

各都道府県介護保険担当課（室）

各市町村介護保険担当課（室）

各介護保険関係団体 御中

厚生労働省 老健局老人保健課

介 護 保 険 最 新 情 報

今回の内容

介護予防事業の効果的な取組事例について

計4枚（本紙を除く）

Vol. 1 7 3

平成22年11月15日

厚生労働省老健局老人保健課

【 貴関係諸団体に速やかに送信いただきます
ようよろしくお願いたします。 】

連絡先 TEL : 03-5253-1111(内線 3942・3947)
FAX : 03-3595-4010

事 務 連 絡

平成22年11月15日

各都道府県介護保険担当課（室）

各市町村介護保険担当課（室）

各介護保険関係団体 御中

厚生労働省老健局老人保健課

「介護予防事業の効果的な取組事例」について

日頃より、介護保険制度の円滑な実施にご尽力いただきまして厚く御礼申し上げます。
全国の市区町村から収集した介護予防事業の効果的な取組事例を、厚生労働省のホームページに掲載しました。

事例を提供していただいた市区町村に感謝申し上げますとともに、各市区町村においては、今後の介護予防事業の取組にあたって、参考にしていただきますよう、よろしく願います。
(URL <http://www.mhlw.go.jp/topics/kaigo/yobou/torikumi.html>)

老健局老人保健課

日野原・後藤（内線 3942・3947）

電 話 03-5253-1111（代表）

03-3595-2490（直通）

介護予防事業の効果的な取組事例 掲載事例一覧

事例	都道府県	市 区 町 村	取組の特徴
1 - 1	北海道	空知郡南幌町	個々の状況を理解する教室の取組み
2 - 1	青森県	平川市	弘前大学、県歯科衛生士会、県栄養士会との連携プログラムの取組み
2 - 2	青森県	階上町	ヘルスプロモーションの理念を重視した介護予防活動
2 - 3	青森県	南部町	特定高齢者対象者への全員訪問及び電話による対応
3 - 1	岩手県	一戸町	特定高齢者把握事業の取組み
3 - 2	岩手県	遠野市	元気・楽しく高齢者体力アップ教室
3 - 3	岩手県	花巻市	自主トレーニング定着のための介護予防教室等の取組み
3 - 4	岩手県	宮古市	各保健センターにおける地域の特性に合わせた介護予防事業の取組み
3 - 5	岩手県	金ケ崎町	介護予防拠点施設、健康増進施設を活用した介護予防事業
3 - 6	岩手県	九戸村	いつまでも いきいきと
3 - 7	岩手県	軽米町	はつらつ教室(運動編)(口腔編)、地域のつながりで進める「ふれあい共食事業」
3 - 8	岩手県	山田町	複合型教室における効果について
3 - 9	岩手県	住田町	地域に根ざし多彩なプログラムで効果アップ「集中リハビリ教室」and「地域ミニデイサービス」
3 - 10	岩手県	大船渡市	筋力向上教室
3 - 11	岩手県	田野畑村	介護予防とふれあいサロン複合プログラムの取組み
3 - 12	岩手県	二戸市	運動器の機能向上と複合プログラムの取組み
3 - 13	岩手県	北上市	宿題による意識付けや習慣化
3 - 14	岩手県	矢巾町	矢巾型地域ネットワークによる効果的な介護予防事業の展開
4 - 1	宮城県	色麻町	地域資源を活用した事業対象者把握の実施
4 - 2	宮城県	柴田町	ボランティアと連携した介護予防事業の推進
5 - 1	秋田県	藤里町	1日で運動や各種予防プログラムを楽しくたくさん体験
6 - 1	山形県	山形市	通所型介護予防事業 口腔機能向上プログラムの取組み(健口体操などの実技やゲーム感覚を上手く取り入れて楽しめる教室に)
6 - 2	山形県	遊佐町	運動器の機能向上を主とした複合プログラムの取組
7 - 1	福島県	石川町	運動教室から地区のサロンづくり…そしてみんなで介護予防!
7 - 2	福島県	会津若松市	プログラム参加前後の機能評価への影響
7 - 3	福島県	相馬市	保健師による参加者のケアと交流の取組みを実施
8 - 1	茨城県	牛久市	自主的な地域健康づくりを目指した市民との協働による介護予防アプローチの展開
8 - 2	茨城県	城里町	連携は力なり! 行政・社協・ボランティアが一連となり取り組む介護予防
9 - 1	栃木県	小山市	切れ目のない介護予防事業の取組み
9 - 2	栃木県	芳賀町	生きがいサロンを利用した介護予防事業の取組み
10 - 1	群馬県	前橋市	複合プログラム活用による一次・二次予防事業の一体的な展開
10 - 2	群馬県	藤岡市	筋力トレーニング(鬼石モデル)参加者の医療費抑制効果
10 - 3	群馬県	草津町	楽しく「仲間づくり」がキーワード…草津町における介護予防事業
11 - 1	埼玉県	飯能市	軽度認定率と新規申請率低下への取組み
11 - 2	埼玉県	富士見市	市民との協働による、誰でもいつでもどこでも参加できる介護予防のまちづくり
11 - 3	埼玉県	幸手市	地域で楽しくいきいき介護予防体操
11 - 4	埼玉県	吉見町	運動器の機能向上と口腔・栄養改善の複合プログラムの取組
11 - 5	埼玉県	白岡町	いつまでも元気で…マシンを使って楽しく筋力トレーニング
12 - 1	千葉県	佐倉市	市独自の体操作成と複合型プログラム実践における効果
12 - 2	千葉県	大多喜町	健康生活コーディネーターと自主トレーニングによる介護予防事業
13 - 1	東京都	新宿区	特定高齢者候補者に電話による介護予防教室への参加勧奨を行う
13 - 2	東京都	杉並区	参加しやすい一般高齢者施策の充実
13 - 3	東京都	荒川区	基本チェックリストの事前実施による効率的な二次予防事業対象者把握
13 - 4	東京都	板橋区	口腔機能向上プログラムの取組み
14 - 1	神奈川県	横浜市	身近な地域で気軽に健康づくり・介護予防に取り組むために
14 - 2	神奈川県	小田原市	生活機能評価に係る経費削減と介護予防事業の参加促進への取組
14 - 3	神奈川県	厚木市	高齢者が参加しやすい教室開催への取組
14 - 4	神奈川県	大和市	地域に根ざした介護予防の取組
14 - 5	神奈川県	海老名市	特定高齢者施策の参加率向上のための取組
14 - 6	神奈川県	箱根町	一般高齢者と特定高齢者が同時参加するプログラムを実施
14 - 7	神奈川県	清川村	住民との身近な介護予防事業の取組

