

【重点課題2】総合的な介護予防の推進

取組方針

高齢者が要介護状態になることを可能な限り予防するとともに、要介護状態になっても状態が悪化しないよう維持・改善を図るため、より一層の介護予防に関する知識・情報の普及と啓発に努めます。

また、地域包括支援センターを中心とした介護予防ケアマネジメントの体制を充実するとともに、介護予防事業対象者の把握や、対象者が個々の状況に応じて日常生活の中で自ら取り組めるようなサービス提供を行うなど、介護予防を総合的に推進します。

【施策の体系】

施策・事業数 31(うち、新規3)

1 地域包括支援センターを軸とした介護予防ケアマネジメント体制の充実

(1) 地域包括支援センターの適正かつ円滑な運営

- 201 地域包括支援センターの適切な運営と関係機関との連携
- 202 地域包括支援センター運営協議会による適正で公正中立な運営のためのルールづくり
- 203 地域包括支援センターの質の確保・向上のための取組
- 204 地域包括支援センターへの支援

(2) 自立支援のための介護予防ケアマネジメント

- 205 地域包括支援センターにおける自立支援のための介護予防ケアマネジメント
- 206 介護予防サービス事業者における自立支援のための取組

2 地域支援事業による介護予防サービスの提供

(1) 介護予防特定高齢者施策の対象者の把握

- 207 多様な経路からの対象者の早期発見
- 208 地域包括支援センターでの特定高齢者の決定

(2) 介護予防特定高齢者に対する介護予防サービス（ハイリスクアプローチ）の提供

- 209 地域介護予防推進事業における特定高齢者向け介護予防サービスの提供
- 210 いきいき筋力トレーニング教室の実施
- 211 高齢者低栄養相談の実施
- 212 口腔機能向上教室の実施
- 213 訪問型介護予防事業の実施

(3) 介護予防一般高齢者に対する介護予防サービス（ポピュレーションアプローチ）の提供

- 214 介護予防の普及・啓発〔新規〕
- 215 地域介護予防推進事業における一般高齢者向け介護予防サービスの提供
- 216 地域介護予防推進センター事業の充実〔新規〕
- 217 介護予防ファイルの交付
- 218 すこやか生活支援介護予防事業の実施
- 219 すこやか講座の実施
- 220 高齢者筋力トレーニング普及推進ボランティア養成講座の充実
- 221 すこやか栄養教室の実施
- 222 栄養と運動の教室の実施〔新規〕
- 223 健康すこやか学級の充実
- 224 骨粗しょう症予防健康診査の実施
- 225 老人福祉センターにおける介護予防の取組
- 226 地域における自主的な取組への支援

(4) 介護予防の評価

- 227 介護予防事業の効果的な評価手法の構築
- 228 有効な介護予防サービスの調査・研究

3 予防給付による介護予防サービスの提供

- 229 予防給付の利用者等への周知
- 230 予防給付の提供
- 231 予防給付の評価

1 地域包括支援センターを軸とした介護予防ケアマネジメント体制の充実

(1) 地域包括支援センターの適正かつ円滑な運営

介護予防サービスが必要な方に、その人に合った効果的なサービスが利用できるよう、地域包括支援センターを軸とした介護予防ケアマネジメント体制を構築していきます。

〔施策・事業〕

201 地域包括支援センターの適切な運営と関係機関との連携

高齢者が住み慣れた地域で、尊厳のあるその人らしい生活を継続することができるよう、市内に61箇所の地域包括支援センターを設置しています。地域包括支援センターでは、担当する区域において、次の4つの事業を一体的に実施するとともに、地域を支える中核機関として地域住民のニーズに適切に対応します。また、事業の実施に当たっては、各職員が専門性を生かすとともに、チームアプローチによる高齢者への包括的な支援に取り組みます。

