

高齢者の介護予防・健康づくりを推進
するとともに、生きがいづくり及び
社会参加を推進すること
(施策番号Ⅸ-3-1)

添付資料

【介護予防の取組】 ①大阪府大東市 ～住民主体の介護予防～

○住民が主体となって取り組む介護予防事業を市内全域で展開している。虚弱高齢者が元気高齢者の支えで元気を取り戻し、小学校の下校時の見守り隊に参加するなど社会活動が広がっている。
○介護予防活動を通して、見守りや助け合い等地域の互助の力が育っている。

基本情報（平成25年4月1日現在）

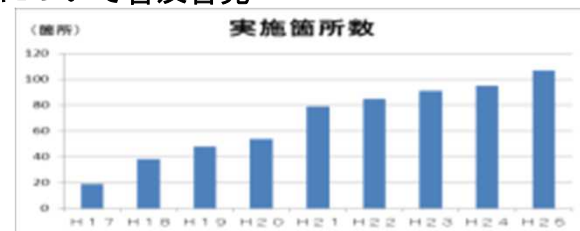
※人口は平成25年3月31日

地域包括支援センター設置数	直営	0	カ所
	委託	3	カ所
総人口		125,150	人
65歳以上高齢者人口		28,312	人
		22.6	%
75歳以上高齢者人口		11,291	人
		9.0	%
第5期1号保険料		4,980	円



介護予防の取組の変遷

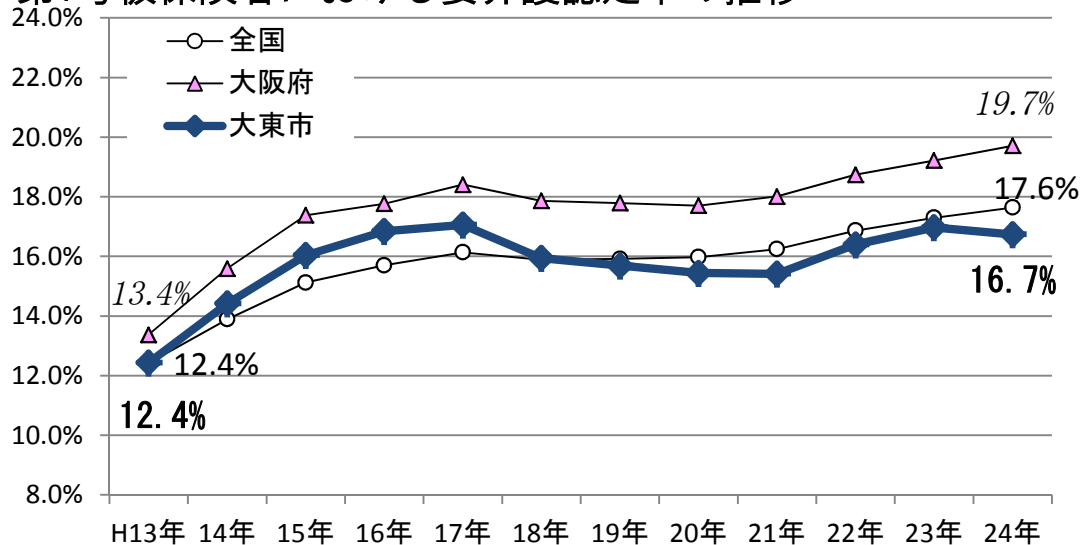
- 平成16年度に地域ケア会議で町ぐるみの介護予防の必要性を提言
- 平成17年度に虚弱者も参加できる「大東元気でまっせ体操」を開発し、一次・二次予防対象者の枠組みにとらわれず、自治会、町内会単位で住民主体での活動の場の普及に取り組む
- 老人会のイベント等で介護予防について普及啓発
- 住民主体の活動の場の育成及び世話役を養成
- 体操教室後に民生委員、校区福祉委員、世話役が集合。地域の虚弱高齢者情報を共有し、具体的な対策を検討する



65才以上高齢者のうち毎月参加している者の割合	9.3%
65才以上高齢者のうち二次予防事業対象者である参加者の割合	2.7%

※要支援1～要介護5の高齢者163人が含まれる。

第1号被保険者における要介護認定率の推移



専門職の関与の仕方

- 介護予防の啓発は保健師とリハ職のペアで行う
- 体操教室の立ち上げの際には体操指導と体操ビデオの提供及び世話役の育成を保健師、理学療法士、作業療法士、管理栄養士が行った
- 身体障害や関節痛により体操を同じようにできない方に対しては、市のリハ職が訪問し、痛みがでない運動法を指導した
- 認知症や高次脳機能障害、精神障害などで集団活動に不具合が生じた時には地域包括支援センター職員が出向いて、認知症の方への対応方法等を世話役に指導した
- 世話役から活動の脱落者について地域包括支援センター職員に連絡が入った場合には、職員はその原因を明確にした上で個別に対応する（例：認知症の方への対応、不仲の場合には教室の変更）

②岡山県総社市 ～徒歩圏内に住民運営の体操の集い～

元気な高齢者と要支援・要介護認定を受けている高齢者が一緒に行う住民運営の体操の集いが、公民館や個人宅で、毎週1回開催されており、平成25年現在、市内全域に110会場が誕生し、徒歩圏内で参加できるようになっている。

