

介護予防の推進について

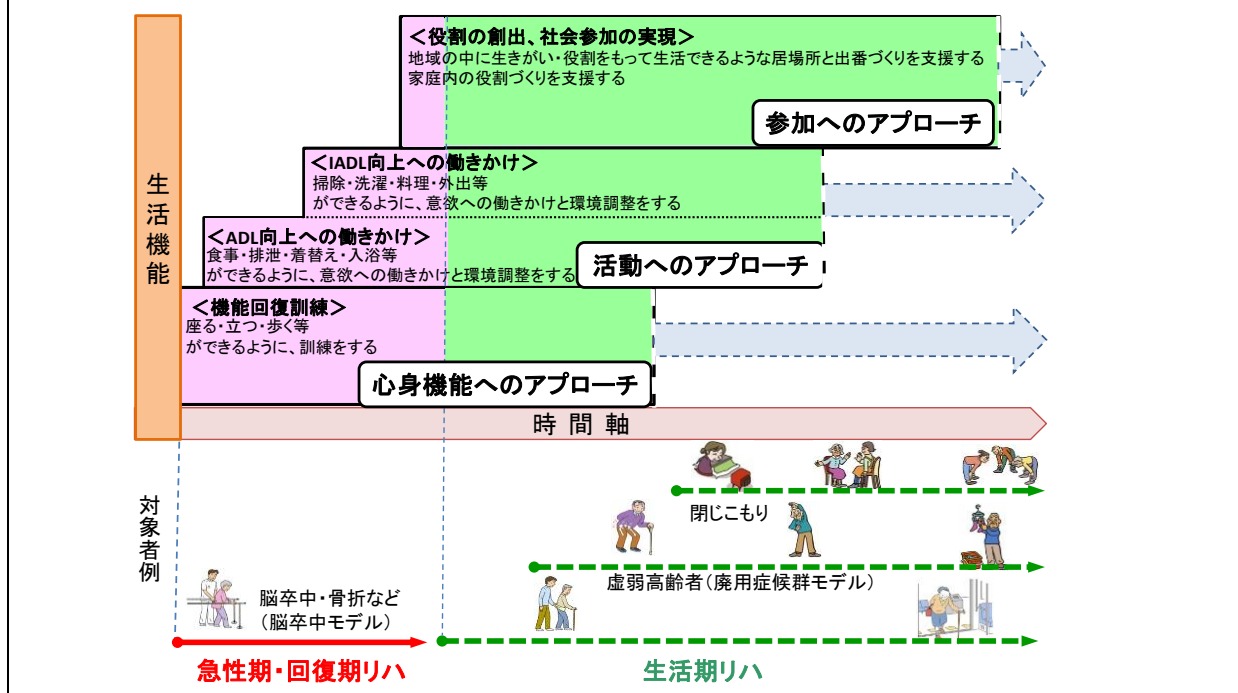
1. 基本的な考え方

- 介護予防は、高齢者が要介護状態等となることの予防や要介護状態等の軽減・悪化の防止を目的として行うものである。特に、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ものではなく、日常生活の活動を高め、家庭や社会への参加を促し、それによって一人一人の生きがいや自己実現のための取組を支援して、生活の質の向上を目指すものである。

[参考] 生活機能とは

生活機能とは、人が生きていくために必要な機能であり、体の働きや精神の働きである「心身機能」、ADL・IADL・職業能力といった生活行為全般である「活動」、家庭や社会生活で役割を果たすことである「参加」から構成される。要支援者であっても自立した生活を実現することは可能であり、そのためには「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必要がある。

高齢者リハビリテーションのイメージ



- 一方で、これまでの介護予防の手法は、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り、介護予防で得られた活動的な状態をバランス良く維持するための活動や社会参加を促す取組（多様な通いの場の創出など）が必ずしも十分ではなかったという課題がある。

