

65歳からの転倒・骨折予防の流れ

資料5-1

		健康づくり・骨折予防の取組	骨折後の取組（安定期）	骨折後の取組（急性期）
目標		自立	事業対象者・要支援	事業対象者・要支援・要介護
		転倒リスクのある方・転倒経験のある方		（自立の場合あり）
日常生活の場面	運動	●ジムやフィットネスクラブで行うトレーニング、エアロビクスなど ●スポーツ（テニス・バレーボール・卓球など）		
	社会参加	●通いの場 高齢者ふれあいサロン 体操クラブ・コグニサイズ体験クラブ 回想法センター事業（体操） ●外出の機会を増やす（趣味・ボランティア・老人クラブ・いきいき隊などの活動） ●地域包括支援センターなどが実施する講座で学ぶ（骨折転倒予防の知識）		
介護保険の場面	介護予防・日常生活支援総合事業	自立した生活 少し前の元気な生活ができるようになる	●リハビリテーション専門職訪問事業（訪問C）	●予防通所基準緩和サービス ●予防相当通所サービス
	介護保険サービス	転倒・骨折の再発防止	●住宅改修 ●福祉用具購入、レンタル	●通所介護 ●通所リハビリテーション ●訪問リハビリテーション
医療保険の場面	通院	骨折を治す 歩く能力を取り戻し、安全に移動できるようにする	●骨折 経過観察	●骨折治療 ●通院リハビリテーション
	入院			●骨折治療 ●入院リハビリテーション
	薬剤管理	骨を丈夫にする めまいを防ぐ	●骨粗鬆症治療 ●ポリファーマシーに注意する。	
栄養管理	骨を丈夫にする 筋力をつける	●骨量を増やす食事・筋肉量を増やす食事・バランスの取れた食事 ●オーラルフレイルの予防（かむ力・のみこむ力をつける）		
環境整備	転倒の危険因子を 除く	●住宅改修（段差の解消・滑りやすい箇所への対策） ●居室、屋内の整理整頓		