

令和5年度いきいき相談室研修

# 地域包括ケアの推進にかかる 施策について

～介護予防施策～

名古屋市 健康福祉局 高齢福祉部  
地域ケア推進課

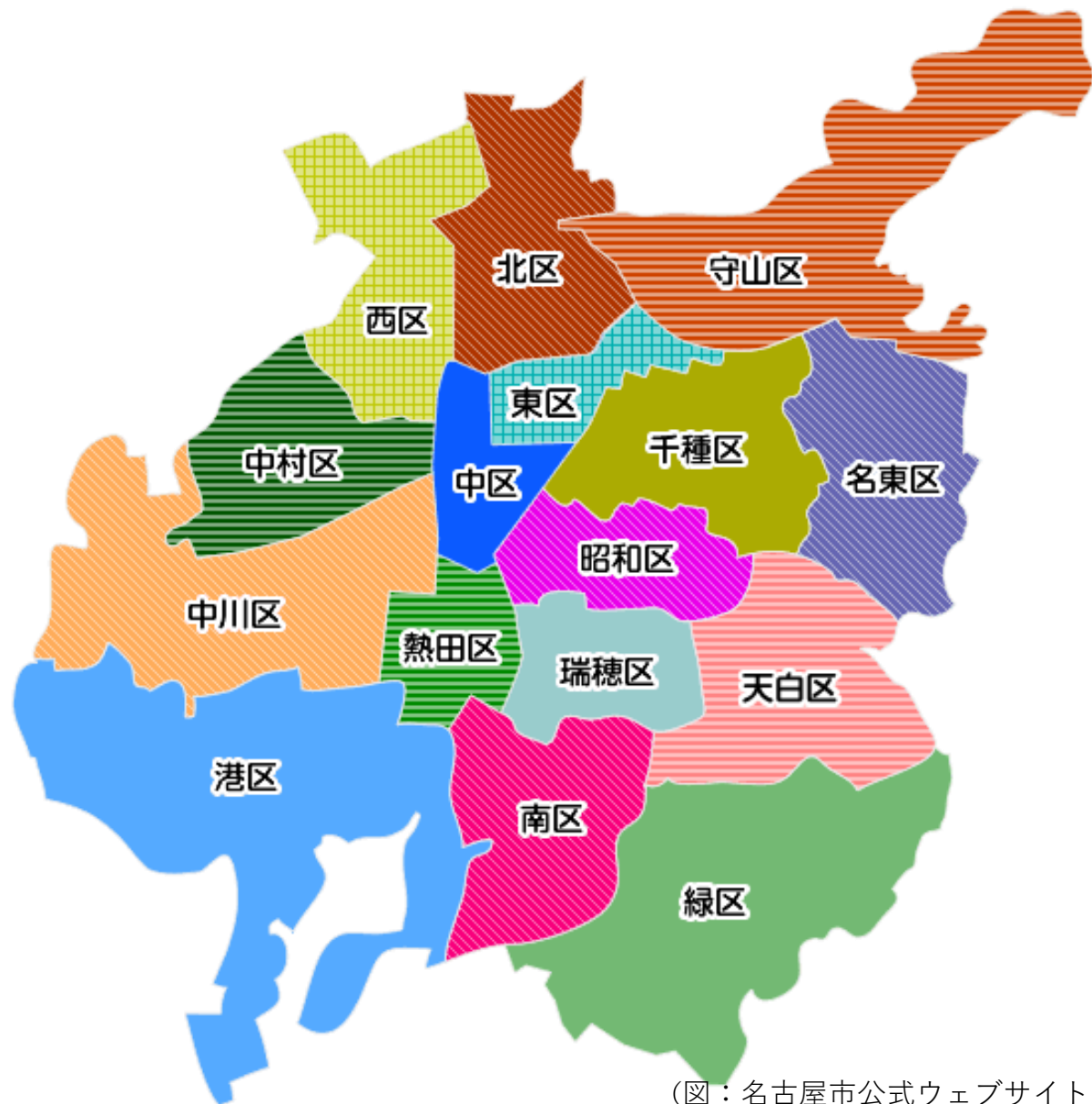
1. 名古屋市における高齢化の状況
2. 地域包括ケアシステムとは
3. 名古屋市の介護予防施策



# 1. 名古屋市における高齢化の状況

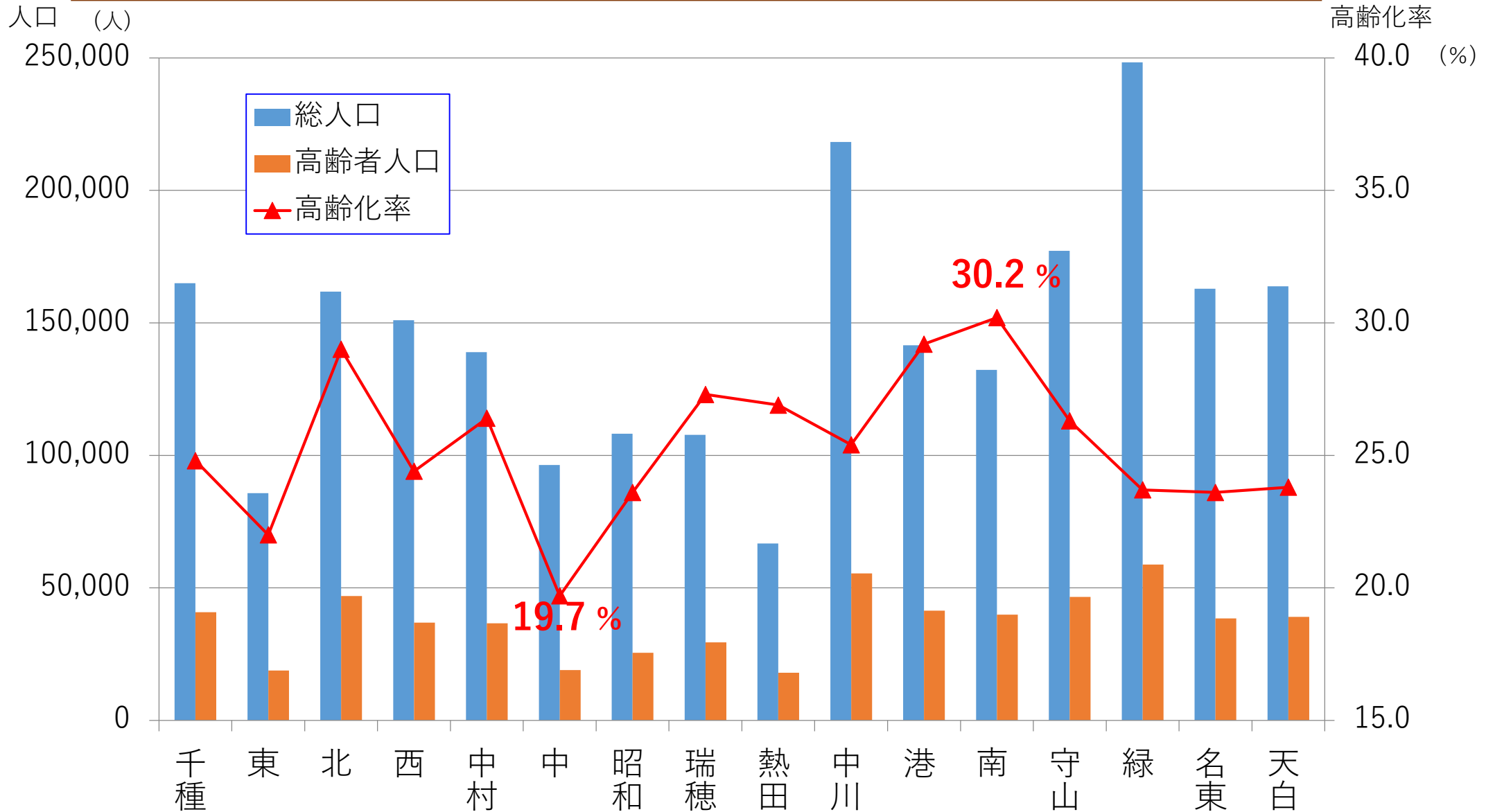
(令和4年10月1日時点)

