

令和6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。 新規の講座としてはにぼんお口の健康体操の紹介(再確認)を追加した。 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34回、延べ人数515人 (内訳) シナプソロジー:9回、延べ135人 食事・栄養:3回、延べ61人 体力測定:6回、延べ81人 お口のケア:4回、延べ59人 フレイル予防:1回コース2回、延べ55人 3回コース1回、延べ35人 はにとれの紹介:4回、延べ48人 はにぼんお口の健康体操:2回、延べ30人 ウォーキング教室:1回、延べ11人
	2	介護予防研修会	腰や膝の痛みに負けないよう、自宅で出来る運動や栄養・生活面で気を付けるポイントなどについてリハビリの専門職が実技を含めた介護予防に関する研修会を開催した。	令和7年3月24日	参加者数59人
	3	認知症初期スクリーニングシステム	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1,860人
地域介護予防活動支援事業	1	はにとれ教室	市主催教室と児玉包括主催教室、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。休みが続く等心配な参加者がいる場合には、地域包括支援センターへの相談について教室リーダーに周知するとともに、市主催教室においては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本庄ケーブルテレビで年間を通して放映した他、厚生労働省ホームページ「通いの場」ご当地体操マップに公開した。	通年	参加者実人数2,065人、延べ38,856人 登録78団体(新型コロナウイルス感染症の影響により1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、北部圏域地域リハビリテーション・ケアサポートセンターから派遣された講師の協力を得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6年10月～11月 全6回	全6回、参加実人数14人、延べ人数83人 サポーター登録5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、北部圏域地域リハビリテーション・ケアサポートセンター派遣の講師の協力を得て転倒予防やフレイル予防等の知識や情報提供、はにぼんお口の健康体操ボランティアの協力を得てはにぼ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7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53人、延べ人数71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6年5月～7月 令和6年9月～11月 令和7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105人、延べ人数674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。	令和7年3月	はにとれ教室 体力測定実施者数273人、アンケート実施者数316人(市主催教室7会場、児玉地域包括支援センター主催会場1会場、介護予防出前講座利用6団体で実施) いきいき教室 アンケート実施者数127人
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 (夏休み期間を除く)	月1回×4会場 実施回数45回 参加実人数156人、延べ人数1,285人
	2	はにぼんお口の健康体操	はにとれフォローアップ研修にて、はにぼんお口の健康体操ボランティアの協力により、通いの場におけるはにぼんお口の健康体操の周知及び実技指導を行った。	令和7年2～3月 全3回	実施団体52団体 実施回数1,659回、実人数1,301人、延べ人数25,930人

取組の結果

- ・市主催は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・アンケートを今年度も実施しました。体力測定の結果については、3項目を総合的にみると令和6年度は体力の低下がみられましたが、60代女性の結果が影響を与えていると思われます。60代女性を除く結果では、体力の維持が図れていました。また、基本チェックリストの結果については、認知症リスクのある人が一番多く、続いてうつ、口腔機能リスクが多くなっています。全体としてリスクのある人は減少していましたが、運動機能のリスクについては増加しており、年齢的な衰えが関係していると考えられ、今後も注視する必要があります。アンケートの結果については、はにとれ教室へ「10年以上」参加している方が31.3%とはには長く続けることができる教室ではあるが参加者の年代は約8割が75歳以上の後期高齢者となります。今後、認知症等のリスクや疾患のある方が増加していくと考えられるのでリーダーとの連携を図り、地域包括支援センター等へつなげられる体制を今まで以上に構築していく必要があります。
- ・はにぼんお口の健康体操について、はにとれ教室リーダーフォローアップ研修や介護予防出前講座に新規講座として取り入れ、実施団体が増加しました。今後も実施団体を拡大できるよう、普及啓発をしていきます。
- ・通いの場への参加者に男性が少ないことや、後継者の問題については、通いの場へ聞き取り等を行いながら解消できる方法を模索し、若い世代への周知、サポーターの人材育成とマッチング、また、高齢者の生きがいづくり等を含めた他事業と運動や関係機関と連携した取組について引き続き検討していきたいと考えます。
- ・はにとれ教室は市内78か所にありますが、会場に来ることができない人もいるため、移動手段や空白地帯の通いの場の創出については生活支援体制整備事業と連動して検討するとともに、サポーターの出張等新たな資源の創出も検討する必要があります。
- ・今後も保健事業と介護予防の一体的実施担当課とさまざまなデータを活用しながら課題分析し、取組ポイントを整理しながら介護予防を推進していきます。