

地域活動 8

問い合わせ先：あきる野市健康福祉部健康課 電話：042（558）1111（代）

あきる野市 地域イキイキ元気づくり事業

あきる野市では、住み慣れた地域において、市民の交流を通じて介護予防や健康づくりの推進を図ることを目的に「地域イキイキ元気づくり事業」を実施しています。

これは、季節に応じた行事も取り入れながら、和やかな雰囲気で行う健康づくりの会で、月1回、身近な地区の会館で、血圧測定・体操レクリエーションを行い、健康に関する話をしています。

参加しているのは主に高齢者ですが、健康に関心のある方はどなたでも参加できます。中には、小さいお子さんを連れて参加している市民もあり、世代を超えた交流も見られます。

この会の運営は、地域で健康づくり活動を推進している健康づくり市民推進委員、町内会・自治会、民生委員・児童委員、高齢者クラブ、地域の見守り活動を行うふれあい福祉委員等、地域の協力者の方々を中心に、市の専門職と協働で行っています。

平成11年度に1か所からスタートしたこの事業も、現在では市内44か所で開催され、1年間で延べ6,000人の方が参加しています。参加者からは「この会が待ち遠しい」、「若くなった」との声が聞かれます。

市では、今後もこの事業の充実・拡大を目指し、地域の協力者、参加者と共により良い会づくりを進めていきたいと思っております。

<レクリエーションの様子>

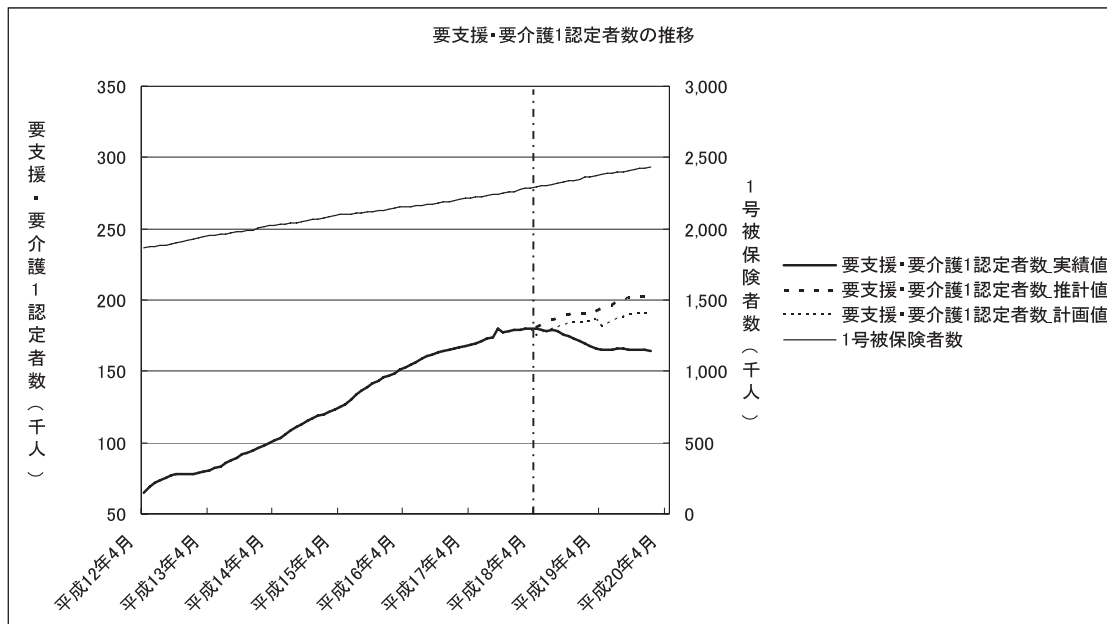


2 介護予防事業の効果と検証

【現状と課題】

- 都内の軽度要介護認定者（要支援・要介護1）は、平成12年4月の介護保険制度開始以後おおむね右肩上がりに増加してきましたが、平成18年4月に地域支援事業が始まって以降は減少に転じています。
- 平成20年1月における軽度要介護認定者数の実績値は163,900人であり、推計値（202,696人）や介護予防後の計画値（190,671人）と比較して減少しています。制度改正の影響もあり一概にはいえませんが、軽度者の発生については一定の抑制効果が確認されており、「予防重視型システム」の転換については所期の効果をもたらしたと言えます。

