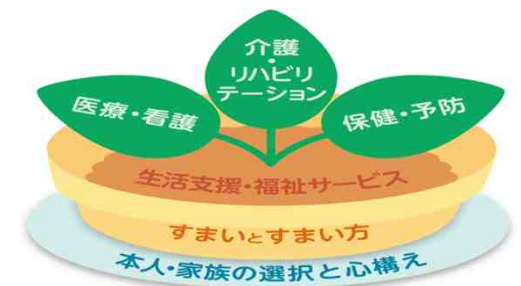


# 介護予防・日常生活支援総合事業 事例

## ＜実施保険者数＞

平成24年度 27保険者（広域連合1カ所含む）

平成25年度 44保険者（広域連合3カ所含む）



# 介護予防・日常生活支援総合事業(長崎県佐々町)

- 高齢者を含む「介護予防ボランティア養成研修」を受けた地域住民が、①介護予防事業でのボランティアや、②地域の集会所などでの自主的な介護予防活動、③要支援者の自宅を訪問して行う掃除・ゴミ出し等の訪問型生活支援サービスを行うことを支援。
- 20年度から実施し、24年12月現在45名が登録・活動中。ボランティアの情報交換等のため連絡会も設置。行政担当者等も参加し、町の介護予防の方向性の統一化、個々のケースの切れ目ないケアの実現を図る。

## 【佐々町の概要】 平成26年1月31日現在

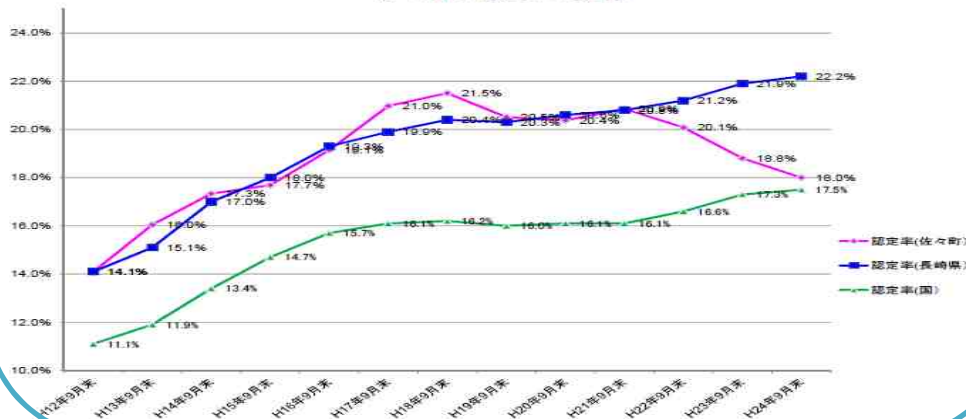
- 地域包括支援センター 直営 1カ所
- 人口: 13,738人
- 高齢者人口: 3,280人
- 高齢化率: 23.8%



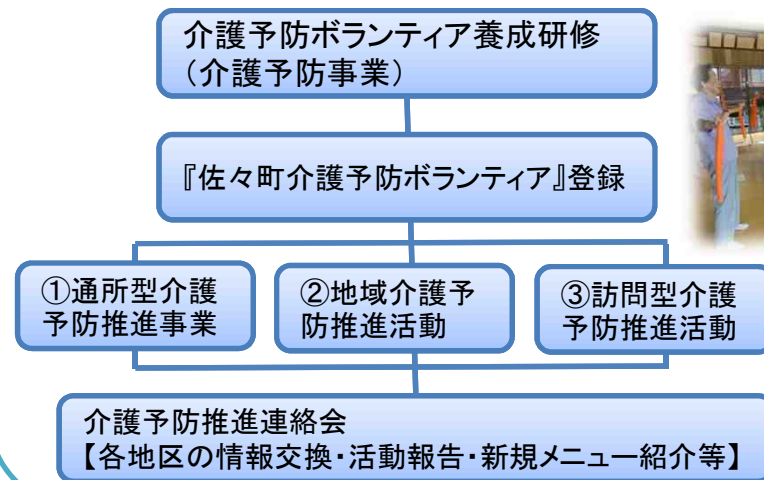
## 【取組の成果】

- できないことの「お手伝い」ではなく、「できていることの継続」と「改善可能なことを増やす」支援により、高齢者の自立度が向上し認定率が低下している。
- 身近な会場や地域資源を活かした通いの場、参加の場を作り、住民ボランティアが活躍することにより、住民同士の絆が深まった。

