

## 稲城市の介護予防事業の 実施状況について

1

### 稲城市の概要

- 人口: 78,100人
  - 男 39,801人
  - 女 38,299人
  - 世帯数 32,177世帯
- 高齢者人口: 11,134
- 高齢化率: 14.3%
- 要介護者: 1,384人
- 認定率: 12.4%



# 稲城市における介護予防事業のポイント

## 1. 地域ケアシステムの体系づくり

- ① 地域ケア会議の整備
  - ② 非該当者フォロー体制の整備
  - ③ 介護予防リーダーの育成
  - ④ 一人暮らし・のみ世帯へのアンケート調査の実施
  - ⑤ 見守り支援ネットワークの構築
  - ⑥ 要支援サービス未利用者フォロー体制の整備
- } 平成14年度～  
 } 平成15年度～  
 → 平成16年度～

## 2. 介護予防マネジメントの強化

- ① 在宅介護支援センター(介護予防の拠点)の機能強化 → 平成14年度～
- ② フォーマルサービスの評価指標の統一と、効果的な事業内容の整備 平成16年度～
- ③ より多くの介護予防対象者の把握(医療機関にて老人健診とおたっし+21を実施) 平成17年度～

## 3. インフォーマルサービスの充実

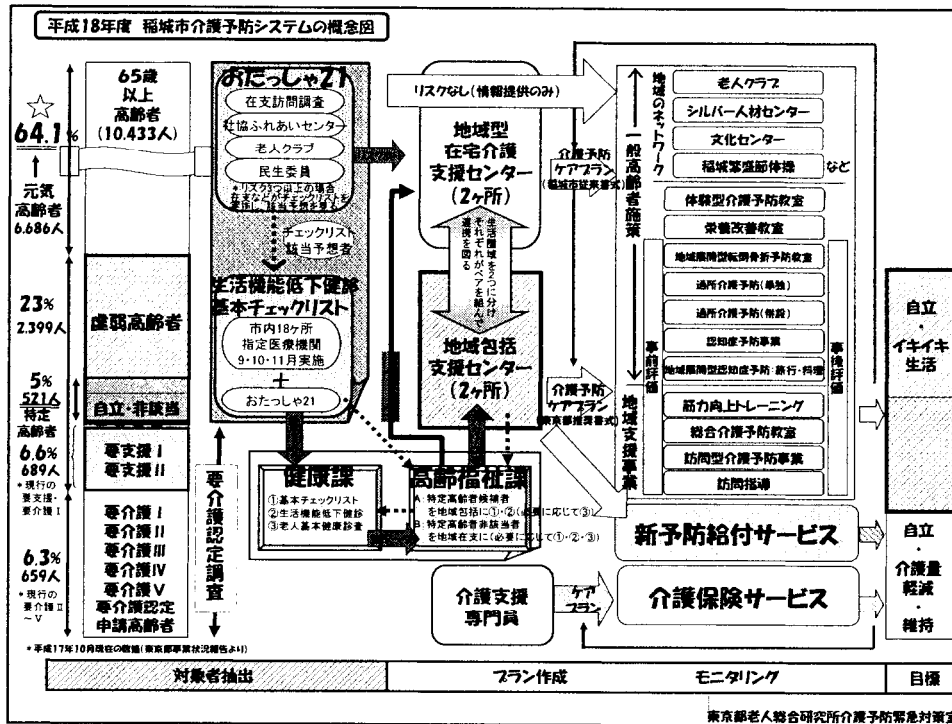
- ① フォーマルサービス卒業者の受け皿の充実 → 平成16年度～
- ② 地域における「介護予防活動」の盛り上げ → 平成17年度～
- ③ 高齢者主体の介護予防に対する取り組みと役割の拡大 → 平成17年度～

