

第 5 期介護保険事業（支援）計画の策定 準備及び地域支援事業の見直しに係る 会議資料《介護予防事業関係》

平成 22 年 10 月 27 日

厚生労働省老健局老人保健課

目 次

(頁)

説明資料 1

参考資料

1 . 地域支援事業実施要綱の改正に係る介護予防事業の Q&A 2 3

2 . 介護予防に係る二次予防事業の流れ 2 5

3 . プログラム参加の適否について医師の判断を求める場合の基準 (案) 2 6

4 . 介護予防ケアマネジメントについて：情報共有様式 (案) 2 7

(注) 会議資料の内容については、現時点での予定であり、今後変更があり得る。

第5期介護保険事業(支援)計画の策定準備及び
地域支援事業の見直しに係る会議

地域支援事業実施要綱等の見直しに伴う
今後の介護予防事業について

平成22年10月27日

厚生労働省 老健局 老人保健課

本日の内容

1 介護予防事業の見直しの主な内容

2 見直し後の二次予防事業の流れ (全国から多く頂いた質問にこたえて)

- プログラム参加の適否について医師の判断を求める場合の基準について
- 二次予防事業対象者の介護予防ケアマネジメントについて

3 介護予防事業の効果的な事例について

4 二次予防事業対象者等の通称について

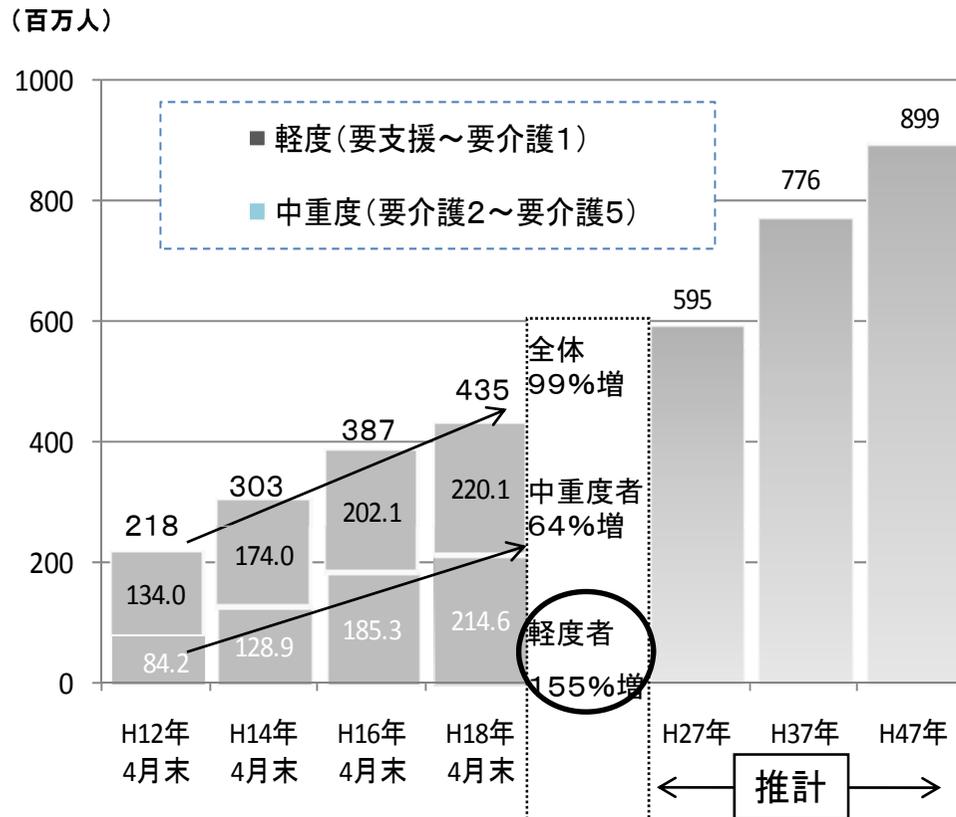
介護予防事業導入の経緯（平成18年度創設）

軽度の認定者（要支援・要介護1）の大幅な増加。

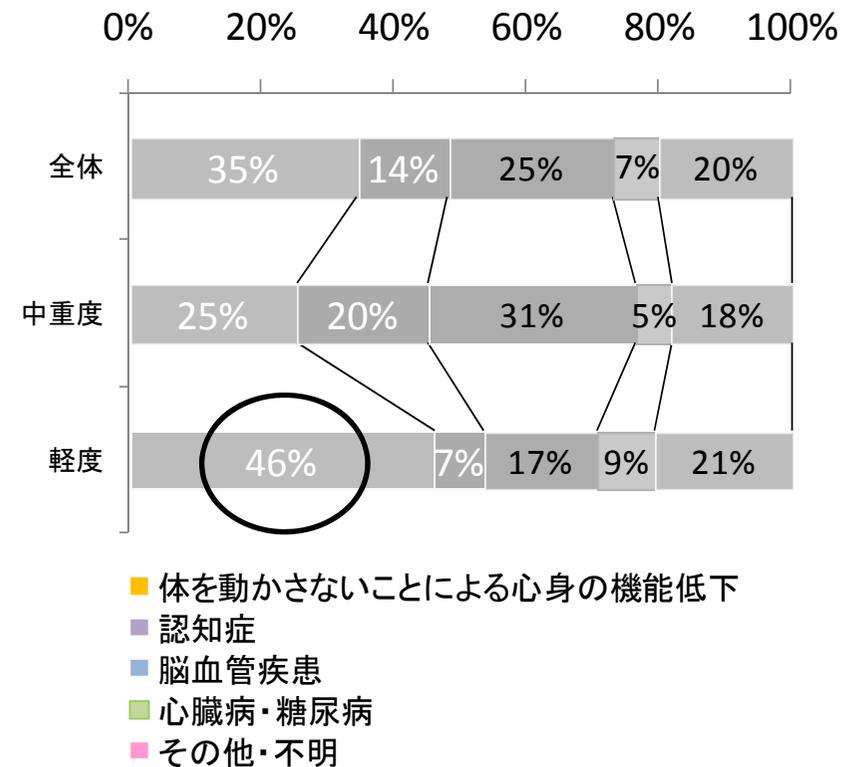
軽度者の原因疾患の約半数は、体を動かさないことによる心身の機能低下。

定期的な体を動かすことなどにより予防が可能！

要介護度別認定者数の推移



要介護度別の原因疾患



介護予防事業の概要

要介護状態等ではない、高齢者に対して、予防又は要介護状態の軽減若しくは悪化の防止のために必要な事業として、市町村が実施。

事業は、要介護状態等となるおそれのある高齢者とその他に分類してサービスを提供している。

平成22年度予算額 176億円（国費ベース。国1/4、都道府県1/8、市町村1/8、保険料（1号2/10、2号3/10））

一次予防事業 （旧：一般高齢者施策）

【対象者】
高齢者全般

【事業内容】

- 介護予防普及啓発事業
 - ・講演会等開催
 - ・パンフレット作成 等
- 地域介護予防支援事業
 - ・ボランティア育成
 - ・自主グループ活動支援 等

