努めています。

#### (1) 特定健康診査

平成20年度からは、これまでの基本健診に代わって、特定健康診査が開始され、メタボリックシンドロームに着目した健診を実施しています。

特定健診	平成21年度			平成22年度			平成23年度		
	人数(人)	割合	目標	人数(人)	割合	目標	人数(人)	割合	目標
対象者	5,953	-	-	5,992	-	-	6,449	-	-
受診者	1,753	29.4%	40%	2,046	34.1%	50%	2,386	37.0%	60%
特定保健指導対象者数	216	12.3%	-	225	11.0%	-	257	10.8%	-
特定保健指導実施者数	58	26.9%	40%	74	32.9%	40%	110	42.8%	45%
動機付け支援	50	27.5%	-	67	37.0%	-	92	50.3%	-
積極的支援	8	23.5%	-	7	15.9%	-	18	24.3%	-

※平成23年度実績は9月末現在

#### 今後の施策展開

要介護認定を受ける原因疾患として生活習慣病が3割を占めており、予防が大切になっています。今後も特定健診・特定保健指導計画に添って、引き続き実施していきます。

## 第2節 介護予防の推進

2015年(平成27年)にはいわゆる団塊の世代が高齢者となり、高齢化が一層進展することから、制度の持続性を維持しつつ高齢者の生活機能低下を未然に防止し、維持向上させるために介護予防の推進体制を確立することが大きな課題となっています。

本町では、生活機能評価を行い、高齢者の生活機能の状態を把握するとともに、一次予防事業、二次予防事業を推進しています。

### (1) 介護予防に関する知識の普及/住民の健康意識の向上/ボランティアの育成、支援

介護予防についての基本的な知識の普及啓発を目的として、パンフレットの作成・配布や各教室での普及啓発に努めています。また、地域でボランティアとして自主的に取り組む住民を支援してきました。

#### 今後の施策展開

介護予防についてのパンフレットを作成し、自治会を通じた各戸配布や、住民の目にふれやすい役場や地域包括支援センターなどで配布しています。また健康フェアなどのイベントや各教室など、さまざまな機会に介護予防の啓発に努めています。介護予防という言葉も知られるようになり、関心を持つ住民が増えていることから今後も継続していきます。また、地域でボランティアとして活動する人が増えるようボランティア養成講座なども開催していきます。

## (2) 介護予防普及啓発事業

地域において介護予防に資する活動が広く実施され、高齢者が積極的にこれらに参加できるよう、また介護が必要となる前から予防への取組みを意識できるよう、介護予防の必要性を周知し、知識の普及を図っています。

### ◆介護予防普及啓発事業 楽々健康講座

楽々健康講座	平成 21 年度	平成 22 年度	平成 23 年度
実施講座数（講座）	28	18	9
参加人数（人）	407	485	170

### ◆介護予防普及啓発事業 団体別実施状況

団体別実施状況	平成 21 年		平成 22 年		平成 23 年	
	講座数 （回）	人数 （人）	講座数 （回）	人数 （人）	講座数 （回）	人数 （人）
サロン	18	273	13	359	6	136
自治会	5	68	0	0	0	0
介護予防 自主グループ	4	46	4	26	2	14
その他	1	20	1	100	1	20
合計	28	407	18	485	9	170

### ◆介護予防啓発事業 転倒予防教室

転倒予防教室	平成 21 年度	平成 22 年度	平成 23 年度
実施回数（回）	12	40	20
参加人数（人）	146	1,535	760

### ◆介護予防体操（播磨町版）普及啓発

介護予防体操 （播磨町版）	平成 21 年度	平成 22 年度	平成 23 年度
実施回数（回）		13	-
延参加者数（人）		447	-

※平成 23 年度実績は 9 月末現在

### 今後の施策展開

楽々健康講座は平成 18 年度から運動、栄養、口腔、保健、健康づくりなど、出前形式で講座を開設しています。サロン運営者の研修会などの機会にも PR に努めていますが、講座数が減少しており、見直しが必要です。転倒予防教室は、平成 22 年度より開催方法を変更し、NPO スポーツクラブ 21 はりまに委託し、ほぼ通年週 1 回の開催を目標に実施したところ、参加者が増えています。介護予防体操（播磨町版）は、地域包括支援センターにより独自に作成し、青い山脈の音楽に乗って高齢者が安全に楽しくできるものになっており、地域のサロンなどで紹介し普及を図っています。今後もニーズに応じて内容を見直しながら、介護予防の普及啓発をすすめていきます。

