

令和3年度姫路市介護予防事業施策評価委員会
議 事 次 第

日 時	令和4年3月11日(金) 午後3時00分～4時30分
場 所	姫路市総合福祉会館5階 第2会議室

1 報告事項

- (1) 令和3年度介護予防事業の実施状況について
実績報告

2 協議事項

- (1) 令和4年度介護予防事業の実施について
今後の事業運営

3 その他

1 令和3年度 介護予防事業の実施状況について

(1) 介護予防普及啓発事業

介護予防に関する基本的な知識の普及啓発を図るため、講演会・相談会、教室、地域における自主活動グループの支援等を実施する。

①随時開催の普及啓発

実 施：保健センター・地域包括支援センター・地域包括支援課

対 象：高齢者を中心にした地域住民

内 容：保健師・看護師・栄養士・歯科衛生士・社会福祉士・主任介護支援専門員等による介護予防に関する講演会・相談会・教室等
運動指導士による実技指導等

(表1) 普及啓発実施状況

年度	地域包括支援センター実施分		保健所実施分	
	開催回数	参加延人数	開催回数	参加延人数
令和元年度	392回	5,730人	60回	1,802人
令和2年度	318回	2,415人	58回	1,146人
令和3年度	(目標値) 普及啓発回数 600回			
	201回	1,904人	16回	466人

※令和3年度は令和3年12月末状況

②ケーブルテレビによる広報番組の作成・放送

内 容：姫路ケーブルテレビで、介護予防についての広報

令和3年度は姫路市版いきいき百歳体操を収録し、放送を行った。

(表2) ケーブルテレビによる広報番組の作成放送

年度	回数	時期	内容
令和元年度	2回	9月、3月	1分間CMで広報啓発を行う 期間：3週間
令和2年度	2回	9月、3月	
令和3年度	7回	6月～3月 (月1回放送)	いきいき百歳体操と参加勸奨

③YouTube 姫路動画チャンネルに姫路版いきいき百歳体操を掲載

④介護予防自主活動支援 (いきいき百歳体操の立上げ支援)

実 施：保健センター・地域包括支援センター

対 象：高齢者グループ

開催場所：自主活動参加者の居住地域 (自治会等の集会所・公民館・自宅等)

内 容：高齢者が身近な場所で自主的・継続的に介護予防に取り組める活動として
いきいき百歳体操の立ち上げを支援

⑤いきいき百歳体操

専用の錘を手首や足首につけて行う筋力運動をツールとして、高齢者が身近な場所で仲間と集まり体操に取り組む（1～2回／週）地域での自主的活動。住民主体の自主的な自助的活動が、住民同士がともに活動し、お互いを見守りあう地域の互助的活動に発展することを目指す。

（表3）自主活動の状況（いきいき百歳体操）

年度	活動数（累計）	参加人数	
		実数	延べ数
令和元年度	464 か所	10,019 人	282,678 人
令和2年度	473 か所	7,760 人	154,123 人
令和3年度 (12月末)	（目標値）グループ数 495 参加者数 10,400 人		
	472 か所	7,205 人	117,369 人

（表4）地域包括支援センター担当地域別活動状況

	令和2年度					令和3年度(12月末)				
	登録 グループ数	活動 グループ数	参加実人員	活動回数	高齢者千人当 りグループ数	登録 グループ数	活動 グループ数	参加実人員	活動回数	高齢者千人当 りグループ数
白鷺・琴陵	18	17	287	459	2.8	18	18	238	355	2.8
城乾・東光	28	29	554	815	3.3	28	28	501	648	3.4
山陽	17	16	382	501	1.9	17	17	357	460	1.9
高岡	10	10	130	240	1.8	10	10	116	178	1.8
安室	16	14	248	397	2.6	14	14	199	228	2.3
花田・城山	17	16	205	433	3.7	17	17	178	373	3.7
四郷・東	13	14	208	492	2.1	13	12	209	331	1.9
書写・林田	17	15	372	428	2.2	17	15	284	327	2.0
大白書	21	21	245	510	3.9	19	15	194	274	2.8
灘	24	21	378	603	3.6	24	22	489	447	3.2
大的	33	23	278	662	8.3	33	27	346	559	6.8
飾磨西	23	19	300	539	3.5	22	18	242	476	2.7
飾磨	25	21	448	499	3.2	28	27	497	534	3.5
大津	20	16	284	536	3.0	19	14	235	451	2.1
広畑	25	25	374	764	3.0	26	23	420	549	2.7
朝日	23	22	413	616	3.2	23	21	312	521	2.9
網干	10	9	231	280	2.1	10	9	200	235	1.9
増位・広瀬	24	23	405	514	2.5	26	22	330	500	2.3
北	35	34	705	967	5.5	35	34	665	798	5.3
香寺	30	28	527	795	4.8	29	28	527	686	4.5
夢前	33	33	643	961	5.3	33	32	532	615	5.2
安富	9	8	96	212	5.6	9	9	88	224	5.6
家島	2	1	47	24	1.0	2	1	46	23	0.5
計	473	435	7,760	12,247	3.3	472	433	7,205	9,792	3.0

