

# 介護予防重度化防止のポイント つながりを活かすケアマネジメント

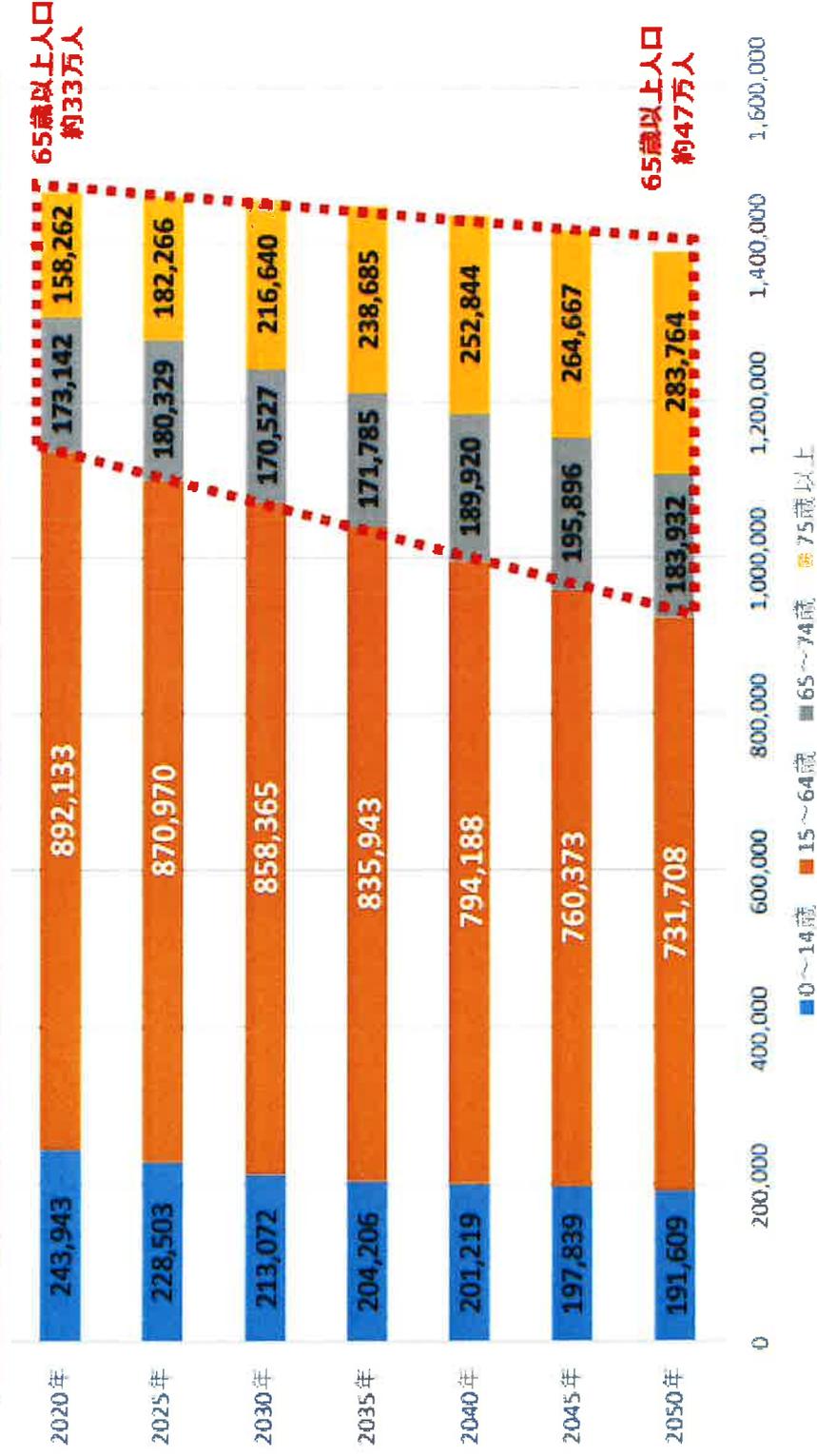
沖縄市役所介護保険課地域支援担当

## 本日の目的

- ① 地域資源や本人と地域のつながりを意識したケアマネジメントを理解することがきる(互助の強化)
- ② 本人・家族・地域・医療機関との連携強化の計画を立てられるようにすることができる(自助の強化)
- ③ 今後の介護予防の方向性(重度化予防・リエイブルメント)を把握することが出来る(自助の強化)

