

【令和6年度予算要求資料】（令和5年11月現在）

* 今後の予算都合等により、事業内容が変更する場合があります。

① 認知機能検査

| | |
|-----|---|
| 対象者 | 一般高齢者×2市町村 |
| 内容 | (認知機能) ・長谷川式スケール (HDS-R) ・Apathy Scale (身体機能) ・片脚立位保持時間 ・Short Physical Performance Battery (SPPB) ・Timed Up & Go test (TUG) など |
| 方法 | モデル実施前：検査を希望する高齢者を幅広く募集する。 モデル実施後：前後や検査のみ実施した高齢者との比較を行い、事業効果について検証する。 |

② 認知症予防体操

| | |
|-----|---|
| 対象者 | 参加者 (20名程度) ×2市町村 |
| 回数 | 計4回 |
| 内容 | ・コグニサイズ (国立長寿医療研究センターが開発した運動と認知課題を組み合わせた体操) ・プレパサイズ (エーザイが開発した体と脳を活性化するデュアルタスクの運動プログラム) など |
| 講師 | 理学療法士や作業療法士、介護予防サポーターなど |

③ 脳トレ

| | |
|-----|---|
| 対象者 | 参加者 (20名程度) ×2市町村 |
| 頻度 | 計8回 |
| 内容 | ・iPadを利用した脳トレーニング コミュニケーションや短期記憶トレーニングなど |

・iPadを利用した脳トレーニング



・プレパサイズ



| | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
|-------|-------|---------|----|----|----|----|-------------------------|-------------------------|-----|------|----|------|
| 令和6年度 | ●競争入札 | ●委託業者決定 | | | | | モデル実施②体操+③脳トレ ①認知症検査 | モデル実施②体操+③脳トレ ①認知症検査 | | 効果検証 | | ●報告会 |

①住民向け体験会の開催

| | |
|-----|---|
| 対象者 | 一般高齢者 20名程度×1回×3市町村 |
| 内容 | <ul style="list-style-type: none"> ・高齢者がeスポーツを行う効果について説明 ・eスポーツの体験 ・参加者の募集 |
| 方法 | オフライン |

②多世代交流イベントの実施

| | |
|-----|-------------------------------|
| 対象者 | 参加者やその家族、地域住民など 50名程度×1回×3市町村 |
| 内容 | ・高齢者との対戦 |
| 方法 | オフライン |



③モデル実施

| | |
|-----|---|
| 対象者 | 参加者 (10~20名) ×3市町村 |
| 頻度 | 月1回 (2時間) |
| 内容 | <ul style="list-style-type: none"> ・太鼓の達人 ・ぷよぷよeスポーツ ・グランツーリスモSPORT ・TEKKEN 7 |
| 方法 | オフライン、オンライン ※遠隔での対戦についても検討する |
| 講師 | eスポーツ連合、学生ボランティア等 |

④効果検証方法

| | |
|-----|--|
| 対象者 | 参加者 |
| 内容 | ゲーム中の心拍数の変化による身体的な効果の計測 アンケートによる感情、社会参加、介護予防への意識の変化等を聞き取る |

※大分県身体障害者福祉センターでの様子
楊志館高校のボランティア部の学生4名が参加

| | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
|-------|-------|------------|---------|----|----|---------------------|-----|-------|-----|------------|-------------------|------|
| 令和6年度 | ●競争入札 | ●委託業者決定 | ●住民への周知 | | | | | | | | | |
| | | ●モデル通いの場決定 | | | | ④アンケート実施 ④通いの場開催 | | モデル実施 | | ②多世代交流イベント | ④効果検証 ④アンケート実施 | ●報告会 |

(地域介護予防活動推進事業) 通いの場魅力向上事業 <料理教室>

現状

- フレイル予防として、運動、栄養・口腔、社会参加をバランスよく実践することが大切である。
- 年齢が上がると、低栄養の割合が高く、体重減少がある高齢者は、ない高齢者に比べて要介護状態の累積発生率が高く、その発生リスクは1.61倍である。
- 令和5年度に実施した通いの場の支援者向け研修（県内3市町）において、大分県版フレイルチェックシートを実施したところ、以前に比べて固い物が食べにくくなった「口腔機能」と回答した方が20%と最も多かった。
- 令和5年度に実施した通いの場の支援者向け研修（県内6市町）において、「今後の日頃の行動、サロンで取り組みたいこと」に関する質問では、「コロナで出来なかった料理教室をしたいと思います。」「その季節にあった料理で会食をしているが、栄養士の指導も受けたい。」との意見があった。

先進事例 管理栄養士による訪問栄養指導

神奈川県大和市

【内容】

6ヵ月1クール、3回の訪問
 高齢者の体重減少の理由に合わせて、レシピ指導や市資源の紹介
 疾患に応じた栄養指導を実施

【効果】

体重の増加や未介入者に比べて重症化（要介護・要支援認定、死亡）の割合が1/5となった
 介護給付費の削減効果試算 約6,448万円/年

モデル実施

| | |
|------|---|
| 参加者 | 高齢者（男性や独居の高齢者、BMI等） |
| 頻度 | 月1回程度（2時間） |
| 内容 | フレイルや栄養、口腔についての講話 口腔体操 実技（バランスの良い食事） |
| 専門職 | 栄養士や歯科衛生士等の専門職が介入し、セルフケアマネジメントの定着を図る 栄養士 計4回 歯科衛生士 計2回 |
| 効果検証 | 栄養や口腔に関するテストとアンケート |

| | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
|-------|-----|----|------------|-------|----|----|-----|-----|-----|-----------|------|------|
| 令和6年度 | ●契約 | | ●モデル通いの場決定 | モデル実施 | | | | | | アンケート・テスト | 効果検証 | ●報告会 |

①住民向け研修会の開催

目的 ・住民向けの研修の開催により、介護予防や健康維持の機運醸成を図り、あわせて事業の周知を図る。

| | |
|-----------|---|
| 対象 | 通いの場の参加者、一般高齢者、市町村担当者、地域包括支援センター、介護予防サポーター 50名程度×1回 |
| 内容 | ①介護予防の重要性、負荷の可視化 ②事業内容の説明 事業の運営サポーターや参加者の募集 |

②運営サポーター勉強会の開催

目的 ・主体となって運営できる人材を育成する

| | |
|------------|--|
| 対象者 | 住民向け研修での応募者や介護予防サポーターなど 3～5名程度×4回 |
| 内容 | ・介護予防に関する基礎知識 ・運動器具等の使い方や参加者に応じたリスク管理の方法 ・今後の運営方法の検討 |

③モデル実施

| | |
|-------------|---|
| 頻度 | 週1回程度(2時間) |
| 対象者 | プレフレイル状態の高齢者 10～20名程度 ※将来的には3～6ヶ月での卒業を想定 |
| 内容 | 体調確認ストレッチ、めじろん元気アップ体操、運動器具を用いた高負荷の運動 目標設定や活動内容の振り返り |
| 専門職 | 理学療法士や作業療法士等の専門職が介入し、安全かつ効果的な実施を目指す 計7回(初月2回、翌月以降月1回) |
| 効果検証 | 大分県版フレイルチェックシート 体力測定(TUG、CS30、開眼片足立ち) ※他の通いの場や参加していない高齢者との比較も行う |



| | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
|--------------|-------|---------|----------|-------------|--------|------|------------|-----|-----|------|------|------|
| モデル実施 | ●競争入札 | ●委託業者決定 | ①住民向け研修会 | ②運営サポーター勉強会 | ③モデル実施 | 体力測定 | 中間 体力測定 | | | 体力測定 | 効果検証 | ●報告会 |