事例	都道府県	市区町村	取組の特徴
15 - 1	新潟県	長岡市	運動器疾患対策としての水中運動教室の効果検証と事業評価への取り組み
15 - 2	新潟県	妙高市	運動機能向上と低栄養予防の複合プログラムの取組
16 - 1	富山県	魚津市	地域における住民主体の活動と介護予防
16 - 2	富山県	高岡市	「心身ともに活動的な生活支援とは」～口腔機能向上の取り組みの効果
17 - 1	石川県	小松市	住民主体の介護予防取り組みへの支援(健脚体操の継続をとおして)
17 - 2	石川県	輪島市	地域で支える介護予防活動
18 - 1	福井県	敦賀市	地域性をいかし参加者のモチベーションが維持向上できる運動機能向上プログラム
18 - 2	福井県	坂井市	元氣いきいき教室、運動・栄養・口腔を一緒に取り込み介護予防
18 - 3	福井県	おおい町	少人数制の通所型介護予防事業
18 - 4	福井県	南越前町	はつらつ高齢者をめざして～介護予防への取り組み～
19 - 1	山梨県	市川三郷町	介護予防事業等の費用対効果
20 - 1	長野県	駒ヶ根市	予防事業参加後における地域や家庭での自主的な予防活動の継続
20 - 2	長野県	飯綱町	複合プログラムの取組
21 - 1	岐阜県	岐阜市	まめでくらそまいか事業(介護予防事業)への取り組み
21 - 2	岐阜県	多治見市	参加しやすい通所型運動事業への取り組み
21 - 3	岐阜県	岐南町	予防別に取り組んだ特定高齢者の通所型事業
22 - 1	静岡県	富士市	介護予防教室終了後の事後フォロー
22 - 2	静岡県	小山市	ハイリスク者を元氣高齢者に変えていく取組み
22 - 3	静岡県	伊豆の国市	医療費からみる介護予防事業の取組みの成果
23 - 1	愛知県	名古屋	認知症予防教室の取組み「ファイブ・コグ検査を実施し、頭の健康度測定を実施」
24 - 1	三重県	松阪市	「サポーター」養成で介護予防を普及
24 - 2	三重県	伊勢市	転倒骨折予防教室を通じた生活機能改善に向けた取り組み
25 - 1	滋賀県	長浜市	介護予防の取り組みを介護予防サポーターと展開
25 - 2	滋賀県	高島市	体力にあわせて選べる介護予防教室
26 - 1	京都府	宮津市	運動器機能向上の取組事例～はつらつ教室の効果について～
26 - 2	京都府	亀岡市	筋力向上トレーニング教室・脳いきいき活動教室
27 - 1	大阪府	大東市	住民主体の介護予防事業
27 - 2	大阪府	柏原市	ボランティアと協働の介護予防事業
28 - 1	兵庫県	小野市	市民主体型の介護予防事業
28 - 2	兵庫県	三木市	介護予防の拠点づくり～みっさい いきいき体操を通じて～
29 - 1	奈良県	王寺町	奈良県王寺町『ちかれんじ健康教室』の取組み～ みんなに愛される家庭的な空間を目指して～
29 - 2	奈良県	明日香村	継続して取り組めるよう段階に応じた支援を実施
30 - 1	和歌山県	和歌山市	「わかやまシニアエクササイズ」と市民ボランティア育成への取組み
30 - 2	和歌山県	新宮市	個々の運動ニーズや体力に応じた、複合運動プログラムのススメ
31 - 1	鳥取県	若桜町	委託事業所と連携した介護予防事業の取組
31 - 2	鳥取県	湯梨浜町	特定高齢者把握からつながる介護予防と地域資源を活用した取組
32 - 1	島根県	雲南市	通年で実施する総合型介護予防事業
33 - 1	岡山県	津山市	住民主体による継続の工夫と医療費抑制効果の検証
33 - 2	岡山県	赤磐市	お達者塾における介護予防事業の取り組みの効果検証
33 - 3	岡山県	浅口市	運動習慣を地域の自主活動へ展開させたい
34 - 1	広島県	熊野町	口腔機能に関する多職種連携での取り組みとその効果
35 - 1	山口県	山口市	介護サービス事業所等の専門職を活用した啓発事業の取組
35 - 2	山口県	山陽小野田市	社会参加、地域貢献活動を通じて取り組む介護予防と健康増進
36 - 1	徳島県	吉野川市	自発的に介護予防に取り組む地域づくり
37 - 1	香川県	善通寺市	介護予防サポーターを活用した65歳からの元氣教室
37 - 2	香川県	三豊市	キャラクターを利用して、楽しい介護予防を市のすみずみまで浸透!
38 - 1	愛媛県	今治市	運動器の機能低下がみられる一般高齢者への筋力向上教室(足腰かるやか教室)
38 - 2	愛媛県	西予市	健康保養施設を活用した水中運動教室の取組
39 - 1	高知県	安芸市	発信! 安芸の元氣体操で介護予防
39 - 2	高知県	高知市	いきいき・かみかみ百歳体操による介護予防の推進
39 - 3	高知県	中央西福祉保健所	保健所による小規模自治体の特定高齢者施策効果分析の取組
39 - 4	高知県	仁淀川町	仁淀川町における生活機能調査を用いた障害リスク変化分析の取組

