

第9期高齢者福祉計画・介護保険事業計画(令和6年～8年度)		➡	基本目標①:健幸寿命を延伸する
最終アウトカム	健康寿命(新規要介護認定者の平均年齢)		主観的幸福感

【取り組み項目】

1.健康づくり・フレイル予防・介護予防の推進	(1)健康づくりの推進	①地域における健康づくりの推進 ②高齢期に着目した健康支援
	(2)フレイル予防の推進	①フレイル予防の普及・啓発 ②介護予防活動等の情報提供と事業周知の強化 ③デジタルデバイド対策の推進
	★重点 (3)地域における介護予防活動のさらなる推進	①地域の介護予防を担う人材の育成 ②住民主体の通いの場による介護予防活動 ③介護予防ボランティアポイント制度の充実 ④リハビリテーション専門職等による地域介護予防機能の強化 ⑤介護予防事業評価事業の実施 ⑥感染症の予防と拡大防止
2.地域における生活支援体制の充実	(1)介護予防・生活支援サービス事業の充実	①生活支援の担い手の育成と社会参加の促進 ②多様なサービスの拡充
	★重点 (2)日常生活を支援する体制の整備	①生活支援コーディネーター(地域支え合い推進員)の配置・協議体の設置 ②地域のニーズに合わせた多様な主体による支援体制づくり ③地域における通いの場や支え合い活動等の把握や創出

【事業内容】

項目	事業区分	事業名	目的	課題・検討事項	令和6年度の方向性
1(2)①	一般介護	TAMAフレイル予防プロジェクト(TFPP)	・プレフレイル段階の高齢者を早期に発見し、高齢者自身が自分の状態に気づき、行動変容のきっかけづくりとし、介護予防活動につなげることで、健康増進、介護予防の推進を目指す。	・コロナ以降、ファーストチェックのみの実施方法になっている。 ・TFPP参加後、継続的な活動につながっているか不明であり、事業の効果検証が必要(紹介できる通いの場が少ない)。 ・PR不足により、実施回数、参加者数が伸び悩んでいる。 ・介護予防リーダーや学生の協力が難しくなっている。	・今後の実施方法や事業検証の方法について、見直し、検討をしていく。 ・人が集まりやすい場所の検討や、実施回数を増やすための周知方法を検討。また定期的な開催を含め、実施方法及び実施内容を検討する。 ・TFPPに協力してもらえる測定員や関係機関の確保を検討(ボランティアポイントとの連携等)する。
1(2)②	一般介護	介護予防普及啓発事業(介護予防手帳)	・介護予防手帳は、心身の健康に配慮した生活を送り、自分だけで難しいことは支援・サービスを選択して利用していく「セルフマネジメント」に必要な情報を集めることで、自身の健康目標と計画を立てることに活用してもらい、自立した生活に繋げる。また、自身の健康情報の記録帳としても役立てていく。	・令和2年度に9000部作成し配布開始。 ・現在、長寿を祝う会やTFPP等参加者に配布しているが、どのように活用されているか把握できていない。 ・掲載情報が変わっているため、改正や見直しが必要。	・「介護予防手帳」の必要性も含めて内容を検討する。 ・作成する場合は、セルフマネジメントの手引書として、紙の冊子の特性を活かした内容にするか、情報更新に適應できるものにするか検討する。
1(2)②	その他	情報発信(HP、広報、SNS、企画展示等)	・多摩市公式ホームページやたま広報などの媒体を活用した介護予防事業等に関する情報発信を行うことで、必要な情報にアクセスできる環境を整備し、サービスの利用や行動変容につなげることで介護予防につなげる。	・情報発信の方法が紙媒体に偏っており、SNS等が活用できていない。 ・多摩市公式ホームページを有効活用できていない。 ・各事業の認知度が低い。 ・戦略的な情報発信ができていない。	・発信すべき情報を集約した上で、SNS等の活用を検討する。 ・生活支援体制整備事業と連携し、情報発信のあり方を検討する。 ・各事業の認知度を向上させるための情報発信の方法について検討する。
1(2)②	一般介護	介護予防普及啓発事業(地域デビュー講座)	・多摩市の高齢化の状況や介護保険の現状について知る機会として、元気アップ体操の紹介や体験を交えた介護予防事業の紹介等を行うイベントを実施することで、介護予防やフレイル予防に対する普及啓発を行うとともに、担い手の創出を目指す。	・令和5年度は永山公民館で実施したが、地域包括支援センターから他の会場での実施要望があった。	・次年度においても講座実施を継続する。 ・講座実施場所については、担い手の不足している地域など、生活支援体制整備事業等を通して把握された地域の状況等と照らし合わせながら検討していく。 ・募集方法については若い世代への普及啓発を目的としていることから、オンライン上の申込フォームの活用を検討する。
1(2)③	その他	デジタルデバイド対策	・行政サービスのDX化に合わせて、高齢者が行政サービスから取り残されないよう、また、スマートフォンの活用による高齢者の生活の質向上を目的として、スマートフォン相談会・体験会等を実施する。	・市内で実施されているスマホ教室の情報が集約されていないため、市民にとって、いつ、どこでやっているかが分かりにくい。 ・令和6年度からDX推進計画が開始される予定であることから、どう対応していくか検討が必要。	・情報政策課と連携し、DX推進計画の動きに合わせた取り組みの実施を進める。 ・市内で実施されているスマホ教室等の情報を集約し、情報発信するための方法を検討する。 ・東京都の事業等を活用し、スマホ相談会と体験会の機会を確保する。
1(3)①	一般介護	介護予防リーダー養成講座	・住民主体の介護予防活動を地域に広める人材を養成するため、専門機関に業務委託し、修了後は地域介護予防教室やTFPP等の介護予防活動を通して住民が主役になり、支え合う地域づくりを目指す。	・令和5年度はポスティングが功を奏し定員を大幅に超える人数を養成できたが、全市民的に担い手不足のため、再び定員割れする可能性はある。 ・40代50代の就労者は修了しても平日の活動には繋がりにくい。 ・地域介護予防教室に登録していない介護予防リーダーの活動状況が把握できていない。	・普及啓発事業や民生委員等市民が集まる会議等でリーダー活動についてPRし、人材を発掘していく。 ・養成講座中に市が担当する時間において、地域で活動するイメージが持てるよう働きかけていく。 ・修了者の活動状況を把握する手法を検討する。