(表5) いきいき百歳体操休止状況

令和4年1月

	休止数		登録数	休止率 (%)	
		コロナを理由 に休止			コロナを理由 に休止
白鷺・琴陵	11	11	18	61.1	61.1
城乾・東光	8	8	28	28.6	28.6
山陽	12	11	17	70.6	64.7
高岡	7	6	10	70.0	60.0
安室	4	4	13	30.8	30.8
花田・城山	6	6	17	35.3	35.3
四郷・東	4	4	13	30.8	30.8
書写・林田	11	11	17	64.7	64.7
大白書	3	2	19	15.8	10.5
灘	9	9	24	37.5	37.5
大的	19	19	33	57.6	57.6
飾磨西	8	8	22	36.4	36.4
飾磨	14	14	28	50.0	50.0
大津	8	8	19	42.1	42.1
広畑	11	11	26	42.3	42.3
朝日	8	8	23	34.8	34.8
網干	2	2	10	20.0	20.0
増位・広嶺	17	17	26	65.4	65.4
北	13	9	35	37.1	25.7
香寺	9	9	29	31.0	31.0
夢前	9	9	33	27.3	27.3
安富	2	0	9	22.2	0.0
家島	2	2	2	100.0	100.0
合計	197	188	471	41.8	39.9

⑥認知症サロン

令和2年度から閉じこもりや社会的孤立の予防のために、認知症サロンの運営支援を強化しており、地域の通いの場となっている。

(表6) 認知症サロンの活動状況

	令和2年度	令和3年度	
		目標値	実績
認知症サロン参加者数	2,887	3,000	2,791
認知症サロンのグループ数	98	103	93

※令和3年度は令和3年12月末状況

【まとめ】

- ・通いの場の活動は、感染予防に注意し継続するように周知している。しかし、新型コロナウイルス感染症の感染予防のため、自主的に活動を自粛するグループも多く、12月末時点で一度も活動していないグループが39グループある。また令和4年1月にまん延防止等重点措置が発令された後は、更に活動自粛をするグループが増加し、1月末時点では、197グループ（41.8%）が休止しており、グループ活動が制限されている。
- ・グループ活動が休止し通いの場に参加できない場合のフレイル予防として、自宅でも取り組めるよう、地域包括支援センター職員が出演した姫路版いきいき百歳体操を収録し、姫路ケーブルテレビとYouTubeで放映している。
- ・今後も通いの場の活動は感染対策の取り組みが必要であり、実施方法について検討したい。

（2）地域介護予防活動支援事業

地域活動組織の育成・支援や、介護予防に関するボランティア等の人材養成のための研修を行う。

①いきいき百歳体操グループへの継続支援

地域包括支援センター・保健センターが各グループへの活動支援を行う。

継続支援マニュアルに基づき、令和3年度より参加者に対して15項目の質問票（フレイルチェック票）を実施し、フレイル予防についての啓発を実施。

質問票の結果、必要なグループへ歯科・栄養士・運動指導士による健康教育を実施。また、生活機能の低下により、いきいき百歳体操への参加が中断する危険因子の有無を把握し、継続参加ができるように、支援を行っている。

（表7）質問票の実施

令和3年12月	241グループ	3,013人
---------	---------	--------

※質問票の内容については後期高齢者医療保険課で集計中

（表8）専門職による健康教育

	栄養士	歯科衛生士	運動指導士
令和3年12月末	0	1回	6回

運動指導士4回、歯科衛生士1回が、まん延防止等重点措置発令によりグループ活動が休止となったため中止。

②いきいき百歳体操グループ交流会

目的：介護予防の取り組みとして地域での「いきいき百歳体操」の自主グループ活動が広がっており、自主グループ活動の定着や継続支援として、また今後の地域での互助的活動を目指して実施するもの。

対象：いきいき百歳体操自主グループ参加者、地域の高齢者

内容：いきいき百歳体操の目的や効果の確認
グループワーク、グループ活動報告、情報交換
健康運動指導士による体操の方法について再確認と指導 等
地域の方への普及啓発・交流

(表 9) グループ交流会

年度	開催回数	参加人数
令和元年度	29回	1,155人
令和2年度	0回	0人
令和3年12月末	0回	0人

③地域リハビリテーション活動支援事業

実施：リハビリテーション専門職

対象：いきいき百歳体操参加者

開催場所：いきいき百歳体操の会場

内容：身体の使い方の改善で予防できる転倒・骨折や関節痛の悪化などにより中断する可能性がある者へのリハビリテーション専門職による相談と助言。

(表 10) リハビリ相談会の実施状況

年度	実施グループ数	相談者数(人)
令和元年度	2	6
令和2年度	3	8
令和3年12月	2	5

【まとめ】

- ・活動支援として、グループを訪問し、グループの状況把握や相談対応など支援を行っている。今年度より高齢者の質問票を実施し、フレイルについての説明や相談対応、また専門職による健康教育を行った。健康教育は歯科衛生士1回、健康運動指導士1回となっている。
- ・リハビリテーション活動支援事業は2回実施。
- ・交流活動は、新型コロナウイルス感染症の拡大予防のため、活動実績はなかった。
- ・グループ活動は、新型コロナウイルス感染症の拡大予防のため、自主的に休止するグループもあり、活動が制限された。

