

平成29年度  
高齢者健康づくり事業推進フォーラム

資 料

主催：滋賀県後期高齢者医療広域連合

共催：京 都 大 学 医 学 部

## 目 次

実施要領	1
日程表	2
【事業報告】	
平成29年度高齢者健康づくり事業の取組みについて (京都大学 里村一成 准教授)	3
【広域連合発表資料】	
保健事業に係る補助金と広域連合からのデータ提供	1 6
滋賀県後期高齢者医療広域連合保健事業実施計画（第2次）	2 2
【事例発表資料】	
守山市「健康のび体操による地域展開型フレイル（虚弱）予防教室」	3 2
東近江市「後期高齢ウエルカム事業・後期高齢服薬情報通知事業」	4 4
竜王町「個別訪問歯科指導事業」	5 5
野洲市「野洲市高齢者体操自主グループ活動による健康づくり事業」	6 8
野洲市「野洲市高齢者健康生きがいがづくりボランティア活動支援事業」	7 6

## 平成29年度高齢者健康づくり事業推進フォーラム実施要領

### 1. 目 的

滋賀県後期高齢者医療広域連合では、医療保険財政の安定運営とともに、高齢者の方々が、健康で生き生きと過ごしていただくこと（健康寿命の延伸）を目指し、構成市町・関係機関と共同で、高齢者の健康づくりに取り組んでいます。

つきましては、今年度、地域特性を生かした高齢者の健康づくり事業に取り組まれている市町の成果や高齢者を取り巻く状況等について、事例発表により今後の高齢者健康づくり施策の参考としていただくことを目的に本フォーラムを開催します。

### 2. 主 催 滋賀県後期高齢者医療広域連合

### 3. 共 催 京都大学医学部

### 4. 日 時 平成30年3月9日（金）13時30分～16時40分

### 5. 場 所 市町村職員研修センター4階 視聴覚教室 （滋賀県大津市におの浜一丁目1-20 ビアザ淡海自治研修センター内） ※駐車場は用意していませんので、公共交通機関をご利用ください。

### 6. 内 容 ①事業報告「平成29年度高齢者健康づくり事業の取組について」 京都大学医学部公衆衛生学教室 准教授 里村一成 氏

### ②行政説明「保健事業に係る補助金と広域連合からのデータ提供」 発表者 滋賀県後期高齢者医療広域連合総務企画課 中嶋・森田 「滋賀県後期高齢者医療広域連合保健事業実施計画（第2次）」 発表者 滋賀県後期高齢者医療広域連合総務企画課 長崎

### ③事例発表「地域特性を生かした高齢者の健康づくり事業」 守山市「健康のび体操による地域展開型フレイル（虚弱）予防教室」 東近江市「後期高齢ウエルカム事業・後期高齢服薬情報通知事業」 竜王町「個別訪問歯科指導事業」 野洲市「野洲市高齢者体操自主グループ活動による健康づくり事業」 野洲市「野洲市高齢者健康生きがいがづくりボランティア活動支援事業」 発表者 各市町担当者 司会者 京都大学医学部公衆衛生学教室 准教授 里村一成 氏 （※発表内容は予定です。）

### 7. 対象者 市町後期高齢者医療担当職員、保健師、市町地域包括支援センター職員、 県関係機関職員等

# 高齢者健康づくり事業推進フォーラム日程表

開催日：平成30年3月9日（金）

13:00	受付
13:30	開 会
13:35	事業報告「平成29年度高齢者健康づくり事業の取組について」 京都大学医学部 公衆衛生学教室 准教授 里村 一成 氏
13:50	行政説明 「保健事業に係る補助金と広域連合からのデータ提供」 発表者 滋賀県後期高齢者医療広域連合 中嶋・森田  「滋賀県後期高齢者医療広域連合保健事業実施計画（第2次）」 発表者 滋賀県後期高齢者医療広域連合 長崎
14:20	事例発表「地域特性を生かした高齢者の健康づくり事業」 守山市「健康のび体操による地域展開型フレイル（虚弱）予防教室」 東近江市「後期高齢ウエルカム事業・後期高齢服薬情報通知事業」 発表者 各市町担当者 司会者 京都大学医学部 公衆衛生学教室 准教授 里村 一成 氏
15:00	（休憩10分）
15:10	竜王町「個別訪問歯科指導事業」 野洲市「野洲市高齢者体操自主グループ活動による健康づくり事業」 野洲市「野洲市高齢者健康生きがいがづくりボランティア活動支援事業」 発表者 各市町担当者 司会者 京都大学医学部 公衆衛生学教室 准教授 里村 一成 氏
16:15	閉 会

※事例発表の順序は入れ替わることがあります。

※終了時刻は多少前後することがありますのでご了承ください。

# 保健事業における 医療費分析の考え方

京都大学 里村 一成

## 保健事業における医療費

立案：一つの方法として医療費から考える

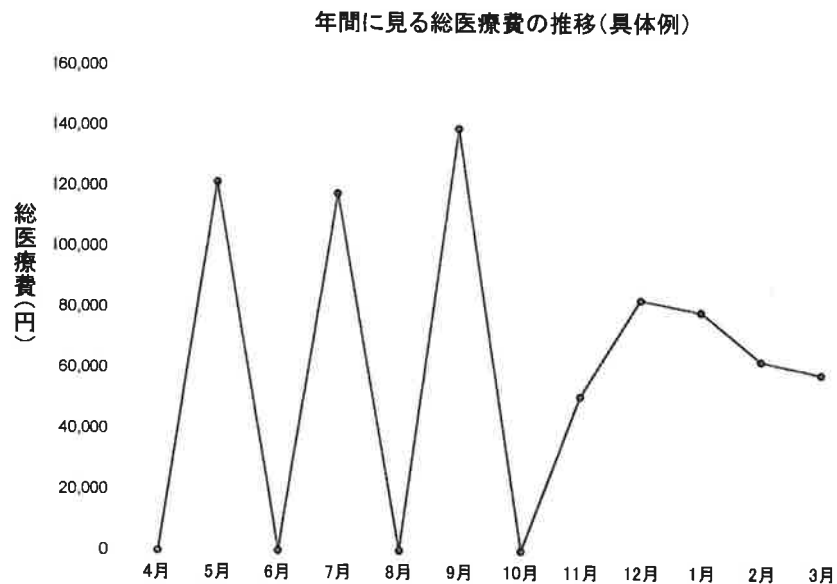
→ データヘルス計画

施行：医療費とは関係なく進められる

評価：アウトプット、アウトカムの指標の一つとして  
使えることもある

## 医療費

- ・「人数」と「それぞれ個別の医療費（1年間）」で決まる。
- ・月別にはあまりこだわらない方がよい。
- ・高血圧のようにその疾患にかかる医療費自体はあまり高くないが人数が多いものと、人工透析のようにその疾患にかかる医療費は高いが人数が多くないものがある。
- ・個別の医療費の高いものは人工透析、がん、心臓手術、在宅酸素療法等が主なものである。



## 医療費だけではわからないこともある

---

例えば健康診査を受けている人と受けていない人の医療費の比較

多くの場合、健康診査を受けている方が医療費が低いですが、いつも病院を受診している人は健康診査をあまり受けないこともある。

比較する集団が同じかどうかの検討が必要

## 評価として医療費を使うときの 注意点と難しさ

---

- ・ 保険の持つ特性
- ・ 医療費に関連のある保健活動か
- ・ どの時期に行うか・・・

保健事業の多くはすぐに結果が出ない

あまり長期をみると年齢的に増加する疾患（がん等）が増えてしまう

- ・ どの集団と比較するか・・・

対象でありながら保健事業に加わらなかった人は本当に対照とできるか

## 医療費から見た保健事業

---

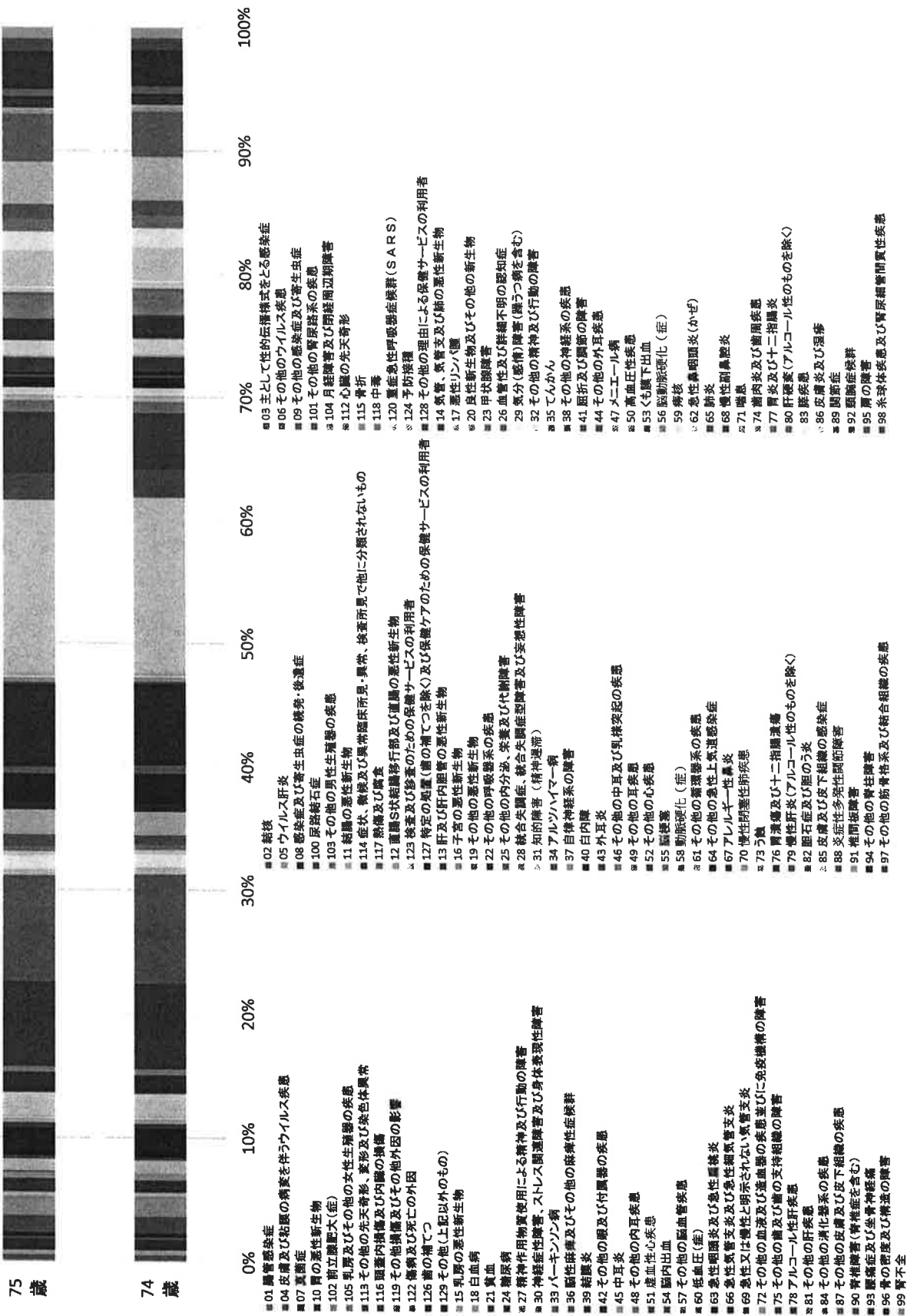
### 市町による保健事業 国保と後期高齢は同じでよいのか？

---

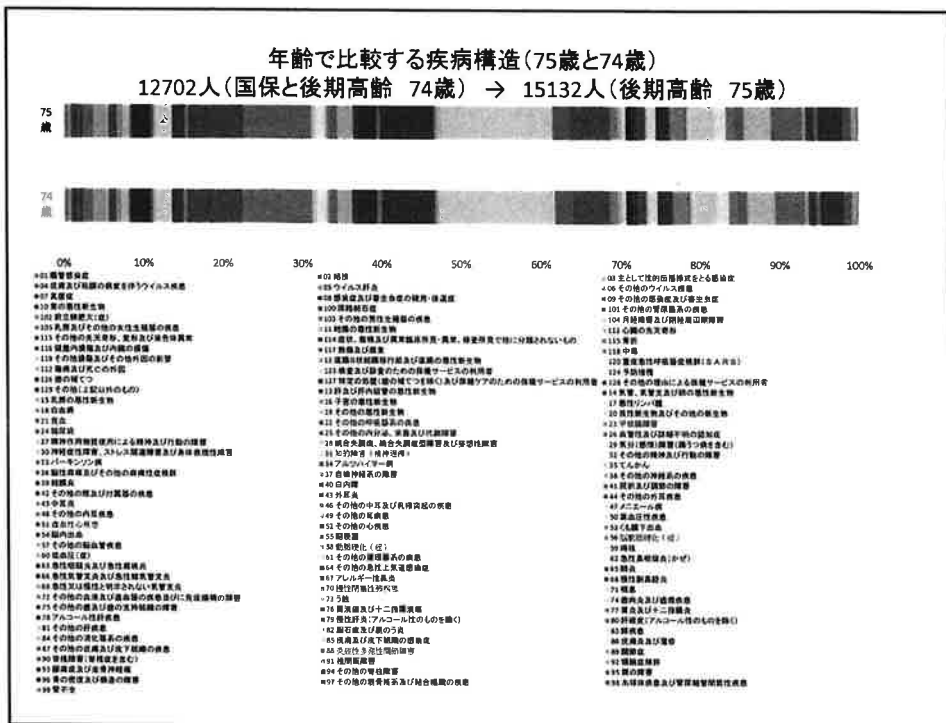
- 後期高齢者の年齢は幅広いため高齢になればなるほど国保との疾患の差は出やすい。
- 74歳の国保と75歳の後期高齢で疾患は同じような分布なのか？  
(滋賀県で約3000人の扶養家族等の国保以外の人が入ってくる。)  
後期高齢の約1.5%が国保以外の保険から入ってくる。



年齢で比較する疾病構造(75歳と74歳)  
12702人(国保と後期高齢 74歳) → 15132人(後期高齢 75歳)



事業報告「平成29年度高齢者健康づくり事業の取組について」  
京都大学医学部公衆衛生学教室 准教授 里村一成 氏



60歳定年で国保に流入する  
他の保険の被保険者の疾病は？

- ・ 60歳から国保に入る人も多い。
- ・ 県全体で3553人から 4418 人（平成28年）となっている。（約24%の増加）

# 年齢で比較する疾病構造(60歳と59歳)

60歳

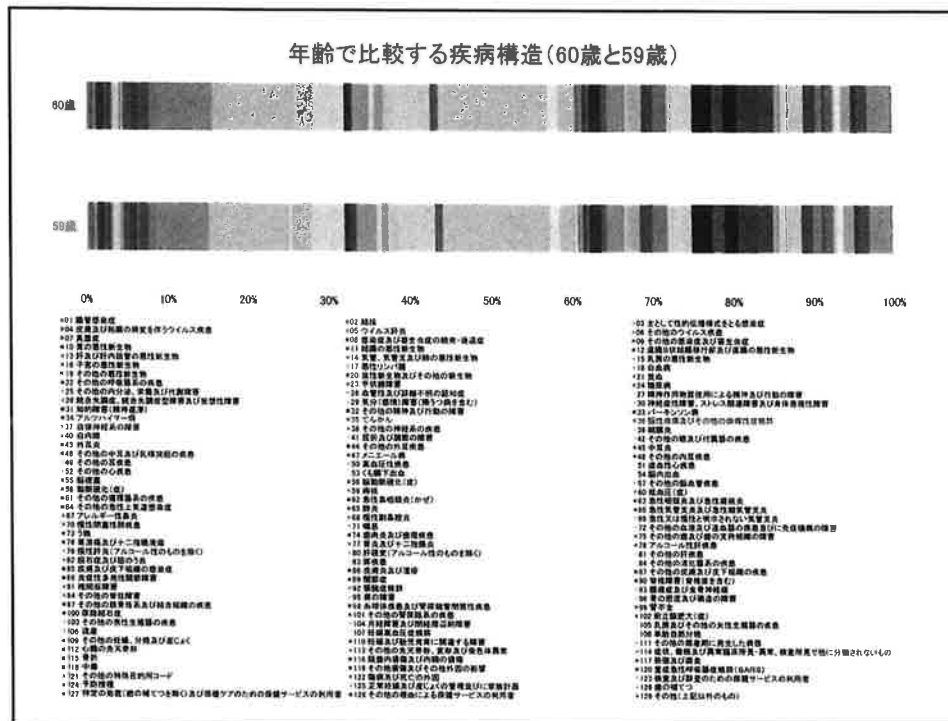


59歳



0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
■01 腸管感染症 ■04 皮膚及び粘膜の病変を伴うウイルス疾患 ■07 真菌症 ■10 胃の悪性新生物 ■13 肝及び胆膵臓の悪性新生物 ■16 子宮の悪性新生物 ■19 その他の悪性新生物 ■22 その他の呼吸器系の疾患 ■25 その他の内分泌、栄養及び代謝障害 ■28 統合失調症、統合失調症型障害及び妄想性障害 ■31 知覚障害(精神遅滞) ■34 アルツハイマー病 ■37 自律神経系の障害 ■40 白内障 ■43 外耳炎 ■46 その他の中耳及び耳管突起の疾患 ■49 その他の耳疾患 ■52 その他の心疾患 ■55 脳梗塞 ■58 動脈硬化(症) ■61 その他の循環器系の疾患 ■64 その他の急性上気道感染症 ■67 アルコール性胃炎 ■70 慢性腎臓病 ■73 うつ病 ■76 胃潰瘍及び十二指腸潰瘍 ■79 慢性肝炎(アルコール性のものを除く) ■82 胆石症及び胆のう炎 ■85 皮膚及び皮下組織の感染症 ■88 炎症性多発性関節炎 ■91 骨関節炎 ■94 その他の骨格疾患 ■97 その他の筋骨格系及び結合組織の疾患 ■100 膀胱結石症 ■106 流産 ■109 その他の妊娠、分娩及び産後 ■112 心臓の先天奇形 ■115 骨折 ■118 中風 ■121 その他の特殊目的用コード ■124 予防接種 ■127 特定の処置(術)の補綴を伴うための保健サービスの利用者	■02 結核 ■05 ウイルス肝炎 ■08 感染症及び寄生虫症の続発、後遺症 ■11 結腸の悪性新生物 ■14 気管、気管支及び肺の悪性新生物 ■17 悪性リンパ腫 ■20 良性新生物及びその他の新生物 ■23 甲状腺障害 ■26 血管性及び詳細不明の認知症 ■29 気分(感情)障害(うつ病を含む) ■32 その他の精神及び行動の障害 ■35 てんかん ■38 その他の神経系の疾患 ■41 屈折及び調節の障害 ■44 その他の外耳疾患 ■47 メニエール病 ■50 高血圧性疾患 ■53 くも膜下出血 ■56 脳動脈硬化(症) ■59 痔核 ■62 急性鼻咽頭炎(かぜ) ■65 肺炎 ■68 慢性副鼻腔炎 ■71 喘息 ■74 筋肉炎及び関節炎 ■77 胃炎及び十二指腸炎 ■80 肝硬変(アルコール性のものを除く) ■83 皮膚病 ■86 皮膚炎及び湿疹 ■89 関節症 ■92 頭痛症候群 ■95 胃の障害 ■98 糸球体疾患及び腎臓管間質性疾患 ■101 その他の腎臓系の疾患 ■104 月経障害及び閉経期前症候群 ■107 妊娠高血圧症候群 ■110 妊婦及び胎児死産に関連する障害 ■113 その他の先天奇形、変形及び染色体異常 ■116 頭蓋内損傷及び内臓の損傷 ■119 その他の損傷及びその他の原因の影響 ■122 痲痺及び死亡の原因 ■125 正常妊婦及び産後多くの管理並びに家族計画 ■128 その他の理由による保健サービスの利用者	■03 主として性的伝播様式をとる感染症 ■06 その他のウイルス疾患 ■09 その他の感染症及び寄生虫症 ■12 腫瘍S状結腸移行部及び直腸の悪性新生物 ■15 乳房の悪性新生物 ■18 白血病 ■21 貧血 ■24 糖尿病 ■27 精神作用物質使用による精神及び行動の障害 ■30 神経症性障害、ストレス関連障害及び身体表現性障害 ■33 パーキンソン病 ■36 慢性疼痛及びその他の麻痺性症候群 ■39 結膜炎 ■42 その他の眼及び付属器の疾患 ■45 中耳炎 ■48 その他の内耳疾患 ■51 虚血性心疾患 ■54 脳内出血 ■57 その他の脳血管疾患 ■60 低血圧(症) ■63 急性咽頭炎及び急性扁桃炎 ■66 急性気管支炎及び急性細気管支炎 ■69 急性又は慢性と明示されない気管支炎 ■72 その他の血液及び造血器の疾患並びに免疫機構の障害 ■75 その他の骨及び骨の支持組織の障害 ■78 アルコール性肝疾患 ■81 その他の肝疾患 ■84 その他の消化器系の疾患 ■87 その他の皮膚及び皮下組織の疾患 ■90 骨粗鬆症(骨密度を含む) ■93 腰痛症及び坐骨神経痛 ■96 骨の密度及び構造の障害 ■99 腎不全 ■102 前立腺肥大(症) ■105 乳房及びその他の女性生殖器の疾患 ■108 肩関節炎 ■111 その他の関節炎に発生した病態 ■114 症状、徴候及び異常臨床所見・異常、検査所見で他に分類されないもの ■117 熱傷及び凍傷 ■120 重症急性呼吸器症候群(SARS) ■123 検査及び診察のための保健サービスの利用者 ■126 術の補綴 ■129 その他(上記以外のもの)								

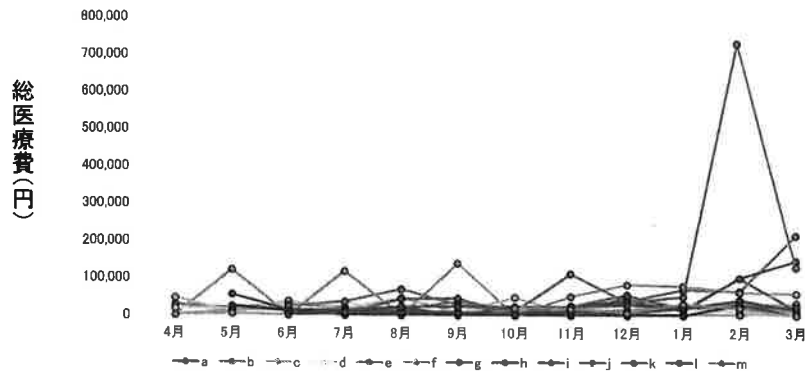
事業報告「平成29年度高齢者健康づくり事業の取組について」  
京都大学医学部公衆衛生学教室 准教授 里村一成 氏



