

2 健康づくりと介護予防・重度化防止の推進

高齢期になっても元気で生きがいのある生活が送れるよう、生涯を通じた健康づくりを推進します。

また、関係機関等との連携を強化し、高齢者一人ひとりの状態に応じた介護予防・重度化防止の取組を推進します。

(1) 生涯を通じた健康寿命延伸に向けた取組の推進

健康づくりの指針となる「健康やまぐち21計画（第2次）」に基づき、高齢者等が健康で自立した生活を送ることができるよう健康づくりと介護予防に取り組めます。

ア 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底

- 死亡原因の第1位であるがんや寝たきりの最大の要因となっている脳血管疾患、重大な合併症を引き起こす恐れのある糖尿病等の生活習慣病対策を推進するため、食生活の改善や運動習慣の定着による一次予防（発症予防）、定期的な健診の受診等による二次予防（早期発見、早期治療）、合併症や症状の進展等を抑制する三次予防（重症化予防）の観点から健康づくりに取り組めます。
- 「第3期山口県がん対策推進計画」に基づき、市町や医療機関等と連携し、がん検診の有効性や精密検査の意義等に関する普及啓発を強化するほか、検診の実施日や実施時間の拡充など受診しやすい環境づくりに取り組み、受診率の向上を図ります。
- 県生活習慣病検診等管理指導協議会の各がん部会において、検診のあり方や検査の精度管理について検討し、市町や検診実施機関へ情報提供することにより、がん検診の実施方法を改善し精度管理の向上を図ります。

イ 社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上

- 骨、関節、筋肉等の運動機能の低下により、介護が必要となったり、寝たきりになる可能性が高い運動器症候群（ロコモティブシンドローム）に対しては、自ら予防のための運動を実践できるよう、壮年期からの予防対策を行います。
- 高齢者の自主的な健康づくり活動を促進するため、老人クラブが行う健康づくりや介護予防活動などの取組を支援します。
- 「ふれあい・いきいきサロン」等において、レクリエーション活動などによる住民が主体となった高齢者の日常的な健康づくり・介護予防活動を促進します。

- 介護予防活動の普及啓発やボランティアの育成、地域における自助グループの組織化などを促進する市町の取組を支援します。

ウ 生活習慣の改善及び取り巻く環境の整備

- 「第3次やまぐち食育推進計画」に基づき、要支援・要介護状態になる恐れの高い高齢者を対象に、栄養改善や口腔機能の向上プログラムにより、栄養状態の改善や嚥下機能向上が適切に実施されるよう市町等の取組を支援するとともに、配食サービスにより、栄養バランスのとれた食事の提供を行います。
- 食を通じた健康づくりに取り組む食生活改善推進協議会組織の育成支援を行い、健全な食生活を実践することのできる食育活動など、地域に密着した活動等を支援します。
- 生涯を通じた歯・口腔の健康づくりを促進するため、「やまぐち歯・口腔の健康づくり推進計画」に基づき、市町や歯科保健関係者等と連携を図り、80歳になっても自分の歯を20本以上保つことを目標とした「8020運動」を推進します。
- 歯周病は、糖尿病や認知症をはじめとする全身の疾患や健康づくりと関連が深いことから、生涯を通じた歯・口腔の健康づくり対策を推進します。

エ 健康を支え、守るための社会環境の整備

- 県民一人ひとりによる主体的な健康づくりの実践を社会全体で支援するため、健康づくりについてのホームページ「健康やまぐちサポートステーション」や各種イベント等を通じた普及啓発を行うとともに、多様な活動主体による自発的な取組を進めるため、県民の健康づくりを支援する事業所・店舗等を登録する「やまぐち健康応援団」の充実を図ります。
- 県健康づくりセンターについては、人材の育成・研修や、健康情報の提供、調査研究の実施など、県民の健康づくりの中核的施設としての機能を充実します。