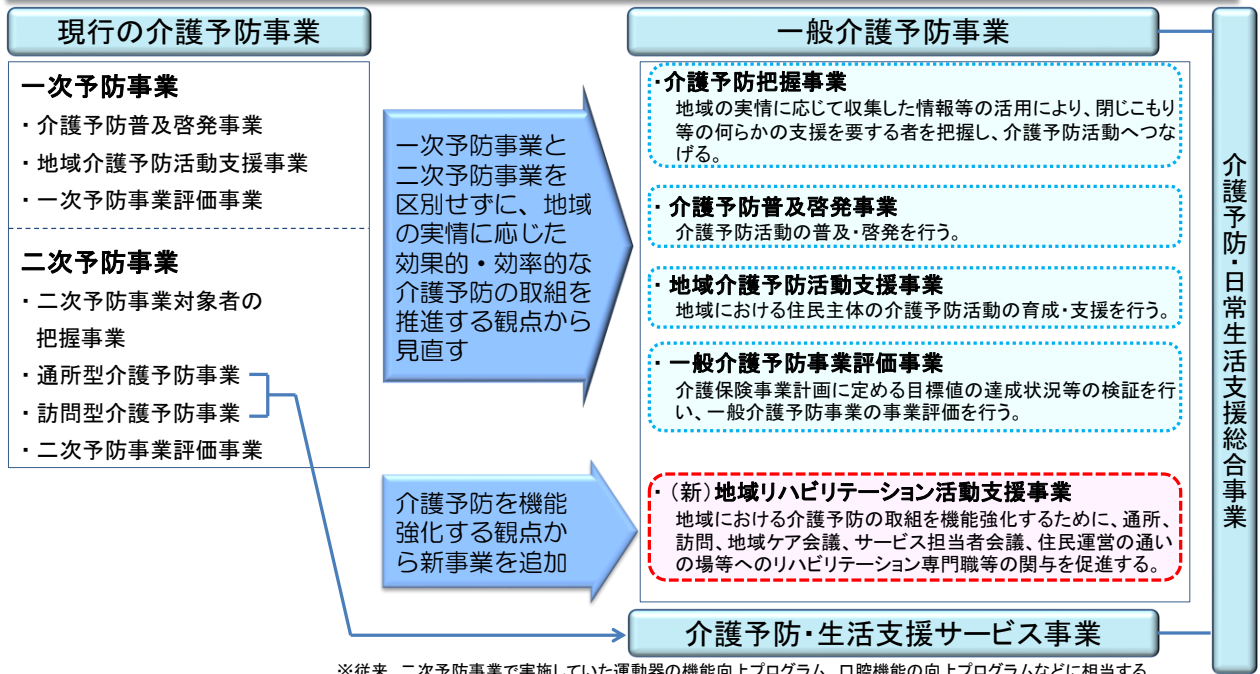
- このような現状を踏まえると、これからの介護予防は、機能回復訓練などの高齢者本人へのアプローチだけではなく、生活環境の調整や、地域の中に生きがい・役割を持って生活できるような居場所と出番づくりなど、高齢者本人を取り巻く環境へのアプローチも含めた、バランスのとれたアプローチが重要である。このような効果的なアプローチを実践するため、地域においてリハビリテーション専門職等を活かした自立支援に資する取組を推進し、要介護状態になっても、生きがい・役割を持って生活できる地域の実現を目指す。

2 介護予防事業の見直しについて

- 現行の介護予防事業は、一次予防事業と二次予防事業を区別せずに、地域の実情に応じた効果的・効率的な介護予防の取組を推進する観点から、介護予防事業を見直す。
- また、介護予防を機能強化する観点から、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するための「地域リハビリテーション活動支援事業」を、一般介護予防事業に新たに位置づける。

新しい介護予防事業

- 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、地域づくりなど的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できるように介護予防事業を見直す。
- 年齢や心身の状況等によって分け隔てることなく、住民運営の通いの場を充実させ、人と人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。
- リハ職等を活かした自立支援に資する取組を推進し、介護予防を機能強化する。



※従来、二次予防事業で実施していた運動器の機能向上プログラム、口腔機能の向上プログラムなどに相当する介護予防については、介護予防・生活支援サービス事業として介護予防ケアマネジメントに基づき実施

