

### 3 生きがいつくり、介護予防・健康づくり

高齢社会においては、高齢者ができる限り健康を保持し、介護が必要となる状態にならないように、生きがいや社会とのかかわりを持ち続けることが重要です。

高齢者が、年齢にとらわれることなく自由に主体的に活動し、自立した生活を送ることができるよう、社会参加を通じた生きがいつくりを促進するため、身近に高齢者自らが活動できる場の提供や、地域活動がしやすい機会の提供（きっかけづくり）など、健康と生きがいという高齢者のニーズに対応した自主的な活動を支援します。

#### (1) 地域活動への参画支援と高齢者の生きがいつくり

##### 地域活動に参画するための支援

高齢者が生きがいをもって健やかに高齢期を過ごすことができるよう、自主的な活動を支援します。また、「大阪市生涯スポーツ振興計画」や「生涯学習大阪計画」の内容を踏まえ、生きがいつくりや社会参加を促進する施策を推進します。

#### ア 生涯スポーツの振興

生涯のあらゆるライフステージ・スタイルにおいて、さまざまな観点からスポーツを楽しむことができるよう、さまざまな事業を展開します。

##### ○ 地域スポーツセンター

身近に健康づくりやスポーツ、レクリエーションに取り組めるよう、区スポーツセンターで、子どもから高齢者までを対象とした各種スポーツ教室を開催します。

##### ○ 市民レクリエーションセンター

小学校・中学校・高等学校の体育館を主に平日の夜間に開放し、各種のスポーツ教室を開催します。

\*を付している語句については、巻末の用語解説に掲載しています。

## ○ 大阪プール

健康づくり、体力づくりのため、大阪プールで、水泳教室、アイススケート教室を実施します。

## ○ 中央体育館

手軽に自分の健康や体力について知識を深め、必要な運動方法を身につける機会として、中央体育館で「健康体力セミナー」を行います。

## ○ スポーツ施設の高齢者割引

市営屋外プール、屋内プール、アイススケート場では、高齢者割引（子供料金と同額）を実施します。

## ○ 大阪市スポーツボランティア

大阪市が関わる各種大会、スポーツイベント等へ\*ボランティアを派遣します。

### 《 実績 》

<b>○ 地域スポーツセンター</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
開設数	24施設	24施設	24施設
実施教室	1,314教室	1,429教室	1,528教室
受講者数	264,873人	281,119人	307,052人
<b>○ 市民レクリエーションセンター</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
センター数	31か所	30か所	30か所
実施教室	248教室	245教室	239教室
参加者数	6,120人	5,967人	5,710人
<b>○ 大阪プール</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
教室数	28教室	23教室	29教室
参加者数	14,608人	27,873人	32,758人
<b>○ 中央体育館</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
教室数	5教室	24教室	7教室
参加者数	延145人	延554人	延3,518人
<b>○ スポーツ施設の高齢者割引</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
屋外プール	延5,083人	延4,534人	延5,972人
屋内プール	延838,710人	延861,536人	延859,801人
アイススケート場	延3,262人	延2,777人	延3,093人
トレーニング場	延167,354人	延204,474人	延227,644人
<b>○ 大阪市スポーツボランティア</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
登録者数	562人	415人	357人
活動者数	延1,247人	延1,257人	延1,233人

\*を付している語句については、巻末の用語解説に掲載しています。

#### イ 生涯学習・文化活動の推進

市民主体の\*生涯学習の推進などを目的として策定した「生涯学習大阪計画」に基づき、高齢者に対する学習機会を拡充するとともに、情報提供や学習相談の充実を図ります。

##### ○ 総合生涯学習センター・市民学習センター

「総合生涯学習センター」は、生涯学習推進の中核施設として大阪市の各局、施設と連携し、「市民学習センター」（弁天町・阿倍野・難波・城北）とともに、多様な学習機会の提供や学習相談、生涯学習に関わる\*ボランティアの研修や助言・相談など、市民の主体的な生涯学習活動を支援します。

##### ○ 高齢者大学（いちよう大学）

高齢者の「いろいろなことをもっと学びたい」という声に応え、学習と仲間づくりを通じて、健康で豊かな生きがいのある日々を送ることができるよう、系統的、専門的な学習内容を提供します。