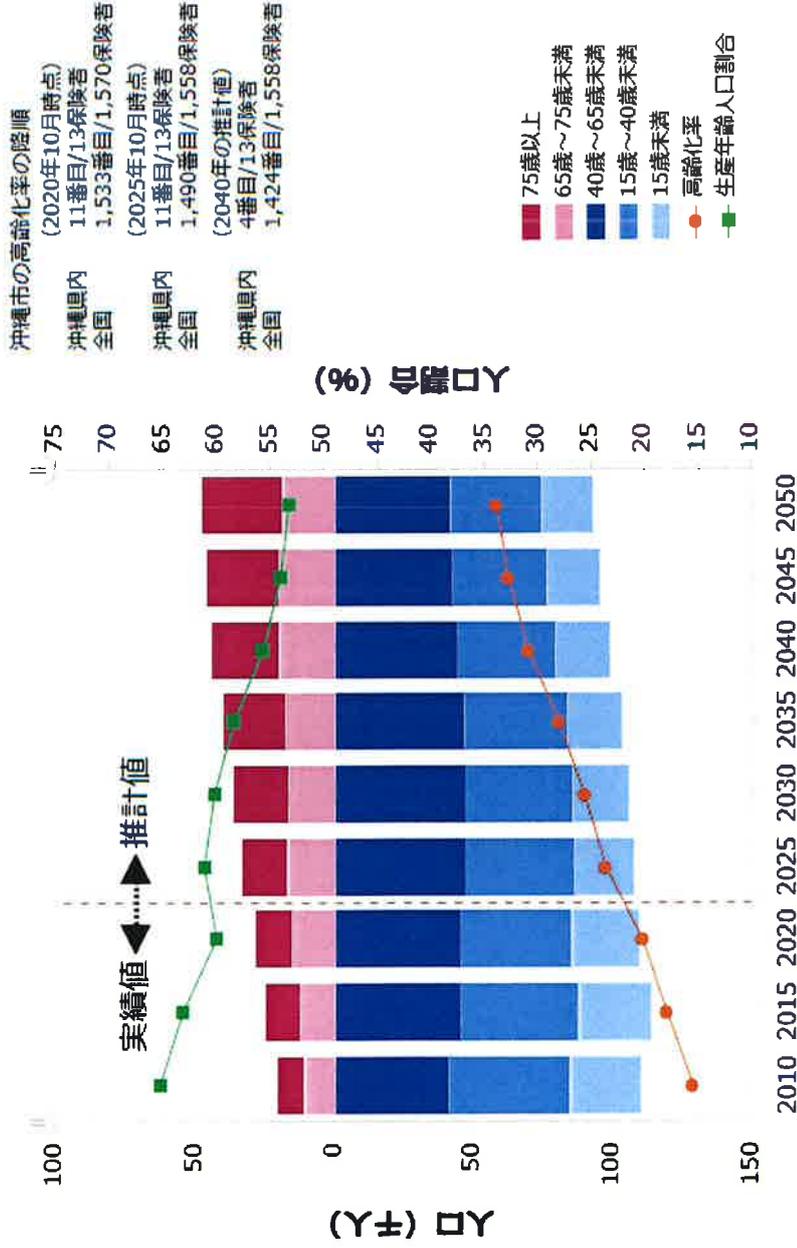
# 沖縄県・市の現状

沖縄県の年齢階級別人口の推移



沖縄県地域包括ケア推進課資料より

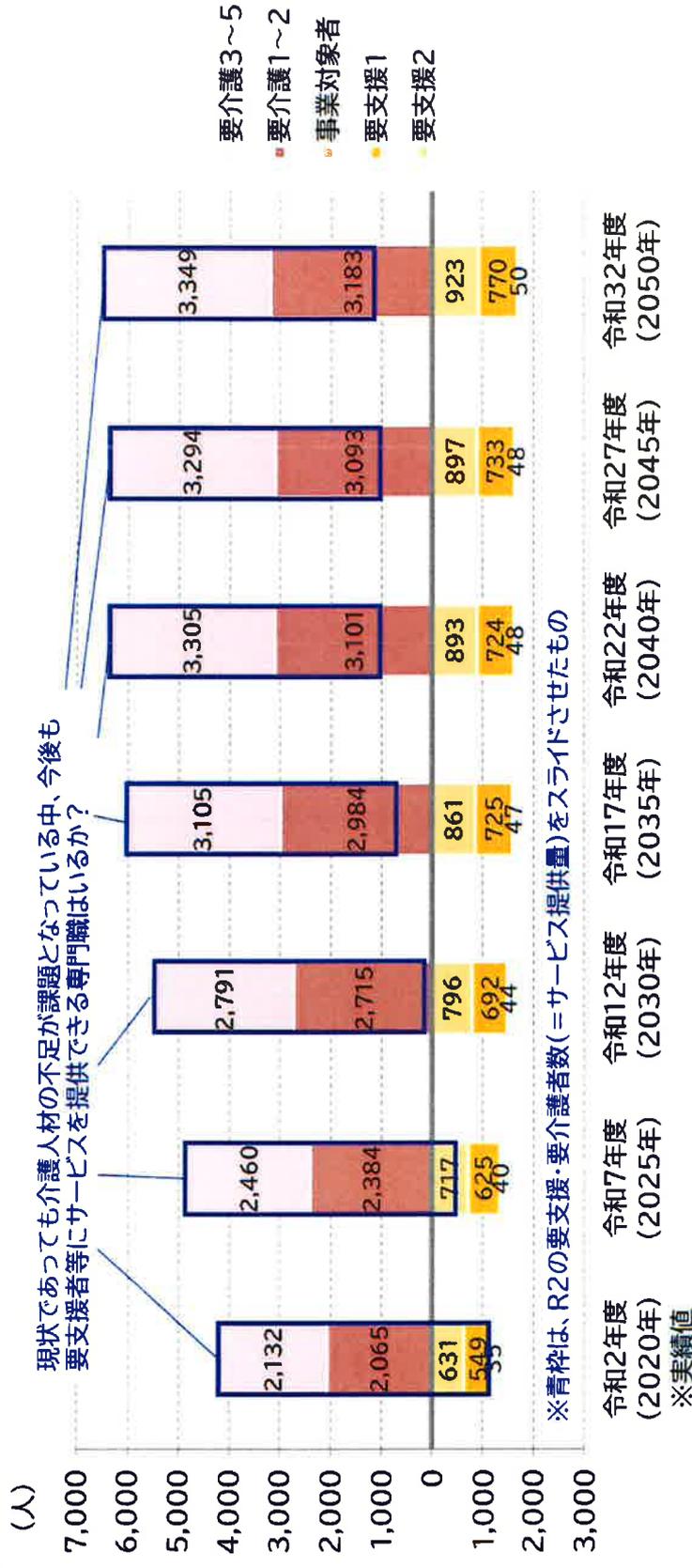
# 沖縄市の人口の推移



(出典) 2000年~2020年まで：総務省「国勢調査」  
 2025年以降：国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口（令和5（2023）年推計）」

みえる化システムより

## 【推計値】要介護認定者数



# 介護職員のサービスが需要に追いつかない予測・・・

# 令和6年8月に地域支援事業実施要綱と 総合事業のガイドラインが改正されました!!



地域の人と資源がつながり地域共生社会の実現や地域の活性化

令和6年度地域支援事業実施要綱改正の概要 (厚生労働省老健局)