基本情報（平成25年4月1日現在）

※人口は平成25年3月31日

地域包括支援センター設置数	直営	0	カ所
	委託	6	カ所
総人口		67,637	人
65歳以上高齢者人口		16,781	人
		24.8	%
75歳以上高齢者人口		8,421	人
		12.5	%
第5期1号保険料		4,700	円



介護予防の取組の変遷

- 〈平成12年〉要介護認定の非該当者の受け皿として、「健康づくりの集い」を介護予防教室として実施。（作業療法士・理学療法士・保健師主導、月1回、17会場）
- 〈平成17年〉小学校区単位で小地域ケア会議を開始。住民・社協・ケアマネ・保険者等の意見交換の場として定着。
- 〈平成20年〉地域包括支援センター（当時直営）が、小地域ケア会議に働きかけ、各地区で週1回の体操の集いが始まる。
- 〈平成24年〉ケーブルテレビ等の各種媒体で市民に広報した結果、100会場まで増える。

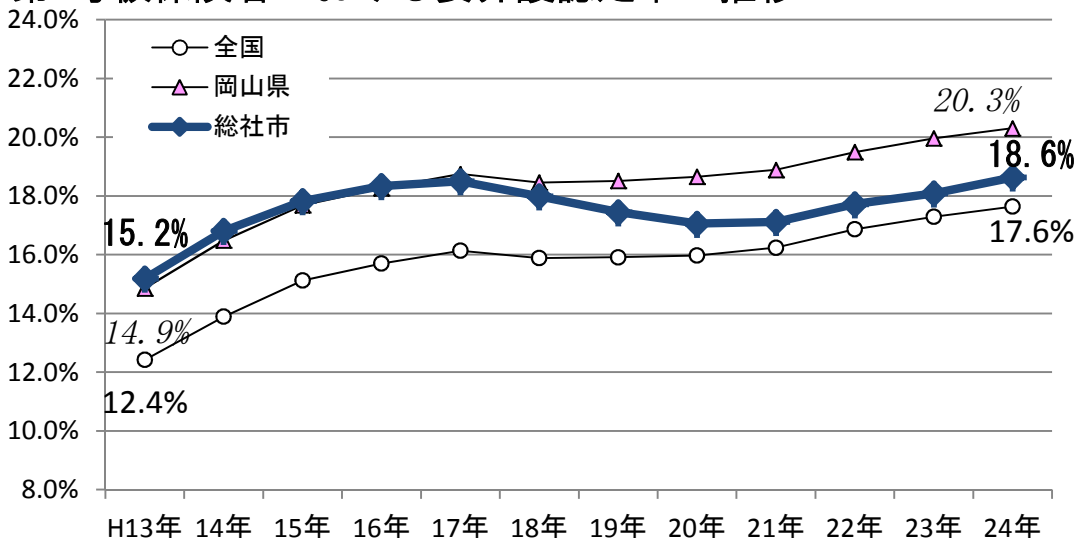


H24年度参加実人数	高齢者人口に占める割合
1,535人	9.6%

※要支援1～要介護4の高齢者88人が含まれる。

個人宅での体操の集い

第1号被保険者における要介護認定率の推移



専門職の関与の仕方

- 地域包括支援センターの3職種が事務局（H24.4より委託）、行政の保健師・理学療法士は一委員として、市内21地区で1～2ヶ月に1回開催される小地域ケア会議に参加し、一緒に地域の課題を話し合う。
- 体操の集いの立ち上げ時には、行政もしくは地域包括支援センターの専門職が体操を具体的に指導。
- 集いの全ての会場で年1回体力測定を実施。随時、利用者の変調について住民から情報が入るので、専門職がアセスメントと助言指導を行う。

③愛知県武豊町 ～住民の参加・社会活動の場としてのサロン～

町・大学・社会福祉協議会が一体となり住民ボランティアに対して支援し(サロン立ち上げ支援、ボランティア育成、運営支援)、徒歩15分圏内(500m圏内)にサロンを設置。その結果、住民が主体的に参加し社会活動をする場として機能している。

基本情報 (平成25年4月1日現在)

※人口は平成25年3月31日

地域包括支援センター設置数	直営	0	カ所
	委託	1	カ所
総人口		42,629	人
65歳以上高齢者人口		9,154	人
		21.5	%
75歳以上高齢者人口		3,683	人
		8.6	%
第5期1号保険料		4,780	円



介護予防の取組の変遷

- (平成17年) 町・社会福祉協議会(社協)・大学が協働し、高齢者の参加促進・社会活動活性化を進める目的で「憩いのサロン」の事業計画を開始(H20年からの町の総合計画に、政策評価の成果指標としてサロン拠点数が盛り込まれる)
- (平成18年) ボランティア候補者・町・大学とでワークショップや視察を繰り返し行い、各サロンの運営主体となるボランティア組織を形成しつつ、サロンの方向性・運営方法・サロンで実施する内容を固める
- (平成19年) 3会場から始め、500m圏(徒歩15分で通える圏内)にサロンを設置することを目標に順次増設

