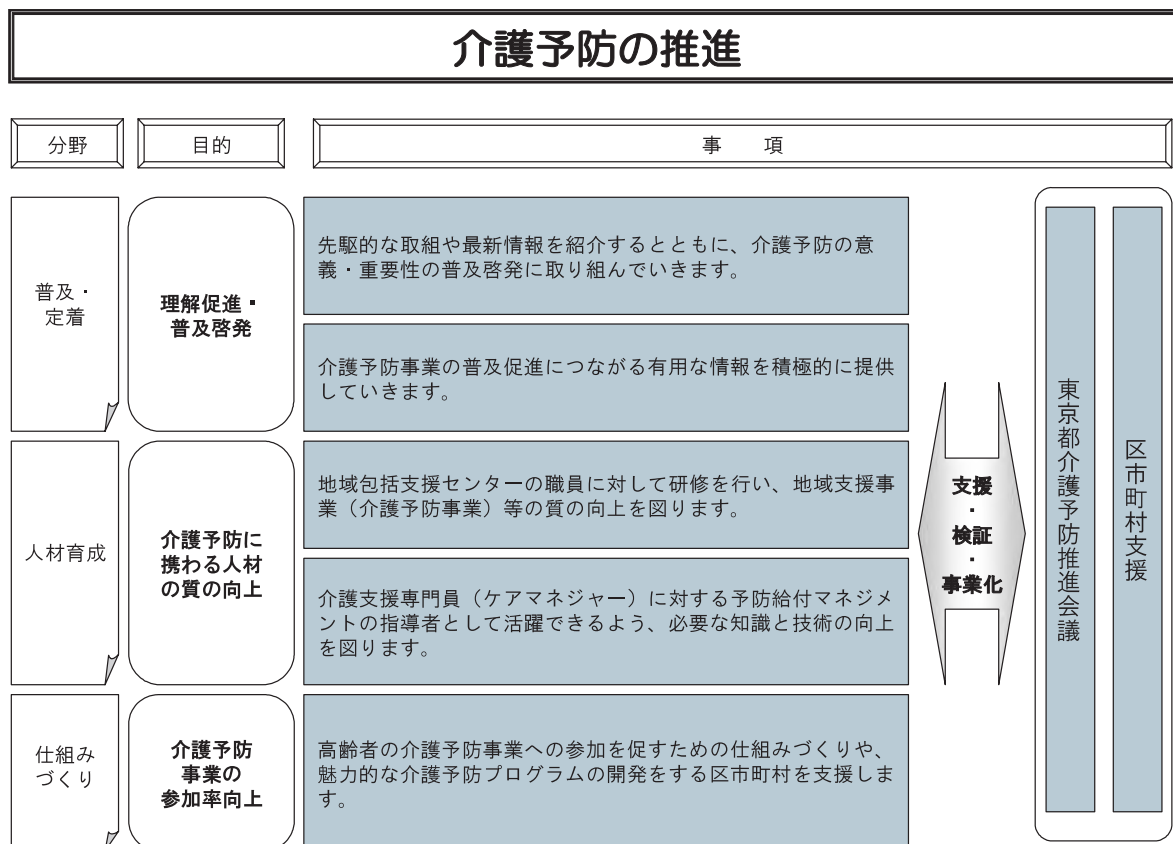


### 第3節 介護予防・健康づくりの推進

- 地域包括支援センターや居宅介護支援事業所で介護予防に携る人材育成や介護予防の普及啓発などにより、区市町村の介護予防を一体的・総合的に支援します。
- 高齢期においても健康で充実した生活を送るために、生涯を通じた健康づくりを推進します。

