

# I. 介護予防・日常生活支援総合事業(新しい総合事業)

## 1. 介護予防・生活支援サービス事業

### (1) 介護予防・日常生活支援サービス事業

#### ① 総合事業通所型サービス（基準緩和通所型サービス）

○目的 虚弱、閉じこもり傾向の高齢者に通所サービスを提供することにより、心身機能維持向上、生活の向上を目指す。

○内容 週 1～2 回、1 回あたり 1.5～6 時間程度のミニデイサービスを実施。生活機能向上のための運動やレクリエーション等の提供を行う。10 月から実施。

指定事業所：下記の 5 事業所

- ①ポラリスデイサービスセンター米原
- ②デイサービスセンター やすらぎハウス
- ③デイサービスセンター 愛らんど
- ④デイサービスセンター ゆめホール
- ⑤早稲田イーライフ長浜

利用者：9 人（3 月利用者）

利用者負担：介護保険の負担割合に準ずる。1 割もしくは 2 割負担

要支援 1・事業対象者 288 円/回（1 割負担の場合）

要支援 2 296 円/回（1 割負担の場合）

#### ② 地域通所型サービス事業（住民主体による支援）

○目的 虚弱、閉じこもり傾向の高齢者に地域サロン等の通所サービスを提供することにより、活動量を増やし生活の質の向上を目指す。

○内容 週 1～2 回、1 回あたり 4 時間程度の交流場所の開設。10 月より実施。

運営団体：下記の 4 団体

- ①特定非営利活動法人いきいきおうみ
- ②世継サロン
- ③能登瀬お茶の間クラブ
- ④大野木長寿村まちづくり会社

利用者：6 人（3 月利用者）

利用者負担：運営団体が設定した料金

市から運営団体への補助額 4 時間未満：900 円 4 時間以上：2,000 円

#### ③ 地域訪問型サービス事業・地域寄り添いサービス事業（住民主体による支援）

○目的 高齢者のみの支援の必要な世帯に対し、必要な生活支援（掃除・洗濯・調理・買い物・配食等）や移動支援を行うことにより、利用者の日常生活維持を目指す。

○内容 週 1～2 回、1 回あたり 1 時間程度の生活支援および通院等の移動支援を平成 28 年 4 月より実施。一部は 10 月より実施。

運営団体：下記の4団体

- ①米原市シルバー人材センター
- ②世継サロン
- ③能登瀬お茶の間クラブ
- ④大野木長寿村まちづくり会社

利用者：12人（3月利用者）

利用者負担：運営団体が設定した料金

市から運営団体への補助額 訪問型生活支援：790円/1時間

移動支援：乗車、降車ごとに250円

#### ④ 短期集中運動指導事業

○目的 高齢者等が可能な限りその居宅において、自立した日常生活を営むことができるよう短期集中的にリハビリテーションを実施することで、心身機能ならびに生活機能の向上を目指す。

○内容 3か月もしくは6か月の短期集中的にリハビリテーション職が通所または訪問において運動方法や環境について助言・指導を行う。10月から実施。

受託者：下記の4事業所

- ①ライセル株式会社リハビリデイサービスこころは
- ②医療法人悠悠会 通所リハビリテーションいそ
- ③公益社団法人地域医療振興協会 近江診療所
- ④公益社団法人地域医療振興協会 地域包括アセンダーいぶき

利用者：10人

利用者負担：介護保険の負担割合に準ずる。1割もしくは2割負担

【基本】運動指導プログラム 500円/週（1割負担の場合）

【併用】栄養・口腔プログラム 150円/月（1割負担の場合）

#### ◆平成28年度総合事業利用者数

給付管理実績（件数）	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
介護予防訪問介護	36	37	33	26	24	15	15	14	11	10	4	1
介護予防通所介護	91	79	71	60	61	47	43	34	27	19	9	3
総合事業訪問介護（現行相当）	0	3	6	10	10	20	17	16	18	20	22	22
総合事業通所介護（現行相当）	6	12	42	45	57	65	64	56	65	68	69	65
総合事業通所型サービス（基準緩和型）							0	3	5	7	7	9
地域訪問型サービス事業（住民主体）	1	3	2	4	4	6	10	11	9	9	10	10
地域通所型サービス事業（住民主体）							2	3	6	6	6	6
短期集中運動指導事業							3	4	6	8	8	10