##### ○ 高齢者等読書環境整備・読書支援事業

図書館への来館が困難な施設入所者を対象に、高齢者福祉施設へ図書を提供し、図書ボランティアが図書を貸し出したり、朗読や紙芝居等を行います。

##### ○ 市立図書館の大活字本コーナー

高齢者が読みやすい、大きな活字の図書を揃えた「大活字本コーナー」を図書館に設置し、閲覧・貸出しを行います。

##### ○ 折り紙教室等世代間交流事業

図書館で、子どもを対象に折り紙教室等の催しを行い、高齢者を講師に招く等の世代間の交流を図ります。

##### ○ クラフトパーク

陶芸をはじめ、木工、金工、染色、織物及びガラス工芸等、創作活動を通じて高齢者にとって有意義な時間をつくとともに、世代間の交流を図ります。

##### ○ 園芸講習会

地域の人々に積極的な緑化の普及啓発を図るため、市内各地へ講師を派遣して家庭園芸などの講習を実施します。

---

\*を付している語句については、巻末の用語解説に掲載しています。

## ○ 市立文化施設等敬老優待

高齢者の生きがいづくりと社会参加の促進のため、市内に居住する65歳以上の高齢者を、「ツルのマークのすこやか手帳（健康手帳）」等の提示により、市立文化施設等に無料優待します。

## ○ 生涯学習ルーム事業

地域の人々が気軽に学べる生涯学習の場として、市内の全ての小学校の特別教室などを活用し、各種の講習・講座の開催や、自主事業としての学習の機会を提供するとともに、学びを通じ、地域で子どもから高齢者までを対象に交流を図ります。

## ○ 「小学校区教育協議会—はぐくみネット—」事業

地域で学校・家庭・地域が一体となって人と人とのつながりによって子どもを育む、教育コミュニティづくりを進めます。

## ○ 生涯学習インストラクターバンク事業

地域における生涯学習活動の講師として高齢者をインストラクターバンクに登録し、講師・指導者として紹介します。

## 《 実績 》

<b>○ 総合生涯学習センター・市民学習センター</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
利用者数（総合）	221,741人	222,902人	223,436人
（弁天町）	145,854人	147,616人	145,000人
（阿倍野）	195,328人	182,969人	179,190人
（難波）	193,174人	204,525人	203,279人
（城北）	143,484人	141,834人	139,898人
<b>○ 高齢者大学（いちょう大学）</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
開催コース数	5コース （定員各40人）	5コース （定員各40人）	5コース （定員各40人）
受講者数	175人	195人	195人
<b>○ 高齢者等読書環境整備・読書支援事業</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
実施施設数	28施設	28施設	28施設
貸出件数	320回	319回	319回
貸出冊数	47,068冊	44,470冊	44,170冊

\*を付している語句については、巻末の用語解説に掲載しています。

### Ⅲ 具体的施策／3 生きがいづくり、介護予防・健康づくり

<b>○ 市立図書館の大活字本コーナー</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
中央図書館	3,213冊	8,092冊	8,408冊
地域図書館	35,820冊	32,027	32,597冊
<b>○ 折り紙教室等世代間交流事業</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
開催回数	60回	52回	87回
参加者数	966人	769人	3,036人
<b>○ クラフトパーク</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
利用者数	52,447人	52,802人	52,946人
<b>○ 園芸講習会</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
講習会開催回数	1,113回	1,125回	677回
受講者数	延13,204人	延28,952人	延20,357人
<b>○ 生涯学習ルーム事業</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
実施ルーム数	297校	297校	297校
受講者数	延440,863人	延439,947人	延445,476人
<b>○ 「小学校区教育協議会—はぐくみネット—」事業</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
実施小学校区数	297小学校区	297小学校区	297小学校区
<b>○ 生涯学習インストラクターバンク事業</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
高齢者リーダー 登録者数	105人	105人	108人

\*を付している語句については、巻末の用語解説に掲載しています。

## 生きがいきづくり支援のための基盤整備

老人福祉センター等では、多様化する高齢者のニーズへ対応を図りつつ、高齢者の生きがいきづくりや社会参加を支援し、シルバー人材センターでは就労を通じて社会参加の促進をはかっています。

### ○ 老人福祉センター

地域における高齢者の生きがいきづくり・社会参加促進の拠点として、地域特性や地域住民のニーズに応じた各種相談や教養講座の実施、レクリエーション機会の提供、老人クラブ活動への援助を行うとともに、高齢者の自主的な活動を支援する機能の充実を図ります。

### ○ 老人憩の家

地域において高齢者に対する教養の向上、レクリエーションなどのための場として、小学校区を単位に設置しており、引き続き運営への支援を行います。

### ○ 老人クラブ

老人クラブの育成を図るため、会員の教養向上、健康増進等地域活動について助成するとともに、多様なニーズに応えうる老人クラブづくりへの支援を進めます。

### ○ 敬老優待乗車証交付

70歳以上の高齢者に対して、生きがいきづくりや社会参加の促進のため、地下鉄・バスなど市営交通を無料で利用できる乗車証を交付しています。

### ○ 高齢者入浴利用料割引

70歳以上の高齢者に対して、健康増進と孤立感の解消の一助とするため大阪府公衆浴場業生活衛生同業組合加盟の公衆浴場で、毎月1日・15日（その日が定休日の場合は翌日）に、入浴利用料の割引を実施します。