事例	都道府県	市区町村	取組の特徴
40 - 1	福岡県	筑後市	筑後市における介護予防の取り組みについて
40 - 2	福岡県	芦屋町	継続して実践できる介護予防事業をめざして
40 - 3	福岡県	大木町	確実な効果を得、自己改善能力の習得をめざした取り組み
41 - 1	佐賀県	佐賀市	踏み台昇降による下肢筋力強化に重点をおいた運動プログラム
41 - 2	佐賀県	小城市	委託事業とすることで、事業所と連携しながら教室を進めている 家庭でできる事を取り入れ、家でも気軽にできる内容を教室で普及する
42 - 1	長崎県	佐々町	特定高齢者と一般高齢者の複合型介護予防教室の取組
42 - 2	長崎県	島原地域広域市町村圏 組合 (構成市: 島原市・雲仙 市・南島原市)	運動・栄養・口腔・閉じこもり・認知症・うつ の複合プログラムの取組
43 - 1	熊本県	山鹿市	介護予防ファイルを活用し、循環型介護予防事業を目指した取組
43 - 2	熊本県	宇土市	「お元気クラブ」による介護予防の取組
44 - 1	大分県	日田市	運動・栄養・口腔・認知症予防の複合プログラム「一般高齢者と特定高齢者が同一 会場で継続的に参加できる介護予防事業の取り組み」
44 - 2	大分県	豊後高田市	プログラム終了者の支援と介護支援ボランティア事業との連携
44 - 3	大分県	杵築市	運動プログラム後の継続支援への取り組み
45 - 1	宮崎県	宮崎市	介護予防は地域の友と共に-民間スポーツクラブを活用し、低体力の高齢者の体力 アップを図る-
45 - 2	宮崎県	西都市	みんなでげんき!! 地域で取組む介護予防
45 - 3	宮崎県	五ヶ瀬町	生涯現役を目指して! 助け愛の町づくり
46 - 1	鹿児島県	錦江町	特定高齢者施策は委託、一般高齢者施策は行政職員指導による取り組み
46 - 2	鹿児島県	大和村	継続できる介護予防運動普及への取組
46 - 3	鹿児島県	宇検村	特定高齢者把握事業の工夫、運動・口腔・栄養の複合プログラムの実施
47 - 1	沖縄県	浦添市	日常生活圏域における自主的活動に向けた民間事業所との連携による介護予防事 業の展開
47 - 2	沖縄県	西原町	介護予防拠点施設を中心とした予防事業の取組