

## Ⅱ 各論

### 1. 地域リハビリテーション活動支援事業等を進めるために

#### (1) 地域診断の実施

効果的な介護予防を進めるためには、地域の課題も含め地域の特性や、地域の受け皿などの把握が重要です。このため、事前に地域診断を市町村は実施する必要があります。

(平成27年度地域づくりによる介護予防支援事業研修会資料より)

～地域診断の必要性と実践方法～

地域診断により、地域の実情を把握し、地域の特性に応じた戦略に役立ちます。

#### ① 地域診断のメリット

- ・地域の健康課題が明確になる
- ・対策の重点対象地域が見えやすくなる
- ・地域格差が見えやすくなる
- ・地域の健康課題を他部局や住民と共有しやすくなる
- ・住民の参加を得やすくなる

#### ② 地域診断の流れ

課題と重点対象地域の設定→介入施策の立案→プログラムの実施→効果評価というサイクルで進めていきます。特に地域診断は①地域の重点課題を設定する②地域の重点対象地域を設定する③介入施策立案の手がかりをえる④効果を評価することに役立ちます。

○本項では、国が示した地域診断シート（参考資料-3）を参照し、活用を進めてみましょう。

#### (2) 地域リハビリテーション活動支援事業の進め方

##### ① 地域ケア会議やサービス担当者会議

【市町村の役割】地域ケア会議（事例検討等）などにリハビリテーション専門職等の参加を得て、予後予測を含めた自立支援の具体的な方向について検討を進めましょう。このことにより、御本人の想いを中心に、自立を阻害する要因の検討や、生活行為の改善の見直しなど、要支援者等の有する能力を引き出す方法等を検討しやすくなります。

【リハビリテーション専門職等の役割】高齢者の生活目標を達成するため、普段の生活行為を参考に、具体的な分かりやすい支援を助言します。特に、心



身機能をはじめ、健康状態や環境要因への対応を含め、活動や参加に結びつけられるような具体的な助言が求められています。

## ②住民運営の通いの場

【市町村の役割】「いつまでも、元気でこの地域で生活したい」住民の願いを、具体的に進めるためには、教室型の予防教室から、地域づくりを目指した住民主体の通いの場へと展開することが重要です。また、身近な場所で誰でも参加できるような通いの場を充実させ、人と人とのつながりを通して参加者や通いの場が継続的に拡大していくよう、リハビリテーション専門職等や他機関・他部署との協力を得て行う事が必要です。このため、PT・OT・STバンク等を活用し、関係者の協力体制を図る必要があります。

【リハビリテーション専門職等の役割】筋力アップのための体操を行うため、適切な体操の仕方等の助言をはじめ、参加することで「3ヶ月後の自分を想像する」など、生活の中で具体的な目標を話し合えるような助言が求められています。

また、虚弱な高齢者や要介護認定者に対し、適切な生活での効果が期待できるよう、生活行為を改善するため具体的かつ分かりやすい助言が求められています。

## ③通所や訪問

【市町村の役割】通所や訪問をとおり、支障をきたしている生活行為（風呂のまたぎかたや荷物を持った歩行など）の改善に必要なメニューの提案や工夫を助言することで、生活機能の向上を図ることができます。そのため、リハビリテーション専門職等の活用を図っていきましょう。

【リハビリテーション専門職等の役割】機能評価、疾患固有の症状に配慮した運動の工夫や、生活の場における動作、環境の評価、改善策など、活動と参加に結びつけられるよう具体的な対応を、介護職員等をはじめ、本人、家族、地域包括支援センター等への自立支援に必要な助言が求められています。

## (3) 地域ケア会議の例

地域ケア会議は、行政職員、地域包括支援センター職員、介護サービス事業者、医療関係者、民生委員、地域住民など様々な関係者がその地域の課題などを話し合うための会議です。この地域ケア会議は、地域の住民や関係者、多職種参加が必要です。このため、県は、「PT・OT・STバンク」を運用し、