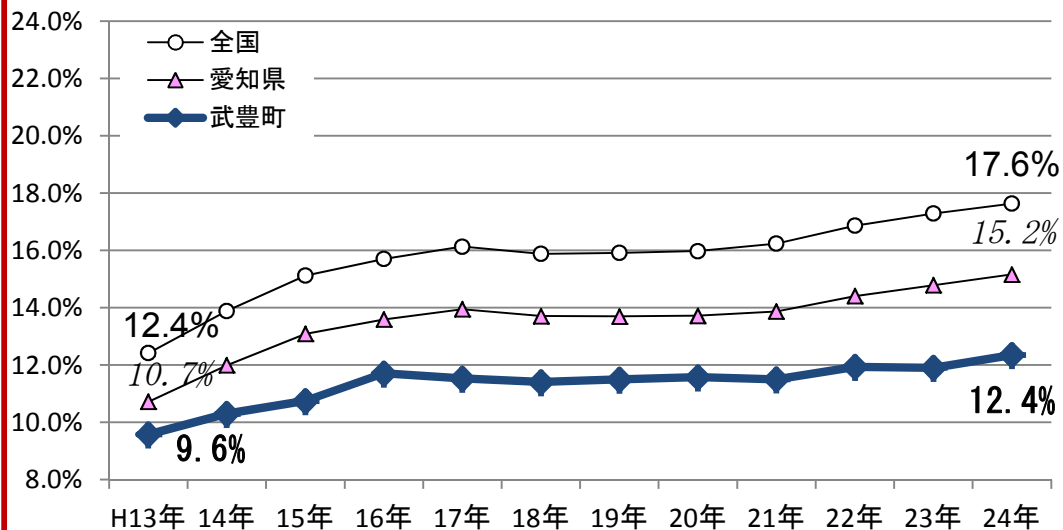
65才以上高齢者に占める参加者の割合

9.8 %

65才以上高齢者のうち二次予防事業対象者である参加者の割合

1.0 %

第1号被保険者における要介護認定率の推移



専門職の関与の仕方

- 地域包括支援センターは、サロン立ち上げから1年間は、ボランティア運営組織が自立して金銭管理・サロン運営が出来る様に支援
1年経過後は、日常的な相談支援及び巡回(随時)と、各サロン会場の運営者連絡会を開催(隔月)しサポート
- 町の福祉課は、進捗管理、データ集約・分析及び広報を、健康課(保健師)は各サロンに出向き、健康講話・健康相談を実施
- 共同研究協定を結んでいる大学は町と協力して、事業効果検証や体力測定、認知症検査を実施
- 社協は、ボランティア研修や、ボランティアが加入する保険管理、行所用ボランティア(講師等)の派遣調整などを実施

④茨城県利根町 ～シルバーリハビリ体操指導士の体操普及活動～

茨城県立健康プラザの主催する講習会を終了した60歳以上の世代の住民ボランティア「シルバーリハビリ体操指導士」が、公民館等で高齢者のための体操教室を立ち上げ、自主活動として運営。町内13箇所で月2～4回、延13,390人が参加しており、地域に定着している。

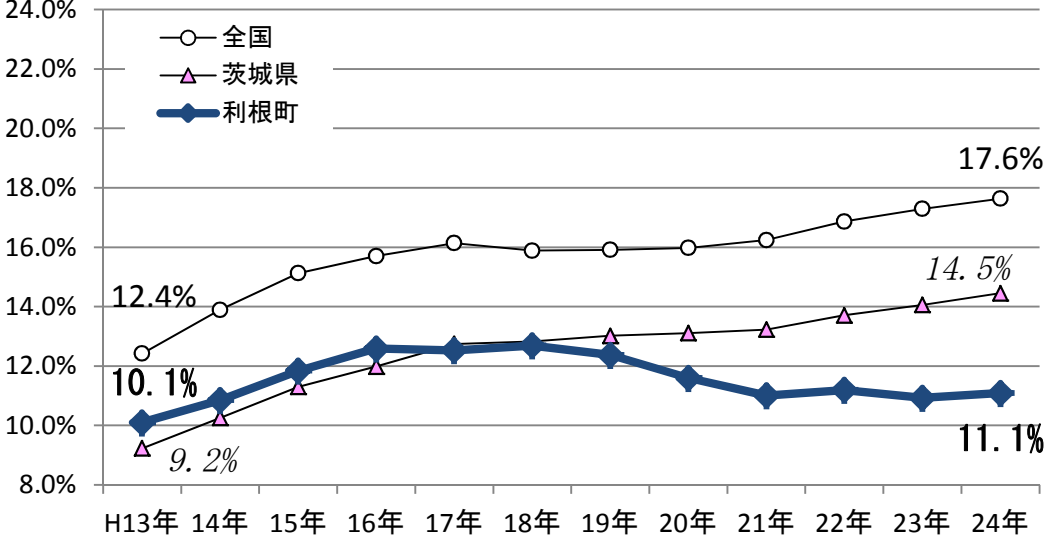
基本情報（平成25年4月1日現在）

※人口は平成25年3月31日

地域包括支援センター設置数	直営	1	カ所
	委託	0	カ所
総人口		17,481	人
65歳以上高齢者人口		5,659	人
		32.4	%
75歳以上高齢者人口		2,071	人
		11.8	%
第5期1号保険料		4,070	円