二次予防事業 （旧：特定高齢者施策）

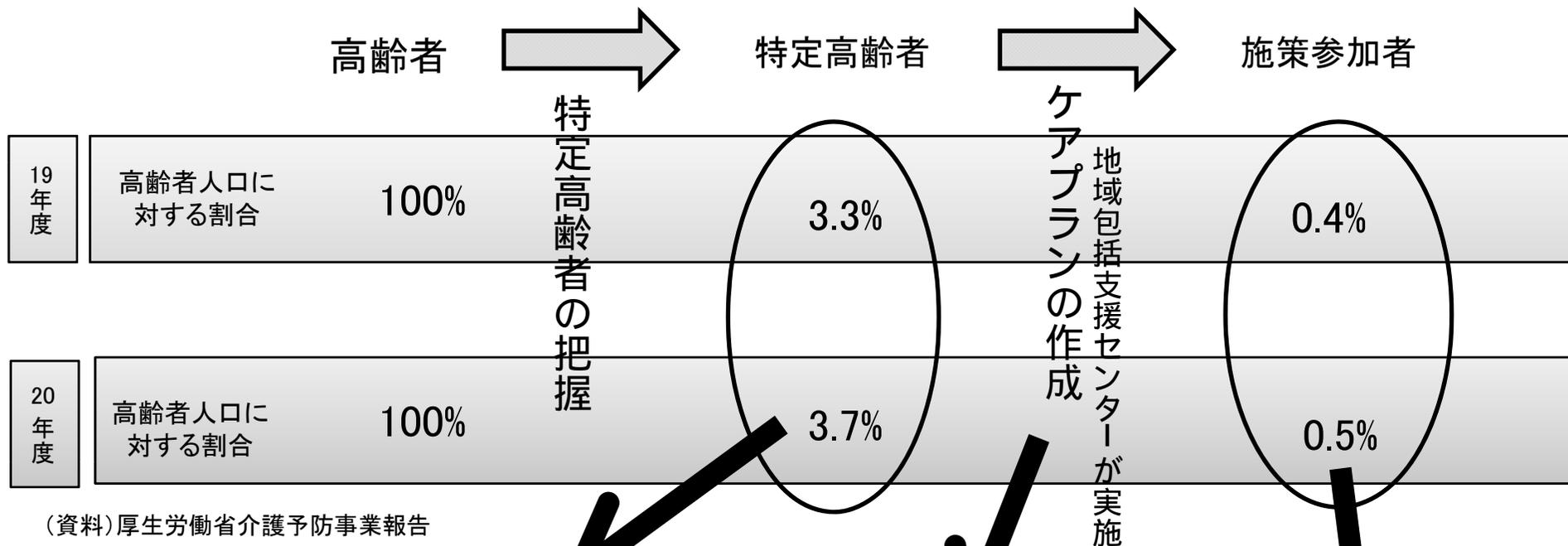
【対象者】
要介護状態等となるおそれのある
高齢者

【事業内容】

- 通所型介護予防事業
 - ・運動器の機能向上プログラム
 - ・栄養改善プログラム
 - ・口腔機能向上のプログラム 等
- 訪問型介護予防事業
 - ・閉じこもり、うつ、認知症への対応
 - ・通所が困難な高齢者への対応 等

介護予防事業の課題

目標	高齢者人口に対する割合	100%	8~12%	5%
----	-------------	------	-------	----



(資料)厚生労働省介護予防事業報告

課題1

- ハイリスク者の把握が不十分
- 健診による把握に要する費用負担大(※1)

課題2

- ケアプランに係る業務負担が大きい(※2)

課題3

- 魅力あるプログラムの不足
- 特定高齢者施策への参加率が低い

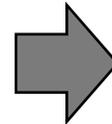
1 介護予防事業(176億円(国費))のうち、約50%が把握に要する費用

2 地域包括支援センターの約40%がケアプランに係る業務

介護予防事業の見直しについて

課題1

ハイリスク者の把握が不十分
健診による把握に要する費用負担大
介護予防事業(176億円(国費))のうち、
約50%が把握に要する費用



対応

例えば、対象者の選定方法を健診に代えて高齢者のニーズを把握するための調査を活用する方法に見直すなど、事業の効率化を図る。

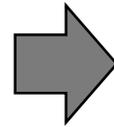
- ◆ 二次予防事業については、「健診等に多くの労力を要して非効率的な二次予防事業(旧特定高齢者施策)は簡素化し、介護予防事業の充実を図るべき」との声が寄せられていたところ。健診に多くの予算が使われ、介護予防事業の費用が少なくなっている現状があった。
「介護保険制度に係る書類・事務手続の見直しに関するご意見募集の結果について」(平成22年2~3月)
- ◆ これらの課題に対応するにあたり、見直し後、すぐに現場が対応することが困難である一方、少しでも早い見直しを望む自治体に取り組めるよう、年度途中ではあるが、一定の見直しを行った。
- ◆ 二次予防事業は、主として要介護状態等となるおそれの高い方をターゲットとしているが、特に閉じこもり等で機能低下の発見が遅れがちな対象者には、積極的にアプローチをしていくことが重要である。その方法の一つとして、今回の見直しでは、可能な限り基本チェックリストを全数配布し、未回収者への電話・訪問等を推奨している。
- ◆ 基本チェックリストの配布に際し、効率的な配布方法の実施(ニーズ調査と一体的に行うなど)、回収率を上げるための工夫や、未回収者への対応方策の検討を行う必要がある。

介護予防事業の見直しについて

課題2

ケアプランに係る業務負担大

地域包括支援センターの約40%が
ケアプランに係る業務



対応

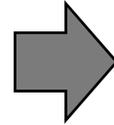
介護予防事業におけるケアプランについては、必要と認められる場合に作成できるものとし、ケアプラン作成の必要がない場合には施策前・施策後に事業実施担当者との情報共有することにより替えることができることとするなど、事業の効率化を図ることとする。

- ◆ 地域包括支援センターは、地域包括ケアを実現するための中心的な役割を担うものであり、地区診断等を積極的に行い、対象者の情報を把握する必要がある。
- ◆ 介護予防ケアプランは、必要に応じて作成することとなったが、二次予防事業対象者の介護予防ケアマネジメントは、引き続き全対象者に実施することが必要かつ重要である。
- ◆ 介護予防ケアプランの作成の要否の基準および、介護予防ケアプランを作成しない場合の介護予防ケアマネジメントの内容、様式等については、市町村において、地域の実情に即した適切な基準を設定できる。(標準例を利用するか否かは任意)