H29年3月現在、地域寄り添いサービス事業サービス実績なし。

## 2 一般介護予防事業

### (1) 介護予防把握事業

#### ① 日常生活圏域ニーズ調査

##### ◆ 目的・内容

- ・介護認定を受けていない65歳以上の高齢者を対象に、生活状況や地域の課題、必要となるサービス、生活機能判定（チェックリスト）について調査を行い、その回答内容を集計・分析し、日常生活圏域（山東・伊吹・米原・近江）ごとの課題・リスクの抽出を行った。
- ・調査結果を今後の介護予防事業等に活用する。

##### ◆ 調査期間

- ・平成29年2月24日から3月13日まで

##### ◆ 調査対象者

- ・市内の65歳以上の介護認定を受けていない人 約9,000人のうちの4,000人
- ・有効回答数は2,974人で、回答率は74.4%

### (2) 介護予防普及啓発事業

#### ① 伊吹山テレビにおける介護予防番組

##### ◆ 介護予防番組（筑波大学共同研究事業）

内容：サルコペニア（加齢による筋肉減弱症）とフレイル（いわゆる虚弱）の予防に関する番組を放送

##### ○介護予防コマーシャル

平成28年4月～3月まで毎月1回1～3分程度の介護予防の情報を提供

##### ○特集番組（2本）

- ・4月放送「フレイルとサルコペニア予防について」  
講師 国立長寿医療研究センター 副院長 荒井秀典氏
- ・10月放送「運動と米原市のフレイルの現状について」  
講師 筑波大学大学院 准教授 山田実氏

##### ◆ 介護予防事業の紹介

内容：一般介護予防事業（元気の一步事業・歩楽るん教室事業）をPRし、参加者を募集する。

○元気の一步事業番組：9月放送      ○歩楽るん教室事業番組：10月放送

#### ② まいばら体操

○目的 自宅でテレビを見ながら気軽に運動することで、運動機能を維持、向上させ、外出するきっかけを作る。

○対象 65歳以上の高齢者

○内容 5分間程度の体操

○実績 ①DVD22枚・カセット1個配布

生涯学習課で作成されたまいばら体操+αは、DVD2枚配布

②伊吹山テレビで12～3月まで放送予定

○課題 伊吹山テレビ等でより広く周知を行う。また、どのくらい周知、実施されているか日常生活圏域ニーズ調査にて調査予定。

### ③ 出前講座

#### ◆ 『やってみよう！歯とお口の健康づくり』

	団体名	開催日	参加人数
1	米原公民館	平成28年5月13日	15人
2	上丹生 成光寺 仏教婦人会	平成29年3月20日	40人

#### ◆ 『フレイル（虚弱）、サルコペニア（筋肉減弱症）を予防しよう！』

	団体名	開催日	参加人数
1	賀目山いきいきふれあいサロン	平成28年6月21日	25人

#### ◆ 『転倒予防』

	団体名	開催日	参加人数
1	柏原いきいきサロン	平成28年6月22日	29人
2	村居田サロンコスモス会	平成28年7月28日	13人
	合計	2会場	42人

#### ◆ 『やってみよう！まいばら体操』

	団体名	開催日	参加人数
1	米原赤十字奉仕団	平成28年6月22日	23人
2	米原市近江老人クラブ連合会	平成28年11月15日	25人
3	サンライズ近江 ひだまり会	平成28年12月11日	13人
4	にこにこサロン	平成28年12月19日	13人
5	宇賀野老人クラブ女性部	平成29年3月10日	27人
	合計	5会場	101人

