

第3章 高齢保健における目標と達成度

中目標	高齢者が地域の中で自立した社会生活を継続していくための支援体制づくりをめざします。
-----	---

平成18年度までの小目標における成果指標と達成度		策定前 平成14年度	中間評価 平成18年度
小目標1 高齢者の健康づくりを支援する体制が各小学校区にできる。			
1小 標の目 指標	13小学校区において地域高齢者の健康づくり活動の増加		101か所 ^{*1}
	「高齢者生活情報マップ」の作成と活用の増加		6種類
小目標2 うつや認知症を予防し、閉じこもりになる高齢者が少ない地域になる。			
小 目 標 2 の 指 標	「いきいきサロン」等への参加者数の増加	1,892人	2,375人
	地域の中で食事ができる交流の場の増加		7か所
	高齢者の外出頻度の増加		84.1% ^{*2}
	うつ ^{*3} や認知症 ^{*4} に関する講座参加者数の増加		521人
小目標3 転倒予防(骨折予防)のための知識を得て、それを実践できる。			
小 目 標 3 の 指 標	地域における転倒予防講座の参加者数の増加	1,680人	3,284人
	機能訓練事業等での理学療法士への相談者数の増加	61人	422人
	脳卒中再発予防教室への継続参加者数の増加 ^{*5}	18人	26人
小目標4 口腔内の健康の保持増進ができる。			
小 目 標 4 の 指 標	節目歯科健診の受診率の向上	9.0%	9.1%
	歯科健康講座への受講者数の増加	323人	693人
	歯科衛生士の個別歯科相談者数の増加	103人	334人
	歯科衛生士の家庭訪問者数の増加	27人	11人

*1 保健師等が出務したいいきいきサロン数の他、保健師が支援したボランティア組織等を含む。

*2 第3期箕面市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画策定のためのアンケート調査。
(平成17年3月 一般高齢者2,744人の回答による)

*3 うつとは、うつ病(うつ症状やうつ傾向の者を含む)のことである。

*4 厚生労働省では「痴呆」に替わる用語に関する検討会を開催し、平成16年12月に「認知症」が適当であるとの報告書がとりまとめられ、法令上の用語も法改正により痴呆は認知症と名称が統一された。以降、認知症と記載する。

*5 策定時の集計方法を変更し、同年度2回以上の参加者とする。

平成22年度までの評価指標と目標値		中間評価 平成18年度	最終評価 平成22年度
小目標1 高齢者の健康づくりを支援する体制が各小学校区にできる。			
1 小 標の 目 指 標	13小学校区において地域高齢者の健康づくり活動の増加	101か所	現状維持
	小学校区毎の小地域ネットワーク会議への参加 ^{*1}		全小学校区
小目標2 うつや認知症を予防し、閉じこもりになる高齢者が少ない地域になる。			
小 目 標 2 の 指 標	「いきいきサロン」等への参加者数の増加	2,375人	2,500人
	地域の中で食事ができる交流の場の増加	7か所	7か所
	高齢者の外出頻度の増加(2～3日に1回以上)	84.1%	85%
	うつや認知症に関する講座参加者数の増加	521人	800人
	小地域ネットワークの中で要支援者の早期発見、早期対応のシステムができる。 ^{*2}		全小学校区
小目標3 転倒予防(骨折予防)のための知識を得て、それを実践できる。			
小 目 標 3 の 指 標	地域における転倒予防講座の参加者数の増加	3,284人	現状維持
	理学療法士への住宅環境整備に関する相談の増加 ^{*3}	348人	現状維持
	脳卒中再発予防教室への延べ参加者数の増加 ^{*4}	182人	240人
小目標4 口腔内の健康の保持増進ができる。			
小 目 標 4 の 指 標	歯科健康診査受診者数の増加 ^{*5}	4,201人	4,500人
	歯科健康講座への受講者の増加	693人	800人
	歯科衛生士の個別歯科相談者数の増加 ^{*6}	334人	
	歯科衛生士の家庭訪問者数の増加 ^{*7}	11人	
	かかりつけ歯科医をもつ人の割合の増加 ^{*8}	71.9%	75.0%

