

安心安全就労サーベイ

シルバー人材センターの就業支援

転倒事故や就業能力低下に結びつく生活機能を測定。職種別にワーク型レッスン会を行い、「働いて健康になる就労」を目指す。



大学及び市役所の協働のもとに、会員自働により測定会を運営。
(R5年度：5日間・170名を測定。)



測定会の結果を踏まえた「わたしたちのレッスン会」を開催。実際の掃除や草取りの動作をもとに、みんなで考えるスタイル。



森英介衆議院議員、松江市長も、測定会場に往訪。SCと市の協働事業は、全国シルバー人材センター事業協会も注目。

～山武市SCの概要～

- 《設立年月日》平成18年4月1日
- 《会員数》487名 (R5.10.1現在)
- 《仕事内容》植木、草刈、広報紙配布、市役所の受付・日直業務等

わたしの健康プラス [地域ハブ事業]

動ける「つもり」に気づく、生活や仕事に必要な機能をみる測定会

令和3（2021）年10月のリハーサル開催を経て、令和4年度から概ね月1回ペースで定例開催している。関係機関との協働により、転倒骨折ハイリスク者を把握する「地域の“目”ネット」を形成。非ハイリスク者を含む、生涯現役感の醸成を図る。



概ね毎月開催している測定会の会場見取り図。特徴としては、多機関連携し、市民サポーターが測定員となっている。



通いの場主催者からの声かけやKDB抽出による参加呼びかけ。受付時に、各自での問診票を記入をお願いしている。



地域の理学療法士、薬剤師、栄養士等が参画して測定。元気高齢者をサポートする保健指導も併せて実施。



社協、図書館、シルバー人材センター、地域の医療介護職、民間企業、市民サポーターと、連携の輪を徐々に大きくしながら、運営している。



新規参画者が安心して携われる運営ガイドと説明ビデオを開発。被測定者には、★チャートで状態と自己管理法を伝達。



市民サポーターが、各測定ブースを担当。筋力測定ではオリジナル掛け声で、被測定者をポジティブな気持ちに誘う。



測定後は、総合相談を実施。転倒骨折リスクを判定している。医療、介護、生活支援等の必要なサービスに接続している。

人生100年時代、生涯元気でご活躍を応援！！

山武市転倒骨折予防プロジェクト

山武市は、国立大学法人筑波大学の協力を得ながら、高齢者の健康寿命を延ばすための「山武市転倒骨折予防プロジェクト（転ばない身体づくり、生涯現役人口の増加）」に取り組んでいます。

《仮説の一例：『身体』と『生涯現役感』の関係》 **転倒しにくい方ほど現役感が高い傾向！！**

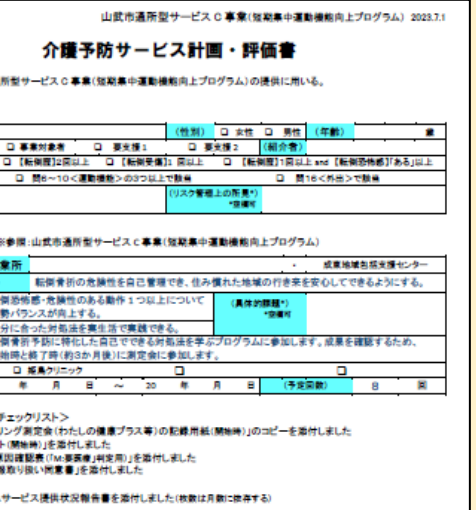
生涯現役設問	転倒しにくい高齢者	転倒しやすい高齢者	要介護認定者
日常生活に大きな制限はない	90%	75%	54%
やる気にあふれている	81%	62%	39%
社会貢献につながっている	52%	33%	15%