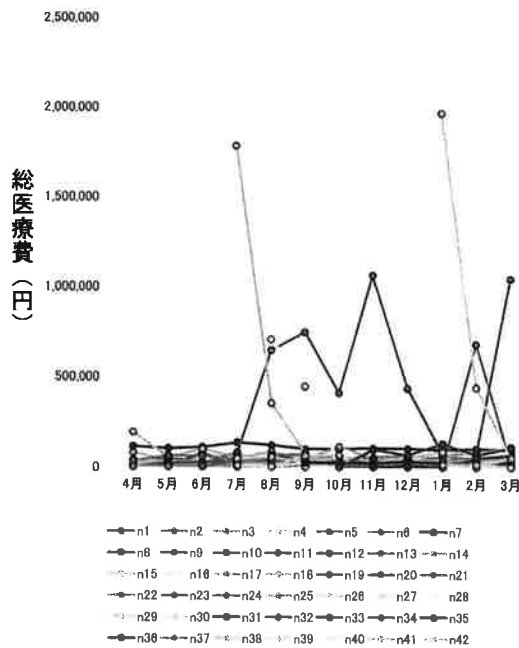
## 甲良町 慢性腎不全・虚血性心疾患重症化 予防事業の効果分析

- ・75歳で後期高齢になったときに健診項目を増やして動脈硬化等の重症化を予防する保健事業
- ・介入群27名のうち介入後の医療費がわかる12月介入群について見た。(他は3月介入)
- ・分析対象は13名であった。

事業報告「平成29年度高齢者健康づくり事業の取組について」  
京都大学医学部公衆衛生学教室 准教授 里村一成 氏



医療費の変化を見ると2例(症例a、j)のみ急激な医療費上昇があったが、この2症例は医療費増加時に脳血管疾患の病名が追加されており脳血管障害の治療のためと考えられる。その他の症例では12月の介入以降も医療費の変化は少なく、介入のための医療費の増加はあまりなかったと考えられる。200,000円を超える医療費は入院等の治療が必要であったことが考えられるため、これらを除いて介入前の11月までの医療費と介入後12月以降の医療費を比較すると介入群 11月まで 18,622円±27,739 12月以降 25,860円±24,070 と有意ではないが増加傾向



非介入群の医療費は左記のグラフのようになる。非常に高価な症例は脳血管等の治療が発生したものである。

どちらも高額な医療費の疾患の発生率は介入群15.3%、非介入群15.0%と大きな差はなかった。

200,000円以上の医療費を除くと

非介入群

11月まで 27,442円±30,842

12月以降 25,187円±28,622

と有意ではないが減少傾向であった。

## 結論として

- 介入群の11月までの医療費が少ないことを考えると、介入群では健診でそれまで見逃されていた疾患あるいは不十分な治療が見直されたためではないかと推測される。
- 保健事業の結果が出るまでもう少し期間が必要

## 竜王町 個別訪問歯科指導事業の効果分析

- 介入群は58名 非介入群は25名
- 介入群：介入前 感染性肺炎 0.68回／人月  
誤嚥性肺炎 0.09回／人月  
  
介入後 感染性肺炎 0.55回／人月  
誤嚥性肺炎 0.07回／人月
- 非介入群 感染性肺炎 0.44回／人月  
誤嚥性肺炎 0.03回／人月

## 結論として

---

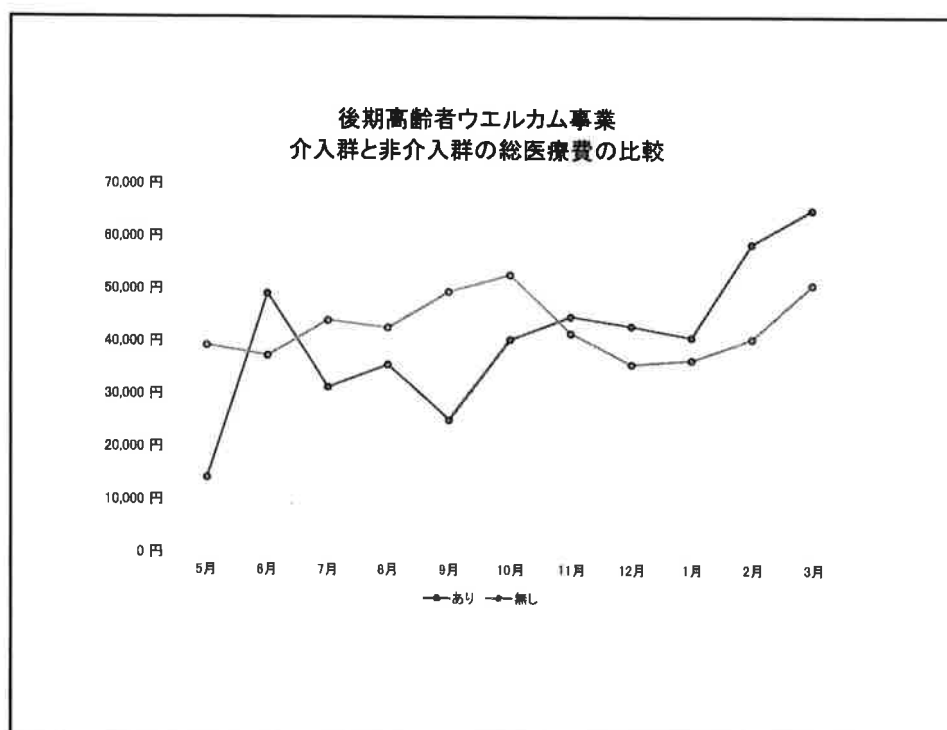
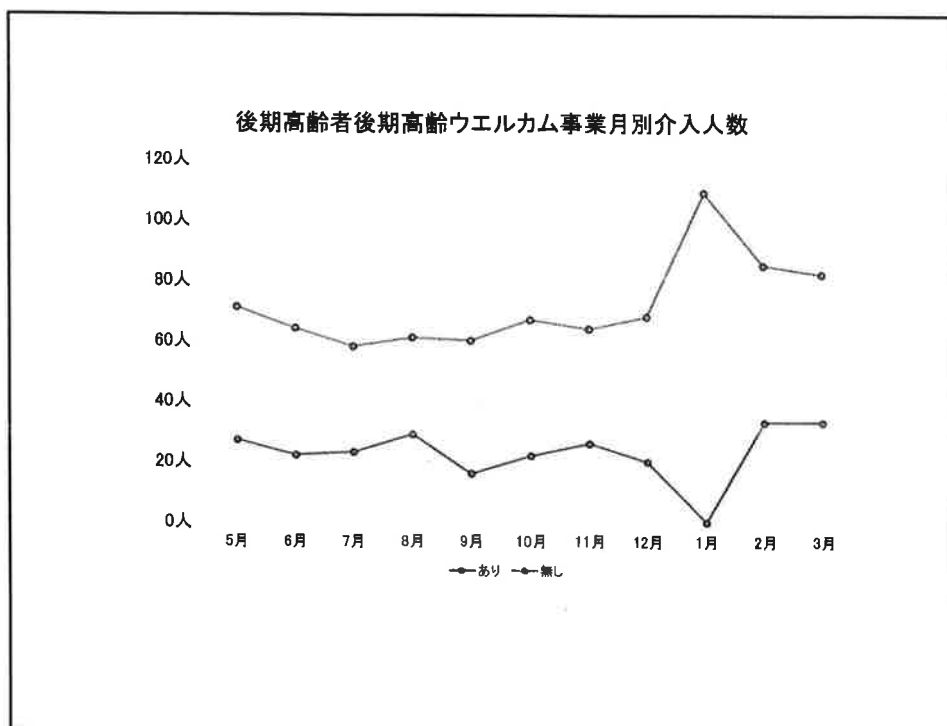
- 介入により肺炎が減る可能性は示唆された。
- 介入群と非介入群の差が明確でないので、比較は介入前後だけでよいのかもしれない。
- 医療費は非介入群の方が高かったことから非介入群は介入できないような要件があるのかもしれない。

## 東近江市 後期高齢者ウエルカム事業の効果分析

---

- 医療費で判断する事業かは不明（ジェネリック医薬品の使用は増える？）
- 事業自体が後期高齢の保険になったときに行われるので、事業前の医療費が不明
- 参加しなかった人の背景が不明

事業報告「平成29年度高齢者健康づくり事業の取組について」  
 京都大学医学部公衆衛生学教室 准教授 里村一成 氏





## 結論として

- 非介入群の医療費1人月あたり43,017 円±14,908 介入群介入後の医療費は45,708円±189,436であった。これを見る限り高額な医療費の疾患は同じように含まれていると考えられる。
- 介入した方が医療費の増加は防げる？
- 経過を見なければ結論は出せないが・・・

## 保健事業の医療費による評価

- その事業が医療費に直結するか
- 医療費に影響が出るまでどのくらいかかるか
- 保健事業に関連した疾病の医療費で見るか全体の医療費で見るか

# 後期高齢者保健事業への支援について

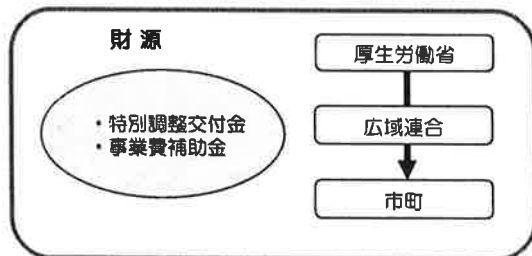
滋賀県後期高齢者医療広域連合

## I. 後期高齢者医療制度特別調整交付金 (特別調整交付金)

平成29年度

- ・後期高齢者ウエルカム事業（東近江市）
- ・慢性腎不全・虚血性心疾患重症化予防事業（甲良町）
- ・地域展開型健康のび体操教室事業（守山市）
- ・高齢者健康生きがいづくり  
ボランティア活動支援事業（野洲市）
- ・高齢者健康体操事業（野洲市）
- ・服薬情報通知事業（東近江市）

制度概要：交付額 上限200万円（原則）  
期間 3年間（原則）  
補助率 10/10  
(正規職員の人件費、備品購入費は対象外)



## II. 後期高齢者医療制度事業費補助金 (事業費補助金)

平成29年度

- ・個別訪問歯科指導事業（竜王町）
- ・地域リハビリテーション事業（甲賀市）

制度概要：交付額 被保険者数により上限有 ※  
期間 期限なし（国の意向により変更有）  
補助率 10/10（人件費等、国の基準有）  
(正規職員の人件費、備品購入費は対象外)

### ※ 事業費補助金交付額の上限

被保険者数	交付額の上限
10,000人未満	4,000,000円
10,000人以上50,000人未満	6,000,000円
50,000人以上100,000人未満	8,000,000円
100,000人以上	12,000,000円

### I-1. 特別調整交付金基準（抜粋）

都道府県後期高齢者医療広域連合（以下「広域連合」という。）が事業計画を策定し、長年社会に貢献されてきた被保険者の健康づくりに積極的に取り組む以下の事業の実施に必要な費用を対象とする。

なお、広域連合が、委託又は費用助成を行うことによって市町村等が実施する場合も対象とする。

#### ①健康教育・健康相談等（東近江市、甲良町、守山市、野洲市）

被保険者の心身の健康保持・増進を目的として、地域の特性や課題等を踏まえ、保健指導、健康教育、健康相談等の保健事業を実施する。

- 転倒・骨折予防や筋力向上等を目的とする運動教室
- 認知症予防や口腔機能向上など高齢者の健康課題に関する教室や相談会
- リーフレット等による健康に関する情報の提供

#### ②保健事業に係る市町村等との連絡・調整

地域の状況に応じ被保険者にふさわしい保健事業を行うため、市町村等関係者との連絡・調整等を行う。

#### ③その他、被保険者の健康増進のために必要と認められる事業（野洲市）

上記以外であって事業の趣旨に沿った取組についても対象とする。

## Ⅱ-1.事業費補助金基準（抜粋）

高齢者の低栄養防止・重症化予防等の推進（竜王町、甲賀市）

### （1）事業概要

被保険者の健康を守り自立を促進し、低栄養、筋量低下等による心身機能の低下の予防・生活習慣病等の重症化 予防等を行うため、被保険者に対して専門職（管理栄養士、歯科衛生士、薬剤師、保健師等）による立ち寄り型の相談や訪問相談・指導、訪問歯科健診を実施する。

対象となる事業は、以下のとおりとする。

（ア）栄養・口腔・服薬に関する相談・指導（口腔については、訪問健診も含む）

（イ）生活習慣病等の重症化予防事業

（ウ）心身機能を包括的にチェックし、適切なサービスにつなげる事業

（エ）上記（ア）から（ウ）までを複合的に実施する事業

（オ）上記（ア）から（エ）までの事業の実施に係る研修

### （2）事業詳細

#### ①補助対象となる事業の要件について

次の各項目に示す要件を全て満たすこと。

- ・対象者の抽出基準が明確であること。
- ・かかりつけ医と連携した取組であること。  
（かかりつけ医や医師会との連携をいい、連携とは、情報提供、助言、実施協力等の関わりを含む。）
- ・保健指導を実施する場合には、専門職が取組に携わること。
- ・事業の評価を実施すること。
- ・地域の実情に応じて各都道府県の糖尿病対策推進会議等との連携を図ること。  
（糖尿病性腎症重症化予防事業を行う場合のみの要件で連携とは、情報提供、助言、実施協力等の関わりを含む。）

## 補助金の利活用でよくいただくご質問

◇後期高齢者の事業を介護予防部門で実施する場合はどうすればいいですか？

補助金の切り分けを行い、事業に参加する75歳以上の対象者（被保険者）にかかる費用のみ広域連合の補助金を使用し、共通経費等は人数割合等で按分します。また、会計上、国や県等の補助金や交付金が混入しないように切り分けていただきます。

74歳までの対象者 55%	75歳以上の対象者（被 保険者）45%
補助金対象経費	

◇1つの市町で複数事業を実施することは可能ですか？

1つの市町で複数の事業を実施することも可能です。事業ごとに担当部門が異なるときは別々に交付申請書の提出をいただきます。

◇継続的な事業実施を行う場合、補助金の利活用はどのような流れになりますか？

最初の3年以内は、国への報告等が少ない特別調整交付金を活用し、基礎固めを行っていただきます。その後、4年目以降は期限のない事業費補助金を活用し、事業実施を行っていただく形をお勧めしています。

1年目	2年目	3年目	4年目以降
特別調整交付金	特別調整交付金	特別調整交付金	事業費補助金

## 補助金の利活用でよくいただく質問

◇補助金申請から交付までのスケジュールはどのような感じですか？

補助金の申請から交付までは以下のとおりのスケジュールです。特別調整交付金であっても、事業費補助金であってスケジュール、計画書、申請書は同じものを提出いただきます。

4月	6月	9月	10月	翌4月	5月
事業計画書の提出	交付申請書の提出	国からの内示	交付決定	実績報告 補助金金額確定	補助金交付

◇事業評価や効果分析の報告は必要ですか？

事業の内容や利活用する補助金の種類にもよりますが、事業の評価と効果分析結果を求めることがあります。国への調査回答等、広域連合で出来る範囲は広域連合で処理しますが、事業の評価や効果分析についてデータ等をお持ちの場合は提出をお願いします。

◇補助金の金額が少額でも利活用できますか？

事業規模や金額の大小に関わらず、補助金を利活用していただけます。ぜひ一度ご相談ください。

## 滋賀県後期高齢者医療広域連合 保険者努力制度交付金（平成30年度から）

◇以下の条件を満たす事業について交付金を広域連合から交付

- ・広域連合の補助金の交付を受けていること
- ・国の保険者インセンティブ（後期高齢者医療制度）の加算対象の事業であること
- ・事業内容によっては交付金の対象にならないことがあります。事前にお問い合わせください。

◇使用用途は保健事業

- ・交付された交付金の使用用途は保健事業に充てていただきます。
- ・補助金で対象経費にならなかった人件費や備品購入費等に利用してください。

◇交付時期は事業実施の翌年度

- ・交付金の交付時期は事業実施の翌年度を予定しています。
- ・交付対象になる事業については事前にご連絡します。予算編成の準備等をお願いします。

◇交付金の金額

- ・交付金の金額は平成30年度は1点につき約100万円の予定です。
- ・平成31年度は国の予算（保険者インセンティブ）が50億円から100億円に増えることから、1点当たりの金額が増加する見込みです。

滋賀県後期高齢者医療広域連合 後期高齢者保健事業基礎力向上研修会



平成29年度の研修風景

◇平成30年度も研修会を開催予定です！

- ・ 8月以降の時期に高齢者の特性に着目した保健事業の研修会を開催予定です。
- ・ 「こんな先生、講師の方に来ていただきたい」「こんなことを勉強したい」「この時期にして欲しい」など、  
研修会の内容等についてリクエストございましたら、アンケート用紙にご記入ください。

保健事業のご相談など何かございましたら  
お気軽に広域連合までお問い合わせください。

ご清聴ありがとうございました。



長浜城と満開の桜（4月上旬頃）

## 「保健事業に係る補助金と広域連合からのデータ提供」(広域連合)

### 広域連合からのデータ提供

滋賀県後期高齢者医療広域連合  
総務企画課 森田健二

### 目的

- ・市町での保健事業等への活用
- 市町課題の発見
- 委託事業のデータ作成
- データヘルス計画の評価
- 医療費の増減傾向の把握
- まちづくり協議会等への情報提供

### 広域連合が管理しているデータ

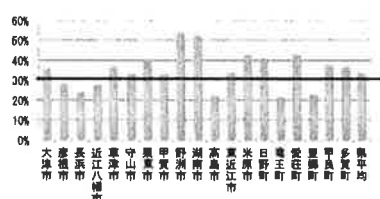
- ・被保険者情報  
住所、性別、生年月日、資格状況、...
- ・健診情報  
受診日、問診票、検査結果、...
- ・レセプト情報  
受診医療機関、傷病名、検査項目、...
- ・国保データベース (KDB) の情報

### 広域連合から提供できるデータの特徴

- ・全市町の情報の取扱いが可能  
→他市町、圏域、県平均との比較
- ・複数の情報を組み合わせが可能  
→複合的な情報
- ・京都大学医学部との連携  
→学識者の意見
- ・直接的な費用発生は無し

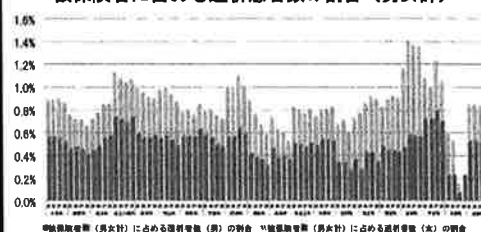
### 平成29年度のデータ提供事例

- ・他市町との比較データ  
健康診査受診率 19市町と県平均を比較

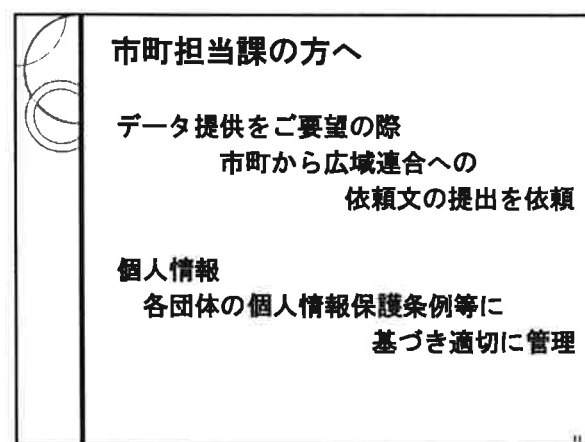
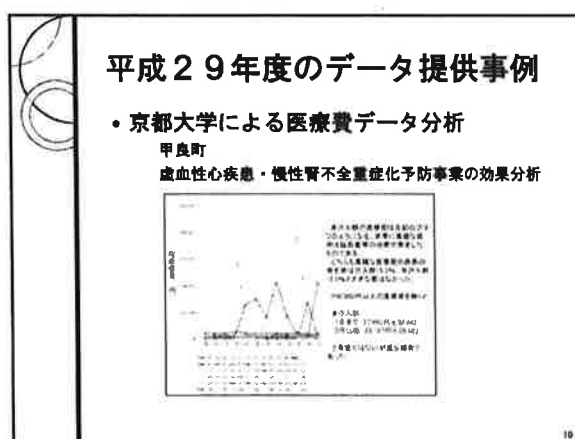
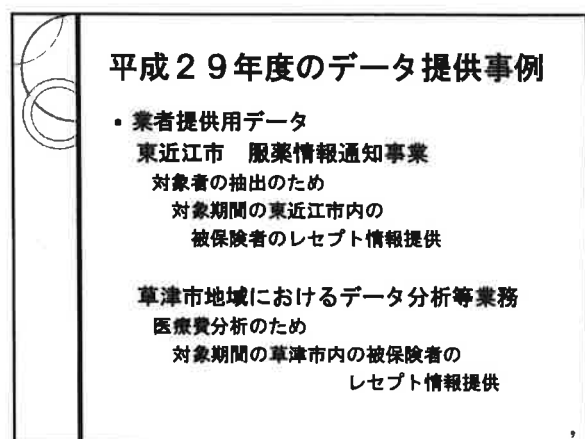
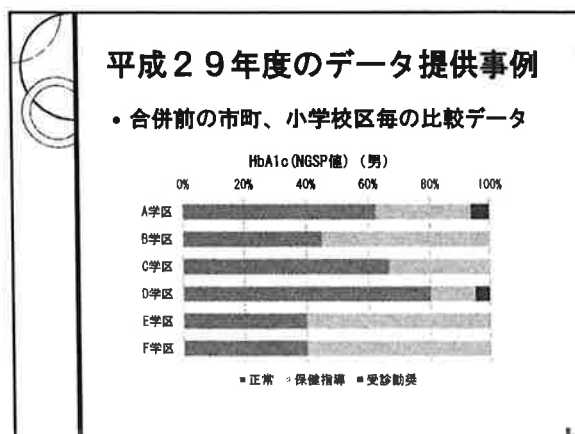
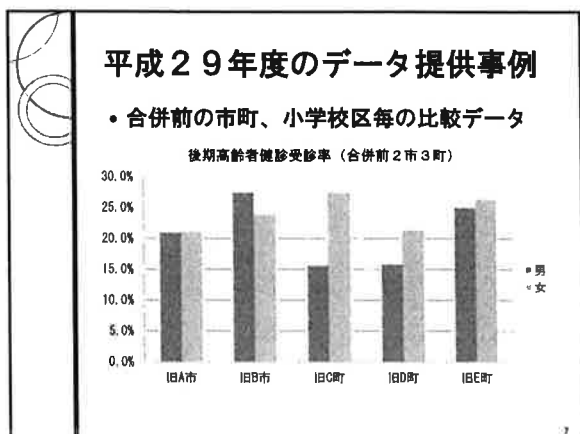


### 平成29年度のデータ提供事例

- ・他市町との比較データ  
被保険者に占める透析患者数の割合 (男女計)



「保健事業に係る補助金と広域連合からのデータ提供」(広域連合)



