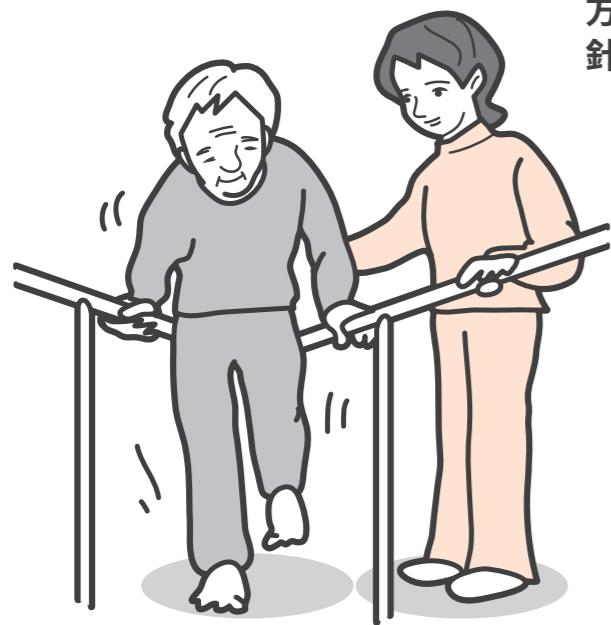


# 7. 介護予防の促進

## 基本方針



「介護予防」とは、生涯を通じて自立した暮らしを支えていくためのもので、要介護状態にならないようにすること、要介護状態になっても状態が悪化しないようにする取組を言い、生活習慣病等の予防と同様に、元気うちから取り組んでいく必要があります。

介護予防の取組を強化して一人一人の状態に合わせた対応を進めるとともに、家庭・地域での生活環境を改善するための支援を行って社会参加を促進し、生活の質（QOL）及び日常生活活動（ADL）の向上を目指します。

## 現状と課題

高齢期の健康と生活機能の維持のためには、疾病の予防や治療の管理だけでは不十分です。加齢に伴う、使わない・動かさないことによる心身機能の衰えといった廃用症候群や転倒・失禁・寝たきり等の老年症候群といった様々な障がいや危険な老化のサインを早期に発見し、対応する必要があります。

また、地域で生活する機能の低下した（又は低下する可能性のある）高齢者や要介護認定で非該当と判定された高齢者を含めた介護予備群に対する介護予防の取組の強化が必要となっています。

## 施策指標

| 指標名                            | 実績値   |       |       | 目標値   |
|--------------------------------|-------|-------|-------|-------|
|                                | H16   | H17   | H18   | H24   |
| 65歳以上人口に占める要介護（要支援）認定者（第1号）の割合 | 16.8% | 14.7% | 13.0% | 13.8% |
| 要介護認定申請に占める新規申請者の割合            | 19.3% | 27.3% | 21.4% | 23.5% |

## 今後の取組

### 1 介護予防事業（健康づくり事業）の充実

生活機能が低下し、要支援・要介護状態になるおそれの高い高齢者を早期に把握し、心身の機能の維持向上を図るための教室や訪問相談等を実施し、要介護状態に陥ることを効果的に防ぐ取組を推進します。

- 介護予防事業
  - 例) ○いきいきサロン事業 ○介護予防セミナー
  - いきいきクラブ ○高齢者体力測定会

### 2 高齢者や在宅要介護者のための家族介護支援の充実

住み慣れた地域や自宅での生活を続けるため、高齢者を介護している家族等にサービスを提供することにより、家族の身体的・精神的・経済的な負担の軽減を図り、要介護者の在宅生活での質の向上を図ります。

- 任意事業（家族介護支援事業）
  - 例) ○家族介護交流事業
  - 家族介護慰労事業
  - 介護用品支給事業

### 3 地域包括支援センターの運営

地域包括支援センターは、地域で暮らす高齢者の介護・福祉・健康・医療等多様な面での悩み・疑問・相談ごとに総合的に対応するために設置されたものです。専門分野を持つ保健師、社会福祉士、主任ケアマネージャー等が中心になって高齢者を支援します。3者で連携を取りながらチームとして4つの機能を担っていきます。

- ①要支援1・2と認定された人や今後、要支援や要介護になる可能性の高い人が、自立した生活ができるよう介護予防の事業を受けるためのプランを作成します。
- ②高齢者やその家族、近隣に暮らす人の介護・健康・福祉、医療や生活に関すること等の相談を受けます。
- ③成年後見制度の広報や高齢者虐待の早期発見、消費者被害等に対応します。
- ④介護者を支えている地域のケアマネージャーを支援するとともに、様々な機関とのネットワークづくりを推進します。

- 包括的支援事業
  - 例) ○特定高齢者のケアマネジメント業務
  - 総合相談支援業務
  - 権利擁護業務



介護相談員派遣事業

## 市民等との役割分担

介護予防サービスは、対象高齢者の把握に始まり、地域包括支援センターが作成する介護予防プランを利用者が選択するという手続きを経て、サービスの提供が行われます。事前のアセスメント（課題分析）による個別のプランに従ってサービスを受け、一定期間後のアセスメントにより効果を評価します。こうしたことから、対象となる高齢者の方には「運動機能の向上」や「低栄養予防」「口腔機能向上」「閉じこもり予防」「認知症予防」「うつ予防」等の各種介護予防事業に積極的に参加することが期待されます。