

フレイル予防の取り組み

～介護保険の事業と通いの場の関係性～

北名古屋市役所 高齢福祉課 地域包括ケア推進室
酒井 貴久子

今日の内容

1. 高齢者の現状
2. フレイル予防と高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施について（復習）
3. 介護保険のサービス
4. 高齢者の社会参加とフレイル予防

北名古屋市の年齢別人口

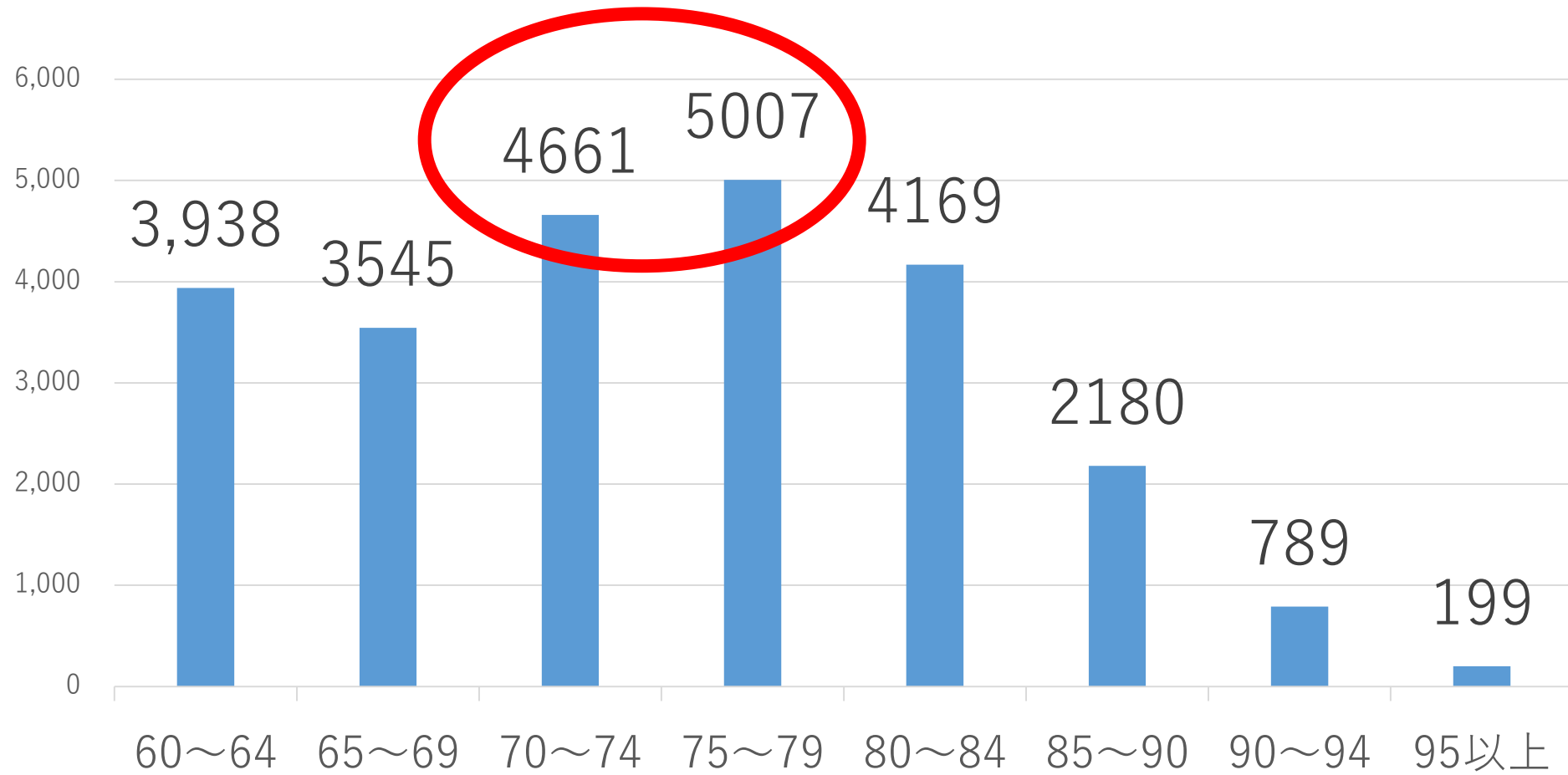
令和5年1月1日現在

年齢	人数
65~74	8,206人
75以上	12,344人

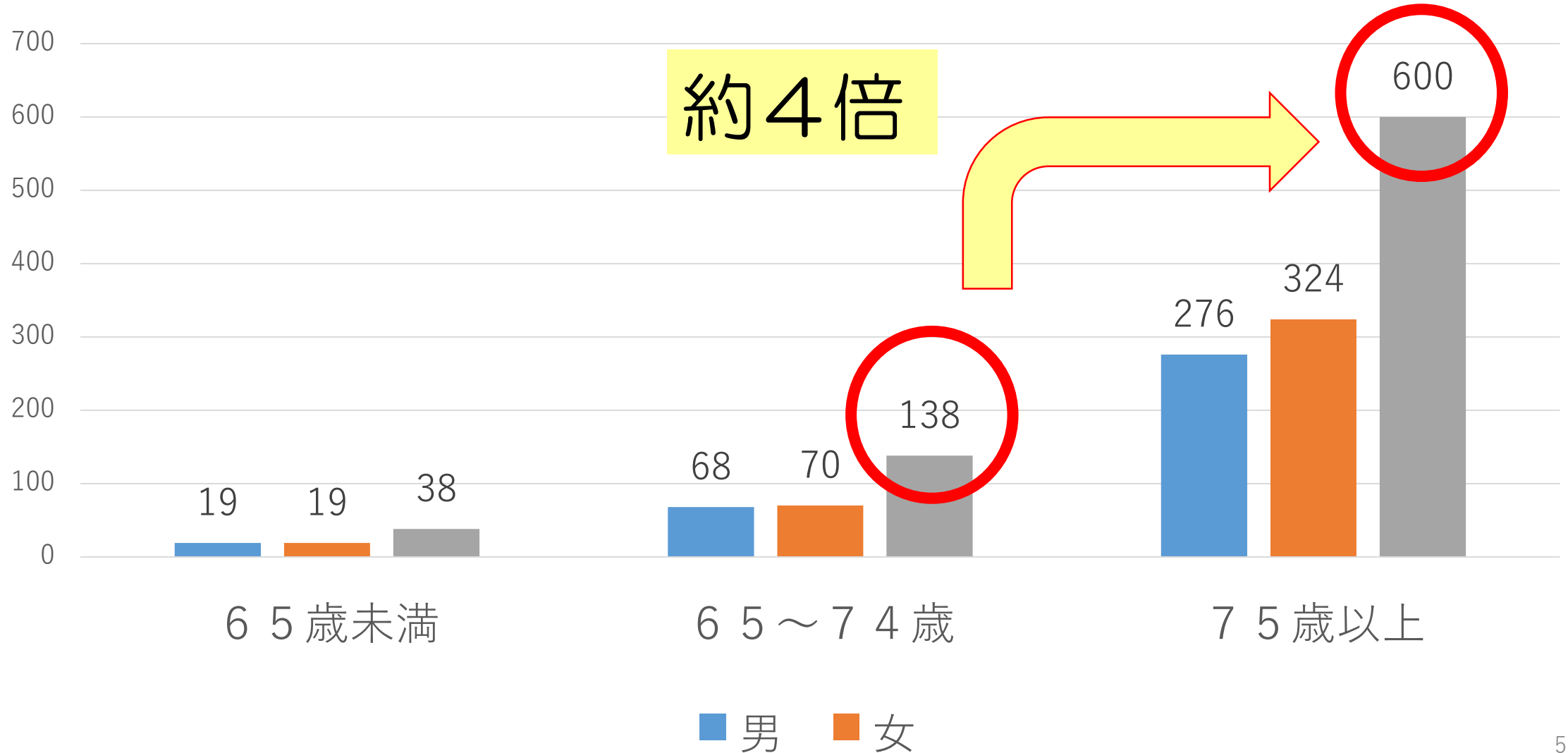


北名古屋市の年齢別人口

令和5年11月1日現在



令和4年度 北名古屋市新規介護認定者数