*1 生活情報マップづくりという形態にとらわれず、小学校区単位での要支援高齢者への支援ネットワークづくりを旨とし、指標を変更

*2 うつや認知症、閉じこもり等ハイリスク者への支援に対する指標を追加

*3 老人保健法に基づく機能訓練の対象者が40歳から64歳までとなったことに伴い訓練参加者が減少したため、指標を居住空間における転倒予防に関する相談件数へと変更

*4 脳卒中後遺症の再発及び閉じこもり予防の指標として、1人でも1回でも多くの人に参加できるよう継続参加者数から延べ参加者数へと文言を修正

*5 歯科健康診査の対象者拡大により節目年齢にとらわれず30歳代を含めた歯科健診受診者数に指標を変更

*6 個別歯科相談は歯科健康講座との同時実施が多いため、個別歯科相談者数の増加の指標を歯科健康講座への受講者数の増加に統合

*7 介護保険法等において訪問歯科保健(診療)が制度化され、在宅での支援が整ってきたことにより、歯科衛生士の家庭訪問件数が減少してきたため、指標を削除

*8 同年度2回以上の参加者とする。

平成18年度には介護保険法の改正により「地域支援事業」が創設され、要支援・要介護状態になるおそれのある高齢者を対象とした介護予防事業や、高齢者の生活・介護等の総合相談、権利擁護等を実施する包括的支援事業等が制度に位置づけられた。

本市では、この地域支援事業に対応するため、保健部門で実施していた介護予防にかかる高齢者の各種事業を福祉部門に移管するとともに、高齢福祉課に保健師、理学療法士、作業療法士の各専門職を配置することにより、総合的に介護予防事業を展開している。

1. 小目標 1

高齡者の健康づくりを支援する体制が各小学校区にできる。

(1) 平成18年度までの目標と達成度

	平成14年度	平成18年度
13校区において地域高齡者の健康づくり活動の増加		101か所*
「高齡者生活情報マップ」の作成と活用の増加		6種類

* 保健師等が出務したいいきいきサロン数の他、保健師が支援したボランティア組織等を含む

(2) 具体的な取り組み

各小学校区での健康づくり・介護予防の取り組み

ア) 各小学校区の高齡者を対象とした「いきいきサロン」は、64か所で開催されており、保健師、歯科衛生士、栄養士、理学療法士等が参加し、健康教室及び健康教育を実施している。また、地域の老人クラブや街かどデイハウス、高齡者のつどいなど様々な場所において健康教育を実施している。

<いきいきサロン健康教室実施状況>

年 度	延べ回数	参加者延べ人数
平成15年度	45回	497人
平成16年度	54回	1,041人
平成17年度	76回	1,617人
平成18年度	59回	1,217人

<健康教室実施回数>

年 度	平成15年度	平成16年度	平成17年度	平成18年度
健康教育数	33回	26回	23回	27回

イ) 「いきいきサロン」を運営している社会福祉協議会会員及び民生委員児童委員を対象に、平成13年度からボランティア活動支援として、閉じこもり予防教室や健康づくり教室等で「いきいきサロンボランティア講習会」を実施している。

<いきいきサロンボランティア講習会内容>

年 度	内 容	参加者数
平成15年度	高齡期におこる認知症やうつ病の理解と地域での関わり方について	79人
平成16年度	中高年のためのゆったりのにびり体操のすすめ	56人
平成17年度	先進地事例報告・レクリエーション講習会(3回)	112人
平成18年度	交流会・レクリエーション講習会(3回)	110人

<受講者のアンケートより>

- ・身体と頭の両方を使うことが求められたので、大変勉強になった。
- ・講習を受けるメンバーを増やしたいので、このような機会をまた作ってほしい。
- ・今後のサロンで実践してみたい。
- ・自分自身のためになった。こんな楽しい場をサロンでできたらと思う。

ウ) 地域に住む高齢者の自立を支援するため、民生委員児童委員及び小学校区単位の社会福祉協議会地区福祉会と連携を取りながら健康教育や健康相談、訪問等の個別支援を実施している。また、各小学校区での高齢者の健康づくり活動を推進するため関係機関と連絡会を設け、情報交換や意見交流を実施している。