項目	事業区分	事業名	目的	課題・検討事項	令和6年度の方向性
1(3)①	一般介護	うんどう教室 地域指導員養成講座	・うんどう教室の運営や参加者への教示を行う「地域指導員」を養成し、地域で介護予防に資する活動を住民主体で運営することで、地域で心身ともに健康で暮らし続けることを目指す。	・令和5年度地域指導員を養成したが、各会場必要な人数に満たなかった。特に乞田貝取ふれあい広場公園では新規指導員が入らなかったため、指導員の負担感が続いている。 ・月1回の開催のため、地域指導員のモチベーションの維持が難しい。指導員のモチベーションを維持する必要がある。	・令和6年度も養成講座を実施する。各教室に必要な人数の指導員を養成できるように、事業周知のための動画作成や地域デビュー講座で担い手の発掘を行う。 ・既に活動している地域指導員のモチベーションの維持・向上のため、2教室合同での指導員交流会の実施を検討する。
1(3)②	一般介護	地域介護予防教室 活動支援事業	・介護予防リーダーを中核に、元気アップ体操をツールとした住民主体の通いの場を増やし、地域における介護予防活動を拡充することで介護予防リーダー及び地域住民の社会参加と体操によるフレイルリスク低減を図り、健康寿命の延伸を目指す。	・介護予防リーダーの高齢化。交代要員がいない教室は運営の負担が増加している。 ・会場によって週1回の予約が困難で月4回の実施ができない教室もある。 ・参加者が多い会場は2部制で実施、2部制をとれないところは新規の希望者を受け入れきれない。 ・教室の効果検証。体力測定は参加者の3割程度の実施になっている。	・リーダー不足の教室には、養成講座募集時に該当エリアに重点的な周知を図り、受講中から教室につながるよう支援する。 ・令和6年度は新たに2教室が立ち上がる見込み。新規教室の立ち上げ支援と既存の教室の継続支援を引き続き行う。 ・生活支援体制整備事業等と連携し、地域分析を進め、教室の適正数と安定した運営に向けた取組みを検討していく。 ・教室の効果評価の手法を検討する。
1(3)②	一般介護	近所de元気アップ トレーニング活動支援事業	「元気アップトレーニング」をツールとした週一回の通いの場が拡充していくことにより、筋力の維持・向上だけでなく、地域の互助・見守りの関係性を構築することで、市民が住み慣れた地域でいつまでもいきいきと暮らし続けられるまちとなることを目指す。	・(参加者に対して)支援の中心であった第2層生活支援体制整備事業の委託先変更に伴い、支援者の変更や連絡窓口が変わる旨の説明が必要。 ・(リハ職に対して)リハ職の派遣依頼や連絡会などの通知に対して返信のないリハ職が少なくない。 ・近トレ団体の配置に偏りがある。	・第2層生活支援体制整備事業の委託先変更に伴う支援体制の変更に合わせて、団体が近トレ支援を継続して受けられるよう、新たな第2層が滞りなく近トレ支援を実施できるように支援する。 ・登録リハ職の整理、支援実施の確認をしていく。 ・圏域ごとに近トレ団体の偏りがあるため、第1層生活支援体制整備事業で実施する地域分析等を活用し、新規立ち上げの必要な地域と継続支援を実施する地域と目的を分けて検討していく。
1(3)②	一般介護	うんどう教室	・月1回、地域指導員による屋外で教室を開催することで、高齢者の運動の習慣化を目指すとともに、社会参加による社会的フレイルを防ぐことを目指す。 ・参加者の対象は、①多摩市介護保険第1号被保険者②事業実施場所の近隣に居住する市民。 ・市内2箇所の公園で実施している。	・一つの教室は、指導員数・参加人数が少なく、地域指導員のモチベーション維持が難しい状況。 ・参加者の実態や離脱した参加者について状況を把握できていない。 ・令和5年度多摩市高齢者実態調査における、うんどう教室の認知度は18.7%と地域介護予防教室の認知度25.6%に比べ低い。	・地域指導員がうんどう教室で使用している健康遊具の使い方や、教室の紹介動画を作成し、公式YouTube等に掲載することにより、市民に広く事業周知を図り、参加者の増加を図る。
