

高齢者支援計画の策定について

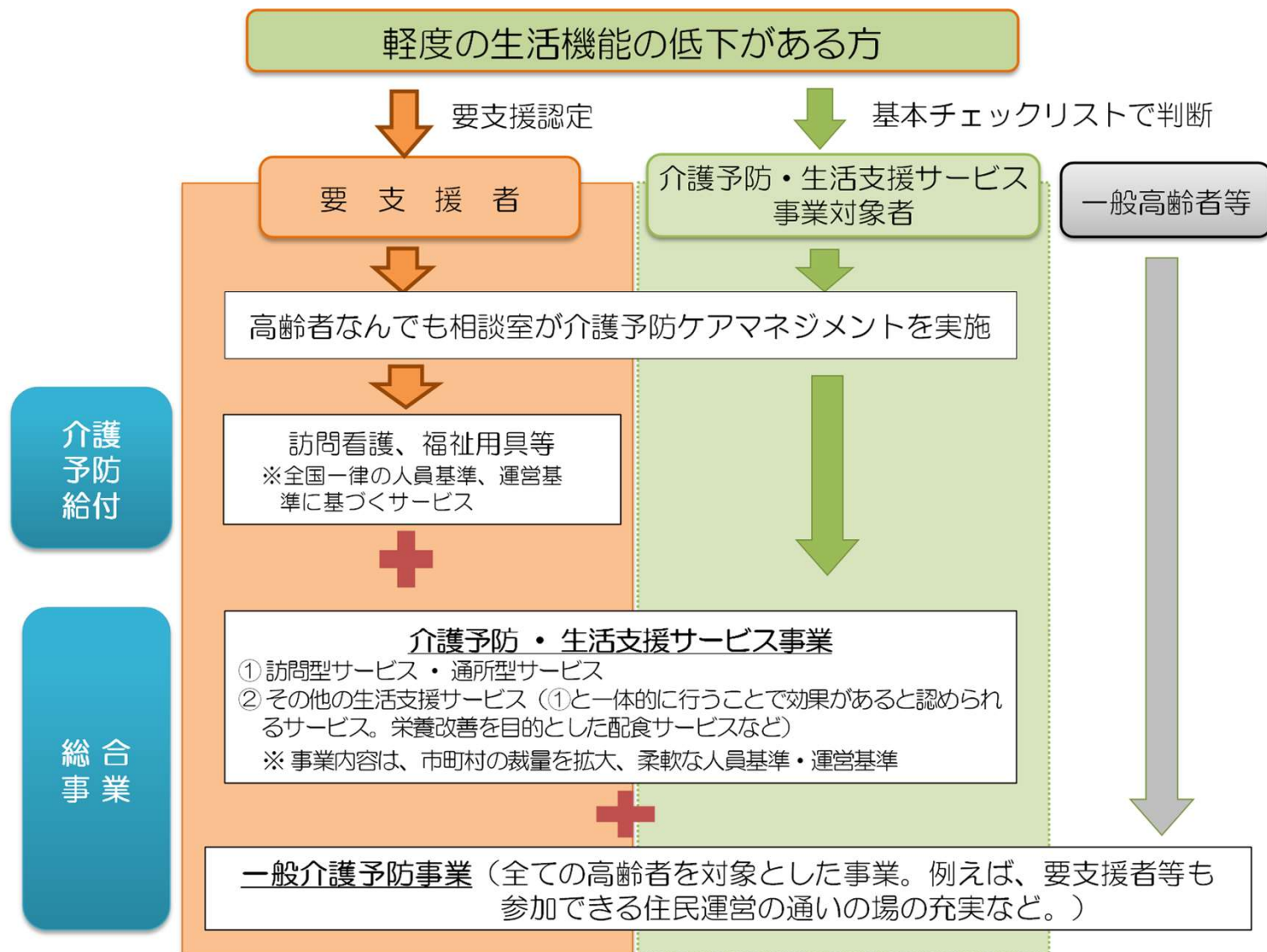
(1) 介護予防について

令和2年7月28日
第2回福祉施策審議会

介護予防とは

(介護予防・日常生活支援総合事業)

