

令和5年度 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施 関連事業 まとめ

重点目標 口腔を中心としたフレイル予防

ポピュレーションアプローチ

事業カテゴリー	支援カテゴリー	生活圏域	事業名	目的	対象者			支援方法	事業内容
					資格要件	年齢	条件		
一般介護予防	栄養運動	3圏域	健口・健食げんき教室	高齢者が保健・医療の専門職により提供される栄養改善および運動習慣の改善のための介護予防教室に参加することにより、生活行為の改善を図り、可能な限り地域で自立した生活を送ることができるよう支援することを目的とする。	なし	65歳以上	令和4年度特定健診実施者で年度末年齢が65歳から74歳の者のうち、問診票10で「いいえ」と回答したものかつ問診票21で「改善するつもりはない」と回答したもの	集団	栄養・運動に関する講話 調理実習・運動 栄養・運動の健康チェック
一般介護予防	運動栄養	3圏域	つどいの場等への講師派遣	介護予防のために活動する地域組織を育成・支援する	なし	65歳以上		集団	専門家派遣による健康教育（運動療法、音楽療法、回想法、栄養講座）を実施
一体的実施	運動栄養	4圏域	地域サロン等つどいの場での健康教育	高齢者の生きがいと健康づくりに役立つ情報の提供と健康相談を行い、健康維持増進を目的とする。	なし	年齢不問		集団	季節に応じた健康に関する講話、ストレッチや、運動の実施 血圧測定を中心とした健診相談を実施
一体的実施	栄養口腔	3圏域	老人クラブ健康教育	高齢者の生きがいと健康づくりに役立つ情報の提供と健康相談を行う。	なし	年齢不問	老人クラブに加入	集団	オーラルフレイルについての講話 健診勧奨
一体的実施	口腔栄養	3圏域	介護保険料決定通知同封フレイル予防についての啓発	フレイルに関連する栄養や口腔について、前期高齢者からアプローチをすることで、意識の向上やフレイル予防について学びきっかけを作る。	介護保険加入者	65歳以上	介護給付の有無に関わらず	個別	オーラルフレイルについての啓発 、地域包括支援センター案内
健康増進事業	運動	3圏域	おたっしやハウス	住み慣れた地域で、仲間と一緒に継続的な運動を行うことによる健康づくりを支援することを目的とする。	なし	65歳以上		集団	運動普及推進員によるにっしん体操、運動・ストレッチ・リズム体操等
一体的実施	栄養口腔	中部1件	おたっしやハウスを活用した栄養アプローチ	運動教室の場を活用した栄養支援により、サルコペニア予防を効果的に行う。	なし	65歳以上	おたっしやハウス参加者（利用者に後期高齢者医療制度加入者がいること）	集団	測定（体重・握力）質問票による確認 講義 ・フレイル・サルコペニア ・測定値・質問票を活用したセルフチェック ・栄養バランス・摂取量、栄養補助食品等活用 効果測定によるセルフチェックとアンケート ・ 口腔体操
一般介護予防	運動	3圏域	きらきら体操教室	高齢者が要介護または要支援状態となることの予防及び生活機を維持・改善することや、介護予防の普及・啓発を行う。	なし	65歳以上		集団	・運動指導
一般介護予防	運動	西部地域	にこにこ体操教室	高齢者が要介護または要支援状態となることの予防及び生活機を維持・改善することや、介護予防の普及・啓発を行う。 また、介護予防・生活支援サービス事業における通所型サービスC事業参加者の事後教室としての役割をもつ	なし	65歳以上		集団	・専門職による運動指導
一般介護予防	運動	3圏域	テレビ体操タイム	高齢者が気軽に運動できる機会を創出しフレイル予防を目指す。	なし	65歳以上		集団	・体操DVDを使った運動
一体的実施	栄養その他	3圏域	生涯学習講座参加者フレイルチェック	学習意欲のある高齢者が生涯学習の場で学びを深めるだけでなく、個々の健康状態を振り返る機会を与えることで、行動変容へと導ききっかけとする。	なし	年齢不問		集団	質問票を活用したフレイルに関する啓発

一般介護予防	口腔	3圏域	お口の元気アップ教室（仮）	①オーラルフレイル等高齢期の健康特性を理解した上でセルフチェックにより客観的に自身の口腔状況を把握し、生活習慣改善の必要性について気付くことができる。また、定期的な歯科受診の必要性とメリットを知ることができる。	国保・後期	65～75歳	・第9期夢プランのアンケートに答えた方の中で、「お口に関する教室があれば参加したい」と回答した人 ・年齢内の市内在住の人	集団	・歯科医師講義 ・口腔セルフチェック
一般介護予防	口腔	3圏域	名大プロジェクト オーラルフレイルチラシの配布	オーラルフレイルについて知識をつけることで介護予防につなげる。	なし	今年50.55歳になる人 介護保険料の通知対象者		集団	・令和5年度の歯周病検診勧奨通知（50、55歳）に封入 ・介護保険料の通知に封入（地域福祉課） ・75歳後期高齢者医療保険証に封入（保険年金課（
一般介護予防	口腔	3圏域	生活習慣病予防講演会（健康講演会）	生活習慣病にからめたフレイル予防（オーラルフレイル予防）について周知	国民健康保険加入	40歳（年度末年齢）～74歳の者		集団	・生活習慣病とからめたフレイル予防（オーラルフレイル含む）の講話 ・講演会参加者にオーラルフレイルに関するチラシ配付 ・特定健診結果送付時（第三クール受診者かつ特定健診結果説明会欠席者）にチラシ封入
健康増進事業	栄養 口腔 運動	3圏域	アクティブシニア倶楽部	健康習慣を身に付けることでフレイル状態を予防して健康寿命の延伸を目指すとともに、学びを通じて仲間づくり、地域づくりにつなげることを目的とする	なし	概ね60歳以上		集団	・フレイル・介護予防を主軸とした医療専門職による健康づくりの講義と実習（ 歯科医師による講習 ） ・仲間づくり、地域づくりのための交流の場や情報の提供
健康増進事業	口腔 運動	3圏域	カラオケ機器利用によるフレイル予防	介護予防、フレイル予防、健康増進を目的とする	なし	65歳以上	コミュニティサロン会員	集団	・カラオケ機器に組み込まれた機能（映像と音楽による指導）を利用した体操、 口腔運動 ・カラオケ機器に組み込まれた機能（懐かしの映像）を利用した認知機能の維持、回復
	栄養 口腔 運動	3圏域	広報・にしんテレビ等周知	広く市民に周知する	なし	年齢不問			広報掲載