#### ◆ その他

	団体名	開催日	内容	参加人数
1	健康推進員 (近江)	平成28年7月14日	サルコペニア・フレイル予防	約15人
2	シルバー人材 センター	平成28年11月16日	高齢者の転倒防止および健康維持と増進について	約80人
3	健康推進員 (伊吹)	平成28年11月26日	ロコモティブシンドロームとその予防について	約20人
4	健康推進員 (山東)	平成28年11月29日	ロコモティブシンドロームとその予防について	約30人
5	健康推進員 (大久保区)	平成29年2月6日	介護予防・自宅でできる運動の紹介	18人

(3) 地域介護予防活動支援事業

① 介護予防活動拠点運営補助

◆ 平成 28 年度補助団体

No.	団体名	居場所開設日	会場
1	野一色みまもりたい	月・水・金 13時-16時	野一色会館
2	能登瀬お茶の間クラブ	月 10時-14時	能登瀬会館
3	生活支援ボランティアグループ	火 13時-16時	天満集会所
4	河内区福祉委員会	水・土 10時-15時	河内会館
5	寺倉区	月・金 9時-12時	寺倉会館
6	枝折おたすけ隊	火・木 13時-16時	枝折集会所
7	池下お茶の間創造事業「ほっこり」運営委員会	火～日 10時-16時	ほっこり(旧三島食堂)
8	岩脇まちづくり委員会	水 13時-16時	善光堂茶所
9	世継サロン	火・木 10時-12時 13時30分-15時30分	世継会館
10	大野木長寿村まちづくり会社	水 9時-15時 土 10時30分-14時30分	大野木たまり場よりどころ
11	西山お茶の間クラブ	土 9時-12時	西山会館
12	西円寺区	土 10時-15時ぐらい	西円寺公民館
13	堂谷ふれあいサロン	火 13時30分-16時 (夏は9時-12時)	堂谷公民館
14	お茶の間はなや	火～日 10時-16時	フラワーショップすみかわ敷地内(村木)
15	特定非営利活動法人いきいきおうみ	木 10時30分-15時30分	いきいきおうみみんなの家

[参考]補助団体以外の団体

16	下板並でてごんせ	月2回 月 13時30分 - 16時30分	下板並集会所
17	上丹生結いの会	月1回 日	上丹生集会所
18	すみれ会	月2回第1・3月 13時-15時	すみれヶ丘自治会館
19	岩ヶ谷サロン	月3回 日	岩ヶ谷サロンいこい
20	地域自主防災隊サンダーバード+福祉委員	不定期	みんなの家

## ② ご近所元気隊教室事業

○内容・実績

介護予防サポーター（ご近所元気にし隊員）が、高齢者等居場所で介護予防活動を実施する。

### ◆ ご近所元気隊教室事業補助金

○対象団体：地域お茶間創造事業補助金交付団体かつ、ご近所元気にし隊員が2人以上在籍している団体。

○補助規定：週1回以上介護予防活動を実施し、6か月以上継続する。また、活動時、ご近所元気にし隊員1人を配置すること。

○補助金額：年間93,600円/団体

	団体名	開催曜日	ご近所元気にし隊員数
1	能登瀬お茶の間クラブ	月曜日 午後	2人
2	大野木長寿村まちづくり会社	土曜日 午後	6人
3	野一色みまもりたい	金曜日 午後	10人
4	河内区福祉委員会	水・土曜日 午前	7人
5	世継サロン	火曜日 午後	5人
6	枝折おたすけ隊	火・木曜日 午後	5人