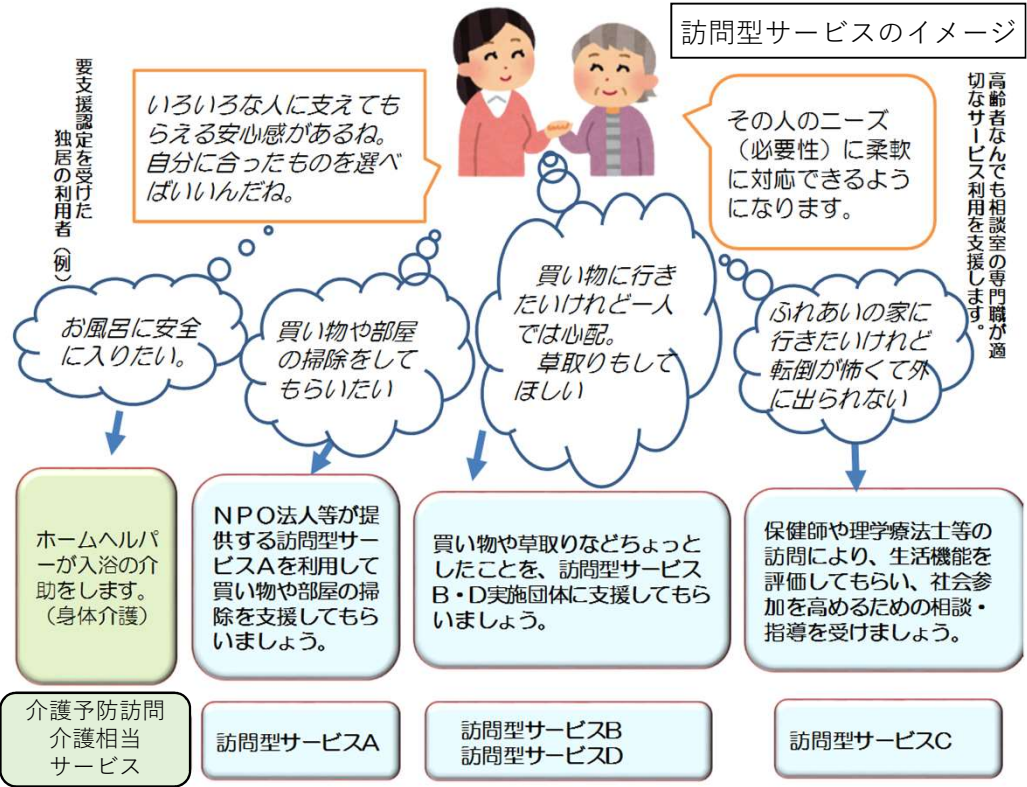
- 介護状態等となることの予防、又は要介護状態等の軽減若しくは悪化の防止を目的とする事業です。
- 高齢者の心身機能の改善だけでなく、日常生活の活動を高め、家庭や社会への参加を促し、一人ひとりの生きがいや自己実現のための取組を支援して、生活の質の向上を目指します。
- 要支援者及び基本チェックリストにより生活機能の低下が確認された方が利用する「介護予防・生活支援サービス事業」と、全ての高齢者を対象とした「一般介護予防事業」から構成されます。



第7期計画に基づくこれまでの取組

介護予防・生活支援サービス事業

- 対象者…①要支援1・2の方、②基本チェックリストを受けて生活機能の低下がみられた方
- 指定事業者のほか、ボランティア、住民主体による地域のチカラを活かした多様なサービスを提供
- 本人の心身の状態に応じて、高齢者なんでも相談室の介護予防ケアマネジメントを通じ、適切なサービスに結びつけ、生活機能の維持・向上を図ります。