要介護や認知症になっても地域のつながりや本人の選択ができてきる支援

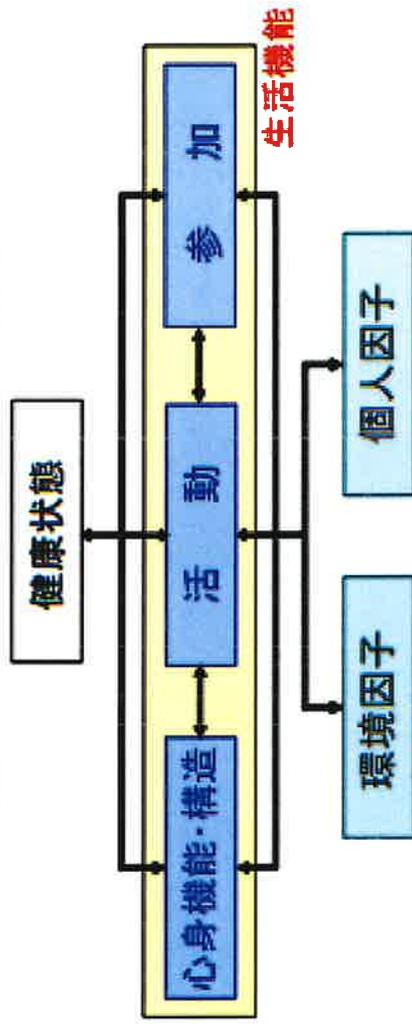
介護サービスだけでなく、民間等と協働し高齢者を支える仕組みづくり

フレイル・要支援の対象者を適切な介入で元の生活にもどす支援

ケアマネジャーとして改めて介護予防・重度化防止について取り組む必要

そのためには・・・

図 ICFの生活機能モデル



具体的にはどうすればいいのか???

健康管理  
(セルフマネジメント)  
自助の強化

つながりを意識した支援  
互助の強化

の2つに絞って説明いたします。

# セルフマネジメント(健康管理)を高める支援

## ・事例

| 年齢  | 55歳 | ... | 67歳   | 68歳 | 69歳  | 70歳    | 71歳  | 72歳         | 73歳  | 74歳   |
|-----|-----|-----|---|-----|------|--------|------|-------------|------|-------|
| 医療費 |     |     |   |     | 300万 | 50万    | 80万  | 190万        | 530万 | 140万  |
| 介護費 |     |     |   |     | 235万 | 270万   | 280万 | 260万        | 240万 | 400万  |
| 認定  |     |     | 要介護1  |     |      | 要介護4   |      | 要介護5        |      |       |
| 診断  | 高血圧 | 中断  | <ul style="list-style-type: none"> <li>右被殻脳出血<br/>(左上下肢麻痺)</li> <li>高血圧</li> <li>糖尿病</li> </ul> |     |      | 糖尿病網膜症 |      | アテローム血栓性脳梗塞 |      |       |
|     |     |     |   |     |      | 脳梗塞    |      |             |      | 誤嚥性肺炎 |

治療中断の時点で介入できなかったのか・・・  
要介護1の段階でできることはなかったのか・・・

# 沖縄市の介護認定者の有病状況

別紙Ⅰ「高齢者コックピット」参照ください

具体的にできること・・・

今後セルフマネジメントを高める支援で  
「沖縄市がんじゅう手帳」  
を多職種の共通のツールとして活用していきたい

- ・本人・家族のセルフマネジメントに活用
- ・ケアマネやサービス事業所間の共有
- ・医療と介護の連携のツールとして活用

# 沖繩市の目標

平均自立期間を延ばす!!

(要介護2に至る認定者の平均年齢を引き上げたい) 目標値

|     | R2    | R3    | R4    | R5    | R6    | R7   | R8   |
|-----|-------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| 沖繩市 | 81.5  | 80.6  | 81.7  | 81.1  | 80.3  | 81.3 | 81.4 |
| 全国  | 81.65 | 82.05 | 82.25 | 82.15 | 81.15 |      |      |

# 介護給付費でみると・・・

- ・令和7年度給付費月額 1件あたり

|              |           |
|--------------|-----------|
| 要支援1～要介護1の平均 | 要介護2～要介護5 |
| 20,886円      | 82,547円   |



その差額約一人**50,000円/月**

要介護2以上に陥る人を1% (約30人) 減らすと  
年間 **18,000,000円**の介護給付費が抑制できる

# つながりを意識した支援（互助の強化）

ケアマネジメントツール～地域資源のつながり方～  
【川崎版】（H28.4.1）ご紹介

別紙2 参照ください

作成：川崎市介護支援専門員連絡会、地域包括支援センター、川崎市経済労働局、川崎市健康福祉局

# 沖縄市の資源等の紹介

沖縄市で活用できる地域資源や相談窓口を別紙3「活用できる資源等QR一覧」にまとめました

ぜひご利用ください!!