### ○ 大阪市シルバー人材センター

定年退職後などに、臨時的、短期的な仕事を希望する60歳以上の高齢者を対象に、就労機会の提供を行います。

本部所在地 城東区関目 3-1-14

\*を付している語句については、巻末の用語解説に掲載しています。

### Ⅲ 具体的施策／3 生きがいづくり、介護予防・健康づくり

#### 《 実績 》

<b>○ 老人福祉センター</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
設置数	26か所	26か所	26か所
利用者数	延881,033人	延903,920人	延869,885人
<b>○ 老人憩の家</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
設置数	431か所	400か所	401か所
<b>○ 老人クラブ</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
クラブ数	1,364クラブ	1,203クラブ	1,208クラブ
会員数	100,451人	89,072人	88,540人
<b>○ 敬老優待乗車証交付</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
対象者数	304,197人	317,692人	345,687人
<b>○ 大阪市シルバー人材センター</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
会員数	9,617人	10,350人	10,452人
就業者数	延709,046人	延698,215人	延683,797人

\*を付している語句については、巻末の用語解説に掲載しています。

## (2) ボランティア活動等の市民活動の支援

高齢者の生きがいがづくり、社会参加を促進するため、ボランティア活動等の\*市民活動がしやすい機会の提供等の支援を行います。

重点的な課題と取組みは、

3 市民による自主的活動への支援と介護予防・健康づくり

(2) ボランティア・NPO等の市民活動支援 参照

### ア ボランティアやNPO等の市民活動支援と協働

市民や地域住民の組織、ボランティア団体、\*NPOなどが行う市民活動を一層推進するための「\*大阪市市民活動推進条例」に基づき、情報や学習機会の提供等の支援施策を進めます。

#### ○ 大阪市ボランティア活動振興基金

本市交付金と市民の寄付金を原資として、市内で福祉ボランティア活動を行っているグループなどを対象に、継続的に活動を推進するために必要な経費などに対して助成します。

#### ○ 大阪市ボランティア情報センター

活動団体、イベントをはじめとする様々な分野のボランティア情報の提供、相談、活動支援、養成講座、活動団体の交流及び広報・啓発等を行います。

#### ○ ボランティア・ビューロー

各区社会福祉協議会において、福祉ボランティアの相談、登録、需給調整、活動支援、養成講座、交流、広報、福祉教育及びボランティアグループの紹介等を行います。

#### ○ (社福) 大阪ボランティア協会

\*ボランティアの育成及び指導や活動へのコーディネートを行います。

所在地 福島区吉野4-29-20 大阪NPOプラザ100号

\*を付している語句については、巻末の用語解説に掲載しています。



### Ⅲ 具体的施策／3 生きがづくり、介護予防・健康づくり

#### ○ ボランティア活動情報誌「COMVO（コンボ）」の配布

ボランティア活動に参加しやすい環境を整備し、\*ボランティアの裾野を広げるため、大阪市ボランティア情報センターが毎月発行する情報誌において、市民に対するボランティア活動について適切な情報や機会を提供します。

#### ○ 体験☆COMVO

ボランティア活動の普及啓発と主体的な参加意欲の向上を図るため、ボランティア団体や\*NPO、社会福祉施設等で気軽にボランティア体験ができる機会を提供します。

#### ○ 大阪市市民活動推進基金

行政だけでなく、市民、\*市民活動団体、企業がともに\*市民活動を育てていくものとして、市民活動推進基金に積み立てられた市民、企業などからの寄附金を活用し、市民活動団体が行う公益的な事業に対して助成します。

#### ○ 大阪市地域貢献活動マッチングシステム

企業やNPOが取組む社会貢献活動・地域貢献活動の促進のため、両者が持つ資源(物品・人材・場所など)が効果的に結びつくように資源の橋渡しを行います。

### 《 実績 》

<b>○ 大阪市ボランティア活動振興基金</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
助成事業数	327事業	349事業	266事業
年度末基金額	21億6千9百万円	21億7千3百万円	21億8千万円
<b>○ 大阪市ボランティア情報センター</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
相談件数	16,741件	20,175件	18,516件
<b>○ ボランティア・ビューロー</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
登録数	2,857グループ	2,937グループ	2,775グループ
ボランティア活動人員	48,267人	51,296人	38,811人
<b>○ 大阪ボランティア協会</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
コーディネーター 対応相談件数	—	1,237件	1,526件
<b>○ ボランティア活動情報誌「COMVO（コンボ）」の配付</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
発行回数	年12回	年12回	年12回
発行部数	各回40,000部	各回40,000部	各回40,000部
<b>○ 体験☆COMVO</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
参加者数	1,373人	1,526人	1,871人