ハイリスクアプローチ

一体的実施 (ハイリスク 個別支援)	低栄養 口腔	3圏域	低栄養リスクア プローチ	フレイル・サルコペニア予防を視点に栄養改善すること で介護予防・QOL向上を目指す	後期高齢 者医療制 度加入者	75～85歳	後期健診結果で低栄養リスクと判定	集団・個 別併用	【初参加者】 体重・握力・ふくらはぎ周囲径測定、栄養教室、目標設定、取組内容含め効果測定 【前年度参加者】 体重・握力・ふくらはぎ周囲径測定 口腔機能チェックと歯科衛生士の講話
	生活習慣病予 防 糖尿病性腎症	3圏域	糖尿病受診勧奨 訪問	健診の結果、血糖値が医療機関への受診が必要な数値 にもかかわらず、未治療である者に対し個別訪問を行 い受診勧奨を行うことで早期に医療機関での管理に繋 げ、糖尿病合併症（神経症・網膜症・腎症）の重症化 予防を目指す	国保・後 期	国保40～ 74歳 後期75歳 以上	前年度健診結果にて糖尿病受診勧奨判定値の未治 療者 糖尿病治療中断者	個別	勧奨通知 家庭訪問 モニタリング ・糖尿病や糖尿病合併症（特に腎症）と受診 の必要性の理解 ・かかりつけ医の有無と診療内容 ・生活改善等取組状況 ・15項目質問票を活用したフレイチェック （65歳以上）※面接した方のみ レセプトによる受診確認
	生活習慣病予 防 糖尿病性腎症	3圏域	糖尿病性腎症重 症化予防 事業(保健指導)	糖尿病性腎症の患者に対し、かかりつけ医と連携しな がら、専門の研修を積んだ看護師、保健師による保健 指導を行う。保健指導により患者自らの自己管理を促 すことでQOLを高め、糖尿病性腎症の重症化を遅ら せることを目的とする。	国保・後 期	国保40～ 74歳 後期75～ 76歳	糖尿病性腎症重症化予防段階の者(糖尿病性腎症病 期分類第2・3期相当)	個別	・かかりつけ医から対象者選出・事業紹介 ・専門保健師・看護師の指導のもと糖尿病・ 糖尿病性腎症に関する病気の特徴と予防方 法について学び、行動変容確認 ・かかりつけ医提出の診療データを基に 効果測定 ・指導終了1年後にフォローアップ支援
	健康不明者	4圏域	栄養パトロール 事業	健康不明者（健診・医療データがない後期高齢者）に 対して家庭訪問をすることによりフレイル・低栄養 リスク者を把握し、低栄養リスクのある者へ栄養に関 するアプローチを行うことにより、フレイル予防・ QOLの向上を目指す。	後期高齢 者医療制 度加入者	76～85歳	過去1年間健診未受診、医療受診なし 介護認定なし	個別	①実態把握訪問 家庭訪問によるアンケート回収、フレイル・低栄養リスク判定、不在者の生存確認 状況に応じ、多機関（医療・介護、地域包括支援センター、警察等）連携 ②ハイリスク者への栄養指導 フレイル・低栄養と判定された者へ栄養指導実施
総合事業 短期集中C	運動	3圏域	足腰おたっし ゃ クラブ	保健・医療専門職により提供される運動機能改善・維 持のための介護予防教室に参加することで生活機能の 改善を図り、可能な限り地域で自立した生活を送るこ とができるよう支援することを目的とする。	なし	65歳以上	・事業対象者、要支援1または2の者 ・令和4年度の後期高齢者医療健診受診者のう ち、フレイル問診票において「歩く速度が遅く なった」「1年以内に転んだことがある」と回答 した者に案内（介護認定を受けていない者）	集団・個 別併用	・教室前後、半年後のフォローアップでの運動機能評価（測定） ・専門職による運動指導、講話

その他

健康増進事業	栄養 口腔 運動	3圏域	コミュニティサ ロン	要支援・要介護状態の予防と閉じこもりを防止するこ とを目的とする。	なし	65歳以上	独居、一人での活動に不安がある等民生委員等 地域や行政の見守りが必要であると判断された者	集団	・指導員によるにっしん体操、運動、ストレッチ等 ・保健師による低栄養予防の講話 ・地域包括支援センター職員による栄養に関する講話 ・歯科衛生士による講話
一体的実施	栄養 口腔 運動	3圏域	コミュニティサ ロンにおける健 康教育	健康についての知識の普及や日常生活の中で実施でき る体操などを行い、要介護状態になることを予防す る。	なし	65歳以上	独居、一人での活動に不安がある等民生委員等 地域や行政の見守りが必要であると判断された者	集団	・健康講話 ・健康相談（血圧測定含む） ・体操・ストレッチ ・レクリエーション