佐々町の認定率の推移



## 佐々町の介護予防ボランティア組織図



## 多様な通いの場と生活支援の体制づくり

- はつらつ教室、水中運動教室、男性料理教室、身近な会場での介護予防活動など、多様な通いと参加の場づくり
- 介護予防ボランティアの活躍の場と生きがい支援
- シルバー人材センター、介護予防ボランティア等による日常生活上の支援
- 地域デイサービスや地区の介護予防活動の開催により、要支援から改善しても通える場の確保



# 介護予防・日常生活支援総合事業(山梨県北杜市)

- 直営の地域包括支援センターが中心となって、地域づくりを推進。ニーズ調査の結果も活用し、高齢者の外出や交流が少ないといった地域課題を明確化。関係機関との情報交換を行いつつ、多様な通いの場づくり、ボランティア活動等を促進。
- 介護予防・日常生活支援総合事業では、これまでの取組により生み出された地域の資源等を有効に活用しつつ、①通所型予防サービス、②配食・見守り・安否確認等の生活支援サービスを実施。

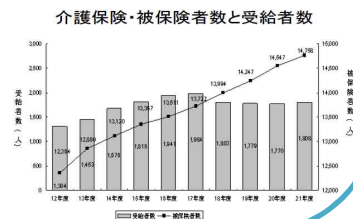
## 【北杜市の概要】 平成25年10月1日現在

- 地域包括支援センター  
直営 1カ所
- 人口: 48,882人
- 高齢者人口: 15,966人
- 高齢化率: 32.7%



## 【取組の経緯と成果】

- 北杜市は、平成18年度の地域包括支援センター設置以降、地域づくりによる介護予防の推進と地域力の向上に取り組んでいる。
- 平成22年に住民のニーズ調査を行い、全国との比較により、認知症高齢者が多い傾向にあること、社会参加意欲が低いこと、買い物等外出や交流が少ないこと等、北杜市の特徴や地域課題を明確化
- 介護事業者や関係機関との情報交換を行いながら、地域課題の解決に向けて、地域支援事業を充実強化(多様な通いの場づくり、ボランティア活動の促進、地域ケア会議の取組など)した。
- この結果、介護支援ボランティア登録者の増加や地域で高齢者が気軽に集える場を住民主体で立ち上げる等地域の力で高齢者や家庭介護を支えようという意識向上が図れている。
- このような北杜市独自の取組をH24年度から総合事業に位置づけている。



## 通所型予防サービス(ふれあい処北杜)

- 運営(8カ所)  
NPO、社協、任意団体、介護事業所
- 内容  
会話、創作、体操、事業所の特性を生かした活動等(週1~2回)
- スタッフは1~2名。他ボランティア等
- ケアマネジメント  
北杜市地域包括支援センターが実施
- 地域の人が誰でも気軽に立ち寄れる場所



## 生活支援サービス(あんしんお届サービス)

- 内容
  - ・配食+安否確認(緊急連絡を含む)
  - ・弁当業者等が配食の際、利用者に声かけ
  - ・異状があった時の連絡義務づけ
  - ・弁当業者、任意団体、介護事業所(4カ所の事業者が参加)



## 介護予防事業

- 地域を中心とした自主活動への支援
  - ・いきいき運動教室(骨折・転倒予防のための運動教室)
  - ・筋力元気あっぷ事業(筋力向上トレーニングと運動習慣習得)
  - ・ふれあい広場(体操、レクリエーション、交流会を実施)

# 介護予防・日常生活支援総合事業(鹿児島県肝付町)

- 人口減少が著しい山間部と町の中心部ではサービスの提供体制に差があり、限界集落に住む高齢者の孤立や認知症の予防・早期発見、介護予防等が町の課題となっていた。
- 課題解決に向けて、医療・介護・福祉等の関係者、老人クラブや住民代表らによる協議会を設置。重度化予防のための早期支援につなげるため、H24年度から総合事業を活用。
- 住民同士の結びつきを活用した住民主体の活動やボランティア育成により、①小地域ごとのサロン運営、介護予防活動、②住民同士の見守り、助け合い等を推進し、介護予防と在宅生活の継続を支援。

