

平成 30 年 6 月 7 日

[平成 30 年度 第 1 回]

地域包括ケア推進部会（介護予防専門部会） 議事要旨

概要 | 日時：平成 30 年 6 月 7 日（木）13：30～15：30
場所：神戸市役所 4 号館（危機管理センター）1 階 会議室
傍聴：18 名

I 開会（事務局）

- ・新委員及びアドバイザーの紹介

II 報告

前回議題について事務局より報告

1 広報誌 3 月号（資料 1）

- ・広報誌アンケート結果

- ＞ 毎月 200 件程度あるご意見のうち、約 50 件が本紙面に関する事であり、関心が高いものであるとのこと。
- ＞ 特に 50 代からのフレイル予防は新しいトピックである、社会参加したくなった等の前向きな意見を多くいただいた。

2 いきいきシニアライフフェア（資料 2）

- ・実績 来場者 約 1,200 名

- ＞ 介護予防の認知度は高い傾向であった。
- ＞ 一方でフレイルについては 70 代では認知度が高かったが、他の世代ではあまり認知されていないようである。

- ・今後の方針 → いきいきシニアライフフェアは終了

- ＞ 前回の部会でいただいたご意見のとおり 1 ケ所でのイベント開催をおこなうのではなく、サテライト的な広報にシフトしていく。
- ＞ 具体的には、保健センター、あんしんすこやかセンターで行なっている地域のイベントや各団体で開催されている連携していきたい。
- ＞ フレイルを中心に普及啓発をおこなっていく。

3 フレイルパンフレット（資料 3）

- 国保で行なっているフレイルチェックを受けられた方へ郵送。
- 保健センター、あんしんすこやかセンターでも活用している。

4 その他

- 6 月に神戸市の介護保険被保険者（42 万人）に発送される保険料通知に負担割合改正のチラシ裏面にてフレイルの広報をおこなう。

Ⅲ 検討事項

1 フレイル予防・フレイル改善に向けた新しい取り組みについて

1.1 現行の介護予防事業の概要について（事務局より説明）

a) 短期集中通所サービス

- ＞ 筑波大学 山田准教授監修神戸市オリジナルプログラムを実施。
主な構成は、下肢筋力の向上、生活機能改善及び認知機能低下予防。
- ＞ これに加えて継続した取り組みや自主グループの立ち上げを促すための仕組み作りを取り入れている。
- ＞ 20人程度で一斉におこなう集団型と個人の状態に応じてプログラムを進めていく個別型の類型がある。
- ＞ また、教室終了後にいくつかの自主グループが立ち上がっており、コミュニティ形成についても成果を得られている。

b) 一般介護予防事業

- ＞ つどいの場としておこなっている事業は、現在、市内のつどいの場は約1,200ヶ所あるが、国が示すあるべき姿は1,500ヶ所が理想とされている。
- ＞ 地域拠点型一般介護予防事業では介護予防講座を月1回の実施を必須としている等、通常のつどいの場よりも介護予防を重視した内容としている。設置場所は小学校区に1ヶ所を目指している。

1.2 短期集中通所サービス検証報告（資料4）（山田アドバイザーより報告）

a) 教室の効果

- ＞ 効果については、教室参加前後の体力測定の結果から機能回復していることが確認できている。歩行・バランス・認知機能改善が確認できた。
- ＞ 特筆すべきは、集団型と個別型別で比較すると、集団型の方が個別型より認知機能の改善率が高いという結果が得られた。

b) 教室終了後に教室参加中の効果を継続できているかの検証結果

- 教室参加中は機能改善していくことがこれまでに分かっているが、その後、活動を中断してしまうと6ヶ月程度で元の状態に戻ってしまうと言われているため、教室終了後の参加者に対して、検証を行った。
- ＞ 歩行・バランス機能は概ね維持できており、筋力（握力）に関しては改善が見られた。
 - ＞ 他市の同じような特性のグループと比較したところ終了後の認定等も少ない傾向（-2%程度）であった。
 - ＞ 要因としては、約6割の方が教室終了後も毎日もしくは週2・3回の運動を継続されていた。

