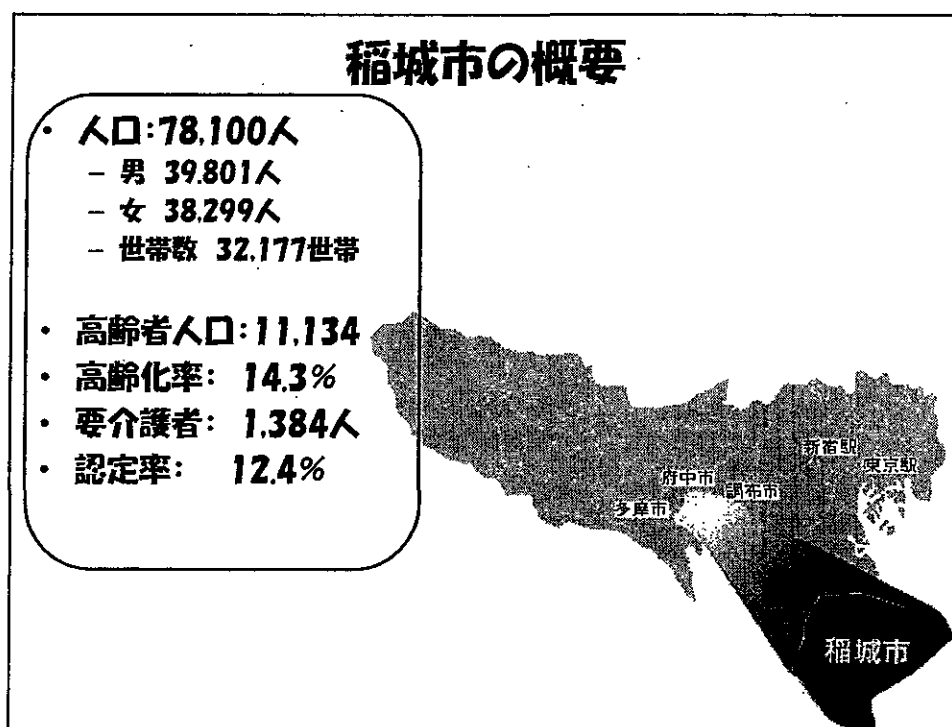
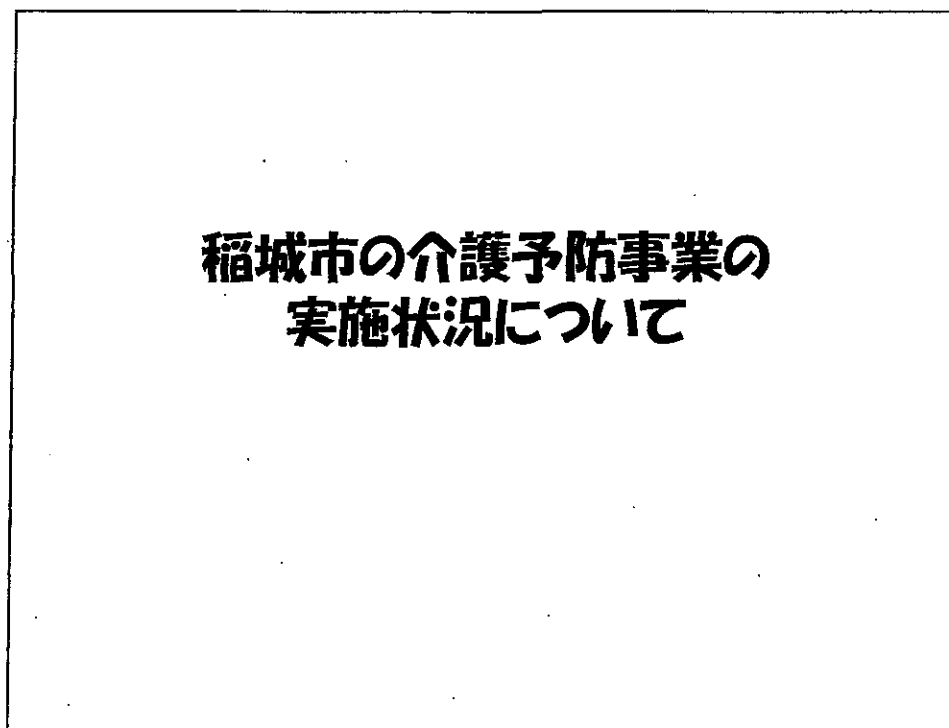


