



高齢者の安全対策委員会 活動報告



松原市セーフコミュニティ 高齢者の安全対策委員会

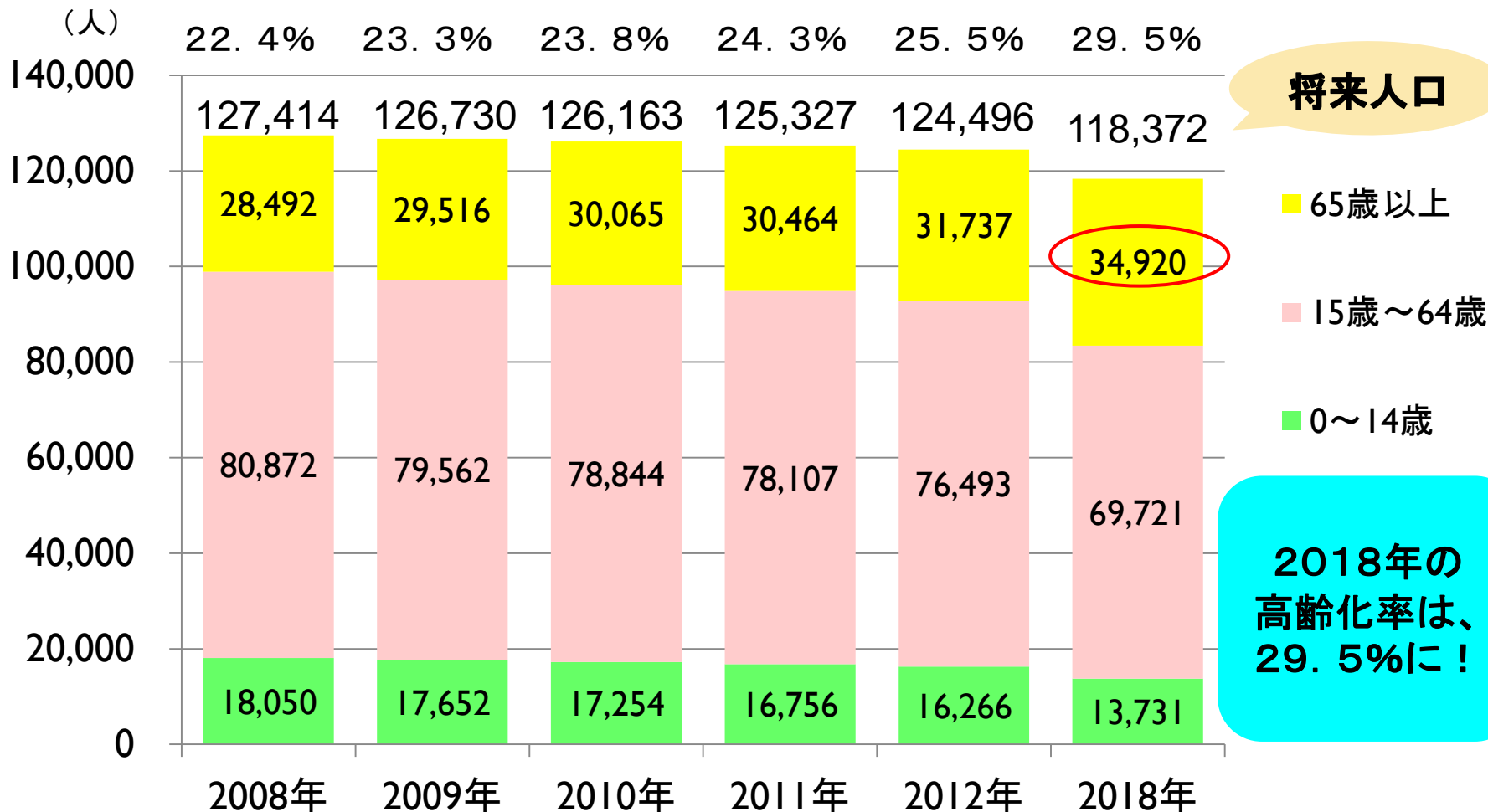
報告者 : 高齢者の安全対策委員会 委員長 吉村 盛善
所属 : 松原市安全なまちづくり対策協議会 会長



