

令和6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6年12月17日(火)
13時30分～15時00分

場 所 姫路市総合福祉会館5階 第3会議室

1 説明・報告

- (1) 介護予防事業施策の概要について
- (2) 介護予防事業施策の実績について

2 協議

- (1) 姫路市の介護予防事業施策に関する戦略について
- (2) 今後の介護予防事業施策の運営について
- (3) その他

令和6年度姫路市介護予防事業施策評価委員会 委員名簿

区分	所属	氏名
学識経験者	兵庫県立大学理事兼副学長	内田 勇人
保健、医療及び福祉関係者	姫路市医師会 理事	来栖 昌朗
	姫路市歯科医師会 口腔保健センター内 歯科地域連携室	大岩 恵実
	兵庫県理学療法士会中播磨支部	大長 佳史
第1号被保険者	公募委員	菅原 益子

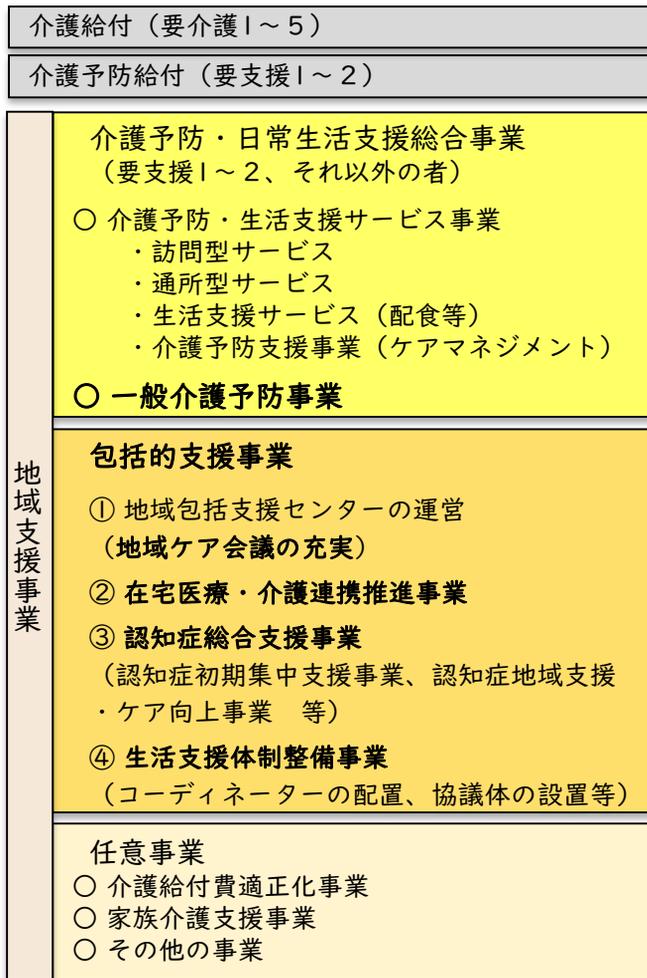
(敬称略)

