

イノベーション創出による地域活性化のために医工農連携シンポジウム
パネルディスカッション「医工農連携によるイノベーション創出と地域の活性化」
平成21年2月18日(水)13:00~18:00
開催場所 前橋工科大学 1号館5階 151教室

健康づくりと地域活性化 — 地域にひろげよう介護予防の輪 —

抄録

健康づくりと地域づくりとを結び付ける鍵は「住民主導」である。本パネルディスカッションでは、発表者らが取り組んでいる「介護予防サポーター育成事業」(群馬県全域)や「鬼石モデル」(群馬県藤岡市の筋力トレーニング事業)を事例として「住民主導」を支援するシステムについて考えてみたい。

群馬大学医学部保健学科
理学療法学専攻 浅川康吉

介護保険法にもとづく地域支援事業の実施

対象者



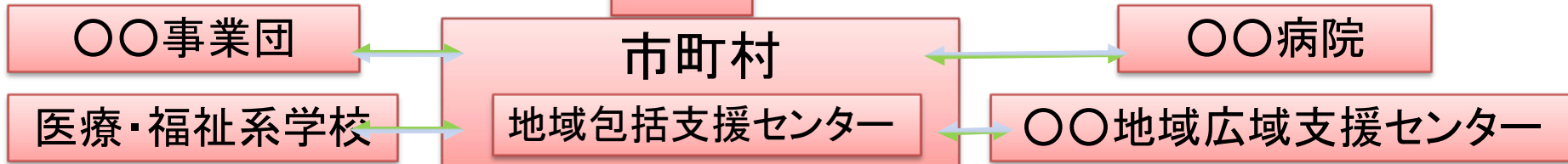
地域支援事業の方法

介護予防一般高齢者施策 (ポピュレーションアプローチ)

できるだけ多数の住民が、
できるだけ長い期間、
できるだけ活動的な生活を
維持できるように支援するプログラム

介護予防特定高齢者施策 (ハイリスクアプローチ)

ハイリスク者として選ばれ、事業参加に同意した住民が、
週1回、3~6ヶ月程度の事業参加により、
要介護状態に陥るリスクを軽減させるプログラム
(活動的な生活へと行動変容させる)



「要介護状態になるおそれ」をチェック —基本チェックリスト—

例：生活と運動機能のチェック

No.	質問項目
1	バスや電車で一人で外出していますか
2	日用品の買い物をしていますか
3	預貯金の出し入れをしていますか
4	友人の家を訪ねていますか
5	家族や友人の相談にのっていますか

No.	質問項目
16	週に1回以上は外出していますか
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか

No.	質問項目
6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか
8	15分位続けて歩いていますか
9	この1年間に転んだことがありますか
10	転倒に対する不安は大きいですか

