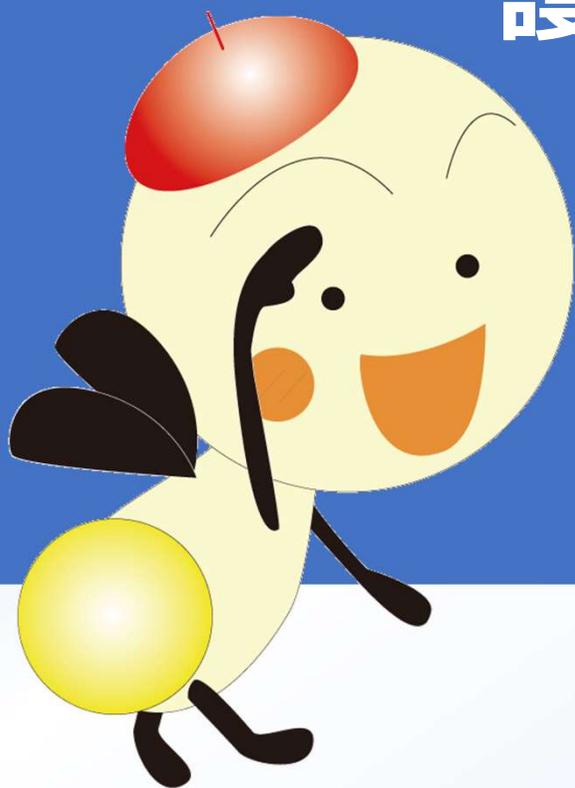


# 令和5年度高齢者の保健事業と介 護予防の一体的実施 【守山市】



# 守山市の概要①

- 人口 85,846人
- 高齢化率 22.34%
- 後期高齢者被保険者数 10,264人
- 後期高齢者健診受診率 28.3%
- 要介護認定者数 3,434人  
(要支援者 875人 要介護者 2,559人)
- 要介護認定率 (第2号被保険者を除く) 17.7%

(令和5年10月1日時点)



