

介護予防・生活支援の取組について

1 主旨

団塊の世代が75歳以上となる2025年を目途に、要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けることができるよう、医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される体制を地域の自主性や主体性に基づき、地域の特性に応じて構築していく。

2 これまでの取組

平成29年4月から介護予防・日常生活支援総合事業を開始し、身近な場所で住民が主体となって行う住民主体サービスや短期間に改善を目指す短期集中予防サービスなど多様なサービスの提供を行ってきた。

また、高齢者会館を介護予防の拠点施設と位置付け介護予防事業を展開するとともに、その他区有施設や民間施設を活用し、高齢者が参加しやすい環境の整備にも努めている。

第8期介護保険事業計画が始まった令和3年度以降は、ICTの活用を支援するため、「ICTサポーター」を募集・育成し、高齢者同士の支えあいによる支援体制を構築した。

さらに、令和4年度には「あなたの近くの通いの場マップ」というパンフレットを作成し、高齢者の社会参加を促す情報の発信ツールとして活用している。

また、介護予防の基本方針に基づき、高齢者の虚弱化を早期に発見し、改善を図る取組を進めるため、リハビリテーション専門職等がケアプランの段階から関与し、早期の機能回復を目指すとともに、地域の団体等に対し運動や生活機能改善に向けた取組への支援を行っている。

(1) 介護予防・日常生活支援総合事業の実施状況

①介護予防・生活支援サービス事業 ・住民主体サービス

	令和2年度	令和3年度	令和4年度
訪問型（シルバーサポート） ※中野区シルバー人材センターに委託	実利用人数 23名	実利用人数 17名	実利用人数 10名
	利用時間数 延べ705時間	利用時間数 延べ419時間	利用時間数 延べ416時間
通所型（ミニデイサービス） ※高齢者会館に委託	実利用者数 159名	実利用者数 159名	実利用者数 155名
補助事業（中野区住民主体サービス事業補助金）	実施団体 3団体	実施団体 3団体	実施団体 4団体

・短期集中予防サービス

		令和2年度	令和3年度	令和4年度
なかの元気アップ訪問 ※リハビリテーション専門職が自宅を訪問し、生活動作の向上等を支援する。令和2年度モデル事業		実利用人数 4名	実利用人数 4名	実利用人数 15名
		実施回数 延べ23回	実施回数 延べ22回	実施回数 延べ85回
なかの元気アップセミナー	テキパキ運動機能向上プログラム ※機能訓練指導員等による転倒・骨折予防と腰痛・膝痛対策	コース数 11コース	コース数 11コース	コース数 11コース
		参加人数 延べ859名	参加人数 延べ924名	参加人数 延べ904名
	食べる幸せ口腔機能向上プログラム ※口腔機能向上、栄養改善、軽体操による健康プログラム	コース数 1コース	コース数 2コース	コース数 2コース
		参加人数 延べ18名	参加人数 延べ53名	参加人数 延べ36名

・介護予防ケアマネジメント

		令和2年度	令和3年度	令和4年度
ケアマネジメントA※	包括実施分	18,619件	10,476件	10,715件
	居宅介護事業所実施分		7,247件	7,044件
ケアマネジメントB※		256件	235件	283件
ケアマネジメントC※		4件	2件	10件

※ケアマネジメントA…介護予防支援と同様のケアマネジメント（訪問、通所）

ケアマネジメントB…サービス担当者会議やモニタリングを省略した

ケアマネジメント（住民主体（委託）、短期集中予防）

ケアマネジメントC…サービス利用開始時のみ行うケアマネジメント

（住民主体（補助））

②一般介護予防事業

・元気アップ体操ひろば

	令和2年度	令和3年度	令和4年度
会場実施（区内6か所）	参加人数 延べ1,922名	参加人数 延べ2,835名	参加人数 延べ4,594名
オンライン実施	参加人数 延べ442名	参加人数 延べ842名	参加人数 延べ1,261名

