

# 令和6年度介護予防センター 運営方針（案）の概要

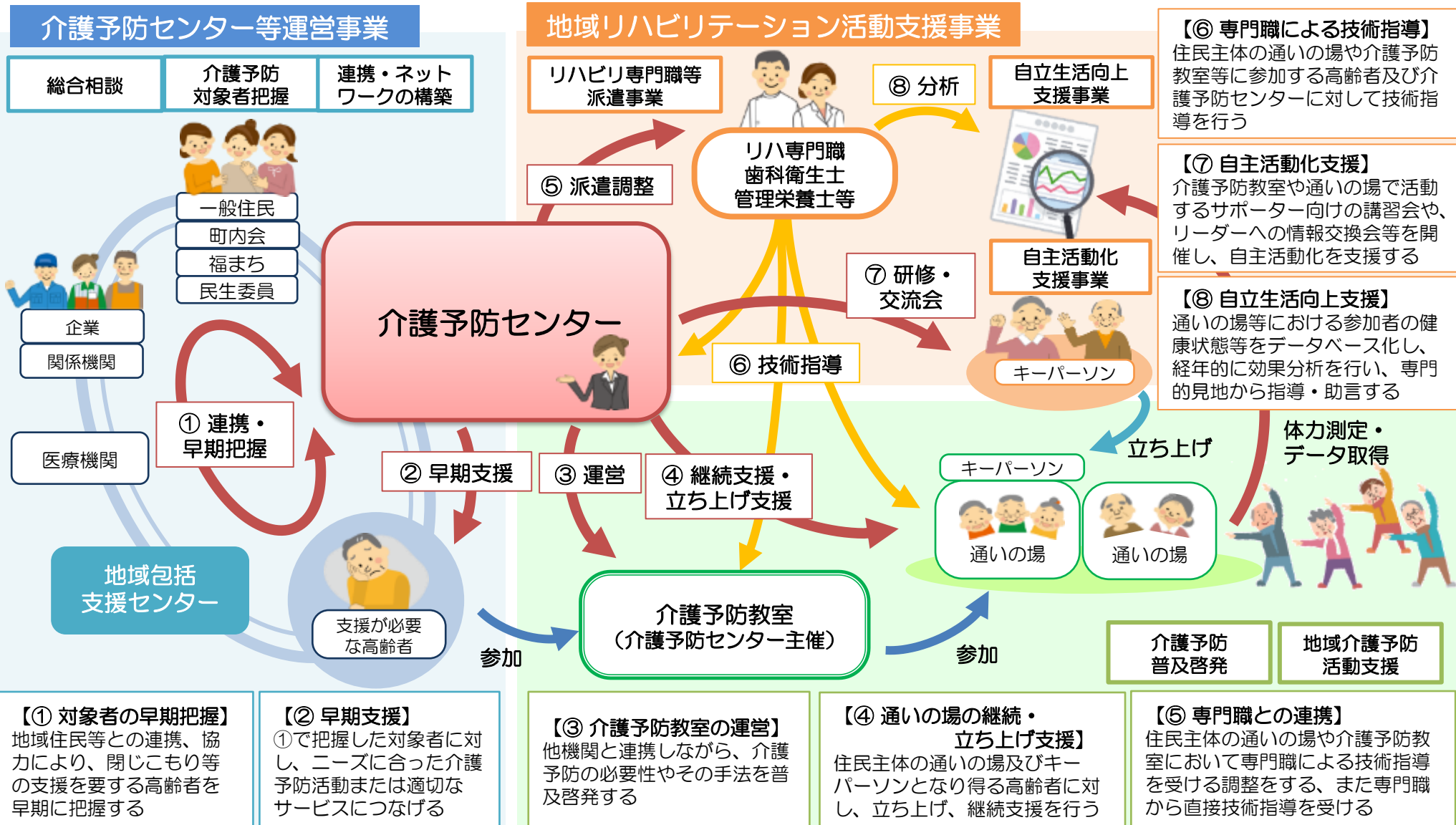


令和6年3月1日

札幌市保健福祉局高齢保健福祉部介護保険課

# 札幌市の一般介護予防事業

高齢者が要介護状態に至るのを予防（介護予防）するためには、社会性の維持と健康管理が必要であることから、札幌市の一般介護予防事業では、人と人とのつながりを通じて、介護予防に資する住民主体の活動が広がっていくような地域づくりを目指す。これらの取組として、介護予防センター等運営事業と地域リハビリテーション活動支援事業を位置づける。