(3) 介護予防ボランティア事業

高齢者の生活を支えるために、地域や介護施設等において、ボランティア活動を行うあんしんサポーターの養成及び支援を行う。

①あんしんサポーターの養成・登録状況

あんしんサポーター養成研修 3回開催 (1コース15時間)

あんしんサポーター全体研修

あんしんサポーター交流会 1回開催

(表 11) あんしんサポーター登録数

	令和元年度	令和2年度	令和3年度
登録者数 (人)	539	568	597
新規受講者 (人)	20	29	30
全体研修会参加者 (人)	57	未実施	53
交流会参加者 (人)	58	45	45

※令和3年度は、令和4年1月末現在

②あんしんサポーター活動状況

(表 12) 市が指定する介護保険施設・事業所などの活用

	令和元年度	令和2年度	令和3年度
活動施設数 (か所)	35	9	8
延活動ボランティア数 (人)	1,027	166	43

※令和3年度は、12月末現在

(表 13) 地域包括支援センターでの活動 (通いの場における活動)

	令和元年度	令和2年度	令和3年度	
			目標値	実績
延実施・開催数 (回)	955	530	1000	479
延ボランティア活動人数 (人)	1,059	570		483
活動包括 (か所)	20	13		13

※令和3年度は、12月末現在

(表 14) 市が指定する在宅高齢者宅での活動 (65歳以上の独居または65歳以上世帯)

	令和元年度	令和2年度	令和3年度
利用登録者数 (人)	338	360	396
延利用者数 (人)	497	426	312
延ボランティア活動人数 (人)	362	338	261
延活動日数 (日)	1,295	1,053	874
活動包括 (か所)	17	17	20

※令和3年度は、12月末現在

(表 15) 在宅での活動内容

	令和元年度	令和 2 年度	令和 3 年 12 月末 現在
話し相手 (件)	402	174	163
ゴミ出し (件)	1,046	926	697
電球交換件 (件)	1	1	1
季節の衣替え (件)	0	0	1
荷物移動 (件)	0	0	0
趣味のお手伝い (件)	41	30	26
外出支援 (件)			0

令和 3 年度から外出支援 (1 時間以内の散歩や通いの場への参加支援) が追加。

(表 16) 活動交付金交付状況

	令和元年度	令和 2 年度	令和 4 年 2 月末 現在
交付人数 (人)	96	71	51
交付金額 (円)	359,500	218,500	173,400
姫路ポイント交付人数 (人)			3
ポイント数 (ポイント)			8,140

【まとめ】

- ・昨年に引き続き、新型コロナウイルス感染拡大予防のため、施設でのボランティア活動が大きく制限された。
 - ・今年度から活動内容を拡充。支援を受ける対象が、介護支援専門員等の支援を受けている認知症高齢者で日常生活自立度Ⅱ相当の場合、多世代帯同居であっても話し相手としての活動ができるようになった。また 1 時間程度の外出支援が追加となり、散歩の付き添いや通いの場への参加支援ができるようになった。
- 更に活動交付金の交付方法が拡充され、マイナンバーカード所有者に対してはひめじポイントでの交付方法が追加された。

2 令和4年度 介護予防事業の実施について

令和3年度に第8期姫路市介護保険事業計画を策定し、介護予防事業の目指す姿、方針が記載されているため、取組目標に沿って事業に取り組んでいく。

・介護予防に関する認識の変革について

後期高齢者が要介護状態になる原因となるフレイル予防を強化するために、介護予防に関する意識啓発や知識の普及を図るため普及啓発について取り組む。特に通いの場への参加の必要性を周知し、参加勧奨を行っていく。また、継続して参加できるように、フレイルチェック票を活用し、生活機能の低下に関する危険因子の早期発見と対応を行い、必要に応じて医療保険や保健部局と連携し保健指導につなげる体制を構築していく。

・高齢者の通える場があるまちづくり

高齢者が継続して参加することで介護予防の効果があるが、通いの場へ参加をしていない高齢者を参加勧奨するとともに、フレイル等で通いの場への参加が中断すること事を予防する取組みを実施する。

高齢者が通いの場への参加する動機付けとして参加者ポイントを付与する取組を実施する。

介護予防活動の促進として、ボランティア活動を行う高齢者の増加を図る。令和4年度から、介護予防ボランティアの養成研修の内容・時間を短時間に見直しを行う。

第8期介護保険事業計画取組目標

目標指標	目標値
	令和4年度
いきいき百歳体操の参加者数	10,800人
介護予防に関する普及啓発の回数	650回
いきいき百歳体操グループ数	515
通いの場におけるボランティア回数 (延べ回数・年間)	1,050回
認知症サロンの参加者数	3,100人
認知症サロンのグループ数	106