※交付決定順

### ◆ 専門職派遣（介護予防出前講座）事業

○健康運動指導士・音楽療法士・理学、作業療法士・歯科衛生士・介護福祉士が高齢者等居場所で出前講座を実施。

○受講団体：6団体

○派遣職種回数：健康運動指導士7回・音楽療法士7回・介護福祉士5回・理学療法士6回  
歯科衛生士2回

○参加者延人数：554人

NO	日付	場所	派遣職種	参加人数
1	平成28年6月9日	枝折集会所	健康運動指導士	23人
2	平成28年7月4日	能登瀬会館	健康運動指導士	13人
3	平成28年7月7日	枝折集会所	音楽療法士	23人
4	平成28年7月22日	野一色会館	介護福祉士	18人
5	平成28年9月5日	能登瀬会館	理学療法士	13人
6	平成28年11月7日	能登瀬会館	音楽療法士	15人
7	平成28年11月22日	枝折集会所	音楽療法士	25人
8	平成28年11月29日	世継会館	介護福祉士	22人
9	平成28年12月20日	世継会館	介護福祉士	40人
10	平成28年12月24日	河内会館	音楽療法士	37人
11	平成29年1月13日	野一色会館	歯科衛生士	16人

12	平成 29 年 1 月 14 日	大野木たまり場	健康運動指導士	15 人
13	平成 29 年 1 月 16 日	能登瀬会館	理学療法士	16 人
14	平成 29 年 1 月 21 日	大野木たまり場	理学療法士	16 人
15	平成 29 年 1 月 25 日	河内会館	理学療法士	30 人
16	平成 29 年 1 月 26 日	世継会館	理学療法士	27 人
17	平成 29 年 1 月 28 日	大野木たまり場	歯科衛生士	16 人
18	平成 29 年 2 月 4 日	大野木たまり場	介護福祉士等	17 人
19	平成 29 年 2 月 6 日	能登瀬会館	音楽療法士	17 人
20	平成 29 年 2 月 11 日	大野木たまり場	音楽療法士	18 人
21	平成 29 年 2 月 18 日	大野木たまり場	健康運動指導士	16 人
22	平成 29 年 2 月 23 日	世継会館	介護福祉士	16 人
23	平成 29 年 2 月 25 日	大野木たまり場	理学療法士	19 人
24	平成 29 年 2 月 28 日	枝折公民館	音楽療法士	34 人
25	平成 29 年 3 月 17 日	野一色会館	健康運動指導士	12 人
26	平成 29 年 3 月 23 日	枝折公民館	健康運動指導士	24 人
27	平成 29 年 3 月 29 日	河内会館	健康運動指導士	16 人



(世継サロン 介護福祉士等出前講座) ⇒  
排泄のことについて



← (河内区福祉委員会 理学療法士出前講座)  
膝痛・腰痛予防について

◆ 介護予防サポーター（ご近所元気にし隊員）養成講座（2 日間）

○高齢者等居場所のボランティアを対象とした介護予防サポーターの養成講座を実施。運動器・認知症についての知識や技術の習得を目的に実施した。

○養成人数：12 人（H26 年度から合わせて 52 人）

○参加団体数：8 団体

（野一色みまもりたい・枝折おたすけ隊・河内区福祉委員会・世継サロン・堂谷ふれあいサロン・生活支援ボランティアグループ・いきいきおうみみんなの家・岩ヶ谷サロン「いこい」）