# (1) 地域の介護予防活動及び介護予防が必要な対象者の把握に係る取組の強化

## 活動目標

- ・ 介護予防の普及啓発を通して、介護予防センターが介護予防や健康管理に関すること等について、一番身近な相談窓口であることを地域に周知する。
- ・ 閉じこもり状態にある又は何らかの支援を要する高齢者を把握し、介護予防活動などの必要な支援や関係機関につなげる。

## 重点取組項目

### ア 介護予防が必要な高齢者の把握

- ・ 地区組織や関係機関と連携し、介護予防が必要な高齢者の情報が介護予防センターに寄せられる仕組みづくりを実施。
- ・ 地域包括支援センターに“フレイル改善マネジャー”及び“オレンジコーディネーター”がモデル配置されることを受け、介護予防教室等の参加者のうち、支援対象者となる高齢者について各フレイル改善マネジャー及び各オレンジコーディネーターと情報共有やモニタリング実施等の連携を図る。（フレイル改善マネジャー：北、豊平、清田、南、西）（オレンジコーディネーター：中央、東、白石、厚別、手稲）

### イ 総合相談支援の充実

- ・ 地域包括支援センターの一部機能を補完する機関として活動の場等で寄せられる高齢者からの相談を主体的に受け止め、適切なサービス、機会又は制度の利用を検討し、各関係機関に繋げる。

## 基本取組項目

### ア 介護予防の普及啓発の強化

- ・ 地域住民や地区組織等への情報提供に当たっては、介護予防活動の必要性や内容、参加方法及び効果等について説明する。（＝地域包括ケアシステムの深化・推進）

### イ 地域の介護予防活動等のマップ・リストの更新

- ・ 地域の介護予防活動をマップに落とし込み、関係機関と共有することで、地域の介護予防の実態を把握する。

### ウ 地区地域ケア会議の効果的な実施

- ・ 介護予防センターと地域の関係者が持つ双方の情報を合わせることで地域課題を明確にし、課題解決の手法を検討する。

## (2) 住民主体の介護予防活動の促進に向けた支援の強化

### 活動目標

- ・住民主体の介護予防活動の拡大とその継続に向けた具体的な支援を行う。

### 重点取組項目

#### ア 通いの場の立ち上げ支援

- ・国が地域支援事業実施要綱に掲げる目標（2025年度末に通いの場参加率8%）を念頭に介護予防教室の開催し、支援終了後も住民主体による活動が継続されることを目指す。
- ・自主活動化後を見据え、地域のボランティアや専門職等と連携しながら取り組むとともに、リーダーやサポーターの育成も念頭に置いた支援を実施。
- ・自主活動化に向けては、専門職（リハ・歯科・栄養）と連携した支援を実施。
- ・介護予防教室等は、団体の自主活動化を目指すことを念頭に、継続支援が長期化して依存を助長することのないように留意。

#### イ 住民主体の介護予防活動の継続に向けた支援

- ・介護予防センターの積極的な関与がなくても自主的に運営できる通いの場が増えるように促す。
- ・地域で活動を続ける既存の団体（老人クラブや高齢者サロン等）の活動継続に向けた支援・助言を行う。
- ・地域住民同士や団体内でのつながりを維持するよな取組や、個人でも取り組めるような活動を提案する。



# (3) 介護予防活動における高齢者の役割と活動の場づくりの強化

## 活動目標

- ・ 介護予防教室や通いの場において、参加者それぞれが活動意欲を持ち、何らかの役割を担えるよう支援する。
- ・ リーダーの資質がある人材を把握し、育成及び支援する。