第1号被保険者における要介護認定率の推移



介護予防の取組の変遷

- 平成16年 利根町社会福祉協議会による定年男性のためのボランティア講座と県立健康プラザのシルバーリハビリ体操が結びつき、高齢者のための体操指導者の養成を開始。
- 平成17年 養成された「シルバーリハビリ体操指導士（以下、指導士）」が、「利根町リハビリ体操指導士の会」を設立、社会福祉協議会の行っているふれあいサロンや老人クラブ等町事業で体操教室を開始。
- 平成18年 国保診療所の一室で外来受診者も交えて、地域の高齢者に自主活動として体操を指導するようになった。また、二次予防事業のサポート役として指導士が参加。
- 指導士の活動は、高齢世代が高齢世代を支え合う互助の活動として、町内に定着している。

H24年度参加実人数	高齢者人口に占める割合
544人	10.3%



専門職の関与の仕方

- 保健師
指導士の体操教室を、町広報誌を活用し普及啓発。必要な人に体操の参加を勧める。
- 国保診療所の医師
診療所の外来受診者に体操への参加を勧める。指導士の活動を後押し。

⑤長崎県佐々町 ～介護予防ボランティアを主軸にした地域づくり～

○中高年齢層を対象として介護予防ボランティアを養成し、ボランティア活動が無理なく継続できるように、連絡会を組織してバックアップしている。介護予防・日常生活支援総合事業においても、介護予防ボランティアが、生活支援や通所の場で、担い手として活躍している。

基本情報（平成25年4月1日現在）

※人口は平成25年3月31日

地域包括支援センター設置数	直営	1	カ所
	委託	0	カ所
総人口		13,767	人
65歳以上高齢者人口		3,181	人
		23.1	%
75歳以上高齢者人口		1,647	人
		12.0	%
第5期1号保険料		5,590	円



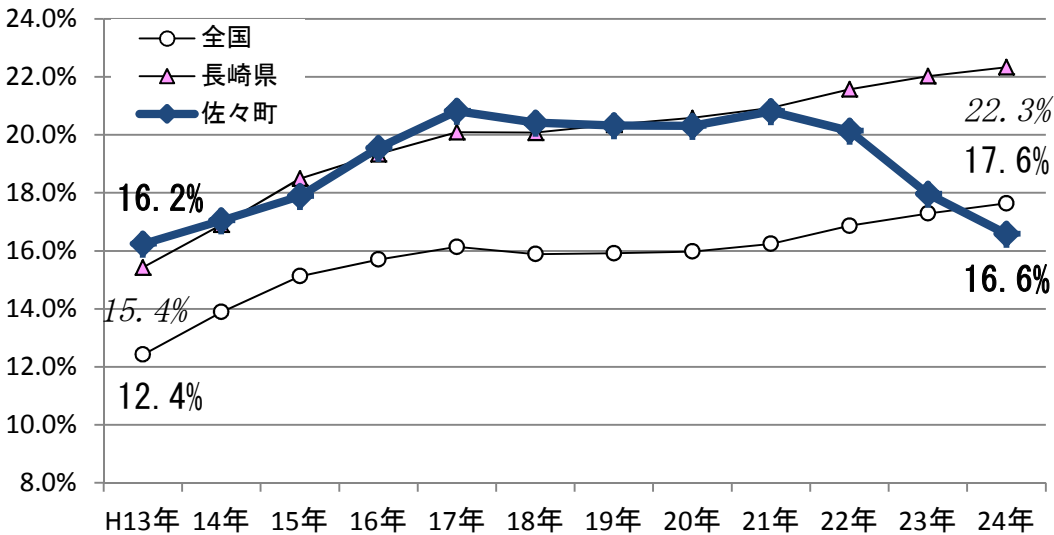
介護予防の取組の変遷

- 平成18年 地域包括支援センターが始動し、介護予防の普及啓発を行うものの、住民の主体的取組につながらず、2年が経過。町内唯一の地域サロンは、職員の関与無しには成り立たない状況だった。
- 平成20年 普及啓発のあり方を見直し、自主活動の育成に主眼を置いた「介護予防ボランティア養成講座」をスタート。修了者がそれぞれの地区で「地域型介護予防推進活動」に取り組むようになり、初年度に、8地区で集いの場が立ち上がる。
- 以後、毎年、新たなボランティアを養成し、現在、団塊世代を対象に「地域デビュー講座」として継続中。修了者による集いの場は、現在14地区で開催されている。（最終目標は、全町内会30地区）

