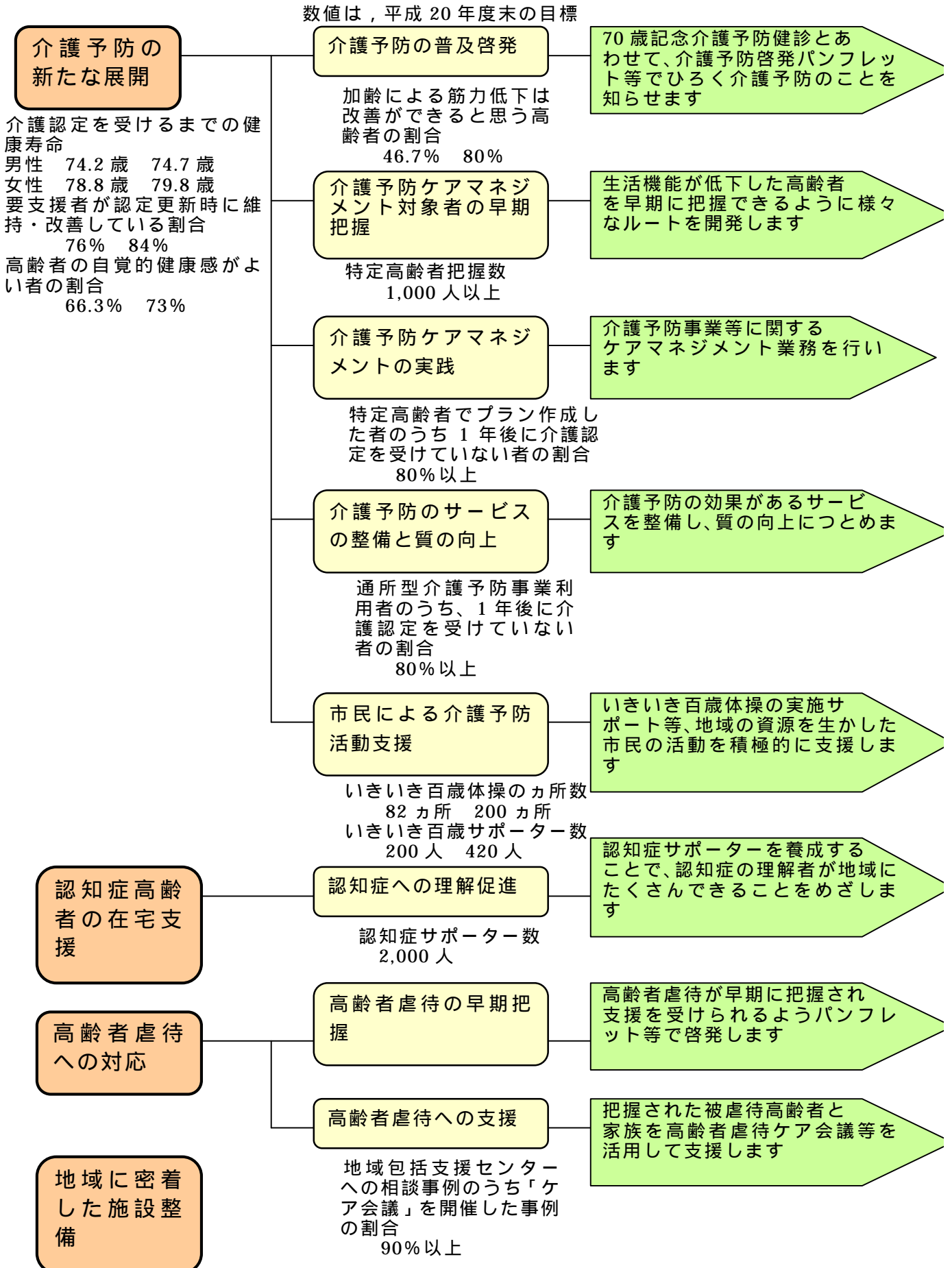


第 4 章 計画推進のための重点施策

重点施策の概要



第4章 計画推進のための重点施策

4 1 . 介護予防の新たな展開

本市では平成15年度から、「介護予防の推進」に重点を置いた施策展開を図ってきました。特に、虚弱状態や要介護状態になった高齢者が元気になるメニューの開発と普及、自立を目指したケアプラン(8)の作成支援の2点に取り組んできました。

