

**【目的】**

地域の高齢者やその家族に対し、総合的な相談支援の実施、地域の活動と連携して介護予防事業の実施、普及・啓発を行い、地域包括支援センターと連携・協力して、高齢者の心身の健康維持や保健・福祉・医療の向上を図る。

**【これまでの経緯】**

平成18年度より地域包括支援センターの総合相談機能の一部を補完する機関として設置し、二次予防事業を主に実施してきた。法改正により介護予防事業は廃止となり、介護予防・日常生活支援総合事業（以下「総合事業」という。）が平成29年度より開始したことに伴い、介護予防センターは、総合事業の一般介護予防事業の主な実施主体となっている。

これにあわせ、介護予防センターの機能強化を行うこととし、平成29年度から段階的に介護予防センターの職員を1名増員し、一般介護予防モデル事業を実施。令和元年度からは全ての介護予防センターで職員を2名配置とした。

**【設置状況】**

53か所に設置。（41法人に委託）

**【配置職員】**

常勤・専任の保健福祉職（保健師、看護師、社会福祉士、介護福祉士、介護支援専門員、社会福祉主事等）を2名配置。

**【事業内容】****(1)総合相談支援**

高齢者が住み慣れた地域で安心して生活を継続できるように、相談・実態把握等を行い、適切なサービスや機関、制度等に繋げるための支援を行う。

**(2)介護予防教室の実施及び介護予防の普及啓発**

地域の福祉活動団体・機関（地区社協、福祉のまち推進センター、町内会、民児協、老人クラブ等）と連携しながら、介護予防に係る効果的なプログラムを取り入れた介護予防教室の実施及び地域住民に対する普及啓発活動を行う。

**(3)地域介護予防活動の支援**

効果的な介護予防活動の地域展開を目指して、住民主体の活動の育成及び支援を行うとともに、介護予防に関するボランティア等の人材育成を行う。

**(4)専門職と連携した介護予防機能強化業務**

介護予防センターの機能強化に併せ、下記業務を平成29年度から段階的に区を拡大し、令和元年度からは全区で実施。実施に当たっては、効果的・効率的な内容となるよう専門職との連携（リハビリテーション専門職等派遣事業）を必須としている。

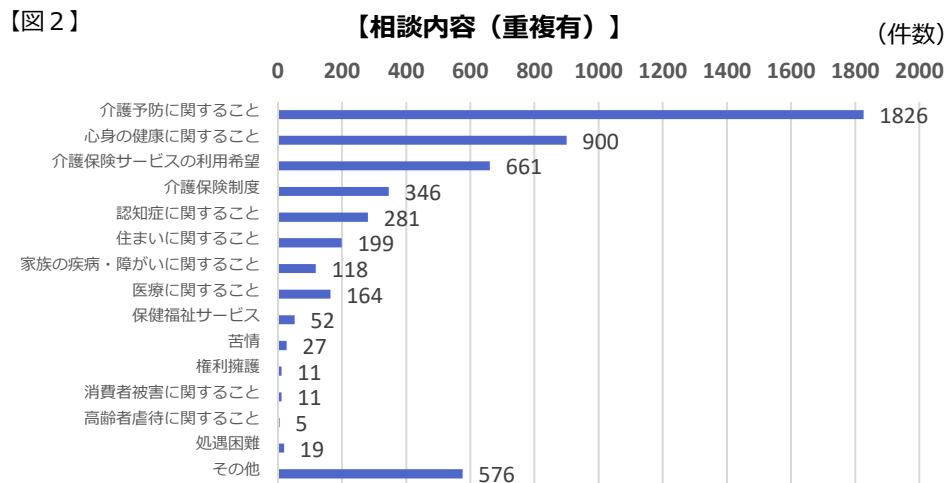
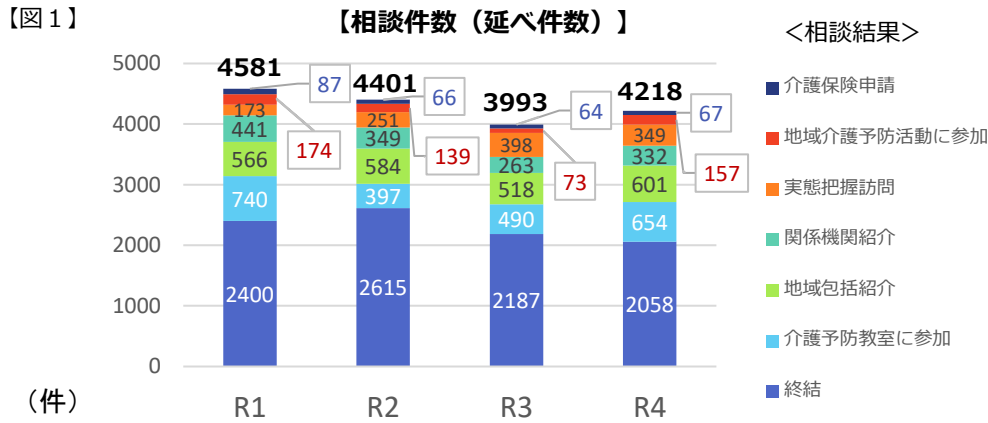
【H29：3区（17センター）、H30：6区（34センター）、R1：10区（53センター）】