県内の市町村で行われる地域ケア会議やリハビリテーション専門職等の活用を進めます。

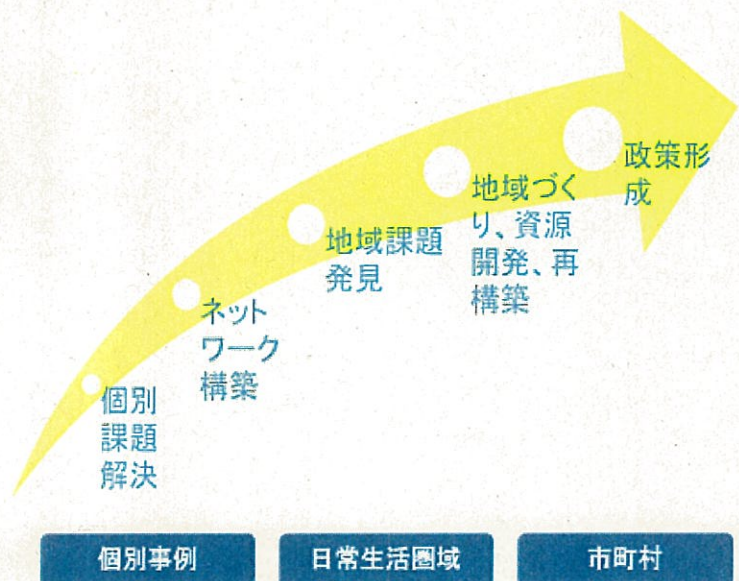
地域ケア会議には5つの役割があり、小単位で行われる個別事例から日常生活圏域、市町村域と段階的に、個別課題から、ネットワークの構築、地域課題の発見、地域づくり、資源開発・再構築、政策形成に向けた機能を有しています(図-3)。このため、県では地域ケア会議の進め方として、ボトムアップ型の仕組みを提案しています。(参考資料-3)



(図-3)



### 地域ケア会議の5つの機能



県内の地域ケア会議の様子

- ①南アルプス市
- ②富士吉田市
- ③北杜市

地域ケア会議では、個別事例から政策形成まで様々な段階で、リハビリテーション専門職等が期待されています。

#### ①個別課題の解決

【市町村にとって】

事例をとおり、その人の予後予測を含め、今後どのような生活支援が必要な



のか、具体的な助言を求めましょう。リハビリテーション専門職が、入ること  
で、心身機能は勿論、活動や参加に対する助言を得ることができます。

【リハビリテーション専門職等にとって】

個別事例では、1件について時間を長くかけることはできません。このため、  
的確にかつ、わかりやすい言葉で説明が求められます。また、医療機関の現場  
で行われている医療持ち出し型の訓練など、生活の場では求められていません。  
その方の生活行為をとおし、自立支援の視点に基づき具体的に分かりやすい言  
葉で助言を行いましょう。

②ネットワーク構築、地域課題発見、地域づくり、資源開発、再構築、政策形  
成の場面で

【市町村にとって】

リハビリテーション専門職等に、何に関わってもらいたいのか、どのような  
助言を得たいのか、具体的に状況を説明していきます。できれば、地元のリハ  
ビリテーション専門職等に参加を求めましょう。生活圏域が同じことで、生活  
の行為がイメージし易くなります。また、一人ひとりのリハビリテーション専  
門職は、個別事例をとおし関係職種とつながっている例が多くあります。その  
地域のネットワークを把握し、情報を得ることで地域の課題の発見にも通じ、  
事業化に結び付くなど政策形成に通じていく例もあります。また、リハビリテ  
ーション専門職等は、多くの者が各団体に所属していますので、個別で対応で  
きないことも、団体組織を通じて活動の輪が広がることも期待されますので、  
相談してみましょう。