\*を付している語句については、巻末の用語解説に掲載しています。

<b>○ 大阪市市民活動推進基金</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
助成事業数	7事業	8事業	7事業
年度末基金総額	約4千2百万円	約6千5百万円	約7千8百万円
<b>○ 大阪市地域貢献活動マッチングシステム</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
システム登録件数	22件	285件	310件
マッチング件数	0件	71件	74件

## イ 高齢者によるボランティア活動の推進

地域社会においては、元気な高齢者が支援を必要とする高齢者を支える活動など、高齢者が自らの経験や能力を生かした社会貢献が期待されており、高齢者の経験と能力を活かし、生きがいつくりにも繋げるため、地域におけるシルバーボランティア活動を支援します。

### ○ 大阪市シルバーボランティアセンター

ボランティア活動参加希望者への活動紹介、講習会の開催及び活動事例の紹介等を行います。

所在地 北区菅原町10-25 (いきいきエイジングセンター)

### ○ 生涯学習インストラクターバンク事業

地域における生涯学習活動の講師として高齢者をインストラクターバンクに登録し、講師・指導者として紹介します。

## 《 実績 》

<b>○ 大阪市シルバーボランティアセンター</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
登録者数	307人	300人	331人
活動者数	延2,684人	延4,596人	延5,385人
<b>○ 生涯学習インストラクターバンク事業</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
高齢者リーダー 登録者数	105人	105人	108人

\*を付している語句については、巻末の用語解説に掲載しています。

#### (3) 介護予防・健康づくり

高齢期においても活力と潤いのある生活を送るためには、若い時からの健康づくりはもとより、高齢者の健康保持、心身機能の低下防止・疾病悪化防止の観点から健康づくりに積極的に取り組むことが大切です。

大阪市では、健康都市大阪の実現をめざす大阪市健康増進計画「すこやか大阪 21」(後期計画)に基づいて、栄養・食生活、運動・身体活動及び休養・心の健康づくり及び歯の健康等 10 の対象分野ごとに、平成 17 (2005) 年度に実施した中間評価を踏まえた達成すべき目標値を掲げ、行政だけでなく保健・医療に関係する団体・機関がより一層連携を密にして幅広く市民の健康づくりを支援し、生涯を通じた健康づくりと健康寿命(高齢期にあっても\*認知症や寝たきり等介護の必要な状態にならないで生活できる期間)を延ばしていく介護予防の取組みを一層推進します。

#### 介護予防の充実

要支援・要介護状態になる前の段階からの\*介護予防事業と、要支援状態の高齢者に対する介護予防サービスを効果的に実施します。

#### ア 介護予防事業の推進

##### 【はつらつシニア等への支援】

要支援・要介護状態になるおそれの高い高齢者「\*はつらつシニア」に対して、生活機能の維持・向上を目指した介護予防事業を提供します。

##### ○ 対象者把握事業

個別通知や\*地域包括支援センター・\*区保健福祉センター・大阪市が指定する地域の医療機関等の関係機関において、\*基本チェックリストを実施することにより、介護予防事業の対象となる高齢者を把握し、より多くの人が事業に参加いただけるよう取組みを進めます。また、地域包括支援センターや区保健福祉センターでは、その際に健康教育を実施し、日常生活の中で健康的な生活習慣・介護予防が実践できるよう支援します。

\*を付している語句については、巻末の用語解説に掲載しています。

## ○ 通所型介護予防事業

通所による\*介護予防事業として、運動器の機能向上教室、介護予防教室（\*運動器・\*口腔機能向上、栄養改善プログラム含む複合型）、閉じこもり等予防教室を実施します。

## ○ 訪問型介護予防事業

通所が困難な方等を対象に、看護師、栄養士、歯科衛生士等により、訪問による介護予防事業を提供します。

### 《 実績 》

○ 対象者把握事業	平成20年度 9,863人	平成21年度 12,874人	平成22年度 9,805人
○ 通所型介護予防事業	平成20年度	平成21年度	平成22年度
運動器の機能向上	24区 1,024人	24区 1,402人	24区 1,525人
栄養改善	22区 92人	22区 149人	23区 175人
口腔機能向上	24区 643人	24区 887人	24区 812人
閉じこもり等予防	24区 1,489人	24区 1,872人	24区 1,493人
○ 訪問型介護予防事業	平成20年度 2区 2人	平成21年度 6区 16人	平成22年度 8区 19人