高齢者が元気になるメニューの開発と普及としては、「いきいき百歳体操」を開発し普及させるとともに、「パワーリハビリテーション委託事業」を開始しました。また、自立を目指したケアプランの作成支援としては、研修や困難ケースを受け持つケアマネジャーへの支援を中心に取り組み、高知市推薦の「ケアマネジメントリーダー」を育成してきました。

それらの取り組みにより、「いきいき百歳体操」は市内80ヵ所以上で実施されるようになり、「ケアマネジメントリーダー」としては高知市が推薦したものの9名(平成17年9月現在)が誕生しました。

そして、次のような課題が明らかになりました。

まず、高齢者が元気になるメニューの開発と普及で、高齢者の筋力・体力の向上が必ずしも日常生活の活発化につながらないことや筋力・体力を維持するには多くの場合運動を継続する場が必要なこと、一度介護保険のサービスを利用開始したものを非該当に戻すのは非常に難しいこと、筋力・体力の向上だけではない介護予防の意識づくりが重要であること等がわかってきました。

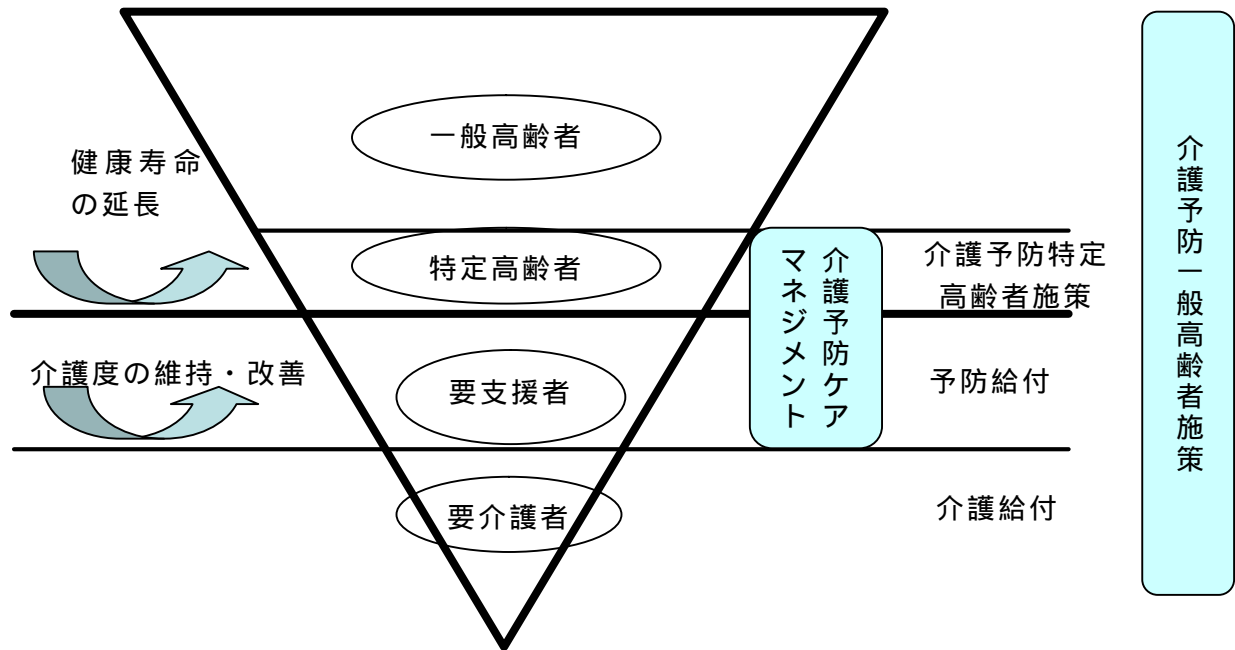
また、自立を目指したケアプランの作成支援からは、ケアマネジャーの資質向上だけでは解決しがたい課題も浮き彫りになってきました。介護サービス事業所に所属するケアマネジャーが、利用者の使うサービスを減らすプランを組むことが難しいこと、ケアプランに沿って自立を目指すサービスを提供できる事業所がまだまだ少ないこと等です。