< 民生委員児童委員連絡会への参加 >

年 度	回数	実 施 小学校区	他の参加関係機関
平成 14 年度	6 回	6 校区	在宅ケアセンター
平成 15 年度	11 回	9 校区	在宅介護支援センター
平成 16 年度	5 回	5 校区	在宅介護支援センター
平成 17 年度	8 回	8 校区	在宅介護支援センター
平成 18 年度	13 回	12 校区	地域包括支援センター・在宅ケアセンター・ 社会福祉協議会

< 地区福祉会幹事会への参加や役員等への研修の実施 >

年 度	回数	実施小学校区
平成 14 年度		
平成 15 年度		
平成 16 年度	4 回	西南・箕面・萱野北・豊川南
平成 17 年度	3 回	西南・萱野北・豊川北
平成 18 年度	4 回	西南・南・西・北

要支援者（高齢者・障害者等）を支える地域ネットワーク

ア) 高齢者への在宅ケアは、民生委員児童委員や社会福祉協議会地区福祉会会員などの地域の支援者や保健師、在宅介護支援センターのケースワーカー等が連携し、支援体制を構築してきた。なお、平成 18 年度から地域包括支援センターが各生活圏域における在宅ケア及び介護予防の担い手となっている。

イ) 小学校区ごとの在宅支援体制に「高齢者の健康づくり」の視点を組み込むため、コミュニティワーカーである社会福祉協議会地域福祉課地区担当職員、在宅介護支援センターケースワーカー、保健師等が集まり、校区ごとの地区組織の運営状況や健康問題等について情報交換を行った。

< 在宅支援体制で連携した小学校区 >

年 度	実施小学校区
平成 16 年度	西南・箕面・北・西
平成 17 年度	萱野東・萱野北・東

(3) 今後の方向性

要支援・要介護状態にある人も含めた高齢者への健康づくり、介護予防への取り組みの体制を地区組織や関係機関とともに整備する。

地域の高齢者の自立支援や健康づくりのため、各小学校区における小地域ネットワーク会議に参加し、情報交換や課題の共有をすすめていく。

高齢者の健康づくり・介護予防に携わるボランティアへの支援を継続し、地域での健康づくりの拠点を増やす。

2 . 小目標 2

うつや認知症を予防し、閉じこもりになる高齢者が少ない地域になる。

(1) 平成 1 8 年度までの目標と達成度

目 標	平成 14 年度	平成 18 年度
「いきいきサロン」等への参加者数の増加	1,892 人	2,375 人
地域の中で食事ができる交流の場の増加		7 か所
高齢者の外出頻度の増加*		84.1%
うつや認知症に関する講座参加者数の増加		521 人

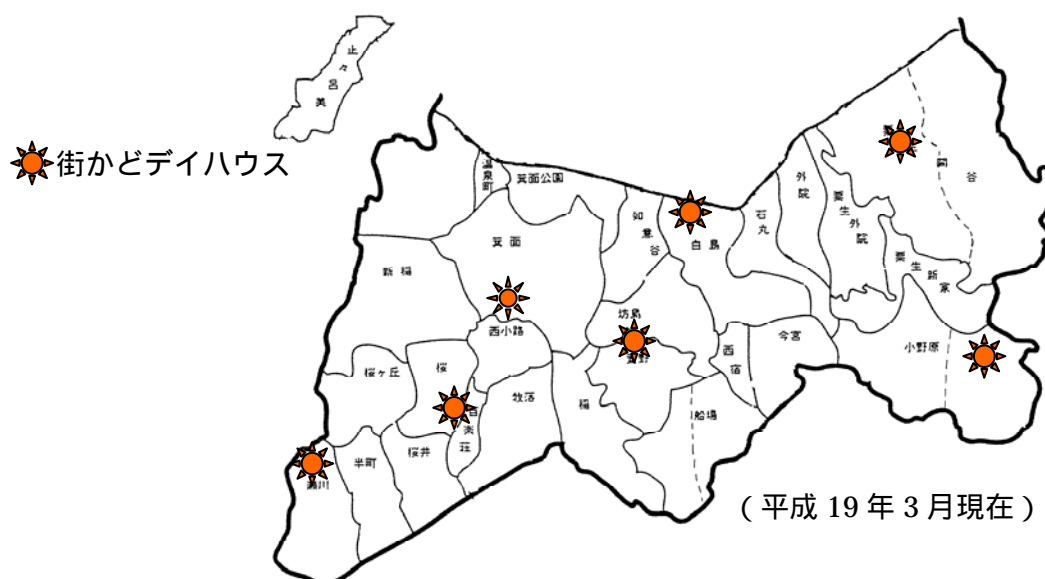
*第3期箕面市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画策定のためのアンケート調査
(平成 17 年 3 月 一般高齢者 2,744 人の回答による)