### 【すべての高齢者への支援】

高齢者が、加齢による心身機能の変化に応じて自分自身の健康に関心を持ち、日頃の生活習慣として主体的に健康づくりや生きがいづくりに取り組めるよう健康教育や地域における自主グループ活動の支援を拡充します。活動にあたっては、企画の段階から地域住民や\*NPO・民間団体等と協働し、積極的な事業の推進を図ります。

## ○ 地域健康講座

\*区保健福祉センター保健師等が中心となり、地域に出向き、それぞれの地域特性に応じた健康教育を実施します。

\*を付している語句については、巻末の用語解説に掲載しています。

### Ⅲ 具体的施策／3 生きがいくくり、介護予防・健康づくり

#### ○ 地域健康情報発信事業

地域特性に応じたリーフレットやポスター等の媒体を作成し、地域健康講座等で活用するなど、健康情報を提供します。

#### ○ 介護予防・健康づくり推進講座（旧 高齢者介護予防指導者養成講座）

介護予防に関する知識や技術を身につけて、市民自らが介護予防・健康づくりを実践するとともに、講座終了後に地域において、これらの推進役として活動できるよう支援します。

#### ○ 地域組織活動への支援

介護予防・健康づくりに関する自主グループ等の育成・支援を行います。

#### ○ 高齢者への個別支援の充実

要介護認定の結果「非該当」となった方や\*認知症となるリスクが高いと言われる外出頻度が週 1 回未満の閉じこもりがちの方などに対し、認知症の早期発見や要介護状態への移行をできる限り予防するための訪問等を行います。

#### 《 実績 》

	平成20年度	平成21年度	平成22年度
地域健康講座等参加者	延84,878人	延82,440人	延48,946人
相談会等参加者	延25,111人	延23,455人	延23,130人
高齢者介護予防指導者養成講座参加者	延3,737人	延4,447人	延3,899人
地域活動組織への支援・協力等回数	1,082回	1,139回	1,169回
社会参加活動通じた地域活動等参加者		延7,420人	延6,484人

#### イ 介護予防サービスの推進

要介護（要支援）認定において、要支援1・2の認定を受けた人には、状態の改善や重度化を予防するため、介護予防サービス（介護保険給付サービス）を提供します。

#### 居宅サービス

#### ○ 介護予防訪問介護（ホームヘルプサービス）

訪問介護員（ホームヘルパー）が自宅を訪問し、自力で家事などができない人に、生活援助等を行います。

\*を付している語句については、巻末の用語解説に掲載しています。

○ 介護予防訪問入浴介護

移動入浴車等で訪問し、浴槽を提供して、入浴の介護を行います。

○ 介護予防訪問看護

看護師等が訪問し、療養上のお世話、診療の補助を行います。

○ 介護予防訪問リハビリテーション

\*理学療法士・\*作業療法士等が訪問し、リハビリテーションを行います。

○ 介護予防居宅療養管理指導

医師・歯科医師・薬剤師・管理栄養士等が訪問し、療養上の管理・指導を行います。

○ 介護予防通所介護（デイサービス）

デイサービスセンター等で、入浴や食事の提供、\*運動器の機能向上や栄養改善等を行います。

○ 介護予防通所リハビリテーション（デイケア）

介護老人保健施設や病院・診療所で、リハビリテーション等を行います。

○ 介護予防短期入所生活介護（福祉施設でのショートステイ）

特別養護老人ホーム等に短期入所し、食事、入浴等の介護や機能訓練を行います。

○ 介護予防短期入所療養介護（医療施設でのショートステイ）

介護老人保健施設等に短期入所し、医学的な管理のもと医療、介護、機能訓練などを行います。

○ 介護予防特定施設入居者生活介護（有料老人ホームなどにおける介護）

\*有料老人ホーム、ケアハウス等が介護予防特定施設入居者生活介護の事業者指定を受けて、入居する要支援者に対して、入浴・排せつ・食事等の介護その他日常生活上の支援、機能訓練・療養上の世話をし、施設で能力に応じた生活が出来るようにする介護保険給付サービスです。

