

令和7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ほんブログ村の健康体操の紹介（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28回、延べ人数480人（内訳） シナプソロジー：5回、延べ86人 食事・栄養：2回、延べ33人 体力測定：6回、延べ85人 お口のケア：1回、延べ15人 口腔機能向上：3回、延べ42人 フレイル予防：1回コース1回、延べ20人 3回コース1回、延べ75人 はにとれの紹介：1回、延べ22人 はにほんブログ村の健康体操：5回、延べ87人 ウォーキング教室：1回、延べ15人
	2	介護予防研修会	聴力機能の低下によって引き起こされる心身への影響やセルフケアの方法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8年3月24日	参加者数45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2,730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1,970人、延べ37,916人 登録73団体
	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。	令和7年10月～11月 全6回	全6回、参加実人数27人、延べ人数134人 サポーター登録7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、はにとれお口の健康体操ボランティアの協力を得てはにとれ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8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49人、延べ人数80人
	4	あたまからだの健康教室	あたま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7年5月～7月 令和7年9月～11月 令和8年1月～2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102人、延べ人数687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8年3月	はにとれ教室 体力測定実施者数228人、アンケート実施者数253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3団体で実施） いきいき教室 アンケート実施者数128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177人、延べ人数1,179人
	2	はにとれお口の健康体操	はにとれフォローアップ研修にて、はにとれ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とれお口の健康体操の周知及び実技指導を行った。	令和8年2～3月 全3回	実施団体55団体 実施回数1,639回、実人数1,585人、 延べ人数29,683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・アンケートを今年度も実施しました。令和6年度と比べ令和7年度は体力の維持・向上がみられる結果となりました。過去5年間の中で「高い」の割合が40.5%と1番良い結果でした。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最多で、続いてうつ、口腔機能リスクの順となっています。全体としてリスクのある人は微増している結果となりましたが、年齢的な衰えが関係していると考えられます。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33.7%とはにとれ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引き続き構築していく必要があります。 ・保健事業と介護予防の一体的実施担当課と連携し、はにとれに参加して5年以上かつ75歳以上の参加者と年齢・性別が同じかつ医療費が近い人を対照群に選定し、1人当たりの医療費の推移について分析したところ、教室に参加していない方と比べ教室に参加してる方は差がない状態から5年後の医療費は1人当たり月1万7千円ほど低い結果となりました。フレイルリスクについても教室に参加しているの方が10%程度低い結果となっています。はにとれ教室に参加をすることが健康に役立っているという証明がされました。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。 ・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を活用いただき、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。					