高齢者人口は年々増加

年齢3区分別人口の推移

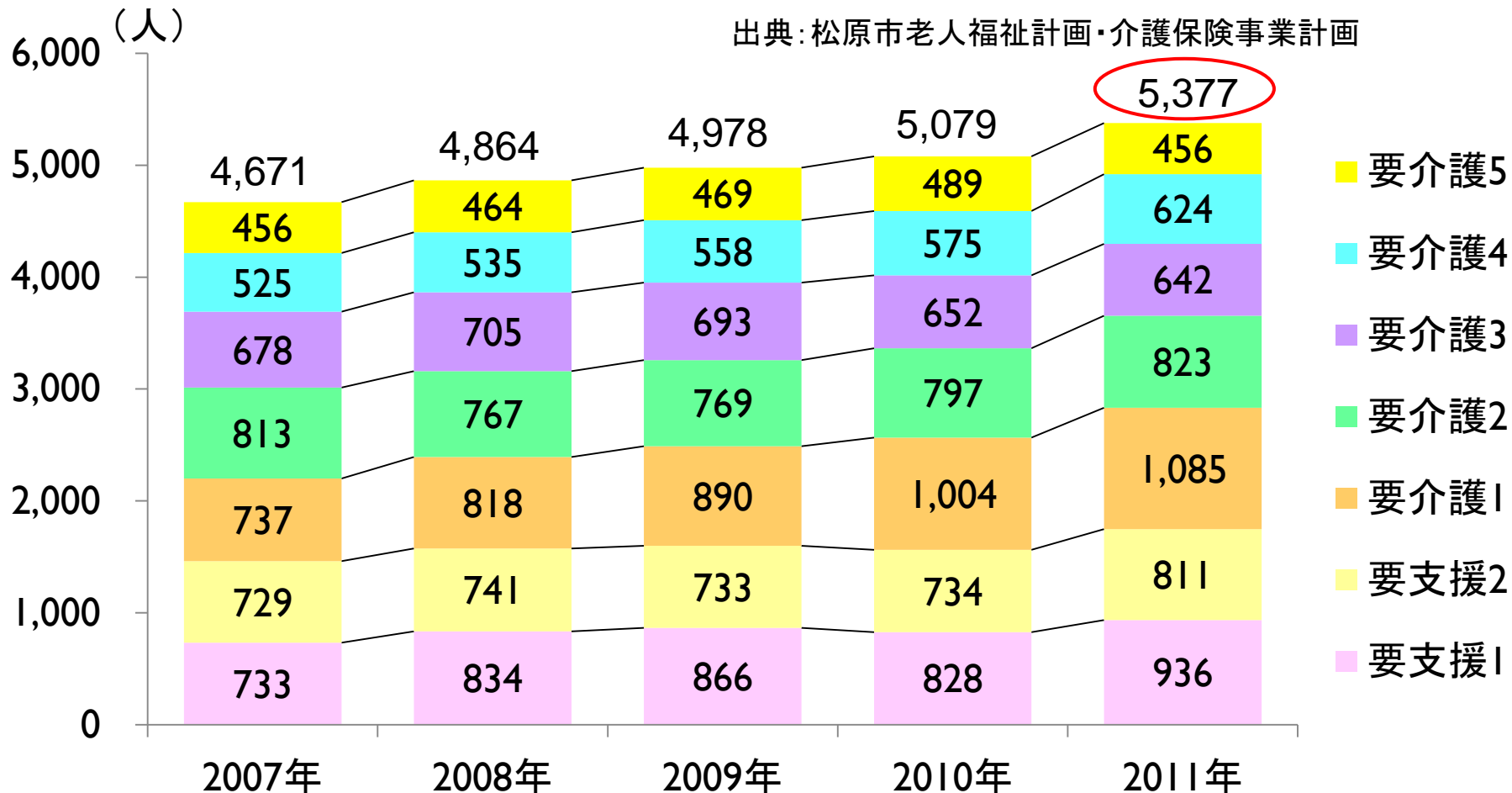
出典：住民基本台帳及び外国人登録 松原市総合計画





2011年10月末 要介護等認定者数は過去最高

出典：松原市老人福祉計画・介護保険事業計画