65才以上高齢者のうち毎月参加している者の割合 11.6 %

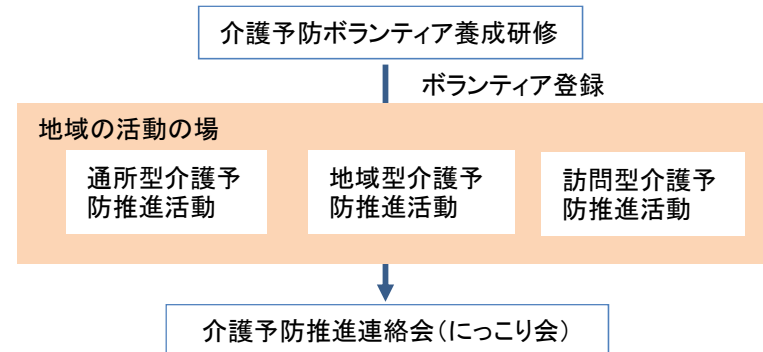
65才以上高齢者のうち二次予防事業対象者である参加者の割合 6.6 %

第1号被保険者における要介護認定率の推移



専門職の関与の仕方

- 「介護予防ボランティア養成講座」の企画と実施
- 月1回の定例会で、研修終了者の活動をバックアップ（にっこり会）
- 住民、関係団体と協議の機会を設け、課題やめざすべき方向などを共有



介護予防推進連絡会での実習風景


⑥高知県高知市 ~運動・口腔機能向上のための住民主体の体操の取組~

○住民が主体となって行うことができる運動機能向上の体操を考案し、地域に根付くように専門職が支援を行う。
 さらに、住民主体の口腔機能向上の体操を考案し、定着しつつあった体操の集いを活用して、口腔機能向上の取組の地域展開を行う。

基本情報（平成26年4月1日現在）

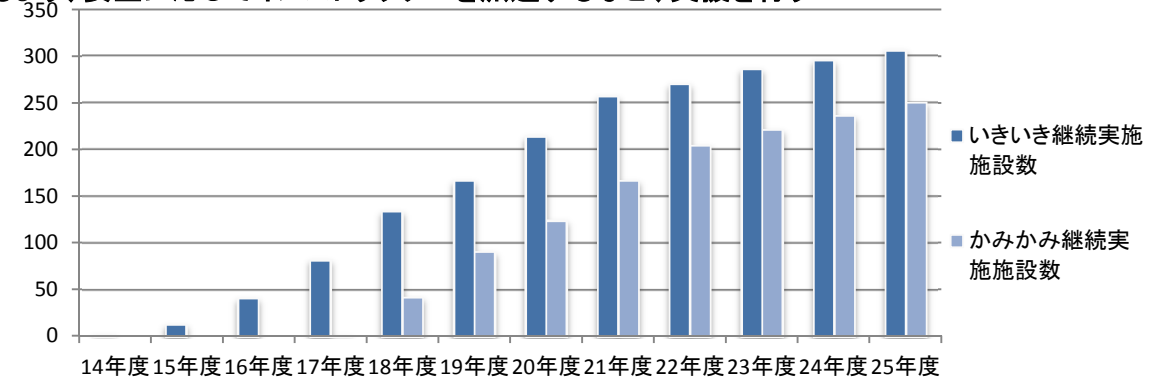
※人口は平成25年3月31日

地域包括支援センター設置数	直営	センター 5 サブセンター 1 ブランチ 1	カ所
	委託	ブランチ 15	カ所
総人口		338,087	人
65歳以上高齢者人口		84,178	人
		24.9	%
75歳以上高齢者人口		42,465	人
		12.6	%
第5期1号保険料		5,248	円

