

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「2022 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 19.3%、第 2 位は「高齢による衰弱」、第 3 位は「骨折・転倒」で 16.1%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. 事業内容

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、状態に応じてアドバイスを行う。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。下記の測定を基に判定を行う。

- 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テスト結果を基にしたアドバイス

(1) 対象者

船橋市健康スケール回答者のうち、運動機能低下が疑われる、要介護及び要支援者、介護予防・生活支援サービスを除く 65 歳、70 歳、73 歳、75 歳以上の方。令和 5 年度より市内全 24 地区で実施。

(2) 実施状況(令和 8 年 1 月 31 日時点)

【発送数】

発送時期	8 月末	9 月末	10 月末	11 月末	12 月末	計
発送数(通)	7,511	9,799	5,170	5,065	5,503	33,048

【利用数】

月	9 月	10 月	11 月	12 月	1 月*	計
利用数(人)	127	236	187	140	11	701

※1 月の利用数は暫定値

3. 課題

- (1)利用者数が見込みを下回っている
- (2)地域により実施機関が偏在している

4. 今後の対応

- (1)普及啓発として、令和 5 年度から追加して行った各社会福祉協議会などへのチラシ配架や、イオンモール船橋・船橋駅前歩道橋などのデジタルサイネージへの掲載を継続する。
- (2)実施機関は増加しているが、継続して、身近な場所で利用できるように、医療機関や介護保険事業所などへの協力依頼を行う。依頼の際に、事業概要や事業所へのメリットが理解されやすいように依頼文を更新する。また、チェック実施時のアドバイスの容易化等を検討する。
- (3)実施機関によっては、実施機関途中で予約が埋まるなど、事業所ごとの実施件数にばらつきがある。また無断での予約キャンセルなどもあることから、利用者に対して、予約や利用に関する注意事項を改めて周知できるよう利用券などの発送物を更新していく。