

平成27年度 長崎県介護予防市町支援助事業計画

1. 介護予防市町支援委員会及び介護予防の取り組みの評価

① 介護予防市町支援委員会

名	称	開催回数
長崎県介護予防市町支援委員会		2回
専門部会 (総合調整部会) *H26年度の国の要綱改正により、5部会の設置から変更		5回

- ② 事業評価 (実施状況及び介護予防の効果に関する情報収集・分析、市町に対する助言 等)
- (1) 「平成26年度介護予防事業報告」の取りまとめ及び還元
- (2) 市町事業評価事業
- ・ 指標を用いて評価した結果の還元
 - ・ 指標改訂の検討

2. 従事者研修事業

名称	対象者	回数	内容
介護予防事業担当者研修会	保険者事業担当者	2	<ul style="list-style-type: none"> ・ 講演 ・ 地域支援事業推進に関する活動報告・情報交換等
介護予防事業従事者研修会	予防事業運営のリーダー	2	<ul style="list-style-type: none"> ・ 介護予防事業運営のリーダーを対象とした研修会 ・ 介護予防プログラムの普及、情報交換等
介護支援事業従事者研修会 (委託)	介護予防事業従事者	9	<ul style="list-style-type: none"> ・ 地域リビリティエリア広域支援センター(9ヶ所)への事業委託にて実施。 ・ 各地域の事業従事者・担当者を対象に具体的な手法等の講義。
介護予防自主グループ活動推進事業 (リーダー研修会) (委託)	介護予防自主グループリーダー	2	<ul style="list-style-type: none"> ・ 介護予防に関する基礎知識 ・ 自主グループ運営に関するグループワーク

3. 介護予防推進フォーラム県民大会の開催

日時：平成28年2月6日(土) 13:00~16:30

場所：東彼杵町総合会館文化ホール(グリーンコートホール)

内容：基調報告、基調講演

県内の介護予防活動報告・座談会

介護予防活動知事表彰

4. 厚労省モデル事業への取り組み

厚労省モデル事業(地域つくりにより介護予防推進支援事業)への取り組み(西海市)

介護予防推進フォーラムについて

開催日：平成28年2月6日(土) 13:00～16:30予定

場 所：東彼杵町総合会館文化ホールグリーンハートホール(約600人収容)

基調報告：「(仮)長崎県の10年の振り返りとこれからの10年を考える」

報告者：長崎大学 副学長 松坂誠應氏

基調講演：「みんなで目指そう、いきいき百歳！～あなたが今日からできること～」

講 師：岡山県津山市役所 健康増進課 作業療法士 安本勝博氏

- 内 容：① 基調報告、基調講演
② 活動報告
③ 介護予防活動表彰式 等

介護予防自主グループ活動推進事業について

事業内容：介護予防リーダー研修会の開催(2～3回)

時 期：開催地と検討の上、決定

開催地：市町へ研修希望聴取により開催地を決定。昨年度開催していない地域を優先する。

市町事業評価事業について

事業内容：総合事業に対応した指標の改訂(市町用、地域包括支援センター用)
評価マニュアルの使用法に関する説明会の開催

時 期：説明会については開催地と検討の上、決定

開催地：長崎地区、杵岐市(必要に応じてこれ以外の地区でも実施可能)

長崎県介護予防市町支援委員会 専門部会 活動報告

＜委員名簿＞

総合調整部会

任期：H26.10.1～H29.3.31

	所属・勤務機関等	職種	氏名	備考
1	長崎大学医学部保健学科	理学療法士	井口 茂	部会長
2	長崎県歯科医師会	歯科医師	吉田 敏	
3	長崎市医師会	医師	松崎 純宏	
4	認定NPO法人 長崎在宅Dr.ネット	医師	白髭 豊	
5	介護老人保健施設 「うぐいすの丘」	理学療法士	柿田 京子	
6	長崎大学医学部保健学科	作業療法士	田中 浩二	

＜第1回総合調整部会＞

日時：H27.6.16 (火) 19:00～21:20

場所：長崎県庁 2階 大会議室

内容：1. 介護予防・日常生活支援総合事業について（行政説明）

2. 県内の取組報告（佐々町・五島市）

3. 平成27年度の総合調整部会の活動計画について

結果（委員からの主な意見）：

- 総合事業への移行に関しては何よりもまず協議体の設置をして、地域課題の整理をする必要があることが分かった。ここへの支援が必要。
- 取り組めない市町の要因は何か。担当者の意識の問題？
→協議体、コーディネーターに関する認識不足が大きいと思われる。
- 市町支援としては、できている部分とそうでない部分を可視化できるツールを作成し、各市町に合ったやり方（協議体の型（佐々町の場合は地域包括支援センター型））を示してあげると取組みやすいのでは。