○海拔：最高106.1m、最低83.7m(高低差22.4m)  
⇒高低差が少なく移動しやすい地形

○京阪神地区のベッドタウン。新快速電車で京都まで25分、大阪まで55分と、交通の便が良い。

○駅前にはマンションが立ち並び、北部にかけて田園風景が広がる。

# 守山市の概要②

## 日常生活圏域 3 圏域

### 北部地区地域包括支援センター

- ◆北部地区（河西・速野・中洲）  
人口 30,009人  
高齢者人口 7,537人  
高齢化率25.1%

- ・3圏域中、高齢者人口、高齢化率が最も高い。
- ・中心地から遠く、移動手段の確保、生活困窮が課題。

### 中部地区地域包括支援センター

- ◆中部地区（吉身・玉津）  
人口 22,134人  
高齢者人口 5,104人  
高齢化率23.1%

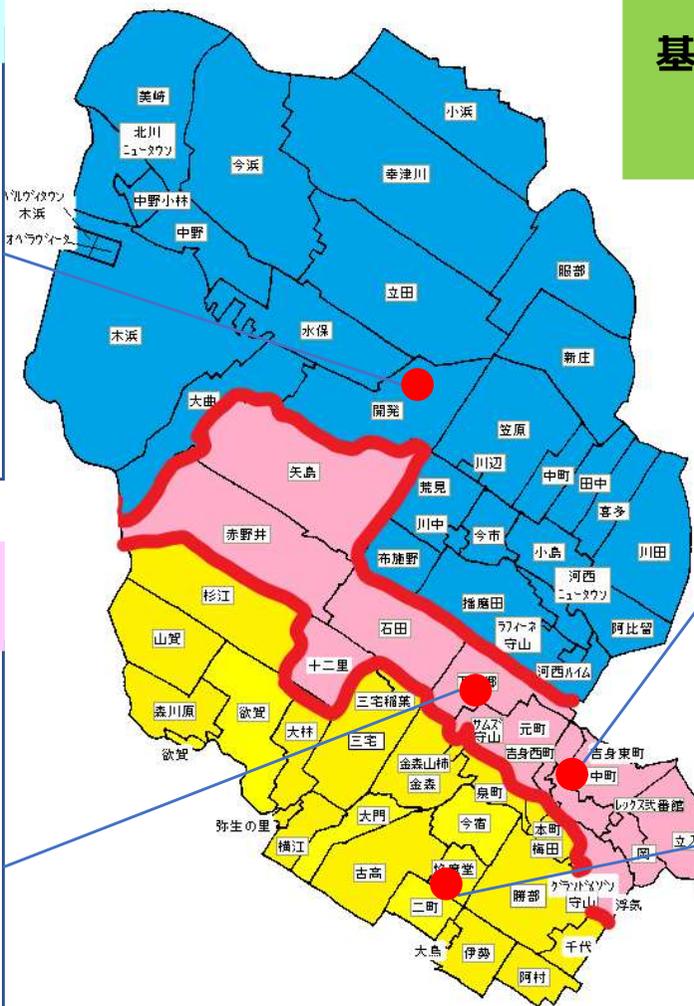
- ・3圏域中、人口、高齢者人口ともに最も少ない。
- ・アパートやエレベーターがないマンションに虚弱な独居・高齢者世帯が居住し、子などが県外在住が多い。
- ・車がないと買い物・受診など移動手段に困っている人が多い。

### 基幹型地域包括支援センター（市直営） （守山市役所）

### 南部地区地域包括支援センター

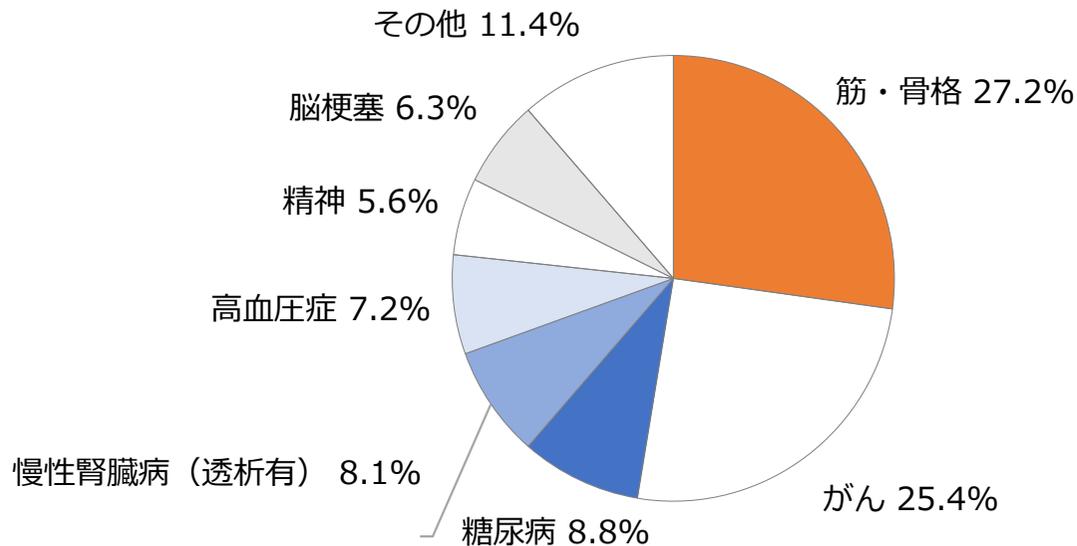
- ◆南部地区（守山・小津）  
人口 33,776人  
高齢者人口 6,608人  
高齢化率19.6%

- ・3圏域中、人口が最も多いが、高齢者率は最も低く、若い世代の多い地区。
- ・駅周辺にはマンションが多く、今後マンション・アパート在住の単独世帯の増加が見込まれる地域。