介護予防事業の見直しについて

課題3

魅力あるプログラムの不足
特定高齢者施策への参加率が低い

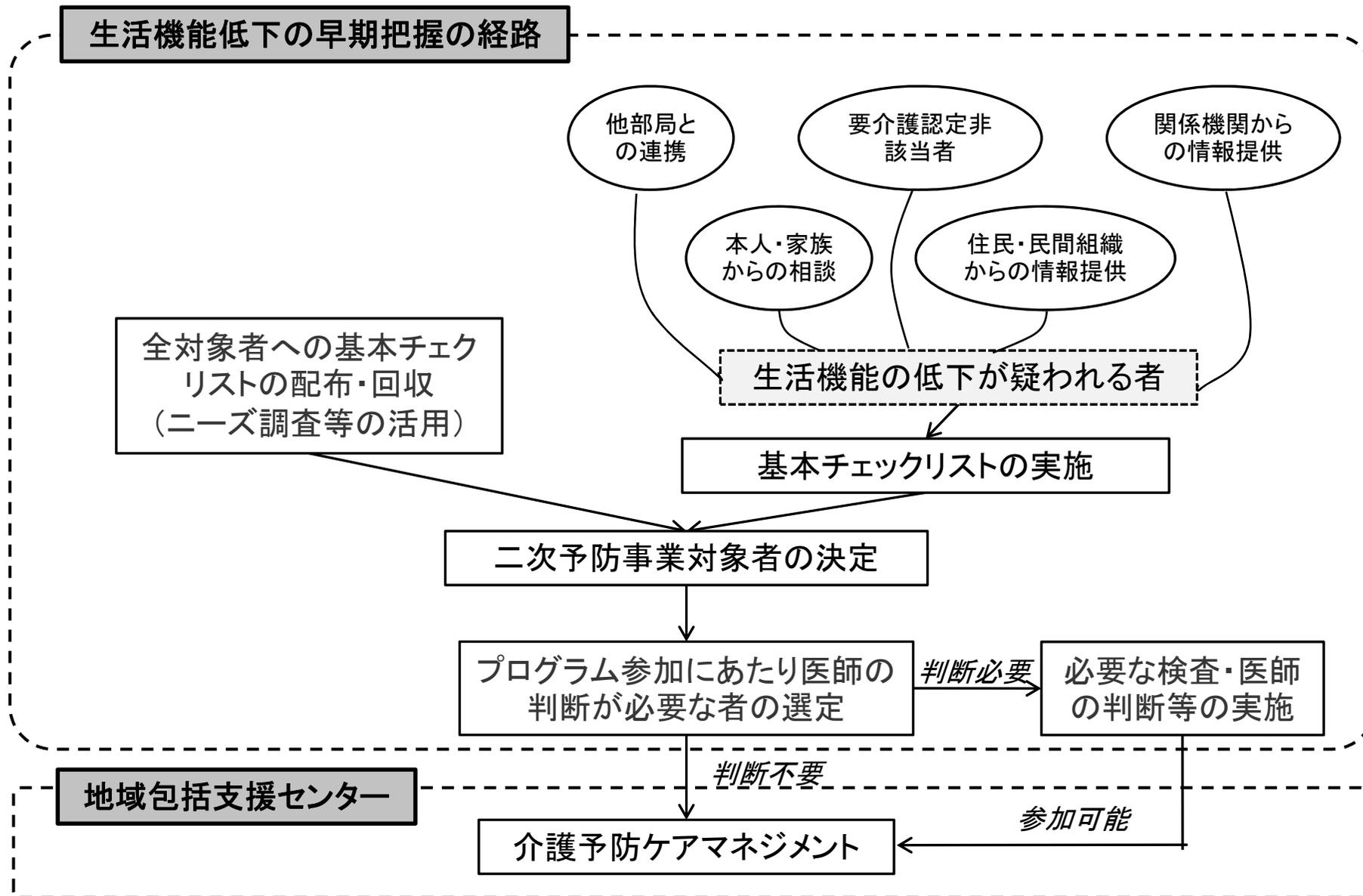


対応

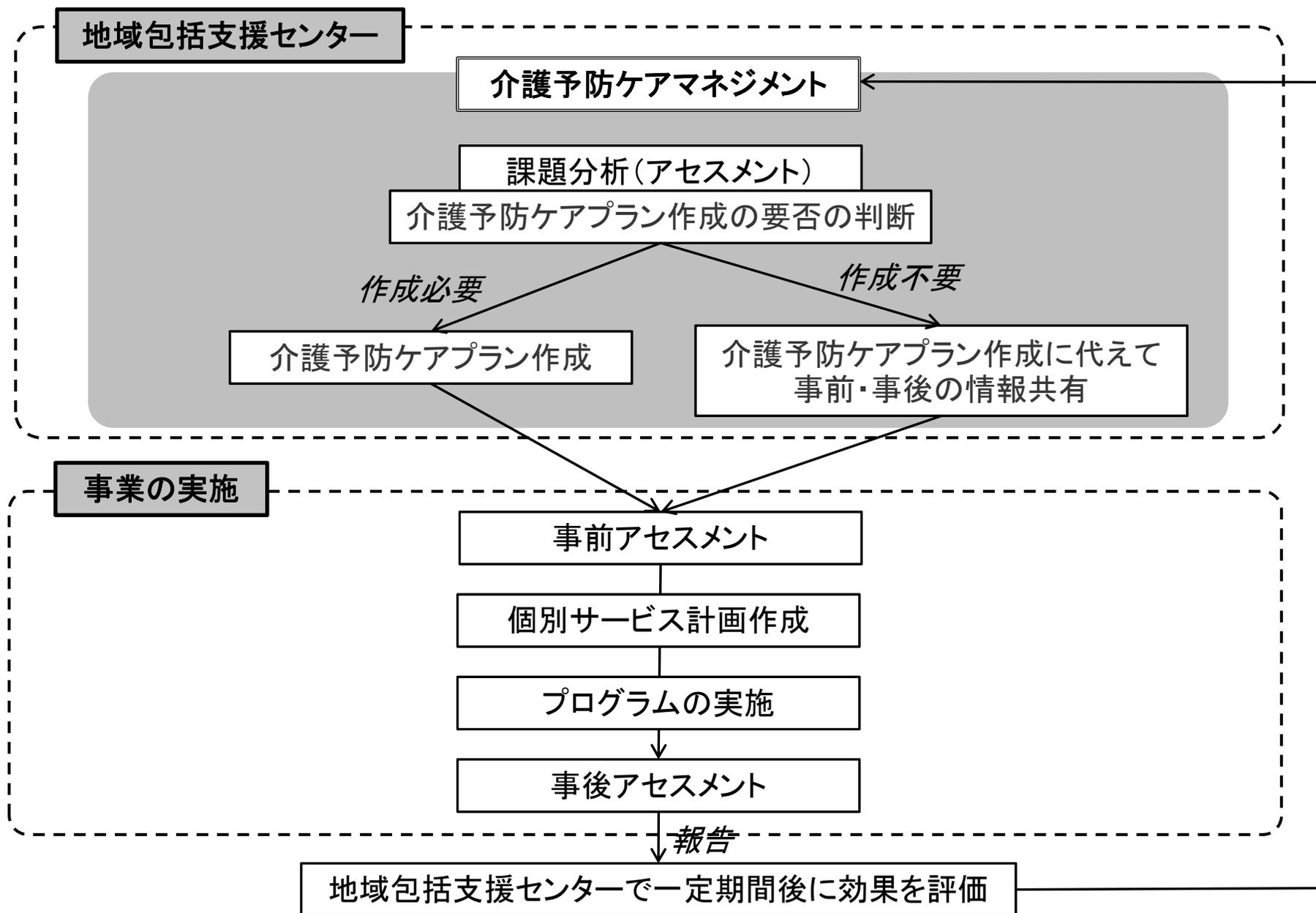
より高齢者のニーズに合ったものに見直し、事業の充実を図ることとする。

- ◆ プログラムの設定にあたっては、運動・口腔・栄養のプログラムを組み合わせた複合プログラムを実施することにより、内容が充実し、利用が進むとともに、機能改善については相乗的な効果が見込まれる。
各地域において、創意工夫をこらしたプログラムの実施にあたっていただきたい。
栄養及び口腔プログラムに、運動プログラムを附加した複合プログラムの効果を、「介護予防実態調査分析支援事業」において検証中であり、平成23年度にはマニュアル作成を予定している。
- ◆ 事業への参加を促す方法の工夫、例えば、一次予防事業で広く参加者を募ったり、試行的に参加する会を設定する、楽しく、興味を惹くプログラムであることのPR等も重要である。
「介護予防実態調査分析支援事業」において、一般高齢者の介護予防教室を活用した介護予防事業対象者の把握において、従来の方法と比較して、1.8倍の特定高齢者の候補者が得られた。

介護予防に係る二次予防事業の流れ



介護予防に係る二次予防事業の流れ



【例】プログラム参加の適否について医師の判断を求める場合の基準（案）

基本チェックリストで二次予防事業対象者を決定することとしたところであるが、特に運動器関連プログラムの参加にあたって、管理すべき疾患がある者については、医師の確認が必要であると考えられる。現在、以下の通り検討中であるが、現時点での標準的な基準案について提示する。

H22年度老人健康増進等事業「介護予防事業の推進に関する調査研究事業」
（代表研究者：国立長寿医療研究センター所長 鈴木 隆雄）

【策定経緯】

今回の調査研究事業においては、介護予防事業における二次予防事業対象者の決定について、これまでの基本チェックリストに、新たに管理すべき疾患やニーズ把握の項目を追加することで、より効果的効率的な運用を目指している。

現在、4市区町村における実態調査を通じて、追加すべき項目の適否や判断基準を策定しているところである。

【今後のスケジュール】

平成22年9月～ 実態調査（北海道美唄市、北海道福島町、群馬県嬬恋村、東京都豊島区）

平成22年11月～ 実態調査の取りまとめ、分析

平成23年2月ごろ 基準（最終）の提示

【例】プログラム参加の適否について医師の判断を求める場合の基準（案）

1. あなたは普段ご自分を健康だと思えますか？……………はい / いいえ

「はい」の場合；市町村、地域包括で判断

2. この3ヶ月間で1週間以上にわたる入院をしましたか？……………はい / いいえ

その理由は何ですか？ 当てはまる項目に○を付けてください。

- 重い高血圧、脳卒中(脳出血、脳梗塞、くも膜下出血)
- 心臓病(不整脈、心不全、狭心症、心筋梗塞)
- 糖尿病、呼吸器疾患などのため
- 骨粗鬆症や骨折、関節症などによる痛みのため
- その他()