区分		名古屋市 (16区)
総人口		2,325,778人
うち 65歳以上 (高齢化率)		591,679人 (25.4%)
うち 75歳以上		323,186人

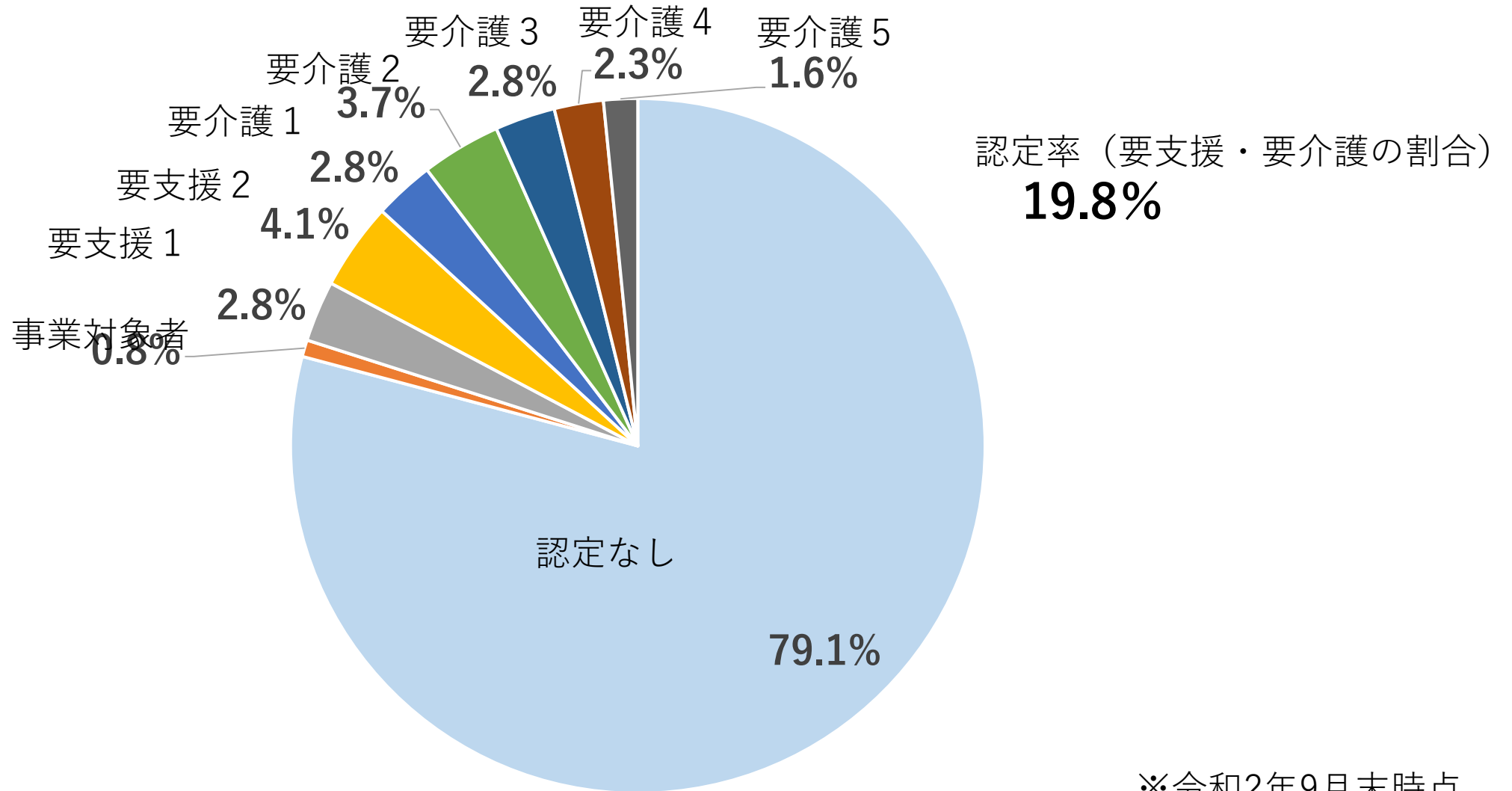


(図：名古屋市公式ウェブサイトより)