#### 1 介護予防の推進



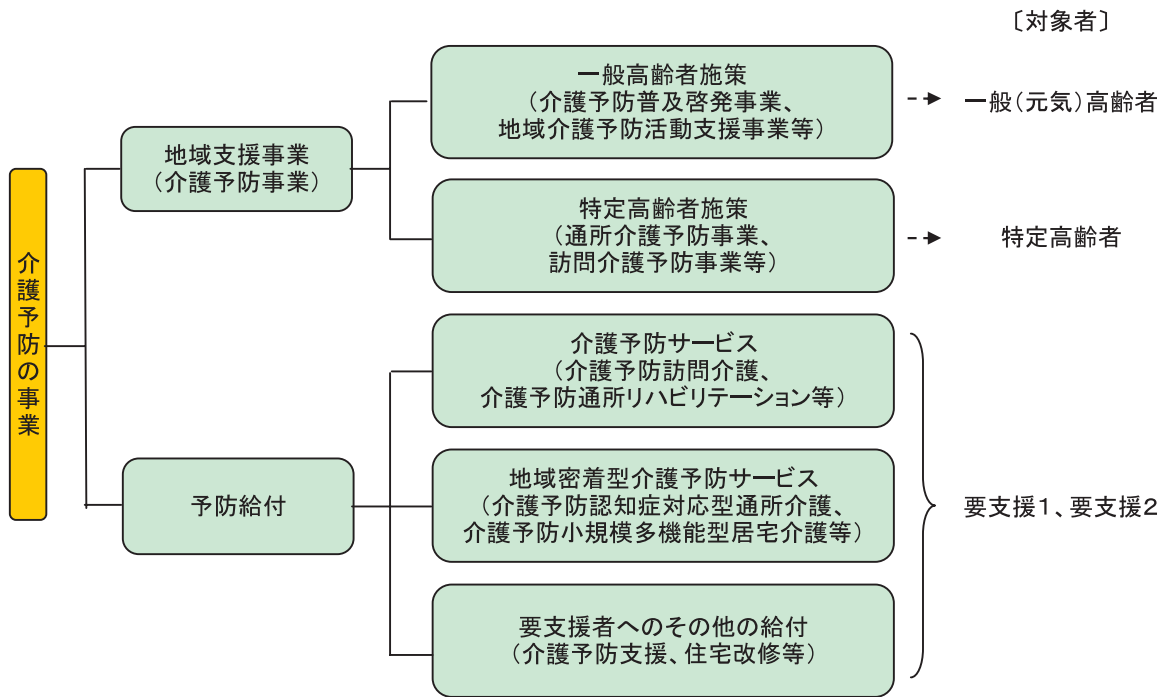
#### 【現状と課題】

- 平成18年4月の介護保険制度改正において、一般（元気）高齢者や特定高齢者<sup>1</sup>が要介護状態・要支援状態になることを予防し、可能な限り地域で自立した日常生活を営むことができるよう支援することを目的として、地域支援事業（介護予防事業）が創設され、要支援者（要支援1・2）へのサービスは「予防給付」となりました。

<sup>1</sup> 特定高齢者

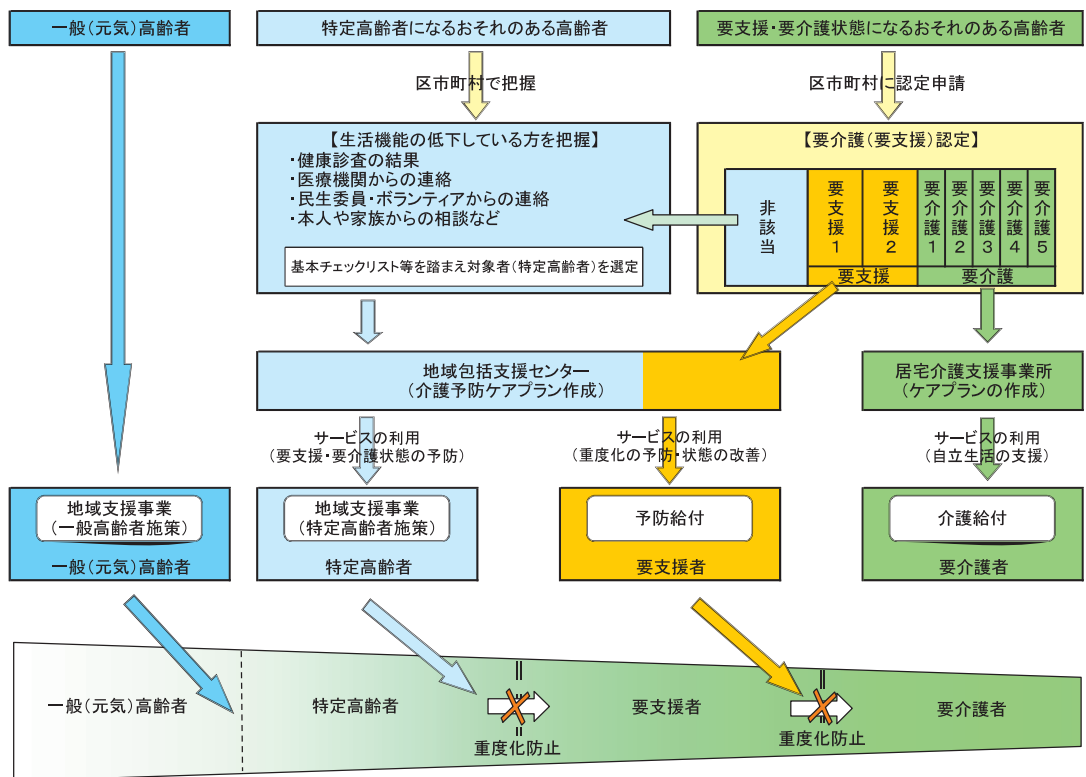
65歳以上で生活機能が低下し、近い将来介護が必要となるおそれがある高齢者。区市町村が実施する生活機能評価などを通じて把握する。