① 介護予防ケアマネジメント（保健師等を中心に対応）

予防給付と介護予防事業（地域支援事業）のケアマネジメントを一体的に実施し、要支援状態の悪化防止と要介護状態にならないための予防を図ります。

② 総合相談・支援（社会福祉士を中心に対応）

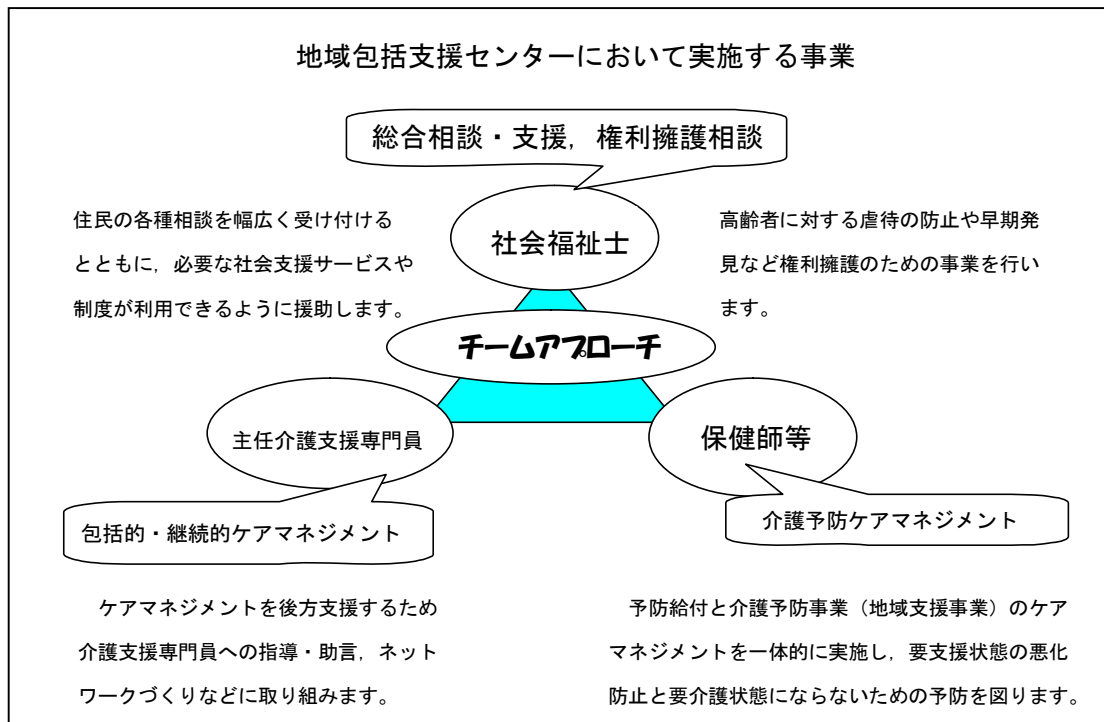
地域住民の各種相談を幅広く受け付け、制度の垣根に捉われない横断的・多面的な支援を行います。相談内容に応じて、どのような支援が必要かを把握し、地域における適切なサービスが利用できるよう援助します。

③ 権利擁護相談（社会福祉士を中心に対応）

高齢者に対する虐待の防止や早期発見のための事業、その他の権利擁護のための事業を行います。

④ 包括的・継続的ケアマネジメント（主任介護支援専門員を中心に対応）

高齢者一人ひとりの状態の変化に対応した包括的・継続的なケアマネジメントを後方支援するため、介護支援専門員の日常的個別指導、支援困難事例等への指導・助言、地域の介護支援専門員のネットワークづくり等を行います。