令和6年度
介護予防事業施策評価委員会
説明資料

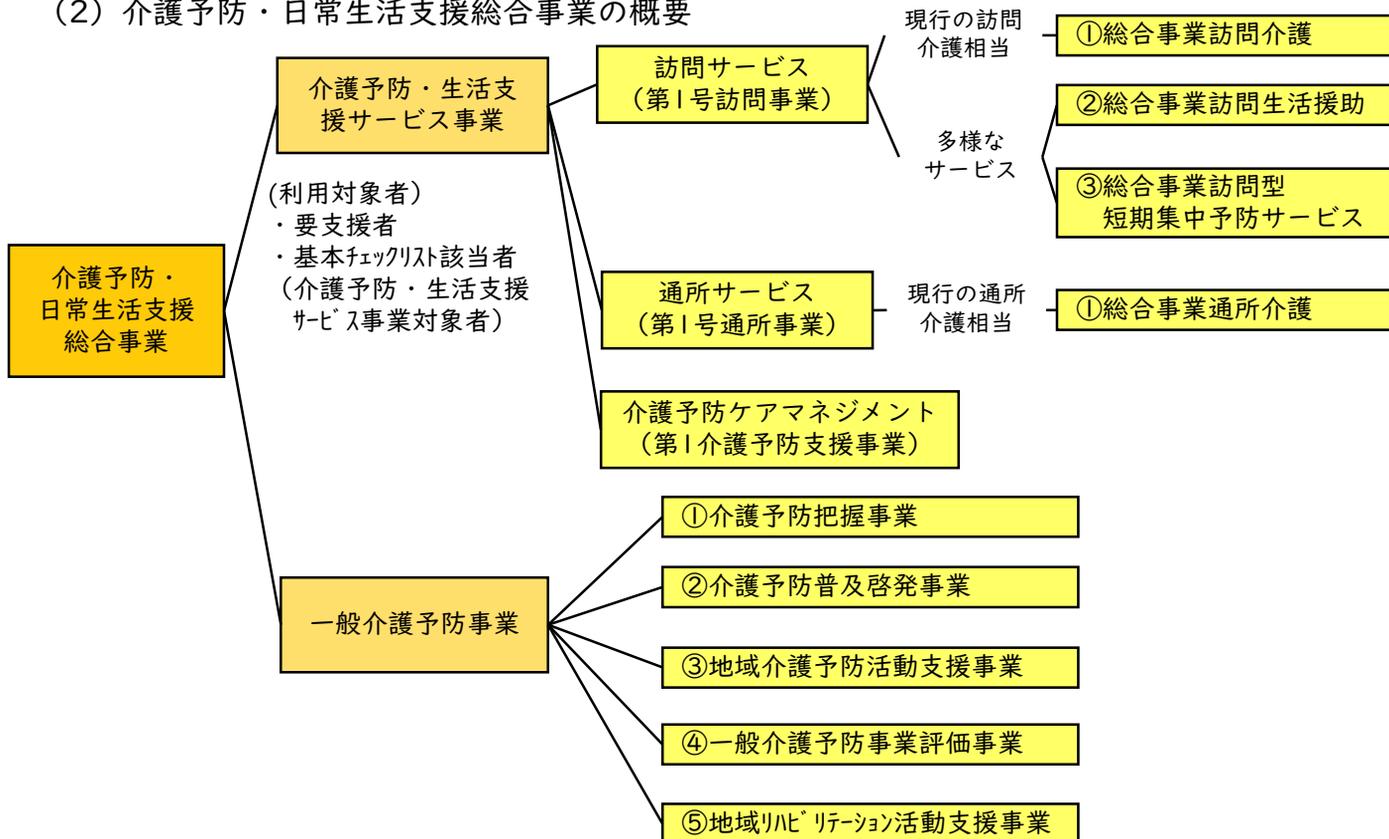
令和6年12月17日
地域包括支援課

介護予防事業について

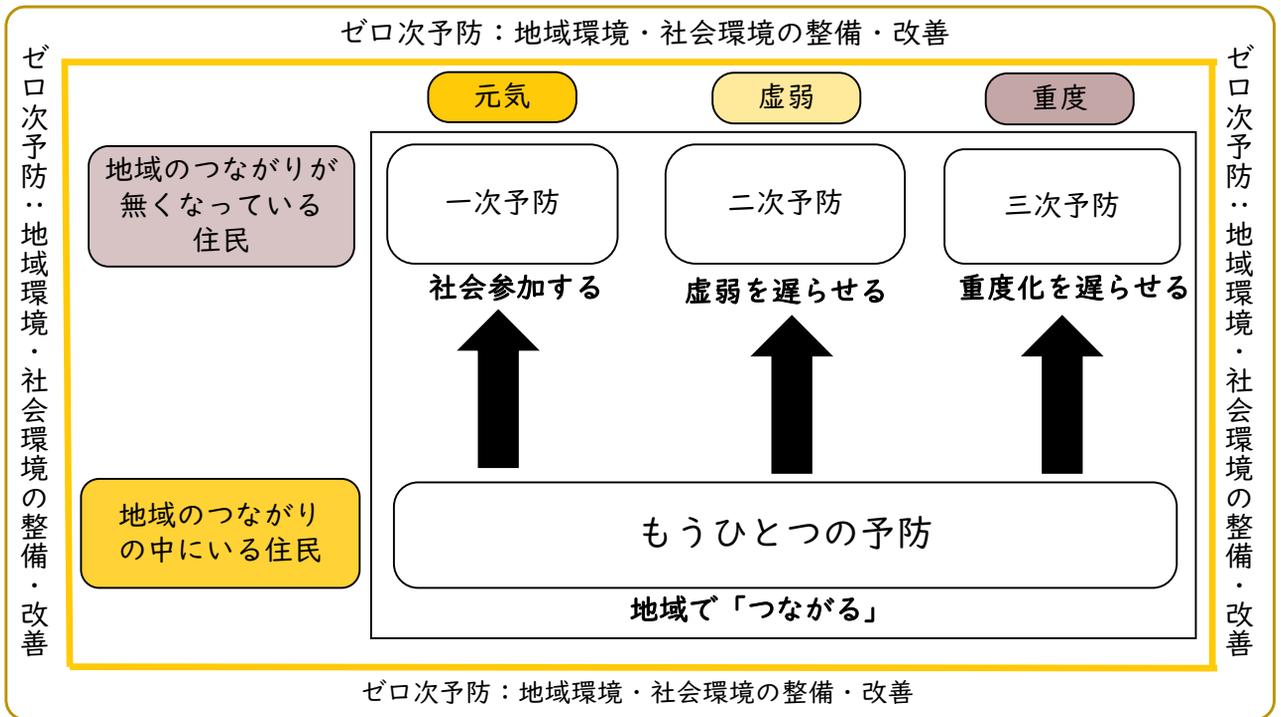
(1) 地域支援事業における介護予防事業の位置づけ <H27～>



(2) 介護予防・日常生活支援総合事業の概要



(3) 一般介護予防事業の位置づけ



(4) 一般介護予防事業の目的

住民主体の通いの場を充実させ、人と人とのつながりを通じて、参加者や通いの場が継続的に拡大していくような地域づくりを推進していくとともに、地域においてリハビリテーションに関する専門知識を活かした自立支援に資する取組を推進し、要介護状態になっても生きがい・役割をもって生活できる地域を構築することにより、介護予防を推進すること。

