

# **「百歳体操」等の介護予防に資する 住民主体の体操・運動等の通いの場の状況について**

# 目標と実績

令和3年度末までに、高齢者人口1万人につき概ね10か所程度(約700か所)での開催を目標に取組みを進め、令和元年度末時点で708か所と、当初の目標を達成した。

第8期大阪市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画(令和3年度～令和5年度)では、目標値を開催か所数から参加者数に変更し、新たな目標を設定している。

## ■ 目標及び実績値

(目標)週1回開催する「百歳体操」等の体操・運動を行う通いの場への参加者数 **令和7年度に20,000人**

第8期  
大阪市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画

年度	H30年度	R元年度	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度	R6年度	R7年度
目標値(人)	—	—	16,400	17,100	17,800	18,500	19,200	<b>20,000</b>
実績値(人)	14,274	16,368	15,567	<b>15,594</b>	—	—	—	—
(参考) 実施か所数	606	708	791	802				

- 通いの場の参加人数については、平成28年度の開始以降順調に増加推移してきた。
- しかし、令和2～3年度は新型コロナウイルス感染症の影響により活動を自粛する参加者や活動を休止する高齢者施設等のグループがあり令和元年度実績には至っていない。

## ■ 現時点の評価・課題

1. 令和3年度には新たに46グループが開始したが、参加者数は目標値17,100人に対して約1,500人少ない15,594人だった。
2. 新型コロナウイルス感染症の拡大に伴う参加控えに加え、緊急事態宣言やまん延防止等重点措置下では、通いの場の確保や参加者促進の取組みが困難であった。

**関係機関との連携をさらにすすみ継続・再開支援を引き続き実施し、参加を控える高齢者や新たな参加者を通いの場に繋げる支援が重要である。**

# 令和4年度活動状況について

## ■ これまでの取組み ※福祉局が実施 ※以外は区の実施例

### ○情報交換会・リーダー会議や体験会の開催

### ○節目（5年目、10年目）を迎えたグループ・90歳参加者への表彰

2年ぶりの区長表彰実施による活動継続のモチベーションの向上

### ○参加しなくなった方への対応、参加への支援

- ・参加者同士の声かけによる参加勧奨、代表者や関係機関からの訪問・電話で健康状況の確認
- ・「ハイリスク高齢者への家庭訪問事業」による保健師の参加支援

### ○啓発チラシの作成や周知

- ・区の活動状況を掲載したリーフレットの作成、広報紙での特集記事の掲載、百歳体操イベント等の周知
- ・新たに作成したフレイル予防のリーフレットを保健福祉センター等へ配布、大阪府公衆浴場業生活衛生同業組合と連携し、公衆浴場（市内176か所）へ配布による普及啓発（3月）※

### ○各区の課題や取組みの把握と情報共有 ※

- ・生活支援コーディネーター連絡会（8月）、地域包括支援センター管理者会（10月）等にて関係機関に、通いの場の立ち上げ・継続支援について協力依頼
- ・ブロック別の地域保健活動担当係長会で、区の効果的な取組や実態把握の方法について意見交換（9月）

### ○技術支援 ※

- ・新任期保健師（2年目～5年目）研修（10月）、担当者研修（2月）によるグループ支援・介護予防活動の推進のための力量形成
- ・百歳体操グループへの専門職派遣の活用促進

# (参考) 地域リハビリテーション活動支援事業の経過

リハビリテーション専門職を百歳体操の場に派遣し、技術的助言・指導を行うことにより、百歳体操の活動の立上げ・継続を支援する。

## 派遣件数年次経過 (いきいき百歳体操)

		H30	R元	R2	R3	R4.12末
総件数		235	295	112	146	204
(再掲)	新規	125	83	22	24	30
	継続	110	212	90	122	174

- コロナ禍でR2年度以降はR元年度と比べ派遣件数が減少
- R3年度、緊急事態宣言解除後の10～12月は派遣件数が増加
- R4年1～3月は、第6波による影響で派遣件数が減少
- R4年度はR3年度と比較して、すべての月で派遣件数が増加見込み

## 令和3年4月以降 派遣件数 (いきいき百歳体操を実施している通いの場のみ)