# 各区における高齢化の状況

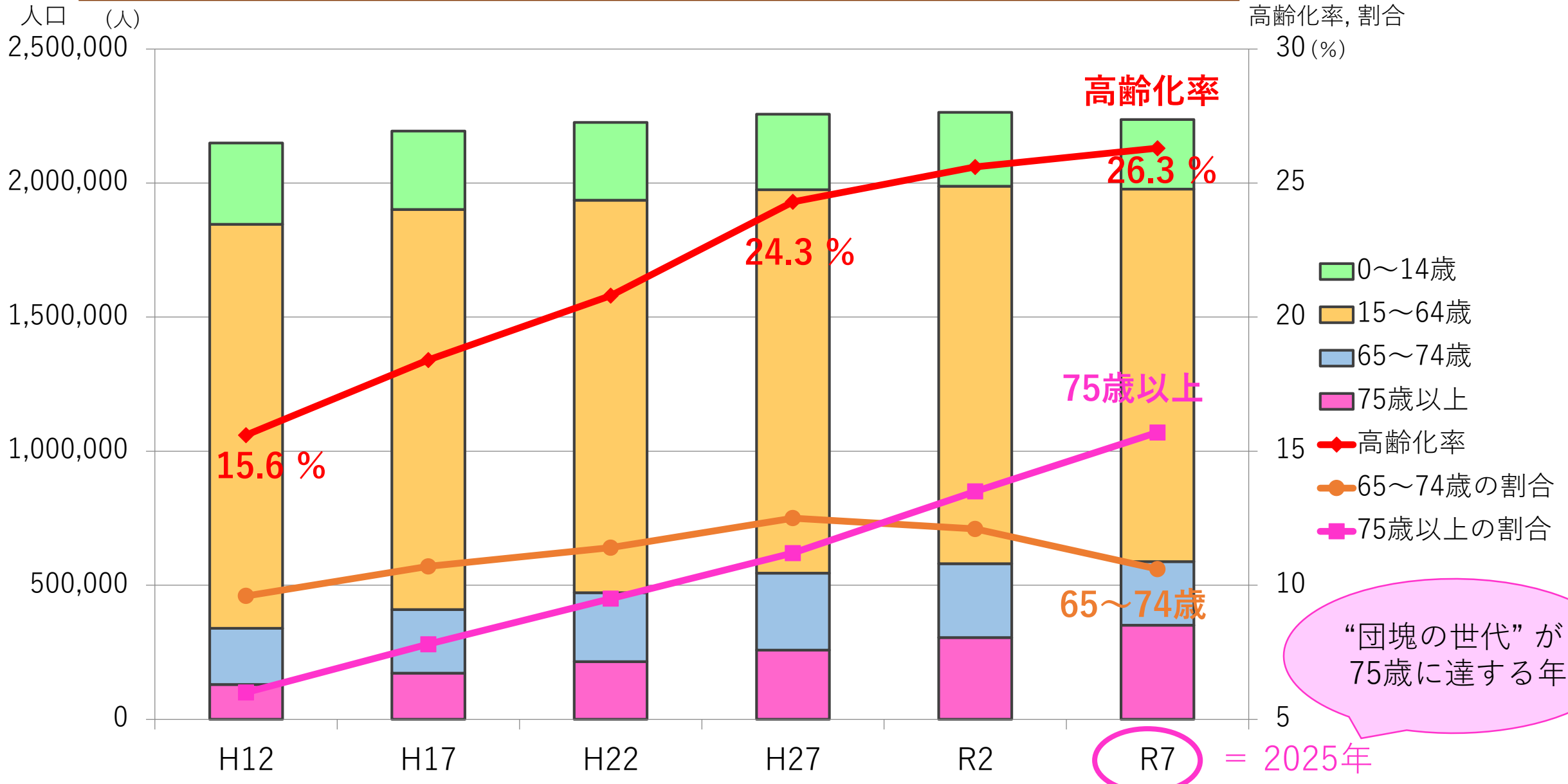


# 名古屋市における要介護認定の状況

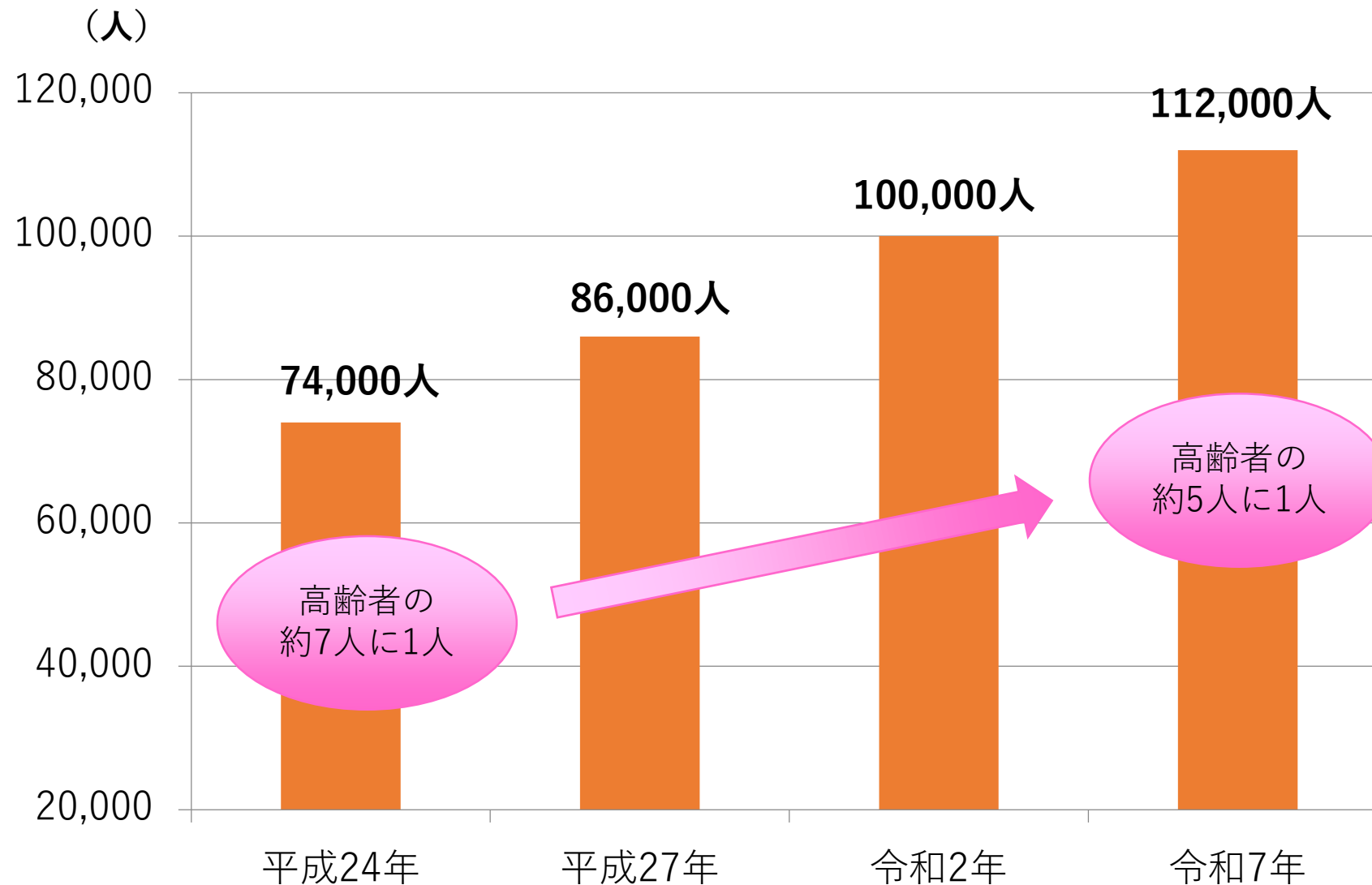


※令和2年9月末時点

# 名古屋市における人口推移



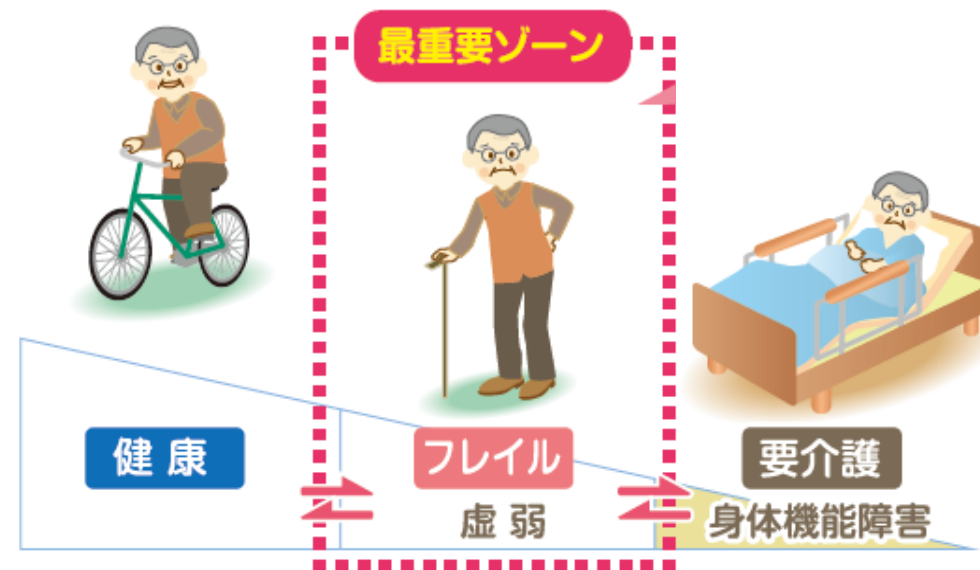
# 名古屋市の認知症高齢者数



# 名古屋市民のフレイルの割合

令和4年度に実施したアンケート調査※の結果、認定を受けていない方のうち、

約16.8%がフレイルの可能性あり



※「健康とくらしの調査」：無作為抽出した認定のない65歳以上の市民25,000名を対象に実施

※フレイルあり割合：基本チェックリスト8項目以上該当で定義



## 2. 地域包括ケアシステムとは

---

高齢者が医療や介護が必要となっても  
住み慣れた地域で自分らしい暮らしを  
人生の最後まで続けることができるよう、  
住まい・医療・介護・介護予防・生活支援  
が一体的に提供される体制