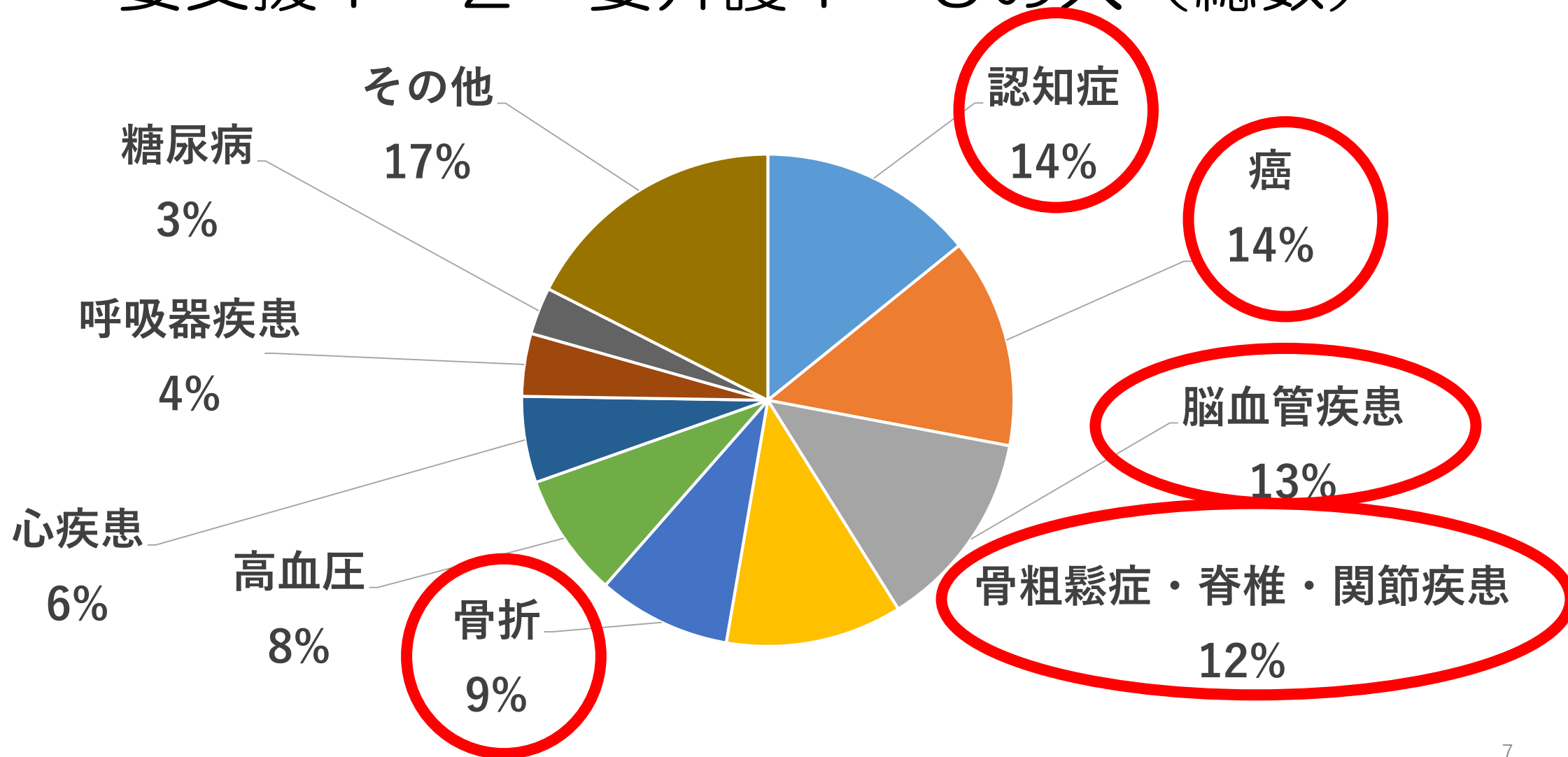


基本チェックリストによる事業対象者と 要介護認定による介護度について

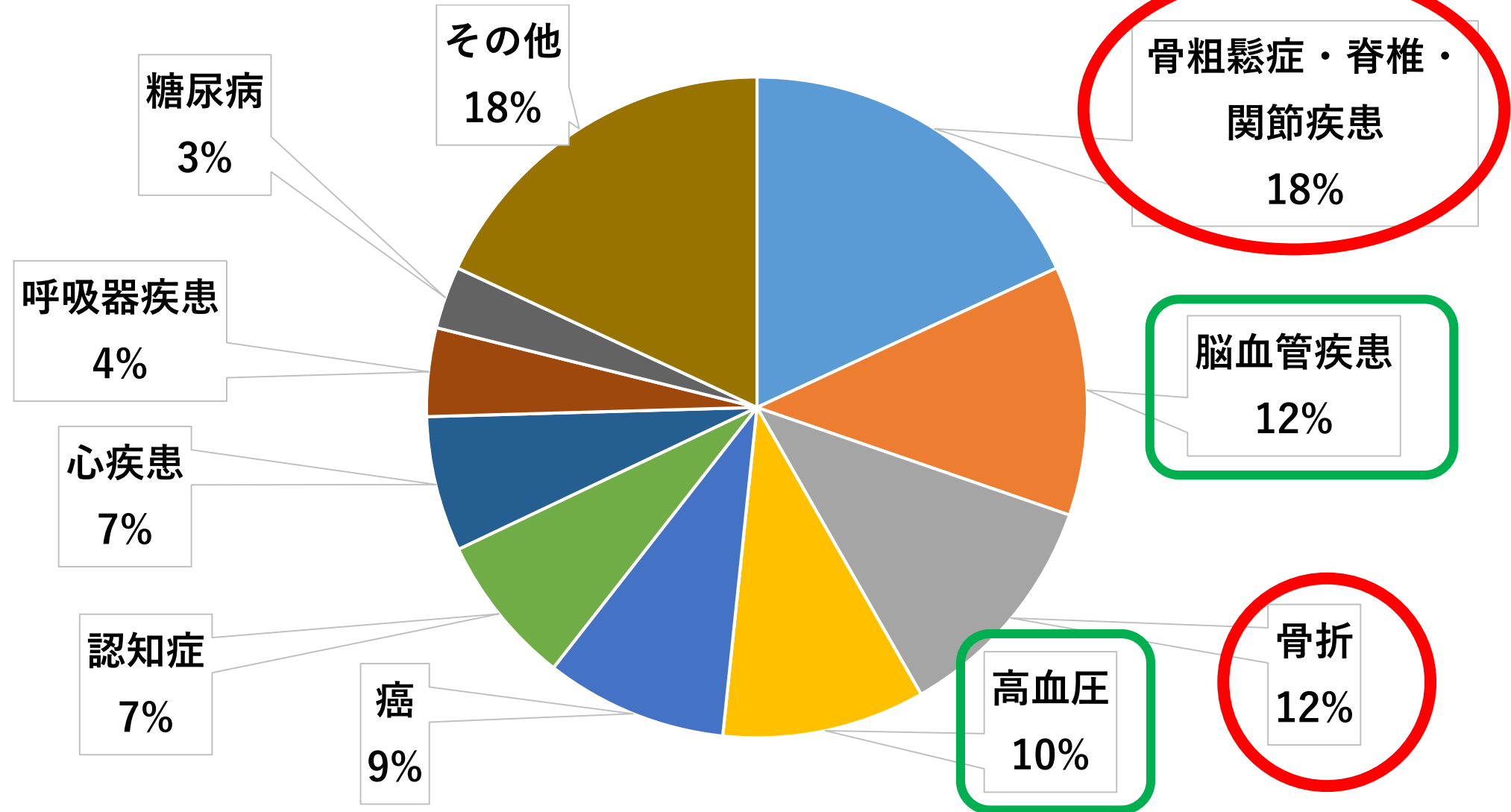
• 事業対象者	フレイルの状態
• 要支援 1 • 要支援 2	生活の困りごとが 少ない
• 要介護 1 • 要介護 2 • 要介護 3 • 要介護 4 • 要介護 5	多い



