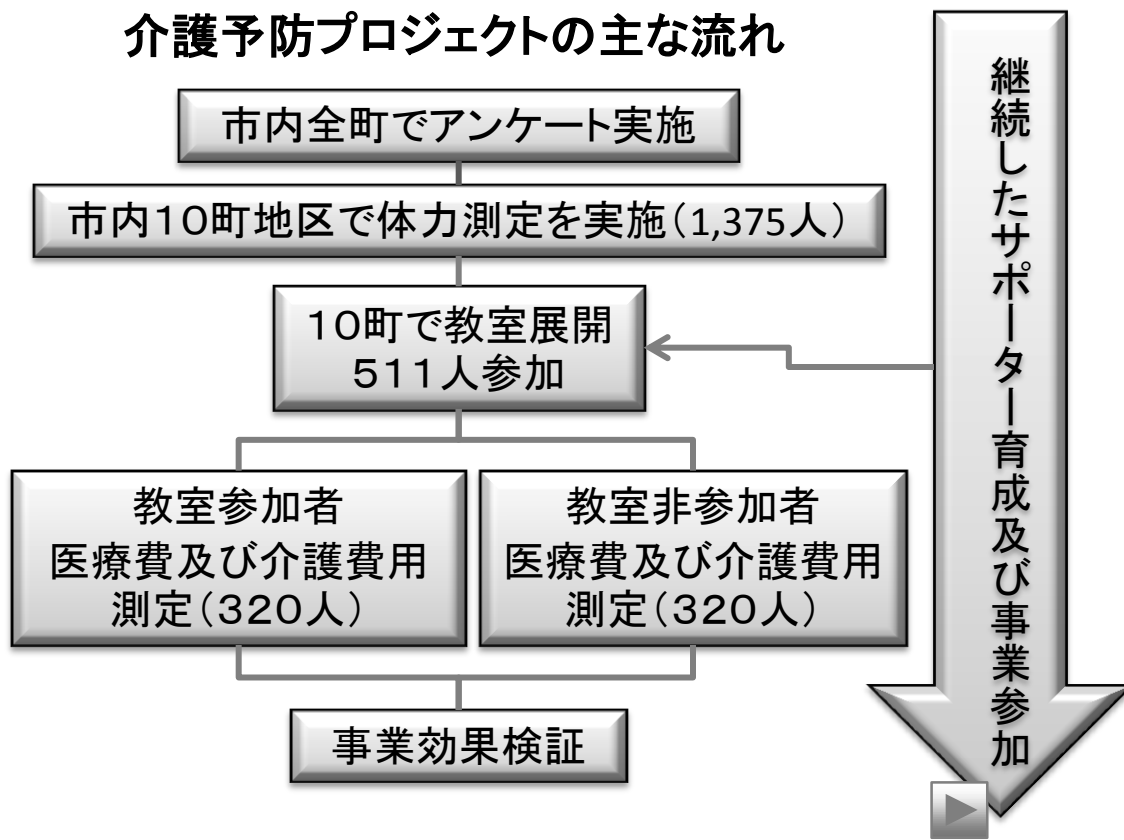


# 高齢者外傷・事故予防研究プロジェクト(京都府亀岡市)

- 平成23年度から3年間で、市内23自治会のうち10自治会で、体操と筋力トレーニング、歩行の介護予防の事業展開を行い。高齢者の健康感及び筋力の低下について調べると同時に、体力、介護費用、医療費からの効果検証する、高齢者外傷・事故予防研究プロジェクトを行っている。
- 上記事業と並行して、地域コミュニティで介護予防事業をサポートする、介護予防サポーターを養成。サポーターは市内の成人によって構成され、主に65歳以上の高齢者が参加する外傷・事故予防研究プロジェクトの教室展開時のサポーターとして活躍している。平成25年3月31日現在約60名。

## 介護予防プロジェクトの主な流れ





## 地域包括ケアシステム構築に向けた取組事例

① 区町村名	亀岡市
② 人口（※1）	92,472人（平成25年3月31日現在）（ ）
③ 高齢化率（※1） （65歳以上、75歳以上それぞれについて記載）	22.8% 高齢化率（65歳以上人口比）（ ） 10.1% 後期高齢化率（75歳以上人口比）
④ 取組の概要	市内23自治会のうち10自治会に、体操と筋力トレーニング、歩行の介護予防展開を行い、同時に地域における介護予防事業サポーターの養成を行うことにより、地域づくり、資源開発に取り組んだ。
⑤ 取組みの特徴	京都府、京都府立医科大学、京都学園大学等との協働事業として、高齢者の介護予防、転倒防止への取り組みとして、体操、歩行、筋力トレーニング、リズム体操などの総合プログラム教室を地域展開し、同時に体力、介護費用、医療費からの効果検証を全市対象で行っている。事業では合わせ介護予防サポーターを育成し、同事業に展開することで地域づくり、資源開発も行った。
⑥ 開始年度	平成23年度
⑦ 取組のこれまでの経緯	平成23年度、モデル事業スタートとプログラム開発。介護予防サポーター育成。平成24年度10自治会に対する体力測定の実施と事業展開。介護予防サポーターの育成及びレベルアップ講座開催。平成25年度事業定着率の測定及び定着促進のためのフォロー教室の実施（年間で各町計3回）、効果検証並びに月1回の元気アップ新聞の発行。
⑧ 主な利用者と人数	主な利用者：1次および2次予防高齢者（1,375人（体力測定参加者）） 教室参加者：511人
⑨ 取組の実施主体及び関連する団体・組織	取組主体：京都府、亀岡市、京都府立医科大学、京都学園大学 関連団体：京都府栄養士会、京都府歯科衛生士会
⑩ 市区町村の関与（支援等）（※2）	
⑪ 国・都道府県の関与（支援等）（※3）	京都府地域包括ケア総合交付金（H23年度 3,200千円 H24年度 12,102千円）
⑫ 取組の課題	地域展開に際しては、簡素化し自主的に取り組みやすい活動が重要となることから、地域展開に関してはサポーターが今後展開しやすいかたちとすること。
⑬ 今後の取組予定	継続した効果検証を行うのと合わせ、各町での体力測定など、地域住民が自ら体力維持活動につながる活動を、介護予防サポーターと共に展開予定である。
⑭ その他	
⑮ 担当部署及び連絡先	担当部署：亀岡市役所 健康福祉部 高齢福祉課 いきいき支援係 連絡先：0771-25-5127（DIN）

※1 一部地域に限定した実施の場合は、当該地域の人口・高齢化率を（ ）内に記載してください。

※2 市町村から財政的支援が行われている場合には予算額等を含めて記載ください。

※3 国や都道府県から財政的支援を受けている場合は、補助金や交付金等の名称、額等を含めて記載ください。