3

# 介護予防モデル地区としての取り組み

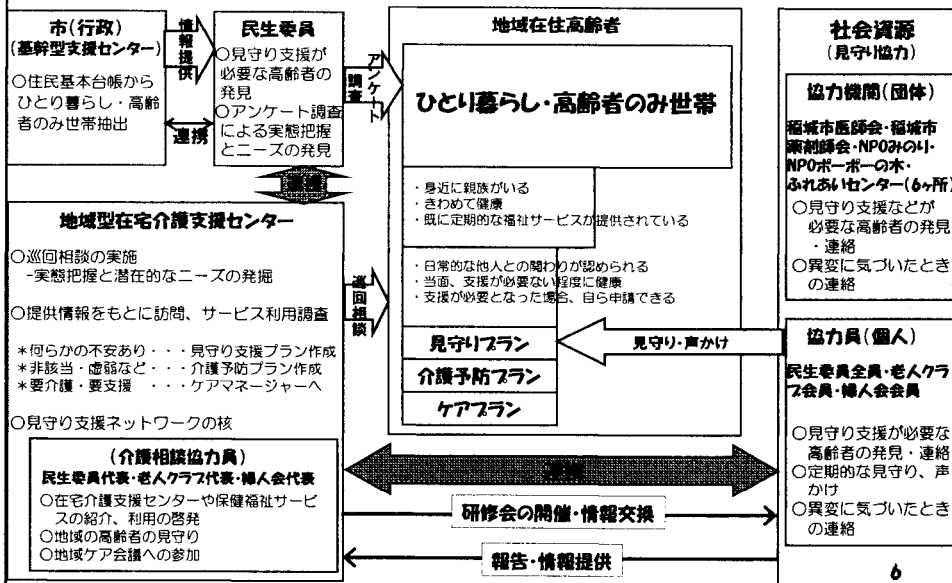
|          | 平成16年度   | 平成17年度  | 平成18年度   |
|----------|--|---|--|
| 目標       | 地域の基盤整備  | インフォーマルサービスの充実<br>介護予防ケアマネジメントの強化   | 円滑な介護予防システムの確立   |
| 主な取り組み内容 | <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 介護予防健診の実施</li> <li>✓ 介護予防プラン作成システムの構築</li> <li>✓ 各種介護予防プログラムの実施</li> <li>✓ 多様なチャンネルを用いた介護予防に関する情報発信</li> <li>✓ 地域ケアシステムの再体制化</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 介護予防健診の拡充</li> <li>✓ 介護予防の拠点の機能充実</li> <li>✓ 各種介護予防教室の拡充</li> <li>✓ 介護予防推進員(高齢者)の養成と有効活用</li> <li>✓ 多様なチャンネルを用いた介護予防に関する情報発信</li> <li>✓ 地域ケアシステムの再体制化</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 介護予防健診システムの確立</li> <li>✓ 介護予防の拠点の機能強化</li> <li>✓ 各種介護予防教室の拡充</li> <li>✓ 介護予防推進員の活動支援の強化</li> <li>✓ 多様なチャンネルを用いた介護予防に関する情報発信</li> <li>✓ 地域ケアシステムの再体制化</li> </ul> |