## 【肝付町の概要】 平成25年1月1日現在

- 地域包括支援センター  
直営 1カ所
- 人口: 16, 833人
- 高齢者人口: 6, 295人
- 高齢化率: 37. 3%



## 【取組の経緯と成果】

- 総合事業に取り組む経緯となった肝付町の課題は、従来の二次予防事業では参加者が固定化していたこと、介護申請に至る前の認知症高齢者の支援が不十分であったこと、要支援者の4割がサービスを利用せず更新のみしていたことなどがあった。
- 町の大部分が山地で占められ坂が多く、人口減少が著しい地区では高齢化率が100%近いが、医療機関やサービス事業所がない。
- 住んでいる地域に偏りなく、重度化予防のための早期からの支援が必要と考え、住民代表・医師会・介護事業者・老人クラブ等の関係者からなる「高齢者福祉協議会」にて対応を検討
- 保健師がニーズを把握し、中心部から離れた集落の高齢者に対しては、通信手段による住民同士の見守り支援を導入することとした。
- 生活支援サービスについては、介護事業者のほか民間事業者・NPOなどの参入も募ったことにより、予防サービスの実施事業者が増え、僻地での配食サービスも実現した。
- 住民同士の結びつきを重要視した結果、集落の活性化と高齢者の意欲向上につながり、ボランティア活動が生きがいにもなっている。

## 予防サービス・生活支援サービス・介護予防事業

- 予防サービス  
既存の介護事業者を活用した訪問型・通所型予防サービス
- 生活支援サービス  
栄養の改善を目的とした配食サービスと安否確認
- 地域の会場を用いた介護予防の取組
  - ・ 専門職が関与し、レクリエーション、体操などによる機能訓練
  - ・ 地区公民館、集落集会場等における出前介護予防体操講座、学習会の実施

## 地域介護予防活動支援事業

- 地域住民の自主的な活動を支援
  - ・ 高齢者の社会参加と医療・介護・福祉の連携による介護予防の促進のため、ボランティアを育成
  - ・ 介護予防、サロン運営、見守りなどに取り組む自主活動に補助金を支給(小地域ごと11会場で実施)
  - ・ 町の中心部まで2時間以上かかる限界集落の支援として、32カ所にテレビ電話を設置し、住民同士の見守り・助け合いを支援

介護予防ボランティア  
(元気高齢者・一般住民)



# 介護予防・日常生活支援総合事業(大分県杵築市)①

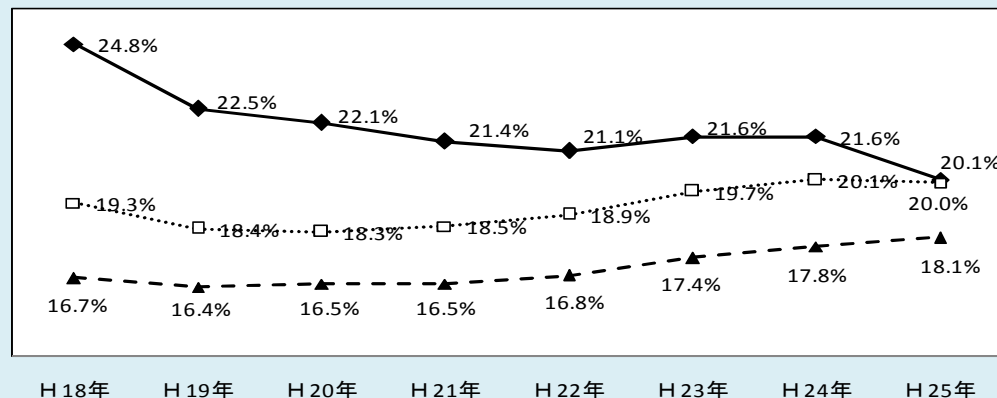
- 認定申請の相談時に、地域包括支援センター職員が面接しアセスメントを実施(必要があれば訪問)
- 高齢者の状態、ニーズ、有効と思われるサービスなどを総合的に判断して、総合事業を紹介
- 高齢者の選択により総合事業のサービスを利用して、認定申請に至らず過ごしている高齢者が多数
- 多様な通いの場づくり等を通じた介護予防活動の推進により、要介護・要支援状態から改善するケースもある

## 【杵築市の概要】 平成25年9月末現在

■地域包括支援センター	
直営	1カ所
サブセンター	1カ所
■人口	
人口	31,224人
■世帯数	
世帯数	13,429人
■高齢者人口	
高齢者人口	10,256人
■高齢化率	
高齢化率	32.9%