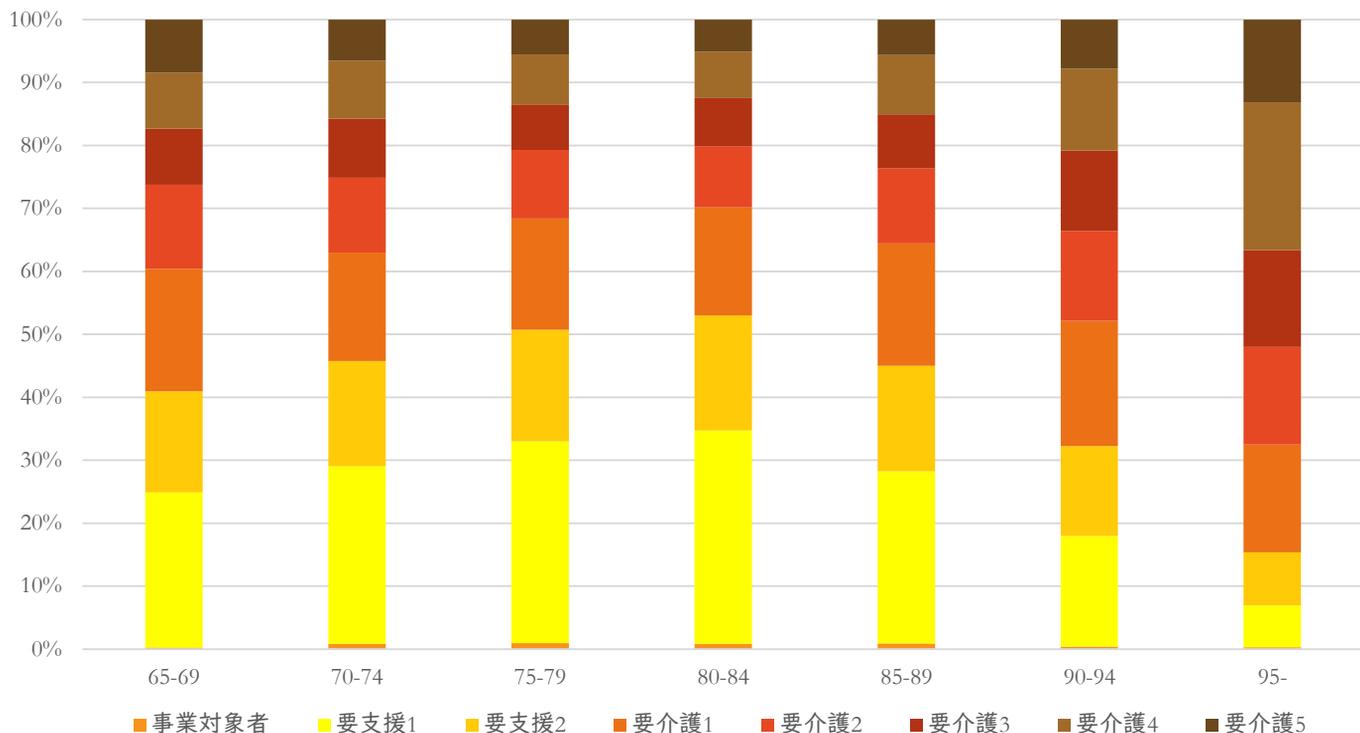
(5) 一般介護予防事業の概要

一般介護予防事業は5つの事業で構成されており、地域の実情に応じて必要な事業を組み合わせ、通いの場等の取り組みを推進している。

事業名	概要
介護予防把握事業	地域の実情に応じて収集した情報等の活用により、閉じこもり等の何らかの支援を要する者を把握し、住民主体の介護予防活動へつなげる
介護予防普及啓発事業	介護予防に資するパンフレットの配布や講演会の開催、運動、栄養、口腔等に係る介護予防教室の開催など介護予防活動の普及・啓発を行う
地域介護予防活動支援事業	市町村が介護予防に資すると判断する地域における住民主体の通いの場等の介護予防活動の育成・支援を行う
一般介護予防事業評価事業	介護保険事業計画に定める目標値の達成状況等の検証を行い、一般介護予防事業を含め、地域づくりの観点から総合事業全体を評価し、その評価結果に基づき事業全体の改善を行う
地域リハビリテーション活動支援事業	地域における介護予防の取組を機能強化するために、通所、訪問、地域ケア会議、サービス担当者会議、住民主体の通いの場等へのリハビリテーション専門職等の関与を促進する

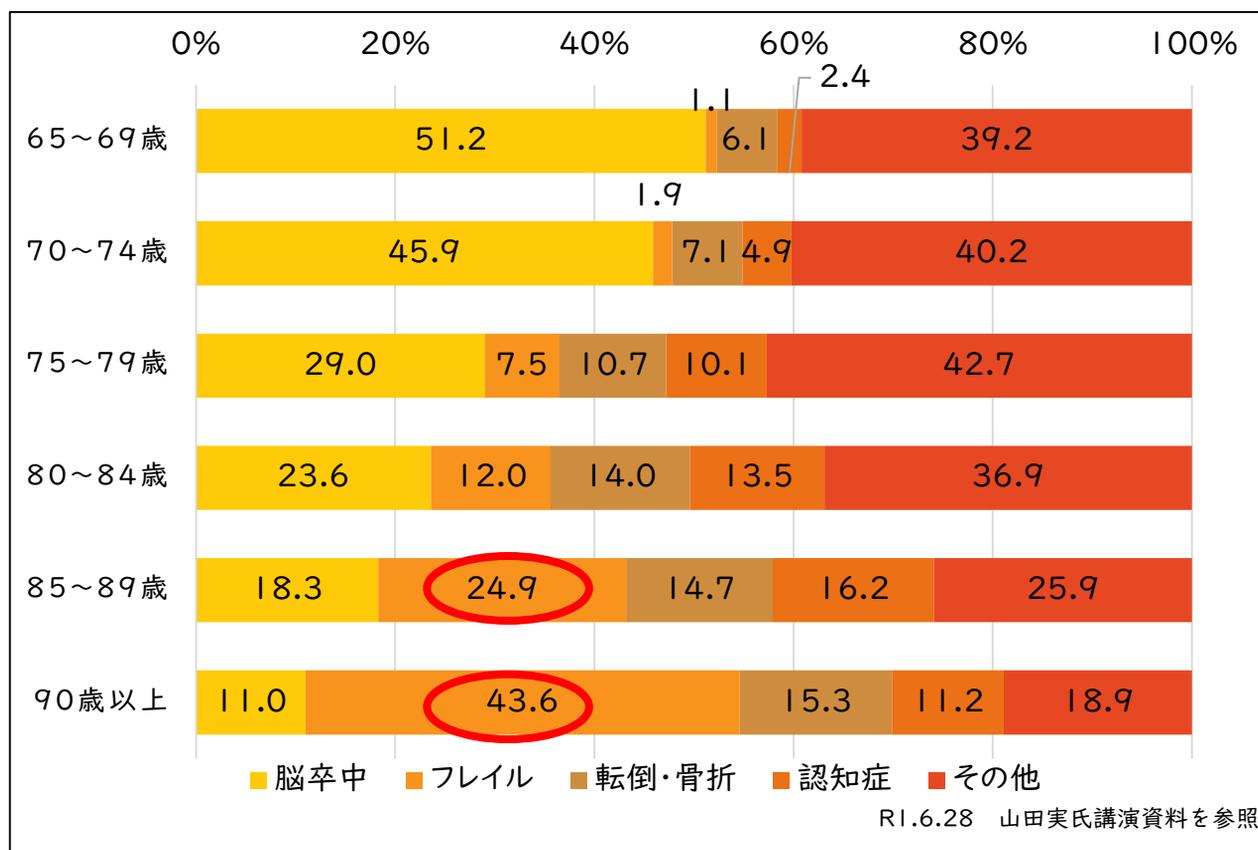
2 姫路市の介護予防事業の戦略

(1) 要支援・要介護認定者の状況



令和6年4-9月実績

(2) 年齢階級別の要介護度の原因

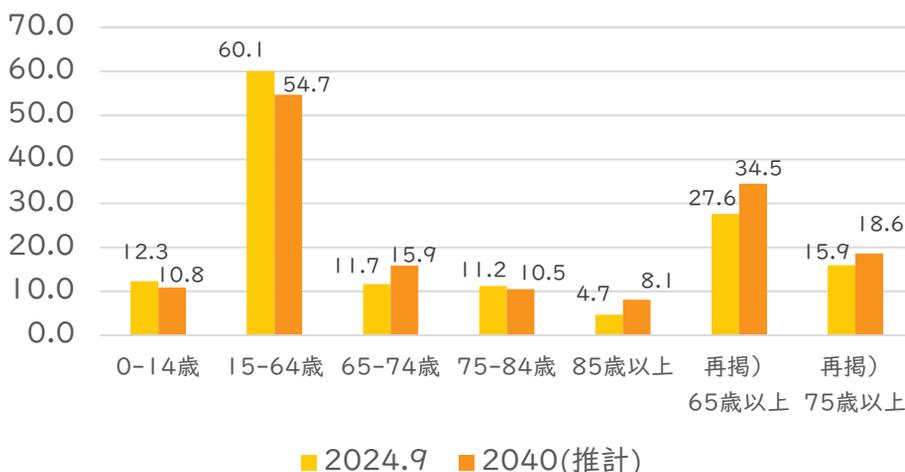


R1.6.28 山田実氏講演資料を参照

85歳以上の要介護の原因は、フレイルが急増する。

(3) 姫路市の将来の年齢階級別の人口推計

	2024.9		2040(推計)		変化量
	(人)	(%)	(人)	(%)	
総数	523,475	100.0	473,452	100.0	-50,023 -9.6
0-14歳	64,542	12.3	51,328	10.8	-13,214 -20.5
15-64歳	314,499	60.1	258,938	54.7	-55,561 -17.7
65-74歳	61,037	11.7	75,111	15.9	14,074 23.1
75-84歳	58,642	11.2	49,766	10.5	-8,876 -15.1
85歳以上	24,755	4.7	38,309	8.1	13,554 54.8
再掲) 65歳以上	144,434	27.6	163,186	34.5	18,752 13.0
再掲) 75歳以上	83,397	15.9	88,075	18.6	4,678 5.6