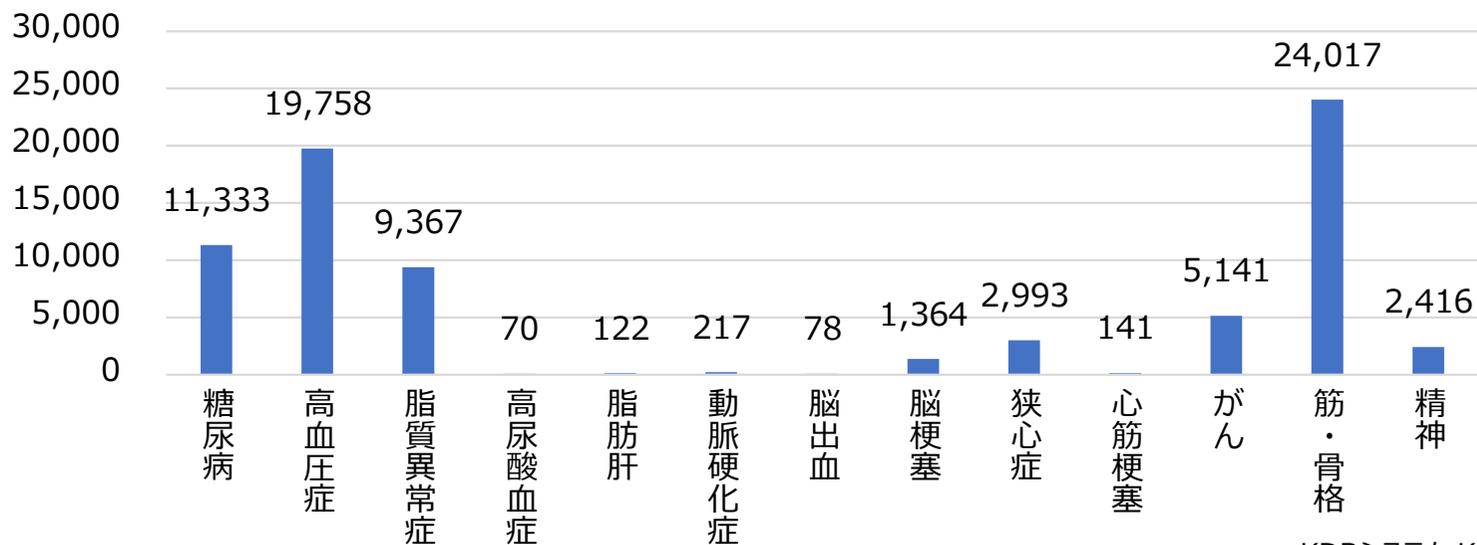


# 守山市の現状・課題

## (1) 医療費割合（疾病別）

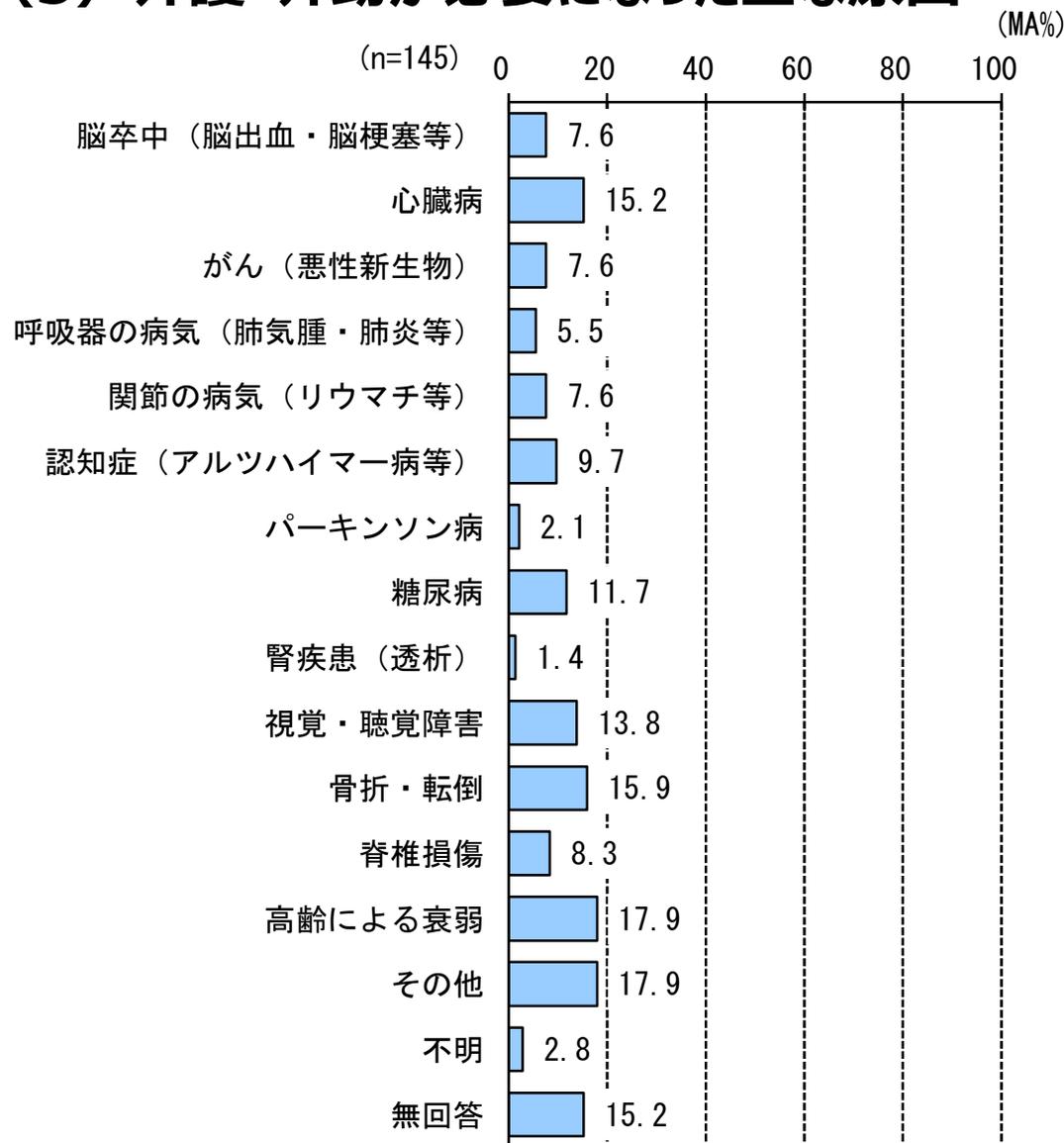


## (2) 後期高齢者におけるレセプト件数（疾病別）



# 守山市の現状・課題

## (3) 介護・介助が必要になった主な原因



## (4) 要介護・要支援認定者割合

	守山市	県計
要支援 1～要介護 2	68.7%	65.3%
要介護 3以上	31.3%	34.7%

# 事業概要

## 保健事業（ハイリスクアプローチ）

健診・医療データより対象者を抽出し、受診勧奨や保健指導を実施

ハイリスク者対策  
(その他重症化予防)