⇒ 21市町全ての現状分析の上、県としてできる方策を探ることを目的とし、まずは現状分析方法の検討が必要。

地域づくりによる介護予防推進支援事業

介護予防の推進

介護予防の理念

- 介護予防は、高齢者が要介護状態等となることの予防又は要介護状態等の軽減若しくは悪化の防止を目的として行うものである。
- 生活機能(※)の低下した高齢者に対しては、リハビリテーションの理念を踏まえて、「心身機能」「活動」「参加」のそれぞれの要素にバランスよく働きかけることが重要であり、単に高齢者の運動機能や栄養状態といった心身機能の改善だけを目指すのではなく、日常生活の活動を高め、家庭や社会への参加を促し、それによって一人ひとりの生きがいや自己実現のための取組を支援して、QOLの向上を目指すものである。

※「生活機能」…1.①CFでは、人が生きていくための機能全体を「生活機能」としてとらえ、①体の動きや精神の動きである「心身機能」、②ADL・家事・職業能力や屋外歩行といった生活行為全般である「活動」、③家庭や社会生活で役割を果たすことである「参加」の3つの要素から構成される

これまでの介護予防の問題点

- 介護予防の手法が、心身機能を改善することを目的とした機能回復訓練に偏りがちであった。
- 介護予防終了後の活動的な状態を維持するための多様な通いの場を創出することが必ずしも十分でなかった。
- 介護予防の利用者の多くは、機能回復を中心とした訓練の継続こそが有効だと理解し、また、介護予防の提供者も、「活動」や「参加」に焦点をあててこなかったのではないか。

これからの介護予防の考え方

- 機能回復訓練など的高齢者本人へのアプローチだけではなく、生活環境の調整や、地域の中に生きがい・役割をもって生活できるような居場所と出番づくり等、高齢者本人を取り巻く環境へのアプローチも含めたバランスのとれたアプローチが重要であり、地域においてリハビリテーション・専門職等を活かした自立支援に資する取組を推進し、要介護状態になっても、生きがい・役割を持つて生活できる地域の実現を目指す。
- 高齢者を生活支援サービスの担い手であることと捉えることにより、支援を必要とする高齢者の多様な生活支援ニーズに応えるとともに、担い手にとっても地域の中で新たな社会的役割を有することにより、結果として介護予防にもつながるといふ相乗効果をもたらす。
- 住民自身が運営する体操の集いなどの活動を地域に展開し、人と人とのつながりを通じて参加者や通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。
- このような介護予防を推進するためには、地域の実情をよく把握し、かつ、地域づくりの中心である市町村が主体的に取り組むことが不可欠である。

これからの介護予防の具体的なアプローチについて

リハ職等を活かした介護予防の機能強化

- リハ職等が、ケースカンファレンスに参加することにより、疾病の特徴を踏まえた生活行爲の改善の見通しを立てることが可能となり、要支援者等の有する能力を最大限に引き出すための方法を検討しやすくなる。
- リハ職等が、通所と訪問の双方に一貫して集中的に関わることで、居宅や地域での生活環境を踏まえた適切なアセスメントに基づくADL訓練やIADL訓練を提供することにより、「活動」を高めることができる。
- リハ職等が、住民運営の通いの場において、参加者の状態に応じて、安全な動き方等、適切な助言を行うことにより、生活機能の低下の程度にかかわらず、様々な状態の高齢者の参加が可能となる。

住民運営の通いの場の充実

- 市町村が住民に対し強い動機付けを行い、住民主体の活動的な通いの場を創出する。
- 住民主体の体操教室などの通いの場合は、高齢者自身が一定の知識を取得した上で指導役を担うことにより役割や生きがいを認識するとともに、幅広い年齢や状態の高齢者が参加することにより、高齢者同士の助け合いや学びの場として魅力的な場になる。また、参加している高齢者も指導者として通いの場の運営に参加するという動機づけにもつながっていく。
- 市町村の積極的な広報により、生活機能の改善効果が住民に理解され、更に、実際に生活機能の改善した参加者の声が口コミ等により拡がることで、住民主体の通いの場が新たに展開されるようになる。
- このような好循環が生まれると、住民主体の活動的な通いの場が持続的に拡大していく。

高齢者の社会参加を通じた介護予防の推進

- 定年後の社会参加を支援する等を通じて、シニア世代に担い手になってもらうことにより、社会的役割や自己実現を果たすことが、介護予防にもつながる。

地域づくりによる介護予防推進支援事業（平成26年度～）

●目的
これからの介護予防は、高齢者を年齢や心身の状態等によって分け隔てることなく、人と人とのつながりを通じて、参加者や通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とともに、地域においてリハビリテーション・専門職等を活かした自立支援に資する取組を推進し、要介護状態になっても生きがい・役割をもって生活できる地域の実現を目指す必要がある。