＜東京都における軽度要介護認定者数の推移 —推計値と実績値の比較—⁴



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）

⁴ 実績値

東京都福祉保健局の「介護保険事業状況報告」から用いたものである。

推計値

それぞれのパラメータの平成12年4月から平成18年3月までの実績値をもとに、指数平滑化モデルの一種である「Wintersの加法」により算出した（統計ソフトSPSSの標準的時系列解析プログラムである「エキスパートモデラー」使用）。

計画値

国が定めた参酌標準に基づき、地域支援事業の対象者を、第1号被保険者の、17年度は3.5%、18年度は4.5%、それ以降は5%としたうえで、地域支援事業の効果を、17年度は12%、18年度は16%、それ以降は20%、予防給付の効果を、17年度は6%、18年度は8%、それ以降は10%として求めたものである。

- 都が実施した東京都介護予防評価支援事業によれば、平成18年度及び19年度における地域支援事業（介護予防事業）終了者における要介護度の改善状況は、「改善」と「維持」の合計がいずれの年度も85%を上回り、介護予防の効果が表れています。

＜地域支援事業（介護予防事業）終了者における要介護度の改善状況＞

改善状況	平成18年度			改善状況	平成19年度		
	件数	(%)	改善+維持(%)		件数	(%)	改善+維持(%)
改善	1,432	39.2	86.4	改善	3,095	24.3	85.2
維持	1,725	47.2		維持	7,761	60.9	
悪化	496	13.6		悪化	1,893	14.8	
計	3,653	100		計	12,749	100	

(注) 改善…心身の状態の改善により地域支援事業（介護予防事業）を終了した者の数
 維持…地域支援事業（介護予防事業）を受けたもので年度末時点に状態の変化がなかった者の数
 悪化…入院、要支援・要介護状態への移行等、心身の状況の悪化により、地域支援事業（介護予防事業）を終了した者の数

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）

- また、平成19年4月から平成20年3月までの12か月間に都内で予防給付を利用した59,407人について要介護度の変化を調査したところ、「改善」と「維持」を合わせて7割弱の利用者に介護予防の効果が表れています。

＜予防給付サービス受給者の要介護度の変化＞

		平成20年3月								合計
		非該当	要支援1	要支援2	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5	
平成19年4月	要支援1	24	18,095	5,954	2,730	1,142	666	320	193	29,124
	要支援2	11	4,387	17,963	3,843	2,258	1,022	519	280	30,283
	合計	35	22,482	23,917	6,573	3,400	1,688	839	473	59,407

	人	%
改善	4,422	7.4
維持	36,058	60.7
悪化	18,927	31.9
計	59,407	100

資料：東京都福祉保健局高齢社会対策部「平成20年度介護予防評価支援事業」

【施策の方向】

- 区市町村における介護予防の定着状況と軽度者の認定率の動向について引き続き注視しつつ、介護予防活動への参加率の向上と効果的な介護予防プログラムの普及等に努めていきます。
- 介護予防に関する研究は進化しており、その科学的エビデンス（根拠）も徐々に明らかになってきています。都では、介護予防事業の効果を検証するための情報収集を行い、区市町村や事業者を発信するなどして区市町村の介護予防事業の取組を支援します。

【主な施策】**・東京都介護予防推進会議【再掲】〔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。

< 予防給付の事業量の見込み（平成21年度～平成23年度） >

平成21年度から平成23年度までの数値（目標値）は、都内各保険者（区市町村）が、介護保険事業計画策定のために推計した予防給付（介護予防サービス）量又は利用者数の見込みを集計したものです。

