

令和4年度第2回多摩市一般介護予防事業評価委員会 《要点録》

日時：令和5年3月24日（金） 14時00分～15時48分

出席者：7名（傍聴はコロナ感染症拡大防止のため中止）

1 挨拶

- ・議会でも高齢者の質問が多く、注目されている。
- ・来年度は計画策定の年度であり、また委員会でご相談させていただく。

2 報告

1 令和4年度 TFPP 実績報告（年間）

- ・もの忘れや5m通常歩行・開眼片足立ちの基準値未満の該当が多い。
- ・地域包括への紹介対象は23名（全体の3.3%）であった。
- ・コロナ前と比較すると運動機能、社会参画、心の状態、口腔機能、生活全般の低下がみられる。
- ・リピーターは14.9%、リピーターの参加回数は平均2.2回となる。
（意見）コロナ禍で受診控えなどもあった。今後歯科医師会では「最後まで美味しく食べる」をテーマとして発信していきたいと思っている。
（意見）60代から参加されると体力も維持され市民も安心するのでは。どうしても高齢になると体力は下がる方が多いため、広い参加者層の取り込みも今後期待する。

2 地域介護予防教室 体力測定の結果について

- ・同一人物で3ヶ年追跡調査すると、高齢期に低下しやすい動的バランスが徐々に低下している。歩行能力は維持されている。
- ・7ヶ年のアンケート（非同一人物）の集計結果では、15分続けて歩けなくなった方が教室から離脱したように見えるが、他の通いの場や地域包括支援センターのフォローなど、他の事業がつながっているケースもある。
- ・交友関係を目的とした外出頻度については、未だコロナ前の水準には戻っていないため、外出促進への働きかけは重要であると考える。
（意見）別の場所に通うことになった方も手厚くフォローしていく必要がある。

3 認知機能障害（認知症）があってもなくてもほっとできる通いの場（認通）について

- ・支援の3本の柱の活用について、方針の統一が難しい状況にあり、継続的に話し合いを行っている。
- ・MCIに特化した場についても第9期計画に向けて検討を行う。
（意見）近トレに月1回程度、専門職等が支援にいつているが、団体ごとに方向性や対応にばらつきがある。そのため、受け入れ可能な団体で認通を行っていくのが良いのでは。受け入れられる団体かどうかを丁寧に確認していく必要がある。

4 高齢者保健事業と介護予防の一体的実施に関する国保データシステム等による現状分析から対策の整理（保険年金課）

- ・分析による課題は4つ。
 - ① 脳出血の医療費が高い。要介護認定の半数が心臓病を有している。
 - ② 医療費総額で骨折が最も多い。
 - ③ 健康診断の質問票でソーシャルサポートがあると答えた方が都と比べて低い。
 - ④ 歯科健診実施率の低下がみられる。
（意見）KDB分析について感謝。多摩市は2年ごとに歯科健診を行っている。受診率の低下については保険年金課と一緒に対策を考えていきたい。

(意見) 社会的孤立に対して情緒的なサポートができる人など、相談機関以外の支援もあるとよい。

5 健康づくり推進事業及び多摩市食生活意識調査結果速報について (健康推進課)

- ・ウォーキング、料理教室(料理の実食)など今年度から再開。参加者もワクチンを打ったことにより不安が軽減され参加するようになった。令和2・3年度は地区活動も縮小し、健康づくり推進員や市民ともに活動に不安を抱えていたが、令和4年度は参加者が戻ってきている。
- ・地区活動と月例ウォーキングのうち、70～84歳の参加が7.5割を占める。
- ・食生活意識調査結果速報については将来のフレイルや骨粗しょう症のリスクになる可能性があるため、今回資料として提示した。

3 協議

令和5年度の取り組み計画(案)

(意見) MCIに特化した住民主体の立ち上げは難しい。サロンに単発でリハ職が支援に行くのがよい。また体操の普及で民間事業者と連携した場の確保についてはどのようなイメージがあるか。

(回答) MCIに効果的とされるコグニサイズやラダー運動を行っている団体が、市内に2団体あり、介護予防リーダーも参加している。そのような場を参考に、住民主体で立ち上げていければと考える。

(意見) 保健所での取り組みでは事業者を対象にフレイル予防を普及啓発することを考えている。多摩ニュータウン等での買い物困難な地域で移動販売・食料品販売をしている方から、地域の高齢者へ向けて、もう一品プラスシバランスの良い食事に近づけるまた、メタボ予防からフレイル予防の切り替えを市民へ啓発していきたいと考えている。現在動画を作成しているので、体操の場で流すことにより相乗効果・行動変容につながっていくのではないかと考えている。今後動画ができたときにご相談させていただきたい。

(意見) 近トレは解散する団体がある中、元気塾の卒業生で健康意識が高まっている人たちの間で立ち上がる団体もある。

・住民主体による訪問型サービスの受け入れができる事業者が少ないことが問題。事業者へサービス調整してもどこも受けられないというケースもあった。

(意見) 既存の団体である多老連へのアプローチが有効なのでは。多老連の中でも高齢化が進み、前期高齢者の入会が少なく、運営が難しくなっていると聞いている。各事業においても60～70代の高齢者の取り込みが必要。

(意見) 現在活動している介護予防リーダーについて、リハ職の支援が更に必要なのではないか。

4 その他

(意見) 歯科は外来中心で、高齢者や在宅にあまり関わりがないので、この会議に出席でき良かった。今後はTFPPやつむぎ館のコミセン祭りなどに歯科も関わっていきたい。

(意見) 地域資源の不足から民間に紹介することが多く、元気塾の活用などを提案させていただいた。またTFPPの分析等は地域別のアセスメントがあると、何故その地域が元気であるか分析ができる。

以上