「はい」の場合、医師の確認が必要

3. あなたはかかりつけの医師等から「運動を含む日常生活を制限」されていますか？

……………はい / いいえ

その理由は何ですか？ 当てはまる項目に○を付けてください。

- 重い高血圧、脳卒中(脳出血、脳梗塞、くも膜下出血)、
- 心臓病(不整脈、心不全、狭心症、心筋梗塞)
- 糖尿病、呼吸器疾患などのため
- 骨粗鬆症や骨折、関節症などによる痛みのため
- その他()

「はい」の場合、医師の確認が必要

【例】プログラム参加の適否について医師の判断を求める場合の基準（案）

4. 以下のご質問にお答えください（「はい」、「いいえ」、または「わからない」に○）

- この6ヶ月以内に心臓発作または脳卒中を起こしましたか？（はい / いいえ）
- 重い高血圧（収縮期血圧180mmHg以上、拡張期血圧110mmHg以上）がありますか？（はい / いいえ / わからない）
- 糖尿病で目が見えにくくなったり、腎機能が低下、あるいは低血糖発作などがあると指摘されていますか？
（はい / いいえ / わからない）
- この1年間で心電図に異常があるといわれましたか？（はい / いいえ / わからない）
- 家事や買い物あるいは散歩などでひどく息切れを感じますか？（はい / いいえ）
- この1ヶ月以内に急性な腰痛、膝痛などの痛みが発生し、今も続いていますか？（はい / いいえ）

「はい」が1項目でも ある場合には医師の確認が必要
「わからない」；血圧については地域包括で測定、治療中で安定的な方は参加可能
糖尿病、心臓病について治療中で安定的な方についても参加可能とする

5. あなたは自分の身体を丈夫にし、張りのある生活を送るための取り組みに興味がありますか？

- ①足腰を強くするための取り組みをしてみたい。（はい / いいえ）
- ②噛んだり、飲んだりする状態を高める取り組みをしてみたい。（はい / いいえ）
- ③栄養状態の改善のための取り組みをしてみたい。（はい / いいえ）
- ④認知症予防のために脳機能を高める取り組みをしてみたい。（はい / いいえ）
- ⑤気のあった人たちと仲間づくりをしてみたい。（はい / いいえ）

ニーズ調査であり、特に医師の判断は不要。 参加意向を重視する。

現時点版であり、今後変更があり得る

介護予防ケアマネジメントについて ー情報共有の様式例（案）ー

利用者基本情報			
計画作成者氏名:			
【基本情報】			
相談日	年 月 日 ()	来所 電話 その他 ()	初回 再来 (前 /)
把握経路	1. 介護予防検診 2. 本人からの相談 3. 家族からの相談 4. 非該当 5. 新予防からの移行 6. 関係者 7. その他 ()		
本人の状況	在宅・入院又は入所中 ()		
フリガナ 本人氏名	男・女	M・T・S	年 月 日生 () 歳
住所	TEL	()	
	FAX	()	
日常生活 自立度	障害高齢者の日常生活自立度	自立・J1・J2・A1・A2・B1・B2・C1・C2	
	認知症高齢者の日常生活自立度	自立・ a・b・ a・b・ M	
認定情報	非該当・要支援1・要支援2 認定期限: 年 月 日 ~ 年 月 日 (前回の介護度)		
障害等認定	身障 ()・療養 ()・精神 ()・難病 ()・その他 ()		
本人の 住居環境	住まいの形態	1. 一戸建て 2. 集合住宅	
	住まいの所有	1. 持ち家 2. 民間賃貸住宅 3. 公営賃貸住宅 4. 貸し間 5. その他 ()	
経済状況	国民年金・厚生年金・障害年金・生活保護・その他 ()		
来所者(相談者)	続柄	家族構成 = 本人、 = 女性、 = 男性 = 死亡、 = キーパーソン 主介護者に「主」 副介護者に「副」 (同居家族等 で囲む)	緊急 連絡先
住所	住所・連絡先		
		日中独居 (有 ・ 無) 家族関係等の状況	

利用者基本情報						
【介護予防に関する事項】						
今までの生活						
現在の生活状況 (どんな暮らしを送っているか)	1日の生活・過ごし方			趣味・楽しみ・特技		
	時間	本人	介護者・家族			
				友人・地域との関係		
【現病歴・既往歴と経過】(新しいものから書く・現在の状況に関連するものは必ず書く)						
年月日	病名	医療機関・医師名(主治医・意見 作成者に)	経過	外出や家事への 影響	治療中の場合はその内容	
		TEL	1. 治療中 2. 経過中 3. その他	1. あり 2. なし		
		TEL	1. 治療中 2. 経過中 3. その他	1. あり 2. なし		
		TEL	1. 治療中 2. 経過中 3. その他	1. あり 2. なし		
		TEL	1. 治療中 2. 経過中 3. その他	1. あり 2. なし		
【現在利用しているサービス】						
公的サービス			非公的サービス			
地域包括支援センターが行う事業の実施に当たり、利用者の状況を把握する必要があるときは、要介護認定・要支援認定に係る調査内容、介護認定審査会による判定結果・意見、及び主治医の意見書と同様に、利用者基本情報、アセスメントシートを、居宅介護支援事業者、居宅サービス事業者、介護保険施設、主治医その他本事業の実施に必要な範囲で関係する者に提示することに同意します。						
			年 月 日 氏名		印	

介護予防ケアマネジメントについて ー情報共有の様式例(案)ー

アセスメント						
		評価者氏名: _____		評価月日: 月 日		
		対象者氏名: _____				
基本項目	主生活支援者氏名	続柄	年齢	健康状態	居所	勤務
				普通 ・ 悪い()	市内 ・ 市外	有 ・ 無
基本項目	食生活支援者氏名	続柄	年齢	健康状態	居所	勤務
				普通 ・ 悪い()	市内 ・ 市外	有 ・ 無
保健社活動	以下の地域活動等に参加していますか(あてはまるものすべてに○)					
	1. 祭り・行事 2. 自治会・町内会 3. サークル・自主グループ(住民グループ) 4. 老人クラブ 5. ボランティア活動 6. 自治体が開く健康診断や健康教室 7. その他() 8. 参加していない					
移動	近所に外出する際の主な移動手段は何ですか(1つのみ選択) 1. 徒歩 2. 自転車 3. バイク 4. 自動車(自分で運転) 5. 自動車(人にのせてもらう) 6. 電車・バス 7. 車いす 8. 電動車いす(カート) 9. 歩行器・シルバーカー 10. タクシー 11. その他()					
生活スタイル	① 日中、一人になることがありますか	1 よくある	2 たまにある	3 ない		
	② 1週間に外出する頻度(通院以外)	1 3回以上	2 1~2回	3 あまり外出しない		
	③ 1週間に親戚・友人が来る頻度	1 3回以上	2 1~2回	3 あまり来ない		
	④ 歩行 : 物につかまって歩いたり、杖を使用したりしていますか				1 はい	2 いいえ
	⑤ 食事の準備 : 毎日、調理が自分でできていますか				1 はい	2 いいえ
	⑥ 買い物 : 生活に必要なものを自分で買いに行けますか				1 はい	2 いいえ
精神面	① 身の回りの乱れや汚れを気にしなくなってきましたか				1 はい	2 いいえ
	② 外出や食事の準備が難しくなってきましたか(億劫になってきましたか)				1 はい	2 いいえ
	③ 金銭管理(日々の支払い行為等を含む)が難しくなってきましたか				1 はい	2 いいえ
	④ 情緒が不安定になることが増えてきましたか				1 はい	2 いいえ
	⑤ 一人きりになる(している)ことが不安ですか				1 はい	2 いいえ
食に関する情報	① 食事回数	食/日				
	② 食料品の入手方法	スーパー等 ・ 移動販売 ・ 配達 ・ その他()				
	買物	③ 家族()	1 できる (回/)			
		③ その他()	2 できない (a 就労 b 他に要介護者あり c 家が遠い d その他())			
	調理	④ 家族()	1 できる (回/)			
		④ その他()	2 できない (a 就労 b 他に要介護者あり c 家が遠い d その他())			
		3 今のところ必要ない				
その他特記すべき事項						