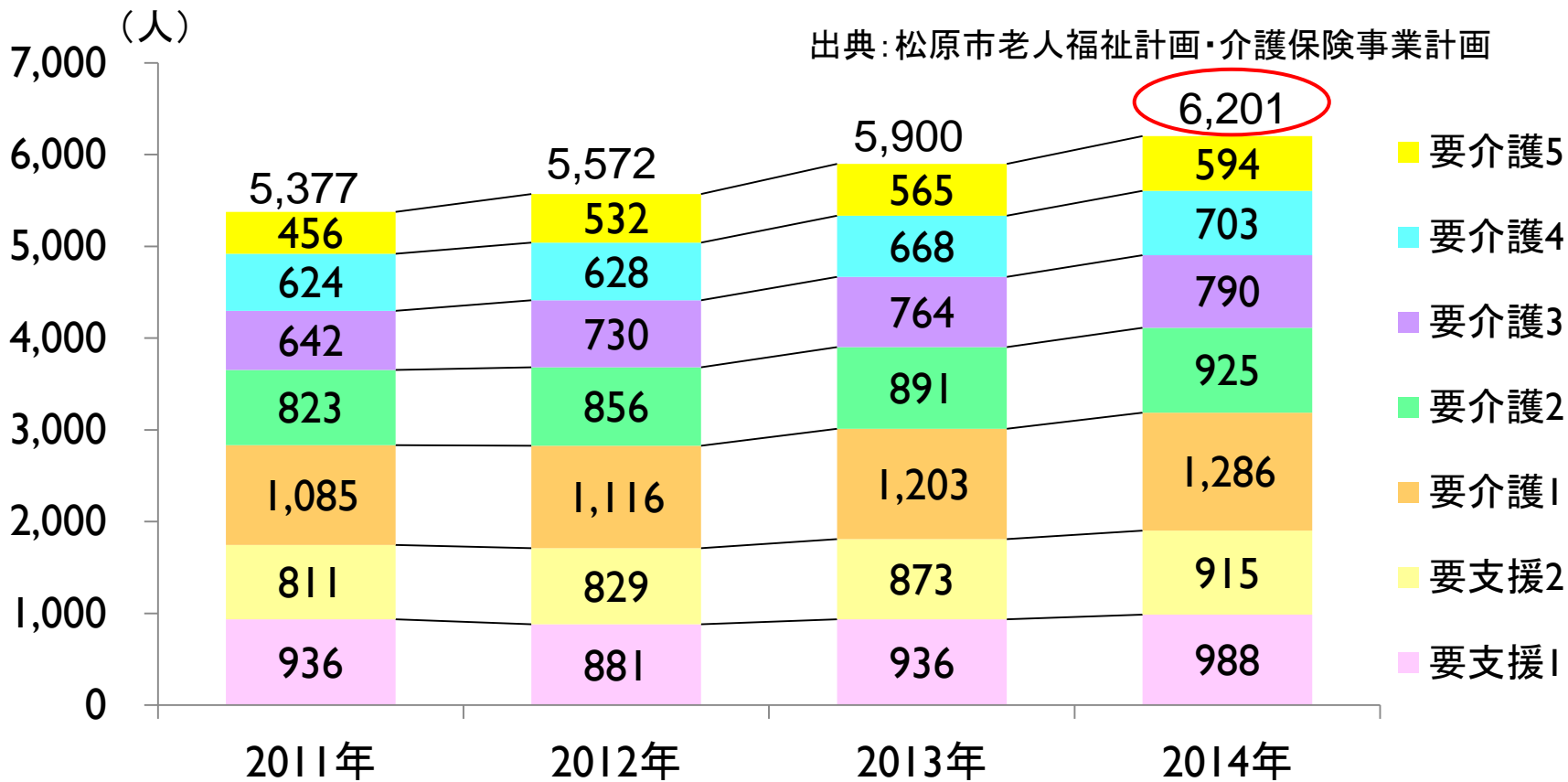


要介護等認定率	17.1%	17.1%	16.9%	16.9%	17.7%
---------	-------	-------	-------	-------	-------