この他、高齢者への個別支援を通じて地域づくりを見据えていくことが大切であることがわかってきました。

そこで今後は、すべての高齢者を対象とする「介護予防一般高齢者施策」を、「いきいき百歳体操」を充実させた形で展開していきます。また、直営の高知市地域高齢者支援センター(地域包括支援センター)で行う自立をめざした「介護予防ケアマネジメント」に重点を置き、『介護予防から「いきいきと百歳まで暮らしたくなる地域」づくりへ』をスローガンに、新たな介護予防を展開していきます。

8 ケアプラン(介護サービス計画)

要介護または要支援と認定された被保険者等の依頼に応じて、アセスメントと本人や家族等の意向を基にケアマネジャーによって立てられるサービス提供の計画。居宅介護サービス計画と施設介護サービス計画があります。



～介護予防から「いきいきと百歳まで暮らしたくなる地域」づくりへ～

目的

健康寿命の延長 = 要介護状態になる年齢を少しでも遅らせること =

【指標】 介護認定を受けるまでの健康寿命「ピンピンころり」

男性	74.2歳（16年度）	74.7歳（20年度）
女性	78.8歳	79.8歳

要支援者の介護度の維持

【指標】 要介護1の認定者が認定更新時に介護度が維持・改善している割合
76%（16年度）

要支援者が認定更新時に介護度が維持・改善している割合「いきいき元気」
84%以上（20年度）

高齢者の自覚的健康感の向上

【指標】 自覚的健康感が「よい」「まあよい」「ふつう」の割合
66.3%（17年度） 73%（20年度）

4 1 1 . 介護予防の普及啓発

介護予防の達成には、何より高齢者自身に介護予防の知識や動機があることが不可欠です。

そこで、使わない機能は弱っていくことや加齢による筋力低下は改善すること、体力に自信がない人こそ筋力向上トレーニングが有効であることといった知識の普及啓発に取り組みます。また、筋力・体力の向上だけでなく、口腔機能の向上として「かみかみ百歳体操」を普及していきます。栄養改善に関する介護予防についても効果的な方法を開発し普及していきます。

介護予防の動機づけの機会としては、新たに「70歳記念介護予防健診」を開始します。

また、わかりやすいパンフレットを作成し、介護予防に関する講演会の開催や関係者への研修、広報も積極的に行います。

【主な指標】 加齢による筋力低下は改善ができると思う高齢者の割合
46.7%（17年度） 80%（20年度）

4 1 2 . 介護予防ケアマネジメント対象者の早期把握

介護予防ケアマネジメントの対象となるのは、要支援1・2の認定を受けた人と認定は受けていないけれど生活機能が低下していて、その改善見込みがある人（特定高齢者）です。特に、特定高齢者を廃用症候群（9）が進行する前に早期に把握することが重要です。

特定高齢者を把握するために、非該当認定者からのスクリーニング（選考）、「65歳以上を対象として新たに始める介護予防健診」からのスクリーニングの他、医療機関や住民組織との連携体制を構築し、早期把握に努めます。

【主な指標】 特定高齢者把握数 1,000人以上（20年度までに）

9 廃用症候群

心身が活動しないために、あるいは活動状況が低いために起こってくる機能あるいは能力の低下のことです。



4 1 3 . 介護予防ケアマネジメントの実践

介護予防ケアマネジメントは、公正中立な立場で、特定高齢者から要支援者にいたるまで一貫してケアマネジメントすることが重要です。

そのため、介護予防ケアマネジメントは、行政が責任をもって実施することになりました。これを担う機関として、新たに設置されるのが、「高知市地域高齢者支援センター（包括支援センター）」です。