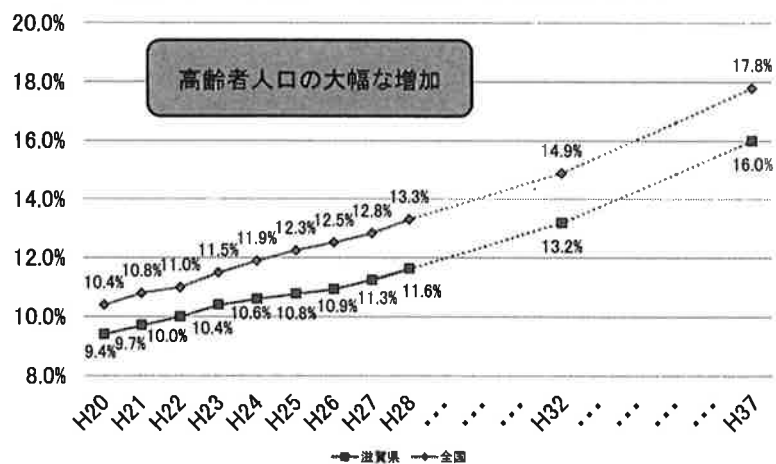
滋賀県後期高齢者医療広域連合保健事業実施計画(第2次)(広域連合)

滋賀県後期高齢者医療広域連合  
保健事業実施計画(第2次)について

1

計画策定の背景・目的

75歳以上人口の総人口に占める割合の推移(滋賀県・全国)

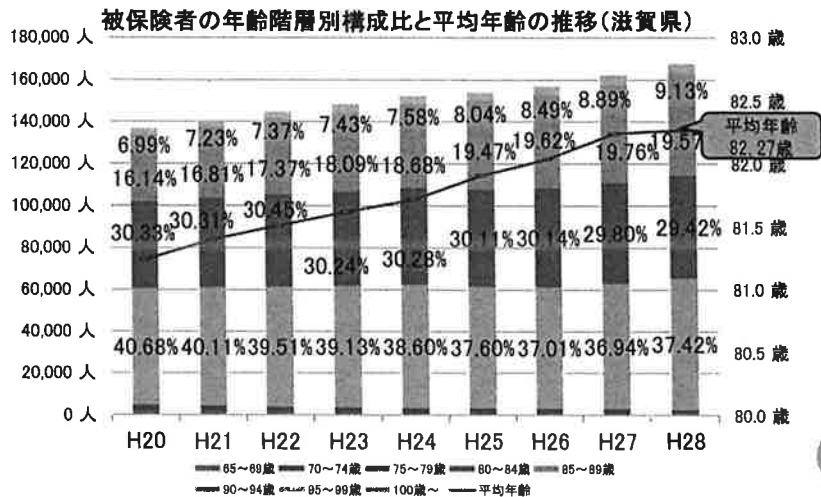


2



滋賀県後期高齢者医療広域連合保健事業実施計画(第2次)(広域連合)

計画策定の背景・目的



3

計画策定の背景・目的

- 今後、さらなる高齢者人口の大幅な増加
- 疾病構造の変化などの現在の状況



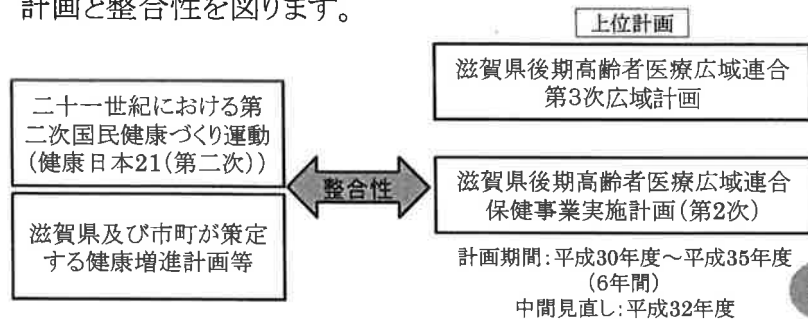
被保険者の特性を踏まえた効果的かつ効率的な保健事業の展開を目指すため、国の計画「健康日本21」等を示された基本方針を踏まえた 本計画を策定します。

4

## 滋賀県後期高齢者医療広域連合保健事業実施計画(第2次)(広域連合)

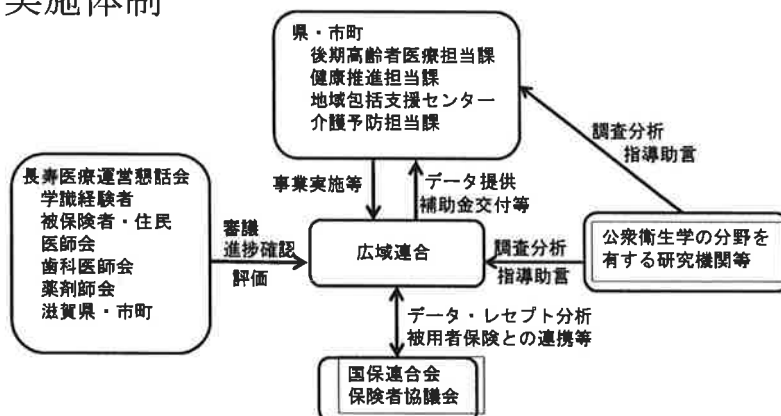
### 計画の位置づけ・計画期間

- 「滋賀県後期高齢者医療広域連合第3次広域計画」を上位計画とし、被保険者の健康の増進を図るための基本的事項を示し、推進に必要な方策を明らかにすると同時に、今回の目標項目に関連する法律及び各種計画と整合性を図ります。



5

### 実施体制



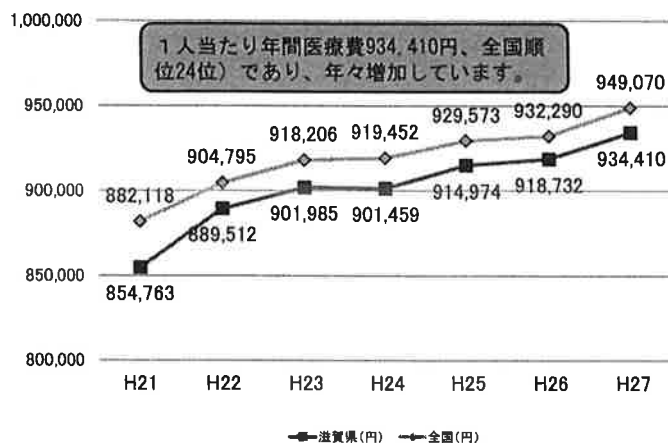
- 本計画を推進するに当たっては、市町、関係機関との連携が不可欠であり、計画の趣旨や内容の周知、連携の強化、協力体制づくりを進めていきます。

6

滋賀県後期高齢者医療広域連合保健事業実施計画(第2次)(広域連合)

現状と評価

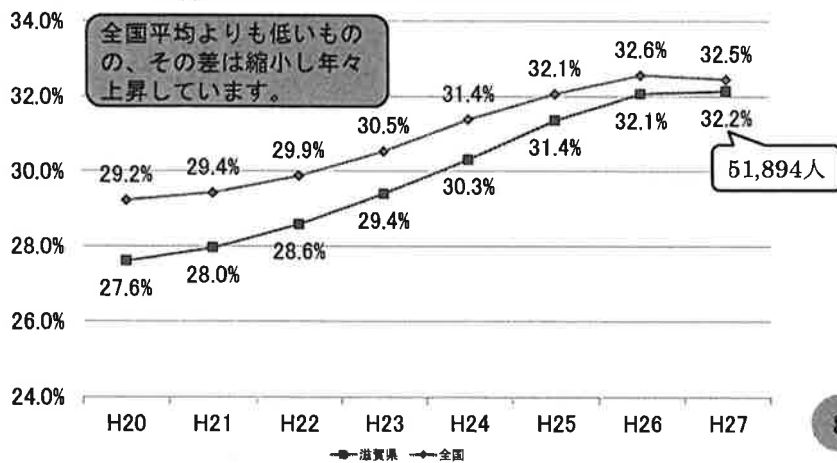
後期高齢者1人当たり医療費の推移(滋賀県・全国)



7

現状と評価

75歳以上の要介護認定率の推移(滋賀県・全国)

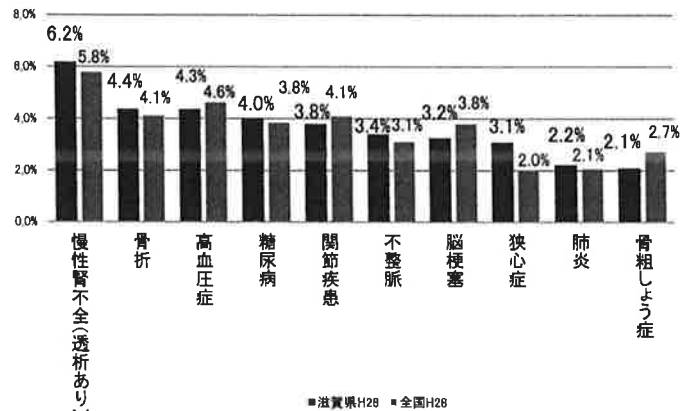


8

滋賀県後期高齢者医療広域連合保健事業実施計画(第2次)(広域連合)

後期高齢者等の疾病別医療費

疾病別医療費割合(入院+外来)(滋賀県・全国)  
※滋賀県 上位10疾病



9

健康・医療情報の分析および結果に基づく健康課題の把握

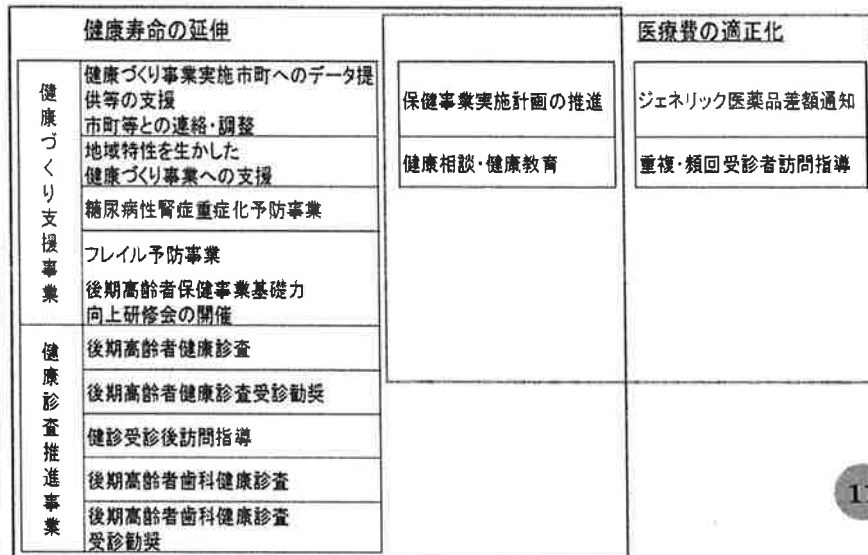
滋賀県の後期高齢者等の健康・医療等の現状			
	現状	課題	保健事業
死因 (75歳以上)	生活習慣病(心疾患・脳血管疾患・腎不全)、肺炎で死因の約4割(37.7%)を占めています。	生活習慣病、肺炎への対策	後期高齢者健康診査 後期高齢者歯科健康診査
疾病別医療費割合 (入院・外来) (上位10疾病)	慢性腎不全(透析有)、循環器系疾患(高血圧症、不整脈、脳梗塞、狭心症)、運動器疾患(骨折、関節疾患)、糖尿病、肺炎	慢性腎不全(透析有)、糖尿病、循環器系疾患等の生活習慣病や、運動器疾患、肺炎への対策	糖尿病性腎症重症化予防 フレイル予防 後期高齢者歯科健康診査
疾病別医療費 (外来) (上位10疾病)	慢性腎不全(透析有)、糖尿病、脂質異常症、循環器系疾患(高血圧症、不整脈、狭心症)、運動器疾患(関節疾患、骨折症)	慢性腎不全(透析有)、糖尿病、循環器系疾患等の生活習慣病や運動器疾患への対策	糖尿病性腎症重症化予防 フレイル予防 後期高齢者健康診査 後期高齢者歯科健康診査
透析患者数	透析患者数は1,365人でそのうち51.9%は、糖尿病に罹患している。県全体では、微減傾向であるが、一対策部市町では増加しています。	慢性腎不全(透析有)、糖尿病への対策	糖尿病性腎症重症化予防 フレイル予防 後期高齢者健康診査
要介護認定者の有病割合等	心臓病(65.1%)、脳・骨格系疾患(56.2%)、高血圧症(55.0%)	循環器系疾患、運動器疾患、高血圧症への対策	フレイル予防
健診受診率	受診率は33%前後で推移しています。受診率の地域差が大きくなっています。	受診率の向上	後期高齢者健康診査受診勧奨
治療なし者の健診結果(血圧)	受診勧奨判定値以上 血圧が32.7% (最高血圧140mmHg以上または最低血圧90mmHg)	循環器系疾患(高血圧症)への対策	健診受診後訪問指導
治療なし者の健診結果(LDLコレステロール)	受診勧奨判定値以上 LDLコレステロールが27.9% (140mg/dl以上)	循環器系疾患(高脂血症)への対策	健診受診後訪問指導
治療なし者の健診結果(HbA1c)	受診勧奨判定値以上 HbA1cが2.7% (6.5以上)	糖尿病への対策	健診受診後訪問指導
健康診査結果の状況	異常なし以外の者の割合が高い検査項目 血圧(最高血圧)、LDLコレステロール、HbA1c 喫煙習慣、飲酒習慣	血圧、脂質異常、糖尿病、心疾患や糖尿病等の生活習慣病の発症や重症化予防対策	後期高齢者健康診査 健診受診後訪問指導 糖尿病性腎症重症化予防

10

滋賀県後期高齢者医療広域連合保健事業実施計画(第2次)(広域連合)

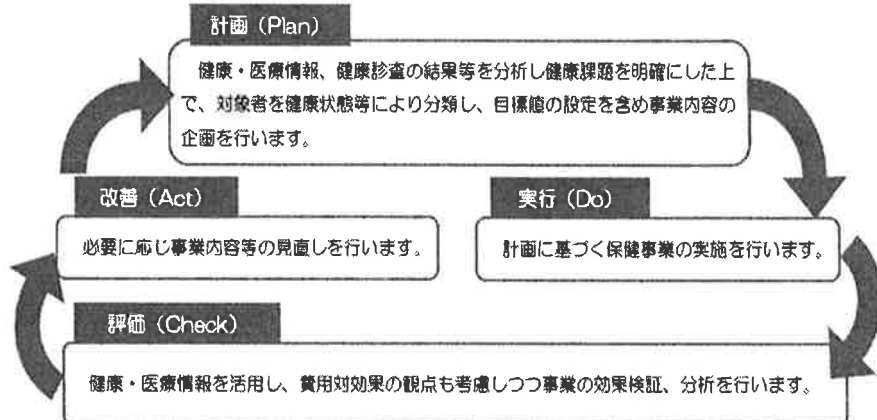
## 保健事業

保健事業体系図～健康寿命の延伸・医療費の適正化を目指して～



11

## 実施内容の見直し



- PDCAサイクルに沿って効果的かつ効率的に実施
- 評価指標に基づき毎年度評価、必要に応じて事業内容等の見直し
- 滋賀県長寿医療運営懇話会へ定期的な報告
- 市町との調整・連携

12

## 健康寿命の延伸

### (1) 健康づくり支援事業

- 健康づくり事業実施市町へのデータ提供等の支援
- 市町との連絡調整

今後も保健事業に活用してもらうため

市町のニーズに合わせたデータの分析と提供

データ提供・分析市町数 平成35年度目標数値 全市町

- 地域特性を生かした健康づくり事業への支援

市町が行う地域特性を生かした

保健事業に対して国の制度を

活用して補助金交付

平成35年度目標数値 全市町(累計)



13

## 健康寿命の延伸

### (1) 健康づくり支援事業

- 糖尿病性腎症重症化予防事業

- ・糖尿病性腎症重症化予防事業が国の事業費補助金でメニュー化
  - ・県も糖尿病性腎症重症化予防プログラムを作成し事業推進
  - ・国保の県単位化にともない県全体で取り組み
  - ・国、県と連携し、引き続き事業への取組を全19市町に働きかける
- 実施市町数 平成35年度目標数値 全市町(累計)



14

滋賀県後期高齢者医療広域連合保健事業実施計画(第2次)(広域連合)

## 健康寿命の延伸

### (1)健康づくり支援事業

#### ○フレイル予防事業

高齢者の特性を踏まえた事業(専門職による立ち寄り型の相談や訪問相談・指導、訪問歯科健診等)を実施します。

・低栄養、筋量低下等による心身機能の低下の予防

実施市町数 平成35年度目標数値 10市町(累計)

#### 【後期高齢者保健事業基礎力向上研修会の開催】

フレイルに着目した保健事業に関する知識の習得及び能力向上を図り、市町における保健関係部署の連携強化など保健事業の推進に必要な研修を行います。



15

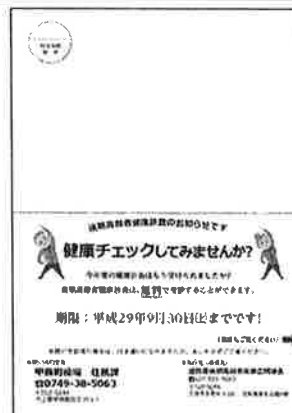
## 健康寿命の延伸

### (2)健康診査推進事業

#### ○後期高齢者健康診査

糖尿病等の生活習慣病やその他疾病を早期に発見するとともに、被保険者の健康の保持増進を図ることを目的として実施します。

健診受診率 平成35年度目標数値 55.7%



受診勧奨ハガキ

#### ○後期高齢者健康診査未受診の方への健診受診勧奨

さらなる健康診査の受診率向上を目指し、健診未受診者の状況、推移を踏まえ、市町と連携し受診勧奨通知を送付し、健康診査の受診が必要な方に対する支援を実施します。

勧奨対象者の健診受診率 平成35年度目標数値 25%

16

## 健康寿命の延伸

### (2) 健康診査推進事業

#### ○ 健診受診後訪問指導

健診受診者のうち、健診の結果、医療機関の受診が必要にもかかわらず医療機関を受診していない被保険者に対し、専門職員(保健師等)の個別訪問等による医療機関への受診勧奨を行い、被保険者の疾病の早期発見、早期治療及び疾病の重症化予防を図ります。

介入者の医療機関受診率 平成35年度目標数値70%



17

## 健康寿命の延伸

### (2) 健康診査推進事業

#### ○ 後期高齢者歯科健康診査

口腔機能の低下や誤嚥性肺炎等、高齢者に多く発生する疾病予防のきっかけ作りと歯の状態(う蝕、義歯の状況等)、口腔衛生状況等の確認、指導により口腔環境を改善し、被保険者の健康の保持増進、健康意識の向上を図ることを目的とします。

歯科健診受診率 平成35年度目標数値 25%

#### ○ 後期高齢者歯科健康診査受診勧奨

さらなる歯科健康診査の受診率向上を目指し、歯科健診未受診者の状況、推移を踏まえ、受診勧奨通知を送付し、歯科健康診査の受診が必要な者に対する支援を実施します。

※受診勧奨の実施内容を検討の上、目標値を設定します。

18



## 医療費の適正化



### (1) ジェネリック医薬品差額通知

患者負担の軽減・医療保険財政の改善を目的に、対象となる被保険者へ年2回(7月、12月)送付します。ジェネリック医薬品の利用促進・普及啓発事業として「ジェネリック医薬品お願いカード」を作成し、市町を通じて新たに被保険者となった高齢者に配布するとともに、ジェネリック差額通知に同封します。

平成35年度目標数値 80%  
※国の動向に応じて見直すこととします。

### (2) 重複・頻回受診者訪問指導

重複・頻回受診者の健康保持と疾病管理を促すため、個別訪問して指導・健康相談を行います。専門職(看護師等)が医療機関への重複・頻回受診を行っている被保険者に対して、適正受診を促す訪問指導を実施します。

平成35年度 全市町での実施  
※事業の評価方法を検討の上、目標値を設定します。

19

## 健康相談・健康教育

重複・頻回受診者訪問指導や健診受診後訪問指導の際に健康相談を実施していますが対象が限られているため、今後はできるだけ多くの後期高齢者に対して健康意識の向上に取り組んでいきます。

また、かかりつけ医を持つことの重要性を広報、啓発していきます。

20

守山市「健康のび体操による地域展開型フ  
レイル(虚弱)予防教室」

滋賀県後期高齢者医療広域連合  
高齢者健康づくり基盤整備推進事業

健康のび体操による地域展開型  
フレイル(虚弱)予防教室の取組

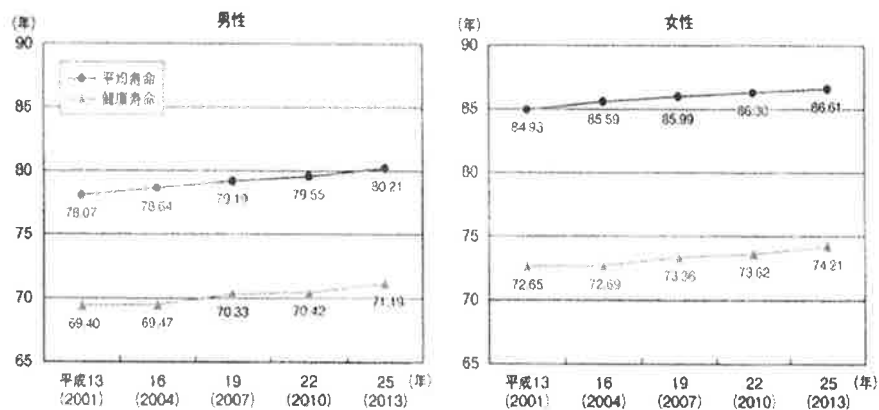


守山市地域包括支援センター  
○西村 悠、森口 久美子、小寺 克茂  
坂口 敦子、佐野 佑芽子

健康のび体操に取り組む背景①

日常生活に制限のない期間(健康寿命)は、  
平成25(2013)年時点で男性が71.19年、女性が74.21年で、平均寿命との差  
(男性 9.02歳、女性 12.4歳)を可能な限り短縮することが大切です。

図1-2-3-4 健康寿命と平均寿命の推移



資料：平均寿命：平成13・16・19・25年は、厚生労働省「簡易生命表」、平成22年は「完全生命表」  
健康寿命：平成13・16・19・22年は厚生労働省研究費補助金「健康寿命における将来予測と生活習慣病対策の費用対効果に関する研究」、  
平成25年は厚生労働省が「国民生活基礎調査」を基に算出

(出典：平成27年版高齢社会白書 内閣府)

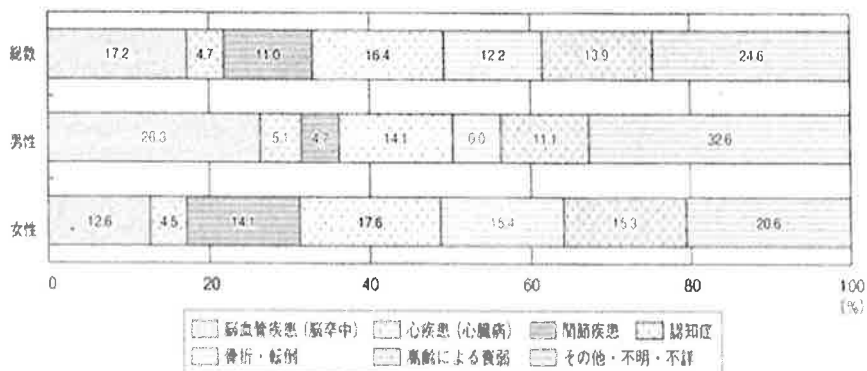
## 守山市「健康のび体操による地域展開型フ レイル(虚弱)予防教室」

### 健康のび体操に取り組む背景②

介護が必要になった主な原因は、

「脳血管疾患」が17.2%、「認知症」16.4%、「高齢による衰弱」13.9%、「骨折・転倒」12.2%なかでも、特に女性の介護が必要となった原因の29.5%は、関節疾患14.1%と骨折転倒15.4%になっています。