3. 地域づくりによる介護予防の推進

- 幾つかの市町村では、高齢者を年齢や心身の状況等によって分け隔てることなく、住民が主体となって行う介護予防活動を広く展開し、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とで、「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可能となり、全国の推移と比較して、要介護認定率の伸びの抑制の効果が示されている。また、社会参加の割合が高い地域ほど、転倒や認知症やうつもののリスクが低いという傾向も指摘されている。
- このような地域の実情に応じた効果的・効率的な介護予防の取組事例を全国に展開する観点から、先行している市町村の取組内容や立ち上げからのプロセス等について整理し、事例集としてとりまとめ、厚生労働省の介護予防のHP上に公表するとともに、地域包括ケア「見える化」システム（プロトタイプ）でも検索できるようにしている。

※介護予防のHP アドレス

http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/kaigo_koureisha/yobou/index.html

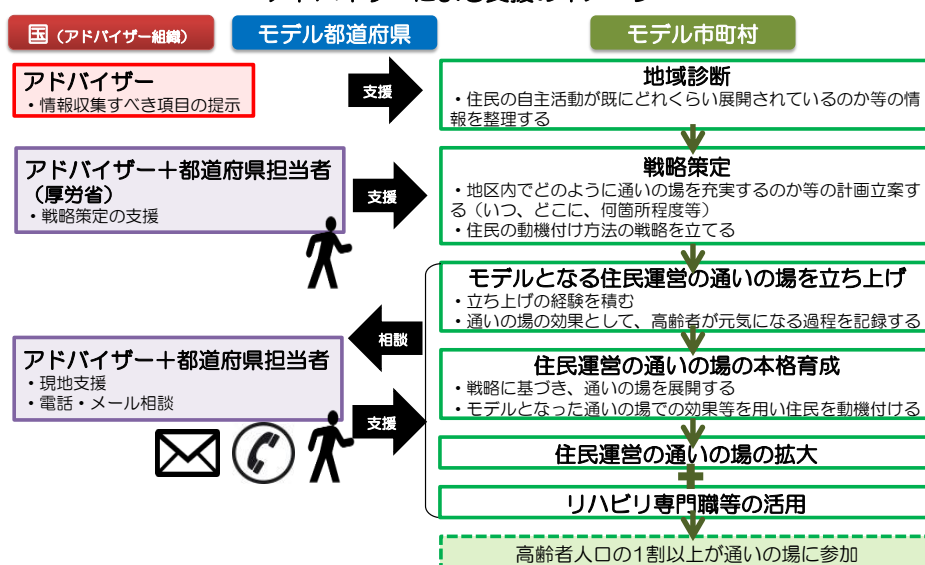
※地域包括ケア「見える化」システム（プロトタイプ）のHP アドレス

<http://mieruka.mhlw.go.jp/>

- また、平成 26 年度から実施している「地域づくりによる介護予防推進支援モデル事業」では、25 府県、59 市町村、実践経験を有するアドバイザー40 名とともに、地域づくりによる介護予防の推進に取り組んでいるところである。

地域づくりによる介護予防推進支援モデル事業（平成26年度～）

アドバイザーによる支援のイメージ



- 地域づくりによる介護予防の推進は、「高齢者の社会参加の促進」「生活支援

サービスの充実」にもつながることから、予防給付の見直しを円滑に進める観点からも重要であり、市町村が積極的に取り組むのはもちろんのこと、都道府県が広域的な立場から、市町村の介護予防の取組の評価、リハビリテーション専門職等の広域調整、関係機関間の調整、管内市町村の取組に係る情報収集及び提供、人材育成等を通じて市町村を支援することが重要であると考えている。

- 各自治体においては、当該事業や先行事例等を参考にしながら、地域づくりによる介護予防の推進に取り組んでいただくとともに、第6期市町村介護保険事業計画・都道府県介護保険事業支援計画に具体的な戦略を盛り込んでいただきたい。

