

■清須市が実施する一般介護予防事業の状況と今後のあり方

1 介護予防普及啓発事業

介護予防活動の普及・啓発を行う。

(1) 清須市民げんき大学（官学連携事業）

介護予防に関する座学及び実技。卒業後は交流会や地域での活動ができる人材の育成

開催：年16回、会場：愛知医療学院大学

対象：自身の介護予防及び地域活動に参加意欲のある概ね65歳以上の方

《参加者数》 (実人数)

年度	H29	H30	R1	R2	R3	R4	R5	R6
人数	30	21	20	22	25	20	26	25

《現状と課題》

現状	課題	対策案
卒業生の活動 ・会報部「げんき広場」の発行 ・健康けん玉サークル ・げんき大学に関係するボランティア活動や研究協力 ・ごみ拾いウォーキングサークル ・ボッチャサークル【新規】	・地域活動、ボランティア活動等との連携が十分でない。 卒業後の活動の場を見つけれない方もいる。 ・同窓会の運営（卒業生が増えていくため）	・講義の中で、卒業後のボランティア団体立ち上げを推奨。 ・家事サポーター制度の案内。 ・市の事業との連携を依頼。 ・同窓会での広報活動。

(2) やろまいか教室

週に1回、申込み不要で気軽に参加できるストレッチや認知症予防のコグニサイズを交えた運動教室。

会場：アルコ清洲（令和6年7月から令和7年8月まで清洲市民センター）（毎週金曜日）

西枇杷島会館（毎週火曜日）

対象：概ね65歳以上の方

歩行や立位で行う運動が中心（参加者はADL自立。うち要支援者が数名程度）

《参加者数》 (実人数)

年度	H29	H30	H31	R2	R3	R4	R5	R6
アルコ清洲	200	121	91	87	83	69	90	92
西枇杷島会館	—	—	—	54	56	61	84	79
合計	200	121	91	141	139	130	174	171

《現状と課題》

現状	課題	対策案
・1回あたりの参加者は平均50人程度 ・地域の繋がり場の場、通いの場として機能している。	・男性の参加者が少ない。 ・西枇杷島会館が令和7年度から利用不可。	・教室の様子を公式LINEで周知し、参加者を募集。 ・開催場所を別の公共施設に変更する。

(3) チャレンジ教室

週に1回、iPadを利用した認知症予防教室

脳トレプリントや回想法、スマホ教室等多彩なプログラムを実施

会場：にしび創造センター、新川福祉センター、清洲市民センター、春日老人福祉センター

定員：各会場約30人

対象：概ね65歳以上の方

《参加者数》

(実人数)

年度	H 2 9	H 3 0	H 3 1	R 2	R 3	R 4	R 5	R 6
前期・後期	9 3	1 1 7	1 0 5	1 0 6	1 2 4	1 1 7	1 1 9	1 1 9

《現状と課題》

現状	課題	対策案
・オンラインチャレンジ教室に誘導するため、スマートフォン講座を実施。 ・にしび創造センターの定員を35人に増加。	・新規の利用者が少ない。 ・スマートフォン等の習熟には繋がっていない。	・定員を超えた場合、新規の方を優先する。 ・スマートフォン指導方法の見直し。

2 地域介護予防活動支援事業

地域における住民主体の介護予防活動の育成・支援を行う。

(1) いこまいか教室

週に1回、地域で通える運動教室。椅子に座って行う軽運動が中心

会場：28か所（清洲地区12か所、新川地区9か所、西枇杷島地区1か所、春日地区6か所）

対象：概ね65歳以上の方

《年齢男女別人数》

(人)

年齢	64歳以下	65歳から74歳	75歳以上	合計
男	2	22	103	127 (16.6%)
女	10	128	498	636 (83.4%)
合計(割合)	12 (1.6%)	150 (19.7%)	536 (78.8%)	763 (100%)

《現状と課題》

現状	課題	対策案
・参加者の約1割が介護保険受給者。 ・通いの場として、事業対象者、要支援1、2の方の受け皿となっている。	・西枇杷地区が1か所のため今後新規の方の受け入れが困難になる。 ・運営を担う世話役の高齢化（担い手不足）。 ・事業の啓発が不十分。	・各教室の様子を公式 LINE で周知し募集。 ・転入者等に配布するチラシの作成。 ・一人暮らし高齢者に啓発。 ・単発の啓発事業を行い運動のきっかけづくりや世話役の育成。 ・集中リハビリサービス卒業者の利用促進。

3 地域リハビリテーション活動支援事業

地域リハビリテーション専門職等を活かした自立支援に資する取組を推進し、介護予防を機能強化する。

(1) 介護予防ケアマネジメント支援事業

地域包括支援センターの職員が要支援者の自宅を訪問する場合に、リハビリテーション専門職を派遣する事業

<R5実施 1人>

(2) 住民主体運動教室等活動支援事業

高齢者が主体となって運営する通いの場へリハビリテーション専門職を派遣して、介護予防教室の充実を図り活動の活性化及び効果的な運動方法等のアドバイスを行う。

- ・年4回の介入を基本とした運動プログラムの定着化
- ・新しく住民活動を開始したい団体への支援

	地区	講義内容	のべ参加人数	参加回数
1	春日	体力測定結果、ロコモ講義、下肢筋力運動指導	1 4	1
2	新川	体力測定を基に運動指導、認知機能の現状と対策	1 0 5	4
3	西枇	疼痛予防や認知機能低下予防の体操	2 6	2

