

四日市市介護予防等拠点施設 (ステップ四日市) 介護予防事業の活動報告

○加藤 康太^{1,2)} 片山 和馬^{1,2)} 中 猛則³⁾

- 1) 主体会病院 総合リハビリテーションセンター
2) 四日市市介護予防等拠点施設 (ステップ四日市)
3) 四日市市役所 健康福祉部高齢福祉課

第34回三重県理学療法学会 COI開示

筆頭発表者名：加藤 康太

演題発表に関連し、開示すべきCOI関係にある
企業などはありません。

はじめに

- ・ 高齢化の進行に伴う要介護認定者数の増加
 - ➔ 介護保険制度が高齢者の生活に必要不可欠
社会保障費の増大、現役世代の急減 (専門職の不足)

(厚生労働省, 社会保障審議会介護保険部会 (第105回))

【介護予防】

できるだけ介護が必要となる状態を防ぐ (進行を遅らせる)

令和5年6月

「四日市市介護予防等拠点施設」

開設

はじめに

- ・ 四日市市介護予防等拠点施設 (愛称：ステップ四日市)
 - ➔ 所在地：四日市市日永東一丁目2番27号
(中央緑地運動施設横)
- 取り組み：「**介護予防**」と「**認知症支援**」



四日市市から委託を受けた事業内容とこれまでの成果について

※個人を特定できる内容は述べず、各関係者に報告の旨を伝え同意を得た。



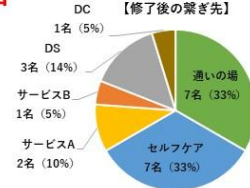
医療法人 社会 医療会
主体会病院



短期集中予防サービス（サービスC）

- 目的：短期間（**3～6ヵ月間**）の介護予防プログラムを実施し、利用者の生活機能の維持・向上を図り、**自立した日常生活**を営めるように支援する。
- 対象：市内在住の**要支援認定者**または**事業対象者**※（65歳以上）
※基本チェックリスト該当者
- 内容：訪問型（月1回/全3回）と通所型（週1回/全12回）
※「訪問型単独」または「訪問型＋通所型併用」のどちらかを選択
- 実績：総利用者数**67名**（北地域**7名**、中地域**15名**、南地域**45名**）
うち、修了者**21名** ※R6.1.30時点

【修了後の業ぎ先】



【地域別利用者状況】





医療法人 社会 医療会
主体会病院



普及啓発活動

運動や健康づくりに取り組んでみませんか？ ～ステップ四日市主催～

介護予防教室

医療専門職がこれからの生活に役立つ情報をお伝えします。
※ステップ四日市は四日市市より委託を受け、令和5年6月1日に開設した「介護予防と認知症支援」を行う施設です。

9月 オールフレイル対策講座 【日時】9月25日（月）14:00～15:00 【会場】ステップ四日市 2階ホール（受付13:40～） 【内容】オールフレイル（10段階の悪化）について、原因と予防・対策についてお伝えします。 【定員】30名程度 【申込締切日】9月19日（水）	10月 転倒予防講座・体力測定会 【日時】10月14日（土）10:00～12:00 【会場】ステップ四日市 2階ホール（受付9:40～） 【内容】転倒予防に関する運動や生活の工夫などについてお伝えします。自身の歩行能力を測定し、体力測定（握力や歩行速度）を行います。 【定員】20名程度 【申込締切日】10月6日（金）
11月 ウォーキング講座 【日時】11月13日（月）14:00～16:00 【会場】ステップ四日市 2階ホール（受付13:40～） 【内容】ウォーキングについて、正しい靴の選び方や歩き方についてお伝えします。参加者間で距離を歩きましょう。 【定員】10名程度 【申込締切日】11月6日（月）	12月 通いの場アプリ講座 【日時】12月11日（月）・18日（月）全2回（シラズ） どちらも14:00～15:30（受付13:40～） 【会場】ステップ四日市 2階ホール 【内容】通いの場や健康づくりに取り組める高齢者向けの介護予防アプリ「通いの場アプリ」の使い方についてお伝えします。 【定員】各回20名程度（12月11日は10名） 【申込締切日】12月5日（月）
令和6年1月 認知症予防講座 【日時】令和6年1月29日（月）14:00～15:30（受付13:40～） 【会場】ステップ四日市 2階ホール 【内容】認知（記憶）を正しく、認知症を予防するための方法についてお伝えします。 【定員】30名程度 【申込締切日】令和6年1月22日（月）	2月 体力測定会・フレイル対策講座 【体力測定会】 【日時】2月12日（月）9:20～10:20（受付9:00～） 【会場】勤労会館・市民交流センター 多目的ホール 【内容】自身の体力を知る機会として、体力測定を行います。 【申込締切日】2月5日（月） 【フレイル対策講座】 【日時】2月12日（月）11:00～12:00（受付10:40～） 【会場】勤労会館・市民交流センター 多目的ホール 【内容】フレイル（虚衰）について、原因と予防・対策についてお伝えします。 【認知講座】介護医療科学大学 リハビリテーション学科 伊藤孝典氏 【定員】100名程度 【申込締切日】2月5日（月）

※参加費は無料です。参加費は無料です。参加費は無料です。
【対象】 概ね65歳以上の市民
【参加費】 無料
【持ち物】 参加者へ個別にご案内します
【申込み】 最速をご確認ください

- 目的：介護予防・フレイル対策に関する**正しい知識**や**理解を深め**、より早期から介護予防・フレイル対策に**取り組む人を増やす**。
- 対象：概ね65歳以上の**四日市市民**
- 内容：介護予防・フレイル対策に関する講座を**月1回開催**（左記）
- 実績：延べ**111名**参加（R6.1.30時点）
※概ね全ての講座で定員以上の申込あり



「10月 転倒予防講座・体力測定会」の様子



医療法人 社会 医療会
主体会病院



相談支援・人材育成

- 目的：市民が住み慣れた地域で、健康で自分らしく暮らせるように支援する。
- 内容：地域包括支援センター等の各関係機関とも連携し、介護予防・フレイル対策の取り組みへの**助言**や**相談対応**
介護予防・フレイル対策を目的として活動するボランティア団体及び住民主体サービス団体等の**活動支援**
- 実績：住民主体サービス団体である**サービスBの運営者（13団体25名）**に向けた**見守り支援講座**の実施






医療法人 社会 医療会
主体会病院



考察・今後の課題

- 広報活動により関係機関や市民からの**認知度向上**
→ 介護予防事業に関するチラシの配布や、市の広報誌への掲載など
- 介護予防事業に参加する**市民の増加**
→ 短期集中予防サービス（サービスC）の利用者や、イベント参加者、介護予防に関する相談件数
- 介護予防事業に参加する市民の**地域による偏り**
→ 四日市市の面積が広く、当施設が市内の南に位置

【市内における当施設の所在地】



市内全域を網羅できるような**環境作り**や**支援方法**の検討が必要