

① 足腰の衰えチェック事業について

1. 事業目的

厚生労働省「2019年 国民生活基礎調査」によると、要支援になった主な原因の第1位は「関節疾患」で18.9%、第3位は「骨折・転倒」で14.2%となっており、運動機能の低下が要支援になる最大のリスクとなっていることがわかる。ところが、運動機能の低下は少しずつ進行するため自覚症状が現れにくいという側面もある。そこで高齢者が介護予防に取り組むきっかけとなるよう、現在住んでいる地域の中で、足腰の衰え度合いを客観的なチェックで自覚し、リハビリテーション専門職等から運動や日常生活についてアドバイスをもらい、運動機能が維持できるように生活習慣を見直してもらうこと、重篤な場合には整形外科の受診や地域包括支援センター等への相談を勧奨すること、を目的として事業を実施する。

これは、介護保険制度における地域支援事業の中の一般介護予防事業に位置づけられるものである。これにより、ミクロには市民一人一人の健康寿命の延伸、マクロには要支援者・要介護者を増やさないことによる介護保険財政の維持を目指す。

2. 対象者

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で船橋市健康スケールにて抽出された運動機能低下者。令和2年度から令和4年度まで16のモデル地区（宮本、海神、葛飾、中山、法典、夏見、高根台、新高根・芝山、前原、二宮・飯山満、薬円台、三山・田喜野井、習志野台、二和、三咲、八木が谷地区コミュニティ）で実施。

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）

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. 実施状況

（発送数）

発送時期	8月末	9月末	10月末	11月末	12月末	1月末	計
発送数(通)	2,575	3,019	3,097	2,523	2,472	2,597	16,283

（利用数） 1月末時点 ※1月は暫定値

月	9月	10月	11月	12月	1月※	計
利用数(人)	51	84	104	81	63	383

5. コロナ禍における実施および対応状況

本事業は原則として事前予約、個別対応によるものであり、以下のような感染対策を講じたうえで、高齢者の介護予防・フレイル予防に資するものと位置付け実施している。

新型コロナウイルス感染症対策

- ① 共通の「新型コロナウイルス感染症対策チェックリスト」の提出
委託実施機関に対して、健康づくり課で作成した一般的な感染対策をまとめたチェックリストの提出を求めた。
- ② 「体調確認カード」による体調確認
事業実施前に、船橋市の様式に準じた様式を用い、当日の体温や体調を確認し、事後提出を求めた。
- ③ 参加者に対するマスク着用、体温や体調確認
実施日までの体調管理、実施当日のマスク着用、体調不良時は無理に参加しない等のアナウンスを予約受付時に実施した。
- ④ 実施機関独自の対策
上記のほかに、実施機関ごとに必要な対策を講じた。

6. 現状と課題

- ①事業利用の必要性が周知されていない
- ②利用者数が予想を下回っている
- ③地域により実施機関が偏在している

7. 論点

- ①事業利用の必要性の周知
- ②利用者数の増加
- ③地域による実施機関の偏在の是正

8. 解決策

- ①医療機関や歯科医院、薬局等高齢者が利用する施設へのポスター掲示、他事業での説明等の周知活動を継続して行うとともに、デジタルサイネージや広報課 Twitter、ふなばし CITY NEWS など映像を伴う広報媒体を活用しながら、周知活動を継続していく。
これらを通じて、足腰の衰えを予防するという考え方が浸透するよう地道な周知や意識づけが必要と思われる。
- ②来年度については、全 24 地区コミュニティを対象に事業を実施する予定であり、関係各所への説明を行い、実施機関の拡充を図る。