生活動作のトレーニング
と 仲間 が必要

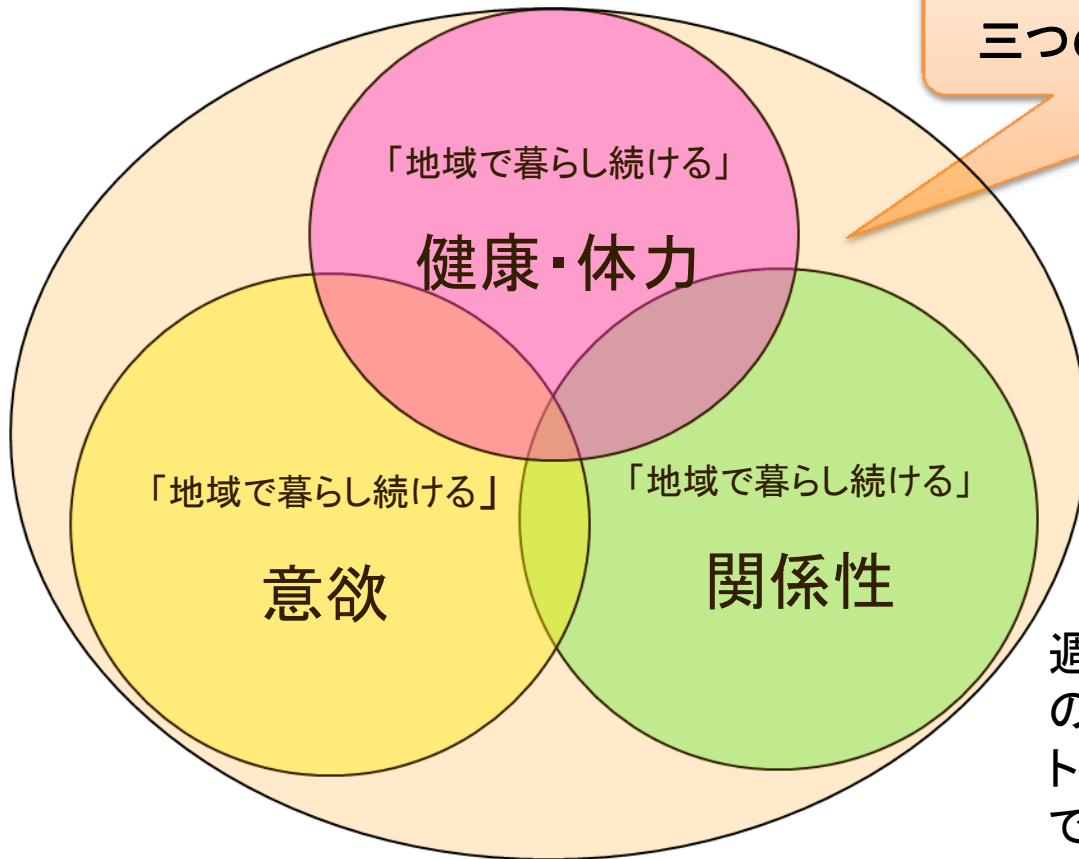
住民主導型介護予防事業「鬼石モデル」

地域社会

- 高齢者のみ世帯(夫婦、単身)の増加
- 住民の高齢化

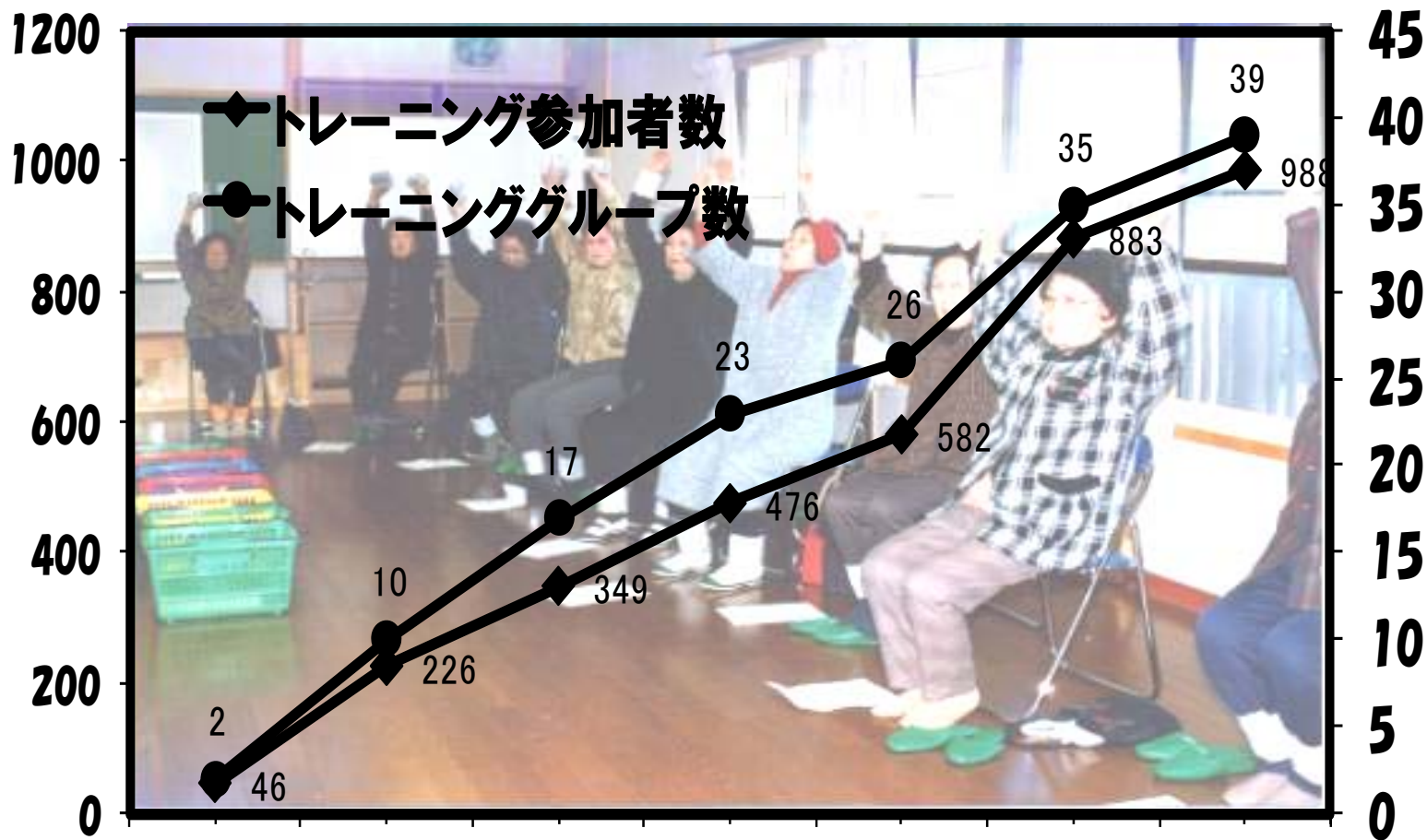
高齢者(=住民)が求めている施策には三つの要素がある？

「鬼石モデル」
三つの要素にまとめてアプローチ



週1回、近所の人誘い合って、地区の公民館に筋トレに出かける。
トレーニングは専門職なしで、自分たちで運営する。

「鬼石モデル」参加者数の推移

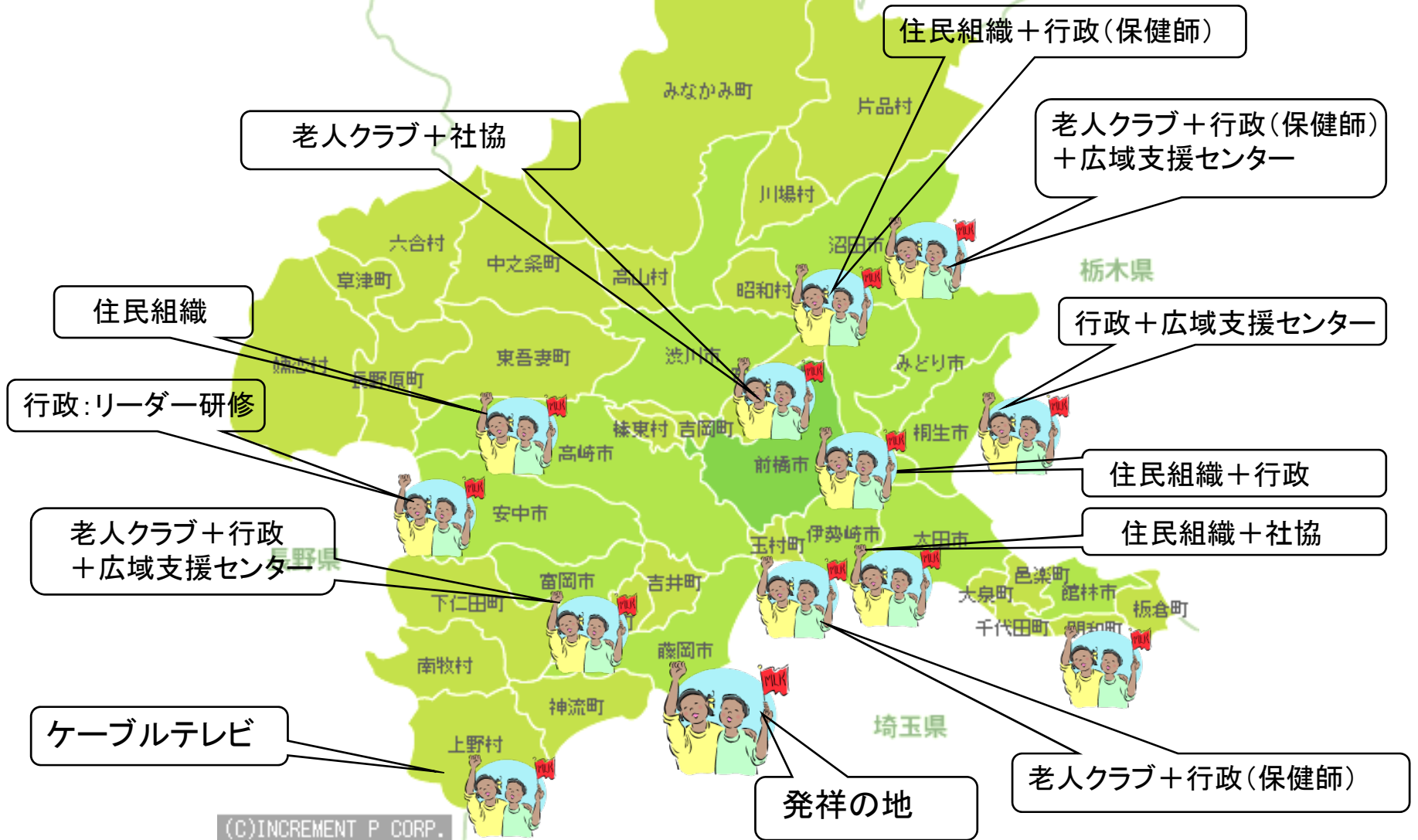


13年度 14年度 15年度 16年度 17年度 18年度 19年度

平成17年度は鬼石町が藤岡市と合併した年度にあたる。藤岡市としての普及体制を整える作業などもあり、参加者数、グループ数の伸びが鈍い年度になった。

平成18年1月に鬼石町は藤岡市に合併となったが「鬼石モデル」は同市の介護予防一般高齢者施策として受け継がれた。平成19年10月現在、藤岡市(総人口70342人)には39のトレーニンググループが形成され、同市の65歳以上人口15271人の6.7%にあたる1022人がトレーニング参加者として登録している。

「鬼石モデル」の拡がり



群馬県地域リハビリテーション広域支援センター(介護予防サポーター育成事業、各種研修会)
群馬大学地域貢献特別支援事業「地域リハビリテーションプロジェクト」

介護予防サポーター育成事業の展開