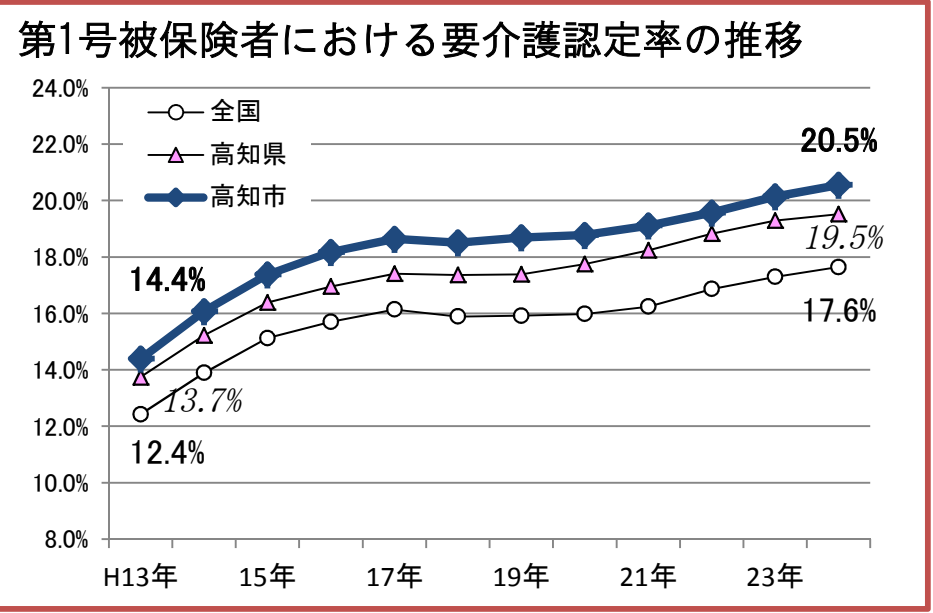


介護予防の取組の変遷

- 平成14年度、運動機能向上プログラム「いきいき百歳体操」を作成し、モデル事業を実施し効果を確認
- 住民が主体的に取り組むことができるよう、住民が集っている場での健康講座を活用し、地域での「いきいき百歳体操」の普及啓発活動を実施
- 「いきいき百歳体操」に取り組む条件として、①週1~2回の頻度で最低3ヶ月以上は継続すること、②地域の誰でも参加可能を設け、住民から“やってみたい”と声があがるまで待った
- 住民から実施希望があった場合に、保健師や理学療法士等が支援
- 平成17年度、さらに口腔機能向上の取り組みを進めるため、住民が主体的に取り組みやすい口の体操「かみかみ百歳体操」を作成し、モデル事業を実施して効果を確認
- 地域に根付いた「いきいき百歳体操」の集いを活用し、「かみかみ百歳体操」を併せて実施できるよう、要望に応じてインストラクターを派遣するなど、支援を行う



年度	いきいき継続実施施設数	かみかみ継続実施施設数
14年度	0	0
15年度	10	0
16年度	40	0
17年度	80	0
18年度	130	40
19年度	170	90
20年度	210	120
21年度	250	160
22年度	270	200
23年度	290	220
24年度	300	230
25年度	310	240



専門職の関与の仕方

- 各地域での「いきいき百歳体操」と「かみかみ百歳体操」の実施支援を行うため、地域の理学療法士、保健師、歯科衛生士を対象に、インストラクターを養成
- 住民が主体となって取り組むことができるように、住民を対象に体操のサポーターを育成
- 各体操開始時にインストラクターや市の専門職が、開始時に3~4回の技術支援を行い、以後3・6・12カ月後にフォローを実施
- 体操の集いの場で、歯科衛生士等が口腔機能向上に関する健康講座を実施し、誤嚥性肺炎予防のための口腔ケア及び定期的な歯科受診の必要性を啓発

新しい地域支援事業の全体像

<現行>

介護保険制度

<見直し後>

【財源構成】

国 25%
都道府県 12.5%
市町村 12.5%
1号保険料 22%
2号保険料 28%

【財源構成】

国 39%
都道府県 19.5%
市町村 19.5%
1号保険料 22%

介護給付 (要介護1~5)

介護予防給付 (要支援1~2)
訪問看護、福祉用具等
訪問介護、通所介護

介護予防事業
又は**介護予防・日常生活支援総合事業**
○二次予防事業
○一次予防事業
介護予防・日常生活支援総合事業の場合は、上記の他、生活支援サービスを含む要支援者向け事業、介護予防支援事業。

包括的支援事業
○地域包括支援センターの運営
・介護予防ケアマネジメント、総合相談支援業務、権利擁護業務、ケアマネジメント支援

任意事業
○介護給付費適正化事業
○家族介護支援事業
○その他の事業

現行と同様

事業に移行

全市町村で実施

多様化

充実

介護給付 (要介護1~5)

介護予防給付 (要支援1~2)

新しい介護予防・日常生活支援総合事業 (要支援1~2、それ以外の者)
○介護予防・生活支援サービス事業
・訪問型サービス
・通所型サービス
・生活支援サービス(配食等)
・介護予防支援事業(ケアマネジメント)
○一般介護予防事業