健康状態未把握者の状態把握



連携

## 介護予防（ポピュレーションアプローチ）

### ① 通いの場における自主グループ支援

介護予防活動の啓発・自主グループ立ち上げ支援

- ・65歳からの過ごし方教室（介護予防教室）
- ・健康のび体操教室
- ・いきいき百歳体操・認知症予防教室
- ・出前講座

自主グループの継続支援

- ・自主グループ交流会
- ・体力測定
- ・体操指導
- ・結果返し

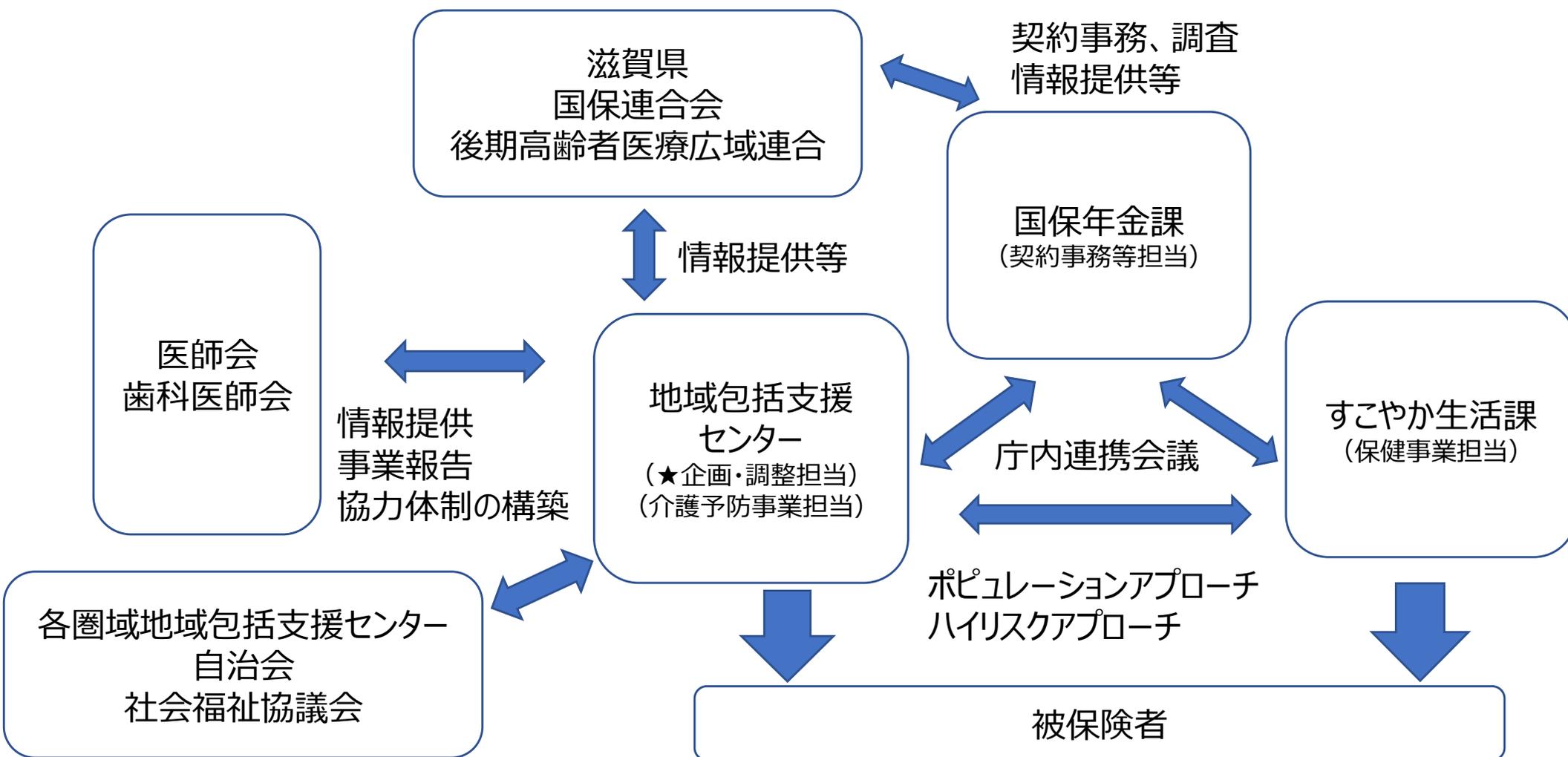
### ② 健康相談の実施

保健師  
看護師



# 実施体制

- ・令和3年度から実施
- ・企画・調整担当保健師1名、地域を担当する管理栄養士、理学療法士、看護師各1名
- ・1回/2月、3課で担当者協議を開催



## 重症化予防(その他)：ハイリスク者対策

### ■ 対象者

令和5年1～9月の健診受診後、以下のいずれかに該当する75歳以上の者。

- ・血圧 収縮期160mmHg以上または拡張期100mmHg以上
- ・血糖 HbA1c7.0%以上（NGSP値）または空腹時血糖130mg/dl以上
- ・脂質 LDL 180mg/dl以上またはTG 500mg/dl以上
- ・腎機能 eGFR 40未満または尿たんぱく（2+）以上

### ■ 実施内容

- ・対象者にアンケートを送付。
- ・未返信または未受診である者のうち、医療受診勧奨が必要と判断した者に対し、電話または訪問等で勧奨を実施。
- ・医療受診勧奨から2か月後、再度勧奨が必要と判断した者について医療受診勧奨用の手紙を郵送。