介護予防・生活支援サービス事業



訪問型サービス

介護予防訪問介護相当サービス

- 食事・入浴・排せつの介助などの身体介護や掃除・洗濯・調理などの生活援助



※身体介護・生活援助の区分はありません。乗車・降車等の介助は利用できません。

訪問型サービスA

- 人員基準を緩和した事業所が掃除や調理等の家事援助を提供
流山市のマナー・技能研修を受けた方が提供するサービス
※身体介護は行いません。

訪問型サービスC

- 保健師などの専門職による相談・指導などの短期集中予防サービス(高齢者なんでも相談室のアセスメントにより必要がある場合のみ)

訪問型サービスB(ちょい困サービス)

- 住民主体の団体による、日常のちょっとした困りごと(ゴミ出し、掃除等)の支援

訪問型サービスD(ちょい困サービス+)

- 訪問型サービスBと一体的に行われる移動前後の乗降支援

通所型サービス

介護予防通所介護相当サービス

- 食事や入浴・排せつの介助、健康管理、機能訓練やレクリエーションなど



その他の生活支援サービス

- 配食サービス(栄養改善を目的としたものや、一人暮らし高齢者に対する見守りを含むもの)



通所型サービスB(ちょい通サービス)

- 住民主体の団体による、定期的に利用できる通いの場

一般介護予防事業

- 全ての高齢者を対象として、自治会館等の身近な場所で活動する「ながいき100歳体操【※1】」や、施設等で活動する「介護支援サポーター事業【※2】」など的高齢者が主体的に参加する介護予防事業を積極的に推進し、健康寿命の延伸を目指しています。
- 一般介護予防事業を積極的に展開することで、将来的な要介護高齢者の伸びを緩やかにするとともに、支え合いの地域づくりにつながります。



【※1】ながいき100歳体操

「高齢者ふれあいの家」や自治会等の単位の身近な場所で住民が主体となり無理なく取り組むことができる「ながいき100歳体操」に取り組むグループの立ち上げや継続の支援など、住民の主体的な介護予防の取組とともに介護予防知識の普及啓発を図っています。新規に8グループが立ち上がり、「ながいき100歳体操」に取り組むグループは42グループになりました。

【※2】介護支援サポーター事業

高齢者の積極的な社会参加を促して、介護予防につなげることを目的とした事業です。介護保険施設等で利用者の話し相手、見守り、レクリエーション活動の補助などの活動を行った場合にポイントを得られ、蓄積したポイントを流山共通ポイント等に交換できる仕組みとなっています。

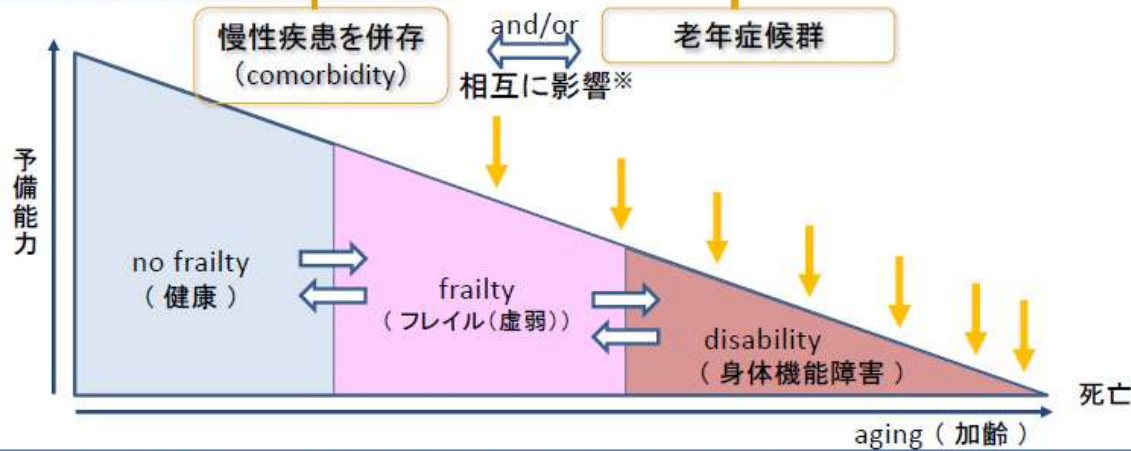
令和元年度は、サポーター養成講座を12回開催し、新たに129人が登録して、介護支援サポーターは724人になりました。