(4) 戦略

通いの場に、新規者および要支援者の参加が増加し、全参加者が継続して通いの場に
通い続けることで要介護状態になる人を減らす

3 令和6年度の介護予防事業施策の実施状況

(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、相談会、教室、地域における自主活動グループ(いきいき百歳体操)の立ち上げ支援を実施する。

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

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
R5年度	302回	6,639人	83回	1,805人
R6年9月末	198回	3,819人	63回	1,237人

※いきいき百歳体操の新規グループ立ち上げ支援は保健センター・地域包括支援センターが合同で実施

②YouTube姫路動画チャンネルに姫路版いきいき百歳体操を掲載

③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（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仲間と集まり活動できる自主活動として、活動支援を行っている。

住民主体の活動だが、住民同士がお互いを見守りあう互助的活動に発展することを目指している。

	R3	R4	R5	R6(9月末)
参加者実人数	7,362人	7,612人	8,388人	7,820人
グループ数	470か所	476か所	480か所	475か所
高齢者参加率	5.1%	5.3%	5.8%	5.4%

④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。

	R3	R4	R5	R6(9月末)
登録者数	2,778	2,876	2,908	2,898
グループ数	93	95	96	96

⑤地域包括支援センター毎の通いの場(いきいき百歳体操)の活動状況

	令和5年度					令和6年度(9月末)				
	登録グループ数	高齢者千人当りグループ数	参加実人員	高齢人口	参加率	登録グループ数	高齢者千人当りグループ数	参加実人員	高齢人口	参加率
白鷺・琴陵	19	2.5	282	6,557	4.3	19	2.9	265	6,555	4.0
城乾・東光	30	3.2	521	8,249	6.3	31	3.8	465	8,192	5.7
山陽	21	2.0	527	9,021	5.8	21	2.3	457	9,164	5.0
高岡	10	1.6	229	5,527	4.1	9	1.6	147	5,567	2.6
安室	12	2.1	154	6,212	2.5	12	1.9	177	6,247	2.8
花田・城山	18	3.7	238	4,639	5.1	18	3.8	213	4,678	4.6
四郷・東	14	1.9	313	6,271	5.0	15	2.4	293	6,251	4.7
書写・林田	16	1.7	363	7,562	4.8	16	2.1	307	7,536	4.1
大白書	18	3.2	285	5,420	5.3	17	3.1	282	5,430	5.2
灘	23	3.2	377	6,829	5.5	23	3.4	348	6,852	5.1
大的	28	7.1	335	3,920	8.5	28	7.1	314	3,924	8.0
飾磨西	25	3.1	328	6,652	4.9	20	3.0	316	6,697	4.7
飾磨	29	3.5	492	7,807	6.3	28	3.6	489	7,847	6.2
大津	18	2.4	276	6,646	4.2	20	3.0	324	6,619	4.9
広畑	29	3.0	517	8,490	6.1	28	3.3	475	8,538	5.6
朝日	23	3.0	607	7,296	8.3	23	3.1	521	7,363	7.1
網干	10	2.1	215	4,622	4.7	11	2.4	209	4,624	4.5
増位・広嶺	26	2.7	436	9,789	4.5	26	2.6	409	9,898	4.1
北	35	5.3	652	6,463	10.1	35	5.4	653	6,460	10.1
香寺	30	4.8	561	6,203	9.0	28	4.5	475	6,228	7.6
夢前	35	5.3	536	6,257	8.6	35	5.6	523	6,283	8.3
安富	9	5.0	109	1,623	6.7	10	6.1	140	1,637	8.6
家島	2	0.5	35	1,870	1.9	2	1.1	18	1,844	1.0
計	480	3.3	8,388	143,925	5.8	475	3.3	7,820	144,434	5.4

(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っている。

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 13Pの資料1参照）を実施し、フレイル予防の啓発を実施しており、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している。

生活機能の低下によりいきいき百歳体操への参加を中断し者に対して、個々の状況を把握し必要な支援を行い、再度参加できるように支援を行っている。

【質問票の実施状況】

令和4年度	341グループ	4,079人
令和5年度	429グループ	5,105人

P10に分析結果を掲載

【健康教育の実施状況】

令和6年度（9月末）	栄養士	歯科衛生士	運動指導士	薬剤師
地域包括支援課	3回	1回	10回	-
後期高齢者医療保険課※	0回	6回	-	8回

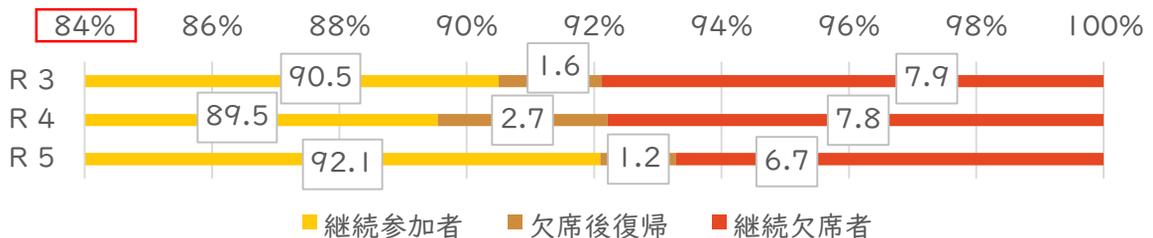
※高齢者への保健事業と介護予防の一体的な実施としての取り組み

【いきいき百歳体操交流会の実施状況】

令和5年度	7回	219人
令和6年9月	3回	142人

- ・他グループの活動がわかり、意欲向上につながった
- ・世話役同士で悩みを共有し、世話役の支援ができた
- ・体操の説明を聞き、何のための体操なのか理解できた

