令和4年度　一般介護予防事業の取組状況

	No.	事業名等	内容	実施日	開催回数・参加人数
介護予防把握事業	1	実態把握	地域包括支援センター及び在宅介護支援センターの総合相談業務の中で、民生委員等地域の関係者と連携を図り、地域の高齢者の心身の状況や家庭環境等を把握することにより、支援を必要とする高齢者や家族を早期に把握し、早期対応を図った。	随時	
介護予防普及啓発事業	1	介護予防出前講座	高齢者が参加する団体に講師を派遣し、介護予防に関する基本的な知識の普及・啓発のための講座を実施することで、通いの場等の充実を図った。 フレイル予防は、3回コースに加えて1回コースを設けて実施した。	随時	開催回数29回、延べ人数483人 （内訳） シナプソロジー：6回、延べ114人 食事・栄養：5回、延べ98人 体力測定：4回、延べ51人 お口のケア：1回、9人 フレイル予防：1回コース1回、22人 3回コース3回、延べ161人 口腔機能向上：3回、延べ41人
	2	介護予防研修会	薬の飲み方やジェネリック薬品に関すること、音楽を取り入れた介護予防に関する研修会を開催した。	令和5年3月13日、23日	13日　参加者数40人 23日　参加者数49人
	3	認知症簡易チェック	軽度認知障害に関する周知や早期発見のため、認知症簡易チェックサイトのチラシを介護保険証に同封した。またセルフチェック表を認知症普及啓発イベントに設置し、併せて適切な相談窓口を周知した。	通年	延べ人数2,167人
地域介護予防活動支援事業	1	はにとれ教室	市主催教室や介護予防出前講座にて体力測定やアンケートを行い、評価をした。休みが続く参加者には個別に連絡をし、必要な機関やサービスへつないだ。 はにとれ動画をホームページ及びケーブルテレビで年間を通して放映した他、厚労省通いの場ご当地体操で公開した。 通いの場の立ち上げ支援を行い、新たに1か所増えて82団体となった。	通年	参加者実人数2,260人、延べ33,070人 登録82団体（新型コロナウイルス感染症の影響により5団体休止中）
	2	はにとれサポーター養成講座	筋力トレーニング（はにとれ）を行うサポーターを育成するため、埼玉県理学療法士会に講師を委託して養成講座を実施し、併せてボランティア登録を行った。 登録者と教室のマッチングを行い、新たに2名市主催教室のリーダーとなった。	令和5年10月～11月 全6回予定	全6回、参加実人数20人、延べ人数110人 サポーター登録14人
	3	はにとれ教室リーダーフォローアップ研修	はにとれを行う団体の代表者やリーダーを対象に、講師である理学療法士とともに、転倒予防やフレイル予防等の知識や情報提供、チームFの協力を得てはにぽんお口の健康体操の周知や、リーダー同志の情報交換を行った。	令和5年1～3月 1コース2回×3会場（本庄2会場、児玉1会場）	1コース2日間×3会場 実人数58人、延べ人数111人
	4	あたまとからだの健康教室	あたまとからだの健康教室サポーターの協力を得て、認知症予防に有効とされる運動や頭を使ったゲーム等を行う教室を開催した。	令和4年5月～7月 令和4年9月～11月 令和5年1月～3月 1コース8回×6会場（本庄3会場、児玉3会場）	1コース8日間×6会場 実人数73人、延べ人数562人
一般介護予防事業評価事業			はにとれやいきいき教室等で実施した体力測定や基本チェックリスト・アンケートの結果を分析し、リハビリ専門職と共有し助言いただいた。 要介護認定の新規申請時の原因疾病について調査した。	令和5年3月	
地域リハビリテーション活動支援事業	1	いきいき教室	リハビリテーションの専門職を講師とし、介護予防に関する講話や参加者に応じた運動等を実施した。参加者に基本チェックリスト及びアンケートを実施し評価を行った。	市内4会場　毎月1回	月1回×4会場 実施回数44回 参加実人数136人、延べ人数1,104人
	2	はにぽんお口の健康体操	はにとれフォローアップ研修にて、チームFの協力により、はにぽんお口の健康体操の周知及び実技指導を行った。	令和5年2～3月 全3回	実施団体45団体 実施回数1,293回、実人数1,108人、延べ人数19,605人

取組の結果

・市主催はにとれ教室やいきいき教室、介護予防出前講座における体力測定・基本チェックリスト・アンケートの結果、昨年度より体力は向上していました。昨年度の体力測定実施時期は、新型コロナウイルス感染症による緊急事態宣言で休止ののち再開して1か月後の測定であったことから、はにとれが体力・筋力を維持・向上させることが実証されました。また、はにとれを5年以上継続している人は約半数であり、はにとれが無理なく長く続けられるトレーニングであることも再認識できたため、若い世代から取り組めるよう周知を図ることが重要です。一方、基本チェックリストでは、リスクのある人が増えており、特に認知症、うつが多く、次いで口腔機能のリスクという結果でした。アンケートでは、はにとれの参加者が1年未満の人は、出席を気遣ってくれる人が少ないという結果が出ています。はにとれ教室のリーダーと共有し、参加者同士が少人数でコミュニケーションを図れるような内容を盛り込むなど検討します。
・はにとれ教室リーダーフォローアップ研修にて、リーダーにはにぽんお口の健康体操の周知及び実技指導を行ったところ、新たに導入する教室が増えました。今後も口腔トレーニングの重要性を周知し、栄養改善や口腔衛生と併せた取組を検討する必要があります。また、情報交換において、後継者不足が問題となっていることがわかりました。後継者の育成やマッチングを行うとともに、事務支援などは高齢者の生きがいづくり等を含めた他事業や関係機関と連動した取組を検討していく必要があります。
・通いの場参加者の男女比は男性2：女性8でした。男性が社会参加する場として、就労やボランティア、趣味嗜好を活かした様々な形の通いの場の検討と、併せてボランティアポイントについても生活支援体制整備事業と連動し検討していきます。
・新規申請の要介護認定原因疾病の調査結果や介護予防・日常生活圏域ニーズ調査、また医療費等を併せて分析し、介護予防の取組ポイントを整理するとともに保険事業との一体的な取組を推進します。