- ＞ 取り組み内容としては、「自宅で体操」「食習慣の改善」・「口腔体操」が多い。
- ＞ 継続できている理由としては、「教室内容が取り組み易い講話により、介護予防の必要性に気付いた。」
- ＞ 一方で活動を中断された方の理由としては「体調によるもの」「近隣にそういった施設やグループがなかった」「一人で続けることが困難であった」が多い。

c) 調査のまとめ

フレイルであっても機能を向上させ、その効果を維持することは十分に可能であるが、活動を中断させない環境づくりが必要であり、いかに教室終了後の自主グループ化ができるが重要である。

1.3 現行の介護予防事業の課題と新たな介護予防事業の概要（資料なし）

（事務局より説明）

① 課題

- ＞ 短期集中通所サービスにおいて参加者が募らない。
- ＞ サービス終了後の受け皿の不足、また、自主グループに対する支援体制（相談、講師派遣等）がない。
- ＞ 無関心層、男性が通いたいと思える場所が少ないなどがある。

② 新たな介護予防事業の概要（資料5）

上記の課題を踏まえて、短期集中通所サービスを以下の2つの事業を軸に新たな介護予防体系への発展を検討している。

- ・フレイル改善通所サービス（第1号通所事業）
- ・フレイル予防支援事業（一般介護予防事業）
- ※ 各事業内容は当日資料のとおり事務局より説明

- ＞ 要支援者が通いやすいサービスの創設が必要。
- ＞ 機能回復および社会参加の促進を一体で提供するサービス
 - 短期集中通所サービスの枠組みを発展させる（教室終了後の状態を見て継続利用を可とする。）。
 - 各事業者のノウハウやエビデンスを活用することによりサービスの発展を図る。
- ＞ 自主活動の支援を目的とした仕組みづくり
- ＞ 無関心層や男性が参加しやすい場づくりおよび活躍の場の創設

1.4 ご意見/ご質問

座長：短期集中通所サービスで健康講話が動機付けに効果的という報告があったが一方で、フレイルのアジア太平洋ガイドラインでは推奨されていないがどういう解釈すれば良いか。

アドバイザー：ガイドラインでは、個別指導や座学のみでは効果が少ないという意図と思われる。短期集中通所サービスにおいては、体験とともに関連付けてその根拠を説明するものであるため、効果があったものと思われる。

委員：・（現行の事業について）あんしんすこやかセンターに相談に来られる人の状態像（80代が多い）とサービスの対象者が合っていなかったように感じる。また、広報も事業の性質上に大々的に行なうこともできなかった（介護保険サービス利用者を増やすことを目的としていないため。）

・（新たな事業について）終了後の継続利用を認めるとあるが、継続可否を見極めるにあたっては、主観的でない評価基準にて判断するスキームとした方が良い。

・フレイル支援事業は画期的。卒業後もこういった場所があれば意欲向上に繋がると思う。

・場所は固定でなく地域福祉センター等を活用されても良いかと思う。

委員：栄養・口腔については、マニュアル等で受託者に示す等の対応を検討して欲しい。

事務局 健康格差対策からの視点となるが、無関心層や低所得者の参加率こそ上げていく必要があると考えている。そういった方への有効なアプローチ方法についてもご意見をいただきたい。

→ 座長：以下のような調査結果もあることから「安くて・近くて・楽しい」をキーワードにアプローチ方法を検討していく手立てはあると思う。

安 い 野菜メニュー割引クーポン券を発行すると、普段昼食にお金を掛けない人ほど（普段の昼食代より高くなるにもかかわらず）利用率が上がる。

近 い 市住の集会所でのイベント開催をすると、住民の参加率が上がる。

楽しい 「健康のため」では関心がない人でも、楽しいと参加しやすい。

→ アドバイザー：外出頻度だけで見れば男性の方が高い。しかし、男性の主な活動は、ひとりで早朝もしくは夜のウォーキングのようである。女性に比べて男性は明確な役割があった方が良い。

→ 委員：フェアの参加者アンケートにもあったように、通りがかりでふらっと立ち寄れるようなイベントであれば、男性も参加しやすいのではないか。

座長：公募の仕様書に「受託者がおこなった工夫点とそのレビューの提出」等を盛り込んでどうか。

委員：地域ではウォーキング等を行なっている自然発生的なグループも存在するのでこういったグループを活用していくことが大事だと思う。

1.5 フレイル支援事業にて実施予定のフレイルチェックのモデル実施報告