要介護等認定者数の推移と将来推計

出典：松原市老人福祉計画・介護保険事業計画



※2011年のみ実数を掲載。2012年～2014年については、計画策定時の推計値を掲載

増え続ける要介護等認定者
2014年には6,200人を超える見込み



高齢者の安全対策委員会の構成

委員会の構成員：15名

【市民団体】

- 松原市安全なまちづくり対策協議会(2)
- 松原市老人クラブ連合会(2)
- 松原市地域婦人団体協議会(2)
- 松原市民生委員児童委員協議会(1)
- NPO法人 介護支援の会松原ファミリー(1)
- 地区福祉委員会(社会福祉協議会)(1)



【公的機関】

- 松原市地域包括支援センター徳洲会(1)
- 松原市地域包括支援センター社会福祉協議会(1)
- 松原市 (4)



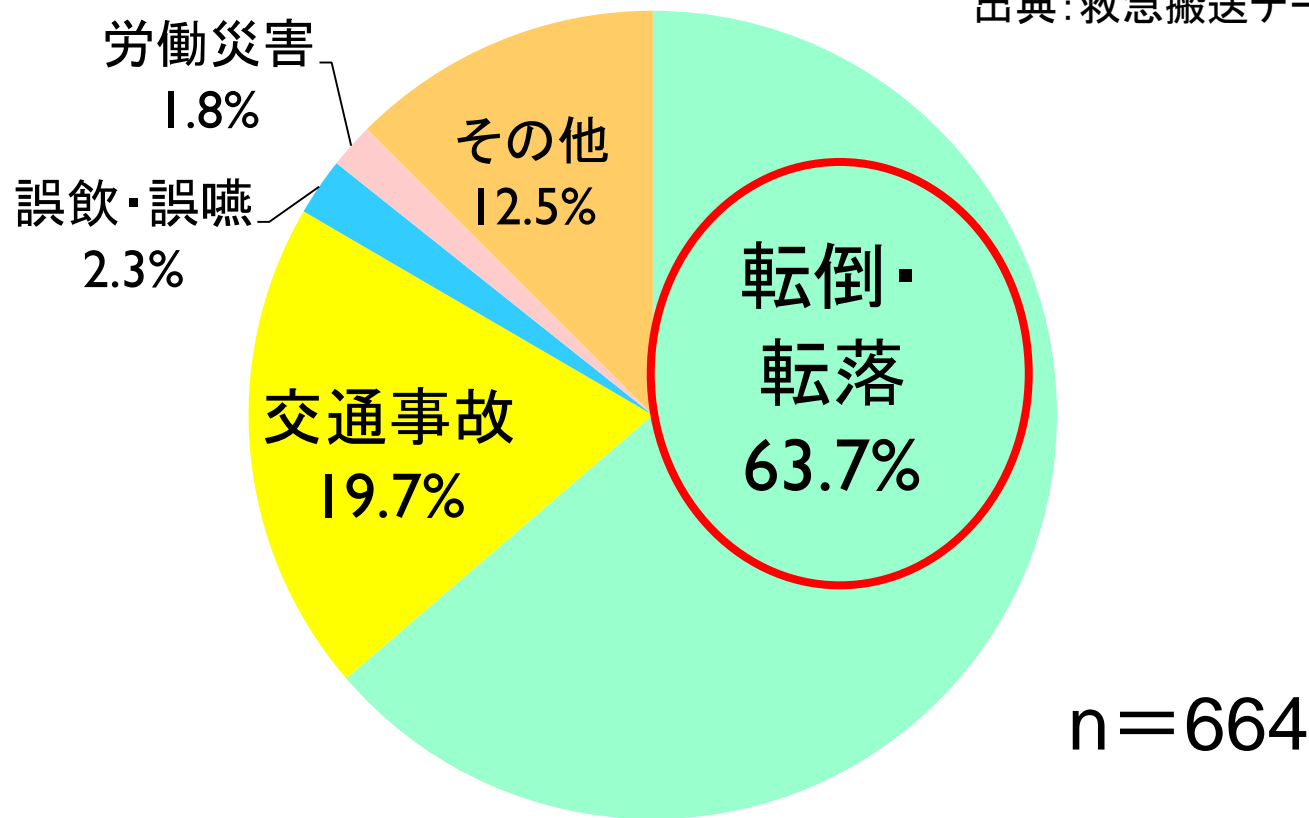
高齢者の安全対策委員会の取組の経過

開催日		回	主な会議内容	
2011年	12月13日	第1回	セーフコミュニティの概要について勉強会	
	1月25日	第2回	地域の安全状況の把握と課題の抽出	
2012年	3月 9日	第3回	実施中の取組対策の整理と分析	
	5月 21日	第4回	取組にかかる目標・指標・測定方法について検討	
	7月 5日	第5回	取組の内容検討・役割分担	
	9月28日	第6回	対策委員会間の情報共有のため合同会議開催	
	10月29日	第7回	セーフコミュニティ事前審査	
	12月21日	第8回	セーフコミュニティ認証に向けた今後の予定について	
	2013年	2月15日	第9回	今後の取組内容と役割分担について
		3月22日	第10回	今後の取組内容と役割分担について
5月13日		第11回	今後の取組内容と役割分担について	
7月24日		第12回	対策委員会間の情報共有のため合同会議開催	



転倒予防 高齢者の主な事故原因

出典：救急搬送データ(2011年)