- ①自主活動化を目指した期間限定の介護予防教室の実施
- ②既存の団体における介護予防活動の継続に向けた支援の実施

# 1. 令和4年度介護予防センターの活動実績

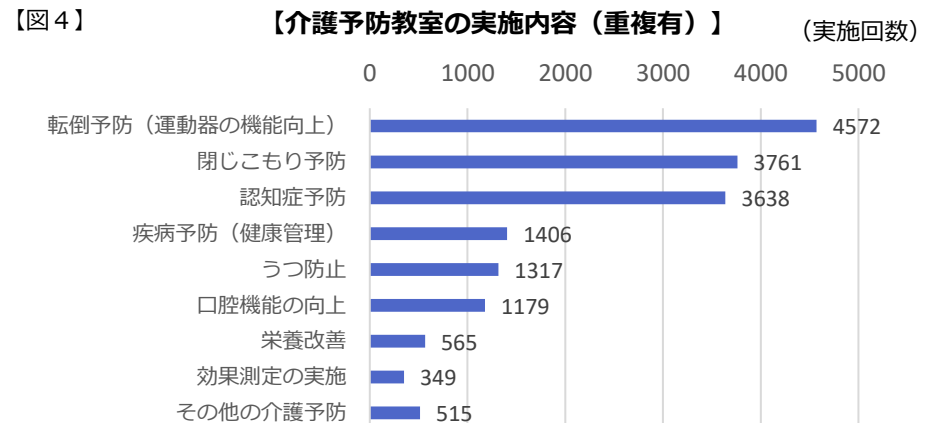
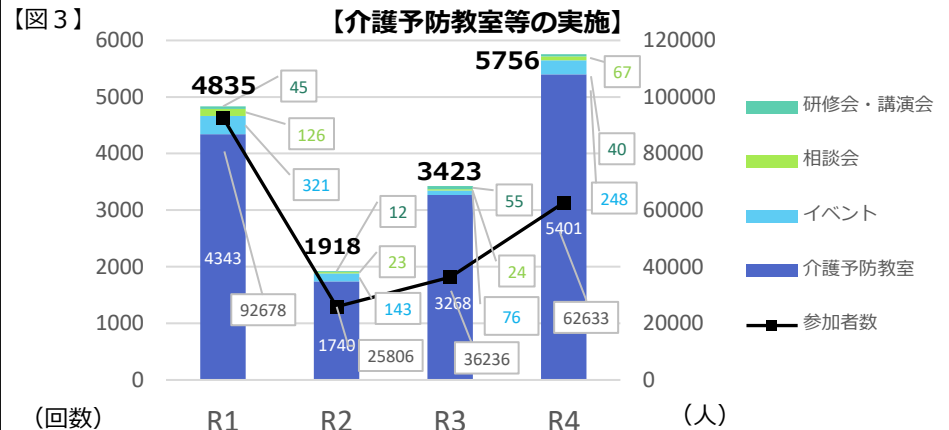
## (1) 総合相談支援業務

○相談件数は前年度より増加し、令和4年度は4,218件。例年同様、相談結果は「終結」が約半数を占めている。コロナ禍における活動自粛への意識の変化もあり、「介護予防教室に参加」は大幅に増加している(図1)。  
 ○相談内容は「介護予防に関すること」が43.3%と最も多く、次に「心身の健康に関すること」が21.3%、「介護保険サービスの利用希望」が15.7%となっている(図2)。



## (2) 介護予防教室の実施及び介護予防の普及啓発

○介護予防教室等については、令和4年度の延べ実施回数は5,756回、延べ参加者数は62,633人であり、実施回数はコロナ禍前の水準に戻っているが、参加者数についてはコロナ禍前の水準には達していない。(図3)  
 ○コロナ禍における活動自粛への意識の変化のほか、屋内での介護予防教室が解禁されたことによる活動の活性化が見られる。  
 ○転倒予防、閉じこもり予防、認知症予防が主な実施内容であるが、前年度と比較し、口腔機能の向上に係る実施内容の割合が増加した(図4)。