サービス種類ごとの見込量は、現在のサービス利用状況・今後の利用意向・要介護認定者数の見込み・介護予防施策の効果などに基つき推計しています。

介護予防サービス（在宅）量の見込み

	平成19年度	平成21年度	平成22年度	平成23年度
介護予防支援（人/年）	640,770	711,135	748,227	784,673
介護予防訪問介護（人/年）	450,320	489,938	493,223	534,183
介護予防訪問入浴介護（回/年）	3,511	4,729	5,014	5,324
介護予防訪問看護（回/年）	93,004	107,358	114,087	120,325
介護予防訪問リハビリテーション（日/年）	15,011	21,181	22,411	23,783
介護予防通所介護（人/年）	197,029	233,647	249,891	265,314
介護予防通所リハビリテーション（人/年）	35,560	42,342	45,653	48,715
介護予防居宅療養管理指導（人/年）	35,854	45,125	49,417	54,588
介護予防短期入所サービス計（日/年）	23,993	31,185	34,493	37,791
介護予防短期入所生活介護（日/年）	19,673	25,850	28,909	31,990
介護予防短期入所療養介護（日/年）	4,320	5,335	5,584	5,801
介護予防福祉用具貸与（千円/年）	407,729	572,160	617,365	665,076
特定介護予防福祉用具販売（千円/年）	195,825	226,677	236,988	248,840
住宅改修（千円/年）	897,714	1,029,791	1,098,036	1,165,667
介護予防認知症対応型通所介護（回/年）	3,582	5,509	6,663	7,743
介護予防小規模多機能型居宅介護（人/年）	138	902	1,805	2,359

介護予防サービス（居住系）量の見込み

	平成19年度	平成21年度	平成22年度	平成23年度
介護予防認知症対応型共同生活介護（人）	16	48	55	59
介護予防特定施設入居者生活介護（人）	2,305	2,969	3,252	3,547

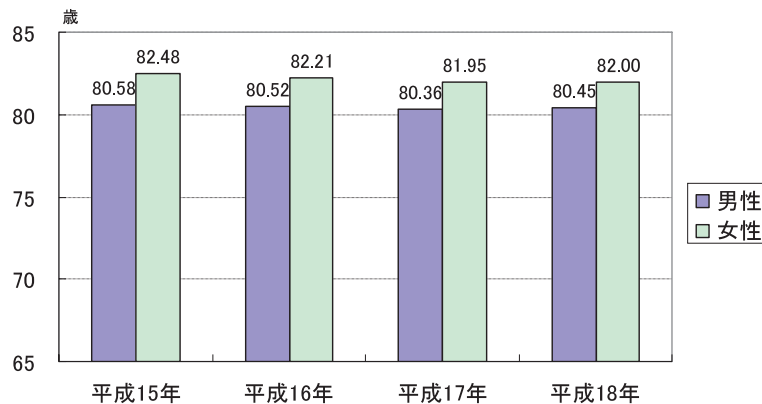
3 健康づくりの推進

【現状と課題】

〔東京都健康推進プラン 21〕

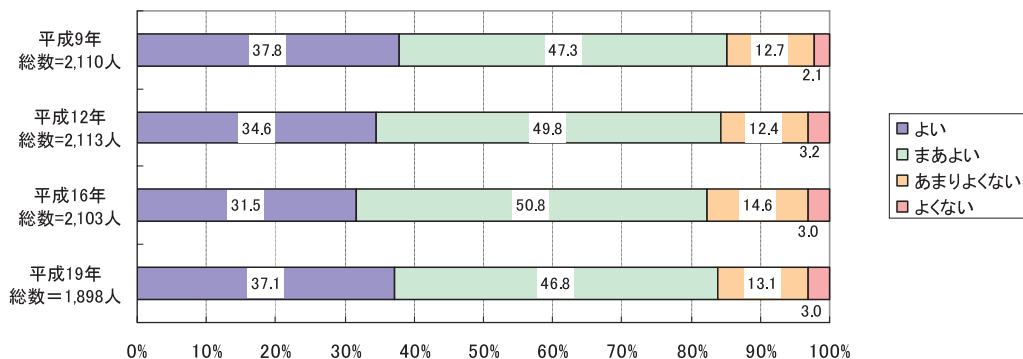
- 都民の健康な長寿を実現するためには、若年期からの都民一人ひとりの主体的な健康づくりの取組が必要であり、また、社会全体で個人の取組を支援することが大切です。
- 都では、都民が主体的に取り組む健康づくり運動を総合的に推進するための指針として、平成13年10月に「東京都健康推進プラン21」を策定しています。プラン21は、「健康寿命の延伸」と「主観的健康感の向上」を総合目標としています。
- さらに、特に重点的な取組が必要な都民の健康課題である、「糖尿病・メタボリックシンドロームの予防」、「がんの予防」等に積極的に取り組むため、平成20年3月に「東京都健康推進プラン21 新後期5か年戦略」を策定しました。新後期5か年戦略では、平成24年度までに達成すべき目標と関係者が取り組むべき推進方策等を示しています。