# 地域包括ケアシステムとは

～この場所がいい、ずっと支えて、支えられて～

## <地域包括ケアシステム>



## 介護予防の取り組み

### ①介護予防給付

### ②介護予防・日常生活支援総合事業

- ・ 介護予防・生活支援サービス事業
- ・ 一般介護予防事業

### ③その他の介護予防事業

# 3. 名古屋市の介護予防施策

---

## ①介護予防給付

## ②介護予防・日常生活支援総合事業

- ・介護予防・生活支援サービス事業
- ・一般介護予防事業

## ③その他の介護予防事業

# ①介護予防給付

## 【対象者】 要支援1・2

### 在宅サービス

- ・ 介護予防訪問入浴介護
- ・ 介護予防訪問リハビリテーション
- ・ 介護予防訪問看護
- ・ 介護予防通所リハビリテーション
- ・ 介護予防短期入所生活介護
- ・ 介護予防短期入所療養介護
- ・ 介護予防特定施設入居者生活介護
- ・ 介護予防居宅療養管理指導
- ・ 介護予防福祉用具貸与
- ・ 介護予防福祉用具販売
- ・ 介護予防住宅改修

### 地域密着型サービス

- ・ 介護予防認知症対応型共同生活介護  
(要支援2のみ対象)
- ・ 介護予防認知症対応型通所介護
- ・ 介護予防小規模多機能型居宅介護

## ②介護予防・日常生活支援総合事業

◎市町村が中心となって、地域の実情に応じて、住民等の多様な主体が参画し、多様なサービスを充実することにより、地域の支え合いの体制づくりを推進し、要支援者等に対する効果的かつ効率的な支援等を可能とすることを目指す。