1(3)③	一般介護	介護予防ボランティアポイント事業	・高齢者のボランティア活動実績を「ポイント」として評価することにより、介護予防に資するボランティア活動への参加を促し、元気な高齢者が地域で貢献できるような取り組みを推進することで社会参加による介護予防を目指す。	・社会参加による介護予防を推進するため、多くの高齢者に参加してもらうことが必要。 ・高齢者のボランティア活動の場を広げ、参加しやすくすることが必要。 ・介護予防の担い手不足や高齢化等の課題に対応するため、ボランティアポイントを活用した、新たな担い手の創出を検討することが必要。	・委託先である多摩ボランティア・市民活動支援センターと協力しながら、引き続きボランティアポイントの普及・啓発等を行い、新規登録者の増加を目指す。 ・介護予防の担い手を必要としている他事業を受入機関に加えるなど、高齢者の活動の場を広げ、ボランティアポイントを活用した、新たな担い手の創出を目指す。
1(3)④	一般介護	地域リハビリテーション 専門職派遣事業	・地域の通いの場等にリハビリテーション専門職を派遣することにより、地域に住む高齢者が虚弱になることを予防するとともに、認知症や要介護状態になっても、いきがい・役割を持って生活を続けられるよう、住民主体の通いの場の支援を行う。	・特に自主グループについては実態把握を行っていないため、事業周知の場がなく、その結果派遣回数の低迷がみられる。 ・自主グループやサロンで、本事業を活用している団体は少なく、事業周知の方法の検討が必要。 ・事業周知について、社協のサロン通信にチラシを併せて送付してもらっているが、事業の活用に至っていない。	・近トレのみならず、サロンや自主グループにも本事業を利用してもらい、通いの場の介護予防機能を強化していくため、周知方法を検討する。 ・生活支援体制整備事業と連携し、自主グループ等の把握を進める。
1(3)④	その他	介護予防推進事業	・介護予防について幅広い知識と経験を持った専門職として「介護予防・フレイル予防推進員」を配置し、住民主体の通いの場を育成するなど地域づくりにつながる介護予防活動の推進及びリハビリテーション専門職等の地域の多職種・他機関との連携強化を目指す。	・介護予防・フレイル予防推進員が安定して業務が進められるよう、業務内容の整理が必要。 ・地域介護予防教室など通いの場の増加に伴い、介護予防・フレイル予防推進員の業務が増加している。	・推進員としての役割を整理するとともに、地域のリハ職との連携や役割分担、通いの場等に必要な支援を実施するための体制の検討を行う。
1(3)④	一般介護	「認知症があってもなくてもほっとできる通いの場」の取組み	・認知症予防に焦点を当てるのではなく、認知症になっても住みやすい(重度化予防)地域づくりを長期目標とし、認知機能低下者の居場所(通いの場)づくりを行う。 ①認知機能に働きかけるプログラムを取り入れる ②住民主体の活動に対して、専門職からサポートを受けられる場である ③認知機能が低下しても、していなくても、みんながほっとできる場であることを目指す。	・事業を見直したが、新規利用件数は0件と活用が進んでいない。支援者・利用者双方のニーズにあっていないことが考えられるため、内容の見直しが必要。 ・新たに認知機能低下の予防を目的とした通いの場を立ち上げる事業ではないため、事業の活用に結び付きにくい。 ・事業に関わる関係者の理解不足やズレ等により、既存の通いの場への周知不足がある。	・事業のコンセプトを、認知機能が低下したことを理由に通いの場から離脱しにくい機運を醸成するための啓発事業に変更する等、事業内容を見直ししていく。 ・関係者への周知や連携方法について検討し、利用しやすい方法にしていく。 ・重度化予防の通いの場は別の事業として検討していく。

