

|     |                                       |
|-----|---------------------------------------|
| 主 題 | 府中市介護予防健診受診後の介護予防教室実践による要介護認定への効果について |
| 副 題 | 府中市介護予防活動評価                           |

|      |           |      |       |
|------|-----------|------|-------|
| 介護予防 | 要介護認定率の抑制 | 研究期間 | 12 ヶ月 |
|------|-----------|------|-------|

|                  |                            |         |  |
|------------------|----------------------------|---------|--|
| 事業所              | 社会福祉法人多摩養育園 府中市立介護予防推進センター |         |  |
| 発表者：小田 聡（おだ さとし） |                            | アドバイザー： |  |
| 共同研究者：田邊 純子      |                            |         |  |

|       |              |        |                              |
|-------|--------------|--------|------------------------------|
| 電 話   | 042-330-2010 | E-mail | info@fuchu-suishincenter.net |
| F A X | 042-330-2016 | U R L  | http://www.fcksc.org/        |

|                              |                                                                                                                                                                              |
|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 今回発表の<br>事業所や<br>サービスの<br>紹介 | 府中市立介護予防推進センターは、市民の方に住み慣れたまちで、いつまでもお元気でいきいきと暮らしていただくことを目的として、全国に先がけて平成 18 年 4 月に府中市分梅町に開設した。府中市における介護予防への取り組みの中核施設として、市内在住の介護認定を受けていない 65 歳以上の市民に対し、介護予防に関する様々なプログラムを提供している。 |
|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 《1. 研究前の状況と課題》

府中市では、市立介護予防推進センターを設置し、市内 11 か所の地域包括支援センターとともに高齢者の介護予防事業を進めてきた。今までに多くの市民の参加を得ているが、現在介護予防の分野においては、その評価指標は示されておらず、府中市においてもそれは検討課題であった。「介護予防をすることは良い」と認識されてはいるものの、その評価の現状としては、各自治体等がそれぞれに取り組んだ介護予防事業に対し独自の評価を行っており、その評価方法は統一されていない。府中市でも評価方法の確立が検討課題であり、介護予防事業が市民の介護予防活動促進という面で、高齢者自身の日常生活の中でどれだけ効果があったかを独自に且つ客観的に測定・分析・評価・実証したいと考え、府中市より指定管理を受けている社会福祉法人多摩養育園が評価方法について検討したものである。

### 《2. 研究の目標と期待する成果・目的》

府中市では毎年介護保険の認定を受けていない 65 歳以上の市民（約 4 万人）を対象として、基本チェックリストと府中市独自の質問で構成した「介護予防健診」（以下、“健診”と記す）を実施している。健診によって「老化の兆し」（以下、“リスク”と記す）の有無を判定し、その後判定されたリスクの項目（運動・虚弱・栄養等）に応じた介護予防教室に通うことにより、リスクを無くすことを目的としている。

介護予防教室は筋力向上・転倒予防などの運動系教室や、口腔ケア・栄養改善・認知症予防などの文科系教室を 3 か月間、週 1 回通所する形で実施している。この介護予防教室にどのような効果があるかを市民に広くアピールし、さらに理解してもらい、約 4 万人の対象者が介護予防活動をしてもらえば介護認定者数の増加は抑えられると期待できる。これは理想論であり極論でもあるが、日本の高齢化の現状を考えれば、最終目標は「要

介護認定の抑制」にある。よって本研究では、「介護予防教室に参加することにより、要介護認定率が下がる」という仮説を立て、その効果を数値化し実証することを目標に取り組んだ。データに関しては全数調査とするが、文科系教室に比べ運動系教室の方が効果が出やすいと予想し、今回はこの部分に焦点を当てて実証に取り組んだ。

### 《3. 具体的な取り組みの内容》

データとしては平成 22 年度介護予防健診対象者（38,628 人）のうち受診者（24,999 人）のデータを基データとして使用し、その中から介護予防教室参加者及び不参加者が 3 年後に要介護認定を受けているかを調査した。手順としては上記の基データから①健診によるリスク有無判定結果（リスク有：17,434 人、リスク無：7,565 人）把握、②運動系介護予防教室参加者（リスク有：560 人、リスク無：307 人）及び不参加者（リスク有：3,135 人、リスク無 7,258 人）把握、③各データ結合作業、④3 年後の要介護認定調査、⑤データ集計・分析・評価を行なった。

また本研究以前に、20 年度及び 21 年度のデータを用い標本調査としてデータを一定数抽出し、同様の評価を行なっている。

### 《4. 取り組みの結果と考察》

結果としては、

リスク無・教室参加者介護認定率　：　6.2%

リスク無・教室不参加者介護認定率　：　10.7%

リスク有・教室参加者介護認定率　　：　18.0%

リスク有・教室不参加者介護認定率　：　45.2%

となり、要介護認定を受ける割合としては、健診の結果リスク無の場合は、介護予防教室参加及び不参加の間には 4.5%の差が、リスク有の場合は、27.2%の差が生じる結果となった。この差が介護予防教室への参加と不参加の違い・効果ともいえる。また今回の結果は、過去の標本調査と同様の結果となった。

考察としては、「介護予防教室への参加は要介護認定率を抑えるための有効な手段であり、一定の効果を持つ」といえる。特に健診の判定結果、リスク有と判定された市民にとっては、「介護予防教

室への参加」が、今後の要介護認定率を抑えるための有効な手段であるといえる。

### 《5. まとめ、結論》

要介護認定率を抑えるためには、リスク有と判定された市民はもちろん、リスク無と判定された市民も元気な時から日々の生活の中で介護予防活動についての意欲を高め、早期段階で知識を修得することが必要である。よって各介護予防教室をはじめ、介護予防に関するあらゆる事業を全市民に展開していくことが重要であり、必要と考える。

### 《6. 倫理的配慮に関する事項》

なお本研究を行うにあたり、使用したデータにおいては、健診受診時及び介護予防教室参加時に、「府中市役所・地域包括支援センター・介護予防推進センターの三者にてデータを共有し使用する」旨の説明が記載されている健診票や同意書にて、同意を得たデータのみを使用した。

### 《7. 参考文献》

参考文献なし。

### 《8. 提案と発信》

要介護認定率を抑えるためには、上記結論に加え、「多くの高齢者が介護予防に参加する機会をもつこと」「新たに介護予防に取り組む高齢者が増えること」「高齢者が介護予防活動を継続できるよう自立支援を行うこと」が重要であり、これを実践していくことこそが介護予防に携わる者の使命であると考ええる。

介護予防は高齢者の「自主的な介護予防活動」や、その方の「生きがい」や「活力」へと繋がるものであり、言い換えれば市民一人ひとりが自主的に活動すると共に、市民同士が活動を通してお互いを支え合う「地域社会」の構築に繋がる。つまり「市民協働の推進」＝「介護予防」とも言えるのではないだろうか。

また介護予防活動に関する実績は伸びているが、この伸びが保険給付等にどの程度還元されるか、費用対効果も今後検証していく必要がある。

【メモ欄】