現時点版であり、今後変更があり得る

介護予防事業の効果的な取組事例

一次予防事業、二次予防事業の実施においては、魅力的なプログラムや効率的な事業の運営等について様々な創意工夫がなされているところであり、これらの取り組みを広く周知するため、都道府県を通じて市町村における好事例を収集した。(平成22年3月)

なお、「特に費用対効果や要介護認定率等の観点から効果がある事例」であることから、効果指標ごとに分類を行ったので、効果が出ている取組や、効果評価の方法等についても参考にしていきたい。

事例数:47都道府県123事例

<収集事例の高齢化率、高齢者人口等の状況>

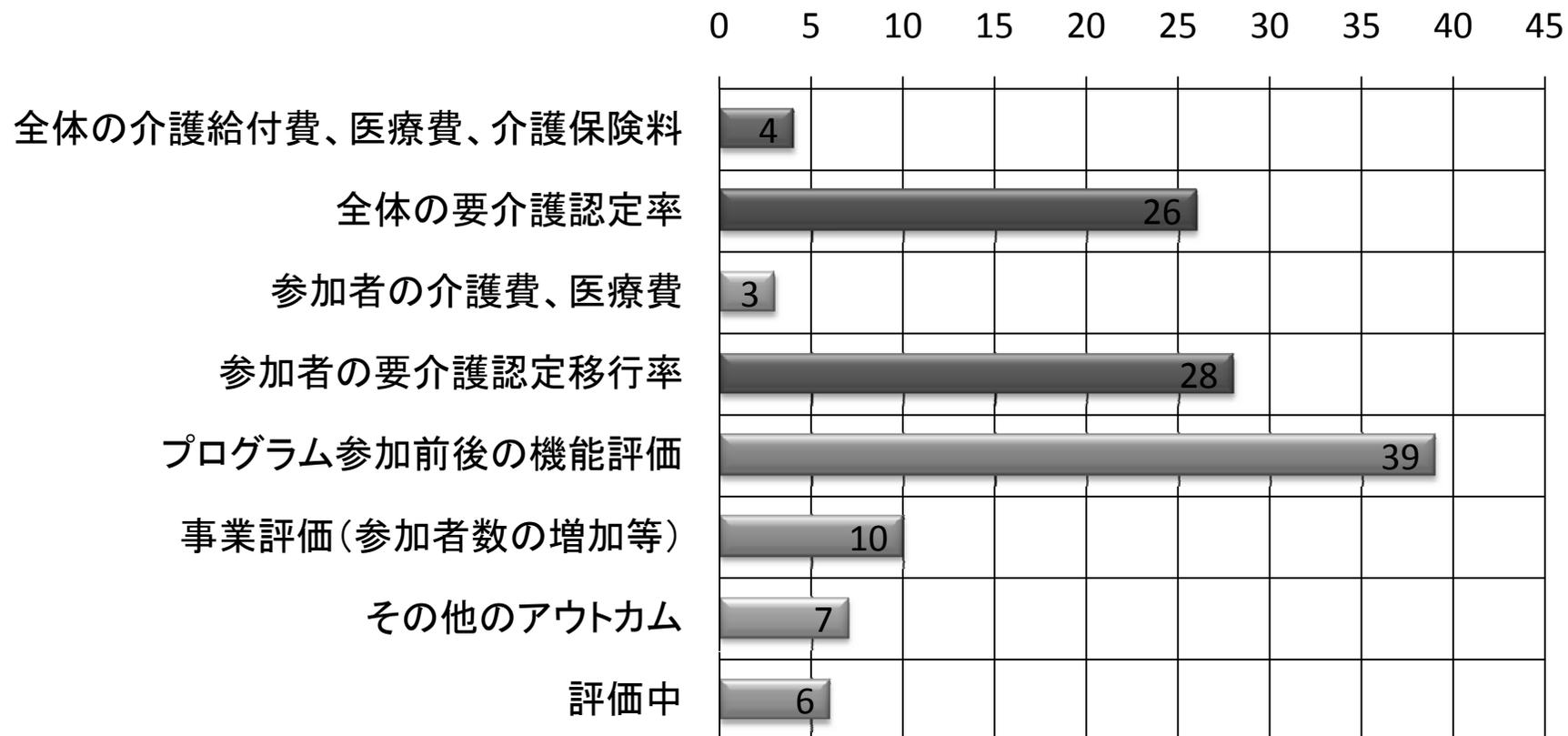
	市区町村数	高齢化率	高齢者人口(平均)	高齢者人口(最小値)	高齢者人口(最大値)
市区	77	21.5%	37,152人	6,265人	699,284人
町	38	24.8%	4,135人	1,548人	9,790人
村	6	31.4%	1,266人	631人	2,300人
広域組合等	2	30.0%	36,450人	28,741人	44,159人
総計	123	21.8%	25,190人	631人	699,284人

介護予防事業の効果的な取組事例

123事例について、効果の評価指標として用いているもので分類した。複数の指標で評価を行っている事例については、より上位の政策目標を評価する指標に分類した。

＜評価指標別の事例数＞

(事例)



介護予防事業の効果的な取組事例

<事例一覧>

都道府県	事例数	市区町村
北海道	1	空知郡南幌町
青森県	3	平川市 階上町 南部町
岩手県	14	一戸町 遠野市 花巻市 宮古市 金ヶ崎町
		九戸村 軽米町 山田町 住田町 大船渡市
		田野畑村 二戸市 北上市 矢巾町
宮城県	2	色麻町 柴田町
秋田県	1	藤里町
山形県	2	山形市 遊佐町
福島県	3	石川町 会津若松市 相馬市
茨城県	2	牛久市 城里町
栃木県	2	小山市 芳賀町
群馬県	3	前橋市 藤岡市 草津町
埼玉県	5	飯能市 富士見市 吉見町 幸手市 白岡町
千葉県	2	佐倉市 大多喜町
東京都	4	新宿区 杉並区 荒川区 板橋区
神奈川県	7	横浜市 小田原市 厚木市 大和市 海老名市
		足柄下郡箱根町 清川村
新潟県	2	長岡市 妙高市
富山県	2	魚津市 高岡市
石川県	2	小松市 輪島市
福井県	4	敦賀市 坂井市 おおい町 南越前町
山梨県	1	市川三郷町
長野県	1	駒ヶ根市 飯綱町
岐阜県	3	岐阜市 多治見市 岐南町
静岡県	3	富士市 小山町 伊豆の国市

都道府県	事例数	市区町村
愛知県	1	北名古屋市
三重県	2	松阪市 伊勢市
滋賀県	2	長浜市 高島市
京都府	2	宮津市 亀岡市
大阪府	2	大東市 柏原市
兵庫県	2	小野市 三木市
奈良県	2	王寺町 明日香村
和歌山県	2	和歌山市 新宮市
鳥取県	2	若桜町 湯梨浜町
島根県	1	雲南市
岡山県	3	津山市 赤磐市 浅口市
広島県	1	熊野町
山口県	2	山口市 山陽小野田市
徳島県	1	吉野川市
香川県	2	善通寺市 三豊市
愛媛県	2	今治市 西予市
高知県	3	安芸市 高知市 仁淀川町
福岡県	3	筑後市 芦屋町 大木町
佐賀県	2	佐賀市 小城市
長崎県	2	佐々町 島原地域広域市町村圏組合(構成市:島原市・雲仙市・南島原市)
熊本県	2	山鹿市 宇土市
大分県	3	日田市 豊後高田市 杵築市
宮崎県	3	宮崎市 西都市 五ヶ瀬町
鹿児島県	3	錦江町 大和村 宇検村
沖縄県	2	浦添市 西原町
総計	123	

介護予防事業の効果的な取組事例
和歌山県 和歌山市

総人口: 381,022人	高齢者人口: 92,275人	高齢化率: 24.2%
---------------	----------------	-------------

一次予防施策

修了生の会が発足！

平成18年度から「わかやまシニアエクササイズ」介護予防ボランティアリーダーの育成を行っている。現在まで242名が和歌山市市民ボランティア養成講座を修了した。平成21年9月には修了生が一つにまとまり「わかやまシニアエクササイズの会」が発足し、和歌山市が推進する介護予防対策に支援・協力をいただいております、今後も積極的な活動が期待される。