地域包括支援センターの設置箇所数については、高齢者人口3～6千人に1箇所を標準とする国の指標に基づき、市内に61箇所としています。

日常生活圏域ごとに地域包括支援センターの担当を決め、地域ケア会議を開催するなど、地域の関係機関や社会資本等と連携した各事業を推進します。

202 地域包括支援センター運営協議会による適正で公正中立な運営のためのルールづくり

地域包括支援センターの適正な運営、公正・中立性の確保を図るためのルールづくりや、センターが地域の中で円滑にその役割を果たしていけるよう、全市単位の協議の場として「京都市地域包括支援センター運営協議会」を設置しており、本市では、「京都市民長寿すこやかプラン推進協議会」を運営協議会として引き続き位置付けます。

また、地域の固有の課題等について議論するため、区役所・支所単位の協議の場として、「区・支所地域包括支援センター運営協議会」を運営します。

203 地域包括支援センターの質の確保・向上のための取組

地域包括支援センターの職員を対象とした研修や、区役所・支所単位で職種ごとに専門職員会議を開催し、質の確保・向上に努めます。

また、介護予防ケアマネジメントが適切に実施できるよう運営指導を行います。

204 地域包括支援センターへの支援

地域包括支援センターが自立支援に向けた適切な介護予防ケアマネジメントにより介護予防サービスを提供できるよう、助言・指導を行います。

また、地域包括支援センターに対しては、定期的に予防給付のケアマネジメントの実施状況について報告を求めるとともに実地調査を行います。

(2) 自立支援のための介護予防ケアマネジメント

地域包括支援センター等で行う介護予防ケアマネジメントで、事前のアセスメントを通して、対象者の介護予防に関する理解を支援するとともに、その方の生活において、何ができればよいのか、自立支援のための具体的な目標を本人と共有し、意欲の向上を促進します。

〔施策・事業〕

205 地域包括支援センターにおける自立支援のための介護予防ケアマネジメント

地域包括支援センターにおいて介護予防ケアプランを作成する際には、利用者の個々の状態に応じ、自立支援のための具体的な目標を本人の意向を踏まえて設定し、適切なサービス利用に向けた介護予防ケアプランとなるよう支援を行います。

206 介護予防サービス事業者における自立支援のための取組

介護予防サービス事業者は、事前のアセスメントを通じて、利用者の介護予防に対する理解を支援し、本人の自立支援のため、意欲の向上を促進します。

また、介護予防サービスの提供とその後のアセスメントを通じて、事業の実施効果（目標の達成度、本人の満足度等）の評価を行い、利用者とは共有します。一定期間のプログラム終了後も、本人が日常生活において介護予防の取組を継続し、取組が定着するよう支援します。