※イベント、相談会、研修会、講演会を除いた「介護予防教室」のみの実施内容

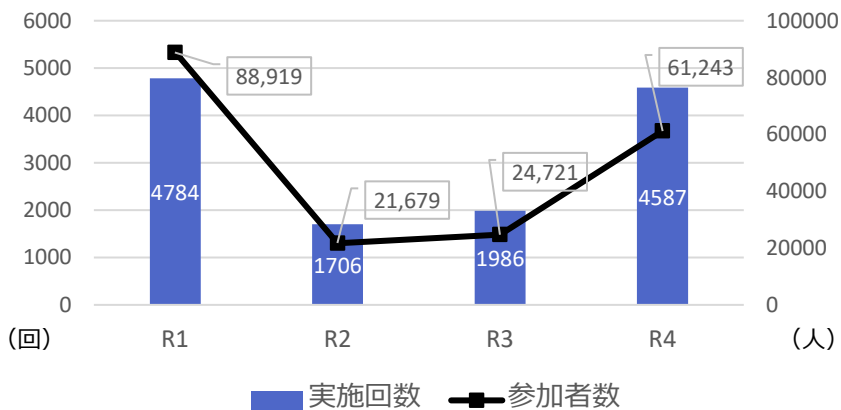
### (3) 地域介護予防活動の支援

○地区社協・福祉のまち推進センター・町内会・民児協・老人クラブ・サロン等の地域活動組織において、介護予防活動が推進されるよう支援を行っている。

令和4年度の実施回数は4,587回、参加者数は61,243人であり、コロナ禍前の水準にほぼ戻っている(図5)。

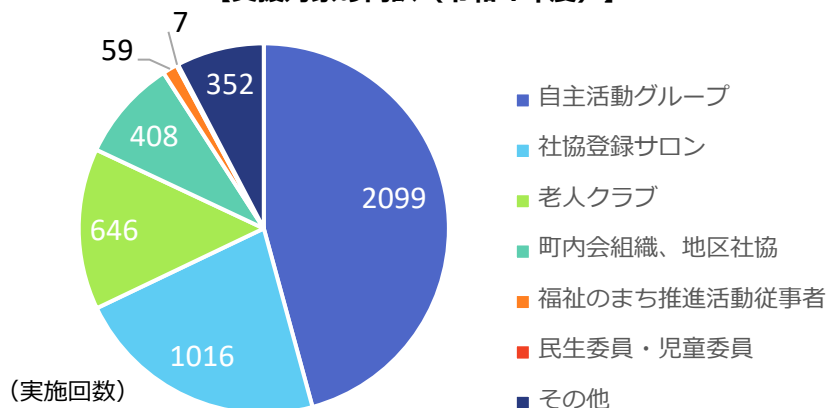
○支援対象は、「自主グループ」「社協登録サロン」「老人クラブ」で約4分の3以上を占める(図6)。

【図5】 【介護予防に資する地域活動組織等の育成及び支援】



【図6】

【支援対象の内訳 (令和4年度)】



### (4) 専門職と連携した介護予防機能強化業務

○令和4年度、新規介護予防教室開催箇所数は62か所、その内40か所が自主活動化した。

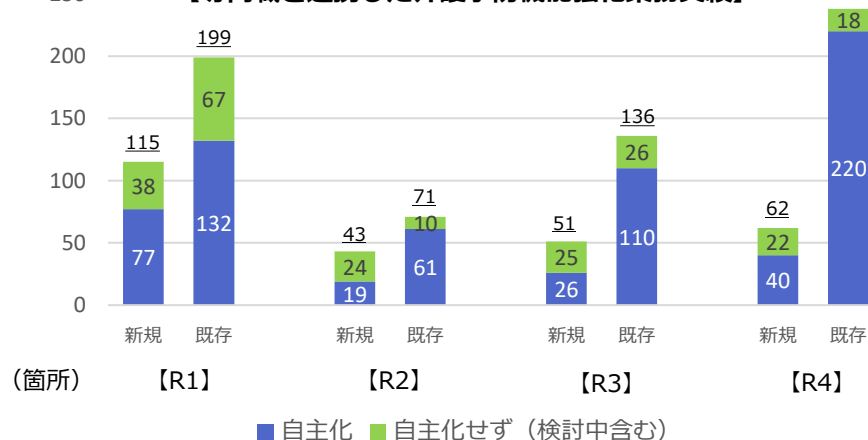
また、既存団体における支援は238か所、その内220か所においては、自主化により支援した内容(体操等)を継続することとなった(図7)。