項目	事業区分	事業名	目的	課題・検討事項	令和6年度の方向性
2(2) ①～③	包括支援	生活支援体制整備事業	・高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けることができるよう、日常生活の支援や介護予防の体制を整備することを目的に生活支援コーディネーター(地域支え合い推進員)を配置し、多様な主体と連携し、地域のささえあい体制づくりを進めることで、高齢者の社会参加の促進や多様な介護予防・生活支援サービスの充実を目指す。	・地域資源や課題の分析が不十分で、課題を検討する材料が足りていない ・協議体に企業等が委員やオブザーバーとして参加しているが、資源開発等につなげられていない。 ・令和6年度から第1層・第2層共に委託先が変更となる。	・地域資源および地域課題の把握・整理をすることで関係機関との共有化を図る ・多様な主体の参画とネットワーク化に向けた新たな取り組みを検討する。 ・第2層生活支援コーディネーターが地域包括支援センターとなることから、地域ケア会議を活用した地域課題の把握と整理の仕組み作りを進める。 ・1層、2層、市の連携を強化するため、毎月定例会を開催する。
2(1) ①②	介護予防・生活支援サービス	住民主体による訪問型サービス(訪問B)	・利用者に対し、日常生活に必要な家事等をその方の状態等を踏まえながら生活援助等の支援を行うことにより、生活機能の維持・向上につなげることで、自立した在宅生活の延伸を目指す。	・高齢者人口は増加しているが、利用者人数は増加していない。 ・サービスを提供する指定事業所が4ヶ所と少ない。 ・担い手の不足、また養成してもサービス活動までに至らない場合もある。 ・生活サポーター不在の地域が点在しており、利用ニーズがあっても対応できないこともある。 ・国保連請求等の電子化に対応が難しい事業者もある。	・利用者の増加やサービス提供者のモチベーション維持等を目的に、サービス内容の変更と単価の改定を行う。 ・ニーズにあったサービスの内容を検討する。 ・生活サポーター養成講座およびフォローアップ研修の内容を見直していく。 ・実施形態の変更に向けた検討を進める。
2(1)②	介護予防・生活支援サービス	通所型短期集中予防サービス(通所C/元気塾)	・膝関節痛・腰痛・筋力低下等から外出の機会が低下してきた方や口腔機能・認知機能の低下・閉じこもり傾向がある方を早期に地域介護予防教室等の地域活動につなげることを目標に、短期集中的に実施しているプログラム(4カ月の教室)により機能向上を図ると共に、リハビリ専門職による生活機能の評価を行い、地域で自立して健康的に生活できる期間を伸ばすことを目的とする。	・元気塾は市内3か所であり、アクセスの悪い地域からの参加が難しい。 ・認知度が低く、稼働率は50%程度となっている。周知の方法、体験会の実施方法について検討が必要。 ・健康二次被害対策として、アンケート調査を実施してきたが、5類に移行したなかで今後の実施方法の検討が必要。 ・元気塾の事業評価の方法について検討が必要。	・修了者フォローは実施方法を検討し、稼働率向上に向けた取り組みを進める。 ・事業評価を行い、必要な人が適切に利用できるよう検討していく。 ・元気塾の認知度を向上させるために、地域の支援者(民生委員等)にむけた広報活動を行っていく。 ・安定した運用を行うために、必要に応じて介護予防ケアマネジメントマニュアルを改定していく。