図1-2-3-12 65歳以上の要介護者等の性別にみた介護が必要となった主な原因



資料：厚生労働省「国民生活基礎調査」(平成25年)

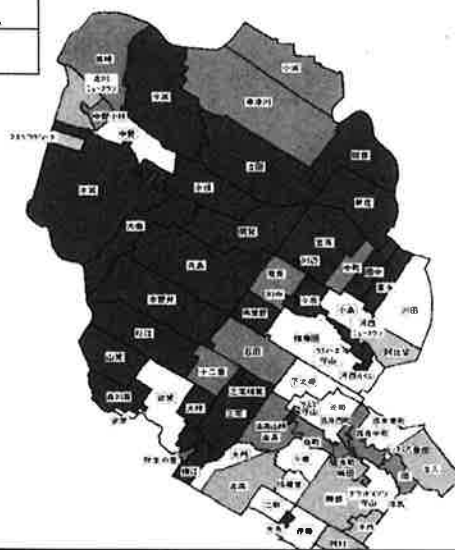
(出典：平成27年版高齢社会白書 内閣府)

### 守山市の高齢化率(平成30年2月1日現在)

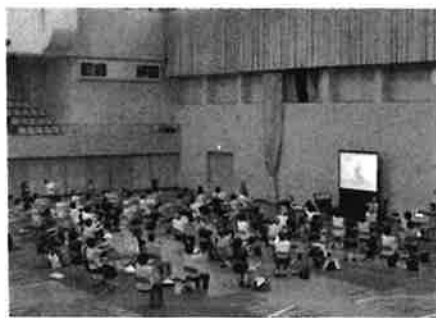
総人口	82,721人
65歳以上	17,545人
高齢化率	21.21%

#### <自治会別高齢化率>

凡例	自治会数
7%未満	1
7%以上	9
14%以上	16
21%以上	16
31%以上	28



## 守山百歳体操の取組



開始時期:平成21年度

立ち上げグループ数:53グループ(平成30年2月現在)

年に一度、グループ間の交流会を実施。



## 守山百歳体操の課題

- ① 筋力運動はしんどい
- ② 守山百歳体操以外の体操もやりたい
- ③ 自宅でも気軽にセルフトレーニングしたい
- ④ 足は上がるけど、ふらっと転倒しそうになる
- ⑤ 自宅から歩いて行ける場所での実施がない
- ⑥ もう少し強度のある体操がしたい
- ⑦ 座ったままの体操なので、動きがない




## 守山百歳体操を補完する取組みの必要性


- ・自治会館の活用
- ・高齢者の関節可動域の拡大と姿勢の改善
- ・フレイル(虚弱)予防

### 健康のび体操とは

**佐伯武士氏**  
京都橘大学



健康のび体操

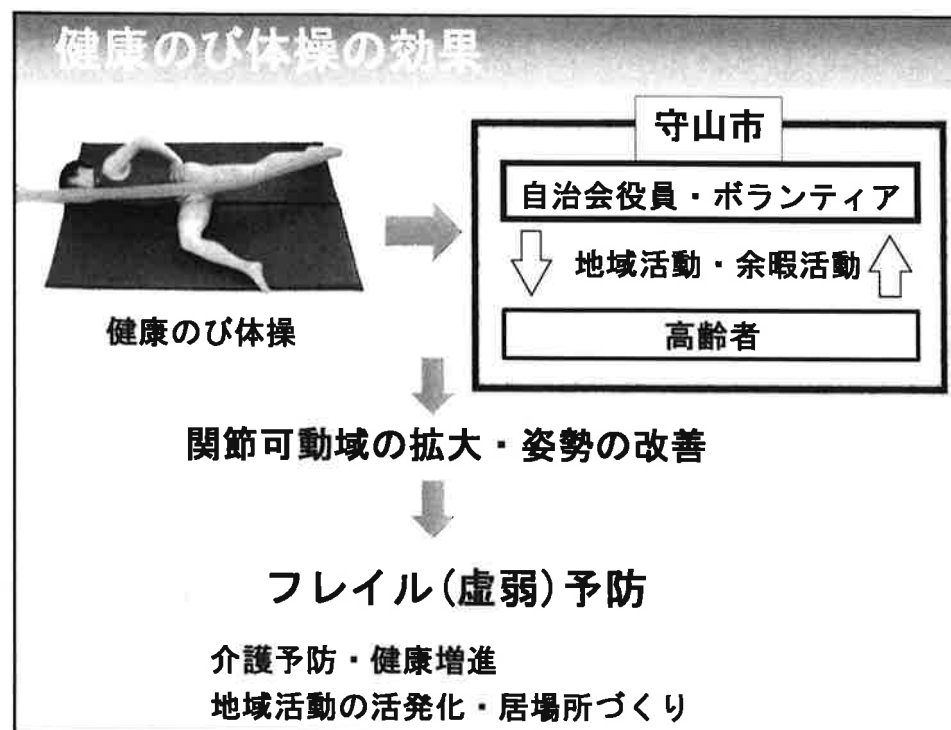



のびバンド  
(布製のバンド)

守山百歳体操にのび体操を  
加えると……

～転倒の原因をさらに改善～

- 1 身体柔軟性の改善  
特に股関節の可動性の向上  
⇒歩幅の増大
- 2 不良姿勢の改善  
円背等の不良姿勢を改善  
⇒体位バランス能力の向上



## 健康のび体操の取組の概要

### ①徒歩圏内で行ける場での実施:自治会での指導

平成28年度より、モデル事業として自治会での指導を実施。週2回自主グループ活動を継続的に支援。

### ②地域への展開に向けた指導者育成

平成29年度より、今後地域での指導者を育成するための指導者講習を実施。

### ③前期高齢者・後期高齢者も一緒に実施

後期高齢者の積極的な参加を促す。

## 平成28年度の実施状況①

### A 自治会

後期高齢者参加率:22.2%

	人数	平均 年齢	最高 年齢
男性	4	73.3	90
女性	14	72.2	89
計	18	72.4	90



### B 自治会

後期高齢者参加率:23.0%

	人数	平均 年齢	最高 年齢
男性	12	73.8	93
女性	14	69.0	78
計	26	71.2	93



## 平成28年度の実施状況②

モデル事業実施にあたり、高齢化率の高く介護予防の取り組みを自主的にされている自治会と、新旧入り混じる住宅地で介護予防の取り組みを始めたいニーズがあった自治会を選定し、実施。

8/9～10/4 週2回活動

週2回指導実施

(指導回数 計15回)

初回・最終日は体力測定実施

参加者(93歳)



指導終了後は、各グループで

リーダーを中心に現在も週2回活動継続中

## 平成29年度の実施状況①



( C自治会 )



( D自治会 )



( E自治会 )

守山市「健康のび体操による地域展開型フ  
レイル(虚弱)予防教室」

平成29年度の実施状況②

	男性	女性	人数	平均 年齢	最高 年齢	後期高齢者 参加率
C自治会	2	18	20	74.6	92	55.0%
D自治会	1	14	15	74.3	84	46.7%
E自治会	2	10	12	67.6	79	25.0%
計	5	42	47	72.1		44.7%

平成29年度の実施状況③

各自治会長会等で説明後、自治会から希望のあった3自治会に  
対してモデル地区として実施。

- 7/28説明会・体力測定①
- 8/1～8/25 週2回活動  
週2回のうち、指導日と自主  
活動日1回ずつ(指導回数 計4回)
- 9/29 体力測定②

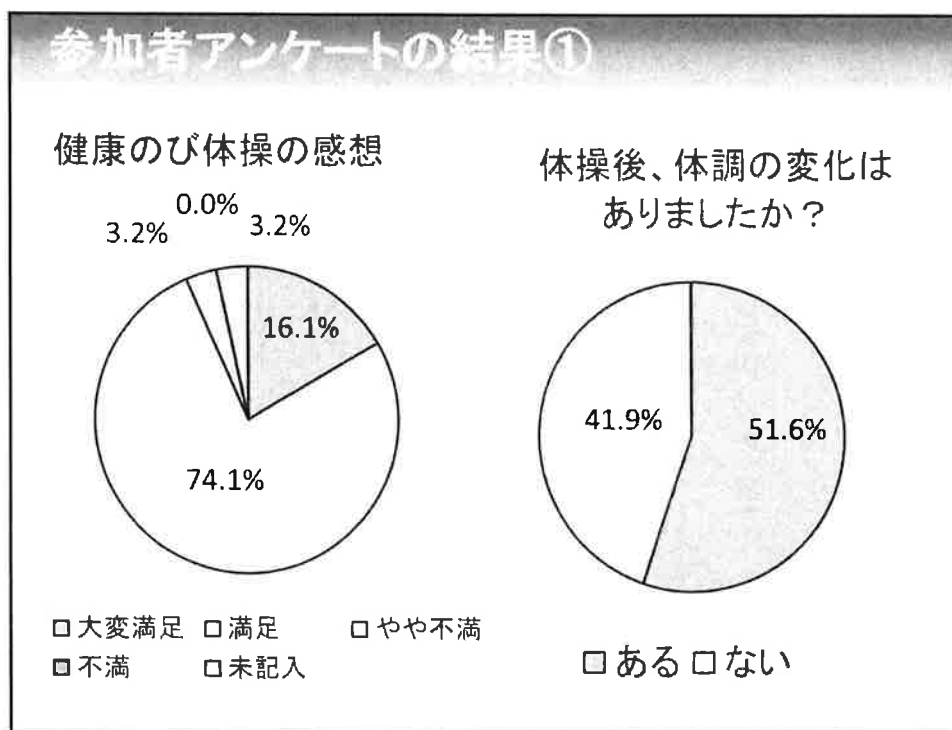
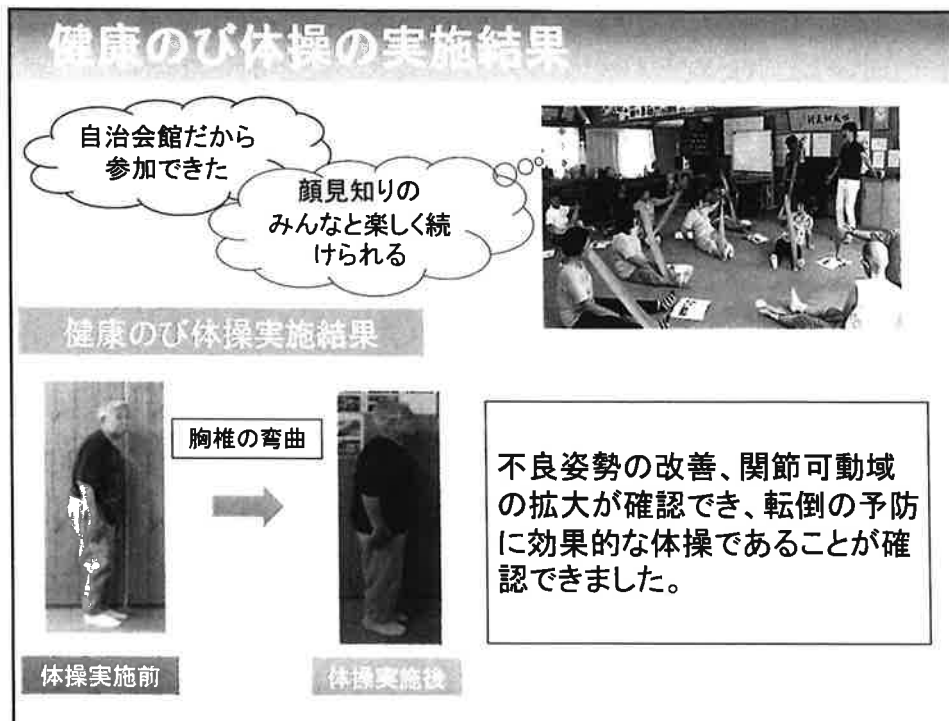


指導終了後は、各グループでリーダーを中心に週1～2回活動  
継続中

- ※包括が隔週で継続フォロー中



守山市「健康のび体操による地域展開型フ  
レイル(虚弱)予防教室」



## 参加者アンケートの結果②

### ＜良かった点＞

- ・背筋が伸びるようになった。
- ・体が軽くなった。
- ・姿勢に気をつけるようになった。
- ・自転車を漕ぎ出す時の不安定さがなくなった。
- ・これからも頑張って続けていきたい。



### ＜悪かった点＞

- ・予想以上に負荷が大きい体操だった。
- ・寝た時の姿勢が少しわかりにくい。
- ・体が正しく伸びているのか不安。
- ・のびバンドが高く、続けるには金額が負担である。

## 指導者講習会について①

### 1. 対象者

- ① 湖南圏域の病院および市内の介護サービス事業所、診療所に所属する者
- ② 市内に在住する者
- ③ ①または②に該当し、次のいずれかの免許・資格を有する者(作業療法士、理学療法士、柔道整復師、あん摩マッサージ指圧師、看護師、保健師等)

### 2. 受講者 28名

### 3. 実施回数 年2回

## 指導者講習会について②

内容	
第1回目 (H29.7)	体操の効果と実際
H29.8	自治会指導の見学
第2回目 (H29.12)	体操の習得、指導ポイントの伝達

平成30年度から、徐々に自治会でのグループ支援を実施予定



## 指導者講習受講者アンケート結果

今後の指導者の役割について理解できましたか？		
よくわかった 14名	あまりわからなかった 0名	わからなかった 0名
のび体操の方法や効果について理解できましたか？		
よくわかった 13名	あまりわからなかった 1名	わからなかった 0名

### <受講者の感想より(一部抜粋)>

- ・認知症や関節の痛みがある人への指導方法を知りたい。
- ・体操の参加者の悩みも一緒に聞き、適切な指導ができるようになりたい。
- ・まだまだ指導できる状態ではなく、見学が精いっぱい。
- ・地域で実際されている様子を伝えてほしい。

## 考察

### ＜自治会での指導＞

- ・健康のび体操実施による効果を実感している参加者が多く、継続意識につながった。
- ・身近な場所での集団実施により、自主的な介護予防の意欲向上につながった。

### ＜指導者講習会＞

- ・受講者の健康のび体操に関する関心は高い。
- ・実際の指導を開始するにあたっては不安があり、地域での指導の実際や高齢者の個別性に対応できる内容を講習会に取り入れていく必要がある。

## 課題

### ①自主グループ活動の立ち上げ支援

- ➡新規グループの募集から活動定着までのフォロー体制の検討

### ②継続グループのモチベーションを維持する支援

- ➡定期的に指導者による指導体制の検討

### ③指導者の地域での指導体制の確立

- ➡実践につながる指導者講習会の内容検討

### ④のびバンドの費用

- ➡自己負担金費用助成の検討

まとめ

健康のび体操

後期高齢者でも身近な地域で取り組むことが  
できる効果的な介護予防事業の1つとして  
位置づけることができた

今後

守山百歳体操を基軸としながら  
健康のび体操を実施

↓  
柔らかな関節可動域で、後期高齢者  
がもっと元気な守山市へ

ご清聴ありがとうございました



守山市PRキャラクター  
「もーりー」

東近江市高齢者健康づくり事業

# 「後期高齢者ウエルカム事業」 「後期高齢服薬情報通知事業」



滋賀県健康づくりキャラクター しがのハグ&クミ

平成30年3月9日(金)

東近江市保険年金課

## 後期高齢者ウエルカム事業 「いきいきシニア75」

### 事業背景

- 制度開始以降、広域連合と連携し保健事業の推進や制度の信頼確保に努める
- 依然として医療給付費も年々伸び、今後も医療費の増加が懸念



被保険者に対し、効果的かつ効率的な保健事業の実施を図る必要がある



後期高齢者医療制度に新たに該当される方(75歳年齢到達者)を集め

平成27年度から

「後期高齢者ウエルカム事業」の実施

東近江市「後期高齢ウエルカム事業・後期  
高齢服薬情報通知事業」

事業内容

- ◆ 後期高齢者健康診査の必要性について
- ◆ 医療機関の適正受診について（保健師・看護師による健康教育）
- ◆ 歯科衛生士などによる口腔指導
- ◆ 管理栄養士による高齢者の栄養指導
- ◆ 健康運動指導士による高齢者の運動と体力測定
- ◆ 終活（豊かに老いる）について
- ◆ 後期高齢者医療制度について  
（加入する医療保険制度が変わる際の不安解消）



いきいきシニア75 プログラム

項 目	内 容
受付開始	受付、被保険者証の交付
測 定	身長、体重、血圧、握力測定
開 会	主旨説明
制度説明 適正受診	○制度の概要、給付、保険料および今後の手続き等 ○重複受診を控えるなどの受診マナーについて ○お薬手帳の紹介
口腔ケア	○口腔衛生についての指導 ○お口の体操
高齢者健診 介護予防	○認知症を入口に、生活習慣病予防について説明 ○健診を受診しなければならない人を受診につなげる （自分の身体を知る）
休 憩	（測定が終わっていない方の測定） （高額療養費支給申請書の記入） （口座振替申請書の記入）
栄養指導	○意識して取り入れたい食品（ジュース試飲） ○「食生活現状把握シート」の記入 ○食べ方のポイント
運動指導	○活動時間、運動習慣アンケート ○測定 ◆片足立ち◆5メートル歩行 ◆ロープ作業◆下肢屈伸 ○運動開始
豊かに老いる（終活）	○「わたしの生き方」朗読 ○相談窓口の案内
「健康貯金」	○「健康貯金」プログラムについて
終 了	



### 健康貯金とは

「健康貯金」とは、どんなことをするの？

- ◆毎日出来る目標を2つ決める
- ◆毎日、「健康日誌」に記入
- ◆日々の達成できた項目をポイントに換算
- ◆溜まったポイントに応じて商品と交換(1ポイント2円)
- ◆期間は、誕生月の1日がスタートで最大で2年間
- ◆できる範囲で毎日チャレンジし、3カ月ごとに  
市役所に健康日誌を提出

### 健康日誌

見 本

6 毎日できる目標を2つ決めよう

① 20分以上歩く  
② 野菜をたくさん食べる

なまえ

日付	曜日	今日の体調	健康日誌	ポイント	自由目標	ひとことメモ
			体重・歩数・歩行時間・血圧・脈・血圧・寝	① ②	① ②	
1	水					
2	木					
3	金					
4	土					
5	日					
6	月					
7						
8						
9						
10						
11	土					
12	日					
13	月					
14	火					

ひとことメモ: うんこは毎日書いても書いても自由!

目標ができたらOできなかったらX

1つでもできたらOできなかったらXを記入

体重、血圧、歩数などどれが1つだけでも決り定して記入結果を記入しましょう



東近江市「後期高齢ウエルカム事業・後期  
高齢服薬情報通知事業」

健康日誌(実物)

2017年 **4月** 目標

1 テレビ体操をやる。  
2 10分以上歩く

参加者ID

なまえ

日付	曜日	今日の 体調	体重	健康日誌 歩数・歩行時間	血圧・心 拍動	血糖 値	自由記入 ① ②	ひとことメモ
1	土	○	65.2	775歩	/	/	○ ○ X	血圧正常(120/70)
2	日	○	65.2	2001歩	170/68	/	○ ○ ○	血圧正常(120/70)
3	月	○	65.5	2120歩	131/77	120/73	○ ○ ○	血圧正常
4	火	○	65.7	1762歩	137/75	120/77	○ X ○	血圧正常
5	水	○	65.6	1404歩	137/77	/	○ ○ ○	血圧正常(120/70)
6	木	○	66.2	8761歩	136/91	/	○ ○ ○	血圧正常(120/70)
7	金	○	65.6	2201歩	/	121/66	○ ○ ○	血圧正常
8	土	○	66.1	1834歩	125/84	115/79	X X X	血圧正常(120/70)
9	日	○	66.4	2777歩	129/86	128/80	X X X	血圧正常(120/70)
10	月	○	65.4	1637歩	122/88	/	X ○ X	血圧正常(120/70)
11	火	○	65.8	1969歩	/	121/78	△ ○ △	血圧正常(120/70)
12	水	○	65.9	4228歩	126/86	125/78	○ ○ ○	血圧正常(120/70)
13	木	○	65.3	1600歩	/	120/73	○ ○ ○	血圧正常(120/70)
14	金	○	65.6	612歩	127/85	121/81	X X X	血圧正常(120/70)

参加状況

平成29年3月～平成30年2月

	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	計 (前年)
対象者数	104	89	73	88	84	97	79	84	80	136	118	124	1,156
参加者数	32	30	24	34	25	32	29	23	23	46	39	49	386
参加率 (%)	30.8	33.7	32.8	38.6	29.8	33.0	36.7	27.4	28.8	33.8	33.1	39.5	33.4 (27.6)
健康貯金 参加者	14	18	15	27	20	26	17	19	17	24	21	31	249
参加率 (%)	43.4	60.0	62.5	79.4	80.0	81.3	58.6	82.6	73.9	52.2	53.8	63.3	64.5 (50.0)

**2年間を振り返る**

- ◆75歳に到達する前に制度の説明や手続きを行うことでより制度に対し理解を深めていただけた。
- ◆健康貯金には男性の参加が比較的多いため、保健事業としての効果が高いものと思われる。
- ◆今まであまり考えていなかった終活について意識されるようになった。
- ◆口腔指導や運動指導を受けたことにより「健康寿命」の延伸につながっている。

**これから**

- ◆事業の参加人数により、きめ細やかな対応の度合いが違うが、常に市民の立場に立った事業の進行
- ◆参加者の健康状態の分析
- ◆運動機能低下や口腔機能低下など、また、低栄養に伴う「フレイル」対策として事業展開
- ◆75歳を一つの節目として捉えていただき、健康に対する意識の高揚を目指す！

## 服薬情報通知の取組みについて



滋賀県健康づくりキャラクター  
「しがのハグ&クミ」

### 事業背景

### 服薬情報通知事業

- 東近江市での国民健康保険の医療費が平成20年度に比べ1.3倍
- 急激な医療費高騰に対応するための基金の保有額が底が付く。
- 医療費抑制の効果的な事業は他にないか？
  - ⇒多く医療機関に受診されている方に注目
  - ⇒平成28年10月国民健康保険服薬情報通知の発送