<介護予防の事業体系>



資料：東京都福祉保健局高齢社会対策部作成

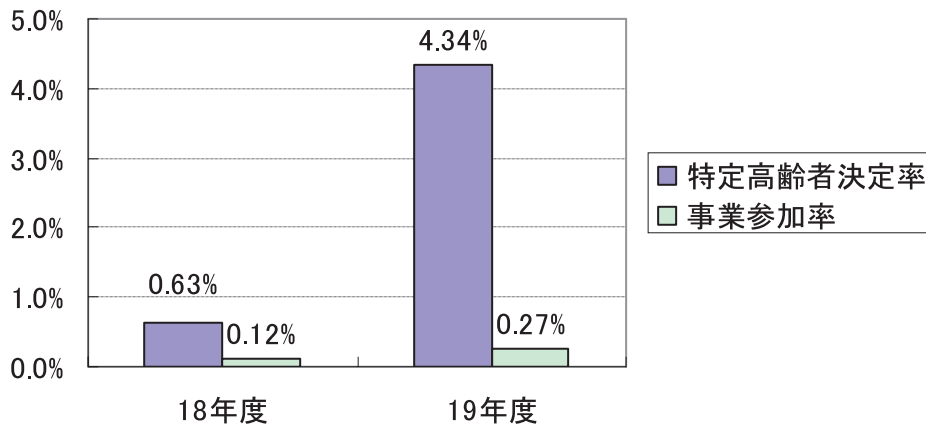
<介護予防イメージ図>



資料：東京都福祉保健局高齢社会対策部作成

- 地域支援事業（介護予防事業）における特定高齢者（決定）数は、平成19年度に特定高齢者の定義が改正されたことにより大きく増加しましたが、それでも高齢者全体の4.34%（平成19年度）と少なく、事業への参加率も、当初国が計画した5%に対して0.27%（平成19年度）にとどまっています。

#### ＜特定高齢者決定率及び特定高齢者施策参加率＞



資料：東京都福祉保健局高齢社会対策部作成

- また、介護予防への取組は高齢者自らが意欲をもって継続できるような仕組みづくりが大切です。区市町村の中には、地域独自の体操などを開発し、体操教室やイベントなどを開催しているところもあります。その参加者が教室等の担い手になり、自ら講師となって介護予防の普及に取り組んだり、地域の仲間作りに役立っている例もあります。  
このように介護予防の取組を契機とした様々な地域活動も展開され始めています。
- 今後、積極的な広報活動により介護予防に対する理解を深め、より魅力的なプログラムにより、地域支援事業（介護予防事業）への参加率を高めていくことが重要です。