### ■ 実施結果（令和4年第4期：R4年1月～2月、令和5年第1期：令和5年4月～6月健診受診者まで）

- ・対象者（69人）全員へ通知を発送し、受診勧奨実施率100%
- ・レセプトなし（17人）について、訪問・電話にて医療受診再勧奨

#### 《受診勧奨後の結果》

3か月後のレセプト確認にて（12月末時点）

通知発送後、全体で医療受診が確認できた者：18件

受診勧奨後の全体の医療受診率：62.07%

※医療受診勧奨後3か月後の確認になるため、  
レセプト確認ができていない者については今後確認予定。

#### ▼今後のスケジュール

- ・令和5年第1期（R5年4月～6月健診受診者）  
→令和6年1月手紙発送
- ・令和5年第2期（R5年7月～9月健診受診者）  
→令和6年3月手紙発送

# 健康状態未把握者対策

## ■ 対象者

令和4・5年度健診対象者のうち、過去1年間のレセプト情報をもとに健診受診や医療受診、介護サービスの利用がない者。

## ■ 実施内容

- ・対象者に通知を行い、健診・医療受診状況・身体状況を把握。
- ・返信があった者のうち、ハイリスク者※、未返信者に相談・指導を行い、必要時、医療や適切なサービス、通いの場等へつなぐ。
- ・ハイリスク非該当であった者に対し、回答内容に応じた通知、地域包括支援センター案内パンフレットを送付。

※ハイリスク者：基本チェックリストおよび後期高齢者の質問票より3項目以上該当した者

## ■ 実施結果

- ・アンケート回収率  
南部：104人/124人回収  
（回収率83.9%）  
北部：119人/138人回収  
（回収率86.2%）

実施圏域		南部	北部
個別対応人数		63人	74人
個別対応内訳	訪問・電話等にて本人・家族へ指導を実施または投函後返信あり	57人	63人
	訪問・電話で対応するも健診受診済み	1人	2人
	数回訪問するも本人・家族に出会えなかった人	3人	8人
	入院中であった人	－	1人
	市内に居住実態がなかった人	2人	－

※令和5年12月から令和6年2月頃に中部圏域に支援実施。

# ● 介護予防活動の啓発・自主グループの立ち上げ支援

## ■ 65歳からの過ごし方教室

【対象者】 市内在住の65歳以上の方

【目的】 介護予防に必要な知識や情報の普及・啓発  
介護予防に取り組むきっかけづくり

【実施結果】 南部：11名、中部：14名、北部：14名

第1回

「フレイル・  
運動について」



- ・フレイルとは？必要な運動とは？
- ・低栄養を防ごう！
- ・もりやまプラス体操をやってみよう。  
(上半身・下半身)

第2回

「守山百歳体操・  
守山健康のび体操について」



- ・実際にやってみよう。
- ・重り、のびバンドの補助金の案内

第3回

「栄養・  
口腔機能について」



- ・簡易版口腔機能チェック
- ・お口の健康とは？
- ・守山かみかみ百歳体操をやってみよう。



第4回

「認知症予防について」



- ・認知症予防について
- ・もりやまプラス体操をやってみよう。  
(脳トレ)