## 【認定率の推移】



## 【これまでの取組等】

- ・杵築市の要介護認定率は、平成18年で24.8%と高く、全国平均の16.7%や大分県平均の19.3%と比較しても突出していた。
- ・地域包括支援センターが創設され、ケアマネジメント支援と介護予防を強化するにあたり、関係者の意識改革やアセスメント能力向上などの人材育成を行い、介護保険制度の理念である自立支援の考え方を徹底して追求
- ・地域ケア会議で、要支援の新規・更新申請者や住宅改修・福祉用具の利用者等に対する支援のあり方を、保険者、地域包括支援センター、ケアマネジャー及び保健・医療等の多職種が一体となって検討し、自立支援に資するケアマネジメントを推進
- ・個別ケースの検討から地域課題を発見し、ニーズ量を把握した上で、例えば要支援から改善した高齢者の受け皿づくりや生活支援の整備など、必要とされる社会資源の整備につなげる。

## 【事業の概要と効果】

- ・事業の予防サービス(訪問型・通所型)においても介護予防給付のサービス事業所を活用。利用者の状態に合わせたケアマネジメントによって事業か給付か選択
- ・事業における委託単価は給付より低めに設定。利用者は同じ事業者を利用する場合であっても、事業を利用することにより自己負担額が軽減
- ・介護予防拠点を中心に、認知症予防教室、運動教室、高齢者サロン、一般財源による生きがいデイサービスや公民館におけるサークル活動など、多様な通いの場を選択肢として設け、介護予防活動を推進
- ・上記の活動を支える人材として、介護予
- ・地域での自立生活をめざして、3ヶ月ごし、給付から事業へ、事業から住民主体の活動へと移行する人もいる



## 介護予防・日常生活支援総合事業(大分県杵築市)②

### 事例

88歳 女性 娘と二人暮らし 二次予防事業対象者(2013/3/1~2013/5/31) ⇒ 更新せず

87歳までは毎日ウォーキングをしていたが、3ヶ月前に転倒し、転倒の不安から閉じこもりがちになったことが心配であると娘から認定申請の相談があった。申請段階でのアセスメントから判断し、介護予防拠点での総合事業(通所型予防事業)を紹介した。



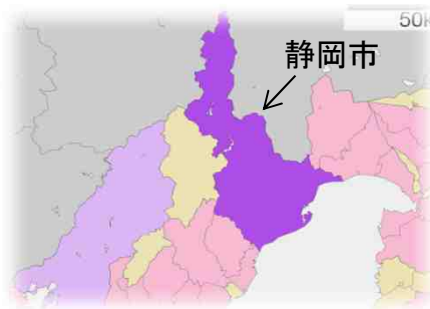
	【1か月】(2013.3)	【2か月後】(2013.4)	【3か月後】(2013.5)
ADL IADL	<ul style="list-style-type: none"> <li>・屋内歩行は自立しているが、屋外は転倒不安から殆ど出歩かない</li> <li>・家事全般は娘が行う、洗濯物をたたむことが役割</li> <li>・簡単な調理はできるが、献立を考えることが億劫</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・屋外歩行もほぼ自立</li> <li>・長時間の立位も安定し複雑な調理もできるようになった</li> <li>・あらかじめスタッフが材料のみを提示し、その日の材料から献立も積極的に提案できるようになった</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・屋外歩行は完全自立</li> <li>・畑での軽作業も可能となる</li> <li>・認知機能も問題なく、以前のように笑顔で他の利用者と談笑することが多くなった</li> </ul> <p>【本人談】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・不安無く歩けるようになり、皆さんと交流することもできて感謝しています</li> </ul>
地域包括支援センターによるケアマネジメント等	<ul style="list-style-type: none"> <li>・転倒したことをきっかけに、外に出ることが殆ど無くなり、そのためさらに下肢筋力が低下し、生活が不活発となることで認知機能の低下も懸念される</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・通所型予防事業(週1回×3ヶ月)で下肢筋力の維持及び増強のための運動を行う</li> <li>・自宅において調理を行う</li> <li>・通所型予防事業の際の調理の献立を考える</li> </ul>	<p>ケアマネジメント及び総合事業終了</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>【現在】(2014.2)</p> <p>本人の希望により引き続き介護予防拠点にて生きがいサービスを利用</p>
その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地域ケア会議でのリハ職の助言に基づき下肢筋力強化のためのトレーニングを開始</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自宅でできる運動メニューの指導</li> <li>・自宅で自分でできる家事は行うよう指導</li> </ul>	<p>【現在】(2014.2)</p> <p>・介護予防拠点にて他の利用者の指導的立場として活躍中</p>