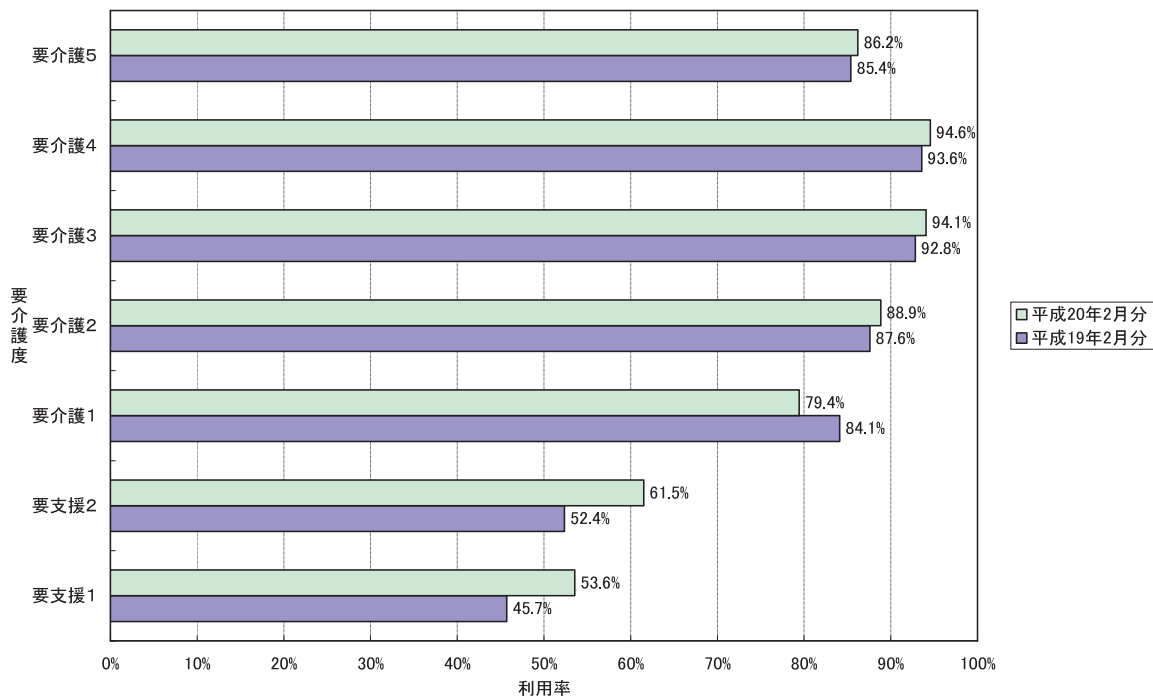
<区市町村別特定高齢者施策の参加状況>

自治体名	18年度					19年度				
	高齢者人口 (a) 人	特定高齢者数 (b) 人	特定高齢者施策参加数 (c) 人	特定高齢者決定率 (b)/(a)	特定高齢者施策参加率 (c)/(a)	高齢者人口 (a) 人	特定高齢者数 (b) 人	特定高齢者施策参加数 (c) 人	特定高齢者決定率 (b)/(a)	特定高齢者施策参加率 (c)/(a)
千代田区	8,884	3	2	0.03%	0.02%	9,035	277	47	3.07%	0.52%
中央区	17,175	81	0	0.47%	0.00%	17,892	1,167	80	6.52%	0.45%
港区	33,290	305	0	0.92%	0.00%	34,043	2,121	97	6.23%	0.28%
新宿区	56,023	596	143	1.06%	0.26%	57,198	2,915	464	5.10%	0.81%
文京区	35,972	78	78	0.22%	0.22%	36,362	2,162	103	5.95%	0.28%
台東区	38,759	376	106	0.97%	0.27%	39,483	1,340	50	3.39%	0.13%
墨田区	48,162	1,546	122	3.21%	0.25%	50,341	7,135	148	14.17%	0.29%
江東区	78,945	636	409	0.81%	0.52%	81,914	11,112	578	13.57%	0.71%
品川区	65,046	104	0	0.16%	0.00%	66,590	802	14	1.20%	0.02%
目黒区	45,808	110	110	0.24%	0.24%	46,636	1,569	238	3.36%	0.51%
大田区	129,431	49	11	0.04%	0.01%	133,289	3,917	413	2.94%	0.31%
世田谷区	144,552	681	213	0.47%	0.15%	147,847	3,007	407	2.03%	0.28%
渋谷区	36,558	86	0	0.24%	0.00%	36,958	778	0	2.11%	0.00%
中野区	57,618	92	92	0.16%	0.16%	58,655	197	105	0.34%	0.18%
杉並区	97,397	503	220	0.52%	0.23%	99,768	3,209	725	3.22%	0.73%
豊島区	48,529	1,007	267	2.08%	0.55%	49,545	7,348	544	14.83%	1.10%
北区	74,171	0	0	0.00%	0.00%	77,903	2,543	121	3.26%	0.16%
荒川区	41,224	162	139	0.39%	0.34%	42,061	714	227	1.70%	0.54%
板橋区	99,170	2,109	44	2.13%	0.04%	102,075	6,907	237	6.77%	0.23%
練馬区	126,022	1,432	141	1.14%	0.11%	129,561	7,050	255	5.44%	0.20%
足立区	131,039	219	0	0.17%	0.00%	134,407	3,268	51	2.43%	0.04%
葛飾区	89,555	77	77	0.09%	0.09%	92,422	155	148	0.17%	0.16%
江戸川区	107,761	184	139	0.17%	0.13%	112,270	1,294	499	1.15%	0.44%
八王子市	99,431	848	345	0.85%	0.35%	104,208	1,169	52	1.12%	0.05%
立川市	31,517	396	6	1.26%	0.02%	32,811	3,287	39	10.02%	0.12%
武蔵野市	25,380	267	0	1.05%	0.00%	25,983	1,999	3	7.69%	0.01%
三鷹市	31,061	337	0	1.08%	0.00%	31,875	3,278	0	10.28%	0.00%
青梅市	26,098	451	43	1.73%	0.16%	25,826	589	40	2.28%	0.15%
府中市	40,836	344	0	0.84%	0.00%	42,353	3,920	26	9.26%	0.06%
昭島市	20,606	30	3	0.15%	0.01%	21,479	187	11	0.87%	0.05%
調布市	37,764	290	0	0.77%	0.00%	38,851	2,797	23	7.20%	0.06%