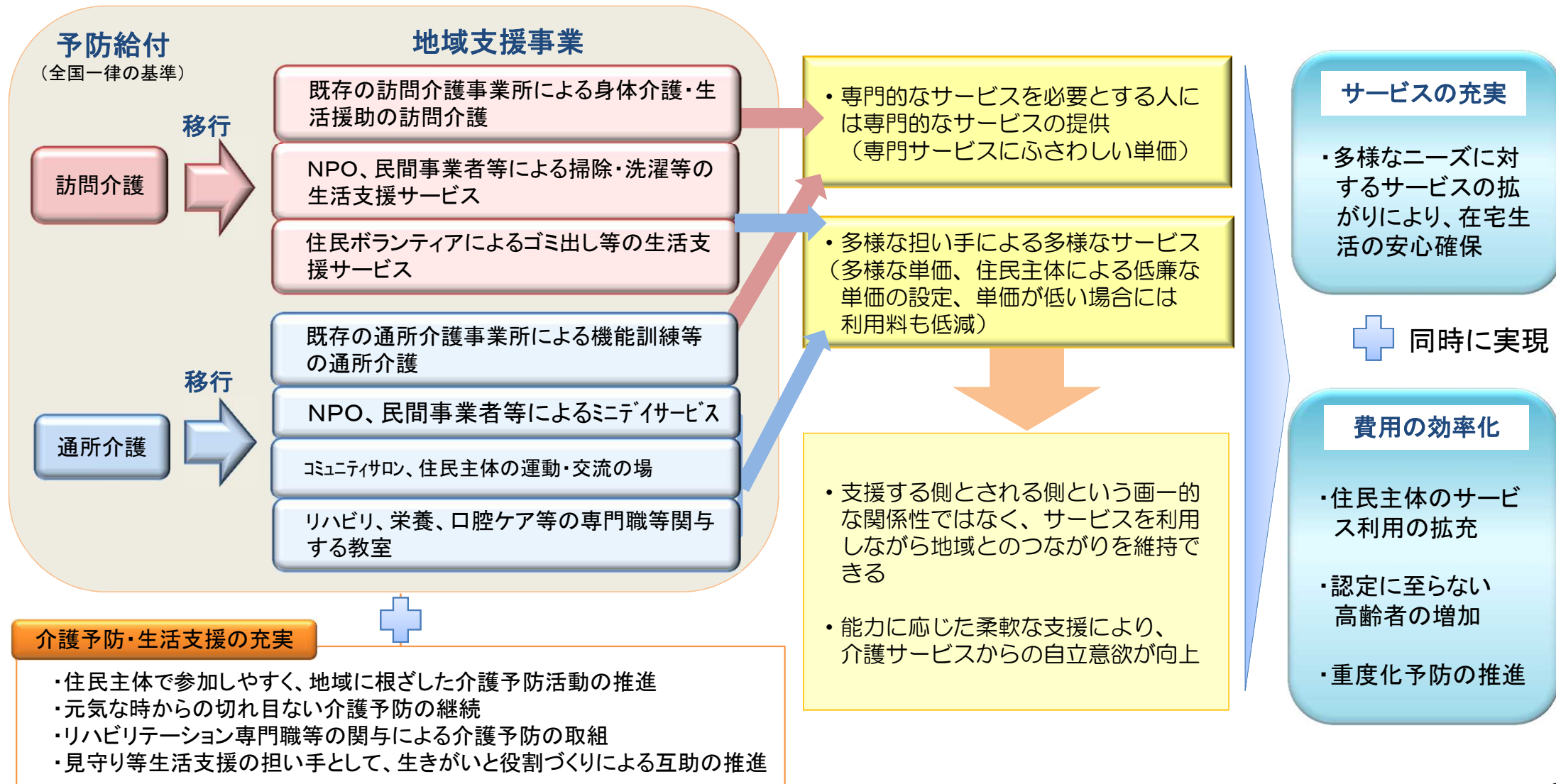
包括的支援事業
○地域包括支援センターの運営
(左記に加え、**地域ケア会議の充実**)
○**在宅医療・介護連携の推進**
○**認知症施策の推進**
(認知症初期集中支援チーム、認知症地域支援推進員等)
○**生活支援サービスの体制整備**
(コーディネーターの配置、協議体の設置等)