「高知市地域高齢者支援センター（地域包括支援センター）」で行われる介護予防ケアマネジメントは、介護予防のサービスのマネジメントだけでなく、対象者の元々持っているネットワークを生かす等地域における様々な社会資源を活用してプランを作成し、自立を支援していきます。

【主な指標】 特定高齢者のプラン作成数 600人以上（20年度までに）
特定高齢者でプラン作成した者のうち
1年後に介護認定を受けていない者の割合 80%以上（20年度）
新規の要支援者のうち認定更新時（6ヶ月後）に
維持・改善している割合 95%以上（20年度）

4 1 4 . 介護予防のサービスの整備と質の向上

これまでの高齢者保健福祉サービスは、必ずしも自立支援につながってはいませんでした。そのため、効果的な介護予防のサービスの整備が不可欠となっています。

そこで今後は、運動器の機能向上とあわせて、口腔機能の向上や栄養改善などに関するサービスを、身近な地域の中で利用できるようにしていきます。

サービス整備後は、効果に関する評価を行い、質の維持・向上につとめます。

【主な指標】 通所型介護予防事業所整備数 日常生活圏域ごとに 2カ所（20年度）
通所型介護予防事業利用者のうち
1年後に介護認定を受けていない者の割合 80%以上（20年度）
通所型介護予防サービス(予防給付)利用者のうち
認定更新時（6ヶ月～1年）に介護度が維持・改善している割合 90%以上（20年度）

4 1 5 . 市民による介護予防活動支援

介護予防をすすめていくためには、高齢者の日常生活を活発にすることが重要であり、決して行政だけで実現できることではありません。地域の関係者や住民が一緒になって取り組むことが必要です。

本市では、平成14年度に「いきいき百歳体操」を開発して以来、市民や関係者により普及が進み、現在では公民館や宅老所、グループホーム、学校、空き店舗、また個人の家スペース等を活用して開催されるようになり、「いきいき百歳体操」から発展して様々な地域特性に応じた活動が生まれています。「いきいき百歳体操大交流大会」への各地域からの参加も年々増加し、介護予防の市民活動は盛り上がりを見せています。

このように、市民による介護予防活動がひろがってきたのは、地域の人たちが自分たちのこととして楽しみながら取り組んできたためと思われる。

一方、「地域のことはそこに住む住民が一番知っている！」を合言葉に、市民や地域の関係者ととも「支え合いマップづくり」等にも取り組み、行政では到底把握できない地域のつながりや資源が発見され、それらを生かして新たな支え合いや見守りネットワークといった市民活動が生まれています。