今後、被保険者が増加する後期高齢者医療に対しても、  
医療費抑制のための有効な事業

平成29年2月から  
「後期高齢者服薬情報通知」の実施

# 東近江市「後期高齢ウエルカム事業・後期 高齢服薬情報通知事業」

## 薬剤投与の状況

年齢階級別 薬剤投与種類数毎の患者数

東近江市の実働(国保+後期高齢者)  
平成28年 9月診療分  
被保険者数 40,859名 レセプト数(医科入院外・調剤) 52,998件

全薬品

2017/2/8

薬剤投与数	0~	5~9	10~14	15~19	20~24	25~29	30~34	35~39	40~44	45~49	50~54	55~59	60~64	65~69	70~74	75~79	80~84	85~89	90~94	95~99	100~	
被保険者数	584	978	726	854	735	821	896	1,244	1,403	1,399	1,274	1,549	3,451	6,434	4,955	4,768	4,053	2,955	1,378	391	54	
レセプト件数	627	415	255	300	301	395	387	604	719	831	844	1,552	3,454	8,475	8,188	8,258	8,197	5,464	3,277	539	69	
1剤投与	56	24	31	63	42	21	42	59	67	69	47	70	162	303	165	143	115	79	55	16	4	
2剤投与	36	33	34	41	35	49	29	49	47	49	56	87	264	563	361	284	176	90	44	17	2	
3剤投与	37	35	19	23	25	24	32	47	54	70	45	95	246	597	423	350	230	144	65	23	3	
4剤投与	45	39	23	17	23	22	30	50	57	97	88	235	526	452	362	255	160	86	24	7	0	
5剤投与	34	23	16	19	14	19	22	35	45	38	49	54	185	448	365	384	300	189	91	28	9	
6剤投与	20	12	12	10	14	8	24	26	38	44	75	44	151	378	334	382	314	237	89	36	0	
7剤投与	11	12	5	7	4	11	4	9	18	13	30	60	102	307	283	357	310	229	110	27	3	
8剤投与	19	2	2	9	5	6	5	12	12	17	12	16	25	76	219	239	303	268	221	98	24	2
9剤投与	9	6	4	1	3	3	6	4	8	16	14	28	51	160	217	258	276	197	94	21	2	
10剤投与	4	2	0	2	2	1	4	8	10	13	11	16	49	107	165	200	228	173	77	22	2	
11剤投与	4	2	0	0	0	4	2	5	5	6	5	9	21	81	112	170	200	129	58	4	2	
12剤投与	2	3	1	0	1	0	1	0	3	5	2	3	25	64	92	137	146	135	57	10	0	
13剤投与	1	1	1	0	0	3	0	1	3	4	8	9	17	39	74	94	118	74	32	9	0	
14剤投与	0	3	0	0	1	3	1	2	1	6	6	2	13	37	46	92	93	62	39	5	1	
15剤投与	1	0	0	0	0	0	0	0	0	4	7	12	29	37	57	71	56	34	15	0	0	
16剤投与	1	0	0	0	0	1	0	0	0	2	2	2	8	13	34	41	42	34	15	1	0	
17剤投与	0	0	0	0	0	0	1	2	1	2	0	2	3	19	18	30	35	26	10	0	0	
18剤投与	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	1	2	3	7	10	24	22	16	7	0	0	
19剤投与	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	0	4	5	10	8	16	13	16	3	2	0	
20剤投与	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	2	5	9	10	11	4	4	1	0	
21剤投与以上	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	3	1	0	4	6	12	16	22	16	2	0	
合計	254	209	173	165	160	195	213	318	379	390	401	594	1,440	3,913	3,462	3,723	3,254	2,598	1,059	270	37	

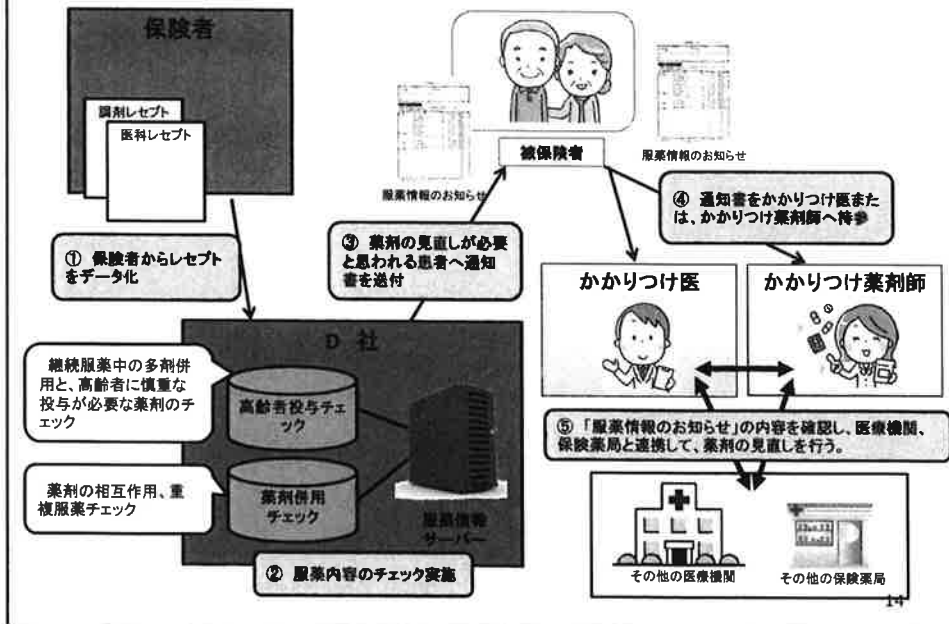
薬剤の判定方法

医科入院外、20投薬(診療報酬が21~23)、かつ薬価基準コードが6000000000~6999999999(高価収載薬剤を除く) 薬価基準コードが6000000000~6999999999(高価収載薬剤全てを対象) 複数医療機関から同一薬剤が複数処方された場合は1種類でカウントしています。

医療機関について  
調剤薬局はカウントしていません。

594→3, 723  
59歳⇒75歳

## 事業の流れ



東近江市「後期高齢ウエルカム事業・後期  
高齢服薬情報通知事業」

**事業経緯**

H28. 5月～ 東近江医師会、薬剤師会へ事業協力依頼

8月 通知書などへの意見徴集

9月 各定例会で最終調整

10月 説明会の開催

10月27日 国保加入者への通知書の発送(1,152名)

12月 実施アンケート調査

H29. 2月 6日 後期高齢加入者への通知書の発送(2,544名)

11月13日 後期高齢加入者への通知書の発送(2,591名)

**事業目的**

◆事業目的

複数の医療機関に受診されている場合、それぞれの医療機関等では、処方薬について適切な管理がされているが、服薬しているすべての薬を見た場合、同じ成分の薬や薬同士の飲み合わせが悪い等の問題が以前からある。

それらを防ぐためにかかりつけ医・かかりつけ薬剤師にすべての投与薬剤を知ってもらった上で、適切に処方してもらうことが必要。

◆抽出条件

- 対象者 ①東近江市内の後期高齢者医療加入者(75歳以上)  
②複数医療機関(2カ所以上)の受診歴有  
③6種類以上の薬を服薬 ※①②③の全て該当する方

対象月 平成28年8月(1回目)・平成29年6月診療分(2回目)

案内情報 診療報酬明細書(レセプト)医科の外来と調剤



東近江市「後期高齢ウエルカム事業・後期  
高齢服薬情報通知事業」

通知書(裏面下部)

NO	商品名	数量	経路	調剤日	剤形
1	ソラナックス0.4mg錠	1錠	28	6月5日	経服
	マイスリー錠10mg	1錠	28	6月5日	経服
	マリキナ配合顆粒	3g	4	6月5日	内服
	カリユニ点眼液0.005% 5mL	1瓶	1	6月5日	外用
	ミカムロ配合錠AP	1錠	28	6月5日	内服
	ムコダイン錠500mg	3錠	28	6月5日	内服
	ガスター錠10mg	2錠	14	6月5日	内服
	オメプラール錠10 10mg	1錠	28	6月5日	内服
	デブレン細粒10%「サワイ」	1g	14	6月5日	内服
	モーステープ20mg 7cm×10cm	14枚	1	6月5日	外用
	フェブリク錠10mg	1錠	28	6月5日	内服
	アレジオン錠20 20mg	1錠	28	6月5日	内服

処方されたお薬の名称・処方された日付などのお薬の情報を医療機関・薬局ごとに記載しています。  
NO欄の番号は、上部記載の受診した医療機関・薬局のNO欄の番号と対になっています。

同じ成分のお薬を「○」で記載しています。

実施アンケート

- ◆医薬分業は薬局での内服把握が重要であり、医師ですべて把握するのなら、医薬分業の必要がなくなるといいます。薬局にも集まる様にすべき。
- ◆患者本人の意識を向上と薬剤費の削減にはよい試みだと思うが、本来の目的である重複投与や飲み合わせによる副作用防止を防ぐためには、かかりつけ薬剤師の重要性をわかってもらうこと、薬を調剤してもらうたびに、お薬手帳を持参することがより重要。
- ◆患者様が何の通知書か理解できず、とまどっておられることが多い。
- ◆持って来られると確認するが、重複がないので診療時間を要するのみでメリットがない。
- ◆重複の投薬がはっきりするので続けていただければ幸い。どのような治療を他医療機関で受けておられるかははっきりします。現在もされていますが、医療機関へ持参してチェックを受けることが大切で必要であることの説明をもっと強力にほしい。
- ◆実際に、当院では、通知書を持参されることは少なくなく、お薬手帳を持って来られることが多いのでお薬手帳の活用を充実させる方が効果的。

これから

- ◆医療機関への通知書持参率の向上
- ◆事業効果の測定
  - ・重複薬剤の削減、飲み合わせが悪い薬剤の管理
- ◆かかりつけ医・かかりつけ薬剤師の推進
- ◆被保険者の服薬への意識変化が重要！

健康推進アズリ  
**BIWA-TEKU**  
平成30年1月10日  
**START  
しています！**





平成29年度 高齢者健康づくり事業推進フォーラム

2018.03.09

## 個別訪問歯科指導事業

### 事業背景にある課題と目的

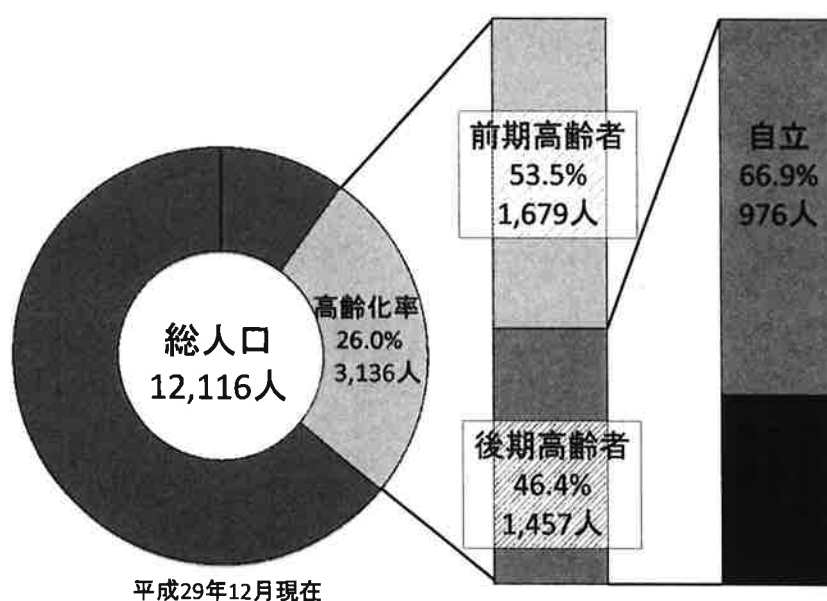
高齢になると自分で十分に口腔清掃ができず、むし歯、歯周病などに罹患しやすく口腔のトラブルも放置しがちである。口腔の不調を放置すると咀嚼力の低下から食欲低下、低栄養、筋力低下などを引き起こし要介護リスクの増大にもつながることがいわれている。

介護保険制度下においてもケアマネジャーが付いていながら要介護高齢者の口腔問題はなおざりにされている傾向があり、高齢者のQOL向上のためにも歯科介入が必要なケースが多く潜在化していると推測される。

竜王町では要介護度2～5の在宅高齢者に対し歯科衛生士が個別訪問し口腔衛生指導、口腔内のアセスメントを行い担当ケアマネジャーに情報提供を行っているのもその概要を報告する。

竜王町国保診療所(歯科) 小島宏司 平井由花

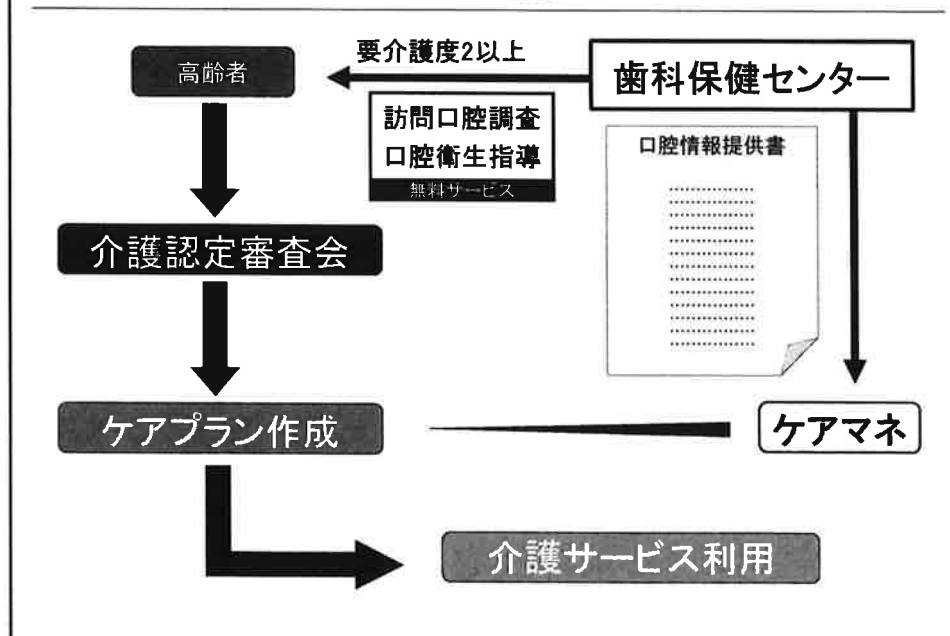
### 竜王町における後期高齢者の割合



## 歯科から見た介護保険制度の問題点

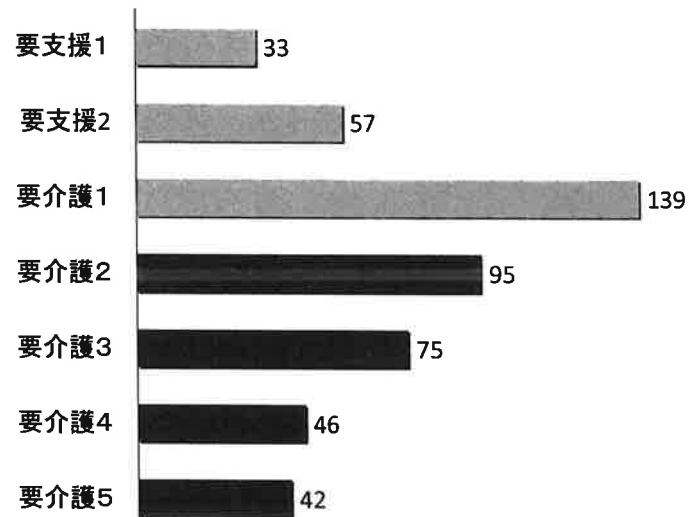
- 歯科医療関係者が関与していない
- ケアマネジャーも口腔内の知識に乏しい
- 問題点を抽出してもケアマネと歯科医院との連携不足
- その地域で訪問歯科診療体制の整備が不十分

## 竜王町における口腔情報提供システム



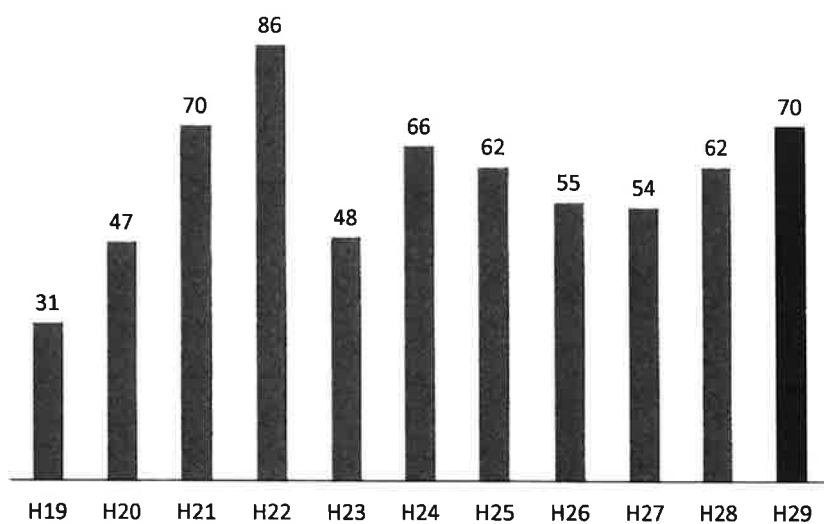
竜王町「個別訪問歯科指導事業」

介護認定を受けた後期高齢者(487人)の内訳



平成29年12月現在

訪問調査人数の推移



H30.2.13現在

## 竜王町「個別訪問歯科指導事業」

## 口腔情報提供書

歯科保健センター ➡ ケアマネジャー

[illegible]

## 歯科医療・口腔ケアの受給状況

## 口腔の状況

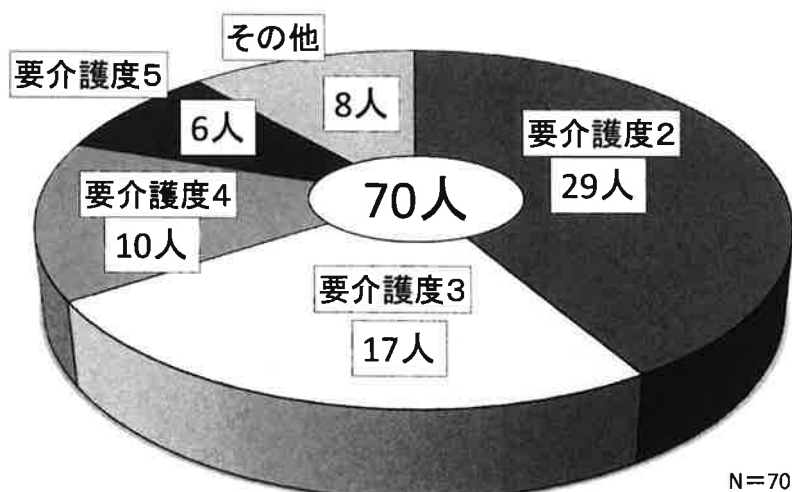
- ・口腔機能障害
- ・義歯の状況
- ・口腔の清掃状況
- ・口腔に影響を及ぼす薬剤の服用
- ・口腔内の問題点
- ・歯科観点からの留意事項

推奨する口腔ケアプラン  
歯科診療プラン

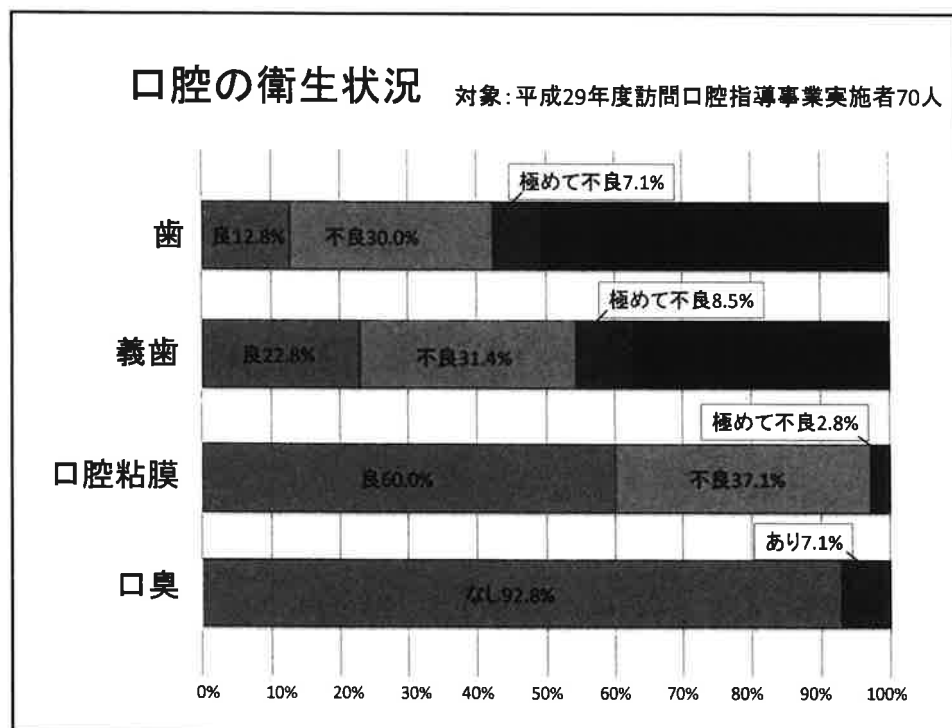
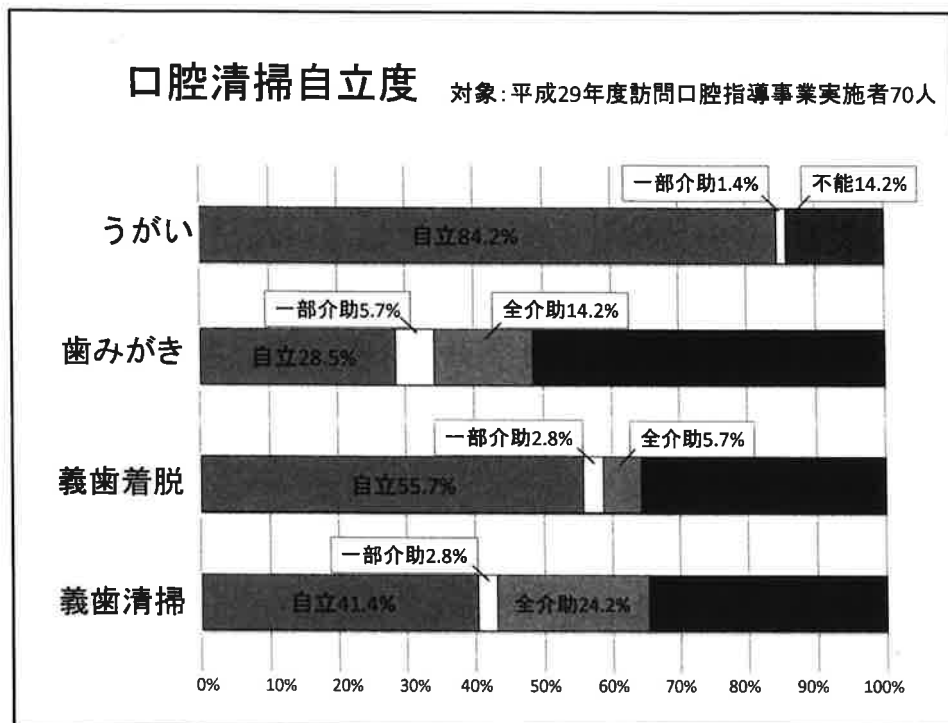
平成29年度