○リハビリテーション専門職については、H29年度より派遣を開始。

歯科衛生士・栄養士についてはH30年7月より派遣開始。

地域活動の再開に伴い、派遣件数は前年度から順調に増加している(図8)。

【図7】 【専門職と連携した介護予防機能強化業務実績】

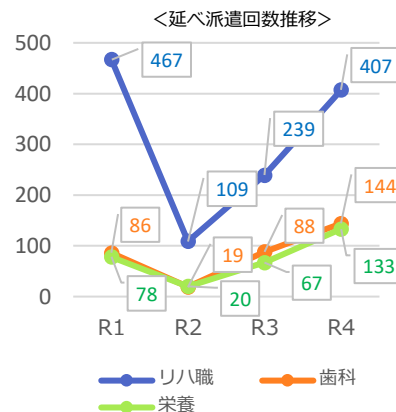


【図8】

【令和4年度専門職派遣の実施状況】

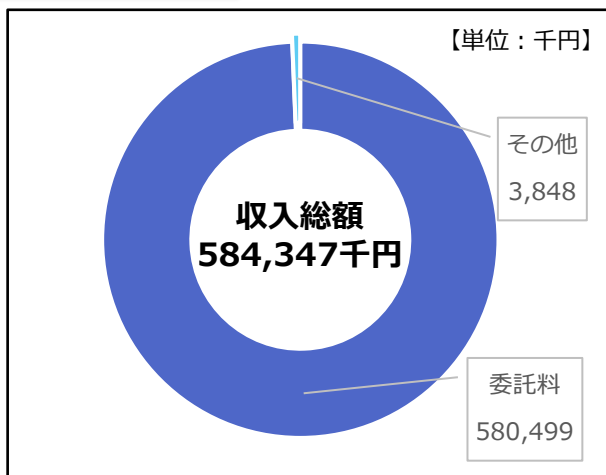
	リハビリテーション専門職	歯科衛生士	栄養士
延べ派遣回数	407回	144回	133回
従事者数(延人数)	459人	192人	132人

※オンライン等の非接触型の派遣回数を含む



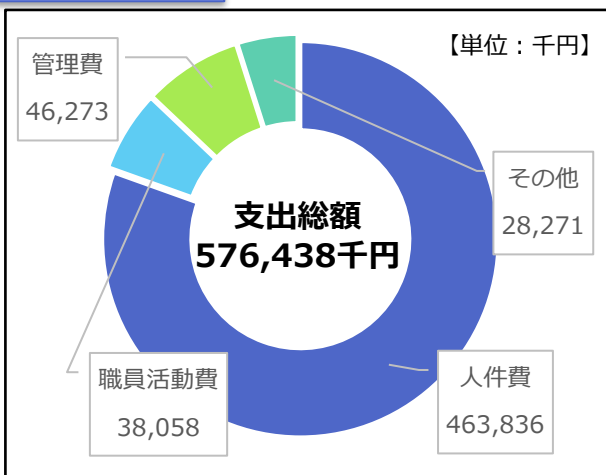
## 2. 令和4年度介護予防センターの収支状況

### (1) 収入



委託料 (99%)	介護予防センター運営事業費 580,499千円	人件費、事務費、介護予防事業費、地域介護活動支援費、地区地域ケア会議開催費  ※担当地区の高齢者人口規模及び地区数に応じて委託料を設定
その他 (1%)	3,848千円	教室等参加者実費負担金、実習謝礼金等

### (2) 支出



人件費 (80%)	463,836千円 (うち、専任職員の人件費：448,081千円)	職員俸給・諸手当、法定福利費、厚生経費等
職員活動費 (7%)	38,058千円	通信費、旅費、車両費、需用費、事業開催経費（謝金、会場費）、研修経費
管理費 (8%)	46,273千円	事務所等賃借料、光熱水費、事務機器経費、システム等IT関係経費、役務費
その他 (5%)	28,271千円	その他経費

収支差額 (収入 - 支出)

7,909千円

(※執行率98.6%)

# 3. 令和4年度介護予防センター運営事業に係る評価事業

- 各介護予防センターの事業が要綱・要領・運営方針等に基づき適正に運営されているかを確認することを目的に各センターにおける自己評価と各区役所による確認（評価）を実施している。
- 評価項目は介護予防センター運営方針に基づいており、自己評価と確認を通して把握した課題等の改善策を検討していくこととしている。

【達成度の考え方】

- 5 活動目標を全て達成し、全ての取組項目で、他センターの模範となる取組があった。
- 4 活動目標を全て達成し、一部の取組項目で、他センターの模範となる取組があった。
- 3 活動目標を全て達成した** 基準点
- 2 活動目標が一部未達成だった。
- 1 活動目標が全て未達成だった。