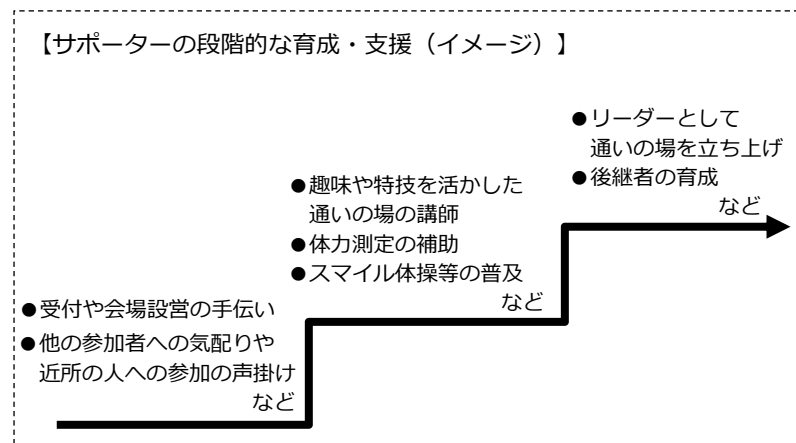
## 重点取組項目

### ア サポーターの育成及び支援

- ・ 住民主体の介護予防活動が継続的に実施されるよう、活動の中で主体的に役割を担うサポーターの育成・支援に取り組む。
- ・ サポーターの育成・支援は各区の介護予防センターが連携して実施することとし、サポーターそれぞれの活動意欲を尊重し、段階的な育成・支援に取り組む。
- ・ サポーター育成・支援の一環として、各区で「サポーター養成講座」を実施。

### イ リーダーの育成及び支援

- ・ 育成及び支援したサポーターや地域の活動者でリーダーの資質がある人材や、既に活動しているリーダーを支援することにより、自主的な介護予防活動の継続を支援。
- ・ リーダーの引退により解散することのないよう、次世代のリーダーの育成にも注力。
- ・ 自主活動化支援として、情報交換や交流等により、リーダーの育成及び支援に取り組む。



## 基本取組項目

### ア 活動の場の提供及び自主活動に向けた働きかけ



## (4) 様々な手法による効果的な介護予防活動の推進

### 活動目標

- ・ 高齢者が自ら介護予防、健康管理の必要性を実感するよう働きかけを行う。
- ・ 効果測定の結果をまとめ、参加者にフィードバックすることで、参加者の介護予防に対する意欲・意識の向上を図る
- ・ 効果測定の結果に基づき、専門職と連携し、介護予防の普及啓発や介護予防教室等の内容に反映させる。

### 重点取組項目

#### ア セルフケアの推進に向けた普及啓発及び支援の実施

- ・ 介護予防や健康管理の必要性に関する動機付けの一環として、自宅でもできる介護予防活動（＝セルフケア）を推進。
- ・ セルフケアの推進に当たっては、地域アセスメントや効果測定の結果を踏まえ、実施内容を検討。

#### イ 効果測定の実施及び結果のフィードバック

- ・ 効果測定の結果をフィードバックすることで、参加者の介護予防に対する意欲・意識の向上を図る。
- ・ 地区ごとの効果測定の結果にあたっては、自立生活向上支援業務を活用するなど、専門職等からの助言を得て行い、その結果について関係機関と共有する。

### 基本取組項目

#### ア 区内介護予防センターとの情報共有及び効果的な支援の検討

- ・ 区内介護予防センターと情報共有を行い、多様かつ効果的な支援方法を検討。

#### イ 高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施について

- ・ 各通いの場で実施する効果測定の結果から抽出されたハイリスク者について本市に情報提供。
- ・ 抽出されたハイリスク者を対象に本市が実施するハイリスクアプローチ（専門職（歯科口腔、栄養）からの個別指導等）の実施状況や評価結果のフィードバックを受け、継続的な支援を実施。