訪問口腔衛生指導を行った者の要介護度別の人数

平成30年2月13日現在



## 竜王町「個別訪問歯科指導事業」



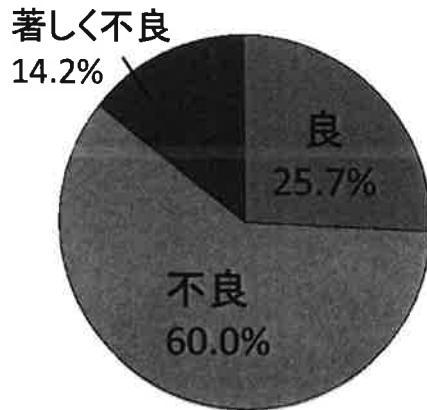
## 竜王町「個別訪問歯科指導事業」

### 口腔の衛生状況

対象：平成29年度訪問口腔指導事業実施者70人

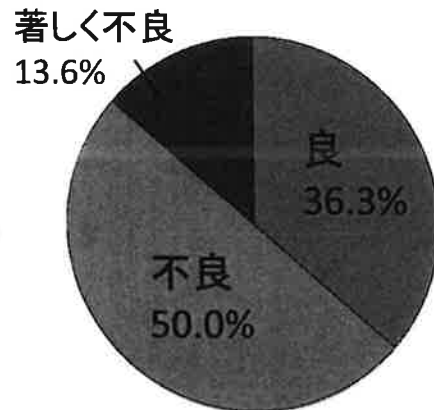
#### 歯の衛生状況

(歯がある人のみ)



#### 義歯の衛生状況

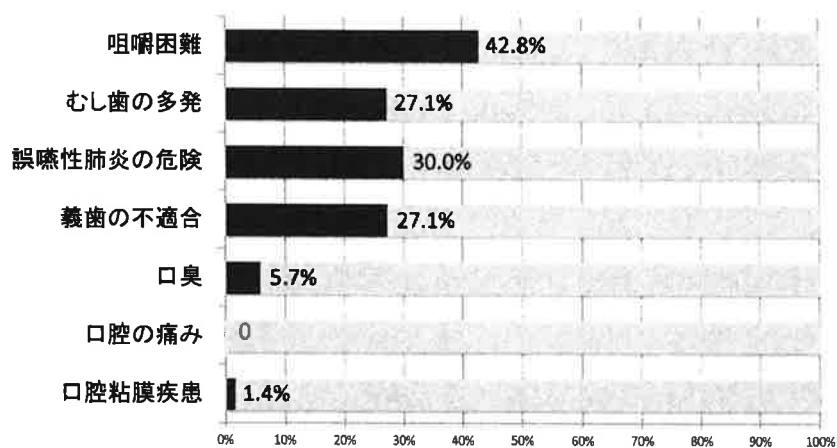
(義歯を使用している人のみ)



平成29年度

### 現在または将来、発生の可能性が高い口腔問題

N=70

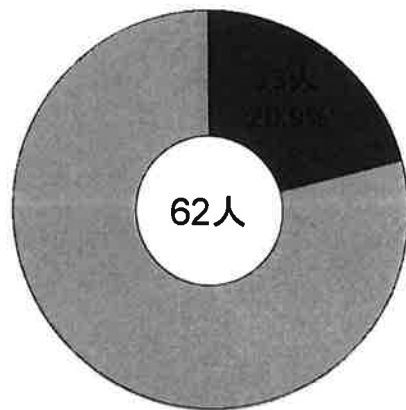


平成30年2月13日現在

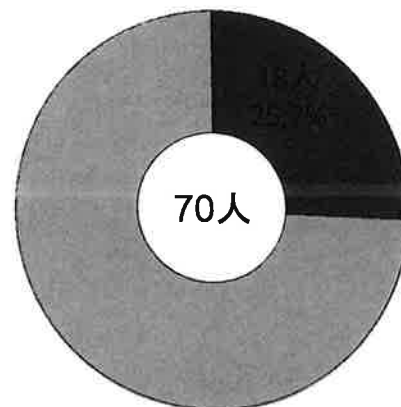
竜王町「個別訪問歯科指導事業」

「歯科医療」の受給につながった者

平成28年度 → 平成29年度



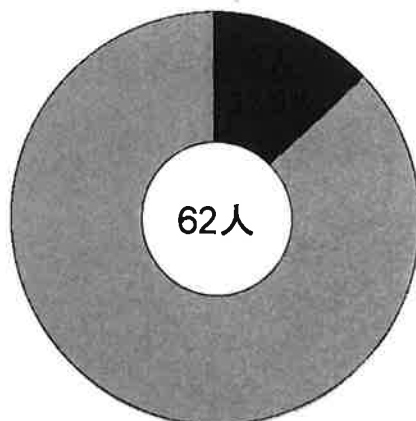
平成29年2月24日現在



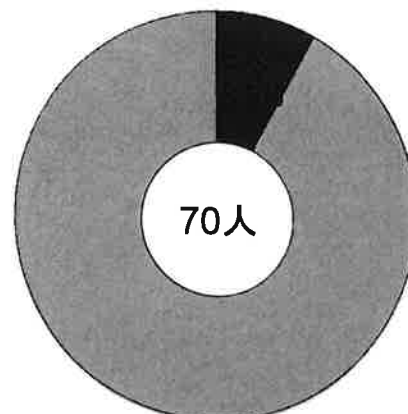
平成30年2月13日現在

「居宅療養管理指導」につながった者

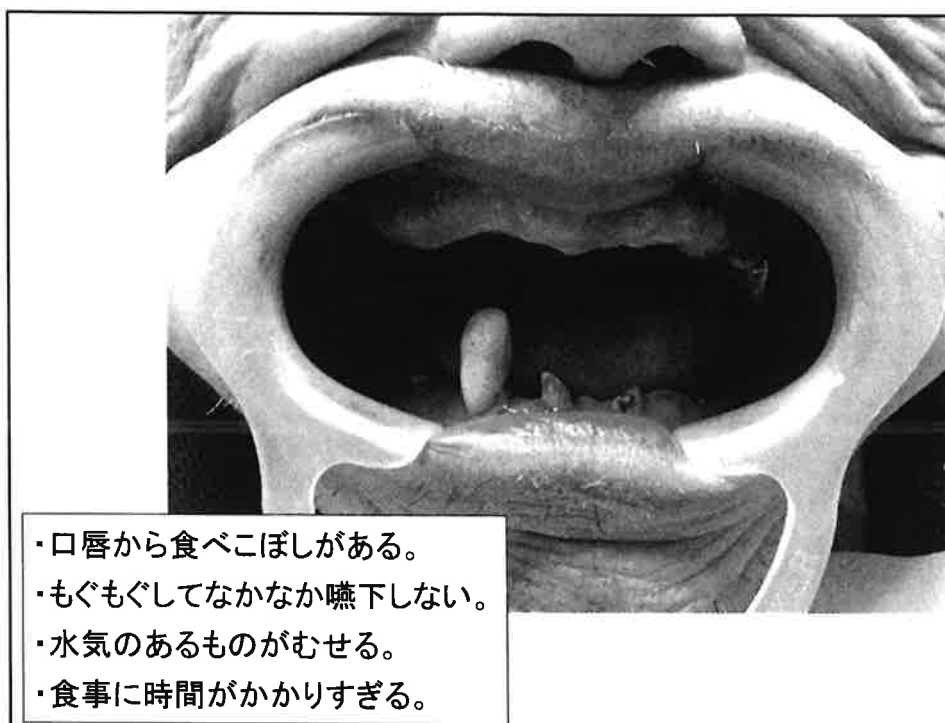
平成28年度 → 平成29年度



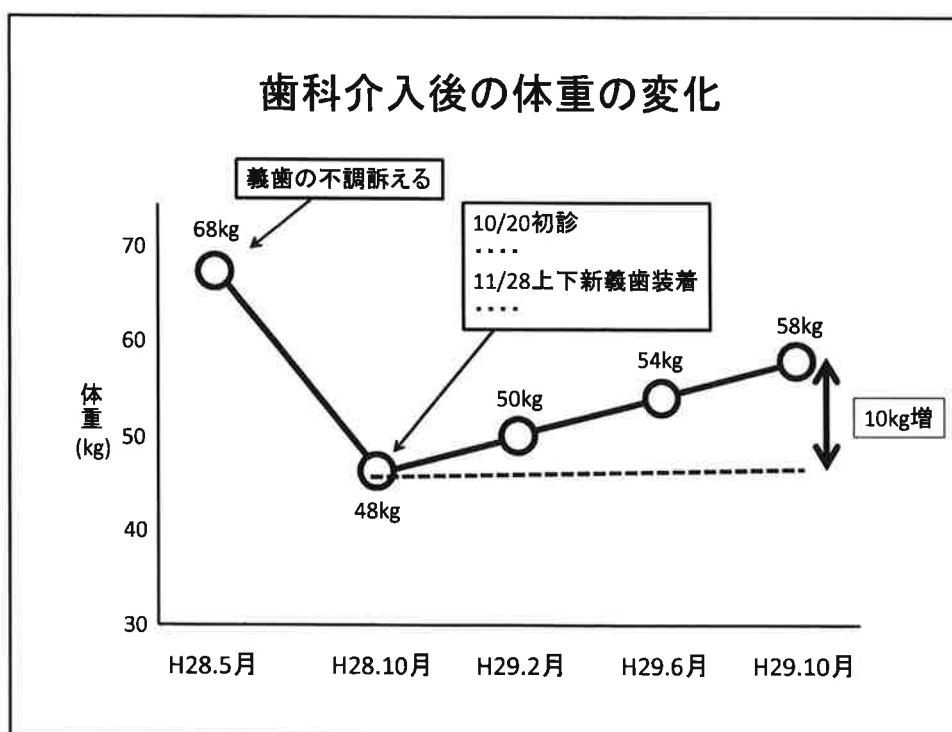
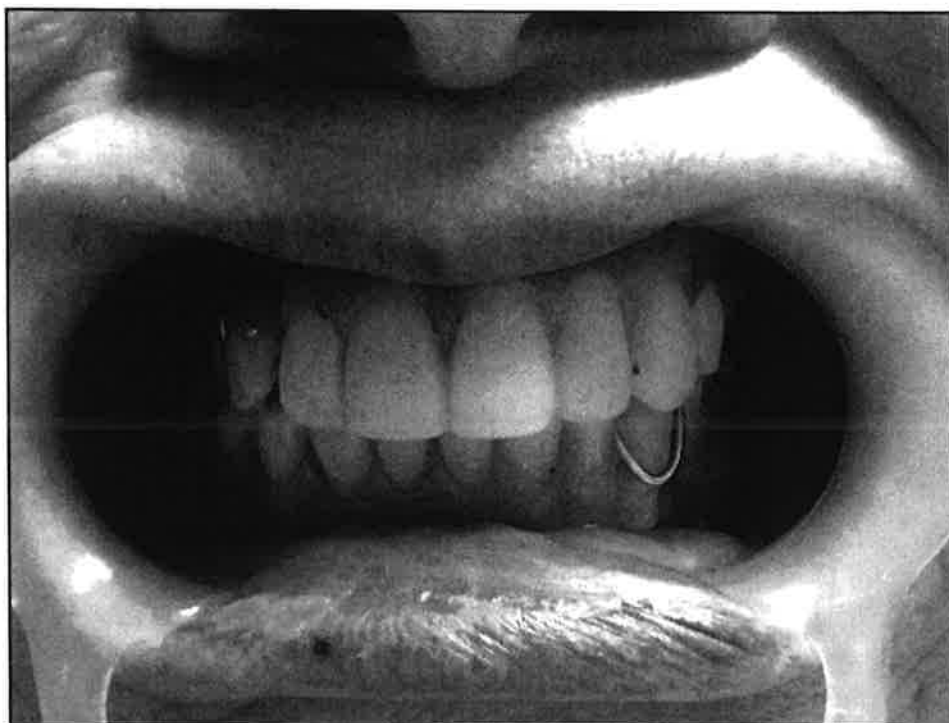
平成29年2月24日現在



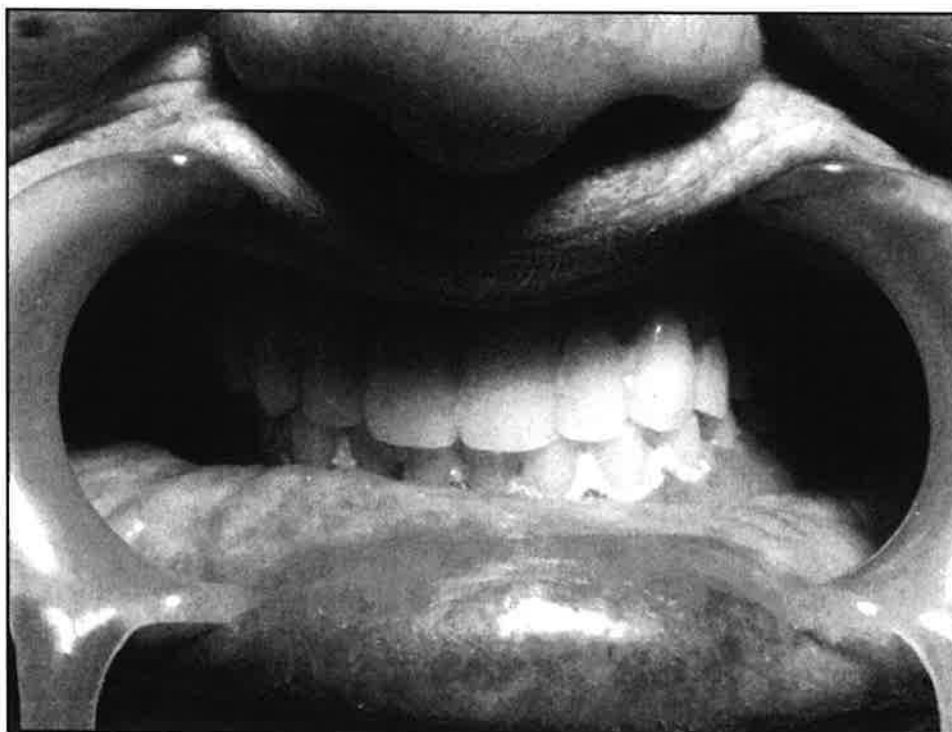
平成30年2月13日現在







竜王町「個別訪問歯科指導事業」



竜王町「個別訪問歯科指導事業」





根面カリエスで  
鉤歯が破折



・むせがひどく食事が十分に摂取できない。

妻:「もう一度おじいさんとパンを半分ずつ食べたい。」

H28.11.3

H30.2.1

33.6kg ➡ 40.2kg


要介護度5 ➡ 要介護度3

### まとめ

1. 相変わらず要介護高齢者の口腔衛生状況はかなり悪い。  
歯の衛生状況が不良な者は74.2%、義歯の衛生状況が不良な者は63.6%であった。
2. 要介護高齢者が抱えている口腔問題の中で一番多いのは咀嚼障害であり42.8%であった。
3. 摂食・嚥下障害のある高齢者に歯科が積極的に介入することにより食事介助が楽になったり、低栄養の改善、明らかにQOLが向上しているケースを多く経験できた。
4. 後期高齢者のフレイル予防を図るためには、口腔ケア(口腔管理)を含む歯科的介入が必要不可欠だと思われる。

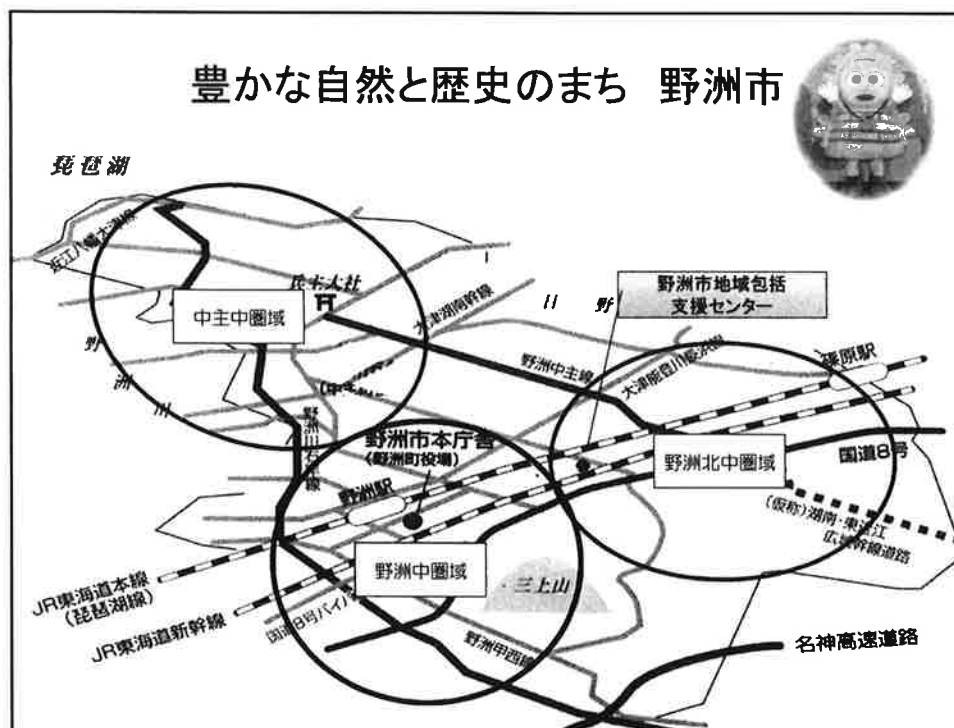
野洲市「野洲市高齢者体操自主グループ  
活動による健康づくり事業」

高齢者健康づくり事業推進フォーラム  
野洲市 高齢者  
体操自主グループ活動による健康づくり事業  
～いきいき百歳体操について～



おおぞらのまち野洲 つながるふるさと

平成30年 3月 9日(金)  
野洲市地域包括支援センター 保健師 新田



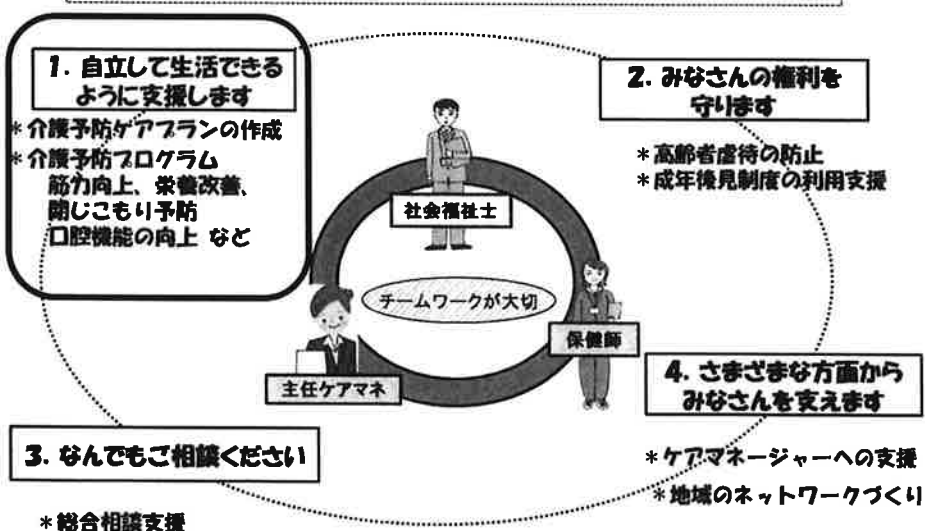
## 野洲市地域包括支援センター

### 業務体系



### 地域包括支援センターの取り組み

#### 地域包括支援センターの4つの役割



# 野洲市「野洲市高齢者体操自主グループ 活動による健康づくり事業」

## 地域介護予防活動支援事業

### \*いきいき百歳体操・たちばな健康体操活動支援

○初回支援4回、継続支援3・6ヵ月後、1年毎に体力測定を実施

○自主活動への育成・支援

歴史…平成23年度いきいき百歳体操スタート 現在、36チームが活動中

### \*介護予防サポーター育成研修会

～いきいき百歳体操・たちばな健康体操の普及～

○いきいき百歳体操活動団体のサポーターの育成

### \*筋力向上トレーニング事業自主グループ活動支援

○自主的なトレーニング活動グループの活動支援



平成30年2月現在  
百歳体操団体数:36団体

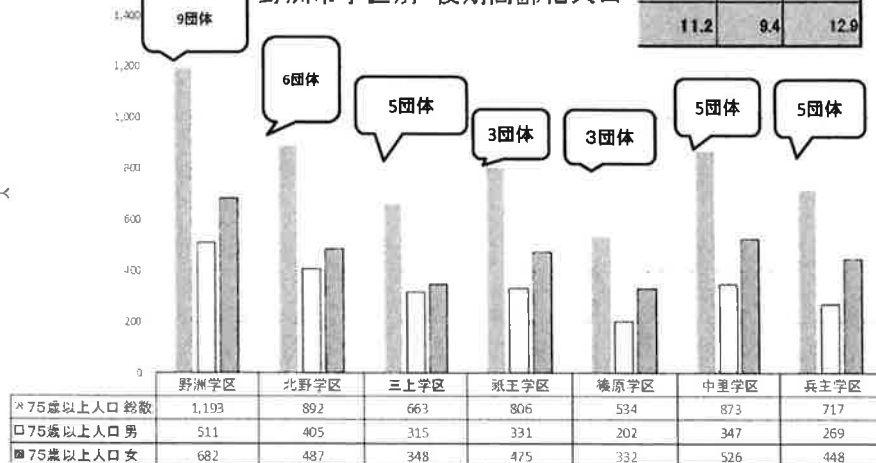
総人口:50,873人  
世帯数:19,560戸  
(2017.4.1現在)

高齢化率		
計	男	女
24.9	22.7	27.1

後期高齢化率		
計	男	女
11.2	9.4	12.9

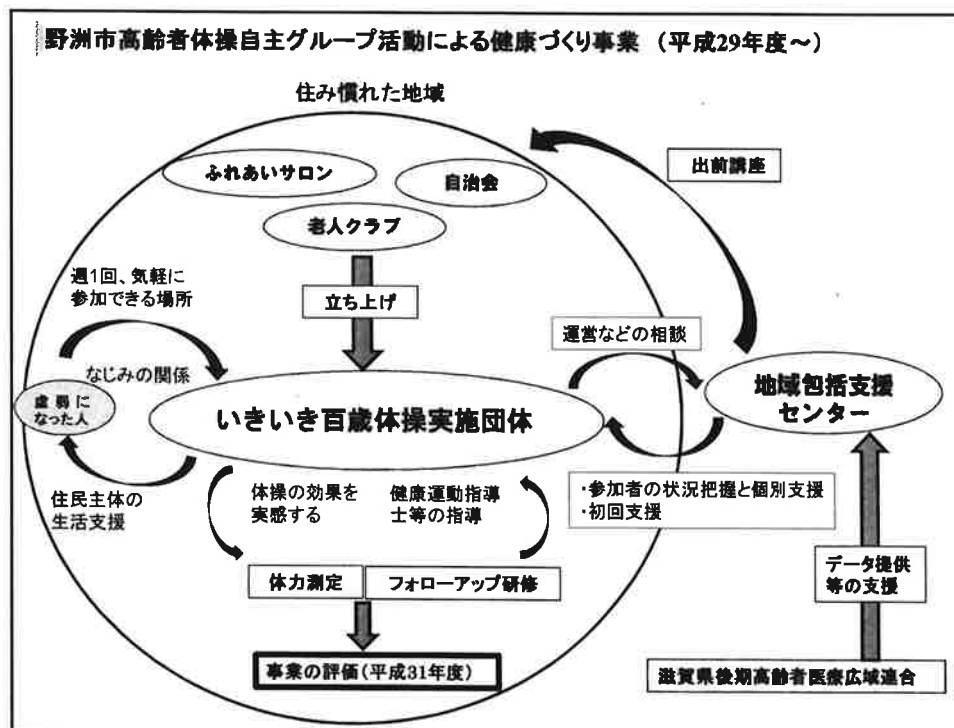
野洲市学区別 後期高齢化人口



学区別



野洲市「野洲市高齢者体操自主グループ  
活動による健康づくり事業」



野洲市「野洲市高齢者体操自主グループ  
活動による健康づくり事業」

平成29年度 野洲市高齢者体操自主グループ活動による健康づくり事業

課題・事業目的

(課題)

