

第 8 期多摩市高齢者保健福祉計画・介護保険事業成果(案)

基本目標① 地域でいきいきと暮らす(介護予防・地域交流)	
令和7年(2025年)に向け、単身高齢者世帯や高齢者のみ世帯、認知症高齢者の増加が予想される中、いきいきと暮らしていくことができるように、地域における健康づくりから介護予防までの総合的な取り組みを推進します。	
1. 健康づくり・介護予防の推進	
★	(1)健康づくりの推進
	(2)介護予防の普及・啓発
★	(3)地域における介護予防の拡充
	(4)感染症の予防と拡大防止
2. 介護予防・日常生活支援総合事業の充実	
	(1)生活支援サービスの充実
★	(2)日常生活を支援する体制の整備
3. 社会参加と交流の促進	
	(1)高齢者による主体的な活動の促進
	(2)高齢者の知識・経験等を生かす取組
	(3)世代間交流の促進
	(4)就労による社会参加の促進
4. 生涯学習の推進	
	(1)生涯学習に関する相談・情報提供の充実
	(2)施設等における各種講座等の実施
	(3)自発的な学習活動・市民活動の支援

※重点施策に、★をつけています。

施策の取組・成果
<p>・高齢者のフレイル状態の把握と健康増進に向けた行動変容につなげるため、介護予防事業対象者の把握事業として「TAMA フレイル予防プロジェクト(略称:TFPP)」を実施するとともに、介護予防・フレイル予防推進員と連携し、フレイル予防の普及啓発を行った。新型コロナウイルス感染症拡大防止対策として、短時間でできるファーストチェックのみの「2020年度版」チェックシートの使用や感染予防対策のため公園で開催するなど実施方法を工夫し、コロナ禍では参加者が落ち込んでいたが、令和4年度にはTFPPを27回開催し、参加者は延べ706人となった。</p> <p>・令和3年度より保険年金課と連携し、フレイルリスクが高い者等に参加勧奨の案内を送付するなど、保健事業と介護予防の一体的な取り組みも進めている。</p> <p>・住民主体による介護予防活動を拡充するため、介護予防リーダーを養成し(令和4年度末で累計185名)、地域介護予防教室の運営活動につなげるなど、教室の立ち上げ及び活動継続のための支援</p>

を行った。コロナ禍においても、新規の地域介護予防教室の立上げ支援を行い、令和 4 年度には17教室、参加者は延べ 20,087人となり、高齢者の地域活動への参加は回復傾向を見せている。

・地域介護予防教室及び介護予防リーダーへの活動支援として、介護予防・フレイル予防推進員や市職員が各地域介護予防教室を訪問して状況把握を行い、地域介護予防教室等での体力測定を実施し、高齢者のフレイルの進行状況を把握した。

・生活支援体制整備事業における第 2 層生活支援コーディネーター及び介護予防・フレイル予防推進員とともに、住民主体の通いの場として「近所 de 元気アップトレーニング(略称:近トレ)」の立上げ支援を行った。新型コロナウイルス感染症の影響で、活動を休止または解散した団体もあったが、令和 4 年度には中規模プレゼンを市内 3 箇所で行い、コロナ禍の 3 年間でも 5 団体が新規に立ち上がり、令和 4 年度末で近トレは 40 団体となっている。

・地域活動の支援及び充実を図るため、リハビリテーション専門職の派遣を行い、令和 4 年度の派遣回数は 68回、参加者延べ数は 752 人となっている。

・コロナ禍における活動自粛の影響で、認知機能が低下する高齢者の増加が予想されたため、認知機能の維持に効果的なプログラムの実施及び認知症についての啓発を目的とした「認知症があってもなくてもほっとできる通いの場」の試行事業を既存の通いの場の中から 6 団体に実施し、令和 4 年 10 月からは 7 団体に対して本格実施している。

・令和3年度から、地域包括支援センター職員が家庭訪問する際に、通所型短期集中予防サービス(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・住宅改修等の助言を行う介護予防ケアマネジメント支援を開始し、令和 4 年度は延べ 55 回の同行訪問を実施した。

・生活支援体制整備事業では、民生委員やNPO法人・民間企業を含む第 1 層協議体である「多摩市まるっと協議体」において、3 つの分科会(啓発分科会・移動分科会・生活支援分科会)に分かれて、地域の高齢者に対する多様なサービスを拡充するための協議・検討を行った。

その中で移動分科会では、移動困難エリアである桜ヶ丘地区をモデル地区として、移動・外出支援の試行実施を行い、継続的な活動につなげた。

啓発分科会では、まるっと協議体通信の発行、TAMAフレイル予防プロジェクトでの「まるっと協議体ブース」や、「福祉フェスタ」の出展を通して、介護予防・健康二次被害防止の普及啓発を行った。

生活支援分科会では、よりタイムリーに多くの生活サポーターを養成するため、生活サポーター養成講座カリキュラムの再構築を行い、養成講座のテキスト作成や指定事業所において生活サポーターを養成できる事業所研修を令和 3 年 10 月より開始し、令和 4 年度の養成者数は増加した。また、生活サポーター自身のスキルアップとモチベーション維持のために、生活サポーターフォローアップ研修会を年 1 回から年 3 回と回数を増やし実施している。

また、生活支援体制整備事業における第 2 層生活支援コーディネーターが中心となって、地域資源をまとめた支え合いリストの情報を更新し、公共施設のほか、市内クリニックでも配架し、民生委員の友愛訪問でも配布するなど、周知啓発を行った。