〔数値目標5〕健康寿命の延伸

指 標	現状値	平成32年度(目標値) (2020)
健康寿命① (日常生活に制限のない期間の平均)	男性：71.09年 (平成25年) 女性：75.23年 (2013)	延伸させる
健康寿命② (日常生活動作が自立している期間の平均)	男性：79.00年 (平成26年度) 女性：83.81年 (2014)	延伸させる

(2) 介護予防・重度化防止に係る市町支援の充実

高齢者ができる限り要介護状態にならずに自立した日常生活を営むことができるよう、介護予防ケアマネジメントの適切な実施とともに、高齢者一人ひとりの状態やニーズに応じた多様な介護予防サービスの提供体制の構築を支援します。

ア 介護予防ケアマネジメントの促進

高齢者一人ひとりの状態に応じた介護予防サービスが提供されるよう、地域包括支援センターの保健師や介護支援専門員等による適切な介護予防ケアマネジメントの実施を支援します。

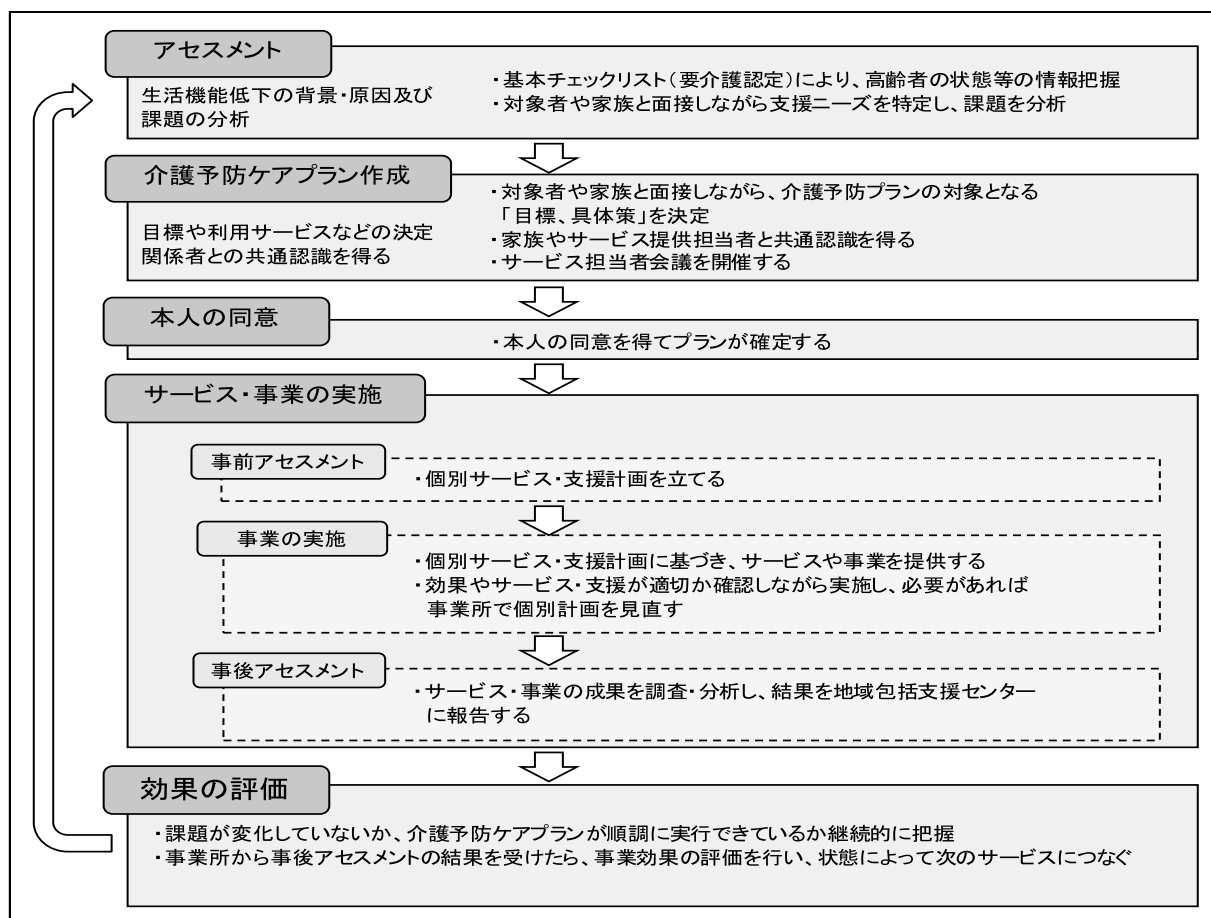
(7) 介護予防が必要な高齢者の早期把握

- 地域包括支援センターの総合相談支援業務や保健師による訪問指導との連携、基本チェックリストや介護保険の要介護認定結果の活用を通じて、介護予防が必要な高齢者を把握する取組を支援します。
- 医療機関や民生委員、健康づくりボランティア等とのネットワークを拡大・強化し、介護予防に関するきめ細かな情報提供を進める取組を支援します。

(イ) 介護予防ケアマネジメントの確立

- ケアプラン作成に関わる人材の養成・確保のため、地域包括支援センター職員等に対する研修を実施します。
また、介護予防ケアマネジメントを円滑に実施するため、担当者のスキルアップに向けた取組を支援します。
