

[第2回]

地域包括ケア推進部会（介護予防専門部会） ― 議事要旨

概要 | 日時：平成30年1月5日（金）13：30～15：30
場所：神戸市役所4号館（危機管理センター）1階 会議室

I 開会（事務局）

II 1 前回議論

2 フレイル対策の実践について → スライドに沿って説明

（関連情報）

- ＞ 当初はモデル自治体（柏市）で実施していたが、これを全国展開している（H30. 5月からは静岡市で立ち上げ）
- ＞ 市民のフレイルサポーターをすでに4、5期生まで養成できている自治体も存在している。
- ＞ フレイルサポーターは全国で見ると3割くらいが男性である（一部では男性5割の所もある）。

（質問等）

- ① フレイルサポーター養成後の効果としてはどれくらいで現れてくるものか。
→アドバイザー：質の担保のため、サポーターへの指導は比較的厳しくしている。この意図としては、男性陣を呼び込むための仕掛けも意識している（男性は、比較的厳しめにする事で競争心が出る傾向がある。）このため、（特に企業戦士であった）男性特有の競争心から数回で上達していく。
- ② 転倒、（咀嚼力判定）ガムによる歯の詰め物がとれた等の事故があった場合にどのように対応しているのか。
→アドバイザー：市民対市民であるため、基本的に医療的な事（高血圧等）には一切触れない。また、そこまで求めることはできない。（飯島先生が展開されているフレイルチェックは）非侵襲的なレベルのチェック項目で作っている。なお、咀嚼力判定ガムは行っていない。
- ③ 神戸市が行っているフレイルチェックについて、保険加入等の対応はしているのか。
→ 事務局：現在、想定している対象者は65歳と若い方を対象としているため、転倒等のリスクは低いと考えているため、保険には入っていない。また、現在の運用としては少し（チェック項目に対して）不安を感じた場合には無理をせず、その項目については実施しないといった対応としている。しかしながら、そういった事態が発生した場合は、神戸市の責任となること

は認識している。今後、対象年齢を拡充する等の場合においては保険加入も含めて、対応を検討していきたい。

- ④ (半年ごとの) 次回チェックまでの指導とは具体的にどのような内容か
→アドバイザー: 市民が主体となって運用していく中で医学的な指導というものは当然求めることはできない。むしろ、サポーター自身の経験談や成功事例を伝えることで、共感し、気づきを促すことを重視している。
- ⑤ 介護になった人を診察することが多く、また、その中でもデイ等を拒否される方が多い。そういった方はこのチェックしている場にも来られていないのではないかと。
→アドバイザー: 最終的には閉じこもりの方の参加も視野には入れているが、急にそういった方を連れ出すことは難しいと考えている。まずは、グリーゾーン(デイ等を拒否されるような方)にいるような方を拾い上げていき、段階を経て、閉じこもりの方々へアプローチしていく必要があると考えている。
→座長: 閉じこもりは地域差が顕著である。これは定年退職後の行き先があるかないかが大きく影響しているものと思われる。まずは、閉じこもりを予防していく(閉じこもらせる隙を与えない。)ことも重要であると考えている。
- ⑥ 食(栄養)のチェックが少ないように感じられる
→アドバイザー: 食、栄養については非常に重要視している。(フレイルチェックの)ハンドブックにも色濃く入れさせてもらっている。市民主体なので、専門職は関係ないではなく、総合知として取り組んでいくにあたっては、各職能団体にも地域に入ってきてもらう必要があると考えている。

III 議題

1 広報神戸3月号

- 相談内容: 盛り込むべき、伝えるべき内容についてのご助言をいただく。

- ① フォントサイズは適切か。資料上、小さく感じられる。
→事務局: 実際の紙面上(資料は縮小されている)、問題はない。
- ② 文章ではなく図や挿し絵の活用をしてはどうか。
- ③ 一般的な方が理解するには「保険料の節約となる。」や「退職後の時間の方が長い。」ということ伝えても、(ある程度、介護保険についての知識がないと)ピンと来ないのではないかと。もっと、介護や寝たきりになった時のイメージを持てるような内容のダイレクトに伝える方が、「寝たきりや介護になっちゃいかん。」という意識に繋がるのではないかと。
- ④ 広報こうべは、健康関心層の方はしっかり読み込んでおられる印象を受ける。