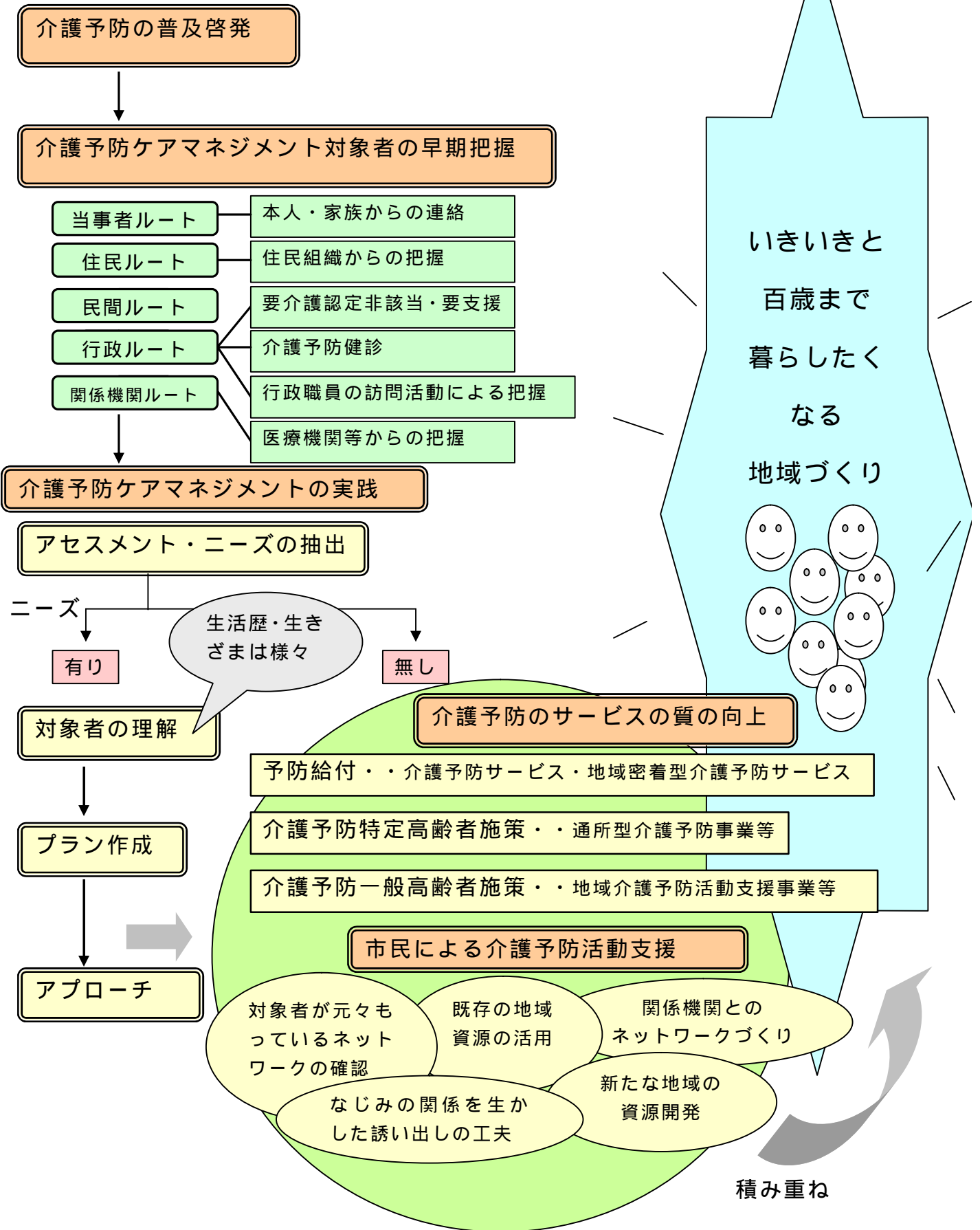
介護予防のサービスを整備し、地域高齢者支援センター（地域包括支援センター）の職員が紹介や誘い出しを行うだけではなかなか利用につながらないことがあります。住み慣れた地域の中に介護予防をできる場があって、なじみの人が誘い出すといったことが、誰もが「いきいきと百歳まで暮らしたくなる地域」をつくっていくためには重要だと考えます。

今後も、身近ななじみの関係の中に、市民が中心となって様々な介護予防の活動が普及展開されていくことを支援します。

【主な指標】 いきいき百歳体操のヵ所数

82ヵ所（17年12月末）	200ヵ所（20年度）
いきいき百歳サポーター数	
200人（17年度）	420人（20年度）

介護予防の展開



4 2 . 認知症高齢者の在宅支援

これまで、本市では認知症高齢者への支援として、平成12年度からの高知市保健所の認知症に関する相談窓口開設や市長申立による成年後見制度（10）の利用支援、試し利用により介護保険のヘルパーにつなぐ「つなぎヘルパー」等を実施してきました。また、市民やサービス事業者を対象とした認知症に対する理解を推進するための講演会等の啓発活動を行ってきました。

国では平成17年度「認知症を知る1年」キャンペーンをスタートしました。具体的な内容は、「認知症サポーター100万人キャラバン」による住民・企業・学校での「認知症サポーター養成講座」の開催や「認知症でも大丈夫」町づくりキャンペーン、認知症の人「本人ネットワーク支援」、認知症の人や家族の力を生かしたケアマネジメントの推進等の事業です。「認知症サポーター」は、「認知症サポーター養成講座」を受講した者で、認知症の人や家族を応援するボランティアとなることが期待されています。

本市においても、認知症を理解している市民をできるだけ増やすことが、地域での見守りや支えあいにつながり、認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮せる地域の実現につながると考え、全国キャラバン・メイト連絡協議会と連携して「認知症サポーター」を養成していきます。