- 要支援・要介護状態になる恐れの高い高齢者を早期に把握し、課題の分析からサービス提供後のフォローアップまで、高齢者一人ひとりの状態に応じて一貫・連続して支援する地域包括支援センターの活動を支援します。
- 介護予防事業への参加により状態が改善した後も、高齢者が自立した生活を継続していけるよう、高齢者の主体的な取組を促進する地域支援事業等の市町の総合的な施策展開を支援します。

【図3- I -2-3】 介護予防ケアマネジメントの概要



※状況に応じて簡略化した介護予防ケアマネジメントや初回のみ介護予防ケアマネジメントを実施

イ ニーズに応じた介護予防の提供

高齢者の生活機能の改善に向けたサービスを充実し、多様な介護予防のニーズに適切に対応できるよう、市町が実施する地域支援事業等の取組を支援します。

(7) 介護予防・日常生活支援総合事業の推進

介護予防・日常生活支援総合事業は、住民等の多様な主体の参画や、多様なサービスを充実させることにより、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サービスを提供する取組です。

a 一般介護予防事業

- 一般介護予防事業は、65歳以上の高齢者を対象に、市町が実施する生活機能の維持や向上を図るための取組や、高齢者の介護予防に資する地域づくりを推進する取組です。
- 高齢者自らが社会参加を通じて介護予防につなげる、介護支援ボランティア活動などの主体的な取組を促進するため、市町が実施する地域活動組織や人材の育成などの取組を支援します。
- 介護予防に効果のある体操など、住民主体で行う場を充実するために、市