○ 介護予防福祉用具貸与

日常生活の自立を助けたり、介護の負担を軽くしたりするための車いすや特殊寝台等の福祉用具を利用できるよう貸与を行います。

○ 特定介護予防福祉用具販売

入浴やトイレのときに使う、腰掛便座や入浴補助用具等の福祉用具を購入することができます。

---

\*を付している語句については、巻末の用語解説に掲載しています。

### Ⅲ 具体的施策／3 生きがづくり、介護予防・健康づくり

#### ○ 介護予防住宅改修費の支給

介護保険制度において日常生活の自立を助けたり、介護をしやすい生活環境を整えるための手すりの取付け、床段差の解消、滑り止め等のための床材変更、引き戸などへの扉の取り替え及び洋式便器等への取替工事等の簡易な住宅改修について、改修費の介護保険給付を行います。

#### ○ 介護予防支援

介護予防サービスの内容を本人、家族等と相談して、サービスを適切に利用できるよ  
うに居宅サービス計画（\*ケアプラン）を作成します。

地域密着型サービス （1 地域包括ケアの推進 （2）地域密着型サービス 参照）

#### ○ 介護予防認知症対応型通所介護

\*認知症の人を対象に日帰りで、食事、入浴サービスを提供し、レクリエーションな  
どの機能訓練を行います。

#### ○ 介護予防小規模多機能型居宅介護

通いを中心に、訪問や泊まりの介護サービスを組み合わせて提供します。

#### ○ 介護予防認知症対応型共同生活介護（認知症高齢者グループホーム）

認知症のために介護を必要とする人に、共同生活住居（5～9人）において日常生活  
上の世話などを行います。（要支援1の方は利用できません）

#### 《 実績 》

<b>○ 介護予防訪問介護（ホームヘルプサービス）</b>			
サービス量	平成20年度 18,571人	平成21年度 19,109人	平成22年度 19,741人
<b>○ 介護予防訪問入浴介護</b>			
サービス量	平成20年度 11回/週	平成21年度 12回/週	平成22年度 12回/週
<b>○ 介護予防訪問看護</b>			
サービス量	平成20年度 624回/週	平成21年度 685回/週	平成22年度 727回/週
<b>○ 介護予防訪問リハビリテーション</b>			
サービス量	平成20年度 138回/週	平成21年度 261回/週	平成22年度 313回/週
<b>○ 介護予防居宅療養管理指導</b>			
サービス量	平成20年度 776人/年	平成21年度 830人/年	平成22年度 843人/年

\*を付している語句については、巻末の用語解説に掲載しています。

○ 介護予防通所介護（デイサービス）	平成20年度	平成21年度	平成22年度
サービス量	4,731人	5,158人	5,631人
○ 介護予防通所リハビリテーション（デイケア）	平成20年度	平成21年度	平成22年度
サービス量	1,133人	1,108人	1,102人
○ 介護予防短期入所生活介護（福祉施設でのショートステイ）	平成20年度	平成21年度	平成22年度
サービス量	322日/月	228日/月	202日/月
○ 介護予防短期入所療養介護（医療施設でのショートステイ）	平成20年度	平成21年度	平成22年度
サービス量	68日/月	47日/月	62日/月
○ 介護予防特定施設入居者生活介護（有料老人ホームなどで行われている介護）	平成20年度	平成21年度	平成22年度
サービス量	440人/年	422人/年	414人/年
○ 介護予防福祉用具貸与	平成20年度	平成21年度	平成22年度
サービス量	4,206人/年	5,022人/年	5,821人/年
○ 特定介護予防福祉用具販売	平成20年度	平成21年度	平成22年度
サービス量	3,707人/年	3,898人/年	4,184人/年
○ 介護予防住宅改修費の支給	平成20年度	平成21年度	平成22年度
サービス量	3,810人/年	4,052人/年	4,368人/年
○ 介護予防支援	平成20年度	平成21年度	平成22年度
サービス量	22,761人/年	23,871人/年	24,788人/年
○ 介護予防認知症対応型通所介護	平成20年度	平成21年度	平成22年度
サービス量	32回/週	16回/週	8回/週
○ 介護予防小規模多機能型居宅介護	平成20年度	平成21年度	平成22年度
サービス量	13人/年	21人/年	30人/年
○ 介護予防認知症対応型共同生活介護（認知症高齢者グループホーム）	平成20年度	平成21年度	平成22年度
サービス量	3人/年	5人/年	5人/年

## ウ 介護予防ケアマネジメント

老化に伴う心身機能等の低下の心配がある高齢者が要支援・要介護状態になることをできるだけ防ぐために\*介護予防事業への参加を勧めるとともに、要支援1・2の人に対して、介護予防サービスが適切に提供されるよう、\*地域包括支援センターで継続した介護予防ケアマネジメントを行います。