4



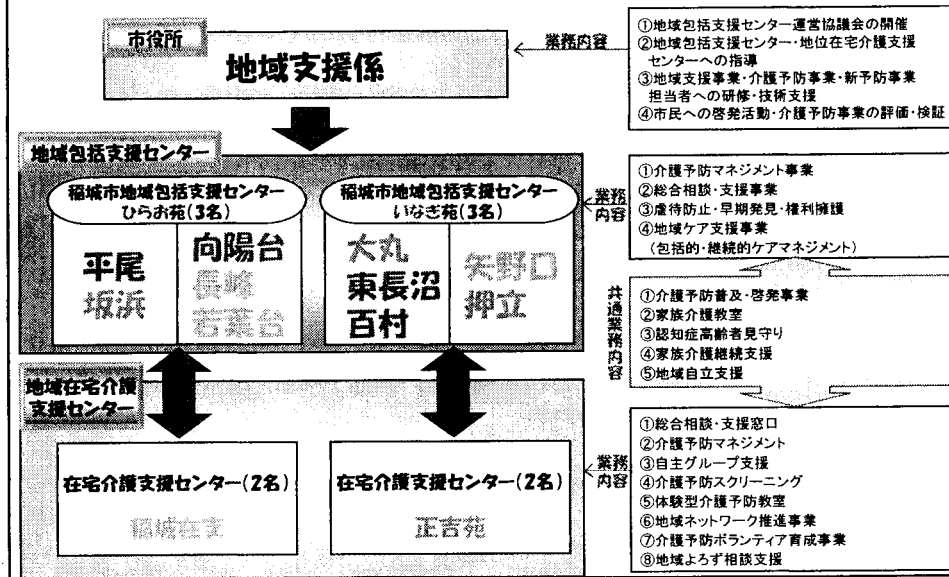
# 1. 地域ケアシステムの体系づくり

## 高齢者の見守り支援ネットワーク



## 2-①. 介護予防の拠点の機能強化

### ✓ 地域包括支援センターの設置(2ヶ所)



## 2-②-1. 各サービスにおける事前・事後評価の統一

### 各サービスにおける事前・事後評価項目

|              |                | 最大歩行速度     | Timed up & Goテスト | 握力 | 身体機能力 | Functional Reach | 閉鎖片足立ち        | 閉鎖片足立ち | 長座位体前屈 | 老健式活動能力指標 | SF-36 |
|--------------|----------------|------------|------------------|----|-------|------------------|---------------|--------|--------|-----------|-------|
| 運動時の歩行向上     | 筋力向上トレーニング     | ○          | ○                | ○  | ○     | ○                | ○             | ○      | ○      | ○         | ○     |
|              | 総合介護予防教室       | ○          | ○                | ○  | △     | ○                | ○             | ○      | ○      | ○         | ○     |
|              | 通所型介護予防教室(単独型) | ○          | ○                | ○  | △     | ○                | ○             | ○      | ○      | ○         | ○     |
| 認知症          | 地域課題型転倒骨折予防教室  | ○          | ○                | ○  | △     | ○                | ○             | ○      | ○      | ○         | ○     |
|              | 委託型認知症予防教室     | ○          | ○                | ○  | △     | ○                | ○             | ○      | ○      | ○         | ○     |
| 地域課題型認知症予防教室 |                | ファイブコグ・テスト |                  |    |       |                  | ※ ○…実施、△…実施なし |        |        |           |       |

## 2-②-2. 効果的な介護予防事業内容の整備

### ✓ 筋力向上トレーニング事業(平成16年度より開始)

#### ✓ 内容:

理学療法士、運動指導士などにより個別の目標を設定し(個別プログラム)、マシンを使用した包括的な筋力トレーニング

#### ✓ 対象者: 虚弱高齢者

#### ✓ 事業の委託: 2施設に委託

#### ✓ 実施方法:

2回/週、全28回(3ヶ月)コース、1コース8名(年間12コース、96名)

#### ✓ 卒業後:

- ・ボランティア
- ・フォローコース、自主グループ化
- ・インフォーマルサービスへ

平成18年度より 地域支援事業へ

9

## 筋力向上トレーニング事業 風景

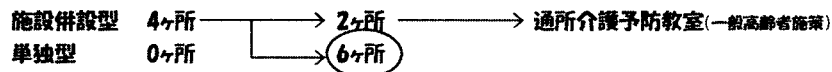


✓ **生きがいサービスの見直し—効果的な介護予防事業の実施に向けて**

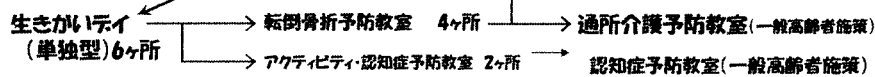
✓ **見直しポイント**

- ・生きがいサービス担当者連絡会の開催
  - 情報交換の場
  - 事業の目的や方向性の統一
- ・下肢筋力(抗重力筋)の強化を目的とした事業内容に
- ・「健康行動の定着」を目指した取り組み
  - 知識の提供
  - モニタリングシートの活用

✓ **見直し前の生きがいサービス**



✓ **見直し後**



11

✓ **地域展開型転倒骨折予防事業の展開**

✓ **転倒骨折予防教室プログラムの作成(平成14年度)**

✓ **計画的な展開と事業の効果測定の実施**

- ・保健センター: 1回/週、全8回コース
- ・グループへの講師派遣: 15名以上参加者希望あいのグループ  
1回/週、全8回コース

✓ **講師の育成: 3名→4名(平成17年度より)**

✓ **サプリーダーの育成: 15名**

→ 自主グループの支援



平成18年度も引き続き 一層推進して実施

✓ **認知症発症遅延グループ**

✓ 平成15年度 : 認知症講演会

✓ 平成16年度 : 認知症シンポジウム  
→ ファシリテーター育成 14名

✓ 平成17年度 : 認知症講演会  
→ 認知症発症遅延グループ活動  
(旅行・調理)  
└───┬───> 自主グループ活動へ

✓ 平成18年度 : 認知症講演会  
→ 認知症発症遅延グループ活動(一般高齢者施策)  
(旅行・調理)

13

## その他の介護予防事業

○ 食生活改善事業  
高齢者調理講習会 年3回

○ 訪問指導の実施(寝たきり起こし) → 平成18年度訪問介護予防事業(地域支援)

・PT・看護師による訪問、運動器機能向上・ADL指導  
週1回 1コース6回

・歯科衛生士による口腔機能向上、気道感染予防の指導

→ 通所介護予防事業へ

介護予防資源マップ

…市民の活動の中で介護予防に特化しているものをまとめた冊子  
(75グループ)