センター名	自己評価				各項目の平均点	区保健福祉課による総合評価 各項目の平均
	重点取組項目 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	重点取組項目 2 住民主体の介護予防活動の促進に向けた支援の強化	重点取組項目 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	重点取組項目 4 様々な手法による効果的な介護予防活動の推進		
中央区介護予防センター 大通公園	2	3	2	3	3	4
中央区介護予防センター 北一条	3	3	3	3	3	3
中央区介護予防センター 円山	2	2	2	2	2	2
中央区介護予防センター 宮の森	4	4	4	4	4	4
中央区介護予防センター 曙・幌西	2	3	2	2	2	3
中央区介護予防センター 旭ヶ丘	3	3	3	4	3	4
北区介護予防センター 新道南	4	3	4	3	4	3
北区介護予防センター 新琴似	4	3	3	4	4	4
北区介護予防センター 百合が原	4	4	4	4	4	4
北区介護予防センター 茨戸	3	3	3	3	3	3
北区介護予防センター 篠路	3	3	3	4	3	3
北区介護予防センター 新川・新琴似西	3	4	4	5	4	4
北区介護予防センター 屯田	4	4	4	3	4	4
東区介護予防センター なえぼ	4	5	4	4	4	5
東区介護予防センター 北光	3	3	3	3	3	3
東区介護予防センター 北栄	3	3	3	3	3	3
東区介護予防センター 元町	4	3	4	3	4	3
東区介護予防センター 伏古本町	3	3	3	3	3	3
東区介護予防センター 東苗穂	3	3	3	4	3	4
東区介護予防センター 栄町	3	3	3	3	3	3
東区介護予防センター 栄・丘珠	3	3	3	3	3	3
白石区介護予防センター 白石中央	3	3	3	4	3	4
白石区介護予防センター 川下	3	3	3	3	3	4
白石区介護予防センター 菊水	4	4	3	3	4	3
白石区介護予防センター 菊の里	3	3	3	3	3	4
白石区介護予防センター 本通	4	4	2	4	4	3

センター名	自己評価					区保健福祉課による総合評価
	重点取組項目 1	重点取組項目 2	重点取組項目 3	重点取組項目 4	各項目の平均点	
	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	住民主体の介護予防活動の促進に向けた支援の強化	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	様々な手法による効果的な介護予防活動の推進		
厚別区介護予防センター 厚別西東	4	5	5	4	5	5
厚別区介護予防センター もみじ台	3	3	3	3	3	3
厚別区介護予防センター 厚別中央・青葉	4	4	4	4	4	4
厚別区介護予防センター 大谷地	3	3	3	4	3	4
豊平区介護予防センター 美園	4	3	4	3	4	4
豊平区介護予防センター 中の島	3	3	3	3	3	4
豊平区介護予防センター 西岡	4	4	3	3	4	3
豊平区介護予防センター 東月寒・福住	3	3	3	3	3	3
豊平区介護予防センター 月寒	3	3	3	3	3	4
豊平区介護予防センター 南平岸	4	4	4	4	4	4
清田区介護予防センター 北野・平岡	3	4	3	4	4	4
清田区介護予防センター 清田・里塚・美しが丘	4	3	3	3	3	3
清田区介護予防センター 清田中央	3	4	3	2	3	3
南区介護予防センター 石山・芸術の森	3	3	3	3	3	3
南区介護予防センター 澄川	4	3	4	4	4	3
南区介護予防センター 定山溪	4	4	4	4	4	4
南区介護予防センター もいわ	3	4	3	4	4	4
南区介護予防センター まこまない	4	2	3	4	3	4
西区介護予防センター 八軒	3	3	3	3	3	4
西区介護予防センター 山の手・琴似	3	4	3	3	3	4
西区介護予防センター 西町	4	3	4	3	4	4
西区介護予防センター 西野	4	4	4	4	4	4
西区介護予防センター 発寒	4	5	4	4	4	4
手稲区介護予防センター まえだ	3	4	3	4	4	3
手稲区介護予防センター 新発寒・富丘・西宮の沢	4	5	4	4	4	3
手稲区介護予防センター 中央・鉄北	3	3	3	3	3	4
手稲区介護予防センター 稲穂・金山・星置	2	2	3	2	2	3
<b>全センターの評価の平均</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>4</b>

【評価結果を踏まえて】

- いずれのセンターにおいても概ね活動指標を達成できている。
- 活動指標を達成している項目については、地域課題や高齢者の生活状況、介護予防活動に関するニーズを把握しながら、より効果的な支援が実施されるよう取り組んでいく。
- 一部の項目について十分な成果が得られていないセンターがあるが、該当項目については達成できなかった原因や課題を分析し、適切な事業が実施されるよう、取り組んでいく。

# 4. 令和4年度運営方針で示した重点取組項目の実施内容

## (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

- 介護予防の普及啓発を通じて、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

### 現状分析・課題共有

各地域における現状を分析するため「区連絡会議」や「地区地域ケア推進会議」等を活用し、各地域の課題抽出と共有を実施。

#### 【地区地域ケア推進会議】

#### 【区連絡会議】

介護予防センター

包括支援センター

生活支援コーディネーター

区役所

地区組織（町内会等）

民生委員

その他関係団体

#### <共有された課題（一例）>

- 介護予防活動の空白地帯がある
- 活動実施状況の見える化が必要
- 身近な相談先としての関係機関の周知が不十分

### 普及啓発・地域の支援

#### ■ 介護予防MAPの作成・更新（＝介護予防活動の見える化）



中央区介護予防センターほか関係機関

中央区介護予防センター宮の森

#### ■ 講座や相談会の開催（＝空白地帯に注力した支援）

【西28丁目パーク・マンションの皆様へ】

#### 1月シニアのための健康講座ご案内

【やるほど身を守る介護予防知識】  
筋力を維持するための運動をご一緒に学びたい！  
また、脳を活性化させる「AI」エーゼンや口腔機能維持のための口腔運動等もご紹介致します！