(2) 具体的な取り組み

地域で高齢者が集える場の増加

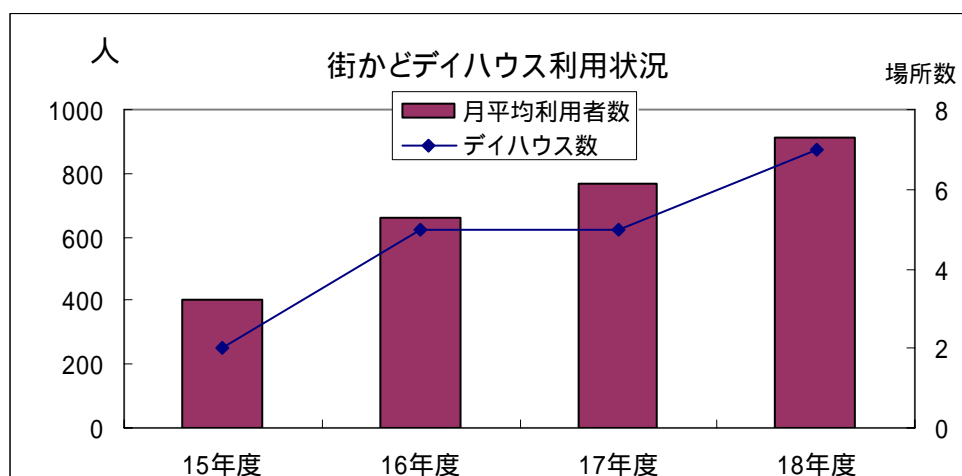
ア) 高齢者が気軽に地域で集える場として、社会福祉協議会地区福祉会のボランティア等の運営による「いきいきサロン」が 6 4 か所で開催されている。

イ) 平成 1 4 年度から、介護保険制度で要支援や要介護に該当しない高齢者(おおむね 6 5 歳以上)を対象とした「街かどデイハウス」が開設されるようになった。街かどデイハウスでは、介護予防を目的に、身体機能の低下を予防するための運動や、趣味活動、昼食サービス等を実施している。



< 街かどデイハウスの利用状況 >

	平成 15 年度	平成 16 年度	平成 17 年度	平成 18 年度
街かどデイハウス数	2 か所	5 か所	5 か所	7 か所
延べ利用者数	4,796 人	7,930 人	9,234 人	10,956 人
月平均利用者数	399.7 人	660.8 人	769.5 人	913 人



うつや認知症についての知識の普及・啓発

ア) いきいきサロンや老人クラブ等の高齢者の集う場や、地域のボランティア組織等を対象に認知症やうつに関する健康教育を実施した。平成18年度には、介護保険制度に基づく地域支援事業の開始に伴い、4つの生活圏域で認知症予防講演会を開催するとともに、北小地区福社会幹事会において認知症を理解するための講座を社会福祉協議会と連携して実施した。

<うつ及び認知症健康教室状況>

年 度	うつ		認知症	
	実施回数	延べ人数	実施回数	延べ人数
平成15年度	8回	180人	13回	552人
平成16年度	1回	40人	15回	400人
平成17年度	3回	98人	29回	909人
平成18年度	-	-	19回	521人

イ) 平成18年度は認知症の発症を予防するため、認知症予防教室「あたまの教室」を実施した。内容は、保健師、作業療法士による認知症予防の講義及び予防ツールの普及、参加者同士の交流、レクリエーション等である。

<認知症予防教室実施業況> (9回シリーズ)