このため、市町村は高齢者人口の1割以上が通いの場に参加することを目標に、地域づくりを推進する必要がある。本事業では、市町村における地域づくりを通じた効果的・効率的な介護予防の取組が推進されるよう、また市町村の取組に地域間格差が生じないよう、都道府県と連携しながら市町村支援を行う。

●平成27年度事業内容

都道府県が管内全市町村の介護予防の取組を支援するにあたり参考となるモデル事例及び知見を得るために、国（アドバイザー組織）と都道府県が連携し、モデル市町村が住民運営の通いの場を充実していく各段階において、研修及び個別相談等の技術的支援を行う。

●市町村支援における役割分担

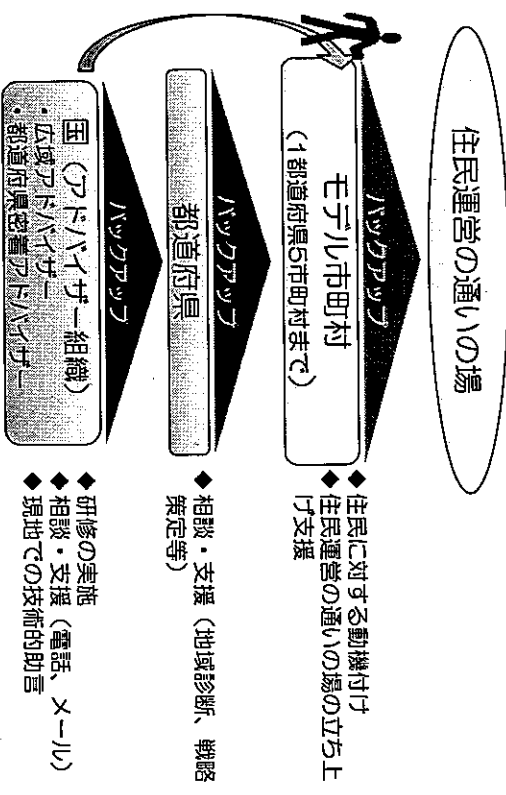
- 【都道府県】
- ・アドバイザーとモデル市町村との連携調整
 - ・研修会の開催
 - ・モデル市町村における取組から得た知見を基にした管内全市町村の取組支援

【広域アドバイザー】

- ・1～2都道府県を広域的に担当
- ・地域づくりによる介護予防の実践経験を活かした具体的な技術支援

【都道府県密着アドバイザー】

- ・所在の1都道府県を担当
- ・市町村担当者が地域づくりを実践する中で抱える課題等に対する日常的な相談・支援

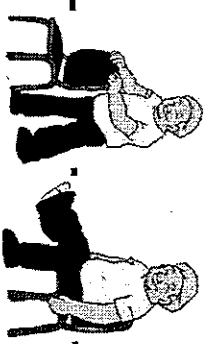


地域づくりによる介護予防とは

住民運営の通いの場の充実プログラム

<コンセプト>

- ◆市町村の全域で、高齢者が容易に通える範囲に通いの場を住民主体で展開
- ◆前期高齢者のみならず、後期高齢者や閉じこもり等何らかの支援を要する者の参加を促す
- ◆住民自身の積極的な参加と運営による自律的な拡大を目指す
- ◆後期高齢者・要支援者でも行えるレベルの体操などを実施
- ◆体操などは週1回以上の実施を原則