【リハビリテーション専門職等にとって】

市町村は、期待してリハビリテーション専門職等に参加をお願いしています。  
このため、退院（退所）後の患者（利用者）さんが、その後、どのような受け  
皿があれば、自立した生活を継続できるのか想像し、今まで多くの住民の方々  
と接して経験してきたことを踏まえ、具体的に助言や意見を伝えていきましょ  
う。

また、地域の受け皿は、従来の教室型の介護予防ではなく、住民主体の介護  
予防につなげることが重要です。全てこの方法ではなく、行政が必要な支援は  
支援として、住民ができることは住民がリードしていくような、支援策を共に  
考えていきましょう。なお、住民主体の介護予防については、以下のいきいき  
百歳体操の進め方を参照してください。



#### (4) 住民主体の介護予防の関わり方

##### 【市町村にとって】

これからの介護予防の促進（P4）で示した内容を踏まえ、次のポイントを踏まえ進めて行きましょう。また、進め方については、いきいき百歳体操の進め方を参照してください。

##### 【住民主体の通いの場のポイント】

- ①住民主体の通いの場を創出する。
- ②週1回の体操やその後の生きがづくり等、自分達で自主運営を行う。
- ③誰もが参加できる身近な場所で行い、声かけや助け合いなどをおし地域づくりにつながることを目指す。
- ④リハビリテーション専門職が関わることで、体力測定をはじめ虚弱な方への生活へのアプローチを行い、活動や参加への支援を進める。
- ⑤シニア世代も含め担い手になり、自身の介護予防につなげていく。

##### 【リハビリテーション専門職等にとって】

住民主体の介護予防は、リハビリテーション専門職が、不要なイメージがありますが、これからの介護予防は、誰でも、身近な場所で参加ができる取り組みになります。健康な方でも、間違った体操の仕方や、しづらい生活行為を続けていけば、生活への不適応が生じることも考えられます。また、要支援者や要介護者の方も参加することも考えられ、適切なアドバイスや助言が求められます。住民主体の介護予防では、その方の生活行為に触れ、その方が望む生活を継続できるよう助言を行いましょ。