サポーター養成にあたっては、認知症高齢者のグループホーム職員等、日ごろ認知症高齢者に多く接している地域の専門家にキャラバン・メイト（11）として講師を担っていただくことで、サポーター誕生後のボランティア活動の場を確保したり、自然に関係者とサポーターのネットワークができていくことをめざします。

【主な指標】 認知症サポーター数 2,000人（20年度までに）

10 成年後見制度

認知症高齢者、知的障害者、精神障害者等、意思能力がない、または、判断能力が不十分な成年者のために財産管理及び身上監護に関する契約等の法律行為全般を行うための制度で、法律による後見の制度である「法定後見制度」と、契約による「任意後見制度」に大別されます。

11 キャラバン・メイト

認知症サポーター養成講座の講師となって市民に認知症に対する正しい知識と具体的な対応方法等を伝えるボランティアのことです。

4 3 . 高齢者虐待への対応

ケアマネジャーや介護サービス事業所、民生委員や近隣の方等から行政に寄せられる高齢者虐待に関する相談件数は、ここ数年顕著に増加しています。

全国的にも社会問題化し、平成18年4月から「高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律」が施行されます。

本市においても高齢者の人権や命を守る体制づくりをすすめます。

主な体制整備としては、新たに開設する高知市地域高齢者支援センター（地域包括支援センター）の権利擁護業務のひとつとして、高齢者虐待に関する相談を受け解決に向けて支援していきます。家族による虐待は、複数の問題を内包している場合が多いため、多方面の専門家の参加する会議（ケア会議）を開催し、支援の方向性を検討していきます。

また、一時的に家族との分離を図る方法として、介護保険のショートステイ利用や養護老人ホームへの措置入所、介護老人福祉施設等への優先入所、あるいは医療機関への入院等がありますが、これらで対応できない緊急時のために今後は老人福祉施設協議会の協力を得ながら、老人福祉法における措置としてのショートステイの受け入れ体制を整備し、被虐待高齢者を保護するためのベッドの確保に努めます。

さらに、高齢者虐待を早期に把握し必要な支援をするための対策を推進していくために、精神科医・警察・民生委員・介護保険事業所等の関係機関との「ネットワーク会議」を設置し、課題共有と解決策検討を進めます。

高齢者虐待は、特別なことではなく誰もがその可能性を内包しています。よって、市民や関係地区組織、介護保険事業者等に対して、高齢者虐待に関するパンフレットの配布や研修会・講演会を通して啓発に努めます。

【主な指標】 地域包括支援センターへの相談事例のうち
「ケア会議」を開催した事例の割合 90%以上（20年度）

4 4 . 地域に密着した施設整備

4 4 1 . 日常生活圏域の設定

今回の介護保険法改正においては、市民が住み慣れた地域で暮らしつづけることができるようにするため、「日常生活圏域」を単位として、規模の小さい施設や認知症のサービスを整備することになりました。

本市の日常生活圏域については、これまで保健福祉の分野で使われてきた東西南北市内 4 ブロック分けを生かして、東部・西部・南部・北部 4 つの日常生活圏域を設定します。

日常生活圏域	行政区
東部	布師田・大津
	三里
	五台山・高須・介良
	南街・北街・下知
西部	朝倉（一部）
	鴨田・旭街（一部）
	旭街（一部）
	初月・旭街（一部）
	鏡・朝倉（一部）
南部	潮江（一部）
	潮江（一部）・長浜（一部）
	長浜（一部）・御畳瀬・浦戸
北部	一宮（一部）
	秦（一部）
	江の口・小高坂（一部）
	上街・高知街・小高坂（一部）
	土佐山・秦（一部）・一宮（一部）



4 4 2 . 地域包括支援センターの創設

本市では、これまで在宅介護支援センターが高齢者の身近な相談支援機関として活動してきており、在宅介護支援センターを中心に地域のネットワークも構築されてきています。(平成17年9月現在、基幹型在宅介護支援センター(12)1カ所、地域型在宅介護支援センター(13)17カ所)

