

運動器の機能向上マニュアル（改訂版）

平成21年3月

「運動器の機能向上マニュアル」分担研究班

研究班長：

東京都老人総合研究所介護予防緊急対策室長

大淵 修一

はじめに

平成19年4月にとりまとめられた政府の「新健康フロンティア戦略」において、介護予防対策の一層の推進の観点から、骨折予防及び膝痛・腰痛対策といった運動器疾患対策（以下、骨折予防及び膝痛・腰痛対策とする）の推進が必要であるとの方向性が示されたことを受け、今後の介護予防の一層の推進に向けた運動器疾患対策の在り方について検討を行うために「介護予防の推進に向けた運動器疾患対策に関する検討会」が設けられ、計4回の検討が行われた。その報告書「介護予防の推進に向けた運動器疾患対策について」では、市町村等が介護予防の推進に向けた運動器疾患対策を実施するにあたり、当該対策を効果的に実施するため、①効果に係る評価指標の確立と、②実態把握とその分析を行い、③一般高齢者の参加を推進し、④医療と介護予防との連携を行うことが重要であり、厚生労働省は①～④を踏まえて、⑤骨折予防や膝痛・腰痛対策に着目したマニュアルを作成することが必要であるとされた。

平成17年に発行された前回のマニュアルでは、目標・評価・実施の流れなどを示すにとどめ、具体的な運動器の機能向上プログラムの内容は、市町村の現在の資源を有効に活用して実施するものとし、できるだけ市町村の資源、実情にあわせた事業実施ができるように配慮した。今回の改定においては、前述の、「新健康フロンティア戦略」及び「介護予防の推進に向けた運動器疾患対策に関する検討会」での提言に応える形で、骨折予防及び膝痛・腰痛対策に着目したマニュアルとすることを心がけている。

また、運動器の機能向上プログラムの実践のヒントとなるように、具体的な実践例を加えていることも今回の改訂の特徴である。ただし、実施方法を掲載された具体的実践例に限定するものではなく、市町村等が効果的であると判断したプログラムを実施することが重要であることに留意されたい。

なお、厚生労働省の介護予防継続的評価分析等検討会の報告（平成20年5月28日）によれば、平成18年度に導入された、運動器の機能向上サービスを中心とした介護予防事業は、高齢者が要介護状態になること、要介護状態が重度化することを防ぐ効果があることが確認されている。すなわち、運動器の機能向上サービスが中心的なプログラムである介護予防サービスが、介護保険の理念である自立支援をよりすすめるための手段として有用であることが市町村の実践レベルでも示されたといえる。また、第5回検討会（平成20年12月18日）における運動器の機能向上サービスの要介護度や基本チェックリストの点数等に関する詳細分析では、実施内容によって主要なアウトカム指標の改善・維持確率が変化することが示されている。この結果等を踏まえ、市町村や事業所において運動器の機能向上サービスを実施するにあたっては、サービス内容が結果に影響を与えることを理解し、これまで実践してきた運動器の機能向上プログラム内容をもう一度吟味していただきたいと考えており、当マニュアルがその一助になることを願っている。

平成21年3月31日

運動器の機能向上マニュアル検討委員会

介護予防マニュアルの作成経緯・目的

介護や社会的支援が必要な人が、尊厳を保持し、その能力に応じ自立した日常生活を営むことができるように、必要な保健医療サービスと福祉サービスを行うことを目的として、平成12年に介護保険制度が開始された。その後、制度が定着する一方で、当制度運営に当たっての課題も多く出てきたところである。

平成12年4月から平成20年4月までの8年間で、65歳以上の被保険者数（第1号被保険者数）は、2,165万人から2,757万人と27%（約592万人）増加し、要介護及び要支援認定者は、109%（約237万人）と、被保険者数の増加率を大幅に超える割合で増加している。その内訳として要介護度別で認定者数の推移を見ると、要支援・要介護1の認定者数の増加が大きい状況が見て取れる（次頁図1）。

以上の状況のもと、平成18年度には、できる限り要支援・要介護状態にならない、あるいは、重度化しないよう「介護予防」を重視したシステムの確立を目指した制度の見直しが行われた。

これまでの介護予防の問題点としては、軽度者については、適切な対応により要介護状態の改善が期待されるが、改善を支援する観点からのサービスが十分に提供されていないことが挙げられており、見直しにおいては、要支援1・2といった軽度な要支援者が要介護1～5といったより重度の状態に移行することを防止する観点から「新予防給付」を創設し、当該給付において「運動器の機能向上」、「栄養改善」及び「口腔機能の向上」といったサービスを追加した。

また、要支援・要介護になる可能性の高い特定高齢者やその予備軍である全ての高齢者に対して介護予防事業（地域支援事業）を創設している。介護予防事業には、ポピュレーションアプローチとして全高齢者を対象とする介護予防一般高齢者施策と、ハイリスクアプローチとして生活機能の低下した高齢者（特定高齢者）を対象とする介護予防特定高齢者施策がある。

これらの新予防給付及び介護予防特定高齢者施策の対象者については、地域包括支援センターを中心として、利用者の意欲を引き出すための目標指向型のケアマネジメントを実施している（次頁図2）。