◆ ご近所元気にし隊員情報交換会「とくダネ！会」

○ご近所元気にし隊員同士の介護予防に関する情報交換と市から介護予防情報を提供する。

○開催回数：5 回実施予定（フォローアップ講座は、除く）

5 月 18 日（水）・7 月 20 日（水）・9 月 21 日（水）・1 月 18 日（水）・3 月 15 日（水）

○開催時間：10 時～11 時 30 分（1 時間半）

○開催場所：米原市役所山東庁舎

○参加人数：1回目8人 2回目6人 3回目12人 4回目19人 5回目20人 計65人

○課題

社会福祉協議会においてお茶の間創造事業団体を対象にした情報交換会を企画されているため、合同実施とするのか協議を行う必要がある。

(第4回目:1月18日) →  
介護予防グッズ紹介



#### ◆ ご近所元気にし隊員フォローアップ講座

○ご近所元気にし隊員（介護予防サポーター）に対し、介護予防に関する知識の向上を図ることと、介護予防活動を継続する意欲づけの機会とする。

○開催日時：11月14日（月）14時～15時30分

○開催場所：やすらぎハウス

○内 容：「生活習慣病・うつ病予防のための幻のラジオ体操第3の役割」

講師 龍谷大学社会学部 教授 安西将也氏・教授 井上辰樹氏

○参加人数：52人

内訳) ご近所元気にし隊員31人（し隊員ではないが申し込み有の人5人含む）

健康推進員18人

スポーツ推進委員1人

その他（社協職員）2人



### ③ 歩楽るん教室

○目的 身近な地域で運動を実践することで、筋力低下を 방지 転倒骨折を予防する。

○対象 おおむね65歳以上

#### ■新規教室開催

○内容 実施時間：1時間半

実施回数：10回

実施内容：椅子又は床での運動

介護予防に関する話（転倒予防、口腔・嚥下機能、フットケア）

体力測定

利用者負担：1,200円（スポーツ安全保険料）

委託先：健康運動指導士 世森淑氏

○実績

自治会名	実施期間	実施場所	参加実人数	性別	自主グループ	自主グループ活動日
西山	H29.1.14～ H29.3.25	西山会館	12人	男：4人 女：8人	○	毎週土曜日の午前

実施か所数：1か所

参加実人数合計：12人 内訳) 65歳未満：1人 / 65～69歳：4人 / 70～74歳：1人  
75～79歳：4人 / 80～84歳：1人 / 85歳以上：1人

\*自主グループ支援として体操DVDを編集し、配布。また、参加者の実態調査も実施中。

○課題 ①PR を積極的に実施する

伊吹山テレビで10月に自主グループ（長岡）の紹介を行ったが、自治会に出向き周知していく。

④ 筋力トレーニングマシンの活用

○目的 地域住民や通所介護サービス事業所の利用者にマシントレーニングを実施し、運動機能を高め、健康維持増進につなげる。

○内容 やすらぎハウスと愛らんど、きらめきステーションに設置している筋力トレーニングマシンを市民が使用することができる。講習会やマシン使用日については、社会福祉協議会で設定。講習会の日時は、市広報誌で行っている。

○実績

	実施場所	講習会開催回数	講習会参加者数	マシン利用延べ人数
1	やすらぎハウス	12回	35人	2,286人
2	愛らんど	12回	59人	1,001人
3	きらめきステーション	12回	28人	1,299人

(平成29年3月末時点)

※講習会 やすらぎハウス：毎月第1水曜日 10時～11時

愛らんど：毎月第2木曜日 10時～11時

きらめきステーション：毎月第3木曜日 10時～11時

⑤ 認知症予防プログラム

◆ 出前講座『やってみよう！認知症予防プログラム』

○内容：脳の機能を測るファイブ・コグ検査を行う（約50分）。5人以上のグループで、元気な時期から自主グループにより運動と知的活動を継続して実施していく。

○実績

	団体名	開催日	参加人数
1	米原市近江老人クラブ連合会	平成28年8月24日	33人
2	大清水福祉会	平成28年9月20日	13人
3	サンライズ近江 ひだまり会	平成28年10月9日	16人
4	西山サロン福祉委員会	平成28年11月19日	19人
	合計	4団体	81人

◆ 認知症予防講座 米原公民館委託

○自主グループ活動の立ち上げを随時行う。

○内容：ウォーキングマップの作成、開発（参加者中心）

公民館のロビーに『認知症予防コーナー』の設置

- ・立体的認知症ケアパスの展示(認知症の相談窓口の案内、生活習慣病の予防や運動が認知症予防になることを示す)
- ・血圧計、体重計、身長計、記録用紙、認知症の病気、予防に関する資料を配置し、自由に利用できるよう設置。