任意事業
○介護給付費適正化事業
○家族介護支援事業
○その他の事業

地域支援事業

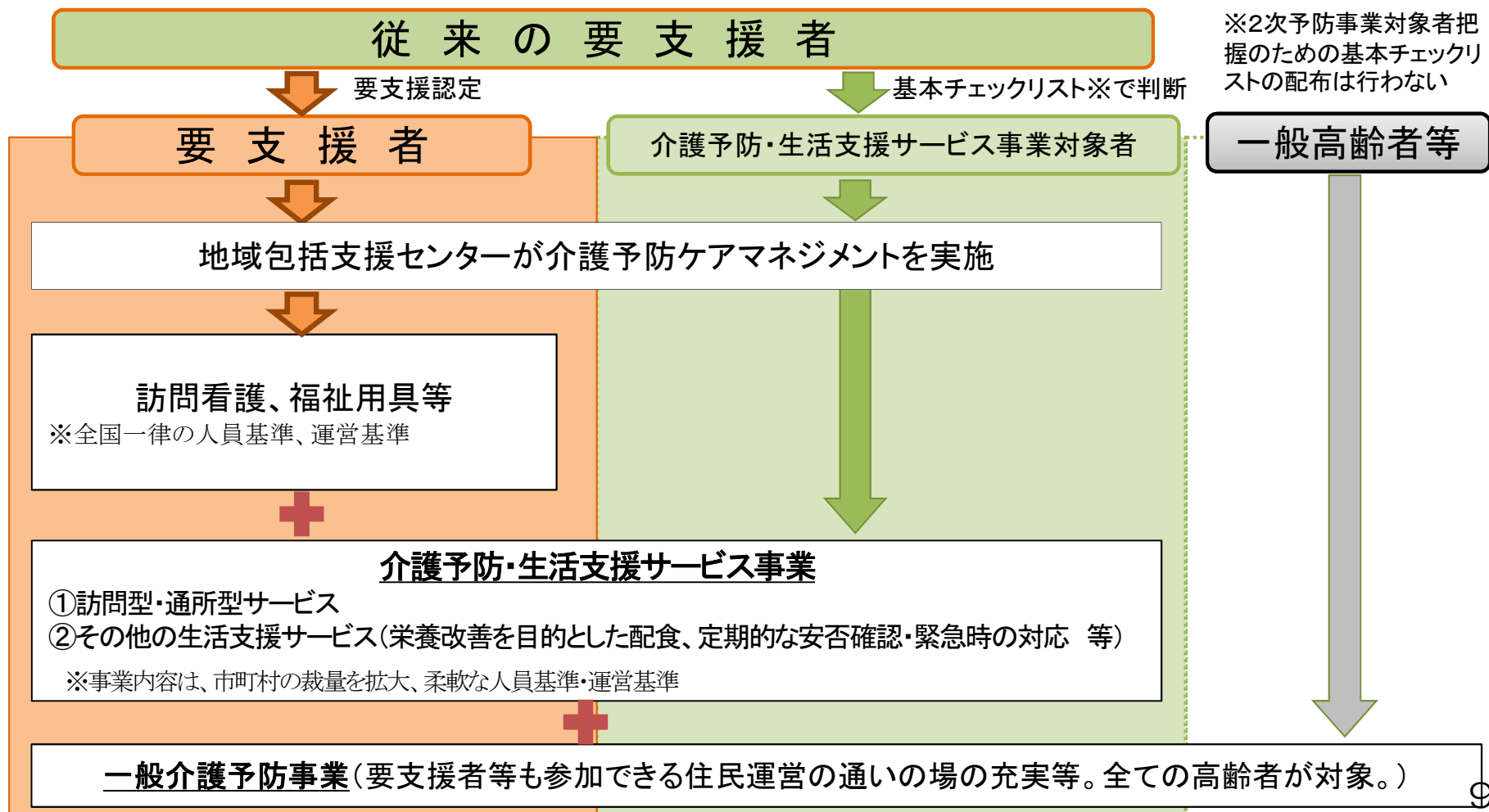
総合事業と生活支援サービスの充実

- 予防給付のうち訪問介護・通所介護について、市町村が地域の实情に応じた取組ができる介護保険制度の地域支援事業へ移行(29年度末まで)。財源構成は給付と同じ(国、都道府県、市町村、1号保険料、2号保険料)。
- 既存の介護事業所による既存のサービスに加えて、NPO、民間企業、ボランティアなど地域の多様な主体を活用して高齢者を支援。高齢者は支え手側に回ることも。



総合事業の概要

- 訪問介護・通所介護以外のサービス(訪問看護、福祉用具等)は、引き続き介護予防給付によるサービス提供を継続。
 - 地域包括支援センターによる介護予防ケアマネジメントに基づき、総合事業(介護予防・生活支援サービス事業及び一般介護予防事業)のサービスと介護予防給付のサービス(要支援者のみ)を組み合わせる。
 - 介護予防・生活支援サービス事業によるサービスのみ利用する場合は、要介護認定等を省略して「介護予防・生活支援サービス事業対象者」とし、迅速なサービス利用を可能に(基本チェックリストで判断)。
- ※ 第2号被保険者は、基本チェックリストではなく、要介護認定等申請を行う。



高齢者地域福祉推進事業(老人クラブへの助成)

平成27年度予算案

2,710,000千円

1 目的

本事業により、老人クラブ活動等のより一層の活性化を図り、高齢者の生きがいや健康づくりを推進することを支援する。

2 事業内容

(1) 単位老人クラブが行う各種活動に対する助成。

(2) 市町村老人クラブ連合会が行う老人クラブの活動促進に資する各種取組、地域の再構築につながる活動、若手高齢者の組織化等に対する助成。

(3) 都道府県・指定都市老人クラブ連合会が行う市町村老人クラブ連合会の活動促進、地域の支え合い、若手高齢者の活動支援等に対する助成。

3 実施主体 都道府県・指定都市、市町村

<参考>老人クラブについて

I 老人クラブの沿革

- 地域の高齢者の自主的組織として昭和25年～26年頃に誕生
- 昭和42年:全国組織結成
- 「健康・友愛・奉仕」という三大運動を中心に高齢者が豊富な人生経験や知識・技能を生かし、生きがいと健康づくりのための社会活動、地域で支え合う基盤づくりを展開

II 老人クラブ数及び会員数

- 老人クラブ数 約10.8万クラブ(平成26年3月末現在)
- 会員数 約 627万人 (平成26年3月末現在)
- ※ 60歳以上人口(約4,179万人:平成26年4月1日現在)の約15%が加入

III 老人クラブの組織

- 年齢は60歳以上とする。ただし、老後の社会活動の円滑な展開に資するため、60歳未満の加入を妨げないものとする。
- クラブ活動が円滑にできる程度の同一小地域に居住する者おおむね30人以上で組織。

IV 老人クラブの活動

- 高齢者が、自主的に生きがいや健康づくりに資する各種活動を総合的に実施するもの。

(活動の例)

ア 社会奉仕活動

- ・友愛訪問活動:独り暮らしの高齢者への一声活動など
- ・清掃奉仕:道路の清掃美化と草花植えなど
- ・地域の見守り:児童の登下校時の交通安全など

イ 教養講座開催

- ・健康教育講座、健康食講座、生きがい講座など

ウ スポーツ活動

- ・いきいきクラブ体操、健康ウォーキング、ニュースポーツ(ペタンク、グランドゴルフ)など



ノルディックウォーキング
(兵庫県赤穂市)



男性料理教室
(鹿児島県日置市)

【参考】老人の福祉の増進のための事業の法律上の位置づけ

○老人福祉法(昭和38年法律第133号)

第13条 地方公共団体は、老人の心身の健康の保持に資するための教養講座、レクリエーションその他広く老人が自主的かつ積極的に参加することができる事業を実施するように努めなければならない。

2 地方公共団体は、老人の福祉を増進することを目的とする事業の振興を図るとともに、老人クラブその他当該事業を行う者に対して、適当な援助をするよう努めなければならない。