

令和7年度第3回諫早市介護予防・日常生活支援推進会議要旨

1. 日 時：令和7年11月12日（火） 19:00～21:15

2. 場 所：諫早市健康福祉センター 1階 多目的ホール

3. 内 容

（1）委嘱状交付式

委員の改選に伴い、委嘱状が交付された。

（2）報告

①「介護予防と生活支援の地域づくりフォーラム」の周知について資料1を用いて報告した。

【質疑応答】

なし

②令和7年度諫早市短期集中予防サービス（サービス・活動C）・一般介護予防事業実績報告について資料2を用いて報告した。

【質疑応答】

委 員：サービス終了後の状態像の推移について6ヶ月後、1年後の「改善」に2名挙がっているが、サロンや地域サービスにつないで元気になったという解釈でよいか。

事務局：この状態像は介護申請・介護認定が評価指標になっており、質問にあったようにサロンや様々な場へ出向いて元気になったため、介護認定の更新をしなかった方も含まれている。

委 員：サービス終了後の状態像の推移について約7割の方がサービス終了後に教室や地域活動を継続できるようになったという報告であったが、「維持」できた方は何かの活動に繋がったという解釈でよいか。

また、サービス終了後の3ヶ月後と6ヶ月後のフォローについてフレイルと言われる高齢者の方々は、運動を中止したら、約1～3ヶ月で機能が低下するという風に言われている。3ヶ月も運動せずに何もしなければ、介護のリスクは非常に高くなると想定される。今後の終了後のフォローについて現時点でどのように考えているか教えて欲しい。

事務局：委員がおっしゃる通り、サービス終了後1ヶ月から3ヶ月の間に運動しない方の悪化率が高いが高いと思われる。報告でもあるように3ヶ月から6ヶ月の間に悪化する方が多いため、包括のフォロー時期を早めることを検討する必要があると考えている。また、フォロー時期より前に介護申請に至っていたり、体力が低下していたという報告も包括より挙がっているため、地域団体と連携を取るなど、フォローの方法についても検討していく必要があると考えている。

委 員：短期集中予防サービスの対象者について。基本チェックリストを実施と記載があるが、基本チェックリストがどれくらい実施されているのか、チェックリストを

実施する対象者をどのようにして選定しているのか。

事務局：基本チェックリストは25項目で構成をされており、身体機能、栄養面など様々な面より自身の身体のチェックができるものとなっている。対象については介護申請や包括支援センターの窓口に相談に相談があった際に、チェックリストを取っている。また、市内約160か所の高齢者サロンに出向いてチェックリストを取り、該当になられる方については包括支援センターの職員がフォローに入り、必要な方はサービスCに繋げるという流れになっている。

（3）意見交換

『介護予防を広げる仕組みについて』

資料3を用いて諫早市の介護予防・日常生活支援総合事業の枠組み、課題と対策の現状、今後の対応案について説明した後、A・B・Cグループに分かれて意見交換を行った。

① 教室などに新しい職種の先生が加わることをどう思われますか。

加わった場合、どのような内容を教えて欲しいですか。

- ・資格にこだわりすぎるとマンパワーの確保が難しくなるため、資格がなくても適切な知識を持った人を集める方法を考えるべきだ。
- ・安全部を確保するためには、高齢者の医療や福祉に、知識がある人がした方がいいだろう。
- ・看護師やヘルパーなど医療や介護の資格を持つ人に特定の研修を受けてもらう。
- ・職種を持たない方でも、特定の研修を受けることで、市が求める指導内容を理解し、安全を確保しながら教室運営ができるのではないか。
- ・自分が参加する身となった時は、テーマに対して詳しい人に説明してほしい。
- ・新たな講師が加わることは良いこと。賛成である。
- ・今までの4職種に絞る必要はない。負担専門職の負担が分散されるし、刺激が入るからいいのではないか。
- ・専門職では臨床心理士の方やカイロプラクティック、鍼灸師はどうか。
- ・専門職の方以外でも、運動普及推進員や、レクリエーション推進員の協力を得てはどうか。
- ・ZOOMを用いることで専門職の方の不足を補うことができるのではないか。
- ・手先の運動の指導や、体は元気だけど認知機能の低下が気になるという方に向けた指導をして欲しい。
- ・ピンポイントにターゲットを絞ることで、今まで参加していない人に興味をもってもらえるのではないか。

② 公民館や地域の集会所以外にスポーツジムを会場とした場合、高齢者は参加されると思いますか。

- ・スポーツジムに高齢者が行くとなると抵抗がある人がいるだろうが、行きたいと思うような周知方法や工夫すれば、スポーツジムでも良いのではないか。
- ・会場が 25ヶ所と限られるため、歩いて行ける場所に教室がないといけないのでは。
- ・公民館の他にも JA の支所や、現実的に難しいかもしれないが、病院のリハビリルームや、個人宅でも人が集まればいいのではないか。
- ・民間の会場だと、逆に行きづらい方もいるのではないか。まずは講師の数が確保できた後に現在の 25 会場から公民館での開催をもっと増やしていくところから始めるのはどうか。
- ・公民館で 25 会場以上増やすことができた後、公民館以外の会場に拡大してはどうか。
- ・スポーツジムは街中にあり、アクセスには交通手段が必要な方が多いため、高齢者が参加するのは難しいのではないか。
- ・高齢者に抵抗感のある会場でも参加するメリット、付加価値（教室のついでに買い物ができる等）があれば良いのでは。
- ・公民館以外にも住民に近い地域の公園はどうか。
- ・学童はどうか。昼間は子どもたちが不在である。教室の回を重ねるごとに、教室時間終了後も学童にてボランティアをする高齢者がいるかもしれない。
- ・スポーツジムは暗いため、高齢者が行くとは思えない。
- ・高齢者でも若めの方は良いのかもしれない。
- ・ラジオで放送されると自宅でもできる。
- ・避難所に指定されている場所もいいのではないか。