### (3) 二次予防事業対象者把握事業

高齢者を対象に介護予防のための生活機能評価を実施することで、二次予防事業対象者（今後介護を受ける状態になるおそれの高い高齢者）の把握に取り組んでいます。また、医療機関（主治医）・民生委員などの関係機関からの情報提供による二次予防事業対象者の把握や、地域包括支援センター等で蓄積されてきた情報などにより、二次予防事業対象者把握事業（ハイリスクアプローチ）の対象となる人の把握・選定に取り組んでいます。

介護予防健診	平成 21 年度	平成 22 年度	平成 23 年度
65 歳以上人口（人）	6,809	7,071	7,162
健診受診者数（人）	1,744	1,792	675
受診率	25.6%	25.3%	9.4%
二次予防事業対象者候補（人）	308	312	140
決定者（人）	248	271	111
決定者／受診者数	14.2%	15.1%	16.4%
二次予防事業対象者／65歳上人口	3.6%	3.8%	1.5%

#### 対象となる予防プログラム別内訳（延数）

介護予防健診	平成 21 年度	平成 22 年度	平成 23 年度
総合（人）	53	39	20
	14.8%	16.3%	12.8%
運動（人）	155	114	68
	43.3%	47.5%	43.6%
栄養（人）	12	15	6
	3.4%	6.3%	3.8%
口腔（人）	138	72	62
	38.5%	30.0%	39.7%

※平成 23 年度実績は 9 月末現在

#### 今後の施策展開

特定健診、後期高齢者健診と同時実施体制により、健診の場で二次予防事業対象者の把握を実施し、平成 22 年度は 3.8%です。対象者には郵送により介護予防事業への参加を勧奨し、地域包括支援センターにより個別に電話、訪問等で状態確認や相談を行っています。今後も、引き続き関係機関と連携を図りながら、二次予防事業対象者の把握に努め、住み慣れた地域ですこやかに暮らす高齢者が増えるよう取り組んでいきます。

#### (4) 通所型介護予防事業

二次予防事業対象者把握事業により把握された二次予防事業対象者に、介護予防を目的として、作業療法士・理学療法士・栄養士・歯科衛生士が各地域に赴き、月4回、「楽々くらぶ」を実施しています。

平成21年度通所型介護 予防事業楽々くらぶ	実施箇所 (箇所)	実施回数 (回)	参加人数 (人)	参加延人数 (人)
運動器の機能向上	4	48	66	595
栄養改善	4	48	66	574
口腔機能の向上	4	48	66	542
その他	4	48	66	586
合計	16	192	264	2,297

平成22年度通所型介護 予防事業楽々くらぶ	実施箇所 (箇所)	実施回数 (回)	参加人数 (人)	参加延人数 (人)
運動器の機能向上	4	48	61	545
栄養改善	4	48	61	560
口腔機能の向上	4	48	61	562
その他	4	48	61	565
合計	16	192	244	2,232

平成23年度通所型介護 予防事業楽々くらぶ	実施箇所 (箇所)	実施回数 (回)	参加人数 (人)	参加延人数 (人)
運動器の機能向上	4	48	68	570
栄養改善	4	48	68	570
口腔機能の向上	4	48	68	570
その他	4	48	68	570
合計	16	192	272	2,280

#### 今後の施策展開

運動器の機能や口腔機能の維持、改善に一定の効果があり、栄養面においても意識することにより体調を良好に保ち、日常生活を楽しく送ることができています。しかし、二次予防事業対象者の把握数に比べ、新たに事業に参加される方が少ない現状であるため、新たな事業対象者の参加促進に努めるとともに、個人の身体状態にあった取組みが行われるよう、事業内容の検討を行っていきます。