今回の介護保険法改正では、高齢者が住み慣れた地域で、その人らしくいきいきと生活を続けることができるようにするために、介護サービスだけでなく、介護予防のサービスやインフォーマル(公的サービスでない)で多様な支援を、地域ごとに包括的に提供する仕組みをつくる中核機関として「地域包括支援センター」が創設されます。

つまり、これまでの基幹型および地域型在宅介護支援センターやケアマネジャーの役割を再編し、包括的ケアを実現するための機関が「地域包括支援センター」といえます。

本市では、東西南北の4つの日常生活圏域に、直営で「地域包括支援センター」をそれぞれ1ヶ所設置(平成18年4月開設)します。業務の中でも特に「介護予防ケアマネジメント」に重点をおいて活動しながら「いきいきと百歳まで暮らしたくなる地域」づくりをめざすことから、本市における名称は「高知市地域高齢者支援センター」とします。

また、身近な相談窓口を確保するとともに、さらに地域のネットワークづくりを進めるために、圏域内のほぼ中学校区に1カ所出張所(ブランチ)を設置します。

高知市東部地域高齢者支援センター：高知市東部健康福祉センター内

高知市西部地域高齢者支援センター：高知市障害者福祉センター内

高知市南部地域高齢者支援センター：高知市南部健康福祉センター内

高知市北部地域高齢者支援センター：高知市保健福祉センター内

12 基幹型在宅介護支援センター

地域ケアの中核を担う機関として各市町村に設置され、介護サービスの適正実施やサービス実施状況等の情報の管理等を行っていました。

13 地域型在宅介護支援センター

市町村からの委託を受けて、在宅介護に関する総合的な相談に応じたり、高齢者のニーズに応じた各種の保健福祉サービスが受けられるよう市町村や関係機関との調整を行っていました。