◎名古屋市では平成28年6月より開始

### 介護予防・生活支援サービス事業

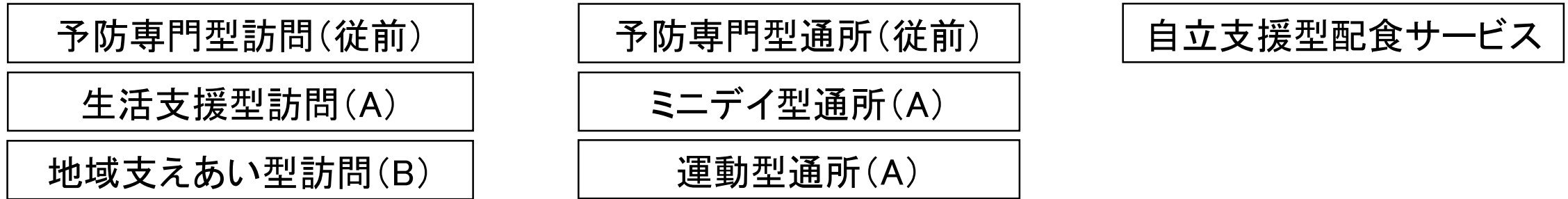
対象者：要支援認定者・事業対象者

### 一般介護予防事業

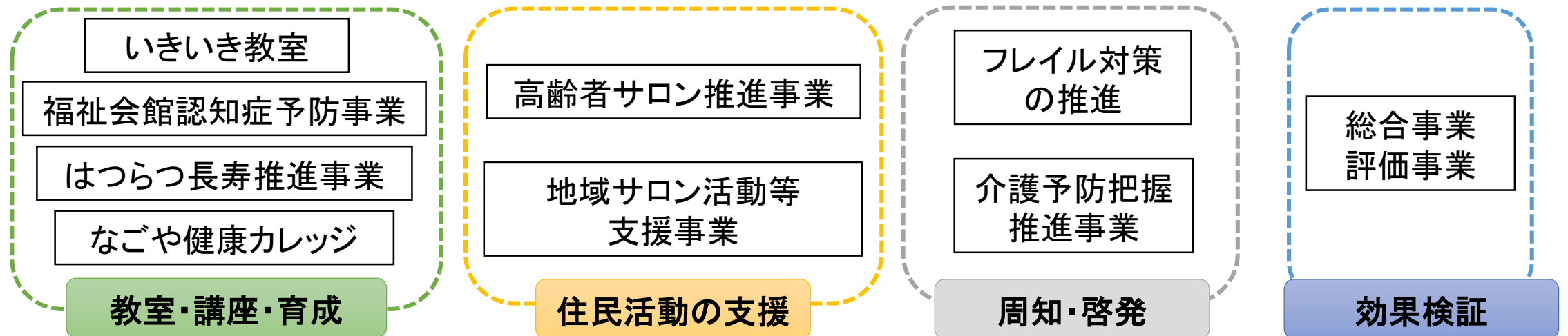
対象者：65歳以上の高齢者

# 名古屋市における総合事業（制度上の整理）

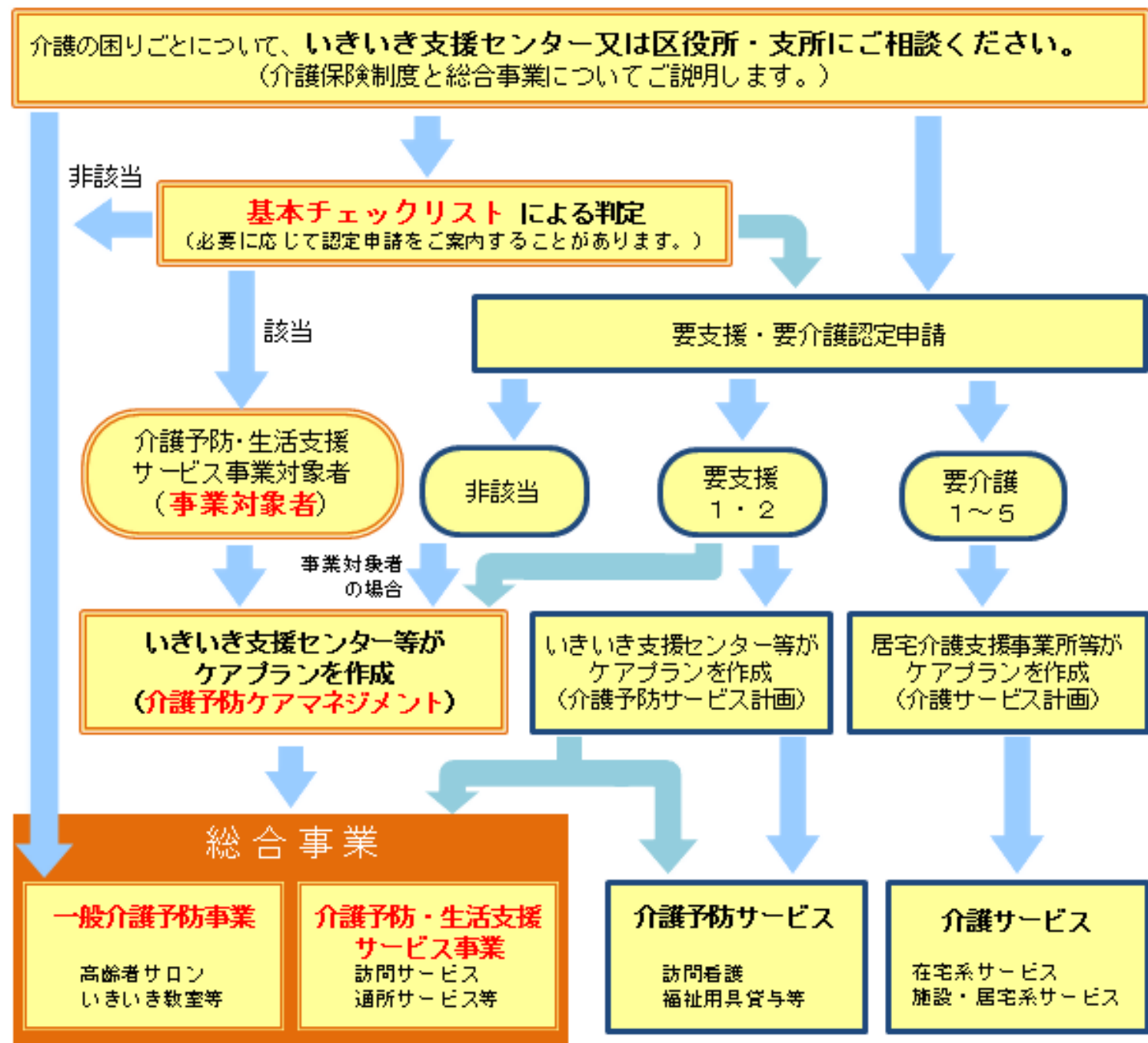
## 介護予防・生活支援サービス事業



## 一般介護予防事業



# 総合事業の 対象者



# 名古屋市における総合事業（制度上の整理）

## 介護予防・生活支援サービス事業

### 【訪問サービス】

予防専門型訪問(従前)

生活支援型訪問(A)

地域支えあい型訪問(B)

### 【通所サービス】

予防専門型通所(従前)

ミニデイ型通所(A)

運動型通所(A)

### 【生活支援サービス】

自立支援型配食サービス



# 介護予防・生活支援サービス事業の類型

## 【訪問型】

	従前相当	訪問A	訪問B	訪問C	訪問D
種別	訪問介護	基準緩和	住民主体	短期集中	移動支援
提供者	訪問介護員	主に雇用労働者	ボランティア主体	保健・医療の専門職	ボランティア主体
名古屋市での実施	予防専門型訪問サービス	生活支援型訪問サービス	地域支えあい事業	-	-

## 【通所型】

	従前相当	通所A	通所B	通所C
種別	通所介護	基準緩和	住民主体	短期集中
提供者	通所介護事業者	主に雇用労働者	ボランティア主体	保健・医療の専門職
名古屋市での実施	予防専門型通所サービス	ミニデイ型、運動型	一般介護予防事業におけるサロンとして実施	-

# 介護予防・生活支援サービス事業【訪問】

※基本報酬は1単位＝11.05円（現時点）  
 ※利用者数は令和4年度月平均

	予防専門型	生活支援型	地域支えあい
回数	週1回～週2回 (要支援2は週2回以上可)	週1回～週2回 (要支援2は週2回以上可)	-
内容	身体介護及び掃除・洗濯等の生活支援を提供	自立を目指した計画のもと、掃除・洗濯・調理等の生活支援を提供	ゴミ出しや電球の交換等、 <u>日常のちょっとした困りごと</u> に対する生活支援サービスを提供
従事者 資格要件	介護福祉士・介護職員初任者研修修了者等の有資格者	予防専の要件に加え、 <u>名古屋市高齢者日常生活支援研修修了者</u>	一定の講習を受講した地域の元気高齢者等のボランティア
基本報酬	週1回：1,176単位／月 週2回：2,349単位／月 週2回越：3,727単位／月	週1回：972単位／月 週2回：1,944単位／月 週2回越：2,916単位／月	ボランティアに活動に応じたポイント（1P＝10円）を付与
利用者負担	事業支給費の1割、2割 または3割	事業支給費の1割、2割または3割	無料（ただし手帳交付に300円）
利用者数	7,339名	2,246名	161名
入口	いきいき支援C (ケアマネ)	いきいき支援C (ケアマネ)	学区の推進協（ご近所ボラコ）

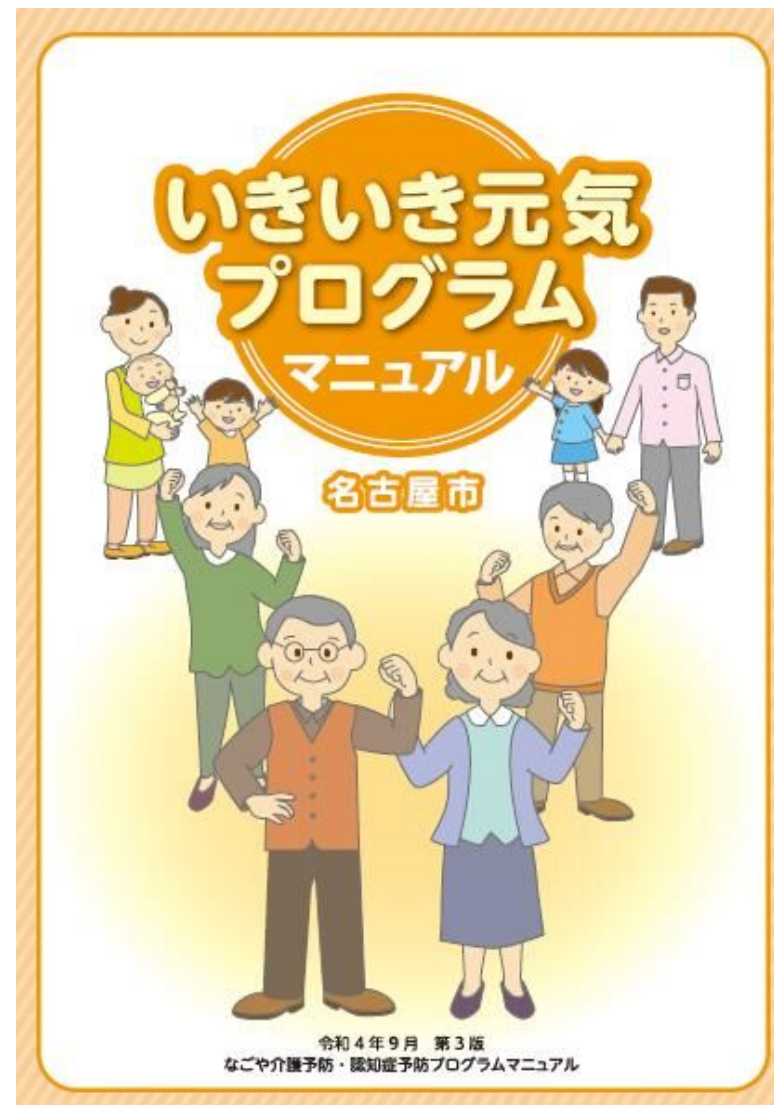
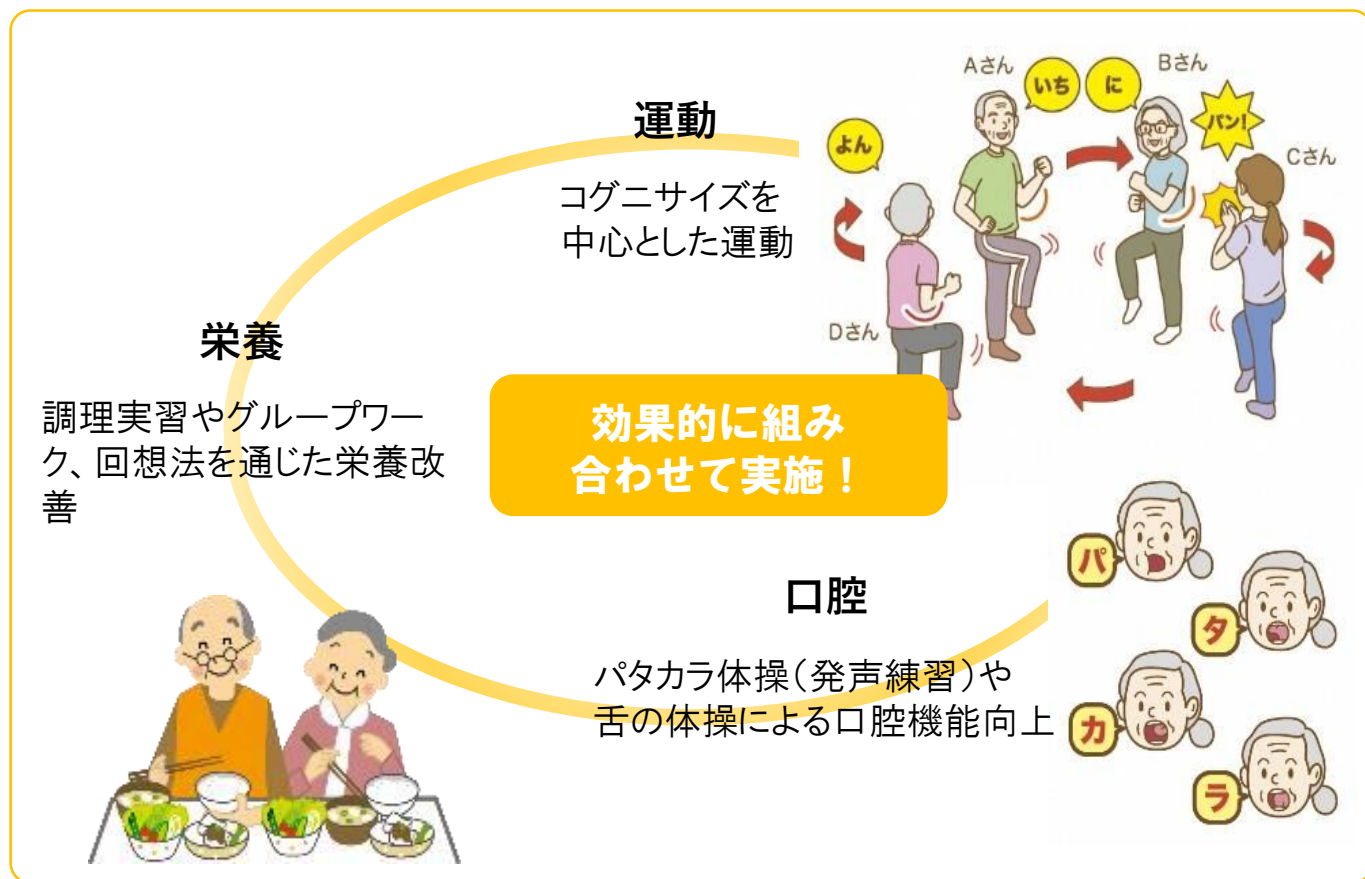
# 介護予防・生活支援サービス事業【通所】