## (5) 訪問型介護予防事業

地域包括支援センターにより、二次予防事業対象者や民生委員など地域からの情報提供があった要支援者、介護保険認定非該当者などに対して必要に応じて見守りのための訪問をしています。

### 今後の施策展開

見守りの必要なケースに対し、地域の民生委員や町担当者と連携しながら地域のネットワークを広げていく必要があることから、今後も継続していきます。

## (6) 地域包括支援センターの円滑な運営

地域包括支援センターは、支えが必要な高齢者の心身の健康維持、安定した暮らしを地域ぐるみで支えていくための拠点となる機関です。保健、介護、福祉という3分野の専門職が連携し、町や地域の医療機関、介護（介護予防）サービス事業者、ボランティアなどと協力しながら地域の高齢者の相談に応じます。

### ①介護予防ケアマネジメント事業

二次予防事業対象者が要介護状態になることを予防するためのケアプランの作成及び評価を引き続き実施します。また、各事業の実施主体と協力しながら、事業の参加状況や実施プロセス、人材・組織の活動状況を毎年評価し、より効果的な施策展開につなげていきます。

### ②総合相談・権利擁護事業

地域の総合相談窓口として、介護や福祉や保健、高齢者虐待防止、消費者被害等の様々な相談に応じ、関係機関等と連携しながら、課題の解決を図っていきます。

### ③包括的・継続的ケアマネジメント支援事業

介護支援専門員に対する日常的な支援や相談、困難事例等への指導・助言・対応支援等を行ない、介護支援専門員のネットワーク構築を行ない、資質向上のための研修会等を実施します。また、関係機関との積極的な連携構築を図り、情報交換や意見交換の機会を設けます。



	平成 21 年度	平成 22 年度	平成 23 年度
介護予防支援計画 (うち委託)	2,555 件 (733 件)	2,674 件 (627 件)	1,373 件 (283 件)
総合相談実件数	158 件	166 件	136 件
楽々くらぶ利用者ケアプラン (前期+後期)	131 件	122 件	68 件
認知症サポーター養成講座	1 回	2 回	1 回
	13 人	33 人	12 人
高齢者情報交換会	毎月 1 回	毎月 1 回	毎月 1 回
地域ネットワーク会議	毎月 1 回	毎月 1 回	毎月 1 回
民生委員協議会定例会、 合同研修会	毎月 1 回	毎月 1 回	毎月 1 回
地域包括支援センター 運営協議会	年 1 回	年 1 回	年 1 回

※平成 23 年度実績は 9 月末現在

今後の施策展開
<p>現在、保健師 1 名、社会福祉士 1 名、主任ケアマネジャー 1 名、ケアマネジャー 1 名、計 4 名を配置し、介護予防事業、総合相談・支援事業、権利擁護事業、包括的・継続的ケアマネジメント支援事業等を行っていますが、今後介護予防の必要な高齢者や、認知症高齢者の増加が見込まれることからより一層の体制強化を図る必要があり、専門職の増員を図るなど、今後も引き続き体制強化に取り組めます。</p> <p>また、引き続き地域包括支援センター運営協議会において、毎年の事業状況を報告し、適切な運営に努めていきます。</p>

区 分		事業内容等		
		平成 24 年度	平成 25 年度	平成 26 年度
地域包括支援センター	設置個所数 (ヶ所)	1	1	1
	人員体制 (人)	5	5	5