第5回

「エンディングノートについて」

- ・在宅医療、在宅介護について
- ・ACPとは？
- ・エンディングノート



各圏域1回ずつ  
5回シリーズで介護予防教室を開催しました！

## ■ 健康のび体操教室

【対象者】

医師から運動制限を受けていない人で、下記のいずれか。

- ・市内在住の65歳以上の人
- ・市内在住の65歳未満の人で、今後自主グループ活動を主体的に運営いただける人

【目的】

介護予防に取り組む機会の確保、住民主体の取り組みを推進し、住民主体の居場所づくりや自主グループの立ち上げ支援

【実施結果】（参加者実人数）：9名



# ● 介護予防活動の啓発・自主グループの立ち上げ支援

## ■ いきいき+（プラス）トレーニング ～みんなで取り組むフレイル予防～

【対象】 市内在住の医師から運動制限を受けていない人

【目的】 高齢者が身近な地域で介護予防に資する活動を継続できるよう支援する

【実施結果】

2か所の自治会で立ち上げ支援を実施。

▼ 自主グループ数

守山百歳体操：54G 守山健康のび体操：5G

守山百歳体操および守山健康のび体操：17G

日程	内容	時間
1週目	・事業内容および今後の流れの説明 ・体力測定 ・もの忘れ相談プログラム ・結果説明	約2時間半
2週目	・いきいき百歳体操 ・健康づくりに関する講話 ・しゃきしゃき百歳体操	約2時間
3週目	・いきいき百歳体操 ・健康づくりに関する講話 ・かみかみ百歳体操	約2時間
4週目	・いきいき百歳体操 ・健康づくりに関する講話 ・脳トレ ・アンケート	約2時間

参加者の希望があれば、教室終了後も自主活動として継続して活動していただきます。



（令和6年1月末時点）

## ■ 出前講座

今年度、市の健康課題について福祉協力員向けに出前講座を実施しました。

【実施結果】

全7学区で出前講座を実施。

福祉協力員を対象とした研修会で市の健康課題について理解を促し、地域のサロンで介護予防に資する取組の必要性について啓発できました！



（令和6年1月末時点）

通いの場への積極的な関与等（ポピュレーションアプローチ）

## ● 自主グループの継続支援

### ■ 体操指導

依頼のあった自主グループへの体操指導を実施

【実施結果】 グループへの体操指導：9回

### ■ 体力測定

年1回、自主グループに対し体力測定を実施

【実施結果】 体力測定：55か所/77か所  
参加人数 554人

### ■ 結果返し

体力測定を実施した方に電話・訪問による結果返しを実施。

【実施結果】 結果返し：46人

（令和6年1月末時点）

### ■ 自主グループ交流会

【対象】

守山百歳体操および守山健康のび体操の自主グループの参加者

【目的】

グループ活動の活性化、活動継続への動機付けを行い、安定的な自主グループの活動を支援する。

【実施結果】

南部：10名 北部：10名 中部：6名

各圏域1回ずつ開催しました！



## ● 健康相談会の実施

【対象】 市内在住の65歳以上の高齢者

【目的】 高齢者が日常的に立ち寄る場で、必要なサービスの紹介等を行う健康相談を実施することにより、高齢者の健康の保持増進、健康寿命の延伸を図る。

【実施結果】 市役所、ピエリ守山で実施。

参加人数 21人



# 成果・わかったこと

## 【保健事業】

### 〈ハイリスク者対策〉

- ・医療受診勧奨後未受診であった方について、医療の管理中（経過観察にて服薬等不要）の方や家庭血圧で異常がなかったと回答した方がおられた。

### 〈健康状態未把握者対策〉

- ・「若い頃から健康で、現在も健康だから健診を受診しない」と回答する方や、アンケートの結果がハイリスク非該当であった方が多かった。  
(アンケート回収した結果、ハイリスク非該当であった方：南部72.6%、北部73.2%)
- ・ハイリスクに該当した方や、聞き取りにより支援が必要と判断した方については、圏域地域包括支援センターの同行訪問による引継ぎを実施し、継続的な支援につなげることができた。