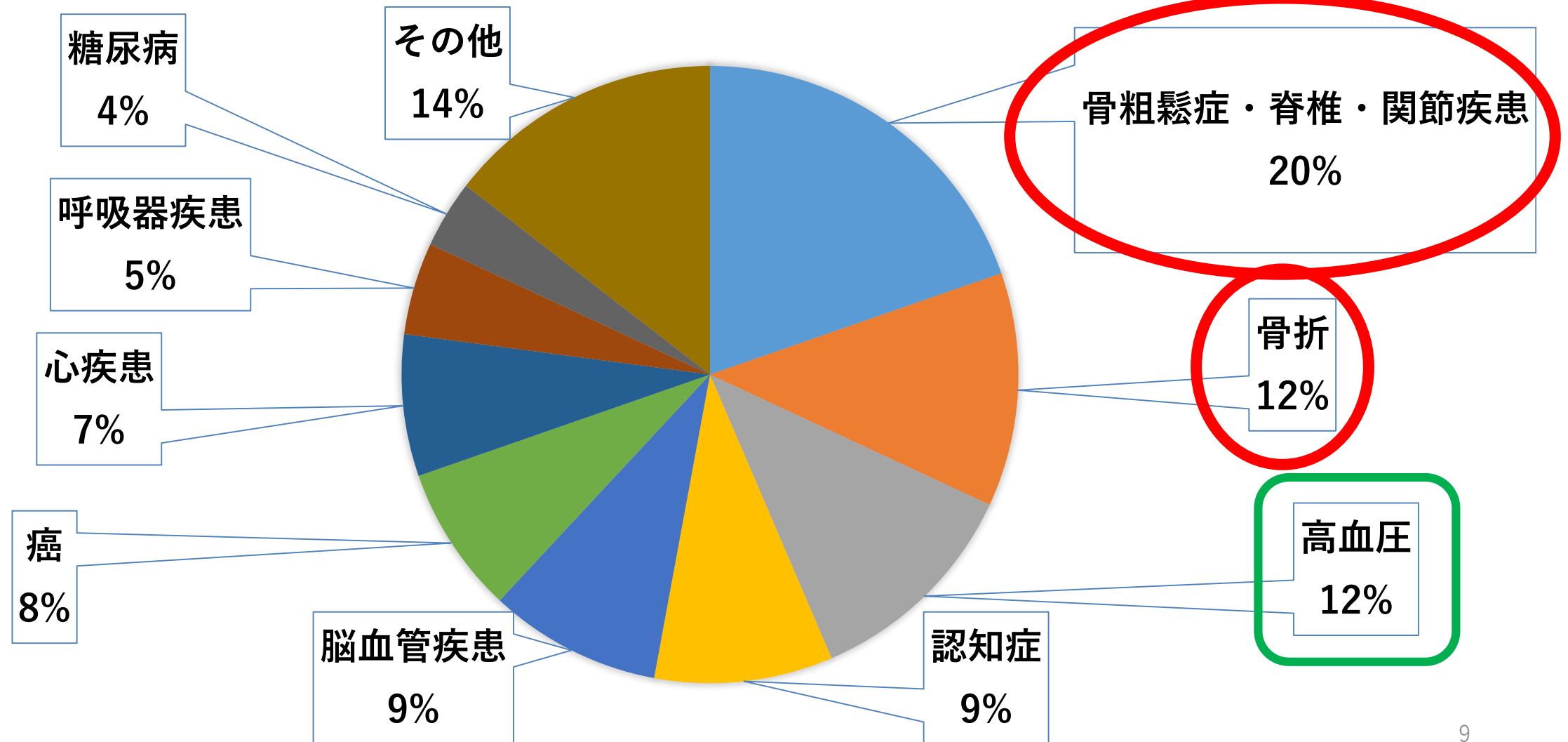
令和4年度北名古屋市の新規介護認定の原因疾患 要支援1・2 要介護1～5の人（総数）