—ダイナミックな地域支援事業の展開を目指して—

高齢者が介護予防の担い手に

群馬県の取り組みから

「栄養改善」のための調理実習（沼田圏域介護予防サポーター中級研修）



みんなで育てる介護保険 25巻28-31頁

連

地域ケア構築への挑戦



群馬県介護予防イベントにおける住民グループの発表

群馬県

県内10圏域のリハビリ基幹病院

委託「〇〇地域リハ広域支援センター」

市町村

委託「群馬地域リハ支援センター」

介護予防サポーター育成

初級：隣人に普及・啓発

中級：事業をサポートできる。

群馬リハネット
(リハ関連30団体)

市町村事業参加
自主的活動

全県共通テキスト作成プロジェクトチーム
栄養士、歯科衛生士、健康運動指導士、大学(PT、Dr)、行政(PT)

上級サポーターへ

地域の高齢者が地域のイベントを創り出す



平成20年度
介護予防まつり in まえばし
～ピンシャン! 元気で明るいまちづくり～
平成21年2月1日(日) 10:00~16:00

会場：中央公民館ホール(前橋ブラザ元気21 3階)
群馬社会福祉大学附属医療福祉専門学校
(前橋ブラザ元気21内)

イベント内容

- ピンシャン! 元気コンテスト
75歳以上の方の元気の秘訣を楽しく紹介、表彰します
- 体力測定・健康チェックコーナー
筋力や血圧、体脂肪、もの忘れなどをチェック!
- 介護予防実践コーナー
やってみよう「ピンシャン! 元気体探」
栄養バランスのよいおいしい試食の提供
お口の健康チェックと「お口アップ体探」
- 介護予防サポーター活動発表
地域での実践の様子を紹介!