町による「通いの場」の立ち上げ・育成・拡大の取組を促進します。

- 介護予防に関する活動の普及・啓発を促進するため、関係団体と連携した、市町による健康相談会や介護予防教室等の取組を支援します。

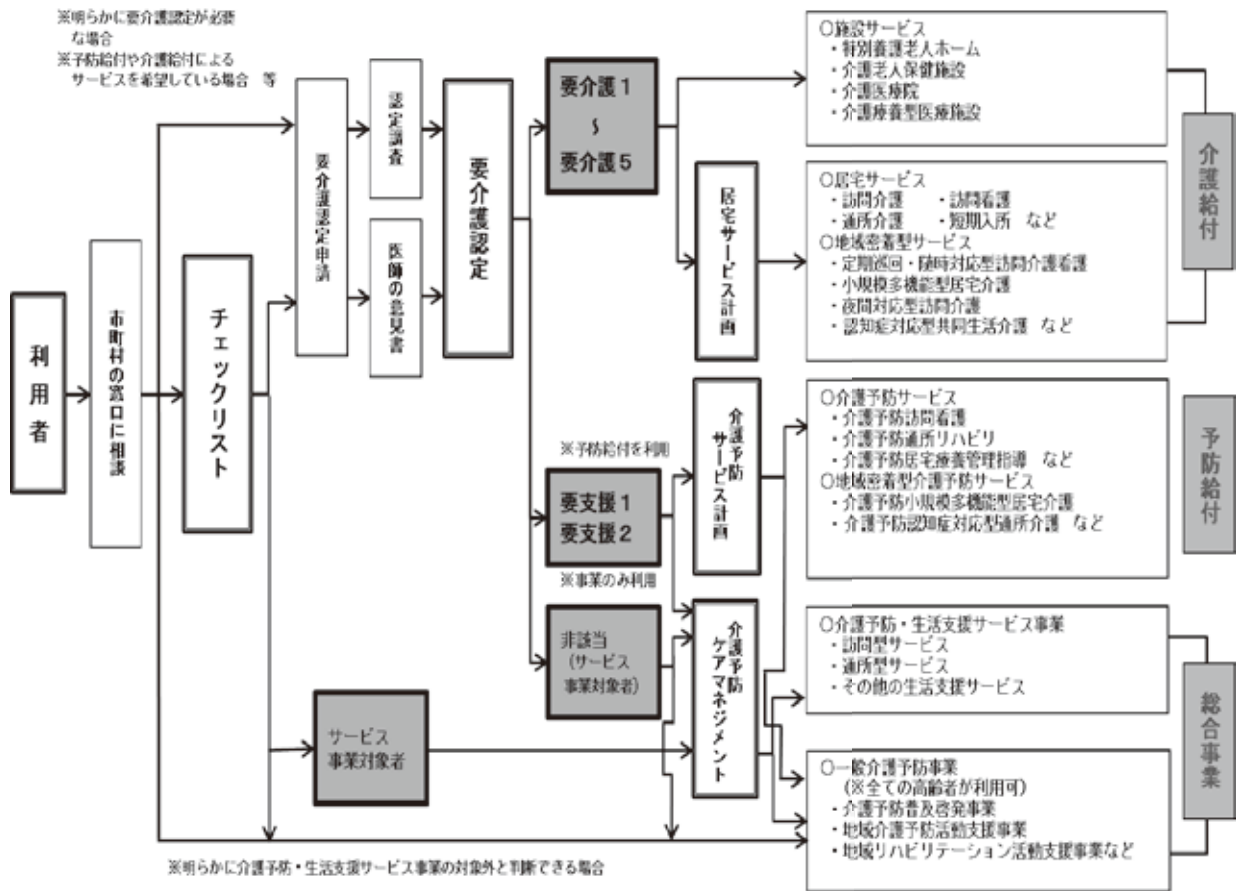
b 介護予防・生活支援サービス事業

- 介護予防・生活支援サービス事業は、要支援者や基本チェックリストにより該当した高齢者を対象に、市町が実施する介護予防訪問介護等に相当するサービスに加え、住民主体の取組等によるサービスを通して、多様な生活支援のニーズに対応する取組です。
- 身体介護・生活援助や、調理・掃除等の一部介助など、地域の実情に応じた多様なサービスからなる訪問型サービスの提供を支援します。
- 生活機能の向上のための機能訓練や、閉じこもり予防を目的とした「通いの場」の提供など、地域の実情に応じた多様なサービスからなる通所型サービスの提供を支援します。
- 高齢者の地域における自立した日常生活の支援を目的とした、配食や定期的な安否確認、緊急時の対応等の生活支援サービスの提供を支援します。
- 住民主体の多様なサービスの充実や、要支援者等が選択できるサービス・支援を充実させるための体制整備、生活支援の取組を支える人材の養成等、市町の取組を支援します。