※基本報酬は1単位＝10.68円（現時点）  
 ※利用者数は令和4年度月平均

	予防専門型	ミニデイ型	運動型
回数	週1回 (要支援2は週2回以上可)	週1回(原則6ヵ月 ※更新可)	週1回(原則6ヵ月 ※更新可)
内容	食事・入浴などの介護や機能訓練を提供	市独自の「いきいき元気プログラム」を実施する	事業所ごとに運動を中心としたプログラムを実施する
従事者 資格要件	介護福祉士、介護職員初任者研修修了者、看護職員、機能訓練指導員等	「いきいき元気プログラム事業者研修」修了者を1名以上	PT・OT・ST、柔整師、鍼灸師、健康運動士など有資格者
基本報酬	週1回：1,672単位／月	1,417単位／月	240単位／回
利用者負担	事業支給費の1割、2割 または3割	事業支給費の1割、2割または3割	事業支給費の1割、2割または3割
利用者数	10,411名	310名	923名
入口	いきいき支援C（ケアマネ）	いきいき支援C（ケアマネ）	いきいき支援C（ケアマネ）

# いきいき元気プログラム

運動・栄養・口腔を中心とした  
市独自のプログラム



# 名古屋市公式YouTube「まるはっちゅ〜ぶ」

名古屋市の  
介護予防・生活支援サービス事業

**ミニデイ型通所サービス**

**運動型通所サービス**

対象者:要支援1・2の方、事業対象者の方  
※事業対象者:心身の状態など簡単な質問により  
介護予防や生活支援が必要と判定された方

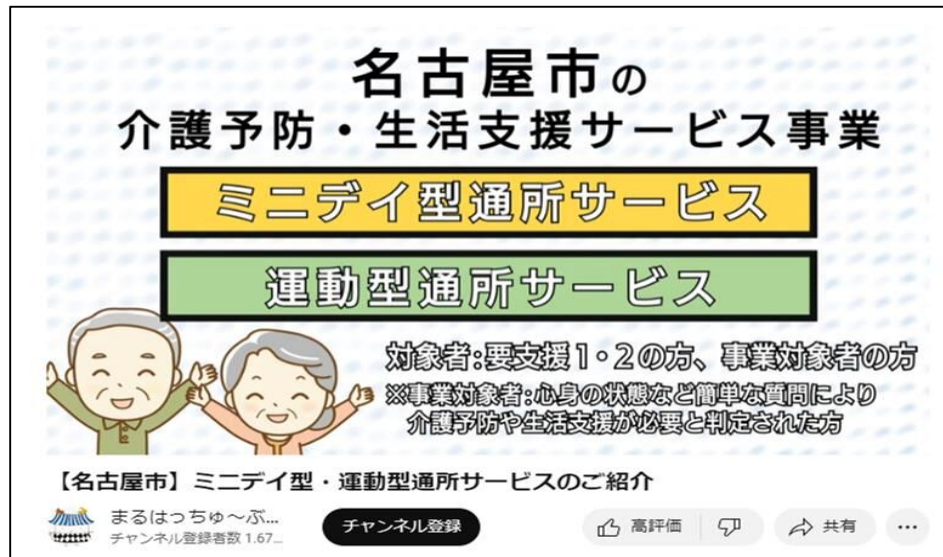
【名古屋市】ミニデイ型・運動型通所サービスのご紹介

まるはっちゅ〜ぶ...  
チャンネル登録者数 1.67...

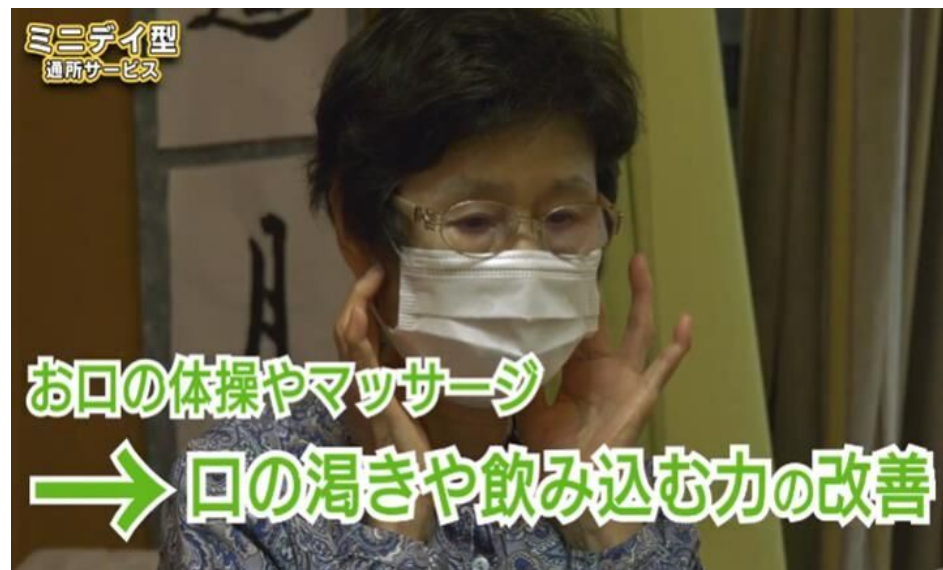
チャンネル登録

高評価

共有



(YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=Hdur0fUt-24>  
令和5年4月18日アクセス)