第8期計画に向けた課題と新たな取組

- 後期高齢者の心身の状況として、身体的脆弱性や複数の慢性疾患による受診や重症化、認知機能や社会的つながりの低下といった多面的な課題を抱える、いわゆる「フレイル」の問題がより顕在化します。
- 人生100年時代を見据え、健康寿命の延伸を図っていくためには、高齢者の健康状態の特性等を踏まえ、高齢者一人ひとりにきめ細かな保健事業と介護予防を一体的に実施することが重要となります。
- 75歳以上高齢者に対する保健事業を市町村が介護保険の地域支援事業等と一体的に実施することができるよう、高齢者の医療の確保に関する法律・国民健康保険法・介護保険法が一括改正されました。

高齢者の健康状態の特性等について

- | | | | | | |
|--------|---------------------------|--------|---------|---------------|----------|
| ●高血圧 | ●心疾患 | ●脳血管疾患 | ●認知機能障害 | ●めまい | ●摂食・嚥下障害 |
| ●糖尿病 | ●慢性腎疾患(CKD) | | ●視力障害 | ●うつ | ●貧血 |
| ●呼吸器疾患 | ●悪性腫瘍 | | ●難聴 | ●せん妄 | ●易感染性 |
| ●骨粗鬆症 | ●変形性関節症等、
生活習慣や加齢に伴う疾患 | | ●体重減少 | ●サルコペニア(筋量低下) | |



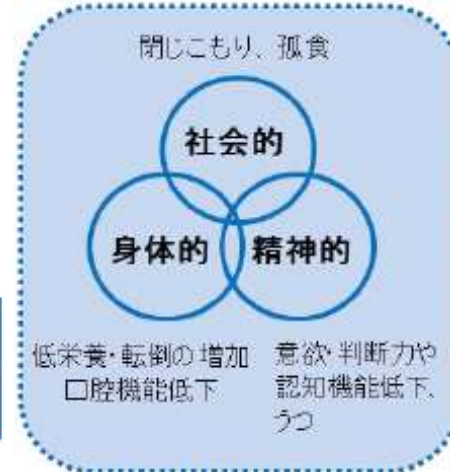
「フレイル」とは、『フレイル診療ガイド2018年版』(日本老年医学会/国立長寿医療研究センター、2018)によると「加齢に伴う予備能力低下のため、ストレスに対する回復力が低下した状態」を表す“frailty”の日本語訳として日本老年医学会が提唱した用語である。フレイルは、「要介護状態に至る前段階として位置づけられるが、**身体的脆弱性のみならず精神心理的脆弱性や社会的脆弱性などの多面的な問題を抱えやすく**、自立障害や死亡を含む健康障害を招きやすいハイリスク状態を意味する。」と定義されている。また、「フレイル」の前段階にあたる「プレフレイル」のような早期の段階からの介入・支援を実施することも重要である。

※ 現時点では、慢性疾患とフレイルの関わりについて継続的に検証されている段階にあることに留意が必要。

フレイルとは?

「虚弱」「もろさ」を意味する英語の「frailty」からの言葉で、生活をする上で不自由はないものの、加齢に伴い心身の活力が低下し、介護が必要になる危険性が高い状態を指します。いったん介護が必要な状態になると、自立した状態に戻ることはなかなか難しいですが、その前段階のフレイルは**予防・回復が可能です**。日常生活の中で、適切な運動や食事を続けることがとても重要です。

フレイルの多面性



出典：「高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施の推進に向けたプログラム検討のための実務者検討班報告書」

高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施

(参考人口)