- ・高齢者の運動機能低下の抑制や改善。
- ・高齢者の筋力維持、向上に取り組む場の不足。

(事業目的)

- ・「いきいき百歳体操」の実施団体および新規立ち上げに向けての支援を行うことで健康づくりの場を増やし、多くの高齢者の健康寿命延伸を目指す。

具体的な事業内容

(1) 活動中の「いきいき百歳体操」実施団体支援 (1年毎)

- ① 体力測定の実施 ② フォローアップ研修 ③ 団体内の状況把握、地域づくりへの発展

(2) 「いきいき百歳体操」実施団体に対する立ち上げ支援

- ① 出前講座の実施 (年間実施) ② 新規団体の継続に向けての支援

事業効果 (目標)

- ・高齢者の筋力の維持、向上 (体力測定で確認)
- ・団体の増加に伴う、体力づくり拠点の増加
- ・高齢者同士のコミュニケーション機会の増加
- ・後期高齢者の医療費削減

## 今年度の実施結果 (1)

平成30年2月現在

### 活動中の「いきいき百歳体操」実施団体支援

(36団体)

① 体力測定とチェックリストの実施

② 健康運動指導士によるフォローアップ研修

③ 団体内の状況把握

(チェックリストの実施・リーダーへの聞き取り)

## 今年度の実施結果（２）

平成30年2月現在

「いきいき百歳体操」実施団体への立ち上げ支援

### ① 出前講座の実施（年間実施）

4団体（平成30年2月現在）

### ② 新規団体の継続に向けての支援

新規団体6団体  
（平成30年2月現在）

## 体力測定とチェックリストの実施結果

平成30年2月現在

団体数	チェックリスト 実施人数	運動機能低下	低栄養状態	口腔機能低下
36	473人	91人(19.2%)	8人(1.7%)	88(18.6%)

5人に1人が  
運動機能低下者に該当します

5人に1人が  
口腔機能低下者に該当します

体力測定 実施者平均 年齢	体力測定 実施人数	タイムアップ アンドゴー (平均値)	5m歩行 (平均値)	座位体前屈 (平均値)
76.7歳	473人	7.29秒	3.15秒	8.48cm

参加者男女比・・・男性58人、女性345人

最高年齢・・・95歳（男性1人・女性1人）

## 今後について



- 平成29年度～平成31年度の3カ年で、百歳体操の評価を行う。
- 平成29年度に養成した「介護予防サポーター」と連携して、立ち上げたいが立ち上げられない地域の担い手の支援を行う。

課題：女性＞男性の参加者数となっている。

男性にとっても魅力的な活動となれば・・・。

## 平成30年度・平成31年度

- 平成23年～平成26年度に結成された団体：  
口腔衛生と栄養面の啓発を切り口に、全体的な介護予防の普及啓発を考えています。
- 平成27年～平成29年度に結成された団体：  
引き続き、健康運動指導士によるフォローアップ研修を行って効果的な活動を継続出来るよう支援します。
- 3カ年計画で参加者の体力測定とチェックリストやアンケートを行って評価を行う予定です。

ご清聴ありがとうございました。



野洲市「野洲市高齢者健康生きがいきづくり  
ボランティア活動支援事業」

平成29年度 高齢者健康づくり推進フォーラム

滋賀県後期高齢者医療広域連合

野洲市高齢者健康生きがいきづくり  
ボランティア活動支援事業

・・・高齢者相互支援の仕組みを目指して・・・

平成30年3月9日(金)

野洲市高齢福祉課

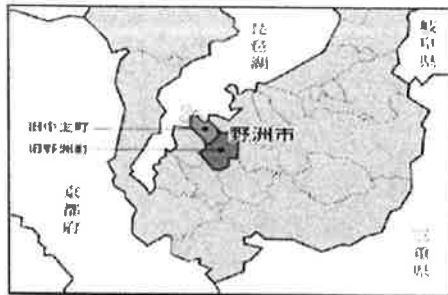
本日の流れ

- 1.野洲市の概要
- 2.高齢者の健康に係る既存調査・データ
- 3.事業の背景と方向性
- 4.事業内容・結果
- 5.今後の方向性

野洲市「野洲市高齢者健康生きがづくり  
ボランティア活動支援事業」

## 1. 野洲市の概要

- 人口  
51,073名 (H30.3.1現在)
- 高齢化率  
25.30% (H30.3.1現在)
- 後期高齢化率  
11.4% (H29.10.1現在)
- 要介護認定率 17.3% (H29.10.1現在)
- 野洲市老人クラブ連  
合会 (29.4.1現在)  
老人クラブ数 89クラブ  
会員 H29 5,090人  
⇒4,916+174(サポーター会員)  
「生きがづくりの会」サークル  
19サークル  
サークル会員271人



### 主な施設

- ・小学校(6)
- ・中学校(3)
- ・地域コミセン(7)

## 2. 高齢者の健康に係る既存調査・データ

- ・高齢者特定健診受診率 56.8%(H28)  
※特定健診受診者の77.8%は65歳以上
- ・介護予防日常生活圏域ニーズ調査結果
  - ①健康づくりや趣味等のグループ活動に参加を希望  
⇒一般高齢者で71.0%、要支援認定者で48.2%
  - ②健康づくりや趣味等のグループ活動の企画運営に参加希望  
⇒一般高齢者で44.3%、要支援認定者で25.4%

自らの健康づくりの意識は高いけど……  
主体的に健康づくり活動に関わることには、  
そう高くない。

※一般高齢者とは65歳以上で介護保険の認定を受けていない人

### 3. 事業の背景と方向性

#### ・窓口での高齢者の声

「高齢化率が上がることはあかんことなんか？」

「地域で平日の昼間に居るのは年寄りばかりやけど、元気なもんが、そうでないもんを助けるのが当たり前や。地域は大きな家族なんや」

#### ・高齢者「生きがいきづくりの会」サークル活動

(19サークル)

市主体はH28年度で廃止し、H29から老人クラブ連合会に移行

#### ・生活体制整備事業 2層はH29から社協に委託



- 高齢者相互支援ができる仕組みづくりが必要
- 関係者間の連携・情報共有がキーになる

### 老人クラブ連合会「生きがいきづくりの会」サークル



ゆっくりとした音楽にあわせて、体全体を動かします。自分の健康は自分で！



家族のために、おいしい健康料理を学んでいます。



真剣勝負！頭の体操です。



きれいにできたら、お友達にもあげたいな。お話ししながら楽しいね。



野洲市「野洲市高齢者健康生きがいきづくり  
ボランティア活動支援事業」

4. 野洲市高齢者健康生きがいきづくりボランティア活動支援事業

**目的** 高齢者の健康と生きがいきづくりの推進及び高齢者の経験や知識を活かし、地域ニーズに応じた活動(ボランティア活動)の担い手として活躍できる仕組みづくりの構築を目指す。

**内容**

(1)元気・やる気アップ事業:老人クラブ連合会主催

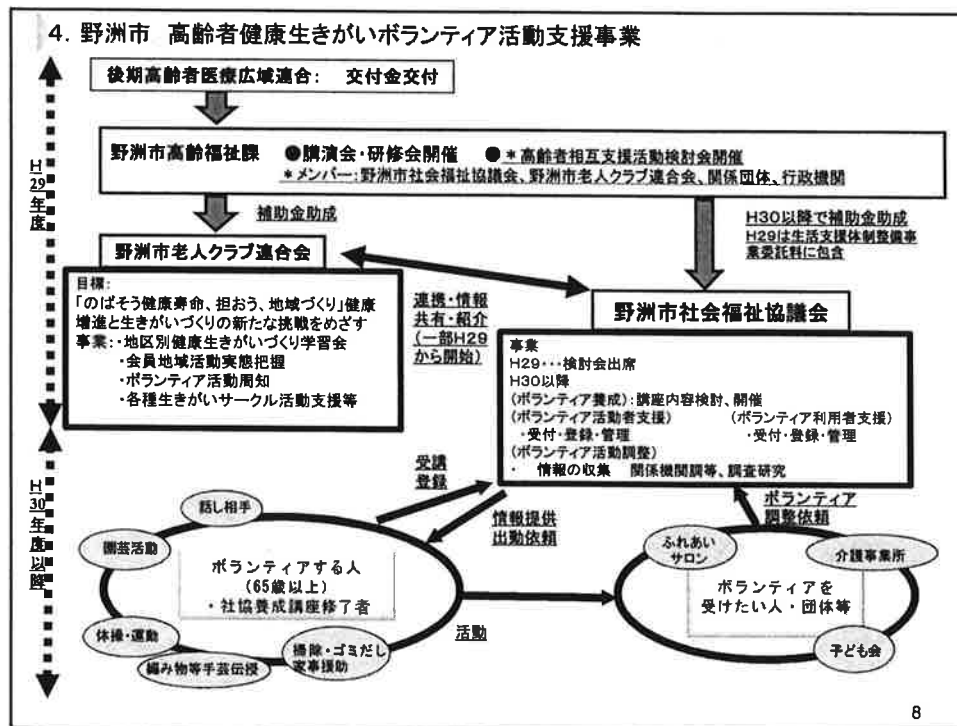
高齢者の最大組織である老人クラブ連合会(以下、老ク連という)活動の主体性を尊重しながら推進することが当事業の目的と合致するため市補助金交付事業として実施。

(2)元気・やる気アップ事業の啓発活動:市主催

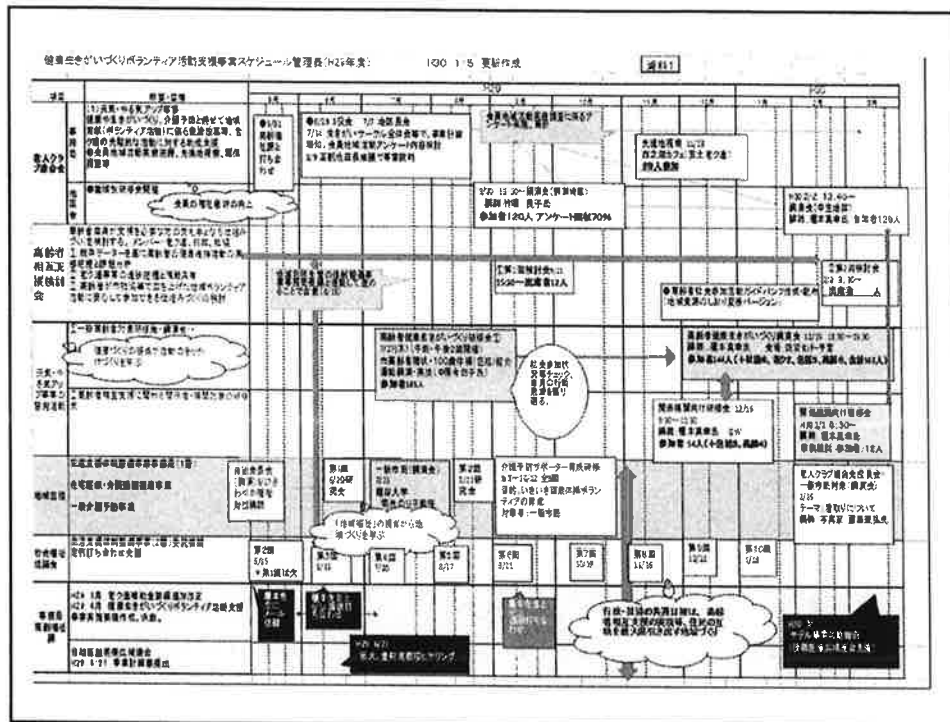
- ①一般高齢者対象の講演会開催
- ②市社会福祉協議会(以下、社協という)等高齢者相互支援に関わる機関、団体等従事者対象の研修会実施
- ③高齢者元気応援ガイド作成

(3)高齢者相互支援活動検討会の開催:市主催

- ①老ク連、社協、行政(地域包括支援センター、高齢福祉課)等市内関係機関・関係者をメンバーに、高齢者相互支援のあり方を検討。
- ②支えあい活動・居場所づくりガイドブック作成。



# 野洲市「野洲市高齢者健康生きがいづくり ボランティア活動支援事業」



## 4(1)元気・やる気アップ事業

老人クラブ連合会主催

### 4 野洲市高齢者健康生きがいづくりボランティア活動支援事業

会員の55%  
後期高齢者  
その割合は  
年々↑

#### (1)元気・やる気アップ事業:老人クラブ連合会主催

目的:従来の友愛訪問、世代間交流、環境美化など、健康・友愛・奉仕の三大運動活動と整合性を図りながら、高齢者自身の健康保持増進と生きがいづくり活動が相互支援につながることを理解と気運を高め、新たなボランティア活動の構築を目指す。



友愛訪問いなり長寿司作り



健康ウォーキング



啓発寸劇「だまされたらあきまへん」

野洲市「野洲市高齢者健康生きがいづくり  
ボランティア活動支援事業」

4(1)元氣・やる気アップ事業

老人クラブ連合会主催

内容:

① 地区単位別健康生きがい研修会(2地区)

目的: 身近な地域でボランティア活動ができる心と体の健康づくり

テーマ: 「元氣・やる気アップで、のばそう健康寿命」

○平成29年9月20日(水)13:30~14:45 会場:コミュニティセンターやす

講師: 竹澤良子(たけざわよしこ)氏 (保健師 元野洲市市民健康福祉部長)

○平成30年2月2日(金)13:40~14:50 会場:コミュニティセンターひょうず

講師: 榎本真幸(ひつもとしんいち)氏 [医師: 滋賀県医療福祉アドバイザー他]

②先進地視察等研修 ..... 安土町老人クラブ「西の湖カフェ」視察 (11/13)

③老く連会員の地域活動アンケート実施

・対象: 老く連主催講演会(9/20,2/2)に参加した老く連会員

・実施方法: 老く連講演会(9/20,2/2)の会場で手渡し、記載依頼。当日会場で回収

\* 市第7期介護保険計画策定に伴うニーズ調査と整合性を図る。

④その他 関係機関等との調整検討会出席

4 野洲市高齢者健康生きがいづくりボランティア活動支援事業

(2)元氣・やる気アップ事業の啓発活動:市主催

①一般高齢者対象の講演会開催

自身の健康を振り返り、  
健康づくりの楽しさを  
学ぶ

第1回: 平成29年7月27日(木)午前と午後の2回実施

第2回: 平成29年12月15日(金)午後

健康づくりの視点で、地  
域活動のきっかけづくり  
を学ぶ

②市社会福祉協議会(以下、社協という)等高齢者相互支援  
に関わる機関、団体等従事者対象の研修会実施

第1回: 平成29年12月15日(金)午前

高齢者の自立を促す支援ができ  
ているかを振り返り、求められて  
いる役割を再認識する

第2回: 平成30年2月2日(金)

地域と人と機関を動かす力をつ  
けるために、ケースメソッド  
で研修する

③高齢者元氣応援ガイド作成

高齢者の社会参加を促すためのパンフレットを作製

野洲市「野洲市高齢者健康生きがいきづくり  
ボランティア活動支援事業」

**4(2)①第1回高齢者のための健康生きがいきづくり研修会**

【日時】平成29年7月27日(木)

午前の部:9:30~12:00 午後の部:13:30~16:00

【場所】野洲文化小劇場

【内容】

第1部:市の現状と自分の健康を見つめる

高齢福祉課

第2部:いきいき百歳体操の取組みについて

地域包括支援センター

第3部:健康づくり体験会「転ばぬ先の筋力アップ」

タオルー本で健康づくり

健康運動指導師 中原今日子氏

【対象者】市内在住の概ね60歳以上の方、又は関心のある方

【参加者】145名(午前88名 午後57名)

**4(2)①第1回高齢者のための健康生きがいきづくり研修会**

《画面を見ながら脳トレ体操(待ち時間)》



野洲市「野洲市高齢者健康生きがいづくり  
ボランティア活動支援事業」

## 4(2)①第1回高齢者のための健康生きがいづくり研修会

### 第1部：市の現状と自分の健康を見つめる

高齢福祉課

#### 【内容】

- ・市の総人口・高齢者人口・高齢化率の推移
- ・市の要介護認定者数と認定率の推移
- ・平均寿命と健康寿命の差(介護を要しない期間)について
- ・フレイル予防の3つの柱(栄養・運動・社会参加)について
- ・社会参加がキーワード(人とのつながりの喪失がフレイルの始まり)
- ・健康寿命の延伸のために 3つの提言
- ・生きがいづくり度チェック(社会参加について)

#### 【ねらい】

- ・市の現状を知ることができる
- ・健康で生きがいをもつことが健康寿命の延伸につながるということを理解できる
- ・生きがいづくり度チェック質問票に自らが回答し点数を付けることで、できていないこと、足りないことに気づき、自分事化できる

## 4(2)①第1回高齢者のための健康生きがいづくり研修会

### 生きがいづくり度チェック

①現在の家族や友人についてうかがいます。(1)から(5)について、

該当する人数に○をつけてください。

	2人	1人	2人	3人	4人	5人
(1) 少なくとも月に1回以上、顔を合わせる機会や消息を 取り合う家族や親戚が何人いますか	2人	1人	2人	3-4人	4-5人	5人以上
(2) 少なくとも月に1回以上、顔を合わせる機会や消息を 取り合う友人が何人いますか	0人	1人	2人	3-4人	4-5人	5人以上
(3) あなたが個人的なことで、気兼ねなく話すことがで きる家族や親戚が何人いますか	2人	1人	2人	3-4人	4-5人	5人以上
(4) あなたが個人的なことで、気兼ねなく話すことがで きる友人が何人いますか	2人	1人	2人	3-4人	4-5人	5人以上
(5) あなたが相談できるような、気兼ねなく話すことが できる家族や親戚が何人いますか	2人	1人	2人	3-4人	4-5人	5人以上
(6) あなたが相談できるような、気兼ねなく話すことが できる友人が何人いますか	2人	1人	2人	3-4人	4-5人	5人以上

○をつけた数値の合計

2. あなたは、次に示す各団体の活動に参加していますか。

	1人	2人
(1) 老人会・老人クラブ	0人	1人以上
(2) (老人会以外の)健康・スポーツのサークル・団体	0人	1人以上
(3) (老人会以外の)学習・教養のサークル・団体	0人	1人以上

各質問に対し、当て  
はまる回答に○をつけ  
ます。  
すべて終わったら合  
計点数を出します。

野洲市「野洲市高齢者健康生きがいづくり  
ボランティア活動支援事業」

4(2)①第1回高齢者のための健康生きがいづくり研修会  
さて、自分はどうかな??

人とのつながり	人とのつながりをどのくらい維持できているかチェックしています。	
/30点	○青	12～30点: 周りの人との関わりを維持できていると言えます。
	○赤	0～11点: 人とのつながりが少なめかもしれません。家族や友人とのコミュニケーションをもう少し意識してみましょう。
社会参加	どのくらい社会参加ができているかチェックしています。	
/7点	○青	1～7点: 社会参加の機会が確保できているようです。これからも関心のある活動を続けてみてください。
	○赤	0点: 社会参加の機会が少ないかもしれません。地域のふるさと活動や、ボランティア、アムデレ、いっぴがア

点数に応じて、青シールまたは赤シールを貼ります。赤は要注意であることを説明し、本人の気付きにつなげます。

4(2)①第1回高齢者のための健康生きがいづくり研修会

第2部:いきいき百歳体操の取組み

地域包括支援センター

【内容】

- ・いきいき百歳体操とは?
- ・効果について～体験者のビフォーアフター紹介～
- ・野洲市の取組みと実績について
- ・始めるための支援について(5人集めてスタート)
- ・いきいき百歳体操の体験(理学療法士指導のもと実施)
- ・いきいき百歳体操サポーター養成講座の案内

【ねらい】

- ・いきいき百歳体操について知ることができる
- ・継続することの意義を理解できる
- ・興味や関心を持ち、身近な地域で仲間と取り組む意欲を高めることができる

#### 4(2)①第1回高齢者のための健康生きがいきづくり研修会

《いきいき百歳体操体験の様子》



#### 4(2)①第1回高齢者のための健康生きがいきづくり研修会

《いきいき百歳体操解説の様子》



## 4(2)①第1回高齢者のための健康生きがいきづくり研修会

### 第3部:健康づくり体験会「転ばぬ先の筋力アップ」

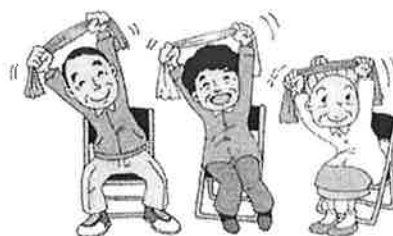
健康運動指導師 中原今日子氏

#### 【内容】

- ・運動することの意義について
- ・タオルを使用して座ったままできる体操の体験
- ・ゲーム性を取り入れた体操(脳トレ体操)の体験

#### 【ねらい】

- ・自宅で気軽にできる健康づくりを体験することで、自らの健康アップと、健康づくりに対する意欲アップにつなげることができる



## 4(2)①第1回高齢者のための健康生きがいきづくり研修会

### 《脳トレ体操体験の様子》





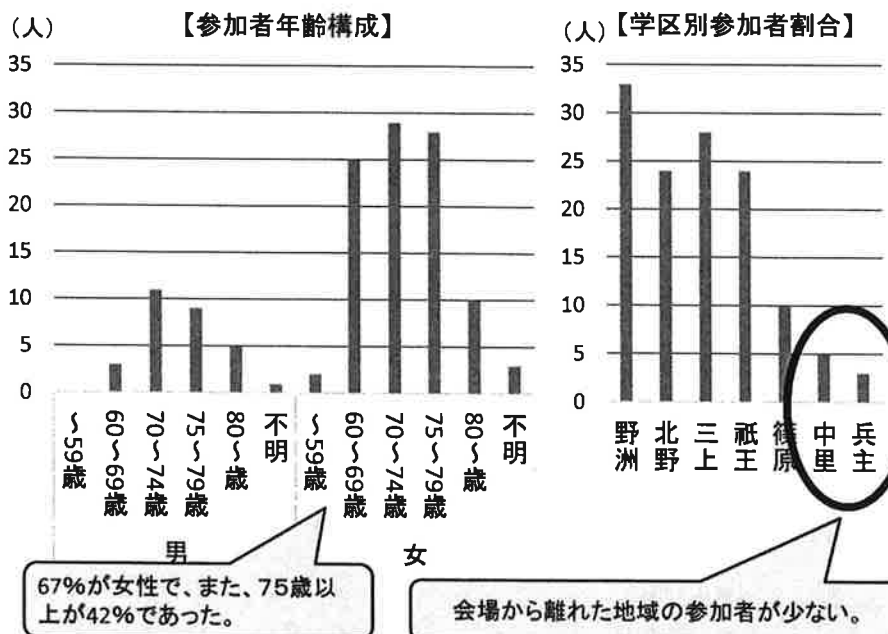
野洲市「野洲市高齢者健康生きがいづくり  
ボランティア活動支援事業」

4(2)①第1回高齢者のための健康生きがいづくり研修会

《タオルを使った簡単体操の様子》



アンケート結果 参加数145人(午前88人午後57人)回収数127人 回収率87.5%

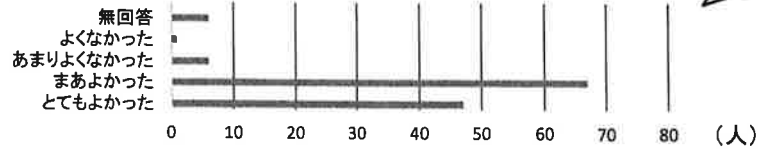


野洲市「野洲市高齢者健康生きがいきづくり  
ボランティア活動支援事業」

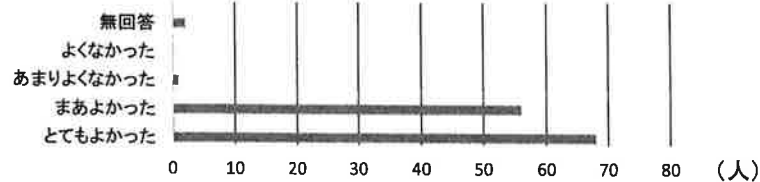
アンケート結果(講演会の感想)