- パソコン体験
- その他

前橋はり・きゅう師会による体験施術
徳木俊輔氏 絵画展示

前橋市施設管理公社による
元気ひろげたいフェスティバル

一地区一自慢コンテスト表彰式

主催 ●
群馬市
群馬地域リハビリテーション広域支援センター
群馬県地域リハビリテーション支援センター
後援 ●
群馬県工会議所
群馬社会福祉大学附属医療福祉専門学校
上毛新聞社

介護予防とは?

住み慣れた家で、いつまでも元気でいいたいと暮らせよう。介護が可能な状態にならないように予防したり、介護が邪魔になってもそれ以上悪化しないようにする。どなたにも大切な取り組みです。

講演会など

「介護予防でまちづくり」
講師：浅川 康吉 先生
(群馬大学医学部保健学科建教授)
トークショー
「元気100歳に聞きました」
司会とお話：山口 晴保 先生
(群馬大学医学部保健学科教授)

「介護予防まつりinまえばし」で大活躍の介護予防サポーター



地域交流で生活の質を学ぶ実践的保健学教育
 —「健康長寿の地域づくり」の人材育成を目指した問題解決型学習の導入—

国立大学法人 群馬大学

群馬大学

昭和24年に医、工、教育3学部の新制国立大学として発足
 地域社会を担う医師、技師、教師など専門職業人育成を特色とする教育

医学部保健学科

地域住民の健康長寿達成を担う保健・医療の専門職を育成

地域貢献
 健康長寿の地域づくり

地域交流教育
 モデルの確立

教育資源
 人材・教材・フィールド

核家族化
 老人介護問題
 支え合い機能の崩壊 など

地域社会

介護予防現場
 障害者自立支援の現場
 地域活性化の現場 など