【通いの場の継続支援】



②地域リハビリテーション活動支援事業

いきいき百歳体操参加者で、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を行っている。

年度	実施グループ数	相談者数（人）
令和4年度	4	8
令和5年度	5	12
令和6年9月末	3	7

③通いの場参加ポイント事業について

いき百の新規参加者の拡充と継続支援を行うため、いき百に参加した40歳以上の姫路市民にひめじポイントを付与する。

週に1回参加で50ポイント、お世話係は更に50ポイントを付与し、年間付与上限は3000ポイントとする。

年度	参加グループ数	活動者数（人）
令和5年度	247	1,867
令和6年9月末	259	1,890

ポイント事業 R5年度 包括別の状況（家島は参加者0）

包括	令和5年度					令和6年度				
	参加グループ数	参加グループ率	活動者	参加率	交換達成率	参加グループ数	参加グループ率	活動者	参加率	
白鷺・琴陵	8	42.1	50	17.7	70.0	8	42.1	54	20.4	
城乾・東光	9	30.0	37	7.1	54.1	11	35.5	31	6.7	
山陽	13	61.9	102	19.4	64.7	14	66.7	126	27.6	
高岡	6	60.0	47	20.5	53.2	6	66.7	46	31.3	
安室	10	83.3	109	70.8	75.2	10	83.3	105	59.3	
花田・城山	13	72.2	83	34.9	73.5	15	83.3	82	38.5	
四郷・東	10	71.4	80	25.6	71.3	11	73.3	78	26.6	
書写・林田	5	31.3	58	16.0	77.6	5	31.3	62	20.2	
大白書	6	33.3	43	15.1	72.1	7	41.2	46	16.3	
灘	17	73.9	188	49.9	86.2	18	78.3	188	54.0	
大的	15	53.6	63	18.8	79.4	15	53.6	61	19.4	
飾磨西	9	36.0	71	21.6	59.2	9	45.0	69	21.8	
飾磨	9	31.0	54	11.0	64.8	9	32.1	49	10.0	
大津	11	61.1	72	26.1	68.1	12	60.0	70	21.6	
広畑	21	72.4	173	33.5	67.1	22	78.6	159	33.5	
朝日	16	69.6	186	30.6	69.9	16	69.6	182	34.9	
網干	3	30.0	8	3.7	87.5	5	45.5	9	4.3	
増位・広嶺	8	30.8	28	6.4	46.4	8	30.8	23	5.6	
北	16	45.7	116	17.8	68.1	18	51.4	132	20.2	
香寺	23	76.7	175	31.2	78.3	23	82.1	175	36.8	
夢前	11	31.4	94	17.5	73.4	12	34.3	100	19.1	
安富	7	77.8	30	27.5	70.0	8	80.0	43	30.7	
家島	1	50.0	0	-	-	1	50.0	0	-	
計/市平均	247	54.8	1,867	22.3	71.3	263	55.4	1,890	24.2	

ポイント事業の実施所感と今後の展望

- ・「ポイントがもらえることで面倒でも通おうと思うようになった」との声が複数聞かれ、ポイント事業が参加継続支援の一助となっている場面が確認できた。
- ・交換方法はマイナンバーカード及び署名用電子証明書暗証番号を必要とする複雑な形式であり、サポート会を24回開催し、639人が来所した。9月末までに71.3%が交換完了に至ることができたが、「交換を諦める」といった声も聞かれた。
- ・R7年度以降は操作が簡易化された高齢者支援課で運用している新アプリへの移行を予定しており、R6年度に取得したポイントも、新アプリにて合算のうえ付与する予定である。

(3) 介護支援ボランティア（あんしんサポーター）事業

①介護支援ボランティア（あんしんサポーター）の養成

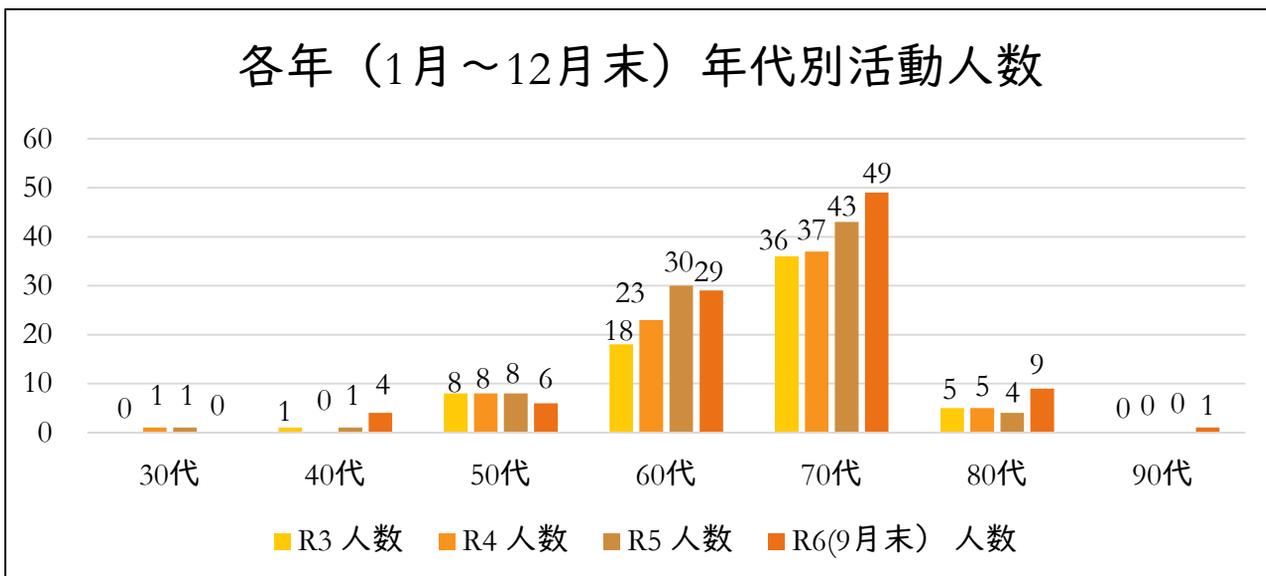
高齢者の生活支援とボランティア活動を行う者自身の介護予防を目的として、地域や介護保険施設等においてボランティア活動を行う「あんしんサポーター」を平成23年度から養成している。養成研修には延べ903名が受講し、活動意向のある人は研修受講後に「あんしんサポーター」として登録している。