二次予防施策

運動と認知症予防の複合プログラム！

運動器の機能向上訓練(シニアエクササイズ)にて、運動とともに歌を歌うことで認知症の予防に取り組んでいる。特にステップ運動をしながら馴染みのある童謡・唱歌、演歌などを歌う、つまり2つのことを同時に行うことにより、側頭葉・前頭葉を刺激し、脳を活性化させるトレーニングを実施。上記のトレーニングに加えて、その合間に、音楽担当者による、音楽を使った脳トレ計算、ジェスチャーゲームなども行い、ゲーム感覚での脳トレも実施し、楽しみながら介護予防を行っている。
【訪問型介護予防事業】平成19年度から訪問型介護予防事業を実施。心身の状況により通所形態の事業への参加が困難な方を対象に、訪問看護ステーションの保健師等が居宅を訪問して、個別に必要な相談、指導を行う。

取組の効果

介護認定率の推移:平成18年7月から平成20年7月までの2年間に運動器機能向上(シニアトレーニング方式)の参加者140名を対象に介護認定率を調査した。その結果、140名中134名はトレーニング前の状態を維持(96.4%)。また、運動教室参加前に特定高齢者であった26名のうち、2名が一般高齢者となっており、改善率は1.4%。運動教室参加前に一般高齢者であった114名のうち、3名が要介護の認定を受けており、悪化率は2.2%。和歌山県内介護保険新規認定率が6.37%(平成15年度から19年度の平均)であるため、トレーニングを継続することで介護認定への移行が抑制できている。

熊本県 宇土市

総人口:38,299人

高齢者人口:9,129人

高齢化率:23.8%

一次予防施策

継続参加のモチベーションを高める工夫！

現在23か所の地域公民館等で、月に1度、自主的に介護予防に取り組む教室(お元気クラブ)を開き、約350の方が参加されています。ここでは、市内介護サービス事業所(旧在介)の専門スタッフや有償住民ボランティアの介護予防サポーターが、筋力トレーニング、口腔体操、認知症予防体操などの実技指導を行い、高齢者が自宅に帰ってからも介護予防に取り組み易いよう、介護予防ファイルをお渡しするなどして、介護予防の生活化を図っています。

お元気クラブでは年2回基本チェックリストと体力測定(5メートル歩行、開眼片足立ち、握力)を行っています。介護予防の大切さ効果を実感してもらえるよう、前回の測定結果と比較し評価(向上・維持・悪化)したものを参加者にお返ししています。

二次予防施策

準特定高齢者へのアプローチ！

通所型介護予防事業に参加したいという方でも、医療機関の生活機能評価において特定高齢者非該当になることが多く、通所型介護予防事業への参加者確保が困難な状況で、少人数開催では参加者のモチベーションを維持出来ない状況も続いたため、事業を活性化させるための取組として、特定高齢者非該当になった方でも準特定高齢者として同様のプログラムに参加できるように、平成21年度から一般高齢者(準特定高齢者)と特定高齢者の両者が参加出来る通所型介護予防事業(複合プログラム)を始めました。

取組の効果

【一次予防施策】参加者への体力測定において、膝や腰の痛みも改善傾向にあります。民間研究所の試算で、お元気クラブによる平成20年度の介護給付費の抑制効果は6,156,290円でした。

【二次予防施策】参加者の主観的健康観、生活機能関連指数に改善が見られ、特に運動機能リスク、生活機能リスク、うつリスクの改善傾向は顕著でした。通所型介護予防事業による平成20年度の介護給付費の抑制効果は、1,787,310円でした。

二次予防事業対象者に係る名称について

二次予防事業対象者に係る名称の例

いきいき高齢者(シニア)

すこやか高齢者

元気づくり高齢者

元気アップ高齢者(シニア)

チャレンジシニア

はつらつアップ高齢者

おたっしゃ高齢者

優先高齢者

まるとく高齢者

サポートシルバー

二次予防事業・一次予防事業に係る名称の例

はつらつ教室

元気アップ教室

元気いきいき教室

生き生き倶楽部

生き生き健康塾

しゃんしゃん教室

よくばり貯金教室

お達者教室

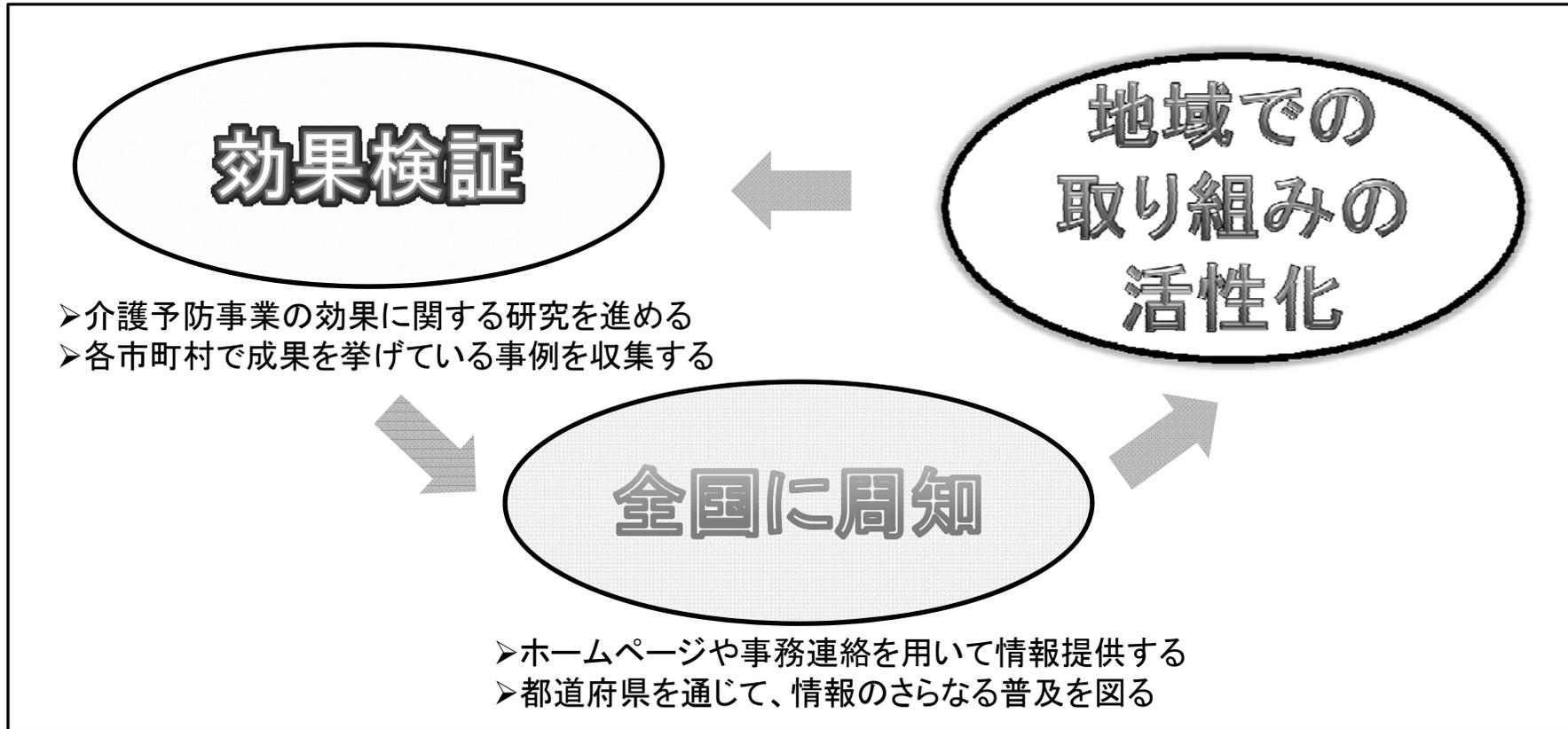
ますます元気教室

集中リハビリ教室

介護予防拡大のための10の提言

- 提言1 高齢者の気持ちをとらえて介護予防を推進する
- 提言2 介護予防の「質」と「量」を高める
- 提言3 参加したくなるプログラムを創る
- 提言4 介護予防の「意義」と「効果」を普及・PRする
- 提言5 介護予防のPR・誘いかけを行う人材・機会を有効活用する
- 提言6 介護予防につながる地域づくりを行う
- 提言7 市町村と地域包括が理念・判断・目標を共有する
- 提言8 市町村と地域包括の協働を強化する
- 提言9 成果を出すための体制・組織をつくる
- 提言10 事業成果や目標への到達度を定性的・定量的に評価する