☆参加対象：おおむね65歳以上の方☆  
日程：1月27日（金曜日）10時～11時30分  
会場：西28丁目パーク・マンション1階多目的ホール  
定員：10名☆  
主催：札幌市中央区介護予防センター円山  
（西011-633-6056月～金 祝除く9時～17時30分）  
協力：西28丁目パーク・マンション自治会/管理組合  
申込：下記申込用紙に記入し管理室前ボックスへ！  
締切：1月25日までに申込下さい。

■札幌市一般介護予防事業として実施される公的講座です！■

氏名	年齢	申込	ご連絡先

#### 豊平地区 体力測定会

65歳以上の方へ 参加無料 先着20名 予約制

コロナ禍により日常生活が硬く、運動不足になっていませんか？  
下記スケジュールにて体力測定会を行います。介護予防に関する相談も同時開催！お気軽にご参加ください！

①日時：令和4年10月14日（金）  
14:00～16:00  
・場所：豊平教会  
（住所：豊平区東3丁目5-15）

②日時：令和4年10月28日（金）  
13:30～15:30  
・場所：豊平会館  
（住所：豊平区東2丁目1-6）  
※①と②は同じ内容です。

測定内容  
○握力測定  
○立ち降り  
○片脚立ち  
○ペジチェック  
○血圧年齢チェック

※新型コロナウイルス感染症拡大状況によって中止する可能性があります。あらかじめご了承ください。

お申込み・問い合わせ先：  
豊平区介護予防センター美園  
☎011-817-1294  
（平日8:45～17:15）

中央区介護予防センター円山

豊平区介護予防センター美園

#### ■ 相談機関の周知チラシ作成



東区介護予防センター北栄

豊平区介護予防センター東月寒・福住

### 成果・今後の課題

相談機関をはじめ、**地域を含む関係機関と一体となって介護予防活動を進めることが重要！！**  
そのためにも、地域に介護予防センターの役割を広く周知し、**気軽に相談できる顔の見える関係性の向上を図っていく！！**

（包括支援センター・介護予防センター・生活支援コーディネーターキャラクター）  
ほっちゃん・かよるん・さぼっちー



## (2) 住民主体の介護予防活動の促進に向けた支援の強化

- ・ 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

### 立ち上げ支援

～地域の声を形に～  
通いの場の立ち上げ

白石区介護予防センター  
菊の里

#### とある町内会の女性部からの相談

コロナ禍も落ち着いてきたので、町内会の高齢者が集めて交流する機会を持ちたいが何から始めれば良いかわからない。



### 01. スマイル体操の普及



### 02. 専門職の派遣・講話



### 03. 昔の遊び・頭の体操



栄養士の立場から、栄養と健康に関する講話をしました。



【介護予防センター】  
皆さんの活動を  
後押しします！！

女性部代表者の頑張りもあり、毎回30名を超える参加者が集まる通いの場が誕生！！町内会の高齢者の楽しみになっている。

### 今後の課題

毎月の開催希望もあるが、女性部担当が多忙なこともあり、2か月に1回の開催に留まっているため、担当者以外の参加者が役割を持ち活動が展開できるよう、介護予防センターとして支援していく。

### 男性高齢者に向けた介護予防活動の支援

東区介護予防センター  
なえぼ

東区介護予防センター  
伏古本町

#### 01. 課題

男性高齢者の通いの場への参加率が低いことが札幌市においても課題。男性高齢者を介護予防に繋げるアプローチ方法を考える必要がある。

【参考：通いの場男女別参加者数】

●男性：1,374人 ●女性：7,801人

➔約5.6倍の差

(注※) 内訳を把握している通いの場のみ

#### 02. 分析

地区地域ケア推進会議を活用。男性の活動の場についての情報共有を行い有効なアプローチ方法について検討。

#### <男性高齢者が持つ介護予防活動への傾向>



- 個人で取り組みたいという人が多い
- きっかけが無いという人が多い
- 目的を持って取り組みたい人が多い

#### 03. 男性限定の介護予防教室を実施

#### “男性限定”の 体力測定会 や 介護予防教室 を開催

【プログラムの一例】

- 体組成計を使った体力測定（筋肉量、基礎代謝、内臓脂肪など）
- 筋力アップ体操（セラバンドなども活用）
- フレイル予防講話



男性限定だったので参加しやすかった

自宅でのセルフケアにも役立てられる

参加者からもポジティブな声が…



▲ 募集チラシも工夫！興味を引く見た目に！

#### 04. 今後の方向性も見えてきた…？

- ▶ 個人でも継続できるプログラムの検討や参加しやすい場の設定。
- ▶ グループとしての活動も促すが、繋がらない参加者にはセルフケアを推進。
- ▶ 一方で体力測定会等を定期的実施するなど、相談しやすい関係性は維持。