	実人数	延べ参加者数
平成18年度	13人	82人

(3) 今後の方向性

認知症予防の講演会等を実施し、認知症の予防や介護方法を理解する市民の増加を図る。高齢者が地域で出かけられる場所を確保できるよう、地域での支援体制を強化する。かかりつけ医、民生委員児童委員、社会福祉協議会地区福社会、地域包括支援センター、ケアマネジャー等との連携を図り、要援護者を早期発見し早期に対応できるシステムを構築する。

3 . 小目標 3

転倒予防（骨折予防）のための知識を得て、それを実践できる。

(1) 平成 1 8 年度までの目標と達成度

目 標	平成 14 年度	平成 18 年度
地域における転倒予防講座の参加者数の増加	1,680 人	3,284 人
機能訓練事業等での理学療法士への相談者数の増加	61 人	422 人
脳卒中再発予防教室への継続参加者数の増加*	18 人	26 人

* 継続参加者数は同年度 2 回以上参加者

(2) 具体的な取り組み

地域における転倒予防講座の開催

ア) いきいきサロンや老人クラブ、高齢者のつどい等で転倒予防に関する健康教育を実施している。平成 1 8 年度からは、介護予防体操「みのおゆっくりんぐ体操（サロン版）」の普及や理学療法士による個別相談を実施している。

< 地域における転倒予防講座 >

年 度	実施回数	参加者数人
平成 14 年度	66 回	1,680 人
平成 15 年度	57 回	1,577 人
平成 16 年度	83 回	2,984 人
平成 17 年度	97 回	3,242 人
平成 18 年度	89 回	3,284 人

みのおゆっくりんぐ体操

平成 17 年度に作成した介護予防体操のメニューを改訂し、運動機能評価及びストレッチ、筋力トレーニングをまとめた。椅子に座って行う体操が中心であるが、さらなる機能向上をめざす人のために立位での運動も組み入れている。平成 19 年 1 月完成。



イ) 平成 1 7 年度に 1 か所の街かどデイハウスにおける介護予防体操の実施をモデル的に支援してきた。街かどデイハウスのスタッフに対し、運動の基礎知識、リスク管理、運動実習及びリーダーとしての教室運営方法等の指導を行い、街かどデイハウス内で自主的に運動が継続できるよう支援した。その結果、参加者の介護度の改善や運動機能の向上の他、会話が増えることによって精神面での効果も得られた。平成 1 8 年度には、内容を充実させ、介護予防体操「みのおゆっくりんぐ体操 街かどデイハウス版」を作成し、街かどデイハウスにおける主体的な実施に向け支援を始めている。

転倒予防教室の実施

ア)平成16・17年度には、転倒予防教室「筋力・バランスアップセミナー」を実施した。教室では、運動機能評価を行い、保健師、栄養士、歯科衛生士が転倒予防に関する講座、健康運動指導士が自宅のできるプログラムの紹介、理学療法士が個別相談をそれぞれ行った。平成16年度の参加者を対象に、1年後に再会教室を実施したが、教室終了後も自主的に運動を継続できていたのは、半数以下であり「1人で運動すること」の困難さを再確認することとなった。

<筋力・バランスアップセミナー参加者数>

年 度	男	女	計
平成16年度	2人	18人	20人
平成17年度	5人	14人	19人

イ)平成18年度は、介護予防事業として「一日運動機能アップ教室」を実施しており、運動機能を測定することで、生活習慣を改善するための気づきの場となることを目的としている。