年度	R 3	R 4	R 5	R 6 (10月末)
活動可能人数(学生除く)	319名	313名	374名	406名

各年（1月から12月末）の活動人数は以下の表のとおりである。コロナ禍の影響で令和3年に減少したが、徐々に回復しつつある。

各年 (1月～12月)	R元	R 2	R 3	R 4	R 5	R 6 (9月末迄)
活動を行った人数	122名	110名	68名	74名	87名	98名

【各年（1月から12月末）の活動者の年齢別の内訳】



あんしんサポーター活動をされている年代は主に60代、70代となっている。

②介護保険施設・事業所での活動内容

姫路市が指定した介護保険施設・事業所において、以下の活動を行っている。活動にはあんしんサポーターが直接施設に申し込みをおこない、施設担当者と調整している。

- ・ あんしんサポーターの特技を活かしたレクリエーションの実施及び参加支援
- ・ 催事に関する手伝い
- ・ 散歩・屋内移動時などの見守り・声かけ
- ・ 話し相手・傾聴、お茶出し
- ・ 食堂内での配膳・下膳の補助
- ・ 職員と共に行う軽微かつ補助的な作業（清掃・草刈り補助・洗濯物の整理等）

年度	R 3	R 4	R 5	R 6 (9月末)
登録施設数	108施設	109施設	109施設	120施設
受入施設数	6施設	4施設	8施設	10施設
参加人数(延)	61人	147人	248人	155人

③地域包括支援センターでの活動

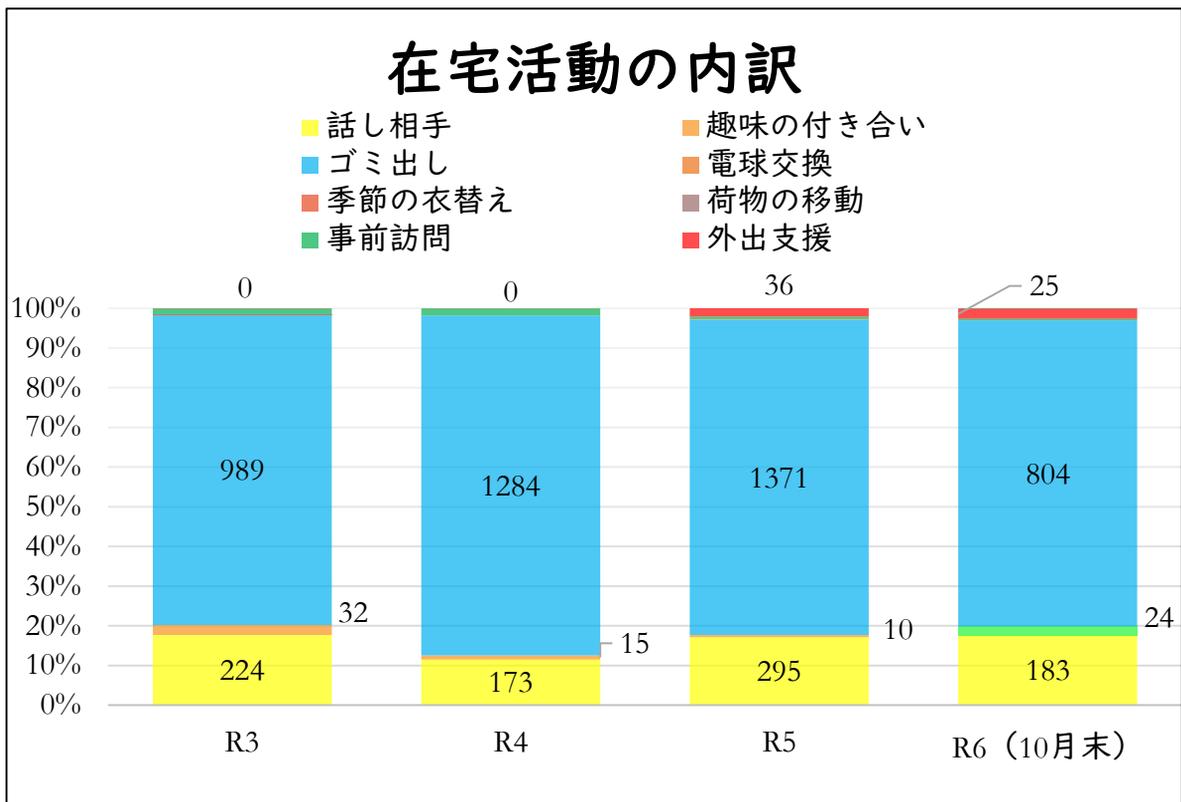
地域包括支援センターが開催する各種高齢者向け教室等への支援活動。
 地域包括支援センターが運営支援を行う「通いの場」への支援活動。
 地域包括支援センターでの活動を希望しているあんしんサポーター名簿を基に、地域包括支援センターから連絡し、利用調整を行なっている。

年度	R 3	R 4	R 5	R 6 (9月末)
受入包括数	14 包括	14 包括	14 包括	14 包括
参加人数 (延)	618人	682人	1,062人	567人

④在宅高齢者宅での活動

65歳以上の独居または65歳以上世帯の自宅に訪問して行う活動として、以下の活動を行っている。
 令和5年度からは1時間以内の散歩やいきいき百歳体操の送迎時の外出支援を行っている。また、
 令和6年度からは外出支援に買い物支援を加えている。
 現在、活動の多くはゴミ捨てや話し相手となっている。

- ・話し相手
- ・趣味のお付き合い
- ・ゴミ出し
- ・電球交換
- ・季節の衣替え
- ・荷物の移動
- ・事前訪問
- ・外出支援 (R5～)



(4) その他、通いの場の拡充および継続支援に向けた取組み

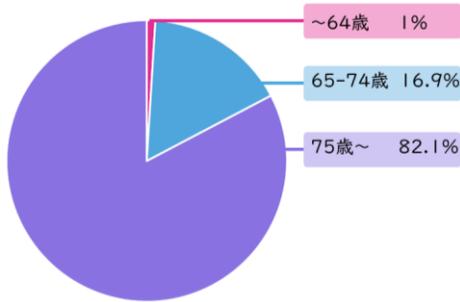
生活支援体制整備事業の活用 ※事業の体系図については資料2 (14ページ) を参照

地域包括ケアシステムの実現に向け、生活支援・介護予防を一体的に実施するために、支援の担い手として高齢者が地域活動に参加することで、健康づくり・生きがい・介護予防となること。
 また住民が主体となり地域のつながりや支えあいを強化し、高齢者が孤立せずに安心して暮らせる社会を築くことを目指している。通いの場の継続や必要性についても協議しており、生活支援体制検討会議から通いの場が立ち上がった地域もある。