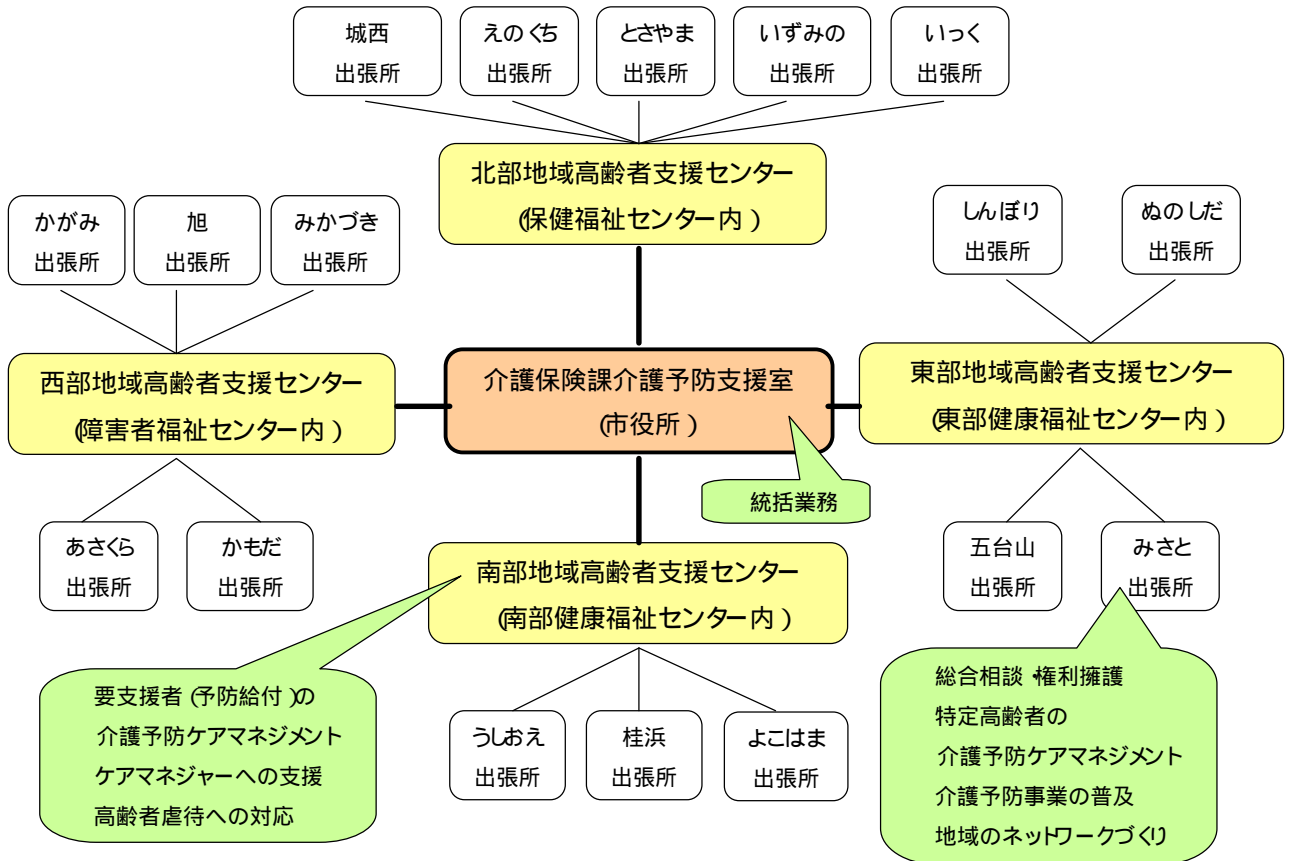
高知市地域高齢者支援センター（地域包括支援センター）

高知市地域高齢者支援センターには、保健師等を配置し、以下の3つの業務を行います（要支援者の介護予防ケアマネジメントは、平成18年7月から開始します）

介護予防のプラン作成などの介護予防ケアマネジメント（特定高齢者・要支援者）
 高齢者虐待等の権利擁護や高齢者と家族に対する総合的な相談・支援
 支援困難ケースへの対応や関係機関とのネットワーク構築などケアマネジャーへの支援

これらの業務を通じて、「いきいきと百歳まで暮らしたくなる地域」づくりをめざします。

介護保険サービスや介護予防に関するサービスの情報収集発信もしていきます。



4 4 3. 地域密着型サービスの創設

前計画では、介護保険3施設（介護老人福祉施設、介護老人保健施設及び介護療養型医療施設）の整備量が厚生労働省の示す参酌標準（標準値）を上回っていたため、平成15年度～17年度においては、介護保険3施設の整備は行いませんでした。

しかし、今回の介護保険法改正により厚生労働省から新たな基準が示され、介護保険3施設に認知症高齢者グループホーム及び介護専用型特定施設を加えた介護専用居住系サービスの整備量が、「平成26年度の要介護2～5の推計認定者数の37%以下であること」と変更になりました。

よって、本市では、平成26年度の認定者数の推計を基に、現在の整備量から不足している量を9年間かけて徐々に整備することとし、今期3年間ではこの不足量の概ね3分の1を整備することとします。

また一方では、法改正により日常生活圏域の特性に応じて整備する「地域密着型サービス」が創設され、その指定は市町村がすることとなりました。「地域密着型サービス」には、既存の認知症高齢者グループホームが含まれる他、新たに「小規模特別養護老人ホーム」や「小規模多機能型居宅介護拠点」等といったサービスが創設されています。

このような状況から、今期の計画は、要介護者が住み慣れた地域で継続して暮らすことができることを重視し、「地域密着型サービス」を重点的に整備します。日常生活圏域ごとの整備目標数は下表のとおりです。

公的介護施設等の種類	東	西	南	北	高知市計
小規模多機能型居宅介護拠点 (単位：施設)	5	5	3	5	18
小規模特別養護老人ホーム (単位：人)	0	18	0	18	36
認知症高齢者グループホーム (単位：人)	36	54	36	18	144
認知症対応型デイサービスセンター (単位：施設)	5	5	3	5	18
夜間対応型訪問介護ステーション (単位：事業所)	1	1	1	1	4

詳細は、国から「地域介護・福祉空間整備等交付金」を受けるために提出する「高知市公的介護施設等整備計画」を参照。