全体的に好評であった。

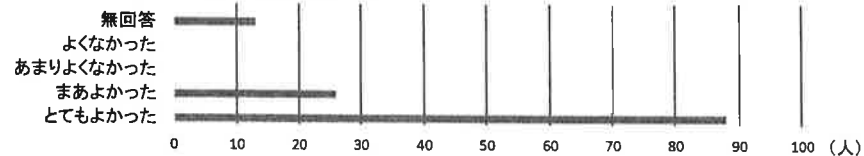
【第1部について】



【第2部について】

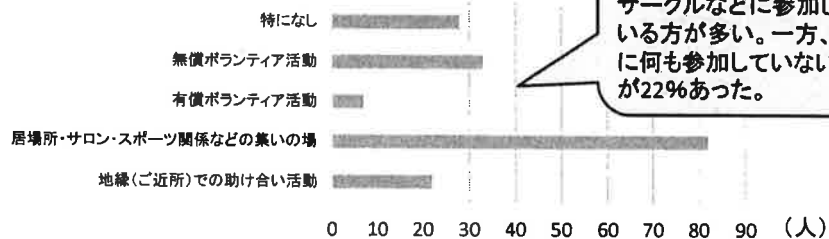


【第3部について】



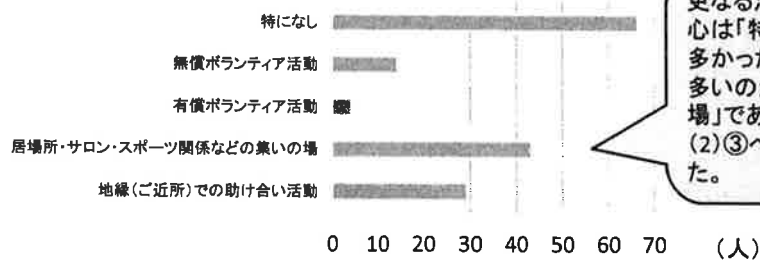
アンケート結果

【現在地域で参加している活動】



ふれあいサロン、いきいき百歳体操、自主活動サークルなどに参加している方が多い。一方、特に何も参加していない人が22%あった。

【今後参加してみたい、関心がある活動】



更なる活動への関心は「特になし」が多かったが、次いで多いのが「集いの場」であった。→4(2)③へ結びついた。

#### 4(2)①第1回高齢者のための健康生きがいづくり研修会

##### 【第1回研修会の結果】

- ・参加者が、自らの健康状態を自覚し、いきいき百歳体操などの運動の集いへの自主的な参加の必要性を認識できた。
- ・高齢者をテーマにした研修会や講演会等を、市または社会福祉協議会から案内するための連絡先登録を、参加者中75名の方にしてもらえた。

##### 【考察】

- ・アンケートの自由記載欄から、自らの健康づくりについて関心が高いことや、体を動かす研修に参加することを楽しんでいることがわかった。
- ・高齢者自らが楽しいと感じられることが継続のポイントであり、行政の開催を待つのではなく、身近な場所で自主的に集まってやってみたいという意欲を引き出すような啓発は今後も必要と感じた。

#### 4(2)①第2回高齢者のための健康生きがいづくり研修会

【日時】平成29年12月15日(金) 13:15～15:50

【場所】野洲市総合防災センター

##### 【内容】

##### ◎講演会

テーマ「元気やる気アップで、のばそう健康寿命」

～人生100年時代到来！私らしく超高齢社会を生きるために～

滋賀県健康づくりアドバイザー 榎本真幸氏

##### ◎事例発表

①居場所づくり・支えあい活動の取組みについて

近江富士第五区健康福祉推進委員会

②いきいき百歳体操の取組みについて

青葉台元気クラブ

【対象者】市内在住の概ね60歳以上の方、又は関心のある方

【参加者】144名

#### 4(2)①第2回高齢者のための健康生きがいづくり研修会

##### 【目的】

高齢期は支えられる側という固定観念を変え、意欲能力のある方は、社会を支える側として活躍していただくよう意識改革を促す。

また、地域の支え手として活躍していただくことで、住みよい地域づくりになり、かつ、その方たち自身もいきいきと健康で過ごせ、ひいては介護予防にもつながると認識でき、高齢者相互支援の意識化と具体的な活動のイメージができるようにする。

#### 4(2)①第2回高齢者のための健康生きがいづくり研修会

##### 櫃本氏講演会の様子

高齢者増が問題ではない。元気な高齢者が地域を支える社会資源になる。住民力や地域力を引き出す取り組みが重要。

みなさんが活躍するチャンスです。

みなさんが野洲市を元気なまちをつくっていかう。

高齢者よ  
大志を抱け！



野洲市「野洲市高齢者健康生きがいきづくり  
ボランティア活動支援事業」

4(2)①第2回高齢者のための健康生きがいきづくり研修会

取組み事例発表の様子

自分たちの10年後、20年後のことを考えて、住みやすい地域を自分たちでつくるために始めた活動です。あせらず、できることから始めることが大切です。

プロジェクターを使用して、地域での取組みを発表していただきました。



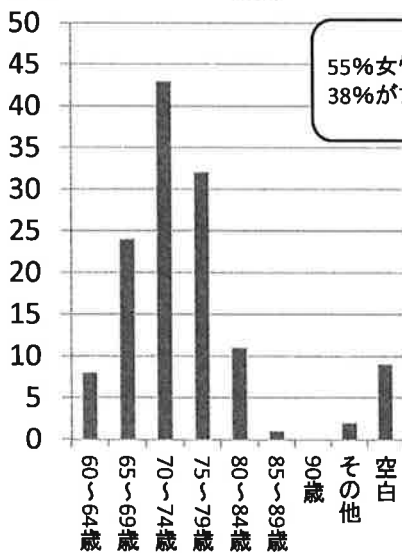
アンケート結果

参加数144人

回収数130人

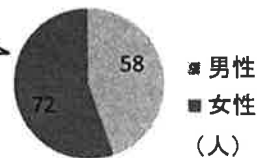
回収率90.2%

【参加者年齢構成】

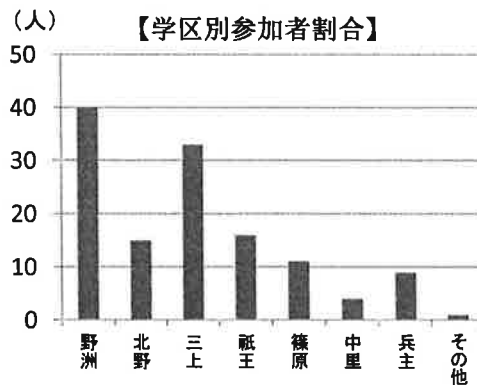


55%女性。  
38%が75歳以上。

【参加者性別】



【学区別参加者割合】

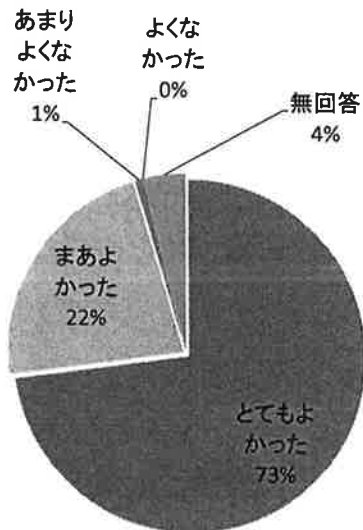


野洲市「野洲市高齢者健康生きがいづくり  
ボランティア活動支援事業」

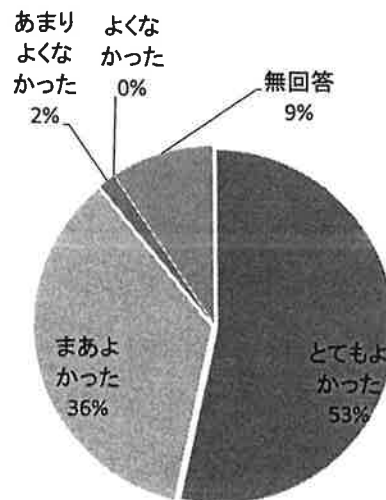
アンケート結果(講演会・事例発表の感想)

全体的に好評であった。

【講演会の感想】

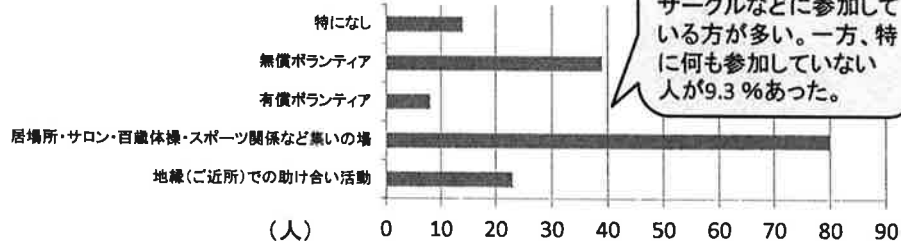


【事例発表の感想】



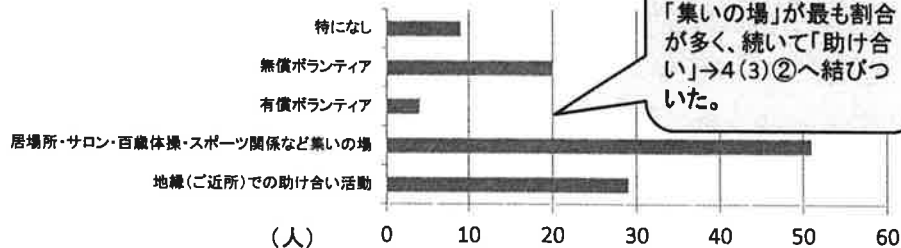
アンケート結果

【現在地域で参加している活動】



ふれあいサロン、いきいき百歳体操、自主活動サークルなどに参加している方が多い。一方、特に何も参加していない人が9.3%あった。

【今後参加してみたい、関心がある活動】



「特になし」は0.7%  
「集いの場」が最も割合が多く、続いて「助け合い」→4(3)②へ結びついた。

野洲市「野洲市高齢者健康生きがいづくり  
ボランティア活動支援事業」

4(2)②第1回高齢者相互支援に関わる関係者・機関対象研修会

【日時】平成29年12月15日(金) 9:30～11:30

【場所】野洲市総合防災センター

【内容】

◎講演会 テーマ「地域包括ケア時代における医療・介護そして地域」  
講師 滋賀県健康づくりアドバイザー榎本真幸氏

◎グループワーク

助言者 滋賀県健康づくりアドバイザー榎本真幸氏

地域の中で高齢者がいきいきと暮らし続けるために必要なことは何か？  
支援者として関わる者が、それぞれの立場で動き始めるためのエネルギーをつかもう！

【対象者】介護関係者(ケアマネジャー、介護ヘルパー、施設職員など)  
及び行政関係者(環境課、生活安全課、健康推進課、障がい者自立支援課、市民生活相談課、地域包括支援センター、高齢福祉課)

【参加者】54名(その他スタッフ:地域包括支援センター3名、高齢福祉課4名)

4(2)②第1回高齢者相互支援に関わる関係者・機関対象研修会

【目的】

地域包括ケアシステム構築の考え方や取り組みの方向性について、情報共有し、効果的な取り組みについて検討できるようにすることで、住み慣れた地域で安心して住み続けられる地域づくりの推進を目指す。

また、介護予防と生活支援と社会参加の視点で、「私たちの地域づくり」として具体的に参画するためのヒントを得る機会とする。

野洲市「野洲市高齢者健康生きがいきづくり  
ボランティア活動支援事業」

4(2)②第1回高齢者相互支援に関わる関係者・機関対象研修会

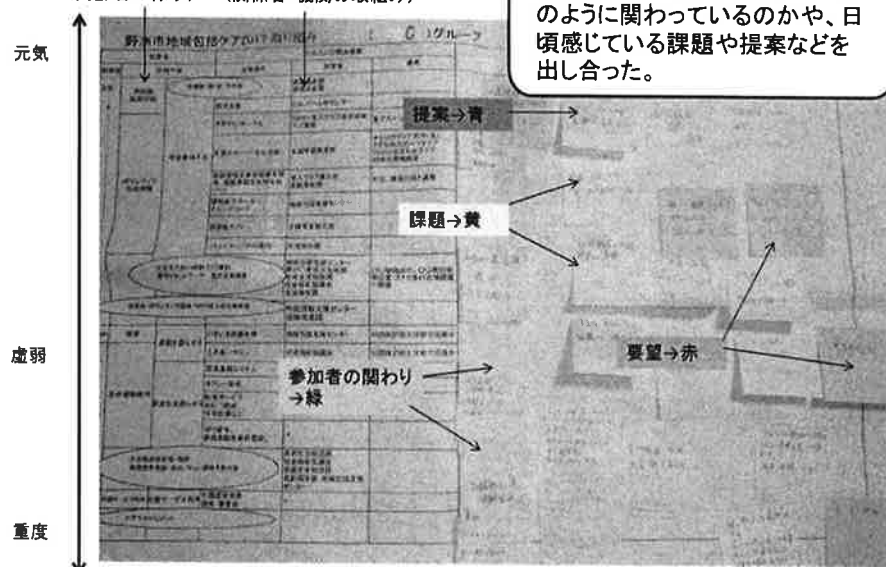
研修会の様子



4(2)②第1回高齢者相互支援に関わる関係者・機関対象研修会

【グループワーク】

(高齢者の様子) (関係者・機関の取組み)

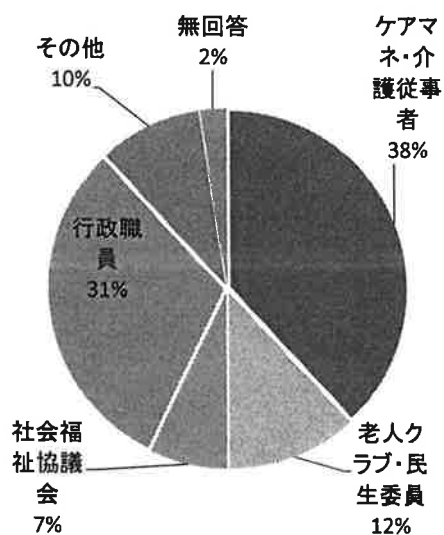




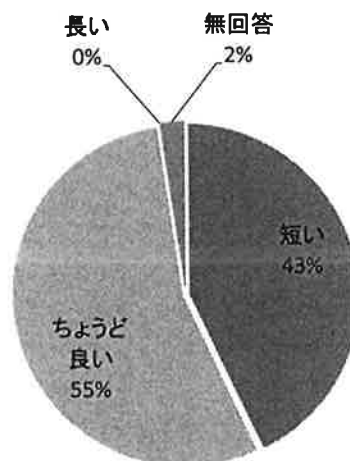
野洲市「野洲市高齢者健康生きがいづくり  
ボランティア活動支援事業」

アンケート結果 参加数54人 回収数42人 回収率77.7%

【参加者種別】

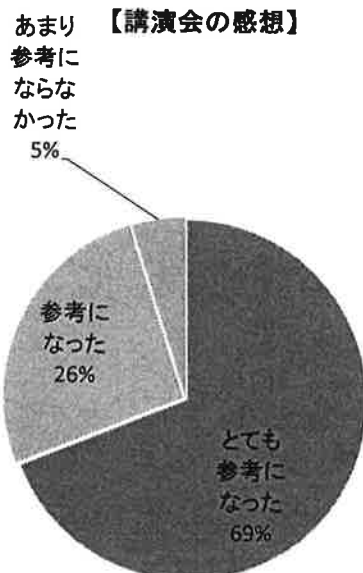


【研修時間】

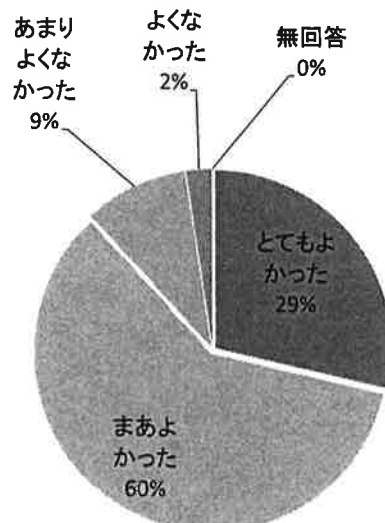


アンケート結果(講演会・グループワークの感想)

【講演会の感想】



【グループワークの感想】



野洲市「野洲市高齢者健康生きがいづくり  
ボランティア活動支援事業」

●12月従事者研修アンケート自由記述一部

- ・「自覚者が支援者」という言葉を思い出した。
- ・行政、包括が動かないからと消極的であった。
- ・自分たちがいかに自立を妨げていたかと思うと、意識を変えていかないといけないと思った。
- ・活動で夢を持つことを大事にしたい。
- ・普段からもっと話せる場を意識して取り入れたい。



●気付いたこと

- ①自身に求められていることや役割等、気付が大きかった。
- ②地域包括ケアを実現する上で、要となる自助・互助の地域づくりは当事者の市民と後方支援を担う従事者（行政・社協・事業所）との連携・協働のバランスが重要と認識できた。
- ③連携協働のバランスを絶妙とするには、既存の仕掛けと仕組み（ケア会議や事例検討会等）を整理し、効率的で一体的な運用を図ることが求められている。



- 地域と人と機関を動かす力をつけるために、ケースメソッドで研修実施  
4(2)②

4(2)②第2回高齢者相互支援に関わる関係者・機関対象研修会

【日時】平成30年2月2日（金） 9:15～11:30

【場所】野洲市北部合同庁舎 2階 会議室

【内容】

◎学習会：ケースメソッド的検討（事例検討）

テーマ「地域福祉と高齢者相互支援」

進行・助言者 滋賀県健康づくりアドバイザー 榎本真幸氏

事例提供者 野洲市社会福祉協議会 木村恵理コーディネーター

（事例）S学区の福祉施設の施設長より、施設の車を送迎等の無い空いている時間帯に地域住民に貸与すること、地域住民と一緒に介護予防につながる集える場づくりをしたいという提案があった。それに対し、地区住民は、社会福祉協議会が主体でやってくれれば手伝ってもよいという姿勢であった。どうすれば地域住民の主体的な活動につなげられるのか？

【対象者】社会福祉協議会、地域包括支援センター、高齢福祉課

【参加者】12名

4(2)②第2回高齢者相互支援に関わる関係者・機関対象研修会

【目的】

自助・互助の地域づくりは当事者の市民と後方支援を担う従事者(行政・社協・事業所)との連携・協働のバランスが重要で、このバランスを絶妙とするには、既存の仕掛けと仕組み(ケア会議や事例検討会等)を整理し、効率的で一体的な運用を図ることが求められています。

そこで、既存の仕掛けや会議等で、目的を共有し、互いの役割や機能を引き出し合い、コーディネート力(地域と人と機関を動かす力)を身につけ、実践できることを目的に研修会を実施する。

4(2)②第2回高齢者相互支援に関わる関係者・機関対象研修会

ケースメソッド的検討の様子



野洲市「野洲市高齢者健康生きがづくり  
ボランティア活動支援事業」

### 4(2)③ 高齢者元気応援ガイド作成

#### パンフレット作製に至る考察の過程①

地域を知るきっかけづくりが必要である。



気負わず、とりあえず地域の活動をのぞいてみようという気持ちにさせることが必要である。難しいものはダメ。



自分にあった活動が簡単に探せることが必要である。



地域の活動が見えないと参加したくても参加できない。



「ふれあいサロン」や「いきいき百歳体操」や老人クラブ連合会傘下の「生きがづくりの会」サークルを紹介しよう！

### 4(2)③ 高齢者元気応援ガイド作成

**野洲市シニアのための元気応援ガイド**

**ふれあいサロン**

**いきいき百歳体操**

**老人クラブ連合会「生きがづくりの会」**

**チャレンジ**

地域の魅力を最大限に活用して元気な暮らしを！

※本ガイドは、地域の魅力を最大限に活用して元気な暮らしを！

**「生きがづくりの会」サークル一覧**  
(野洲市老人クラブ連合会)

サークル名	活動内容	活動日時	活動場所
1. 100歳まで生きよう会	100歳まで生きよう会	10月10日(土) 10:00~12:00	野洲市立中央公民館
2. 100歳まで生きよう会	100歳まで生きよう会	10月10日(土) 10:00~12:00	野洲市立中央公民館
3. 100歳まで生きよう会	100歳まで生きよう会	10月10日(土) 10:00~12:00	野洲市立中央公民館
4. 100歳まで生きよう会	100歳まで生きよう会	10月10日(土) 10:00~12:00	野洲市立中央公民館
5. 100歳まで生きよう会	100歳まで生きよう会	10月10日(土) 10:00~12:00	野洲市立中央公民館
6. 100歳まで生きよう会	100歳まで生きよう会	10月10日(土) 10:00~12:00	野洲市立中央公民館
7. 100歳まで生きよう会	100歳まで生きよう会	10月10日(土) 10:00~12:00	野洲市立中央公民館
8. 100歳まで生きよう会	100歳まで生きよう会	10月10日(土) 10:00~12:00	野洲市立中央公民館
9. 100歳まで生きよう会	100歳まで生きよう会	10月10日(土) 10:00~12:00	野洲市立中央公民館
10. 100歳まで生きよう会	100歳まで生きよう会	10月10日(土) 10:00~12:00	野洲市立中央公民館

※本ガイドは、地域の魅力を最大限に活用して元気な暮らしを！

#### 4(3)② 支えあい活動居場所作りガイドブック作製

##### パンフレット作製に至る考察の過程②

高齢者自らが自分たちの理想のまちづくりに意欲を燃やすときの行政の役割は？



自主性を尊重し、後方支援することが必要である。  
例えば、わからないことがあれば、一緒に考えとか、情報を提供するなど。



ガイドブックがあれば、参考になるのではないかな？



支え合い活動・居場所づくりのガイドブックを作ろう！そしてまずは、できることから、スタートしてもらおう。

#### 4(3)② 支えあい活動居場所作りガイドブック作製



## 5. 今後の方向性