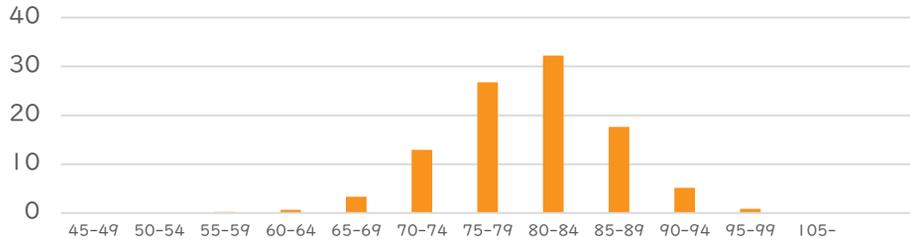
4 令和6年度 姫路市の取り組み

(1) R5年度の通いの場参加者5105人に実施したフレイルチェック票データの分析

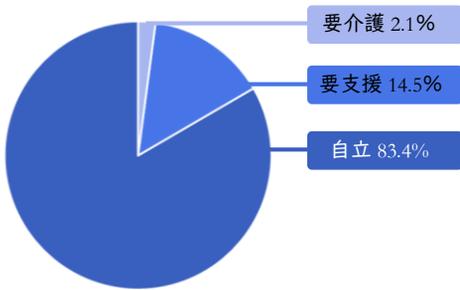
①通いの場参加者の年齢構成



通いの場参加者の年代別割合



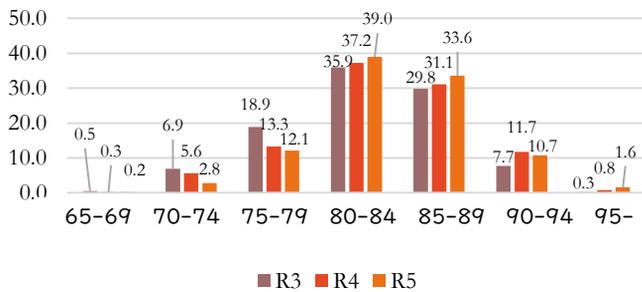
②通いの場参加者の要支援・要介護認定状況について



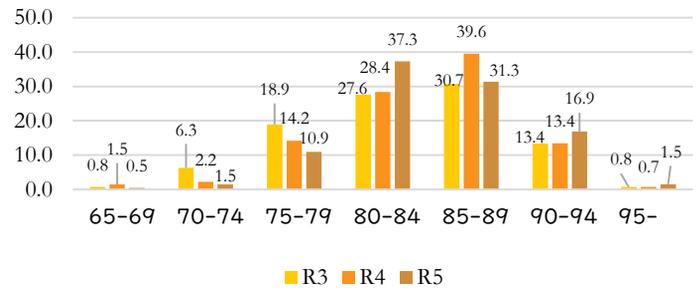
通いの場に参加する要支援者の年代別割合



要支援1認定者の経年参加率



要支援2認定者の経年参加率

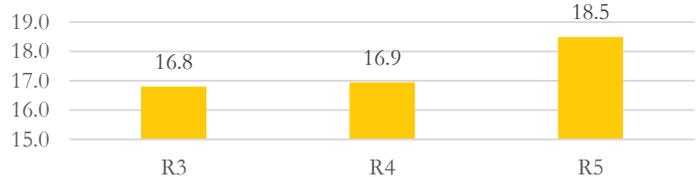


③フレイルリスクについて

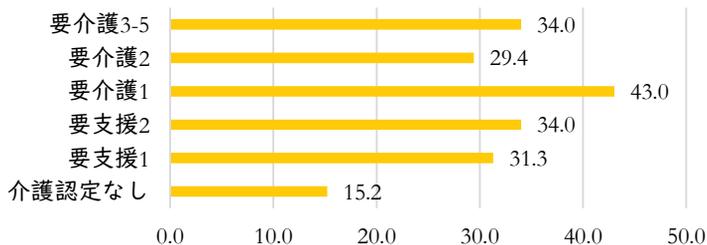
質問票回答者5105人のうち、5領域の12項目から4点以上得点したハイリスク者

- ①運動機能 (問7・8・9・13)
- ②栄養状態 (問3・6)
- ③口腔機能 (問4・5)
- ④認知機能 (問10・11)
- ⑤社会的側面 (問14・15)

全回答者に占めるフレイルリスク者の割合



認定ごとのフレイルリスク者

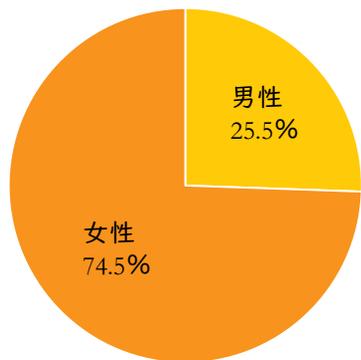


介護認定	全回答者	フレイルリスク4点
要介護3-5	7人	2人
要介護2	17人	5人
要介護1	79人	34人
要支援2	203人	69人
要支援1	508人	159人
介護認定なし	4077人	621人

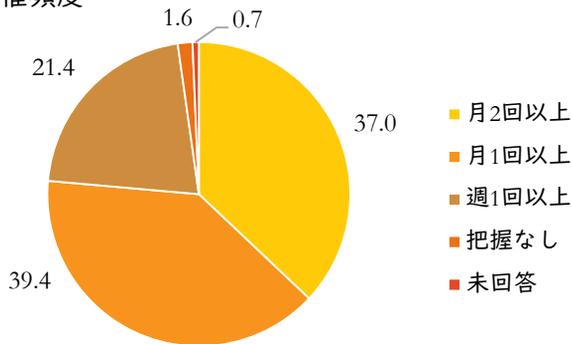
(2) 姫路市で定期的に行う場の状況 (いきいき百歳体操・認知症サロンを除く)

地域包括支援センターの調査により把握した894か所7703人の活動状況データ

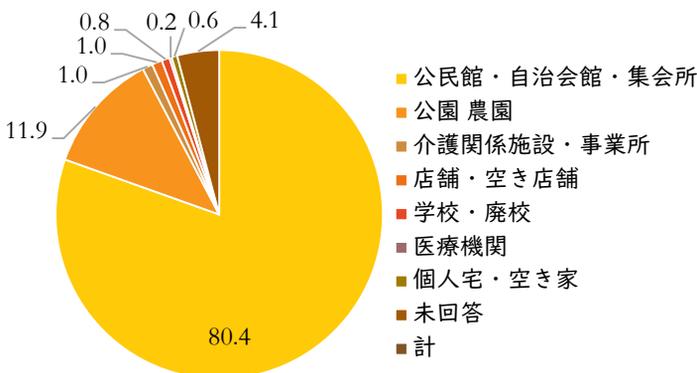
①男女比



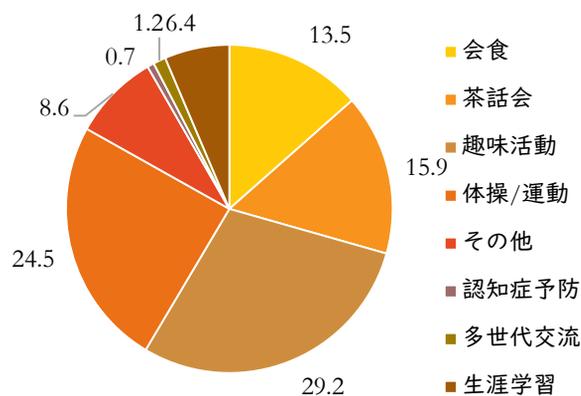
②開催頻度



③開催場所



④活動内容



※単位はすべて%

⑤活動内容の詳細と男女別の参加人数

活動内容区分	男	女
会食	200	1321
茶話会	651	1349
趣味活動	220	723
体操/運動	583	945
その他	146	670
認知症予防	4	38
多世代交流	39	80
生涯学習	94	526
計	1937	5652