# リエイブルメントモデル事業の効果

- 参加人数：18名（事業対象者：11名、要支援1：3名、要支援2：4名）
- 実施時期：R7年8月～10月（11月）（全12回）  
1クール：13名
- 参加者終了後の状況

| 内容             | 人数 |
|----------------|----|
| ・元の生活に戻ることができた | 9名 |
| ・就労            | 1名 |
| ・従前相当サービス      | 2名 |
| ・デイケア検討中       | 1名 |

# モデル事業の事例紹介

## ◆事例紹介（70歳女性：事業対象者）

### ◆包括相談のきっかけ

6年ほど前に木から落ちたのをきっかけに膝痛出現するも、病院受診はせずでした。それまでは近隣住民とも交流をしていたが、引越しや夫が他界した事をきっかけに気落ちし、膝痛も重なり不活発な生活となった。友人に通所系サービスを勧められ、包括へ相談。

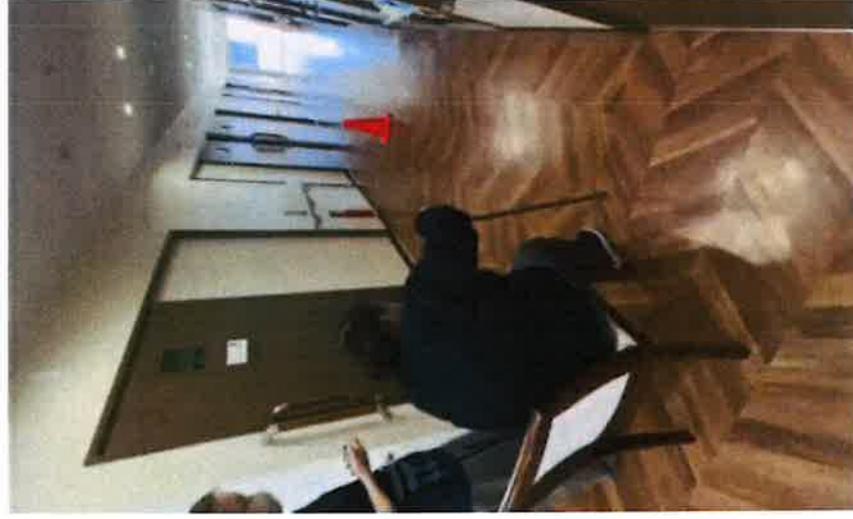
### ◆本人の目標（3か月後）

「（6年以上前に在住していた）北中城村島袋の友人たちと交流が継続できる」  
「体重減少！」

### ◆課題

- ・膝痛があり、外出が億劫になっている。
- ・買い物に何とかが行くが、荷物を持って歩く事が難しくなっている
- ・BMI40あり、膝や腰への負担増だが、食事内容は炭水化物が多い
- ・夫が亡くなってから気分落ち込みがある

# 3カ月後の変化



|       | 1回目<br>(8/7)     | 2回目<br>(10/23)   | 1回目<br>(1/22)    |
|-------|------------------|------------------|------------------|
| CS30  | 8回               | 10回              | 12回              |
| TUG   | 16.97秒<br>17.34秒 | 17.38秒<br>17.52秒 | 14.68秒<br>13.73秒 |
| 6分間歩行 | 150m             | 184m             | 205m             |

- ・ 歩行スピード・歩行距離の向上。
- ・ 教室内で体重減少の目標を決め、一度達成！
- ・ 膝の痛みが軽減した事で教会活動に参加しポスティングなど歩いての移動に参加できている。
- ・ 気持ちの落ち込みも減少し、表情が明るくなっていく。引越して落ち着いてきたら、公民館にも行こうと思う。

## さいごに

- ・介護情報基盤について 別紙5
- ・介護ワンストップサービスについて 別紙6

ケアマネジャーのみなさま  
貴重なお時間を頂きありがとうございました。