2 地域支援事業による介護予防サービスの提供

(1) 介護予防特定高齢者施策の対象者の把握

保健、医療、福祉及びその他の関係機関が連携し、要支援・要介護状態になるおそれがある高齢者（特定高齢者）の実態を把握します。

また、各種事業の中で対象者を把握する仕組みや地域包括支援センターへの連絡体制を整備し、特定高齢者の早期発見を図ります。

〔施策・事業〕

207 多様な経路からの対象者の早期発見

次の機会や連絡体制等を整備し、対象者（特定高齢者）を早期に発見します。

① 生活機能評価における把握

生活機能の低下の有無及び介護予防事業への参加の適否を判断する生活機能評価の中で対象者を把握します。

② 福祉サービスにおける把握

高齢者福祉に関する相談をはじめ、各種福祉サービスの提供の中で対象者を把握します。

③ 関係機関からの情報による把握

地域で活動している民生委員・児童委員や老人福祉員、学区社会福祉協議会等の関係機関や医療機関等からの情報により対象者を把握します。

④ 介護予防に関する普及・啓発を行う場での把握

介護予防に関する普及・啓発を行う様々な場で対象者を把握します。

⑤ 本人、家族、地域住民等からの情報による把握

本人や家族、地域住民等からの情報により対象者を把握します。

⑥ 要支援・要介護認定による把握

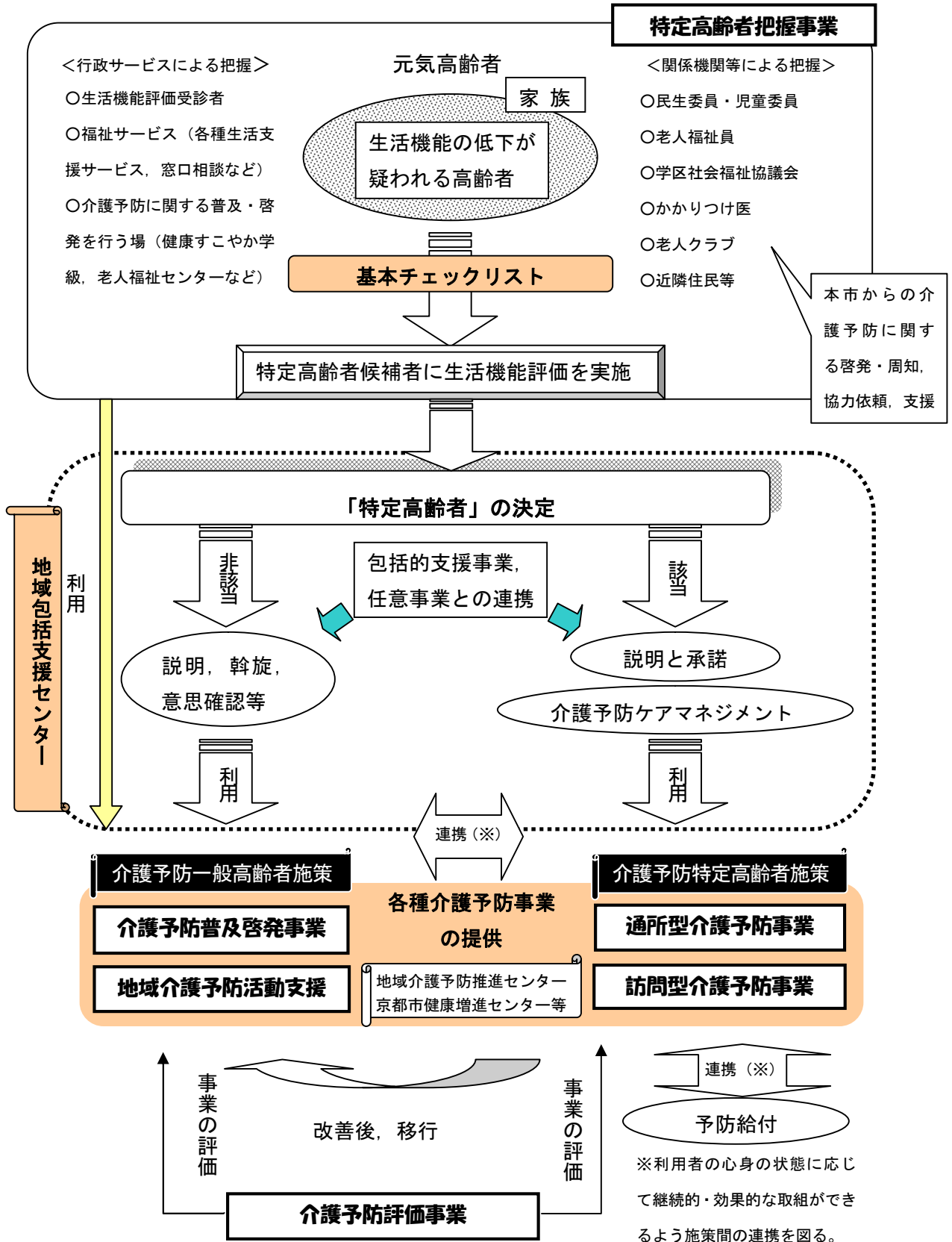
要支援・要介護認定により非該当（自立）と判定された方の中から対象者を把握します。