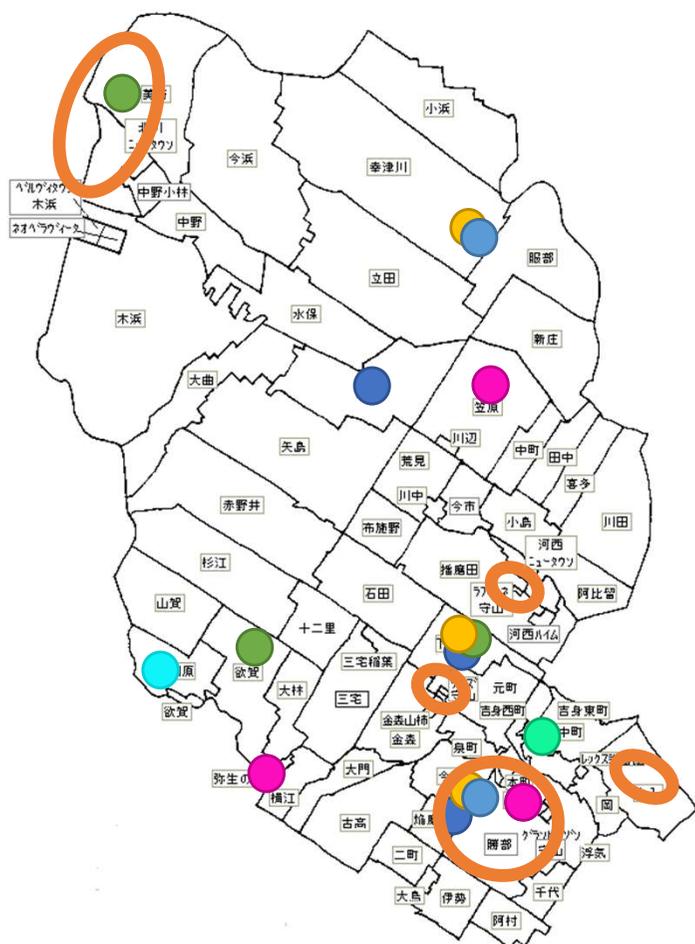
## 【関係課との連携】

- ・担当者会議を定期的に行う等、他課との情報共有を図ることで、健康に関心のない高齢者の状態の把握につながった。

# 成果・わかったこと

## 【介護予防事業】

- ・マンションの近隣の会場や通いの場がない自治会で各事業を開催することにより、介護予防の取組が市内全域において偏りなく実施できる支援を目指した。
- ・福祉協力員への出前講座を開催し、自治会のサロン活動に健康づくりの視点を追加できた。



- 圏域センター主催の介護予防教室
- 65歳からの過ごし方教室（R4）
- 65歳からの過ごし方教室（R5）
- 百歳体操教室（地域展開型）（R4）
- 百歳体操教室（地域展開型）（R5）
- 健康のび体操教室（R4）
- 健康のび体操教室（R5）
- マンションの多い地域

# 事業に取り組む中で見えてきた課題

## 【保健事業】

---

### 〈ハイリスク者対策〉

- ・医療受診勧奨しても未受診である者への対応
- 単発の指導ではなく、継続した支援体制の構築

### 〈健康状態未把握者対策〉

- ・経年で連続して対象者となる方への支援方法
- ・複数回訪問するも会えない方への対応方法

毎年アンケートが送られてくることによりマンネリ化。  
回答率が低下。

本人・家族ともに困り感がなく  
支援に繋がらない。

## 【介護予防事業】

---

- ・新規の通いの場の立ち上げ
- ・高齢化に伴う参加人数減少および支援が必要な人の継続参加
- ・通いの場に参加できなくなった人のフォロー
- ・通いの場に来れない人への介護予防の普及啓発

# 次年度の方向性

## 受診勧奨しても未受診である者への対応

- ・必要に応じた手紙発送による受診勧奨の効果検証
- ・継続的な支援体制についての検討

## 経年で連続して対象となる方への支援方法

- ・相談先の周知・啓発による、困りごとが生じた際に相談や連絡ができる環境づくり
- ・関係機関との情報共有
- ・対象者に応じた情報提供

## 複数回訪問するも会えない方への対応方法

- ・関係機関との連携による状態の把握
- ・複数回の訪問による安否確認



## 新規の通いの場の立ち上げ支援

- ・未実施の地域への積極的な介入（地域展開型の教室の拡充）
- ・身近な地域での介護予防教室の開催

## 通いの場の活動への継続支援

- ・自主グループ間での情報交換
- ・通いの場への専門職の訪問

## 通いの場以外での介護予防の継続

- ・個人へのフォーマルサービス等の紹介
- ・介護事業所へのリハ職の派遣

## 通いの場に来れない人への支援

- ・地域支援者や圏域地域包括支援センターと連携した実態把握

ご清聴ありがとうございました。

---