\*を付している語句については、巻末の用語解説に掲載しています。



○ ケアプラン作成

地域包括支援センターにおいて、介護予防支援事業者として「要支援1」「要支援2」と認定された方にできる限り自立した自分らしい生活が実現できるよう\*ケアプランの作成、サービス提供事業者との連絡調整などを行います。また、\*はつらつシニアの人を対象に認知機能の状況や老化に伴う生活機能の衰えなど生活機能の把握を十分に行い、どのような目標のもとにどのような生活をしたいかについて、本人の意向を確かめ必要に応じて介護予防ケアプランを作成します。

《 実績 》

○ ケアプラン作成		平成20年度	平成21年度	平成22年度
特定高齢者	件数	1,929件/年	2,479件/年	2,068件/年
要支援1・2の方	件数	24,375件	24,779件	26,575件

**健康づくり**

市民が生涯を通じた健康づくりと健康寿命(高齢期にあっても\*認知症や寝たきり等介護の必要な状態にならないで生活できる期間)を延ばしていくためには、科学的根拠に基づいた情報の発信と、市民の自主的な健康づくりを社会全体で支援する環境づくりが必要です。

具体的には、健康増進事業等の推進として、健康づくりの普及啓発等とともに、\*区保健福祉センターと地域住民や関係団体等との連携により、生涯を通じた健康づくりを支援するためのシステムの構築を図ります。

また、生活習慣病予防対策の推進として、脳卒中や心筋こうそくを引き起こす危険性のある\*内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)や女性のがん対策等、今日的な課題に的確に対応するため、特定健康診査等の実施や、生活習慣の改善につながるような健康に関する正しい知識の普及啓発の取組みを進め、きめ細かな生活習慣病予防対策の充実を図ります。

さらに、近年高齢者のうつ病を含むうつ病患者が増加していることから、疾病に関する正しい知識を普及するとともに、早期発見・早期治療を推進します。また、\*団塊の世代に自殺者が多く、自殺はうつ病等の精神疾患との関連性が深いと考えられていますが、その背景には経済問題その他多くの要因があることから、総合的な自殺防止対策に取り組めます。

\*を付している語句については、巻末の用語解説に掲載しています。

## ○ 健康づくり普及啓発

市民の生涯を通じた健康づくりを推進するため、毎年10月を市民健康月間とし、全市的に「\*大阪ヘルスジャンボリー」を、各区でも地域の特性を生かした「健康展・健康まつり等」を開催し、健康づくりの3要素である栄養・運動・休養のバランスのとれた健康的な生活習慣を普及啓発する活動を行います。

また、これまでに分析した結果をふまえて特に啓発が必要な項目を、必要な性、年齢階級に対する対策を進めることにより、効果的な事業実施につなげます。

## ○ すこやかパートナー制度

平成20年度に「すこやかパートナー制度」を創設し、「すこやか大阪21」の趣旨に賛同する団体等に「すこやかパートナー」として登録をいただき、大阪市と団体、企業等が協力して社会全体で市民の健康づくりを応援しています。

## ○ 食生活指導

\*生活習慣病予防の観点から、高齢者等、ライフステージに応じた「食生活指導」を実施します。

## ○ すこやか手帳（健康手帳）

生活習慣病の予防や日常の健康管理に役立ててもらうため、医療の記録、\*健康診査の記録、その他健康の保持のために必要な事項を記載するすこやか手帳（健康手帳）を交付します。

## ○ 健康教育

生活習慣病予防や健康に関する正しい知識を多くの市民が身につけ、健康意識を高めってもらうため、医師や保健師などによる講話や健康運動指導士による運動指導などを行う「地域健康講座」など健康教育を実施しています。こうした集団的な健康教育に加えて、禁煙支援を目的とした「喫煙者個別健康教育」、骨粗しょう症を早期発見するための「骨量検査」を実施します。

## ○ 健康相談

心身の健康に関する様々な悩みや不安等に個別の相談に応じて必要な助言や指導を行う「健康相談」を\*区保健福祉センターなどで行い、若年期から、壮年期、高齢期を通じた健康づくりの推進に努めます。

---

\*を付している語句については、巻末の用語解説に掲載しています。

### Ⅲ 具体的施策／3 生きがいづくり、介護予防・健康づくり

#### ○ 健康診査

\*生活習慣病の疑い又は危険因子のある人を早期発見し、治療に繋げるとともに、健康管理に関する正しい知識の普及を行うため、「特定健康診査」「大阪市健康診査」や胃がん・大腸がん・肺がん・子宮頸がん・乳がんの「各がん検診」、「歯周疾患検診」などの健康診査事業を実施します。

#### ・ 特定健康診査・特定保健指導

\*内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)の該当者・予備群の減少を目的として、保健指導を必要とする人を的確に抽出するための「特定健康診査」を実施します。その健診結果に基づき、必要度に応じたきめ細かな「特定保健指導」を行うことにより、個々人の自主的な健康増進及び疾病予防を図り、健康寿命の延伸を目指します。