なお、対象者の把握に当たっては、誰でも簡単にチェックできるよう基本チェックリストを作成し、市民や関係者に配布します。

208 地域包括支援センターでの特定高齢者の決定

対象者の把握後、その情報は地域包括支援センターに集約され、生活機能評価及びセンターによる相談対応等を通じて、介護予防特定高齢者施策の対象者である特定高齢者の決定を行います。

【介護予防事業（地域支援事業）の流れ】



(2) 介護予防特定高齢者に対する介護予防サービス（ハイリスクアプローチ）の提供

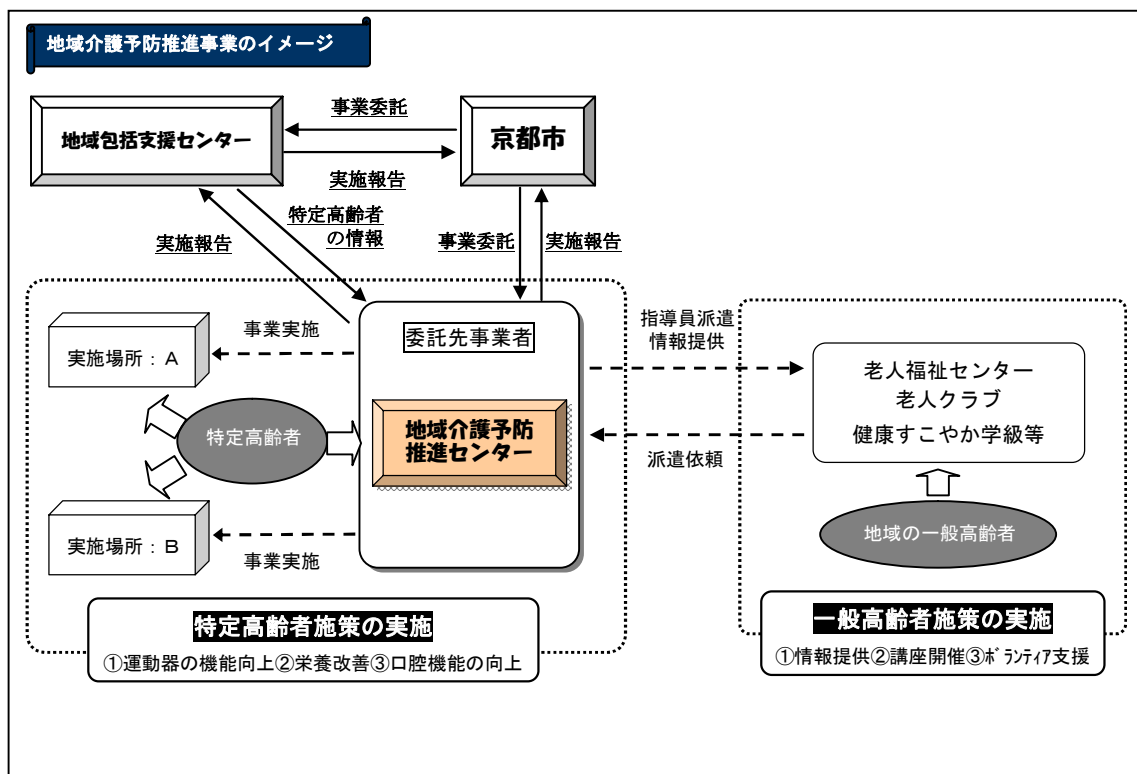
介護予防の普及・啓発と一体的に事業を実施することで、必要な方をサービスにつなげるとともに、一人ひとりに合った効果的で質の高いサービスを提供します。

また、サービスを受けられた方が、サービス終了後も引き続き介護予防に取り組めるよう支援します。

〔施策・事業〕

209 地域介護予防推進事業における特定高齢者向け介護予防サービスの提供

介護予防事業の中心となる各区地域介護予防推進センターが高齢者に身近な地域の会場（老人福祉センター、学校の余裕教室等）において、特定高齢者向けの介護予防サービスを提供します。