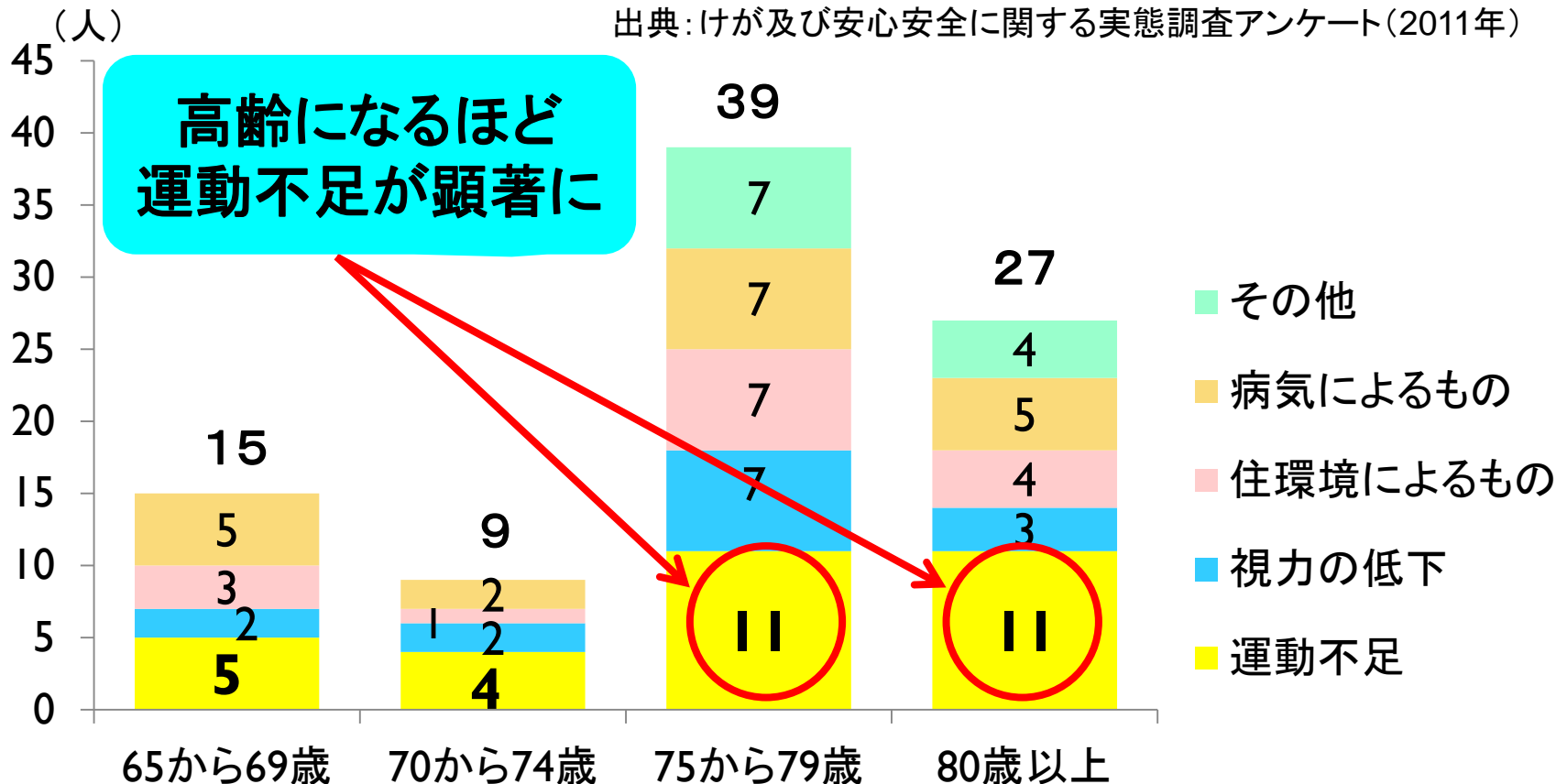


転倒・転落による救急搬送が63.7%



転倒・転落理由とは？

出典：けが及び安心安全に関する実態調査アンケート(2011年)