# 介護予防・日常生活支援総合事業(静岡市)①

- 介護事業者をはじめとする既存事業者を活用することにより、利用者のニーズに対応可能なサービス量を確保
- 適切なケアマネジメントによって、利用者の心身機能の改善をめざしたサービスを提供し、要支援者31名中27名が維持・改善している。
- 地域の身近な場所で住民主体の活動を支援することにより、介護予防と閉じこもり予防につながっている。

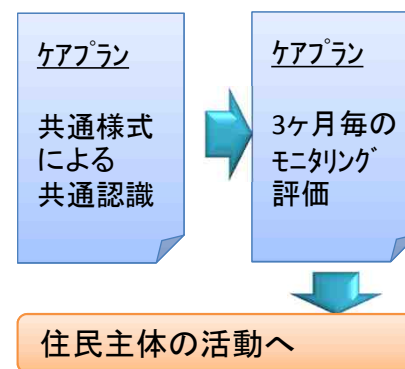
## 【静岡市の概要】 平成25年12月末現在

- 地域包括支援センター  
委託 23カ所
- 人口 718,774人
- 世帯数 304,630人
- 高齢者人口 190,714人
- 高齢化率 26.5%



## 【取組の工夫点】

- ・事業対象者のアセスメント票やプランの様式を簡略なものに統一し、事務負担を軽減
- ・市と地域包括支援センターが使用方法を徹底し、サービス事業者など関係者の共通認識を図りやすくしている。
- ・3ヶ月をめやすに心身機能の状態を確認し、改善して卒業する方には、地域の体操活動を勧めている。



## 【事業内容】

### ○訪問型サービス

- ・訪問介護事業者を活用した日常生活上の介護予防支援
- ・直営の専門職による栄養改善、口腔機能向上又は閉じこもり、うつ予防の支援

### ○通所型サービス

- ・介護事業者及び他の民間事業者による運動機能向上のための通所事業
- ・直営の専門職による転倒予防、栄養改善、口腔機能向上等の事業

### ○生活支援サービス

- ・協同組合、株式会社等への委託により、配食を通して安否確認と見守りを実施

### ○多様な通いの場づくりと住民主体の活動を支援

- ・一般高齢者等を対象に、運動教室、認知症予防講座、介護予防講座等により普及啓発を実施
- ・ボランティアを育成し、自治会館等でのミニデイサービスや体操の会の運営に参加してもらい、住民の互助活動を推進

## 【事業の効果】

- ・事業費を市独自の基準による単価契約としたことで、予防給付の包括報酬よりも1ヶ月あたりの費用と利用者負担額が低くなった。
- ・事業者にとっても、定員に余裕のある時間帯の有効活用になっている。
- ・委託事業者に対して、「しぞ〜かでん伝体操」を共通の支援メニューに組み込むことにより、事業を卒業したあとの自主活動に移行しやすくなっている。
- ・自治会館や集会所などで普及してきた体操が、市内134カ所で住民の自主的な活動として定着している。

## 介護予防・日常生活支援総合事業(静岡市)②

### 通所事業の様子



### 普及啓発事業の様子



### 体操の会の様子



### 参加した高齢者の感想

- 家でぼーっとテレビを見ているよりも楽しい。
- ここに来れば誰かに会える。
- 前は転びやすかったが、転びにくくなった。
- 動きがよくなった。
- 生き生きとしてきた。
- 気づいたら調子が良い。



【84歳女性】最初は体操についていけなくて大変でしたが、何回かやっているうちにだいたい慣れてきました。お友達と一緒に参加して、終わったあとみんなでおしゃべりするの楽しいですよ。



【72歳女性】ひとつひとつの動きが楽し、ゆっくりした動きで、筋肉がついてきた気がします。長年悩まされていた腰の痛みが取れたのは、でん伝体操のおかげかもしれませんね。



【89歳女性】ふだん使わない筋肉を使うので、鍛えられますね。しこを踏む動作があって、私にはちょっと大変だけれど、無理にならない程度に体操しています。

### 自治会館等でのミニサービス(S型サービス)の様子



ボランティアによる健康チェック



体操・レクリエーションの様子



体操の合間の休憩  
(夏休みなどには学生も参加)

### 日本公衆衛生協会 第44回衛生教育奨励賞受賞 しぞ〜かでん伝体操

親しみやすさ、実行性の高さが  
高く評価され、全国表彰される。