210 いきいき筋力トレーニング教室の実施

運動器の機能を向上するための教室（筋力トレーニング等）を健康増進センターにおいて行います。

211 高齢者低栄養相談の実施

低栄養状態を改善するための個別的な相談や集団的な保健指導を行います。

2 1 2 口腔機能向上教室の実施

「京都市口腔保健推進行動指針『歯ッピー・スマイル京都』」に基づき、80歳になっても自分の歯を20本以上持つ8020運動を達成することにより、生涯を通じて健やかで笑顔の絶えない生活を送ることを目指します。

特に指針の基本目標の一つとしている正常な歯と口の働きを維持し向上する（口腔機能の維持・向上）ため、保健指導や摂食・嚥下機能に関する訓練指導等を行います。

2 1 3 訪問型介護予防事業の実施

閉じこもり、認知症、うつ等の状態やそのおそれがあり、通所型の介護予防事業の利用が困難な高齢者を対象として、保健師等がその方の自宅等を訪問し、生活機能に合わせた必要な相談・指導を行います。

(3) 介護予防一般高齢者に対する介護予防サービス（ポピュレーションアプローチ）の提供

地域全体で介護予防に関する知識とその重要性についての認識を共有し、高齢者の自主的な介護予防への取組を支援する環境づくりを行います。

※地域支援事業として実施しない施策・事業も一部含んでいます。

〔施策・事業〕

2 1 4 介護予防の普及・啓発〔新規〕

介護予防に関して地域全体が関心を持ち合えるようなコミュニティを形成していくために、様々な機会を捉えて情報発信します。

2 1 5 地域介護予防推進事業における一般高齢者向け介護予防サービスの提供

各区地域介護予防推進センター職員が、高齢者に身近な地域の会場（老人福祉センター、学校の余裕教室等）に出向き、介護予防に関する知識や家庭でも簡易にできる介護予防の取組等の普及・啓発を目的として、一般高齢者向けの介護予防サービスを提供します。また、介護予防の自主的な取組が地域において活発に行われるよう、センター職員が健康すこやか学級、老人福祉センター、老人クラブ等地域活動の場に出張して介護予防活動を支援します。

216 地域介護予防推進センター事業の充実〔新規〕

特定高齢者や一般高齢者を対象として、介護予防プログラム提供や介護予防に資する基本的な知識を普及・啓発する等の事業を実施している地域介護予防推進センター事業の更なる充実により、特定高齢者等が要介護状態になることを予防することを通じて、高齢者の生きがいや自己実現のための取組を推進します。

217 介護予防ファイルの交付

介護予防サービスの利用者等に対して、介護予防の知識・情報、各利用者の介護予防事業の利用記録等を記載するファイルを交付します。

218 すこやか生活支援介護予防事業の実施

介護保険の対象とならないが、在宅生活を維持するうえで援助が必要な高齢者を対象に、すこやかホームヘルプサービスやすこやかショートステイサービスを実施し、要支援・要介護状態への進行を予防するとともに、住み慣れた地域で生活できるよう支援します。

219 すこやか講座の実施

長寿すこやかセンターで、高齢者の介護予防や健康づくりを進めるすこやか講座（介護予防のための体操教室等）を実施します。

220 高齢者筋力トレーニング普及推進ボランティア養成講座の充実

健康増進センターにおいて、高齢者が転倒による骨折等で要介護状態になることを予防するなど健康増進の運動プログラム「京（きょう）から始めるいきいき筋力トレーニング」と介護予防知識の普及推進を地域において実践するボランティアを養成するとともに、ボランティアの資質向上を図り、円滑に活動できるよう支援します。