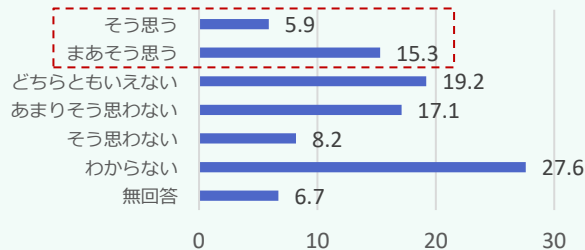
### (3) 介護予防活動における高齢者の役割と活動の場づくりの強化

- ・ 介護予防教室において、参加者が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

#### 高齢者の社会参加意識

※いずれも「令和4年度高齢社会に関する意識調査」報告書から抜粋

Q. 高齢者が積極的に社会参加できる機会が十分にあると思いますか？



Q. 健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行い、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に参加者として参加してみたいと思いますか？



Q. 健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行い、いきいきした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に企画・運営（世話役）として参加してみたいと思いますか？



- 社会参加の機会が十分と感じる高齢者は約2割と低調。
- サポーター（運営側）として参加したい高齢者は一定数。
- ➔ **誰もが自分らしく社会参加できる機会の提供が必要！？**

#### 役割作り サポーター養成

#### 介護予防サポーター養成講座の開催

清田区介護予防センター  
(3センター)

【目的】介護予防に資する自主活動で活躍できる人材の発掘及び育成  
 【日程】令和4年10月3日～11月7日（5日間+番外編）  
 【会場】清田老人福祉センター  
 【対象】清田区にお住いの高齢者



～各回のグループワークに介護予防に拘らないテーマを設定～

【Day1】

『自己紹介・自分の活動の今とこれから』

【Day 2】

『自分の住む地域の今とこれからを話し合おう！』

【Day 3】

『どんな地域になれば誰もが安心して住み慣れた地域になるのか？』

【Day 4】

『徒歩圏内の集いの場について自分にできる事を考える』

【Day 5】

『明日からどんな活動をしたいと思うか？』

【番外編】

『自主活動グループ』を見学してみよう



住む地域に関係なく、行ける時はお手伝いに行ってみよう！！

多くの方と交流が持つことができ、知り合えた事が嬉しい！！



修了生同士の親睦を深めたり、活動の情報交換がしたい！！

#### 【養成講座終了後のフォローアップも】



- ▶ 講座終了後も修了生の活動等を伝えるお便りを発行
- ▶ 裏面には区内3センターの教室情報を掲載。  
地区を跨いで隣の地区の通いの場の手伝いとして参加するサポーターも！！

## (4) 様々な手法による効果的な介護予防活動の推進

- ・ 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て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

### セルフケアの推進

セルフケアの意識  
付けのために！！

北区介護予防センター  
篠路

#### 課題

コロナ禍を経て介護予防教室等に参加しない方が増加。体力が落ちたことに危機感を覚える方も多いが、**自宅での運動を続けることが難しい**との声も。

#### 01. ウォーキング会の開催

日常的に身体を動かす機会にも繋がりを、比較的小さな負担感で続けられそうな運動として、ほぼ通年にかけてウォーキング会を開催。積雪の影響で全体的な活動量が低下する12月～3月にはコミュニティセンター内でインターバル速歩を取り入れるなど、**同じウォーキングでも達成感が得られる工夫をプログラムに組み込んでいる。**



【参加者数】  
(4～10月)  
➡ 20人前後  
(12～3月)  
➡ 35人前後



「ご自身でも取り組んでいる？」  
参加者への声掛けも忘れません！



#### 02. 自主活動への発展も

10月には参加者の発案により「**百合が原公園を散歩しよう！**」が実現。参加者同士が交流する自主活動の場が生まれた。



### 日常生活の課題から セルフケアを考える！！

東区介護予防センター  
東苗穂

#### 課題

担当する地区のヘルパー利用者の90%以上が掃除支援を依頼。  
**自立した生活を維持できるようセルフケアを習慣化するための動機付けが必要。**

#### 01. 講話による意識付けとリーフレット作成

包括保健師による講話（7月と10月）を実施。併せて**オリジナルテキスト**を作成しセルフケア実践をサポート。



#### 02. モチベーション維持のための取組

継続することが難しいセルフケア。  
参加型の企画やカレンダーによる見える化で支援！



- ▶ フォトコンテストの開催でウォーキング実践者が増加。
- ▶ 1日20分以上の運動でカレンダーに〇を記入。30回達成で参加景品も。



#### 03. 評価と展望

7月と10月の講話にて日常生活動作に係るアンケートを実施。  
「**お掃除ができる**」の項目にて**0.23ポイントの改善**が見られた。

コロナ禍を経てセルフケアへの注目度も高まっていることから**継続的な取組がなされているかを定期的に確認する！！**

事業の概要

介護予防活動に取り組む高齢者の健康・身体状況のデータについてデータベースを構築。経年的にデータを蓄積。専門的な見識から通いの場の効果等を評価し、地域にフィードバックすることで、地域における介護予防活動のPDCAサイクルを効率的に推進する。

