

## 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6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	
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 (委託)

#### 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6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5年度			令和6年度		
		開設数	実数	延数	開設数	実数	延数
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	48	269	6コース	63	324
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	330回		4,322	327回		4,434
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	131回	220	6,197	130回	214	5,906
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)	51回		950	50回		852
なるほど、なっとく！ 健康講習会	介護予防の普及啓発	3回		78	3回		110
学ぼう！フレイル予防	フレイル予防の運動等の普及啓発	94回		1,615	97回		2,050
フレイル予防事業 予防栄養教室	フレイル予防の栄養改善知識の普及	4回		33	4回		33
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	1回		18	1回		17
そくさい地域出前講座	介護予防の普及啓発	48回		1,003	61回		1,647
地域包括支援センター 転倒予防教室	転倒予防の普及	336回		4,529	384回		5,764
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	232回		3,527	234回		3,656
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	303回		5,578	317回		6,103
認知症機能向上教室	認知症予防のためのプログラムの普及	118回		1,817	144回		2,544
合 計			268	29,936		277	33,440

## (2)その他

区 分		令和5年度	令和6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	10,000部	10,000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400枚 DVD272枚配布 CD0枚配布	体操リーフレット400枚 DVD212枚配布 CD2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5年度			令和6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	1コース7回	18		1コース11回	18	
フレイル予防事業	フレイルサポーターの養成	2コース4回	29		2コース4回	21	
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	236回		3,141	203回		2,235
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	202回	4,507	4,507	193回	4,369	4,369
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	27	108	4回	31	124
合 計			4,581	7,756		4,439	6,728

## (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5年度		令和6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	44	877	35	727
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	3	6	5	19
合 計		47	883	40	746

#### 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5年度		令和6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 3か月間で3回	3	9	4	12

## 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。

### 健康教育(65歳以上の延人数)

	令和5年度	令和6年度
総 数	1,117	1,014
駅 西	362	271
泉 野	463	471
元 町	292	272

### 健康相談(65歳以上の延人数)

	令和5年度	令和6年度
総 数	1,695	1,320
駅 西	608	373
泉 野	678	579
元 町	409	368

### 訪問指導(65歳以上の延人数)

	令和5年度	令和6年度
総 数	430	270
駅 西	106	55
泉 野	154	123
元 町	170	92