《現状と課題》

現状	課題	対策案
・利用実績が少ない ・団体利用は昨年より減っている。(R 4 : 6 団体 1 6 回)	・派遣後も参加者自らが取り組めるように、通いの場に沿った事業支援を検討する必要がある。 ・事業啓発が不十分。	・住宅改修等の相談にも積極的に利用。 ・自宅でも継続して取り組める内容を提示し、参加者と一緒に目標が達成できるよう継続的に支援する。 ・高齢者保健事業と一体的に事業を行う

4 I C T を利用した介護予防事業

感染症の流行や自然条件にも左右されない新たな介護予防事業として、I C T を利用した取り組みを行い、地域包括ケアシステムの充実を図る。

(1) 介護予防事業 L I N E 公式アカウントの開設

介護予防教室に参加する高齢者等に対し、介護予防係の L I N E アカウントを利活用して介護予防教室等の開催案内を行い、介護予防事業の啓発・充実を図る。

・お友だち登録者数：4 2 1 人（令和 6 年 1 1 月 1 8 日現在）

(2) 新川福祉センターにおける無料 Wi-Fi の設置

新川福祉センターを通いの場として活用していただくため、無料の Wi-Fi を設置した。接続可能時間は午前 9 時から午後 5 時（福祉センターの開館時間）まで。

(3) オンラインチャレンジ教室

概ね 6 5 歳以上の方を対象として月に二回、LINE で軽運動や脳トレ問題等を配信する。

・お友だち登録者：3 1 5 人（令和 6 年 1 1 月 1 日現在）

(4) つながろまいか教室の開催

軽運動とスマートフォン（L I N E 等）の操作方法を学ぶ高齢者向けデジタル支援教室を、無料 Wi-Fi の設置がある新川福祉センターで開催した。月二回の開催。

・参加者：1 6 人

(5) 高齢者等見守りシール交付事業

認知症等によって徘徊の恐れがある高齢者をスムーズに発見・保護できるよう、認知症高齢者等の事前登録をされている方に、二次元コード付きのシールを 3 0 枚無料で配布する。

・登録者：2 4 人（令和 6 年 1 1 月 1 日現在）

5 【新規】高齢者の保健事業と介護予防等の一体的な実施事業

「高齢者の医療の確保に関する法律」が改正され、新たな事業を開始。後期高齢者医療の保険者である愛知県後期高齢者医療広域連合と市町村が協力して、75歳以上の高齢者等の健康づくりやフレイル予防に努める取り組み。以下の3課が連携して事業を行う。

取組内容	担当課
【企画・調整】 後期高齢者医療健診を推進し、健診結果等のデータを分析し、地域の健康課題を把握。	保険年金課
【個別的支援】（ハイリスクアプローチ） 後期高齢者医療健診の結果と問診票を活用し、「低栄養」に該当する方に案内を郵送。その後、管理栄養士と保健師が家庭訪問や電話相談を行う。	健康推進課
【通いの場等への積極的な関与等】（ポピュレーションアプローチ） 管理栄養士や保健師等の医療専門職が、地域のサロン等で講話を実施。 テーマ：低栄養、フレイル予防、生活習慣病等	高齢福祉課

■健康課題

- ・フレイルを進行させる低栄養状態の早期把握・早期支援が必要
- ・フレイル予防のための正しい知識の普及や情報提供、行動変容の働きかけが必要

■方法 通いの場等への積極的な関与等（ポピュレーションアプローチ）

- ①地域リハビリテーション活動支援事業（以下「地域リハ」という）と連携して実施
- ②地域のサロン等で出前講座を実施

■内容 ・テーマに沿った健康教育及び健康相談 ・アンケートによるフレイルリスクの該当者の把握 ・健診受診勧奨 ・必要なサービスの紹介

< R 6 実施 7 団体 8 回 >

延べ 1 7 4 人

関与方法	地区	回数	内容	参加者
①地域リハ	西枇杷・新川・春日	3 地区× 1 回	低栄養	4 4
②地域のサロン	全域	2 回	食事の構成・乳製品の身体への影響	4 9
②地域のサロン	清洲	1 回	熱中症予防	1 3
②地域のサロン	清洲・新川	2 地区× 1 回	低栄養	6 8

次年度は、栄養に関することにプラスしてフレイルと関連する口腔機能、聴覚機能等の項目についても取り組む。

6 【新規】オーラルフレイル予防の講座（カムカム健康プログラム）

東京医科歯科大学とあいおいニッセイ同和損保の連携による事業

■目的 口腔機能低下が引き起こすフレイルを予防する。

■期間 6か月間（月1回）

■内容と効果 噛みごたえのある弁当の実食、口腔、栄養、咀嚼についての講話

- ・弁当で噛む力を鍛える、栄養を摂取する
- ・集まることで社会参加
- クイズや参加者同士がつながるメニューを同時開催
- ・講話でオーラルフレイルと食事、栄養、フレイルとの関連性の理解

効果測定 口腔機能検査 ガムを60秒かむ、端末を利用し5秒間の「タ」の発声回数を初回と最終回で評価