〔数値目標6〕住民主体の通いの場

指 標	平成28年度 (2016)	平成32年度(目標値) (2020)
住民主体の通いの場の数	1, 241箇所	1, 630箇所

【図3- I -2-4】 介護予防・日常生活支援総合事業のサービスの利用手続き



ウ 関係機関等との連携強化による介護予防の推進

(7) 地域包括支援センターと事業者との連携強化

- 介護予防のニーズにきめ細かく対応できるよう、市町が実施する事業の評価・検証や介護予防ケアマネジメント等を通じて介護予防サービスの改善等につなげていくことができるよう、関係機関の連携を強化する取組を支援します。
- 市町が実施する地域支援事業による介護予防事業や、介護予防・日常生活支援総合事業、要支援の高齢者を対象とした予防給付において、介護予防効果の適切な評価を行い、一人ひとりに応じたきめ細かなフォローアップの取組を支援します。

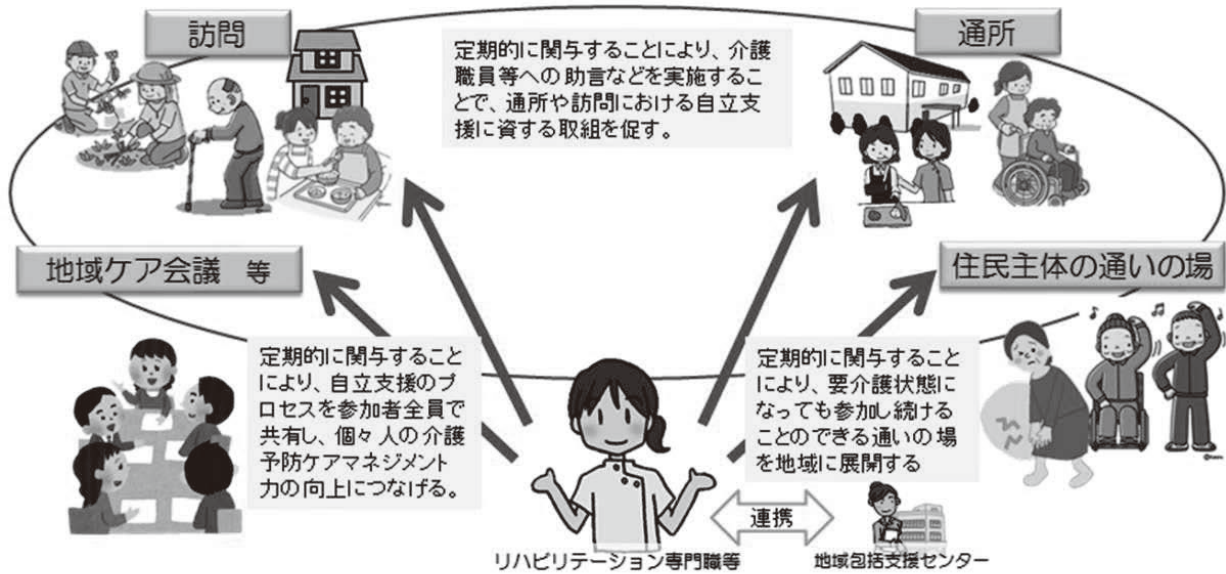
また、地域支援事業と予防給付の緊密な連携による取組を支援します。

(イ) リハビリテーション専門職等との連携強化

- 高齢者の心身機能、活動、参加の各要素にバランスよく働きかける介護予防事業を強化するため、リハビリテーション関係団体等と連携し、地域ケア会議や介護予防事業等へのリハビリテーション専門職等の参画による効果的な介護予防の取組を推進します。

【図3-I-2-5】リハビリテーション専門職等の関与のイメージ

○ 地域における介護予防の取組を機能強化するために、通所、訪問、地域ケア会議、サービス担当者会議、住民主体の通いの場等へのリハビリテーション専門職等の関与を促進する。



リハビリテーション専門職等は、通所、訪問、地域ケア会議、サービス担当者会議、住民主体の通いの場等の介護予防の取組を地域包括支援センターと連携しながら総合的に支援する。