75～84歳:17,184人 85歳以上:6,232人

高齢者の特性を踏まえた保健事業

- 体重や筋肉量の減少を主因とした低栄養や口腔機能、運動機能、認知機能の低下等のフレイル予防に着目
- 生活習慣病の発症予防よりも重症化予防等の取組が相対的に重要に
- 国民健康保険等の壮年期の医療保険の保健事業からの連続した取組

+

通いの場を中心とした介護予防・フレイル対策

- 通いの場での取組内容の充実と高齢者の参加の更なる拡大
- こうした基盤を活用し、潜在的なフレイル予備群等へ幅広くアプローチ

↓

高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施

- 高齢者の特性を前提に、生活習慣病等の重症化を予防する取組みと、生活機能の低下を防止する取組みの双方を一体的に実施
- 高齢者の医療・介護・保健等のデータを一体的に分析し、必要な医療・介護・保健のサービスや社会参加を含むフレイル予防等に結びつける

↓ 退職等(65歳以上被保険者:15,906人)

↓ 75歳(被保険者:22,368人)

国民健康保険の保健事業

- 人間ドック(任意)
- 市独自の健康増進事業(各種健(検)診、訪問、相談、健康教育等)との連携
- 特定健診
- 特定保健指導
- 国保データの抽出
- 重症化予防(糖尿病対策等)

一体化
(継続)

後期高齢者広域連合の保健事業

- 人間ドック(任意)
- 市独自の健康増進事業(各種健(検)診、訪問、相談、健康教育等)との連携
- 健康診査
- ◎ 後期データの抽出
- ◎ 個別指導
- ◎ フレイル(虚弱)に着目した疾病予防(運動、口腔、栄養、社会参加等のアプローチ)

一体化

介護予防・日常生活支援総合事業

- 一般介護予防事業
- フレイル(虚弱)に着目した介護予防(運動、口腔、栄養、社会参加等のアプローチ)
- 住民主体の通いの場支援

介護予防普及啓発事業(筋力アップ教室・各種普及啓発)

- ・ 介護支援サポーター事業
- ・ 介護予防教室講師派遣事業
- ・ 地域リハビリテーション活動支援事業
- 介護予防生活支援サービス事業
- ・ 訪問型サービスA ・ 訪問型サービスC ・ ちょい困・ちょい通

包括的支援事業

- 地域包括支援センターの運営
- ・ 総合相談支援事業(総合相談、実態把握、地域連携会議、ネットワーク構築等)
- ・ 権利擁護業務
- ・ 包括的・継続的ケアマネジメント支援業務
- 認知症総合支援事業
- ・ 認知症カフェ
- 地域ケア会議

...等

↑ 65歳(第1号被保険者:46,001人)

論点

- 第7期計画の一般介護予防事業では、高齢者が住み慣れた地域で生き生きと暮らし続けていくために、介護予防知識の普及啓発、「ながいき100歳体操」のグループを立ち上げ、介護度重度化推進員（ながいき応援団）等の派遣を行い、自主的な活動の継続を支援しながら、42グループまで伸ばしてきました。
- また、高齢者の集いの場としての、「高齢者ふれあいの家」は市内24か所が開設され、高齢者の社会参加の促進を通じた介護予防につながっています。
- 第8期計画に向けて、第7期で実施してきた一般介護予防に加え、健康寿命を延伸するために介護予防と健康づくりを連携して推進していくことが重要となっているととらえ、高齢者が参加しやすい活動の場の拡大や、フレイル対策を含めたプログラムの充実が課題と考えています。
- このため、新たに高齢者の保健事業（国保保健事業・後期高齢者保健事業）と介護予防の一体的な実施として、「高齢者ふれあいの家」や「ながいき100歳体操」の増設とともに、通いの場へ保健師・管理栄養士・歯科衛生士等が出向いてのフレイル予防の普及啓発や運動・栄養・口腔等の健康教育・健康相談の実施、低栄養の高齢者や糖尿病重度化予防の個別相談・訪問等の関与などに取り組んでいきたいと考えています。どのようにお考えでしょうか。