① 支援・体力測定

② データ提供



④ 分析結果を踏まえた支援

③ 分析フィードバック

【データベース人数】

年度	人数
2022年度末	1,354人 (男: 259人、女: 1,095人)
2023年度末	4,329人 (男: 697人、女: 3,632人)
2023.9月末	4,329人 (男: 697人、女: 3,632人)

【調査項目】

体力測定項目	質問紙調査
・5m通常歩行速度	・指輪っかテスト
・5m最大歩行速度	・後期高齢者の質問票
・5回立ち座りテスト	・孤独尺度調査
・TUG (Time Up & Go)	
・握力	

表 区毎のフレイル関連リスク有病者数および有病率の集計・比較

	中央区	北区	東区	白子区	厚別区	豊平区	清田区	南区	西区	手稲区
対象者数	500	744	506	194	480	497	157	297	324	396
男性	82	121	58	15	66	82	46	80	45	74
女性	418	623	448	179	414	415	111	217	279	322
平均年齢(歳)	80.07	78.74	78.70	78.40	78.40	78.89	78.33	78.41	78.39	77.51
±標準偏差	5.84	6.01	6.26	5.91	6.27	5.90	5.91	5.99	5.90	5.81
心身の健康リスク者数	19	15	12	4	24	18	7	10	12	16
心身の健康リスク(%)	(3.80)	(2.02)	(2.37)	(2.06)	(5.00)	(3.62)	(4.46)	(3.37)	(3.70)	(4.04)
男性	6	3	1	0	3	3	0	3	2	3
女性	13	12	11	4	21	15	7	7	10	13
栄養リスク者数	8	11	10	2	7	11	5	2	2	14
栄養リスク(%)	(1.60)	(1.48)	(1.98)	(1.03)	(1.46)	(2.21)	(3.18)	(0.67)	(0.62)	(3.54)
男性	2	2	2	0	1	2	0	0	0	3
女性	6	9	8	2	6	9	5	2	2	11
口腔リスク者数	231	307	230	87	197	219	67	130	138	180
口腔リスク(%)	(46.20)	(41.26)	(45.45)	(44.85)	(41.04)	(44.06)	(42.68)	(43.77)	(42.59)	(45.45)
男性	92	127	97	37	93	76	27	79	79	97
女性	199	260	208	78	171	184	51	96	119	144
運動・転倒リスク者数	22	43	25	10	28	31	4	10	13	21
運動・転倒リスク(%)	(4.40)	(5.78)	(4.94)	(5.15)	(5.83)	(6.24)	(2.55)	(3.37)	(4.01)	(5.30)
男性	3	10	5	1	3	6	1	2	1	4
女性	19	33	20	9	25	25	3	8	12	17
もの忘れリスク者数	44	40	31	12	40	20	8	26	14	43
もの忘れリスク者(%)	(8.80)	(5.38)	(6.13)	(6.19)	(8.33)	(6.04)	(5.10)	(8.75)	(4.32)	(10.86)
男性	6	10	3	1	9	9	2	10	1	10
女性	38	30	28	11	31	21	6	16	13	33
交流・参加リスク者数	2	3	0	0	0	0	0	0	2	0
交流・参加リスク者(%)	(0.40)	(0.40)	(0.00)	(0.00)	(0.00)	(0.00)	(0.00)	(0.00)	(0.62)	(0.00)
男性	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
女性	1	3	0	0	0	0	0	2	2	0

▲ 前年度同様、オーラルフレイルリスクが高い傾向

フィードバックの結果を踏まえた支援

東区介護予防センター  
ほか関係機関

令和3年度に実施した自立生活支援向上業務の調査結果より、**東区のオーラルフレイルリスクが他区と比較して高い**ということが明らかになったことを受け、**東区で広くオーラルフレイル予防に取り組む必要性**がある。

【講習会：口の健康について考えてみませんか？】

34箇所の通いの場で実施し、381名が参加



▲ フィードバック内容の確認と講習会に向けた勉強会に参加する予防センター職員

▲ 介護予防センターごとに開催された講習会（講話しているのは予防センター職員）

講習会の成果

令和3年度における東区のオーラルフレイルリスク者の割合は約49.7%であったが、講習会実施後の令和4年度においては約45.5%に低下している。また、質問紙調査のうち口腔に関する項目の回答結果について、**参加者の多くに講習会参加後に改善又は維持の傾向が見られ、効果的な支援に繋がったものと推測している。**（※ただし全体母数も増えているため参加者個人の定点的な評価が必要）