14

## 2-②. 介護予防事業の効果(H17年度)

各サービスにおける事前・事後評価の結果

|                                |                              | 最大歩行速度            | Timed up & Goテスト | 握力 | 腕伸屈筋力 | Functional Reach | 閉眼片足立ち | 閉眼片足立ち | 長座位体前屈 | 老健式活動能力指標 | SF-36          |
|--------------------------------|------------------------------|-------------------|------------------|----|-------|------------------|--------|--------|--------|-----------|----------------|
| 通達型<br>の<br>推進<br>型<br>の<br>事業 | 筋力向上トレーニング (n=66)            | —                 | ○                | —  | ○     | ○                | —      | —      | —      | —         | ・身体機能<br>・精神総合 |
|                                | 委託型<br>転倒骨折予<br>防教室 (n=37)   | —                 | —                | —  | /     | ○                | ○      | /      | —      | —         | /              |
|                                | 地域展開型<br>転倒骨折予<br>防教室 (n=54) | ○                 | ○                | —  | /     | ○                | ○      | /      | ○      | /         | /              |
| 認知<br>症                        | 委託型<br>認知症予<br>防教室 (n=14)    | —                 | —                | ○  | /     | —                | —      | /      | ○      | —         | /              |
|                                | 地域展開型<br>認知症予<br>防教室         | ファイブコグ・テスト(来年度測定) |                  |    |       |                  |        |        |        |           |                |

⇒ H18年度も同様に事前・事後評価を実施 ※ ◎…有意差あり(p<.05)、—…有意差なし

15

## 3. インフォーマルサービスの充実

### ✓ 地域における「介護予防活動」の盛り上げ

- ✓ 地域で活躍している「自主グループ」の発表会を実施
- ✓ 内容:
  - ✓ 開会宣言: 地域在住高齢者2名
  - ✓ 継続に関する講演、市の介護予防事業について
  - ✓ グループイベント(自主グループ活動報告: 4つ)
  - ✓ 福城茶室節! 介護予防体操の披露
- ✓ 参加人数: 220名(ボランティアなど含む)



### ✓ 介護予防推進員の育成

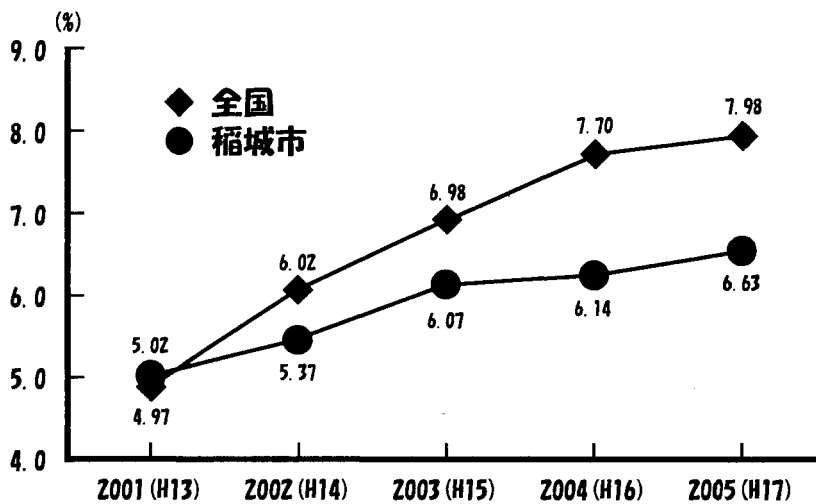
- ✓ 役割: 在宅介護支援センターへの情報提供  
地域における介護予防対象者の早期発見
- ✓ 対象者:
  - ✓ 社会福祉協議会への協力依頼
  - ✓ 老人クラスへの呼びかけ
  - ✓ 介護予防に関する講演会などでの呼びかけ
- ✓ 人数: 研修受講者85名



16



## 軽度要介護認定者出現率 (1号被保険者に対する割合) の推移



データは厚労省および東京都の介護保険事業状況報告(月報10月現在)に基づいた(2005年の出現率は9月現在のもの)

17

## まとめ

- ・ 介護予防システムの基盤整備を計画的に実施
- ・ 介護予防サービスの事前事後評価の指標の統一
- ・ 介護予防事業者連絡会を定期的を開催し、事業内容・技術的支援・指導実施
- ・ 医師会・歯科医師会との連携
- ・ 地域包括支援センター・在宅介護支援センターのマネジメント・モニタリング機能強化支援

18