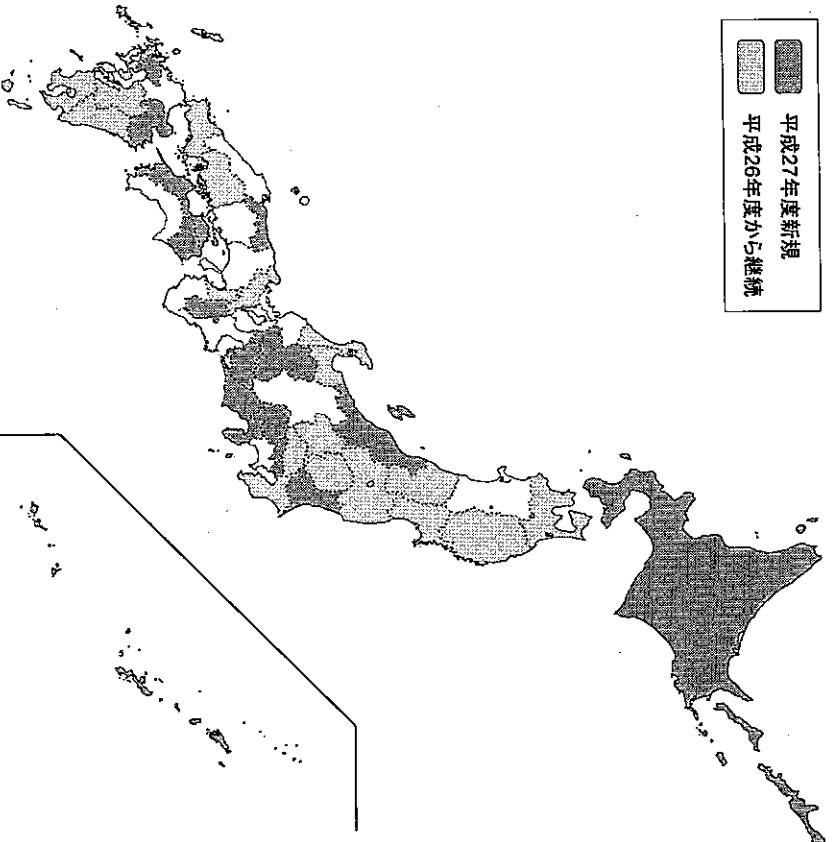


地域づくりによる介護予防推進支援事業参加都道府県一覧（平成27年度）

3月5日時点

都道府県	
北海道・東北ブロック	
北海道	青森県
岩手県	宮城県
山形県	福島県
関東ブロック	
茨城県	栃木県
群馬県	埼玉県
千葉県	東京都
中部ブロック	
新潟県	富山県
石川県	山梨県
岐阜県	静岡県
愛知県	
近畿ブロック	
京都府	大阪府
奈良県	
中国・四国ブロック	
鳥取県	広島県
山口県	徳島県
香川県	愛媛県
九州ブロック	
佐賀県	長崎県
熊本県	大分県
宮崎県	鹿児島県
沖縄県	
36都道府県	

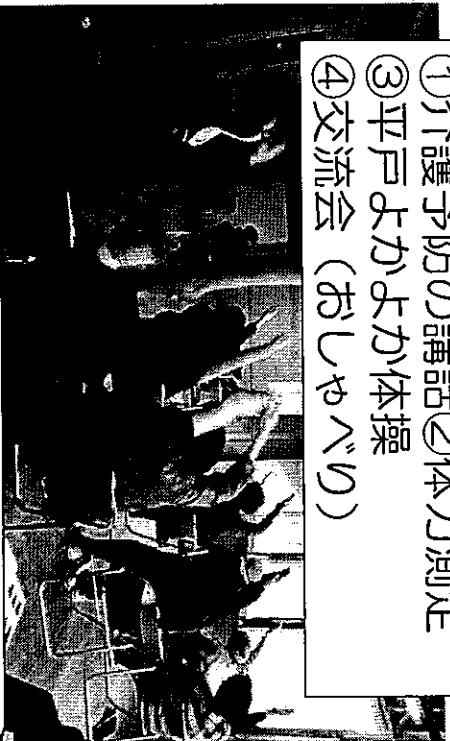
平成27年度新規
平成26年度から継続



モデル地区「職人町」
住民主体の通いの場
第1回目開催

第1回目内容

- ① 介護予防の講話
- ② 体力測定
- ③ 平戸よかよか体操
- ④ 交流会 (おしゃべり)



1か月間毎週、東北地域広域リハと包括が介入。それ以降は、毎週住民の自主運営で実施



平均年齢	76歳
最高年齢	86歳
参加者数	平均12名

毎週土曜日開催

10:00~11:30

～流れ～

- ① 受付、血圧測定
- ② 平戸よかよか体操
- ③ 交流会 (おしゃべり)

住民が役割分担して
お世話しています

重リバンドを片づけています



お茶と紙コップを提供してくれます



体操を教えています

他にも...

毎週参加しています
 血圧を測定しています
 途中で止めた住民に声をかけていま
 す 等

介護予防サポーター・インストラクター研修 会 第1回目開催

- 4月25日(土)
14:45～16:45
- ① 介護予防とは
 - ② ボランティアポイント
事業とは
 - ③ 平戸よかよか体操の
実技指導



参加者の声

「通いの場を運営して良かったことは何ですか？」
→自分たちの地区の高齢者が元気になった
→自分自身も元気になった
→島民が一体になった

～地域へ少しずつ広がっています～

- 「度島町」
毎週月曜日
10:00～11:30
- ① 血圧測定
 - ② 平戸よかよか体操
 - ③ 脳トレ
 - ④ 交流会



- 「上大垣地区」
毎週月曜日
10:00～11:00
- ① 血圧測定
 - ② 平戸よかよか
体操



- 「赤坂地区」
毎週土曜日
13:30～15:30
- ① 血圧測定
 - ② 平戸よかよか
体操
 - ③ 交流会