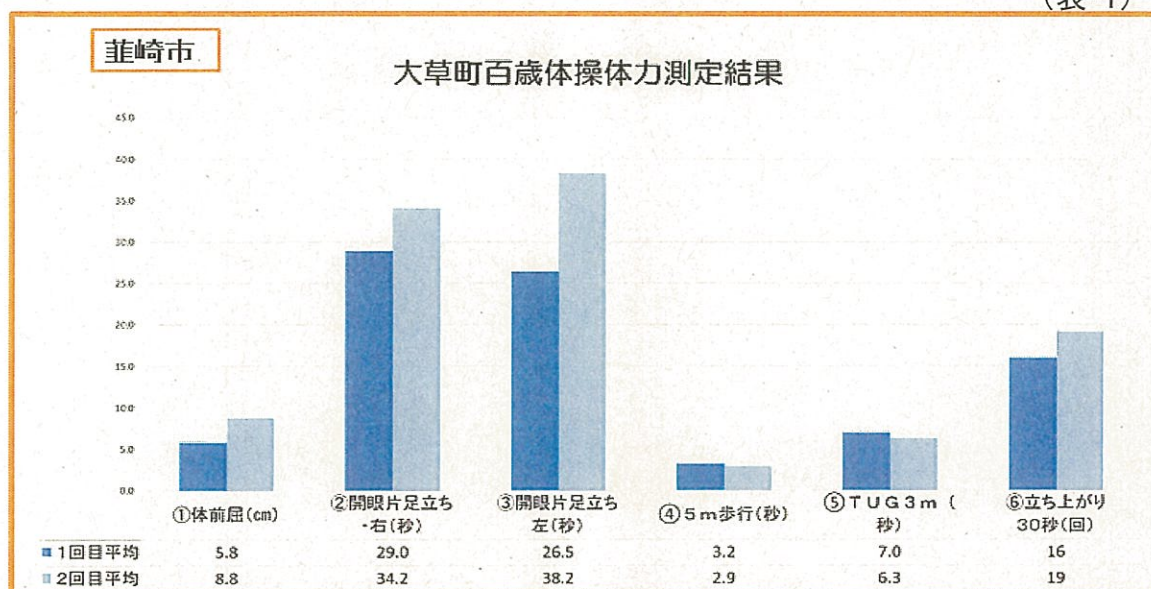
#### (5) 地域づくりによる介護予防推進支援事業

県は、平成27年度、リハビリテーションを活用した介護予防促進事業を実施するため、地域づくりによる介護予防推進支援事業を実施し、韮崎市、富士川町、身延町をモデル市町村と選定しました。モデル市町村では、身近な地域で住民主体の運営で週1回のいきいき百歳体操やニコニコ長生きやまなし体操をおし、住み慣れた地域で元気に活動を進めています。

韮崎市（表-1）の3ヶ月後の結果については、いずれの項目もレベルアップが図られています。「普段の生活の中で、安心して階段を登れている」「コーラスをしているが、今までは長く立っていられなかったが、最近は、最後まで立って歌えている」など参加者から、具体的な生活行為の改善の声が上がっています。



(表-1)



※初回(8月)と3ヵ月後の最終(10月)の体力測定を両日受けた人は全部で18人だった。  
このグラフは、その18人の方の体力測定結果を平均した数値を示している。  
すべての項目で改善が見られた。もともと運動習慣のある地区であったが、それでも百歳体操の効果がはっきりあらわれた。

## (6) PT・OT・STバンク

市町村で地域リハビリテーション活動支援事業を進めるために、各市町村でリハビリテーション専門職等を確保する必要があります。このため、県では、平成24年度に県内の医療機関の協力をはじめ、県理学療法士会、県作業療法士会、県言語聴覚士会の協力を得て、PT・OT・STバンクを設置しました。(参考資料-5)

市町村の事業に協力できる、リハビリテーション専門職を登録しており、平成27年度現在、19医療機関、2大学、1施設と個人登録で県PT士会1名、県OT士会1名、県ST士会2名の協力を得て、7市町村で活用しています。

### ①登録の手順

- ・ 県は、県内の医療機関をはじめ、県PT士会、県OT士会、県ST士会に対し、登録の調査を行う。
- ・ 調査結果を、市町村に情報提供する。

### ②活用の手順

(医療機関の活用例)

- ・ 市町村は、希望する事業等にリハビリテーション専門職を活用したい場合、情報提供された登録名簿により、相手先の医療機関に打診し、日程などを決める。医療機関によって、派遣日や職種も異なるため、相手先と十分に情報



交換を行う。

- ・市町村は、派遣日などの調整を終え活用が決まった場合、県長寿社会課に口頭にて報告を行う。

(個人登録の活用例)

- ・市町村は、個人登録を希望する場合、県長寿社会課に連絡をする。
- ・長寿社会課より、個人登録している該当士会をとおし、受け入れの打診を行う。市町村は、活用が決まり次第、長寿社会課に口頭にて報告を行う。  
また、活用が継続されている場合は、個人と市町村で直接調整を行い、活用が決まり次第、長寿社会課に報告を行う。

- いきいき百歳体操では、リハビリテーション専門職の活用を進めています。活用する場合は、県密着アドバイザーの派遣を行いますが、密着アドバイザーそのものがPT・OT・STバンクとして活用をお願いしていますので、活用を進めたい市町村は長寿社会課へ申し出て下さい。

#### [PT・OT・STバンクの窓口について]

平成28年度は当面、長寿社会課が窓口になり、市町村からの依頼を受けつけます。市町村から直接医療機関等に連絡するのではなく、長寿社会課に御連絡ください。バンクの仕組みを含めお気軽に御相談ください。

県長寿社会課認知症・地域支援担当（直 055-223-1450）