令和4年度北名古屋市の新規介護認定の原因疾患 要支援1・2の人（総数）



令和4年度北名古屋市の新規介護認定の原因疾患 要支援1・2の人（75歳以上）



北名古屋市に住む83歳の北さんの話



大腿骨頸部骨折
人工関節置換術



杖が必要



3. 身体的・心理的・社会的3つのフレイル

身体的フレイル

- ・運動器の障害で移動機能が低下
- ・筋肉の衰え 筋力は自然に低下

精神・心理的 フレイル

- ・うつ状態
- ・軽度の認知症の状態

社会的フレイル

- ・社会とのつながりの希薄化

フレイルドミノ

フレイルの入り口
(最初のドミノ)
は人それぞれです

社会とのつながり

生活範囲

運動

お口

栄養

からだ

健康

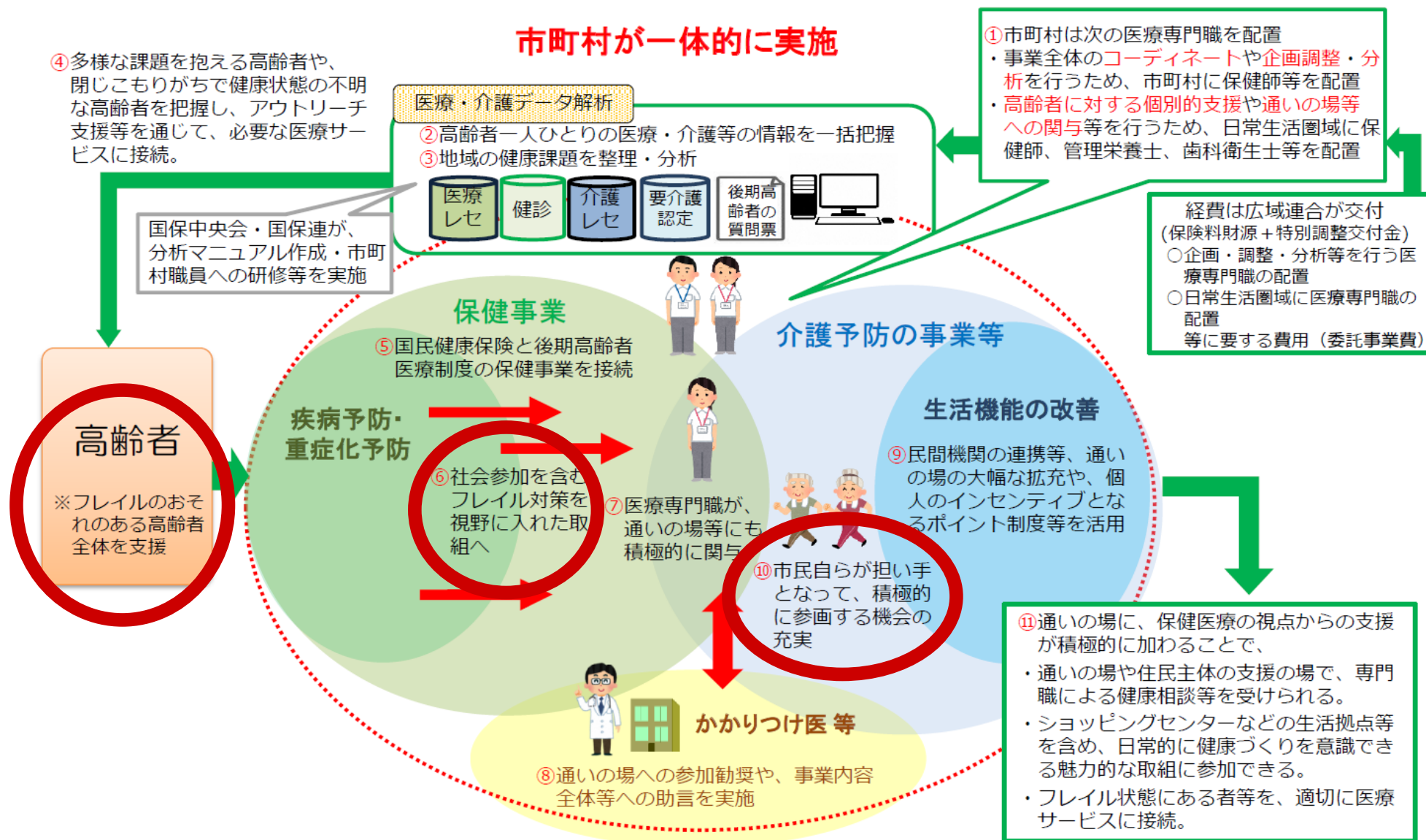
フレイル

要介護
状態

予防することで
健康になる可能性がある

要支援・要介護状態になる
危険が高い

高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施について



北さんの困りごとは何でしょう??