# 介護予防・生活支援サービス事業【生活支援】

※利用者数は令和4年度月平均

	自立支援型配食サービス
回数	上限：週7回
内容	<ul style="list-style-type: none"><li>・1日1食を配食</li><li>・配食時の安否確認</li></ul>
事業支給費	1食あたり200円 (配送及び安否確認に要する経費)
利用者負担	事業支給費の1割、2割または3割 ※食事代は全額利用者負担
利用者数	5,054名
入口	区役所福祉課、支所区民福祉課、いきいき支援C（ケアマネ）

# 名古屋市における総合事業（制度上の整理）

## 一般介護予防事業

【対象者】 65歳以上のすべての方

### 教室・講座・育成

いきいき教室

福社会館認知症予防事業

はつらつ長寿推進事業

なごや健康カレッジ

### 住民活動の支援

高齢者サロン推進事業

地域サロン活動等  
支援事業

### 周知・啓発

フレイル対策  
の推進

介護予防把握  
推進事業

### 効果検証

総合事業  
評価事業

# 一般介護予防事業の種類

## ●いきいき教室

65歳以上

無料

- 各区の保健センター等で介護予防の教室や講演会などを実施
- 運動、栄養、口腔が中心

## ●福祉会館 認知症予防事業

### 【認知症予防教室】

65歳以上

無料

- 認知症予防のための運動や知識を学ぶ
- 週1回2時間 × 6ヵ月
- 定員 約12名／コース（抽選）

各福祉会館で週に3コース開催



出典：名古屋市認知症予防リーダー「回想法」ホームページ  
<https://yoikikite.jp/> (R5.7.6アクセス)

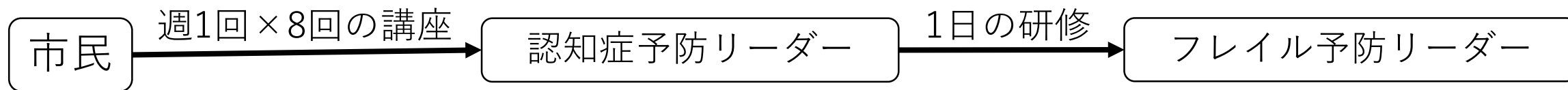


# 【認知症予防・フレイル予防 リーダー養成講座】

60歳以上

無料

- ・地域でフレイルの普及・啓発を行う住民リーダーを養成



# 一般介護予防事業の種類

- はつらつ長寿推進事業 65歳以上 無料
  - ・ 体操や趣味活動などを通して、仲間づくりの支援をする
  - ・ コミュニティセンターなどの身近な場所
  - ・ 週1回2時間 × 6ヵ月
  - ・ 定員 約20名／会場（抽選） 各区8～16会場で開催



- なごや健康カレッジ 65歳以上※
  - ・ 大学と連携して科学的根拠を重視した、楽しく続けられる健康づくり講座を開催 ※講座によっては40歳以上も対象
  - ・ 定員 30名～50名／講座（抽選） 市内10大学で開催

出典：名古屋市社会福祉協議会ホームページ  
<https://www.nagoya-shakyo.jp/mokuteki/riyo/longlife//>

(R5.7.6アクセス)

# 一般介護予防事業の種類

- **高齢者サロン推進事業** 65歳以上
  - 一定の要件を満たす高齢者サロンの開設や運営の助成を行う
  - 高齢者サロンに関する相談やキーパーソンの育成も行う
- **地域サロン活動等支援事業** 65歳以上 無料
  - 保健Cの保健師やリハビリテーション専門職等を地域の住民主体の通いの場に派遣
  - 講話や運動指導等を行う

# 一般介護予防事業の種類

- フレイル対策の推進
  - ・ なごや八〇フレイルテスト等によるフレイル予防の重要性の周知・啓発

はちまる  
なごや八〇フレイルテスト

フレイルの可能性を手軽にチェック!  
下の表の質問に、八つ〇がつくかな?  
全部〇がつかないと、フレイルの可能性があるよ。

番号	質問	はい〇
一	あなたの現在の健康状態はおおむね良好である	<input type="checkbox"/>
二	毎日の生活に満足している	<input type="checkbox"/>
三	ふだんから友人や近所の人との付き合いはある	<input type="checkbox"/>
四	地域活動に参加している	<input type="checkbox"/>
五	口の渇きは気にならない	<input type="checkbox"/>
六	転倒に対する不安はない	<input type="checkbox"/>
七	階段を手すりや壁をつたわずに昇ることができる	<input type="checkbox"/>
八	この6ヶ月間の体重の減少(2~3kg)はない	<input type="checkbox"/>

そもそもフレイルってなに?

フレイルとは加齢によって気力・体力が徐々に落ち、要介護状態の一手前の状態のことです。放置すると、簡単に介護が必要な状態に至ります。

フレイルの3つの要素

- 身体的フレイル: 筋肉量の減少、骨密度低下、歩行速度低下
- 社会的フレイル: フレイルには、独り暮らし、社会的交流の減少などの社会的フレイル、居たてや介護施設下、在宅ケアなどの社会的フレイル
- 精神的フレイル: 認知機能低下、うつなどの精神的フレイル

健康 | フレイル | 要介護

はちまる  
なごや八〇フレイルテスト+

### 1 ふくらはぎ周囲測定

● サルコペニア(筋肉量の減少と筋力の低下を見ます。)

測定方法  
○ 椅子に座り、ひざが90度になる状態でふくらはぎの一番太いところの周囲を測る。

測定結果  
cm

男性は34cm未満 女性は33cm未満の場合、筋肉量が減って筋力が低下している恐れがあるわ。

1日3食バランスよく食べるといいよ。

### 2 握力測定

● 全身の筋力の程度を知る目安となります。

測定方法  
1. 両足を自然に開いて安定した直立姿勢で握力計を利き手でにぎる。  
2. 握力計の計針を外側にして体に触れないようにしてカーパー握力計を握ってもらう。

測定結果  
kg

男性は28kg未満 女性は18kg未満の場合、筋肉量が減って筋力が低下している恐れがあるわ。

今日10分多く体を動かすといいよ。

- 介護予防普及啓発事業
  - ・ 介護予防に資する啓発資料を作成・配布

# 一般介護予防事業の種類

## ●総合事業評価事業

- ・高齢者向けのアンケート調査を実施（健康とくらしの調査）
- ・名古屋市立大学への委託によりミニデイ・運動型通所サービスの効果検証や、転倒予防に効果的な体操（名古屋どえりゃあ体操）を開発