今後の介護予防



生活習慣の改善が肝心です

(要介護状態は、生活習慣に気をつけることで、十分予防が可能)

1人でも多くの方が、1日でも長く、生き甲斐ある生活を送れるように

參考資料

地域支援事業実施要綱の改正に係る介護予防事業のQ&A（追補）

〔把握方法〕

（問１）今後、二次予防事業の対象者を把握する場合、必ず今回改正した基本チェックリストのみによる方法に変更しなければならないのか。

（答）

今回の改正は、事業の効率化を図ることにより、適切に対象者を把握しプログラム参加者数を伸ばしていただくことを趣旨としている。そのため生活機能評価のうち基本チェックリスト以外の実施を任意化したところである。

なお、従来の方法でも効率的に対象者を把握できると市町村において判断されれば、従前どおりで対象者を把握することは問題ない。

（ ）生活機能評価は、基本チェックリスト、医師が行う問診、身体計測、理学的検査及び血液測定からなる生活機能チェックと反復唾液嚥下テスト、循環器検査、貧血検査及び血液化学検査からなる生活機能検査により構成される。

（問２）今回の改正前に基本チェックリストを実施して候補者となっていた方、改正前に要介護認定の非該当と判断されたことにより候補者となっていた方について、現時点でそのまま対象者とすることは可能なのか。

（答）

対象者としても問題ないが、なるべくプログラムに参加する時期に近い時点での状況を把握して、対象者を決定し、プログラムに参加していただくことが望ましい。

（問３）事業の対象者でない者のうち、基本チェックリストの「認知症」、「うつ」に関する項目（基本チェックリストの１８から２５）に該当する場合は、どのように取り扱うべきか。

（答）

従前どおり、「認知症」、「うつ」については、二次予防事業の対象者でない場合においても、可能な限り精神保健福祉対策の健康相談等により、治療の必要性等についてアセスメントを実施し、適宜、受診勧奨や経過観察等を行っていただきたい。

〔基本チェックリスト〕

(問4) 基本チェックリストに市町村独自の調査項目を追加してよいか。

(答)

基本チェックリストは、約1万人を対象に実施した調査結果を踏まえて作成したものであり、事業の対象者を把握するためには十分な項目数であると考えている。しかしながら、対象者の把握以外の目的で、当該調査と合わせて実施する方が施策の実施に当たって効率的である場合には、市町村の判断で項目を一定数追加することは問題ない。

〔要介護認定において非該当と判定された者〕

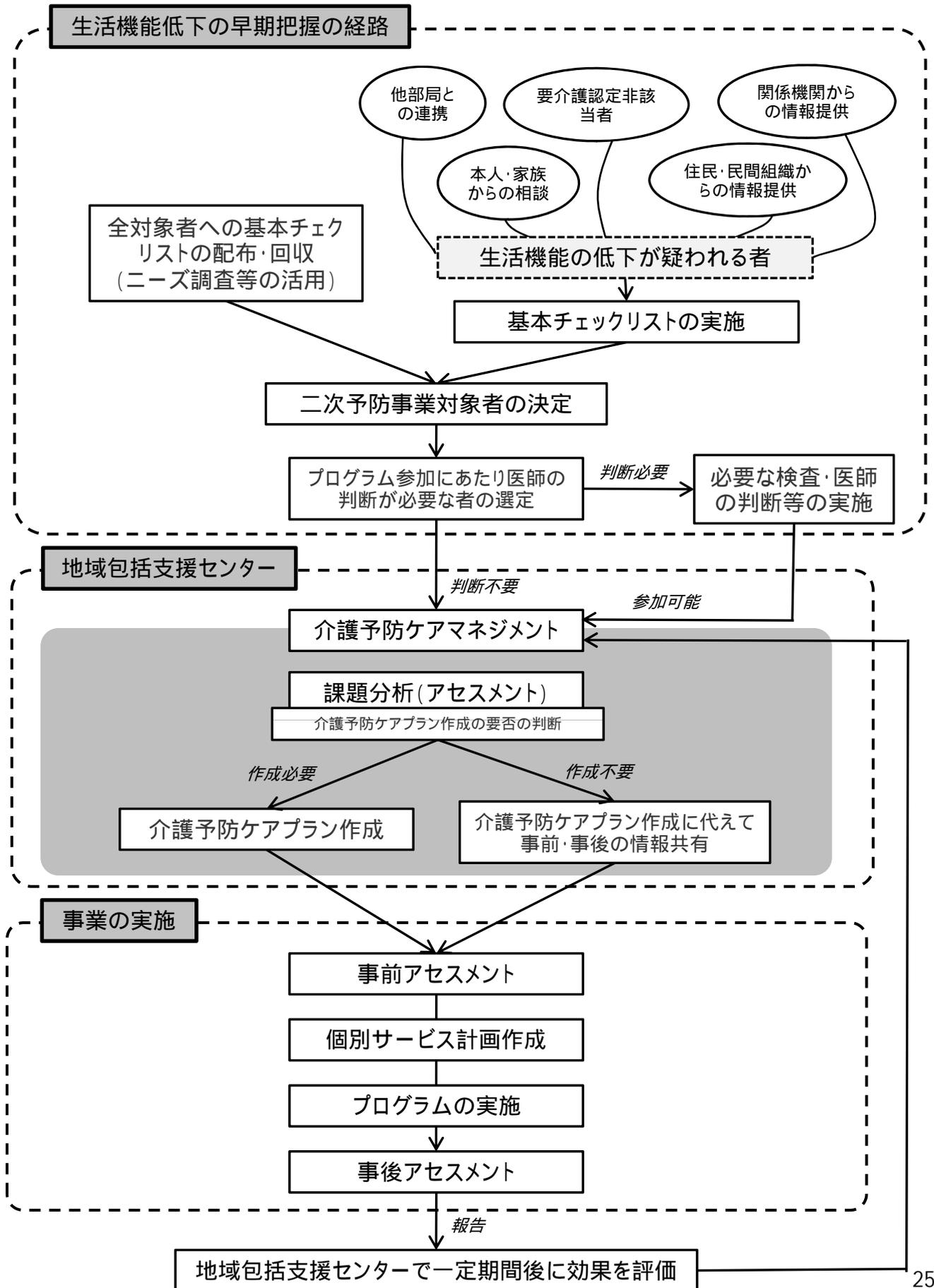
(問5) 平成22年8月6日に発出したQ&A集(問12)で、「要介護認定において非該当と判定された者については、原則基本チェックリストを実施しなくとも対象者とできるが、改めて基本チェックリストを実施しても良い」とあるが、当該非該当者に改めて基本チェックリストを実施し、該当とならなかった場合、どちらが優先されるのか。

(答)

地域支援事業実施要綱で「要介護認定において非該当と判定された者については基本チェックリストを実施しなくても二次予防事業の対象者とする」としているところであり、要介護認定において非該当となった者は対象者となる。ただし、個々人の状況を鑑みて、事業に参加する必要がないと判断される場合には、事業の参加を任意化するなど、適切に判断していただきたい。

なお、プログラムの選定に当たっては、基本チェックリストの結果のほか、介護予防ケアマネジメントの課題分析における本人や家族との面接等の情報をもとに、必要となるプログラムを決定していただきたい。