(2) これまでに行った見直しについて

通所型短期集中予防サービスは、地域包括支援センターのケアマネジメントが必要であり、「短期的に改善が見込まれる者に対する専門職による集中的なサービス」という目的に沿った対象者がタイミング良く集まらないといった課題があった。プログラムによってはリピート率が高く、改善効果が見受けられないということから、令和2年度及び令和5年度に通所型の一部のプログラムを一般介護予防事業へ移行させた。また、令和2年度から時期や支援内容を個々のニーズに合わせて実施することができる訪問型を実施した。

また、「なかの元気アップ体操ひろば」は、新型コロナウイルス感染症の拡大により、民間施設での実施からオンラインによる実施に切り替えて継続したが、会場での実施が再開した後もオンライン実施を拡充し、それぞれの状況に応じて参加方法を選択できるようにしている。

3 第9期計画の策定に向けての考え方

(1) ケアマネジメントの質の向上

短期集中予防サービスをはじめとした総合事業を効果的に活用し、できる限り元気に自分らしく、地域での暮らしを続けられるようにするためには、介護予防ケアマネジメントがしっかりできていることが重要である。しかし、居宅介護支援事業所の廃止等による地域のケアマネ不足や介護報酬の低さからケアマネジメントの外部委託が困難な状況になっており、介護予防ケアマネジメントが地域包括支援センターの業務を圧迫している。

地域包括支援センターは、総合相談、権利擁護、包括的・継続的ケアマネジメント支援などのほか、認知症、介護予防、家族介護者等への支援においても重要な役割を担っており、これらの業務にも支障を来す恐れがある。区が地域包括支援センターの業務改善や効率化に積極的に関与することで業務負担の軽減を促進する必要がある。

また、地域にあるインフォーマルサービスや自主活動などの社会資源を共有化できるよう、情報提供のためのシステムやツールを充実させ、適切なケアプラン作成を支援し、ケアマネジメントの質の向上を図っていく。

(2) 地域の居場所や活動の充実

元気な高齢者による住民主体サービスの実施や身近な地域での自主的な活動の促進のため、ICTサポーターの募集・育成等、これまで地域の活動に参加していない新たな担い手の掘り起こし等に取り組んでいるところであるが、これらの活動の更なる促進のためには、地域資源の把握やネットワークづくりなどとともに、活動と担い手をつなぐマッチング機能の強化が重要と考えている。生活支援コーディネーターを中心に社会福祉協議会など中間支援組織と連携し、マッチング機能の強化に取り組む必要がある。

また、新型コロナウイルス感染症の影響が長期化したことで外出機会が減り、高齢者の「閉じこもり」が課題となっており、特に男性は地域の居場所や活動につながりにくい傾向があるため、重点的な取組が必要である。介護予防事業や地域の居場所に男性を取り込

むために、今後はICTサポーターや参加者を男性限定にして活動している団体など区内の好事例を参考に、新たなアプローチや取組等を検討していく。

(3) 総合事業の対象者の弾力化(※)による新たな課題への対応

区では住民主体サービスの弾力化を実施し、「なじみの関係」を大切にした「その人らしい生活の継続」を目指している。地域とのつながりを継続することにより重症化防止が図られている一方、会場までの行き帰りが困難な方への対応がないことや専門職がいない中でどこまで支援できるか等が課題となっており、運営団体と参加者が共に安心して参加できる環境を整えることが求められている。

弾力化の更なる推進のため、区と地域包括支援センターによる、ケアマネジャーと住民主体サービス提供団体等の連携への支援や、リハビリテーション専門職等の関与による住民ボランティアの不安軽減のほか、対象者が安全に通い続けることができるよう、外出支援等必要な支援策を検討していく必要がある。

※総合事業の対象者の弾力化…住民主体サービスを利用していた方が、要介護1～5になったときに、引き続きサービスを利用することができるようにすること