○開催日：毎月第2木曜日

○開催時間：13時30分から15時30分

開催日月	テーマ	参加者数
平成28年4月14日	認知症ってなに？～原因と関係～	18人
平成28年5月12日	介護から見た認知症① 米原近江地域包括支援センター 今井氏	12人
平成28年6月9日	介護から見た認知症② 千寿会 曾我氏	11人
平成28年7月14日	認知症の予防法①食生活からできること 健康づくり課 管理栄養士辻氏	21人
平成28年8月25日	認知症の予防法②ストレス解消法 日本森林協会斎藤氏	11人
平成28年9月8日	認知症予防プログラム脳機能検査 ファイブコグ検査実施	16人
平成28年10月13日	体験してみよう 認知症予防プログラム① ウォーキングプログラム	15人
平成28年10月10日	体験してみよう 認知症予防プログラム② 料理プログラム	9人
平成28年12月8日	体験してみよう 認知症予防プログラム③ 旅行プログラム	8人
平成28年1月12日	体験しよう ① ストレスってなに？ ストレス解消法	11人
平成28年2月9日	体験しよう ②眠りのいろいろ ストレス解消法	11人
平成28年2月17日	作成したウォーキングマップで実際に歩いてみよう	3人
平成28年3月9日	認知症予防講座の振り返り 自主グループ化の提案	11人



#### (4) 地域リハビリテーション活動支援事業

##### ① 元気の一步事業

- 目的 ウォーキングの促進と低栄養者には栄養補助を行うことで、サルコペニア（加齢による筋肉減弱症）を予防していく。
- 対象 おおむね 65 歳以上
- 内容 ウォーキングカレンダーと歩数計を渡し、毎日の歩数を記録、毎月健康運動指導士にカレンダーを郵送する。低栄養者には、栄養補助食品を提供する。健康運動指導士は、歩数の目標値等を記載し、参加者にフィードバック用紙を送付する。  
実施期間：一人当たり 6 か月  
利用者負担：なし  
委託先：健康運動指導士 世森淑氏
- 実績 24 人（男性 9 人 女性 15 人）  
(60 歳代：12 人 70～74 歳：5 人 75 歳以上：7 人)
- 課題 ① P R を積極的に実施する。  
伊吹山テレビ・広報の他にも出前講座等での P R を実施していく。また、脳卒中・大腿骨頸部骨折のパスの対象者にも訪問時に介護予防事業を紹介していく。

##### ② リハビリテーション事業所支援事業

- 目的 介護予防・日常生活支援総合事業の訪問・通所 C 型（短期集中予防サービス）におけるリハビリテーションのサービスの受け皿の確保とリハビリテーションサービスの充実を目指す。
- 内容
  - ◆ 短期集中運動指導事業開始における準備  
委託可能な事業所（5 事業所）を対象にアドバイザーと市担当者が訪問し、事業開始にあたっての調整を行った。  
実績：2 回実施（6 月 14 日・7 月 27 日）
  - ◆ 運動器機能向上研修会  
市内介護保険サービス事業所・居宅介護サービス事業所・一般介護予防事業受託者・短期集中運動指導事業受託者・その他リハビリテーションに関与している者を対象とする。  
開催日時：12 月 13 日（火）18 時 30 分～20 時 30 分（2 時間）  
開催場所：米原市役所山東庁舎  
内 容：「高齢者の運動機能向上にむけてサルコペニアとフレイルを予防しよう！～高齢者の運動と栄養の取組みについて～」  
講 師：筑波大学大学院 准教授 山田実氏  
参加人数：45 人  
内訳）病院・クリニック 11 人 通所リハビリテーション 8 人 通所介護 18 人  
居宅介護支援専門員 5 人 介護予防事業従事者 3 人