4. リハビリテーション専門職等を活かした介護予防の機能強化

- リハビリテーション専門職等が、地域包括支援センターと連携しながら、通所、訪問、地域ケア会議、サービス担当者会議、住民運営の通いの場等の介護予防の取組を総合的に支援することにより、介護予防の機能強化を図れることが、市町村介護予防強化推進事業や先行事例等から明らかになっている。

- 具体的には以下の通りである。

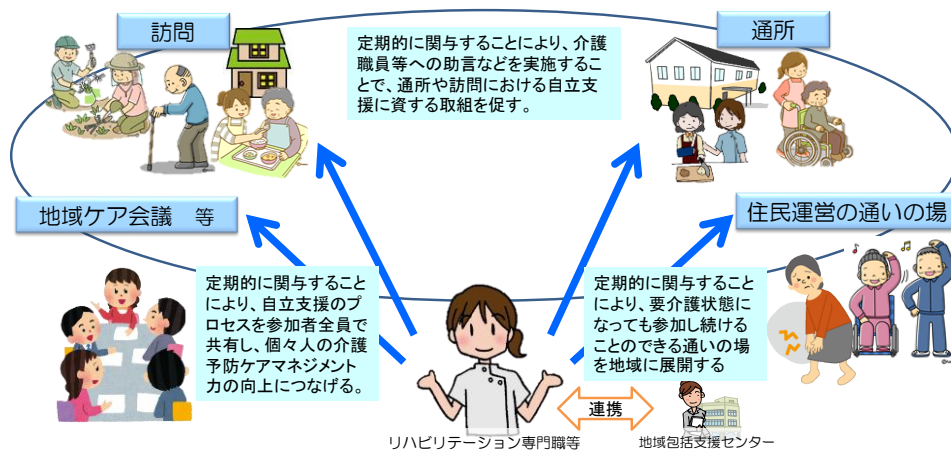
- (1) 地域ケア会議やサービス担当者会議にリハビリテーション専門職等が定期的に関与することにより、①日常生活に支障のある生活行為の要因、②疾患の特徴を踏まえた生活行為の改善の見通し、③要支援者等の有する能力を最大限に引き出すための方法、等について検討しやすくなり、自立支援のプロセスを参加者全員で共有し、個々人の介護予防ケアマネジメント力の向上につながる。
- (2) 住民運営の通いの場にリハビリテーション専門職等が定期的に関与することにより、①身体障害や関節痛があっても継続的に参加することの出来る運動法の指導、②認知症の方への対応方法等を世話役に指導、③定期的な体力測定、等について実施し、要介護状態になっても参加し続けることのできる通いの場を地域に展開することができる。
- (3) 通所や訪問にリハビリテーション専門職等が定期的に関与することにより、①日常生活に支障のある生活行為を改善するための効果的な運動プログラムの提案、②介護職等への助言、等を実施し、通所や訪問における自立支援に資する取組を促すことができる。

- 地域リハビリテーション活動支援事業は、一般介護予防事業の1メニューであるが、効果的かつ効率的な介護予防の取組を推進するために、できる限り取り組んでいただきたい。なお、当該事業については、介護予防・生活支援総合事業の実施を猶予する市町村においても、早期に介護予防を機能強化する必要があることから、平成27年4月をもって、従来的一次予防事業の1メニューとして実施することが可能である。

- 当該事業の検討にあたっては、関連団体と連携しながら、市町村介護予防強化推進事業の報告書や先行事例等を参考にしていきたい。また、厚生労働省の介護予防のHP上において、「介護予防に資するリハビリテーション関連団体の取組」として、それぞれの関連団体の取組（実施可能な支援の内容や、都道府県別の相談窓口など）を紹介しているHPとリンクしているので活用していきたい。

地域リハビリテーション活動支援事業の概要

○ 地域における介護予防の取組を機能強化するために、通所、訪問、地域ケア会議、サービス担当者会議、住民運営の通いの場等へのリハビリテーション専門職等の関与を促進する。



リハビリテーション専門職等は、通所、訪問、地域ケア会議、サービス担当者会議、住民運営の通いの場等の介護予防の取組を地域包括支援センターと連携しながら総合的に支援する。