#### ○ 訪問指導

療養上の保健指導が必要であると認められる壮年期の人や、健康に不安のある高齢者及び介護家族等に対して、保健師などが各家庭を訪問し、個々人の生活環境に応じた日常生活指導や保健・福祉サービス等の活用方法の助言指導を行う他、栄養状態や口腔状態の改善を図る「訪問指導事業」を実施します。

#### ○ うつ病家族教室

うつ病患者を支える家族がうつ病に関する正しい知識を学び、病気を理解し、本人への接し方を考える機会とします。また、同じ状況の家族同士が経験を分かち合うために交流し、うつ病家族の自助グループの養成を目指します。

#### ○ 老人精神保健福祉相談(医師による相談)

老人性精神疾患など高齢者の精神保健福祉に関して、精神科医師・精神保健福祉相談員等による相談に応じるとともに、必要により家庭訪問を行います。

#### ○ かかりつけ医研修

内科医等の地域でのかかりつけ医や産業医等の産業衛生スタッフに研修を実施し、うつ病・アルコール依存症等の早期発見・早期治療を促進します。

#### ○ ゲートキーパーの養成

地域や職場・学校等で自殺念慮者の自殺のサインに気づき、声を掛け、話を聴き、相談機関や専門機関につなぐ身近な人をゲートキーパーとして養成し、自殺予防に努めます。

---

\*を付している語句については、巻末の用語解説に掲載しています。

## ○ 自殺未遂者支援事業

自殺未遂者の自殺再企図率は高く、自殺のハイリスク者であることから、警察署と連携し、自殺未遂者に対して相談を実施し、精神科医療機関等必要な専門機関につなぎます。

## ○ 自死遺族相談

大切な人を自殺で亡くした自死遺族は自殺のハイリスクグループであり、自死遺族に対し相談を実施することにより新たな自殺者を出さないための防止策とします。

### 《 実績 》

<b>○ 健康づくり普及啓発</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
各区健康展(参加者数)	20,152人	15,871人	17,962人
大阪ヘルスジャンボリー (参加人数)	1,985人	3,156人	4,812人
街頭キャンペーン実施 (啓発ビラ配布者数)	38,300人	34,317人	35,970人
健康づくり啓発ポスター (掲出、配布数)	9,000枚	13,800枚	16,000枚
<b>○ すこやかパートナー</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
登録団体数	49団体	84団体	123団体
<b>○ 食生活指導</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
個別(参加人数)	33,185人	30,929人	32,703人
集団(参加人数)	143,083人	146,233人	156,427人
<b>○ すこやか手帳(健康手帳)</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
交付数	33,794冊	25,150冊	22,629冊
<b>○ 健康教育</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
開催回数	3,624回	3,853回	3,966回
参加人数	103,134人	110,222人	109,040人
<b>○ 健康相談</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
開催回数	1,278回	1,249回	962回
参加人数	10,732人	13,848人	12,541人

\*を付している語句については、巻末の用語解説に掲載しています。

### Ⅲ 具体的施策／3 生きがづくり、介護予防・健康づくり

<b>○ 健康診査</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
大阪市特定健康診査(法定報告数)	84,367人	82,464人	87,063人
大阪市健康診査	1,007人	1,025人	1,033人
胃がん検診	32,587人	34,141人	33,125人
大腸がん検診	57,083人	61,233人	59,208人
子宮頸がん検診	52,293人	69,555人	83,193人
乳がん検診	28,942人	43,275人	43,359人
肺がん検診	22,390人	24,901人	25,109人
歯周疾患検診	2,827人	2,816人	2,986人
<b>○ 訪問指導</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
訪問指導	4,923回	4,969回	5,064回
訪問口腔衛生指導	410回	406回	429回
訪問栄養指導	374回	337回	306回
<b>○ うつ病家族教室</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
開催回数	—	10回	6回
参加者数	—	121人	89人
<b>○ 老人精神保健福祉相談(医師による相談)</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
相談件数人員	延309人	延262人	延208人
<b>○ かかりつけ医研修</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
受講者数	—	95人	123人
<b>○ ゲートキーパーの養成</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
研修会開催回数	—	5回	6回
参加者数	—	348人	3,221人
<b>○ 自殺未遂者支援事業</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
相談者数	—	12人	40人
<b>○ 自死遺族相談</b>			
	平成20年度	平成21年度	平成22年度
開催回数	20回	38回	38回
相談者数	33人	49人	50人

\*を付している語句については、巻末の用語解説に掲載しています。