活動内容(その他)	男	女
ピンボウリング	2	11
歌謡教室	4	4
よさこい	3	3
体操	1	129
文化等	0	17
洋裁	0	6
自彊術	0	5
フラ	0	23
友禅	0	5
茶道	14	59
太極拳	4	10
パソコン教室	10	18
パン教室	0	24
囲碁	44	2
俳句	4	16
料理教室	15	32
里山会	25	10
ストレッチ	0	4
コーラス	7	143
書道	7	35
手芸	0	30
絵葉書教室	0	11
箏	0	5
気功	0	18
絵画教室	4	4
着付け教室	0	9
三味線	4	10
ヨガ	0	31

活動内容(その他)	男	女
輪投げ	2	27
健康舞踊	0	9
文庫	0	4
古典文学	0	6
扇舞	1	3
大正琴	0	49
華道	0	17
カラオケ	30	45
フラワーアレンジメント	1	12
謡曲	6	1
朗読	0	17
フラダンス	0	8
読書会	0	7
囲碁ボール	2	8
グランドゴルフ	223	213
歌	1	23
花のじぎく	0	4
ダンス	2	18
吟道	1	10
古文書	1	10
ラダー	4	11
トーンチャイム	0	10
茶話会・手芸・カラオケ	3	18
禁煙教室	5	5
健康教室	0	0
講演会等	17	93
地域包括職員による講話等	18	53
映画鑑賞、演奏会など	0	0

5 令和7年度の介護予防事業施策の運営方針

- ①通いの場への新規者・要支援者の参加を促進する
 - ・会場の構造等の詳細を把握する
 - ・地域密着の場所への参加が難しい人に対する検討
- ②通いの場のお世話役の負担軽減に向けた取り組み
 - ・あんしんサポーターの活用促進
 - ・お世話系の負担について具体的に把握する

姫路市フレイルチェック票

氏名	(男・女)	生年月日	T・S 年 月 日 (歳)
住所	姫路市	電話番号	
高血圧の治療をしていますか		<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ <input type="checkbox"/> 中断	
糖尿病の治療をしていますか		<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ <input type="checkbox"/> 中断	
介護保険の要介護認定を受けていますか		<input type="checkbox"/> はい (要支援1・2 要介護1・2・3・4・5) <input type="checkbox"/> いいえ	

No	質問	回答：いずれかに✓をつけてください		
0	「フレイル」という言葉と意味を知っていますか	<input type="checkbox"/> 1 言葉も意味も知っていた <input type="checkbox"/> 2 言葉は知っていたが、意味は知らなかった <input type="checkbox"/> 3 言葉も意味も知らなかった		
健康状態	1 あなたの現在の健康状態はいかがですか	<input type="checkbox"/> 1 よい <input type="checkbox"/> 2 まあよい <input type="checkbox"/> 3 ふつう <input type="checkbox"/> 4 あまりよくない <input type="checkbox"/> 5 よくない		
心	2 毎日の生活に満足していますか	<input type="checkbox"/> 1 満足 <input type="checkbox"/> 2 やや満足 <input type="checkbox"/> 3 やや不満 <input type="checkbox"/> 4 不満		
食	3 1日3食きちんと食べていますか	<input type="checkbox"/> 1 はい	<input checked="" type="checkbox"/> 2 いいえ	栄養状態
口腔	4 半年前に比べて固いもの(*)が食べにくくなりましたか *さきいか、たくあんなど	<input checked="" type="checkbox"/> 1 はい	<input type="checkbox"/> 2 いいえ	口腔機能
	5 お茶や汁物等でむせることがありますか	<input checked="" type="checkbox"/> 1 はい	<input type="checkbox"/> 2 いいえ	口腔機能
体重	6 6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	<input checked="" type="checkbox"/> 1 はい	<input type="checkbox"/> 2 いいえ	栄養状態
運動・転倒	7 以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか	<input checked="" type="checkbox"/> 1 はい	<input type="checkbox"/> 2 いいえ	運動機能
	8 この1年間に転んだことがありますか	<input checked="" type="checkbox"/> 1 はい	<input type="checkbox"/> 2 いいえ	運動機能
	9 ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか	<input type="checkbox"/> 1 はい	<input checked="" type="checkbox"/> 2 いいえ	運動機能
認知機能	10 周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあるとされていますか	<input checked="" type="checkbox"/> 1 はい	<input type="checkbox"/> 2 いいえ	認知機能
	11 今日が何月何日かわからない時がありますか	<input checked="" type="checkbox"/> 1 はい	<input type="checkbox"/> 2 いいえ	認知機能
喫煙	12 あなたはたばこを吸いますか	<input type="checkbox"/> 1 吸っている <input type="checkbox"/> 2 吸っていない <input type="checkbox"/> 3 やめた		
社会参加	13 週に1回以上は外出していますか	<input type="checkbox"/> 1 はい	<input checked="" type="checkbox"/> 2 いいえ	運動機能
サポート	14 ふだんから家族や友人と付き合いがありますか	<input type="checkbox"/> 1 はい	<input checked="" type="checkbox"/> 2 いいえ	社会的側面
	15 体調が悪いときに、身近に相談できる人がいますか	<input type="checkbox"/> 1 はい	<input checked="" type="checkbox"/> 2 いいえ	社会的側面
16	記入したフレイルチェック票を姫路市の保健事業に活用することに同意しますか	<input type="checkbox"/> 1 はい※	<input type="checkbox"/> 2 いいえ	

※必要に応じて市から案内がある場合があります

職員記入欄

受付者	対応結果 1 問題なし 2 個別指導 (栄養 口腔 運動 認知 その他) 3 勧奨 (医療 介護 フレイル相談 生活習慣病相談)	特記事項
-----	---	------

3 姫路市地域ケア会議の体系デザイン