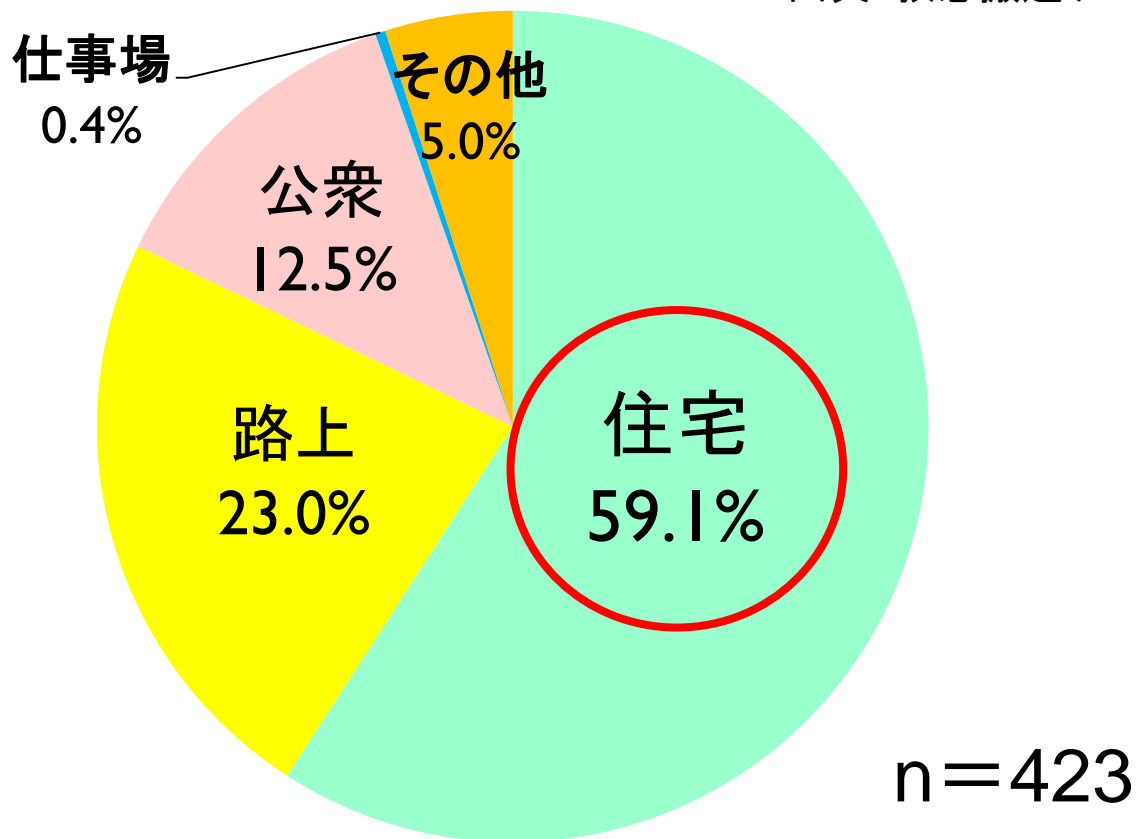


転倒・転落理由のトップは運動不足



転倒・転落事故発生場所

出典:救急搬送データ(2011年)