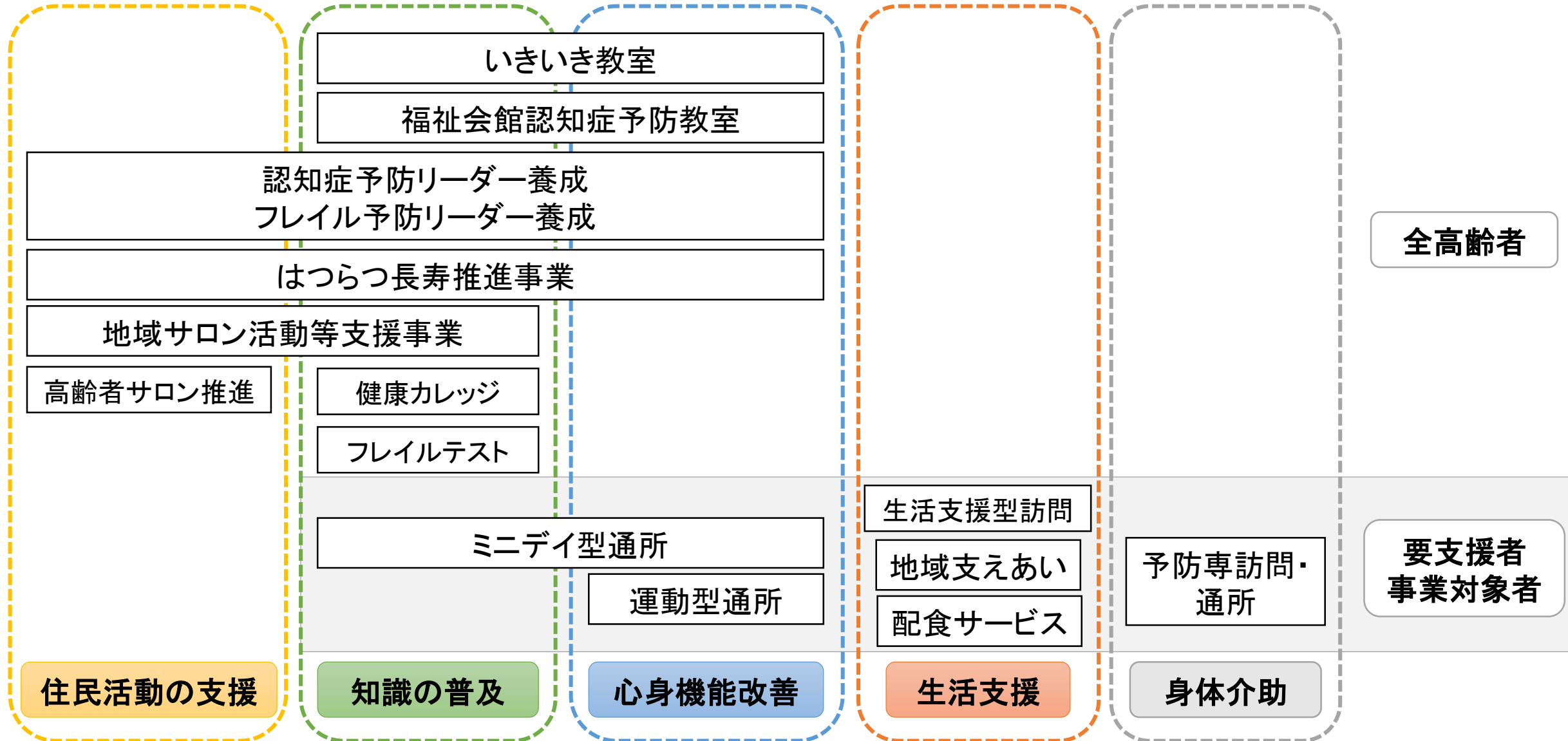
名古屋どえりゃあ体操 動画掲載場所

- ・名古屋市公式HP なごや動画館まるはっちゅ〜ぶ
- ・NAGOYAかいごネット
- ・フレポ&見守りアプリ



動画2次元コード

# 名古屋市における総合事業（利用者視点での整理）



## ③その他の介護予防事業

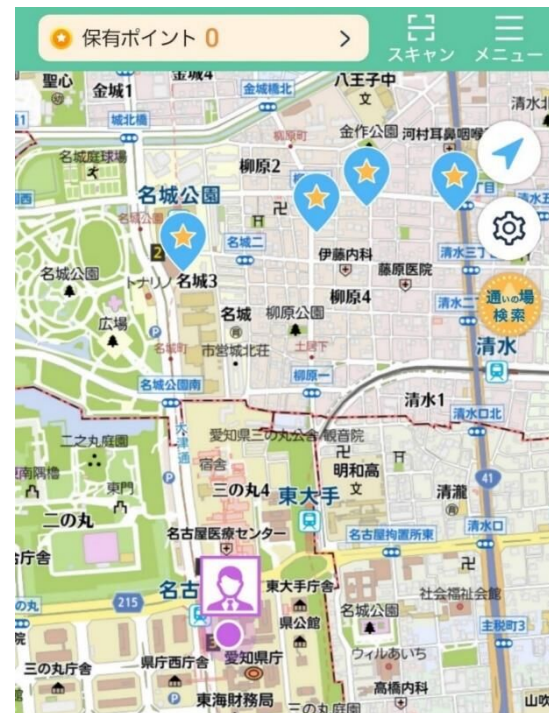
### ●フレポ & 見守りアプリ

40歳以上

無料

アプリ紹介HPはこちら

- フレイル予防の活動でポイントが貯まるアプリ
- ポイントはdポイントに交換可能（3000円分／年度まで）
- 高齢者の見守り機能もあり



## ③その他の介護予防事業

### ●通いの場の充実 無料

- 住民主体の通いの場に対し、介護予防に関する情報提供や活動場所の支援等を行う事業を実施  
(サロンの要件に当てはまらない通いの場も対象)

※住民主体の通いの場とは

- 高齢者サロンをはじめとした、住民が主体的に取り組む介護予防に資する活動で、月に1回以上の活動実績があるもの。
- 活動内容は体操、会食、茶話会、認知症予防、趣味活動などに加え、農作業、生涯学習、ボランティア活動、就労的活動、多世代交流も含まれる。



施策	問合せ先
予防専門型訪問サービス・通所サービス、 生活支援型訪問サービス、 ミニデイ・運動型通所サービス、 自立支援型配食サービス	各いきいき支援センター (担当のケアマネ)
いきいき教室	各区保健センター (リハ職の派遣は理学療法士会)
地域サロン活動等支援事業	
福祉会館認知症予防事業	各区福祉会館
認知症予防リーダー養成講座 フレイル予防リーダー養成講座	
地域支えあい事業	各区社会福祉協議会 (通いの場全般は市社協)
高齢者サロン、通いの場	
はつらつ長寿推進事業	
なごや健康カレッジ	健康福祉局健康増進課 (TEL052-263-3126)
フレポ&見守りアプリ	コールセンター (TEL03-4333-4016)

## 【まとめ】

- ・本市の高齢化率は団塊の世代が75歳に達する2025年には26%に達し、高齢者の5人に1人が認知症になると推計されている。
- ・現在、高齢者の約2割が要介護・要支援認定を受けている。  
約8割の高齢者は認定を受けていないが、認定を受けていない高齢者のうち、約17%がフレイル状態の可能性がある。
- ・高齢者が医療や介護が必要な状態となっても、住み慣れた地域・自宅で、自分らしいいきいきとした暮らしを、人生の最後まで続けることができるよう、本市では住まい・医療・介護・介護予防・生活支援が一体的に提供される地域包括ケアシステムの構築を進めている。
- ・地域包括ケアシステムの構築における介護予防の取り組みとして、本市では、介護予防給付、総合事業に加え、40歳以上を対象としたフレイル予防のアプリなど様々な事業を実施している。
- ・対象者のニーズや状態に適したサービスをご利用いただくことが重要

ご清聴ありがとうございました