西部北 地域包括支援センター

石橋・中之郷・宇福寺・北野・法成寺・
鍛冶ヶ一色・徳重・弥勒寺・山之腰

住所：法成寺ツナギ畑 104-1
電話：0568(54)1113

東部 地域包括支援センター

熊之庄・六ツ師・片場・
高田寺・能田・薬師寺

住所：熊之庄御櫛 22
電話：0568(27)2751

西部南 地域包括支援センター

九之坪・加島新田・野崎・
沖村・西之保・西春駅前

住所：西之保深坪 67-3
電話：0568(54)5571

中部 地域包括支援センター

鹿田・久地野・二子・井瀬木

住所：鹿田西村前 111
電話：0568(21)1733

地域包括支援センター
に相談してみよう!!



介護予防・日常生活支援総合事業の種類と対象者

介護予防・生活支援サービス事業

- 基本チェックリストで日常生活に弱りがあると判断された方
（事業対象者：運動機能・口腔機能・栄養状態などをチェック）
- 要支援1・2の認定を受けた方（介護保険利用申請し判定）

一般介護予防事業

- 日常生活に弱りがなくても利用できる
- 65歳以上のすべての高齢者

サービスの種類（通所する 施設等に出かける）

事業対象者 (基本チェックリスト該当者)	要支援1・2 (介護予防を目的とする)	要介護1～5
<p> <u>基準緩和型 通所介護サービス (デイサービス)</u> 通所介護施設等での自立を目指した 介護予防プログラム </p>		<p> <u>通所介護サービス (デイサービス)</u> 通所介護施設での 食事、入浴、 レクリエーション </p>
	<p> <u>従来型 通所介護サービス (デイサービス)</u> 通所介護施設での食事、 入浴、レクリエーション </p>	
	<p> <u>通所リハビリテーション (デイケア)</u> 老人保健施設や医療機関での 食事、入浴、排泄、機能訓練 </p>	

サービスの種類（訪問を受けるサービス）

事業対象者 (基本チェックリスト該当者)	要支援1・2	要介護 1～5
<u>短期集中リハビリテーション</u> リハビリテーション専門職訪問事業 リハビリテーション専門職による自立を目指した アドバイス訪問期間 6か月		
<u>市民主体型訪問サービス</u> 市民主体による自立を目指した生活支援		
<u>基準緩和型 訪問介護サービス</u> ヘルパー等による自立を目指した生活支援		<u>訪問介護 サービス</u>
	<u>従来型 訪問介護サービス</u> ヘルパーによる 生活支援、身体介護	ヘルパー等 による 生活支援 身体介護