町田市	78,041	127	4	0.16%	0.01%	82,058	4,656	19	5.67%	0.02%
小金井市	19,696	103	10	0.52%	0.05%	20,194	1,506	31	7.46%	0.15%
小平市	33,591	16	15	0.05%	0.04%	34,616	843	25	2.44%	0.07%
日野市	34,295	43	2	0.13%	0.01%	35,738	478	35	1.34%	0.10%
東村山市	30,307	105	2	0.35%	0.01%	31,396	1,016	35	3.24%	0.11%
国分寺市	20,650	79	14	0.38%	0.07%	21,126	1,133	74	5.36%	0.35%
国立市	12,911	189	14	1.46%	0.11%	13,293	875	143	6.58%	1.08%
福生市	10,725	9	0	0.08%	0.00%	11,149	743	94	6.66%	0.84%
狛江市	15,171	42	9	0.28%	0.06%	15,680	80	14	0.51%	0.09%
東大和市	15,574	185	14	1.19%	0.09%	16,464	781	52	4.74%	0.32%
清瀬市	15,978	187	14	1.17%	0.09%	16,586	771	14	4.65%	0.08%
東久留米市	23,697	75	19	0.32%	0.08%	24,667	1,735	71	7.03%	0.29%
武蔵村山市	12,325	38	0	0.31%	0.00%	12,851	588	88	4.58%	0.68%
多摩市	25,024	14	14	0.06%	0.06%	26,699	598	20	2.24%	0.07%
稲城市	11,771	86	10	0.73%	0.08%	12,528	252	5	2.01%	0.04%
羽村市	9,568	28	9	0.29%	0.09%	10,049	299	36	2.98%	0.36%
あきる野市	16,585	12	0	0.07%	0.00%	17,342	23	13	0.13%	0.07%
西東京市	36,604	114	0	0.31%	0.00%	37,829	516	5	1.36%	0.01%
瑞穂町	5,964	23	7	0.39%	0.12%	6,555	453	16	6.91%	0.24%
日の出町	3,797	6	0	0.16%	0.00%	3,982	124	17	3.11%	0.43%
檜原村	1,203	0	0	0.00%	0.00%	1,181	71	0	6.01%	0.00%
奥多摩町	2,525	4	4	0.16%	0.16%	2,530	84	3	3.32%	0.12%
大島町	2,632	9	6	0.34%	0.23%	2,672	120	11	4.49%	0.41%
利島村	74	0	0	0.00%	0.00%	73	0	0	0.00%	0.00%
新島村	1,005	7	7	0.70%	0.70%	1,008	23	16	2.28%	1.59%
神津島村	525	0	0	0.00%	0.00%	521	0	0	0.00%	0.00%
三宅村	1,062	0	0	0.00%	0.00%	1,056	28	1	2.65%	0.09%
御蔵島村	46	0	0	0.00%	0.00%	51	1	0	1.96%	0.00%
八丈町	2,618	32	23	1.22%	0.88%	2,618	108	20	4.13%	0.76%
青ヶ島村	22	1	1	4.55%	4.55%	22	0	0	0.00%	0.00%
小笠原村	270	0	0	0.00%	0.00%	274	0	0	0.00%	0.00%
合計	2,368,040	14,933	2,908	0.63%	0.12%	2,442,449	106,118	6,603	4.34%	0.27%

資料：東京都福祉保健局高齢社会対策部「平成20年度第2回東京都介護予防推進会議」（平成20年10月27日）

- 国の実証データによると、要支援者に対する予防給付については、要介護度が悪化した者の発生率の変化について、対象者 1,000 人に対し 15.5%(155 人)減少する等、有意な効果が認められています<sup>2</sup>。
- しかしながら、予防給付の利用率は要介護者のサービス利用に比べて必ずしも高くない状況にあります。区市町村は、要支援者が認定を受けてもサービスを利用しない理由を把握する必要があります。
- 介護予防支援の報酬が必ずしも業務量に見合っていないという指摘<sup>3</sup>もあります。