<一日運動機能アップ教室参加者数>

年 度	男	女	計
平成18年度	38人	119人	157人

理学療法士による相談

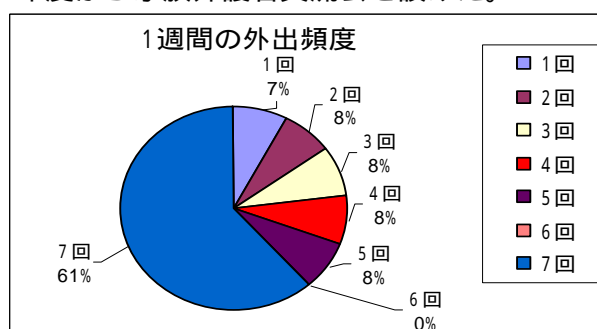
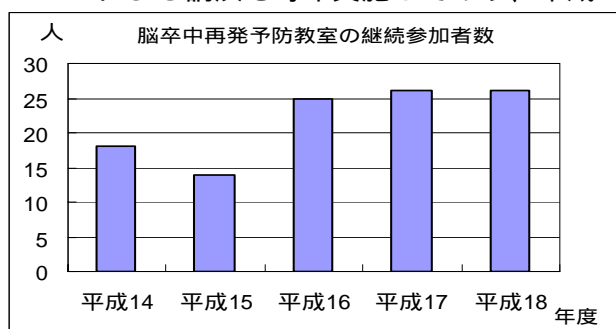
・理学療法士による相談は、機能訓練の方法から住宅環境整備に関する内容まで広がっている。実施場所としては、いきいきサロンや老人クラブ、老人福祉センター等で行っている。また、平成18年度からは作業療法士も加わり、対象者の精神・認知面の評価を含めた相談も実施している。

<理学療法士等による相談者数>

年 度	相談者数
平成16年度	57人
平成17年度	127人
平成18年度	422人

脳卒中再発予防教室（青空クラブ）

ア)交流や講演を通して知識を共有したり、健康運動指導士による運動実習を行い、筋力の低下防止やバランス感覚の維持を図っている。薬剤師、管理栄養士、歯科衛生士による講演も毎年実施しており、平成17年度から家族介護者交流会を設けた。



<脳卒中再発予防教室参加者数>

	平成 14 年度	平成 15 年度	平成 16 年度	平成 17 年度	平成 18 年度
延べ参加者数	126 人	130 人	188 人	208 人	182 人

イ) 平成 18 年度に参加者数は減少したが、継続参加者数は横ばいである。6 割以上の参加者は毎日外出できている。

<教室の様子>



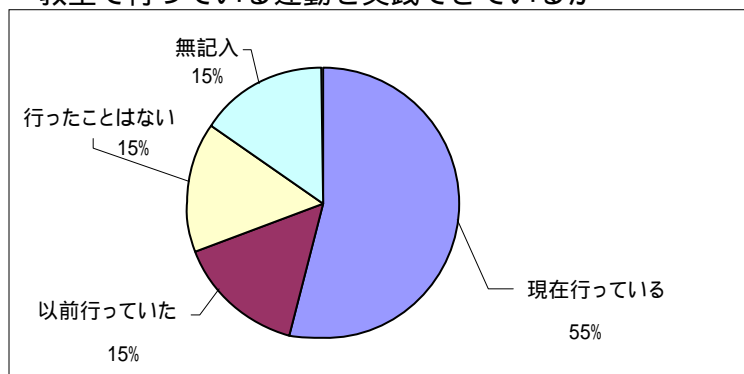
講演会



運動

<平成 18 年度アンケートより>

・教室で行っている運動を実践できているか



<参加者の声>

- ・いろいろ問題に対して発言する時間をもたしてもらえるのがよい。
- ・日頃、他人と接する機会が少ないのでいつも楽しみにしている。
- ・病院のリハビリが終了して行くところがなかった。自分で訓練すると限界があるが、ここに来ると楽しめながら教えてもらえる。
- ・40,50歳代で若く発症してしまって地域の場には参加しにくかったが、ここなら若い人や同じ状況のかたもいるので来やすい。
- ・毎回参加することを楽しみにしていて前の日から準備している。(家族)
- ・家族のかたと話をしたり、関わり方を見たりして自分自身にふり返られる。(家族)

(3) 今後の方向性

介護予防を推進していくために、転倒予防だけでなく、脳卒中の再発予防等、疾病を予防するための取り組みも行っていく。

地域包括支援センター、医療機関、ケアマネジャー等の関係団体と連携をとり、転倒する危険性の高い人に対し支援が行えるようにする。

行政が実施する教室だけでなく、街かどデイハウスやいきいきサロン等、地域で自主的に転倒予防のための運動が行える場を確保できるよう支援する。

4 . 小目標 4

口腔内の健康の保持増進ができる。

(1) 平成 1 8 年度までの目標と達成度

	平成 14 年度	平成 18 年度
節目歯科健診の受診率の向上	9.0%	9.1%
歯科健康教室への受講者数の増加	323 人	693 人
歯科衛生士の個別歯科相談者数の増加	103 人	334 人
歯科衛生士の家庭訪問者数の増加	27 人	11 人

