

## 運動器チェック事業について（平成30年度：モデル事業）

### 1. 事業目的

高齢者が、現在住んでいる地域の中で、介護予防のきっかけとなる運動器のチェック事業に参加し、その判定状況に応じてリハビリテーション専門職等から日常の運動、地域での介護予防団体の紹介、的確なアドバイス、受診勧奨を受けながら、個人の運動器機能の維持・向上に努め、要支援者及び介護予防・生活支援サービス事業対象者の身体状態になることを防止することを目的とする。

### 2. 対象者及び対象者数

要介護及び要支援者、介護予防・生活支援サービス事業対象者を除く、65歳、70歳、73歳以上の奇数年齢の方。平成30年度はモデル地区（海神地区及び高根台地区コミュニティ）で実施している。

	平成30年度（人）	
	海神地区	高根台地区
対象地区コミュニティ		
運動器チェック対象者数	2,136	1,394
運動器チェック利用見込み者数	1,090	715

### 3. 事業内容

- ①身長・体重測定
- ②体力測定（立ち上がりテスト・2ステップテスト）
- ③ロコモ25（専用のチェックシートに回答）
- ④基本チェックリスト（専用のチェックシートに回答）

上記の判定により、身体機能が良い状態の方、移動機能が低下している状態の方、移動機能の低下が進行した状態の方等の判定を行い、状態に応じて、定期的な運動を勧めたり、また、自立した生活ができなくなるリスクが高い方には、地域包括支援センターや在宅介護支援センターへの相談を勧める。

#### 4. 運動器チェックを受診した方の実績（9～12月分）

地区コミュニティ	実施機関	実施件数
海神地区	医療機関	16
	介護保険指定事業所	13
	柔道整復師施術所	37
	はり師・きゅう師施術所	9
	合計	75
高根台地区	医療機関	0
	介護保険指定事業所	9
	柔道整復師施術所	33
	はり師・きゅう師施術所	2
	合計	44
合計		119

#### 5. 運動器チェック事業に関する聞き取り調査

運動器チェックを受検した方や受検しなかった方に、今後の事業展開の参考にするために、健康づくり課の職員が電話で聞き取り調査を実施した。

##### （1）運動器チェックを受検した市民からの聞き取り結果 n=33人

質問1 利用しようと思ったきっかけ

- ・アルバイトで膝の裏に痛みを感じていた時に受診券が届いてちょうどよかった。
- ・利用券が届いて、身体の状態を知りたいと思った。
- ・自身の運動能力を確認したかったため。
- ・自分の健康は自分で維持する責任があると思っている。専門家の目で評価してもらいたい。

質問2 実施事業所の選択理由

- ・一番近いため。
- ・接骨院ということで、骨や筋肉の状態を見てもらいたいと思った。
- ・元々通っていた。
- ・家族が利用しており評判が良かったため。

質問3 実施日、時間帯は希望通りだったか

- 希望通り。
- 事業所と相談の上決定した。
- 希望日より1週間くらい先になった。

質問4 チェックにかかる時間は適当だったか

- ちょうどいい。
- 丁寧に説明してくれた。
- 少しあっけない。

質問5 助言を受けて、自身の取り組みの方向性が明確になったか

- 丁寧な説明を受けられてよかった。今後も通いたいと思った。
- 足の筋力が衰えてることを実感した。今後ウォーキングをしていきたい。
- 健康に気をつけているので、自覚していないようなことを気づかせてくれるようなフォローや助言が欲しかった。
- もともと足が悪く、日常生活で今後特に改めるまでに至らないアドバイスだった。
- よくわからなかった。

質問6 同じような機会があれば再度チェックを受けてみたいか

- 2～3年に一回ぐらいやりたい。
- 受けたい。日々の成果を見たい為。
- もう必要ない。

質問7 その他、ご意見など

- 一人暮らしなので、自分で自分の身体を用心しないといけないので頑張りたい。近くに事業所があってよかった。
- 血圧が高く病院受診を勧められた。その後受診をした。機会があればまた受けたい。
- この事業はとてもいい事業だと思うので続けてほしい。長い目で見たら医療費の削減になると思うのでいいことだと思う。
- 運動器よりも骨密度の検査のほうが大事だと思う。
- あそこまで簡易的だとやる必要があるのだろうか。

## (2) 利用しなかった市民からの聞き取り結果 n=13人

### 質問1 利用しなかった理由

- ・興味がない。
- ・必要を感じなかった。
- ・ロコモ25で該当していなかったから。
- ・受けたかったが、予約が取れなかった。
- ・面倒。どんなものかわからない。
- ・元気だから

### 質問2 どういう条件があれば利用したいか

- ・実施日を増やしてほしい。
- ・実施場所が少ない。駅の近く等行きやすい場所でしてほしい
- ・場所を限定してほしい
- ・体の変化があれば受けようと思う

## 6. 実施事業者との意見交換会

日時：平成30年11月19日（月） 19時～20時30分

場所：船橋市保健福祉センター大会議室1

参加者：本事業を実施している6事業所

### 【事業者からの意見】

- ・ロコモ度の合計計算の仕方を利用者がよく間違える。利用券をもう少しわかりやすくすべき。
- ・体調等により実施できない可能性がある旨を利用券に記載してほしい。
- ・運動器チェックという文言がわかりにくい。わかりやすくすべき。本事業がどういふものかという問い合わせが多い。
- ・専門職からのアドバイス内容や書き方を平準化すべきではないのか。各々事業所の指導から起きる事故の責任の所在を明確にするためにも。
- ・チラシやポスターがあるとよりアピールしやすいのではないか。
- ・事業開始後、電話問い合わせ、実施実績ともなし。モデル地区との地域性（距離）もあり、事業に貢献できていないのではないか。

#### 【実施後の改善点など】

- ・利用券の改訂：体調により当日チェック実施不可の可能性のある旨記載。  
安全管理のため、内履き持参の促しを記載。  
計算の誤りが減るような記載欄の変更。
- ・地区の拡大：今年度は2地区だったが、来年度は拡大予定。

### 7. 現状と課題

- ①利用者数が予想を下回っている
- ②実施事業所の種別および地域の偏り
- ③事業利用の必要性が周知されていない
- ④従事者のスキルにばらつきが認められる

### 8. 論点

- ①利用者数の増加
- ②実施事業所の種別および地域の偏りの是正
- ③事業利用の必要性の周知
- ④従事者のスキルの平準化

### 9. 解決策

- ①来年度は健康スケールへの回答内容により、運動器チェック事業の利用勧奨を行う予定であり、より必要性の高い市民へ利用券を送付することになるため、利用者割合の増加が見込まれる。[課題①および③について]
- ②今年度は海神、高根台地区をモデル地区として実施したため、当該地区および隣接地区の事業所に限定したが、来年度は地区拡大を予定しており、隣接地区まで考慮すると市内全域の事業所が対象となるため、事業所数の増加が見込まれる。  
[課題②について]
- ③理学療法士及び作業療法士と柔道整復師及びはり師またはきゅう師の運動器チェックの結果の説明のしかたに違いが見られるため、個別の周知、説明等を検討する。[課題②および④について]
- ④市民に向けたわかりやすい説明資料、広報資料などの作成を検討する。[課題①および③について]
- ⑤実務研修会の開催（事業開始時および開始後）および現地調査時の実務指導、確認の実施を検討する。[課題④について]