

介護保険事業支援計画の自己評価結果（自立支援、介護予防又は重度化防止に関する取組支援）  
（令和２年度）

都道府県名： 山梨県

ア 取組の支援についての自己評価結果

項目名

県計画上の基本目標：**高齢者の自立支援、介護予防・重度化防止の推進**

（設定した数値目標）

- ・ 介護予防のための地域ケア個別会議実施市町村数（令和２年度：全市町村）
- ・ いきいき百歳体操実施箇所数（令和２年度：１９５カ所）

目標を設定するに至った現状と課題

急速に高齢化が進む中、健康寿命の更なる延伸を図るためには、若い頃からの健康づくりや、高齢者自らがフレイル（虚弱）と呼ばれる心身の活力（筋力・認知機能・社会性）の低下を予防することの重要性を理解し、幅広い視点で介護予防に取り組む必要がある。

そのため、様々な専門職が参画する「地域ケア個別会議」において、自立支援・重度化防止に向けた検討や連携体制の整備を図るとともに、高齢者自身を含めた住民同士の助け合いと地域づくり（地域包括ケアシステム）を推進しているところである。

また、住民主体の活動である「いきいき百歳体操」がフレイル予防に有効であることから、こうした体操・運動等を活用した住民主体の通いの場の立ち上げを支援し、地域づくりによる介護予防の取り組みを推進している。

本県高齢者の自立支援、介護予防・重度化防止に向けて、地域ケア個別会議の実施市町村数と、いきいき百歳体操の実施箇所数を重要な指標として捉え、数値目標を設定した。

取組の実施内容、実績

地域ケア個別会議の実施支援

- 地域ケア個別会議の立ち上げや実践について、運営に関するノウハウ不足や助言者（専門職）の確保・養成等が課題と考えられることから、地域包括支援センター職員や介護支援専門員等を対象とする研修会を開催し、実際に地域ケア個別会議を立ち上げた市町村の事例紹介や、グループワークを通じた意見交換等、効果的な研修内容となるよう工夫するとともに、市町村からの要請に応じてアドバイザーを派遣した。

- 事例検討において、自立支援に向けた適切な支援に繋げるためにはリハビリテーション専門職が助言者として参加することが重要であることから、こうした専門職が参加できるよう、県事業の「PT・OT・STバンク」を活用し、市町村に対する専門職の派遣支援を行った。令和元年度における地域ケア個別会議への専門職の派遣実績は3市町27回であったが、令和2年度には、4市町40回に拡大し、市町村の取組支援に繋がった。

#### いきいき百歳体操の導入支援

- いきいき百歳体操の導入を希望する市町村に対し、リハビリテーション専門職の派遣支援を行い、立ち上げを支援するとともに、住民主体の通いの場において参加者が目的意識を持ち、自らの健康づくりに必要なものとして、自発的・継続的な活動となるよう支援した。
- 令和2年度では、令和元年度に作成した、甲州弁バージョンのいきいき百歳体操のDVDを増刷し、市町村を通じて体操等を行う通いの場に配付するなど、さらなる普及拡大に努めた。

#### 自己評価

##### 自己評価【5】（達成率80%以上）

	平成29年度 (基準)		平成30年度	令和元年度	令和2年度
介護予防のための 地域ケア個別会議実施市町村数	5市町村	目標	13市町村	20市町村	27市町村
		実績	16市町村	16市町村	22市町村
いきいき百歳体操実施箇所数	135箇所	目標	155箇所	175箇所	195箇所
		実績	180箇所	213箇所	211箇所

・介護予防のための地域ケア個別会議実施箇所数は、専門職派遣等による支援を行ったことにより、前年度より増加したが、目標には達しなかった。

・いきいき百歳体操実施箇所数は、新型コロナウイルス感染症の影響により前年度よりもやや減少したものの、目標値を上回る実績を上げることができた。

※複数項目に分ける場合には、項目ごとに様式を分けて記入する。

## イ 管内保険者の自己評価結果の概要

地域ケア個別会議における市町村の自己評価では、多職種連携の足掛かりとなったという意見や、地域の課題を整理することができたとの意見がある一方、抽出された課題を地域住民とどのように解決していくのが課題とする意見があった。

いきいき百歳体操における自己評価では、「開催できなかった。」「開催回数を減らした。」「参加人数が減った。」等、新型コロナウイルス感染症の影響が大きく出た市町村があった。

こうした状況の中、「『コロナ禍であるからこそ立ち上げる』というグループもあった。」「週に1回、集まって体操することは、閉じこもり予防、認知症予防、生きがい、心の健康にもつながっていると期待している。」という記載もあった。

今後の課題として、地域により取り組みの差が大きいこと、徒歩で通える範囲内での会場の確保、新たな参加者の募集、参加の少ない男性高齢者への働き掛けなどが挙げられている。

なお、いきいき百歳体操の自己評価を1と評価した市については、当初実施を予定していたが、新型コロナウイルス感染症拡大を受け、開催中止としたためである。

### <地域ケア個別会議>

- ・ 自己評価 5 … 5 市町村
- ・ 自己評価 4 … 3 市村
- ・ 自己評価 3 … 6 市町村
- ・ 自己評価 2 … なし
- ・ 自己評価 1 … なし

計 14 市町村

### <いきいき百歳体操>

- ・ 自己評価 5 … 4 町村
- ・ 自己評価 4 … 2 市
- ・ 自己評価 3 … 5 市町
- ・ 自己評価 2 … なし
- ・ 自己評価 1 … 1 市

計 12 市町村

※自己評価の目安

「5」: 達成率 80%以上、「4」: 達成率 60~79%、「3」: 達成率 40~59%、「2」: 達成率 20~39%、「1」: 達成率 19%以下

## ウ まとめ（ア及びイから考察した現状・課題と対応策）

「地域ケア個別会議」は、多職種が参加する事例検討等を通じて、地域のサービス資源に関する課題や、ケア提供者の質に関する課題など、地域の課題を発見するための重要なツールであるが、市町村においては、会議運営に関するノウハウ不足や、助言者である専門職の確保の困難さなどから、立ち上げに際し、支援が必要となることが多い。

県は、こうした市町村における「地域ケア個別会議」の立ち上げの際の不安を取り除くため、リハビリテーション専門職を助言者として派遣する「PT・OT・STバンク」を活用し、支援を必要とする市町村にきめ細やかに対応していく。

地域ケア個別会議を実施する市町村数は伸びているが、目標の全市町村にまでにはなっていないことから、今後は未実施の市町村に対し、個別のヒアリングによる要因分析等を行い、実施町村数の増加に向けて取り組んでいく。

「いきいき百歳体操」の一層の普及を図るためには、住民自身が「いきいき百歳体操」を自己の健康づくりに有効であることを認識することが重要であることから、意義や目的について、地域住民に丁寧に説明することのできるアドバイザーの派遣支援や、住民主体の通いの場において、体操等の活動に積極的に取り組んでいただくよう、人材育成などを通じた支援を行っていく。

また、県事業としてフレイル予防アドバイザー派遣支援事業を実施し、アドバイザー派遣による市町村支援を通じて、介護予防事業で行われている体操等の活動に、栄養や口腔、社会参加などの要素を取り入れながら、効果的な活動となるよう支援していく。

新型コロナウイルス感染症防止のため、通いの場の休止や外出の自粛などが行われており、高齢者の心身の活力の低下が懸念されることから、自宅でできる体操等の取組の周知や、「新しい生活様式」を踏まえた通いの場の再開支援など、高齢者の自立支援、介護予防・重度化防止に向けた取組を推進していく。