2-3 介護予防

介護予防事業は、65歳以上の高齢者が要介護状態等となることを予防し、地域において自立した日常生活を営むことができるように支援することを目的とした事業である。

2-3-1 介護予防事業の概要

一般介護予防事業

対象：65歳以上の市民

（令和2年度）

事　業	内　容	実　施　機　関
介護予防普及啓発事業	運動器機能向上	金沢健康福祉財団 地域包括支援センター 金沢・健康を守る市民の会 金沢市スポーツ事業団 等　（委託）
	口腔機能向上	
	栄養改善	
	認知症予防	
	介護予防ちらし作成等	健康政策課
地域介護予防活動支援事業	ボランティア養成等	金沢・健康を守る市民の会 金沢健康福祉財団 等　（委託）
	自主活動支援	

短期集中サービス

対象：要支援認定者または総合事業対象者

（令和2年度）

事　業	内　容	実　施　機　関
通所型サービス	運動器機能向上	介護事業所等　（委託）
	口腔機能向上	金沢市歯科医師会　（委託）
訪問型サービス	栄養改善	石川県栄養士会　（委託）

2-3-2 一般介護予防事業

地域において、高齢者が主体的に介護予防に取り組めるよう、介護予防の知識の普及啓発及び 自主的な介護予防に資する活動の育成・支援を行っている。

介護予防普及啓発事業

(1)教室等 （単位：人）

区　分		令和元年度			令和2年度		
		開設数	実数	延数	開設数	実数	延数
すこやか筋力トレーニング教室	家庭でできる筋トレの普及	38コース	535	3,275			
転ばん元気な体づくり教室	運動、栄養などの介護予防の普及	6コース	85	440	5コース	56	205
健康スタジオ開放	筋トレマシンを設置している健康プラザ大手町のスタジオの開放	291回		8,198	66回		297
高齢者健康づくり体力増進教室、高齢者OBクラブ	高齢者の体力づくりの普及	111回	288	7,429	19回	257	506
脳はつらつウオーキング教室	認知症予防の普及	10コース	102	308			
すこやか元気・生活リハビリ教室	心身機能の維持・回復を目的とした生活リハビリの普及	4コース	105	482	2コース	21	118
フレイル予防事業	フレイル予防の普及（フレイルチェックなど）	54回		935	8回		119
なるほど、なっとく！健康講習会	介護予防の普及啓発	3回	97	97			
シニアクッキング	栄養改善等の普及	81回		1,737			
オンラインを活用したフレイル予防健康教室	オンライン（Zoom）を活用してのフレイル予防の普及				18回		0
フレイル予防料理教室	フレイル予防の栄養改善知識の普及（令和2年度は動画配信）				0回（4本）		0（106回視聴）
通所型サービス利用者向け栄養改善出前講座	栄養改善知識の普及				3回		55
地域包括支援センター転倒予防教室	転倒予防の普及	305回		4,930	163回		1,913
地域包括支援センター認知症予防教室	認知症予防の普及	279回		4,553	170回		2,297
地域包括支援センター自立支援教室	こころの健康、生活習慣病予防、食生活等、高齢者の自立支援のための知識の普及	269回		5,646	147回		2,410
認知症機能向上教室	もの忘れ健診と連動した認知症予防のための運動等の普及	70回	52	432	30回	13	111
合　計			1,264	38,462		347	8,031

（2）その他

区　分		令和元年度	令和2年度
介護予防パンフレットの作成・配布	チェックリスト・介護予防事業の紹介等	28,500部	6,000部
「いいね金沢健康体操」の普及	金沢市オリジナルの健康体操の普及	体操リーフレット 1,000枚 DVD361枚配布 CD14枚配布	体操リーフレット 2,000枚 DVD97枚配布 CD6枚配布

地域介護予防活動支援事業

（1）ボランティア養成のための研修会等　　（単位：人）

区　分		令和元年度			令和2年度		
		開設数	実数	延数	開設数	実数	延数
運動普及推進員養成講座	運動普及ボランティアの養成	9回	18	147			
健康づくりリーダー介護予防学習講座	介護予防知識の普及	8回		186			
フレイル予防事業	フレイル予防サポーターの養成	1回	19	38			
認知機能向上事業	認知症予防の普及のためのボランティア育成	70回	52	432	30回	13	111
地域包括支援センター 地域自主活動支援教室	自主的な介護予防活動育成・支援を目的とした地域住民グループ支援	259回		5,007	74回		1,042
認知症サポーター養成講座	認知症の方をサポートする人材の養成	160回	4,436	4,436	88回	1,292	1,292
オレンジパートナー育成講座	認知症サポーターからのサポーターリーダーの講座	4回	29	115	4回	11	43
合　計		511回	4,554	10,361	196回	1,316	2,488

（2）地域活動組織の育成及び支援

地域の公民館等で自主的な運営により介護予防事業を行う団体の相談支援を行っている。

2-3-3 短期集中サービス事業

要介護状態等となるおそれの高い状態にある高齢者が、介護が必要な状態にならずに活動的で生きがいのある生活や人生を送ることができるように支援することを目的としている。事業の参加にあたっては、介護予防ケアマネジメントにより、個々の心身の状況に応じたサービスを実施している。

2-3-3-a 通所型サービス事業実施状況

介護予防サービス・支援計画書に基づく介護予防サービスの実施　（単位：人）

区　分		令和元年度		令和2年度	
		実数	延数	実数	延数
運　動	運動器の機能向上プログラム（立ち上がりや歩行等に必要な筋力を向上させる運動、転倒予防の運動等） 週2回×3か月間、合計24回	150	2,165	119	2,396
口　腔	口腔機能向上プログラム（摂食・嚥下機能チェック、健口体操、唾液腺マッサージ等） 歯科医院にて実施　3か月間で4回	7	26	3	11
合　計		157	2,191	122	2,407

2-3-3-b 訪問型サービス事業実施状況

介護予防サービス・支援計画書に基づく介護予防サービスの実施　（単位：人）

区　分		令和元年度		令和2年度	
		実数	延数	実数	延数
栄　養	訪問型の低栄養状態の予防・改善プログラム	13	35	6	16

2-3-4 福祉健康センター実施状況

健康増進として実施した事業で、65歳以上の方も含め、健康教育や健康相談および訪問指導を実施している。

健康相談（65歳以上の延人数）

	令和元年度	令和2年度
総　数	2,011	1,951
泉　野	825	655
元　町	593	694
駅　西	593	602

健康教育（65歳以上の延人数）

	令和元年度	令和2年度
総　数	2,607	780
泉　野	883	268
元　町	839	220
駅　西	885	292

訪問指導（65歳以上の延人数）

	令和元年度	令和2年度
総　数	318	14
泉　野	142	5
元　町	106	5
駅　西	70	4