介護予防に係る二次予防事業の流れ



- (1) あなたは普段ご自分を健康だと思えますか？ 1. はい 2. いいえ
- (2) この3ヶ月間で1週間以上にわたる入院をされましたか？ 1. はい 2. いいえ
その理由は何ですか？ 当てはまる項目に○を付けてください。
 重い高血圧、脳卒中（脳出血、脳梗塞、くも膜下出血）
 心臓病（不整脈、心不全、狭心症、心筋梗塞）
 糖尿病、呼吸器疾患などのため
 骨粗鬆症や骨折、関節症などによる痛みのため
 その他（ ）
- (3) あなたはかかりつけの医師等から「運動を含む日常生活を制限」されていますか？ . 1. はい 2. いいえ
その理由は何ですか？ 当てはまる項目に○を付けてください。
 重い高血圧、脳卒中（脳出血、脳梗塞、くも膜下出血）、
 心臓病（不整脈、心不全、狭心症、心筋梗塞）
 糖尿病、呼吸器疾患などのため
 骨粗鬆症や骨折、関節症などによる痛みのため
 その他（ ）
- (4) 以下のご質問にお答えください（「はい」、「いいえ」、または「わからない」に○）
- ① この6ヶ月以内に心臓発作または脳卒中を起こしましたか？ 1. はい 2. いいえ
- ② 重い高血圧（収縮期血圧180mmHg以上、拡張期血圧110mmHg以上）がありますか
. 1. はい 2. いいえ 3. わからない
- ③ 糖尿病で目が見えにくくなったり、腎機能が低下、あるいは低血糖発作などがあると指摘されていますか？
. 1. はい 2. いいえ 3. わからない
- ④ この1年間で心電図に異常があるといわれましたか？ . . . 1. はい 2. いいえ 3. わからない
- ⑤ 家事や買い物あるいは散歩などでひどく息切れを感じますか？ 1. はい 2. いいえ
- ⑥ この1ヶ月以内に急性な腰痛、膝痛などの痛みが発生し、今も続いていますか？
. 1. はい 2. いいえ 3. わからない
- (5) あなたは自分の身体を丈夫にし、張りのある生活を送るための取り組みに興味がありますか？
- ① 足腰の衰えを予防するための取り組みをしてみたい。 1. はい 2. いいえ
- ② 口の機能や肺炎の予防のための取り組みをしてみたい。 1. はい 2. いいえ
- ③ 栄養と体力の改善のための取り組みをしてみたい。 1. はい 2. いいえ
- ④ 認知症予防のために脳機能を高める取り組みをしてみたい。 1. はい 2. いいえ
- ⑤ 気のあった人たちと仲間づくりをしてみたい。 1. はい 2. いいえ

地域包括支援センターが行う事業の実施に当たり、利用者の状況を把握する必要があるときは、要介護認定・要支援認定に係る調査内容、介護認定審査会による判定結果・意見、及び主治医の意見書と同様に、利用者基本情報、アセスメントシートを、居宅介護支援事業者、居宅サービス事業者、介護保険施設、主治医その他本事業の実施に必要な範囲で関係する者に提示することに同意します。

年 月 日 氏名

印

計画作成者氏名： _____

《基本情報》

相談日	年 月 日 ()	来所 その他 ()	・電話	初回 再来 (前 /)
把握経路	1. 介護予防検診 2. 本人からの相談 3. 家族からの相談 4. 非該当 5. 新予防からの移行 6. 関係者 7. その他 ()			
本人の状況	在宅・入院又は入所中 ()			
フリガナ 本人氏名		男・女	M・T・S	年 月 日生 () 歳
住所			TEL	()
			FAX	()
日常生活 自立度	障害高齢者の日常生活自立度	自立・J1・J2・A1・A2・B1・B2・C1・C2		
	認知症高齢者の日常生活自立度	自立・ a・ b・ a・ b・ M		
認定情報	非該当・要支援1・要支援2 認定期限： 年 月 日 ~ 年 月 日 (前回の介護度)			
障害等認定	身障 ()・療養 ()・精神 ()・難病 ()・その他 ()			
本人の 住居環境	住まいの形態	1. 一戸建て 2. 集合住宅		
	住まいの所有	1. 持ち家 2. 民間賃貸住宅 3. 公営賃貸住宅 4. 貸し間 5. その他 ()		
経済状況	国民年金・厚生年金・障害年金・生活保護・その他 ()			
来所者(相談者)		続柄	家族構成 = 本人、 = 女性、 = 男性 = 死亡、 = キーパーソン 主介護者に「主」 副介護者に「副」 (同居家族等 で囲む)	
住所				
緊急 連絡先	氏名	続柄	住所・連絡先	
			日中独居 (有・無) 家族関係等の状況 []	

利用者基本情報

《介護予防に関する事項》

今までの生活					
現在の生活状況 (どんな暮らしを送っているか)	1日の生活・過ごし方			趣味・楽しみ・特技	
	時間	本人	介護者・家族		
				友人・地域との関係	

《現病歴・既往歴と経過》(新しいものから書く・現在の状況に関連するものは必ず書く)

年月日	病名	医療機関・医師名(主治医・意見 作成者に)	経過	外出や家事への 影響	治療中の場合はその内容
		TEL	1.治療中 2.経観中 3.その他	1.あり 2.なし	
		TEL	1.治療中 2.経観中 3.その他	1.あり 2.なし	
		TEL	1.治療中 2.経観中 3.その他	1.あり 2.なし	
		TEL	1.治療中 2.経観中 3.その他	1.あり 2.なし	

《現在利用しているサービス》

公的サービス	非公的サービス

地域包括支援センターが行う事業の実施に当たり、利用者の状況を把握する必要があるときは、要介護認定・要支援認定に係る調査内容、介護認定審査会による判定結果・意見、及び主治医の意見書と同様に、利用者基本情報、アセスメントシートを、居宅介護支援事業者、居宅サービス事業者、介護保険施設、主治医その他本事業の実施に必要な範囲で関係する者に提示することに同意します。

_____年 月 日 氏名

印 _____

評価者氏名： _____ 評価月日： 月 日

対象者氏名： _____

基本項目	主生活支援者氏名	続柄	年齢	健康状態	居所	勤務
					普通 ・ 悪い()	市内 ・ 市外
基本項目	食生活支援者氏名	続柄	年齢	健康状態	居所	勤務
				普通 ・ 悪い()	市内 ・ 市外	有 ・ 無

保健 社会 活動	以下の地域活動等に参加していますか(あてはまるものすべてに○)
	1. 祭り・行事 2. 自治会・町内会 3. サークル・自主グループ(住民グループ) 4. 老人クラブ 5. ボランティア活動 6. 自治体が開く健康診断や健康教室 7. その他() 8. 参加していない

移動	近所に外出する際の主な移動手段は何ですか(1つのみ選択) 1. 徒歩 2. 自転車 3. バイク 4. 自動車(自分で運転)
	5. 自動車(人にのせてもらう) 6. 電車・バス 7. 車いす 8. 電動車いす(カート) 9. 歩行器・シルバーカー 10. タクシー 11. その他()

生活 スタイル	① 日中、一人になることがありますか	1 よくある	2 たまにある	3 ない
	② 1週間に外出する頻度(通院以外)	1 3回以上	2 1~2回	3 あまり外出しない
	③ 1週間に親戚・友人が来る頻度	1 3回以上	2 1~2回	3 あまり来ない
	④ 歩行 : 物につかまって歩いたり、杖を使用したりしていますか	1 はい	2 いいえ	
	⑤ 食事の準備 : 毎日、調理が自分で出来ていますか	1 はい	2 いいえ	
	⑥ 買い物 : 生活に必要なものを自分で買いに行けますか	1 はい	2 いいえ	

精神 面	① 身の回りの乱れや汚れを気にしなくなってきましたか	1 はい	2 いいえ
	② 外出や食事の準備が難しくなってきましたか(億劫になってきましたか)	1 はい	2 いいえ
	③ 金銭管理(日々の支払い行為等を含む)が難しくなってきましたか	1 はい	2 いいえ
	④ 情緒が不安定になることが増えてきましたか	1 はい	2 いいえ
	⑤ 一人きりになる(している)ことが不安ですか	1 はい	2 いいえ

食に 関する 情報	① 食事回数	食/日	
		② 食料品の入手方法 スーパー等 ・ 移動販売 ・ 配達 ・ その他()	
	③ 買物	家族()	1 できる (回/)
		その他()	2 できない (a 就労 b 他に要介護者あり c 家が遠い d その他())
	④ 調理	家族()	1 できる (回/)
		その他()	2 できない (a 就労 b 他に要介護者あり c 家が遠い d その他())
		3 今のところ必要ない	

その他特記すべき事項