(2) 具体的な取り組み

節目歯科健診への取り組み

節目歯科健診は、平成 1 6 年度から対象者を拡大し 3 0 歳からの隔年とした。若年からの口腔への意識づけを図るとともに生活習慣病である歯周病を早期に発見するため、歯周組織検査 (C P I) を追加した。

< 歯科健康診査受診率 >

年 度	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	受診率
平成14年度		6.4%	7.1%	11.3%	13.1%	9%
平成15年度		6.6%	7%	11.2%	14.4%	9.2%
平成16年度	8.3%	7%	7.2%	11.5%	14.7%	9%
平成17年度	7.7%	6.9%	7.2%	11.7%	13.5%	8.7%
平成18年度	7.2%	7.1%	7.3%	12.3%	16.8%	9.1%

歯科健診の受診の機会が少ない 3 0 歳代 4 0 歳代の若年層は、歯周病に罹患してもほとんど自覚症状が無いまま年齢と共に進行することが多い。このため子育てサロンや乳幼児健診をとおして機会ある毎に、歯科健診の受診勧奨やかかりつけ歯科医の必要性について啓発している。

歯科健康教室の取り組み

ア) 高齢期の口腔の健康の保持増進のために、高齢期の市民を対象に歯科健康教室を開催するとともに、若いうちから自身の口腔に関心をもつことが必要であるため若い世代にも健康教室を開催している。

< 歯科健康教室実施状況 >

	平成14年度	平成15年度	平成16年度	平成17年度	平成18年度
開催回数	18回	25回	20回	30回	36回
参加人数	303人	430人	814人	672人	693人

・ 歯科健康教室の取り組み - 高齢期 - (再掲)

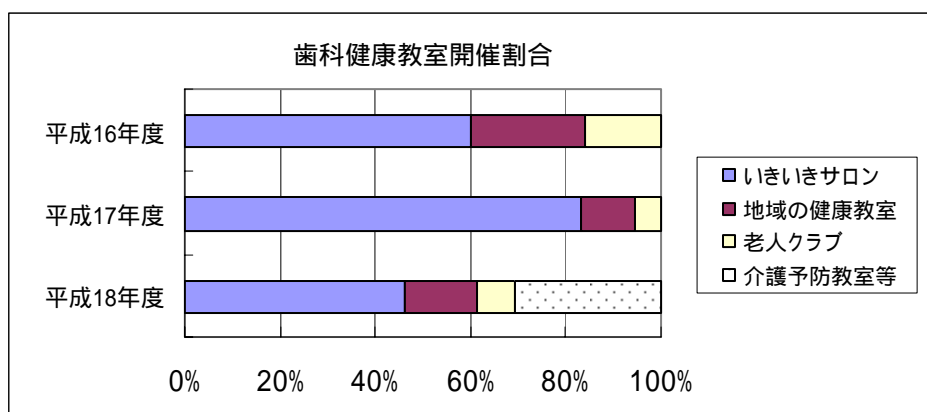
高齢者の介護予防の視点から地域で開催する、「いきいきサロン」「高齢者のつどい」「敬老会」等で、歯科衛生士が健康教育や健康相談を実施している。

< 歯科健康教室実施状況 (高齢期分) >

	平成 14 年度	平成 15 年度	平成 16 年度	平成 17 年度	平成 18 年度
開催回数	18 回	13 回	13 回	18 回	25 回
参加人数	303 人	243 人	721 人	377 人	198 人



参加者の声
 「舌を磨くことをおしえてもらい、毎晩みがくようになった。」
 「入れ歯の手入れの正しい方法を初めて知りました。」



・ 歯科健康教室への取り組み - 成人期 - (再掲)