### <介護度別介護（予防）サービス利用率>



資料：東京都福祉保健局高齢社会対策部 「介護保険事業状況報告（平成20年2月分及び平成19年2月分）」

### 【施策の方向】

- 地域包括支援センターや居宅介護支援事業所において介護予防に携わる人材の育成、介護予防の普及啓発などにより、区市町村の介護予防を一体的・総合的に支援します。
- 介護予防事業を様々な角度から検証してその効果を幅広く普及できるよう、区市町村や事業者等に積極的な情報提供を行います。
- 高齢者の介護予防事業への参加を促すための仕組みづくりや、魅力的な介護予防プログラムづくりに取り組む区市町村を支援します。

<sup>2</sup> 厚生労働省 介護予防継続的評価分析等検討会（第4回）資料（平成20年5月）

<sup>3</sup> 全国市長会「介護報酬に関する調査」（平成20年5月）

- 予防給付についてサービスの在り方や介護報酬について検証し、国に働きかけていきます。

### 【主な施策】

#### ・東京都介護予防推進会議〔福祉保健局〕

都民、事業者、保健・医療・福祉関係者、行政、学識経験者などで構成する委員会を設置し、介護予防事業の実施状況や課題などについて調査・検討を行います。

#### ・介護予防事業の新たな取り組み〔高齢社会対策区市町村包括補助事業〕【新規】

##### 〔福祉保健局〕

高齢者の参加を促す方策や魅力的な介護予防プログラムを構築し、介護予防事業への参加率向上を図る区市町村の取組を支援します。

#### ・地域支援事業交付金【再掲】〔福祉保健局〕

区市町村が行う地域支援事業（介護予防事業、包括的支援事業、任意事業）を財政的に支援するために、介護保険法に定められた割合に基づき交付金を交付します。

#### ・地域包括支援センター職員研修事業【再掲】〔福祉保健局〕

地域包括支援センターに配置される職員に対して、介護予防ケアマネジメント、相談業務・支援、権利擁護などが円滑にできるよう研修を行います。

#### ・主任介護支援専門員（主任ケアマネジャー）研修〔福祉保健局〕

地域包括支援センターや居宅介護支援事業所において介護支援専門員（ケアマネジャー）を支援する主任介護支援専門員（主任ケアマネジャー）の養成研修を実施します。

#### ・予防給付ケアマネジメント研修〔福祉保健局〕

介護支援専門員（ケアマネジャー）実務研修事業等における指導者としての予防給付ケアマネジメント等に必要な知識並びに技術を習得させることを目的に研修を実施します。

## 地域活動7

問い合わせ先：荒川区福祉部高齢者福祉課 電話：03（3802）3111（代）

### 荒川区 おたっしゃランチ

荒川区では平成16年度から、低栄養と閉じこもり予防を目的とした介護予防事業として、小学校における給食を活用した高齢者会食サービス事業「おたっしゃランチ」を実施しています。運営は有償ボランティアであるランチリーダーが行っています。

事業内容は、小学校のランチルームでバランスのとれた給食を食べ、荒川区が独自に開発した「荒川ころばん・せらばん体操」のほか、<sup>えんげ</sup>嚥下体操やグループワークなどを行うものです。

参加者は、小学校まで自力で往復できる虚弱高齢者、又は特定高齢者で地域包括支援センターが本事業をすすめた方です。

また、教育委員会の協力により、月に1回程度、児童との会食会も行っています。会食会では高齢者は地域の昔の様子を話したり、小学生は今の生活の様子を話すなど、世代を超えた交流の場となっています。参加者からは、「栄養バランスに気をつけるようになった」、「リーダーや友達に会えるのが楽しみになった」等の声が聞かれています。本事業は、12校で週1回、通年実施し、1校当たり、10～15人が参加しています。

このほか、6か所の高齢者通所サービスセンター（デイサービス）で、特定高齢者や虚弱高齢者を対象に「おげんきランチ」を実施しています。

これらの事業は、栄養改善と閉じこもり予防を目的とするにとどまらず、運動器及び口腔<sup>こうくう</sup>機能の向上と認知症予防をも視野に入れた総合的な介護予防事業となっています。

<児童との会食会の様子>