<東京都の65歳健康寿命の推移>



資料：東京都福祉保健局保健政策部調べ

<自分の健康状態の評価の推移>

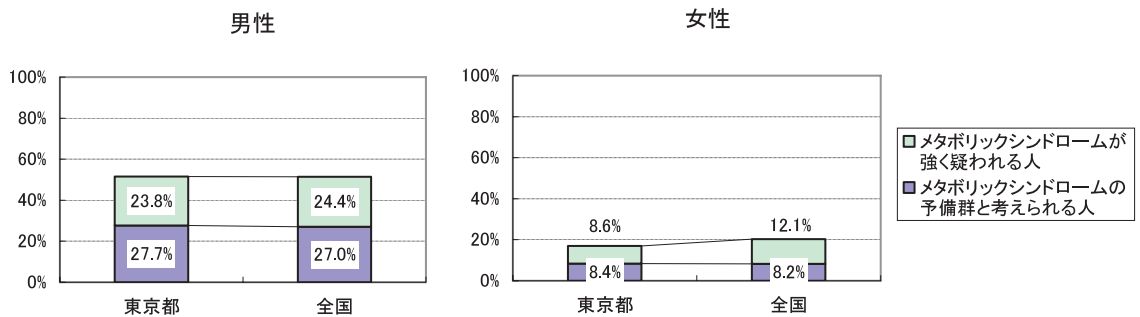


資料：東京都生活文化スポーツ局「健康に関する世論調査」（平成20年3月）

〔糖尿病・メタボリックシンドロームの予防〕

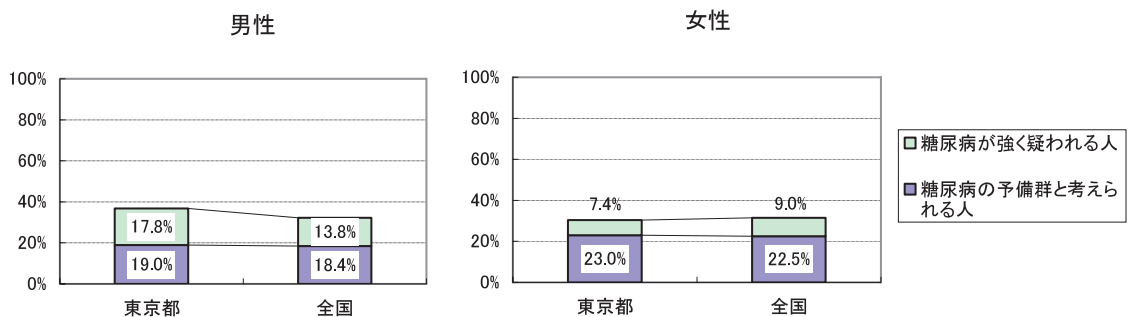
- 肥満は、糖尿病等の生活習慣病の大きな原因の一つです。肥満者は男性に多く、特に30歳代から増加し始めます。
- 内臓脂肪型肥満に、動脈硬化のリスクである高血糖、高血圧、脂質異常が重複したメタボリックシンドローム⁵を放置すると、糖尿病等の生活習慣病を発症し、重篤な合併症や、脳血管疾患（脳出血、脳梗塞等）、虚血性心疾患（心筋梗塞、狭心症）などを引きおこします。都民の男性の2人に1人、女性の6人に1人がメタボリックシンドローム（40～74歳のメタボリックシンドロームが強く疑われる又は予備群と考えられる人）と推定され、また、都民の3人に1人が糖尿病（40～74歳の糖尿病が強く疑われる又は予備群と考えられる人）と推定されています。

＜メタボリックシンドロームの状況＞



資料：東京都…東京都福祉保健局「東京都民の健康・栄養状況」（平成15年～17年）と「都民健康・栄養調査」速報（平成18年）の合計、全国…厚生労働省「国民健康・栄養調査」速報（平成18年）

＜糖尿病の状況＞



資料：東京都…東京都福祉保健局「東京都民の健康・栄養状況」（平成15年～17年）と「都民健康・栄養調査」速報（平成18年）の合計、全国…厚生労働省「国民健康・栄養調査」速報（平成18年）

⁵ メタボリックシンドローム

腹部の内臓周囲に脂肪が蓄積する内臓脂肪型肥満に、高血糖、高血圧、脂質異常のうちいずれか2つ以上を併せ持っている状態。