リハビリテーション専門職訪問事業

市が委託した医療機関・介護保険事業所の
リハビリテーション専門職（理学療法士または作業療法士）が
自宅を訪問し、自立した生活が送れるようアドバイスします。

事業の対象者：事業対象者・要支援1・要支援2の方

実施期間：おおむね3～6か月継続して訪問します。

頻 度：月2回程度（最大8回）



例えばこんな人におすすめ

- 足腰の弱りを感じる

「買い物が大変になってきた。」

「家の中でつまづくようになった。」

「杖や福祉車に頼って歩くようになった。」

「15分続けて歩くことができなくなった。」



- 歩く自信をつけ、自分で買い物に行けるようになりましょう。

リハビリテーション専門職訪問事業

その困りごと、年齢のせいにしていませんか？
少し前の元気な自分に戻るお手伝いをします！

目指す姿

リハビリテーション専門職がアドバイス

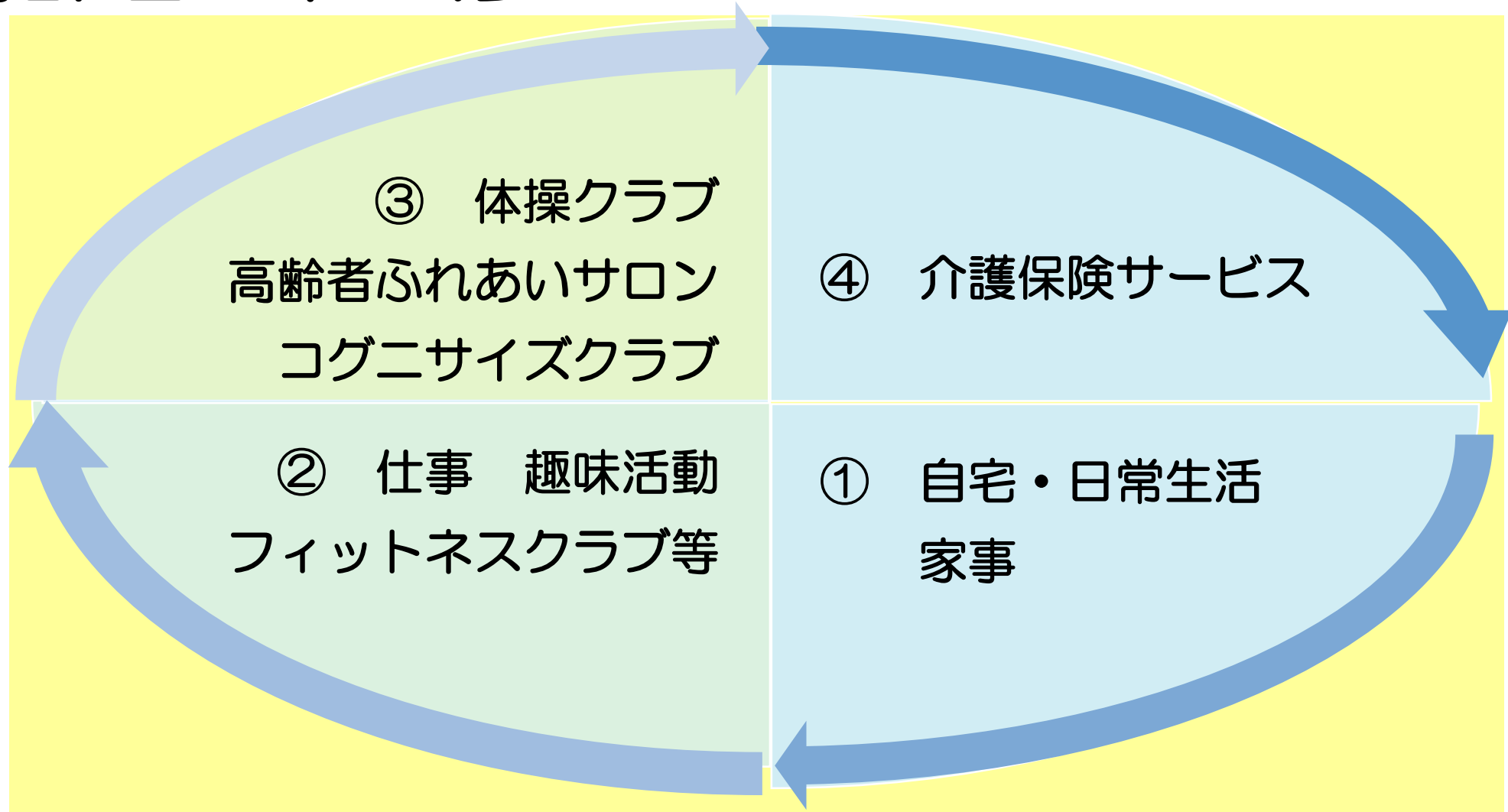
以前できていたことが、再びできる。

弱らない生活を送るためのポイントを発見できる。

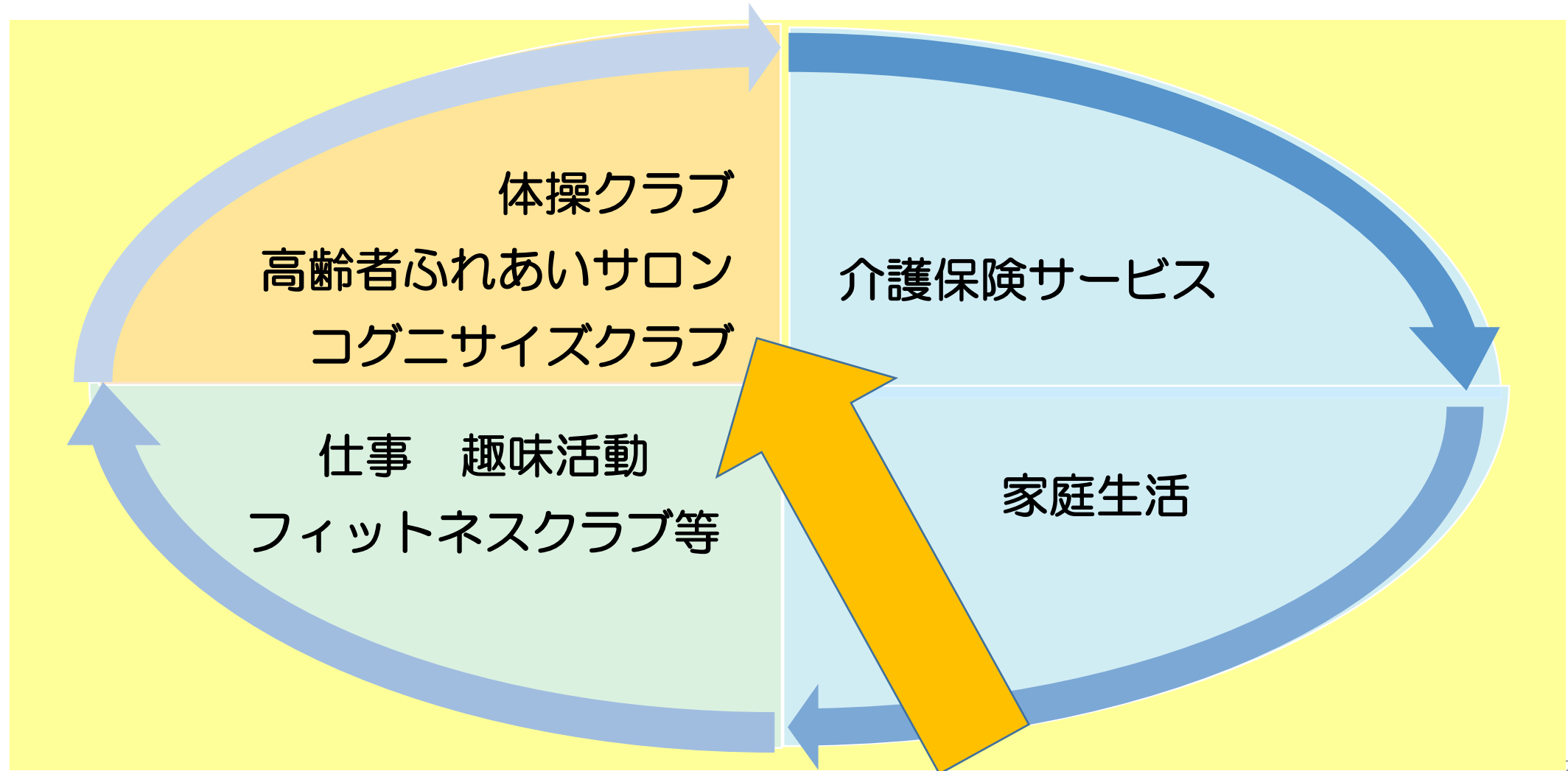
本人が生活をセルフマネジメントできるようになる。



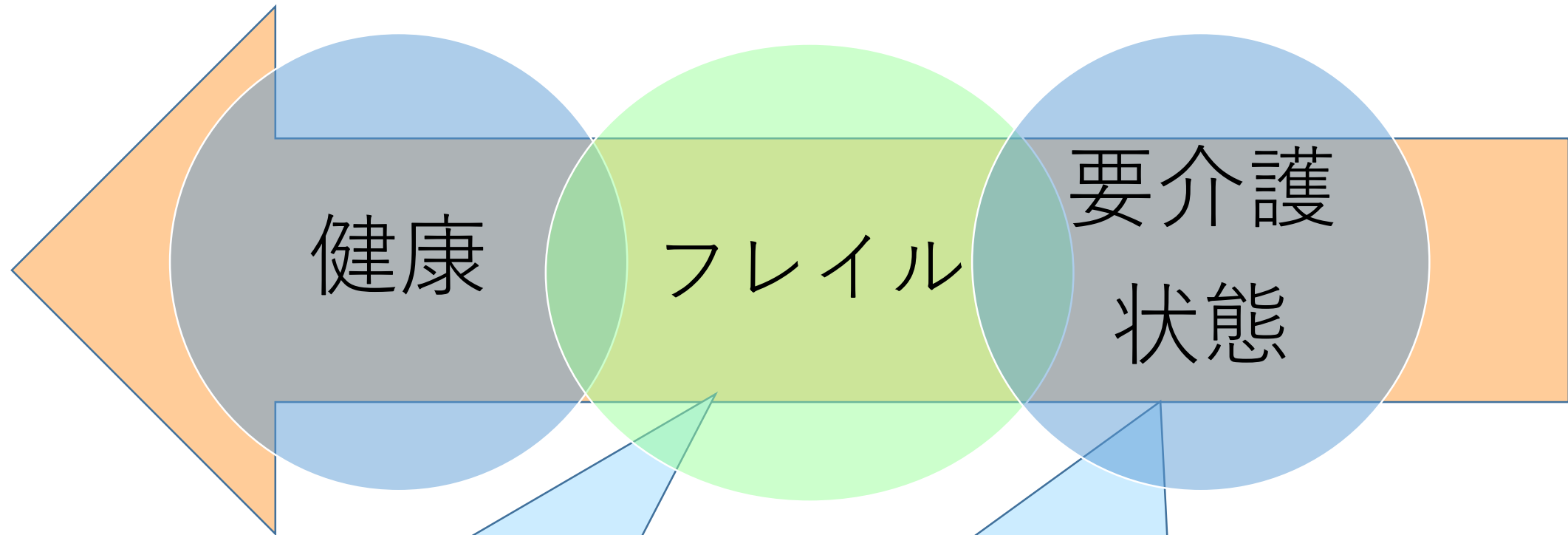
高齢者の社会参加



高齢者の通いの場



社会参加とフレイル予防



社会参加することで
健康になる可能性がある

介護保険のサービスを使いながら
自立した生活が送れるようになる

地域包括支援センターの関り

通いの場での声かけ 取り組み

専門職の関り

本人の気づき 取り組み

市の関り

健康

フレイル

要介護
状態