221 すこやか栄養教室の実施

健康増進センターにおいて、食生活習慣の見直し改善と口腔機能維持向上を合わせて学ぶことにより、低栄養状態を予防し、生活機能の維持を図ります。

222 栄養と運動の教室の実施〔新規〕

健康増進センターにおいて、要介護状態になることを予防するための教室として、食事記録の個別チェックや調理実習と運動実技等の体験型教室を実施します。

2 2 3 健康すこやか学級の実施

要介護状態への進行の予防及び社会参加の促進や閉じこもりの防止を目的に、学校の余裕教室等を活用して、健康状態の確認やレクリエーション等のサービスを提供する健康すこやか学級を実施します。

2 2 4 骨粗しょう症予防健康診査の実施

骨粗しょう症は、要介護状態となる原因の一つである骨折の基礎疾患であるとともに、腰痛や脊椎変形の原因にもなることから、高齢者の自立した生活を維持できるよう保健所・支所や健康増進センターにおいて、骨粗しょう症予防健康診査を実施します。

2 2 5 老人福祉センターにおける介護予防の取組

老人福祉センターでは、地域の関係機関と連携しながら、高齢者向けの生活健康講座や相談、体操・筋力トレーニング等の実践に取り組んでおり、引き続き、介護予防につながる内容を重視した取組を進めます。

2 2 6 地域における自主的な取組への支援

地域住民、関係機関等が介護予防の効果や重要性を認識し虚弱高齢者の把握や介護予防プログラムへの積極的な参加を促進するとともに、地域ぐるみで主体的に介護予防活動に取り組めるよう支援を進めます。

(4) 介護予防の評価

介護予防事業を適切かつ効果的に実施するためには、介護予防サービスの利用効果の検証は必須であり、介護予防サービス事業を対象とした評価事業を実施します。また、より効果的なサービス内容となるよう不断の見直しも行っていきます。

〔施策・事業〕

2 2 7 介護予防事業の効果的な評価手法の構築

介護予防評価事業を実施し、介護予防サービス事業全体として効果的な内容であるかなどの検証を行います。

2 2 8 有効な介護予防サービスの調査・研究

介護予防評価事業の実施や他の市町村で実施している介護予防サービスの調査を通じて、有効な介護予防サービスについて研究し、積極的に取り入れます。

3 予防給付による介護予防サービスの提供

予防給付の実施に当たっては、利用者の目標を明確にしたうえ、目標達成のために適切なサービスを提供し、その効果を評価することが重要です。

本市では、利用者に対し、予防の取組の周知に努めるほか、予防給付のケアマネジメントを行う地域包括支援センターに対し、指導・助言を行うとともに、予防効果に係る調査・評価を行っていきます。

〔施策・事業〕

229 予防給付の利用者等への周知

介護保険制度の基本理念である自立支援という観点から、介護予防サービスの意義や必要性等について、周知に努めます。

また、要支援と認定された場合の予防給付のサービス利用について、利用者が適切に、必要なサービスを利用できるよう、各種広報媒体により周知を行い、地域包括支援センターを通じて、介護予防サービスのきめ細かな提供に努めます。

230 予防給付の提供

介護予防サービス事業者の指定は都道府県により行われますが、本市においては、適切な介護予防サービスが提供できるよう介護予防サービス事業者に対し、介護予防サービスについての助言・指導を行います。また、利用者が自分に合った介護予防サービスを選択できるよう、介護予防サービス事業者の指定状況や運動器の機能向上、栄養改善、口腔機能の向上等のサービス内容について、情報提供等の支援を行います。

231 予防給付の評価

平成18年4月から実施している予防給付については、介護予防サービス利用者で状態が悪化した方の人数が、利用しなかった場合に比べて減少するなどの効果があるとの結果が出ています。今後も、引き続き、利用者の状態を把握するなど、中・長期的な視点から、導入効果の評価を行うことが重要です。

本市では、引き続き、地域包括支援センターからの報告等により、予防給付の効果の検証を行います。

【総合的な介護予防サービスの提供】