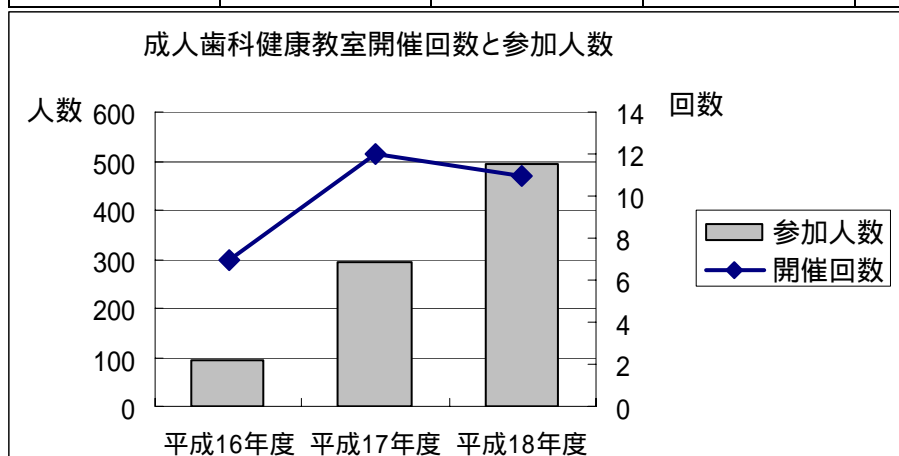
成人期の市民を対象とした歯科健康教室は、「全身と口腔の関係」「歯周病について」等のテーマで開催している。平成18年度から開始した「はじめてパパママになる日のために」(日曜日開催)で、歯科コーナーを設置した。この時期に父親・母親の口腔内の健康を見直しておくことが、生まれてくる赤ちゃんの口腔の健康を保つだけでなく、父親・母親自身の口腔にも非常に大切であることを伝えている。

< 参加者の声 >
 母 「歯医者さんには長い間行っていなかったが、赤ちゃんが生まれる前に夫と一緒に歯科健診に行きます。」
 父 「歯みがきすると、血が出ていたが痛みがなかったのでほっていたが、歯周病の合図だったんですね。」

イ) 健康フェスティバルでは、成人期の市民を対象にした歯科コーナーを設け、「歯周病について」や「喫煙と歯周病の関係について」等のミニ講座をおこなった。平成18年度は、箕面歯科医師会の協力を得て口臭チェックコーナーを併設し137人の市民が歯科コーナーで口臭チェックや歯周病検査等を体験した。

< 成人歯科健康教育実施状況 >

	平成15年度	平成16年度	平成17年度	平成18年度
開催回数	12回	7回	12回	11回
参加人数	187人	93人	295人	495人



歯科衛生士の個別相談・家庭訪問への取り組み

個別歯科相談は、健康教室や講座の時に実施しており、日々の口腔ケアで口腔内の細菌を減少させることが肺炎の予防になり、高齢者の健康に大切であることを伝えている。平成18年度から老人福祉センターにおいて、月1回健康相談日を設け、保健師・理学療法士が実施する健康相談とあわせて歯科相談を実施している。

在宅の高齢者に関わる職種（介護ヘルパー・ケアマネジャー・訪問看護師等）に、口腔についての知識と家庭での口腔ケアの実技実施法を知ってもらうために、平成18年度は箕面市歯科医師会とともに、「口腔ケア研修会」を開催した。また、介護予防の拠点となっている街かどデイハウスに出向き、参加者とスタッフに口腔の健康についての知識や口腔ケアの実施方法の指導を行った。この中で、歌にあわせてできる口の体操のパンフレットを配布したことにより、口の体操がその後も継続されている。

< 歯科衛生士の個別歯科相談者・家庭訪問者数 >

	平成14年度	平成15年度	平成16年度	平成17年度	平成18年度
個別相談者数	103人	156人	234人	400人	334人
家庭訪問者数	29人	17人	13人	14人	11人
計	132人	173人	247人	414人	345人

(3) 今後の方向性

若い頃から口腔に関心をもつことが高齢期の口腔の健康増進につながっていくことから、30歳代から40歳代の市民を対象に口腔の健康教室を開催する。

かかりつけ歯科医をもつことの必要性を伝えていく。

歯周病を早期に発見し、早期に対応できるように支援する。