6 「稲城市の介護予防事業の実施状況について」（東京都稲城市）



## 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ゅ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～

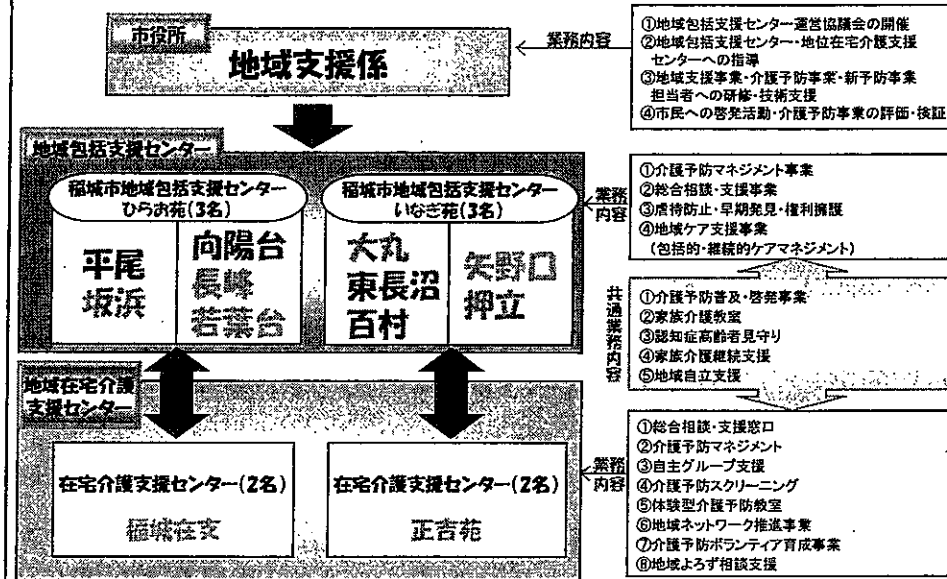
## 介護予防モデル地区としての取り組み

	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 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>



## 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	動作服従力	Functional Reach	開脚片足立ち	閉脚片足立ち	長座位体幹筋	客研式活動能力指標	SF-36
運動機能の向上	能力向上トレーニング	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	総合介護予防教室	○	○	○	△	○	○	○	○	○
	選択型介護予防教室(単独型)	○	○	○	△	○	○	○	○	○
	地域展開型転倒予防教室	○	○	○	△(オプション)	○	○	○	○	○
認知症	巻紙型認知症予防教室	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	地域展開型認知症予防教室	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

## 筋力向上トレーニング事業 風景

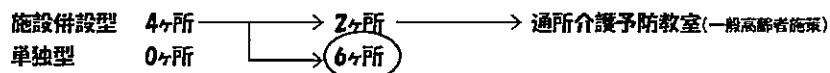


✓ **生きがいテイサービスの見直し—効果的な介護予防事業の実施に向けて**

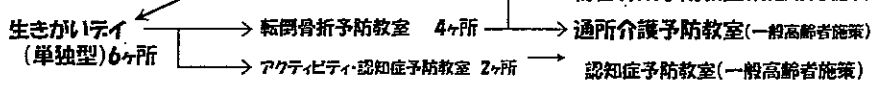
✓ **見直しポイント**

- ・生きがいテイ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テイサービス**



✓ **見直し後**



✓ **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りのグループ  
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)**

✓ **サポーターの育成: 15名**

→ 自主グループの支援



平成18年度も引き続き

✓ 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)

### 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)

## 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	膝伸張筋力	Functional Reach	閉眼片足立ち	閉眼片足立ち	長座位体前屈	老研式活動能力指標	SF-36
運動器の機能向上	筋力向上トレーニング (n=66)	—	○	—	○	○	—	—	—	—	・身体機能 ・精神社会
	委託型転倒予防教室 (n=37)	—	—	—	/	○	○	/	—	—	/
	地域展開型転倒予防教室 (n=54)	○	○	—	/	○	○	/	○	/	/
認知症	委託型認知症予防教室 (n=14)	—	—	○	/	—	—	/	○	—	/
	地域展開型認知症予防教室	フイツコグ・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

## 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
  - ✓ 総務に関する講演、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)
  - ✓ 福城繁盛節! 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)



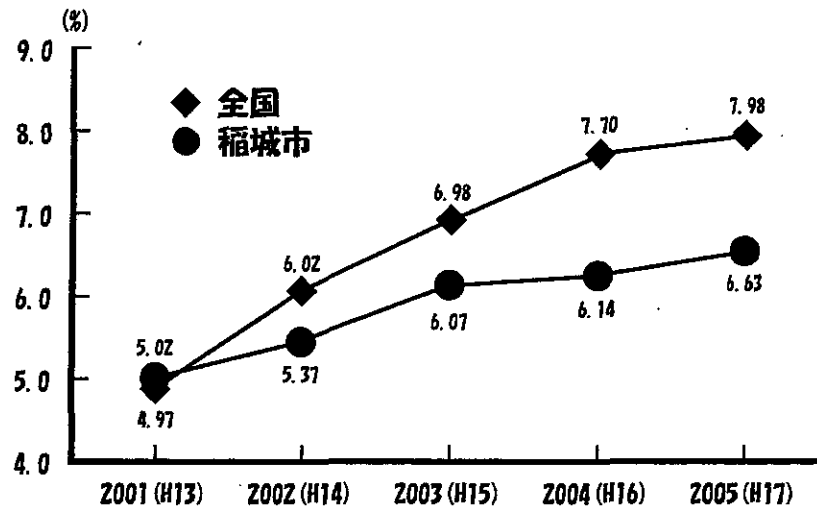
### ✓ 介護予防推進員の育成

- ✓ 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
  - ✓ 老人クラブへの呼びかけ
  - ✓ 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





## 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)

## 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