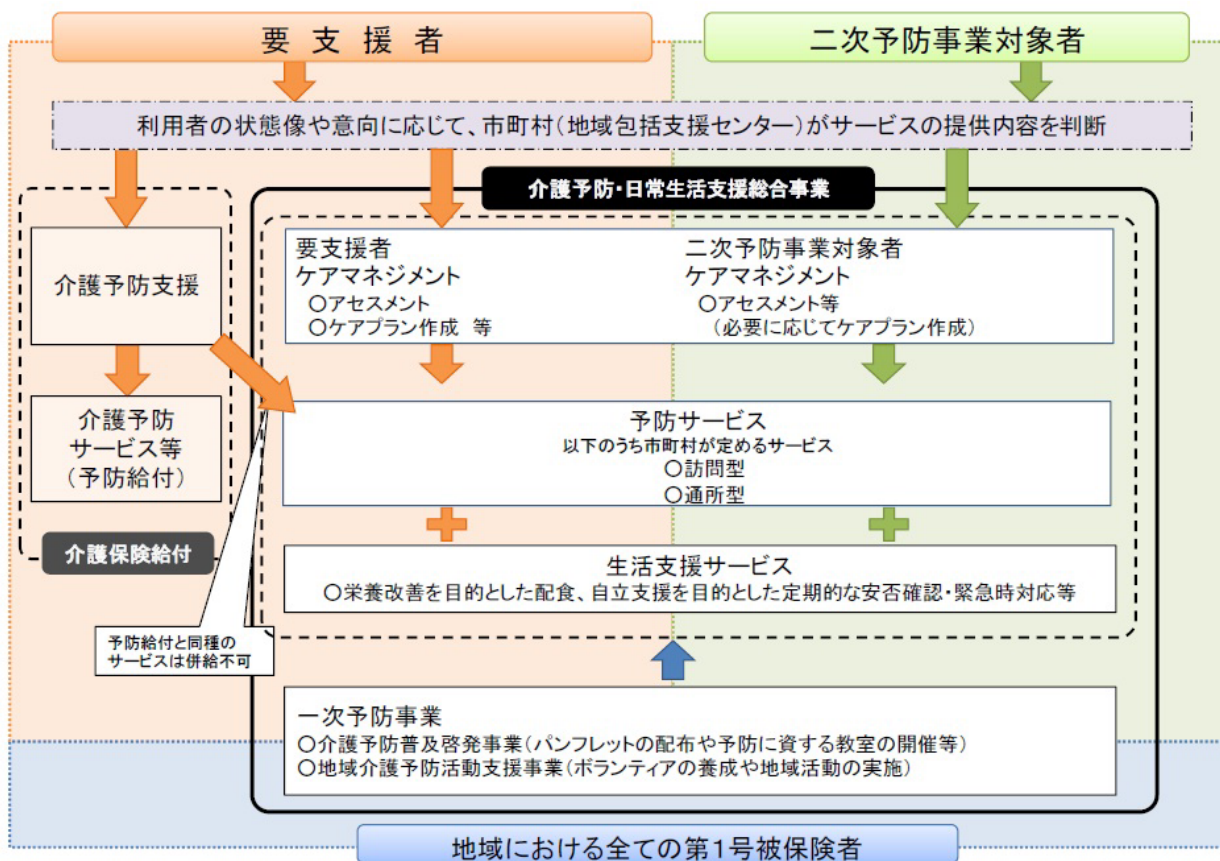
(7) 予防給付と生活支援サービスの一体的な取組み（新たな制度）

第5期計画では、予防給付と生活支援サービスを一体化し、非該当と要支援の方へ切れ目のない適切なサービスを提供することが可能になりました。

本町においては、制度改革の趣旨を踏まえ、これまでのサービスの支給状況や利用者のニーズ、要支援者の出現率などを勘案して、必要に応じ新たなサービス（介護予防・日常生活支援総合事業）提供については今後、実施を検討してまいります。

この介護予防・日常生活支援総合事業とは、今回の制度改革で新しく地域支援事業として位置づけられるサービスで、地域包括支援センターが利用者の状態像や意向に応じて、介護予防、生活支援（配食、見守り等）、権利擁護、社会参加を含めた総合的で多様なサービスを提供するものです。

【介護予防・日常生活支援総合事業のイメージ】



介護保険最新情報 Vol237 より

また、既存の地域支援事業については、限られた財源をより効果的に活用するためにも、地域包括ケアの観点から既存の事業を検証し、より多くの住民に事業の効果が及ぶような新たな事業の構築に取り組んでまいります。