[出所] 山武市高齢者ニーズ調査等から抽出した65歳以上男女712名

通所型サービスCモデル事業

転倒リスク者への短期集中リハビリ

転倒骨折ハイリスク者に、運動療法や対処法といったセルフマネジメントの習得を支援。転倒恐怖感や危険性のある動作を改善させる。



氏名	性別	年齢	転倒回数	転倒場所	転倒原因	転倒結果
山武市在住の高齢者	2946名					
骨折診療歴発生者	372名					

直営包括ケアマネジメントし、協力事業所で短期集中リハビリを受ける様子

令和4年度末には、全員が事業対象者から外れ、事業成果を実感できつつある。



平成30年5月に、通所型サービスCを提供開始したが、利用実績がなかったことから、対象者を明らかにし、3か月間で卒業できるプログラムに再構成。

転倒骨折実態調査

市に適した予防対策の追究・立案

市に設置したデータ分析基盤を活用し、医療・介護レセプトデータから新規骨折発生者を抽出し、文書・訪問調査を実施。

山武市在住の高齢者
2022年1月時点で、国保および後期高齢者保険台帳に収録されている高齢者712名

骨折診療歴発生者
2022年7月～2022年6月の診療実績に、あかみ骨折(大腿骨骨折、圧迫骨折、上肢骨折を含む)の診断がつけられた高齢者372名

全数 180名 (調査対象者) 2946名 (調査対象者)
調査対象者 59名 (調査対象者) 372名 (調査対象者)
調査対象者 23名 (調査対象者) 372名 (調査対象者)
調査対象者 59名 (調査対象者) 372名 (調査対象者)
調査対象者 39名 (調査対象者) 372名 (調査対象者)

国保・後期の医療レセプトから、要介護認定者を除く、骨折診療歴発生者を抽出(372名)。骨折起因に係る調査を実施(郵送・訪問) 回答数:180、回収率:48.39%



さんむ医療センターと事例検討会を実施(骨粗鬆症リイソソサービスチーム)

本調査結果については、第82回日本公衆衛生学会総会で発表。

いきいきわくわく教室

老人クラブ主体の健康講話とレクリエーション

山武市ゴールドクラブ連合会(老人クラブ)が市内4か所で、イベントを開催。転倒骨折予防プロジェクトが参画することで、取組を多角化し、地域のつながりと健康意識を強化。

健康講話は、転倒骨折予防を中心に、4テーマを構築。日常生活に必要な基礎体力、骨粗しょう症予防、脳の健康チェック(認知機能診断)、高齢者の病気とその予防といったテーマで、専門職によるアウトリーチ型支援を行っている。

老人クラブ部会が運営するピンボリングや室内ベタンクに加え、地域の調剤薬局による体組成・骨強度測定、図書館による図書紹介、健康チェック等、スタンラリー形式で楽しんで参加でき、ハイリスクアプローチに接続できるモデルを構築している。



いきいきわくわく教室のプログラム一例。新型コロナウイルスの感染対策を取りながら、前半に健康講話、後半にレクリエーションや各種ブースを取り揃える。

はなまるサロンさんむ

気軽なトークで、健康づくり情報をキャッチ

シニア世代が、健康な「からだ」と「こころ」が持てるよう、地域の薬剤師や認定補聴器技能者等の参画を得た語らいの場を、隔月開催。ちょっとした作業の中でナチュラルな情報交換を促進。

予約不要で、ふらっと立ち寄れる雰囲気づくりに心掛けています。地域で居場所づくりを行っている高齢者をサポートすることで、社会参加を促している。

興味関心を引き付ける図書により、参加者同士のコミュニケーションを促進！その場で貸し出しも可能。



気軽に相談できるスタッフとして、薬剤師や認定補聴器技能者を中心に、社協、図書館、シルバー人材センター等がサポート。



興味関心を引き付ける図書により、参加者同士のコミュニケーションを促進！その場で貸し出しも可能。

「山武市」ってこんなところ

概況
• 平成18年3月に、3町1村(成東町、山武町、蓮沼村、松尾町)が合併して誕生。
• 九十九里浜に面し、田畑地帯から丘陵地帯と続く豊かな地勢。



人口動態
• 面積：146.77km²
• 人口：48,505人(65歳以上18,060人・37.2%)
[出所：住民基本台帳(R5.10.1現在)]



山武市保健福祉部高齢者福祉課作成(令和5年10月)