2(1) ①②	介護予防・生活支援サービス	介護予防ケアマネジメント	・高齢者がフレイルの状態であっても、その人らしく地域で生活をおくるために適切なサービスにつなぐため、介護予防ケアマネジメントを実施し、高齢者にセルフマネジメントを促すことで自立支援を行っていく。	・地域包括支援センターの業務負担が大きい中、ケアマネジメントの様式等について再検討する必要がある。 ・地域包括支援センターの職員の入れ替わりがある中で、ケアマネジメントの質を向上に向けた検討機会が必要。	・介護予防ケアマネジメントを検討する機会として「介護予防ケアマネジメントを考える会」を開催し、使いやすい様式等の検討を進める。 ・質の向上とより分かりやすいケアマネジメントマニュアルにするため、地域包括支援センターと意見交換し改訂していく。
2(1)②	介護予防・生活支援サービス	介護予防ケアマネジメント支援(リハ職訪問同行)	・地域包括支援センター職員が支援を要する高齢者へ家庭訪問をする際に、元気塾のリハビリテーション専門職が同行し、身体機能の評価や福祉用具・住宅改修等の助言等を行うことで、自立支援に向けた制度やサービスを提供し、対象者の個別性に合った支援を行う。	・元気塾毎の訪問同行の実施状況・件数に偏りがあり、一部の元気塾の業務負担が偏っている。 ・事業の評価基準が定まっていないため、評価が適正に行えるよう評価基準を検討する必要がある。	・元気塾の業務負担を是正できるよう、実施方法等を関係者と連携して検討する。 ・集計の際に書き方や読み取り方で集計に影響がでないように訪問同行の記録の様式を変更し、関係者に周知する。 ・事業の評価基準について検討する。
—	その他	オンラインプラットフォーム(東京ホームタウンプロジェクト)	・シニア・プレシニアの社会参加を目的としたオンライン上のマッチングサイト「地域参加のトビラ」を活用することで高齢者の社会参加を促進し、地域の支え合い体制の構築や社会参加を通じたフレイル予防を目指す。	・活用の方向性が決まっていない。 ・関係課が複数にまたがるため、調整が必要。	・関係課及びボランティアセンター等と連携し、令和7年度の本格実施に向けた活用方法の検討を行う。

【検討事項】

項目	課題・検討事項	令和6年度の方向性
	地域介護予防教室等体操を主体とした事業の介護予防効果について、体力測定会の測定結果やアンケートから検証しているが、事業の参加者と非参加者の比較はできていない。事業の効果を測定する方法について検討が必要。	・通いの場の評価方法について情報を集め、実施可能な方法を検討する。参加者から同意を得ることを前提に、KDBシステム等を活用した分析をするなど、他課との連携も視野に考えていく。
1(3)②	地域介護予防教室や近所de元気アップトレーニングなど体操をツールとした通いの場の支援は実施しているが、多くの高齢者が通いの場に参加するためには、多様な通いの場が必要となるため、新たな支援の検討が必要。	・生活支援体制整備事業による地域の現状分析等を活用し、地域の通いの場の状況を把握し、必要な通いの場の検討を行う。
1(3)② 2(1)②	MCI(軽度認知障害)の方をつなぐことのできる場が地域にないことが課題となっている。また、認知症リスク軽減を目的とした通いの場が少ない。	・事業の枠組みで実施できる内容を整理するとともに、他市の取り組みなどの情報収集し、検討していく。 ・新たな仕組み構築に向けた検討を行う。