イベント開催時などでは広報こうべをご覧になって来られる方も多い。

⑤身近な事例を用いた方が分かり易いのではないか

⑥「あなたに合った活動は？」について

様々な活動が上げられているが、問合せ先も一緒に記載しておいた方が、その活動につながる可能性もわずかかもしれないが、高くなるではないか。

2 いきいきシニアライフフェア

● 相談内容：市 PR ブースについて発信していく内容についてご助言をいただく。

①認知症に関することとは具体的にどのようなことを PR するのか（個別相談をおこなう等か）。

→事務局：認知症条例（4月施行）、事故救済制度、一般的な認知症に関する知識の普及啓発となる見込み。個別相談等は想定していない。しかし、あんしんすこやかセンターブースでは出張相談という内容での出展となるため、一般的な相談はこちらでおこなうことは可能である。

②例えば、当該イベントに高齢者 500 人を（役割づくりの視点から）活用すること、といった条件を付すことは可能か。高齢者自身で企画するといったこともでき得るのではないか。

→事務局：プロポーザルが終了しているため、今後の課題としたい。

③また、一箇所でのイベント開催よりサテライト的に実施していく方が広報効果が高く、効率的だと思われるため検討いただければと思う。

3 フレイル予防パンフレット

● 相談内容：主に薬局等で実施するフレイルチェック時に配布するパンフレットの記載内容についてご助言をいただく。特に BMI の基準値（基本チェックリストおよび健康日本 21 で定義されている基準値において、それぞれ 18.5 と 20.0 と差異がある。）について、専門的な知見からご意見をいただきたい。

○ (BMI について)

①18.5 は医療的な対応を要するくらい深刻な状態を指すため、20.0 が妥当ではないか。

②逆に 25 以上の方について、生活習慣病のリスクありとしていることについて、飯島先生のスライド（p14. 年齢別栄養管理（カロリー摂取）に関する考え方の「ギアチェンジ」）の考え方と不整合が生じてしまうのではないか。

→アドバイザー：確かにここ最近の基準では BMI が 26~27 でもリスクというわけではないため、あえて 65 歳以上の方にアラートする必要はないと思われる。

→委員：30 としても問題ないのではないか。

○ (口腔について)

- ① (口腔機能向上の) 体操の割合が高く感じる。むしろ、『欠損歯を放置せず「かかりつけ医」に定期的にかかりましょう。』といった内容の方がフレイルチェックとの整合性が出るのではないか。
- ② 定期的にとすると「10年おき」でも定期的と捉えることもできるため、「目安として『半年に1回程度』』という表現が適切かと思う。
→ 委員: フレイルチェックも定期的におこなうこととした方が効果的ではないか。
- ③ 体操の紹介を行なったとしても、継続して取り組まれる方は多くないと思われる。
(フレイルチェック) ハンドブックにある「口の中の負の連鎖」も参考になる。
- ④ 現在、誤嚥性肺炎にかかる方が増加していることがあるが、フレイルチェック(飯島先生モデル)において、このような方は想定されているか。
→ 委員: フレイルは非常に幅が広く(プレフレイル ~ 重度フレイル)、フレイルの入口におられる方を対象としているため、想定はしていない。

○ (その他)

- ① 栄養、口腔、運動、社会参加、のすべての項目が網羅されている点は良いと思う。
- ② どのような方々に目線を合わせていくのかを明確にするとともに 渡し方の工夫(例えば、何か一言添えて渡すなど)も検討されてはどうか。
※ 上記の各項目については三位一体で取り組むことが重要(飯島先生: スライド(p. 21 『三位一体』の重要性))であることから、「やれるものだけをやる」という並列的な書き方ではなく「少しずつでも良いので全てする。」ことが必要であるという書き方としてもらいたい。
- ③ 対象が大きすぎるように感じる。もう少しフレイルチェック受診者に焦点を当てた内容としてはどうか。
→ 委員: 現在、薬局でおこなっているフレイルチェックは65歳以外の方でも希望されれば、受診可能としているため、あまり限定し過ぎると活用しにくい面もある。
- ④ 全体的に書き方に統一性が見られない。
- ⑤ もっと表紙にインパクトを持たせてはどうか。
- ⑥ 運動等を掲載するにあたっては、回数の表記をしてはどうか。
- ⑦ 文章ではなくポイントをもっと押さえた構成を意識されてはどうか。
- ⑧ 対象者像を明確にし、トレーニング重視とするか、気付き重視とするかを検討してはどうか。

IV 閉会(事務局)

- ・ 次回、来年度開催予定