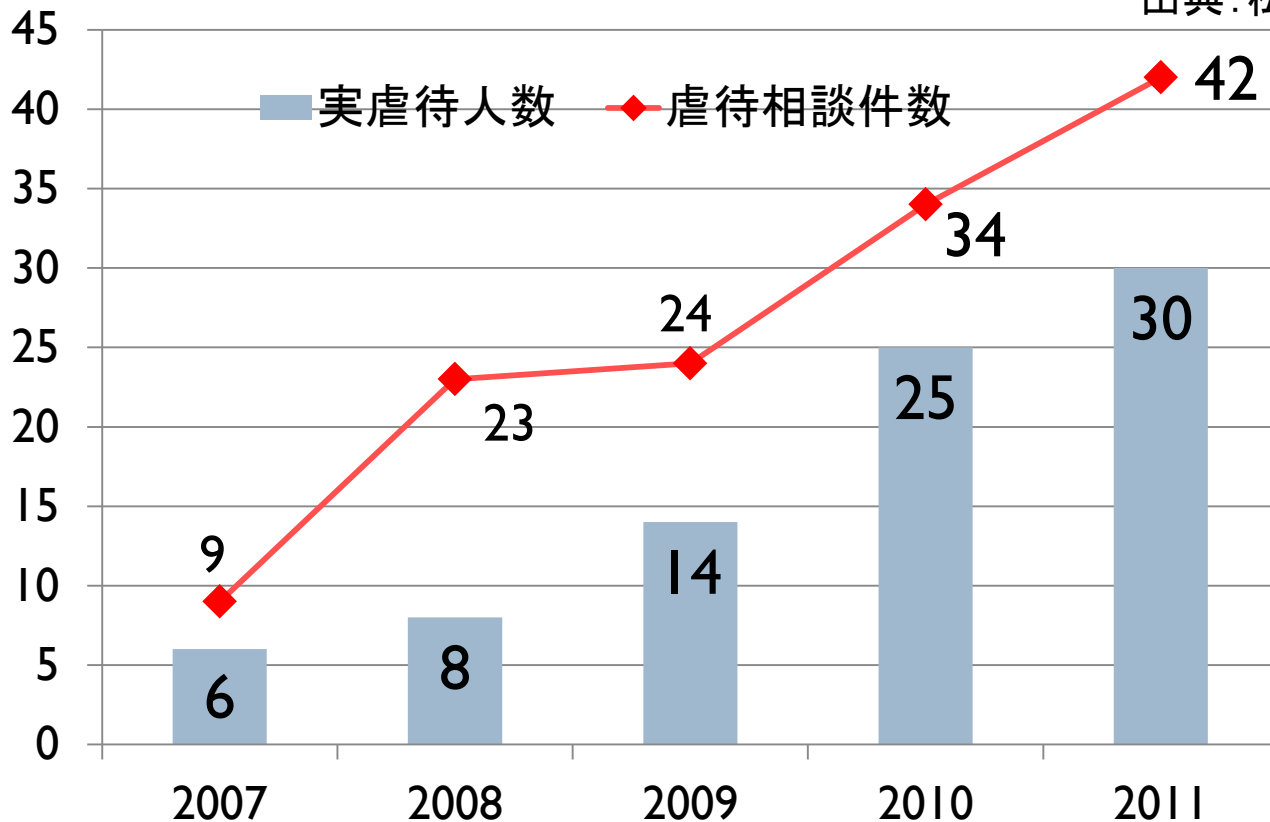
屋内での転倒が59.1%を占める



高齢者虐待相談件数と実虐待人数の推移

(件)

出典:松原市 高齢介護課



主な相談・通報者

- 介護支援専門員
- 介護保険事業所職員
- 近隣住民、知人
- 被虐待者本人
- 家族、親族
- 松原市職員
- 警察
- その他

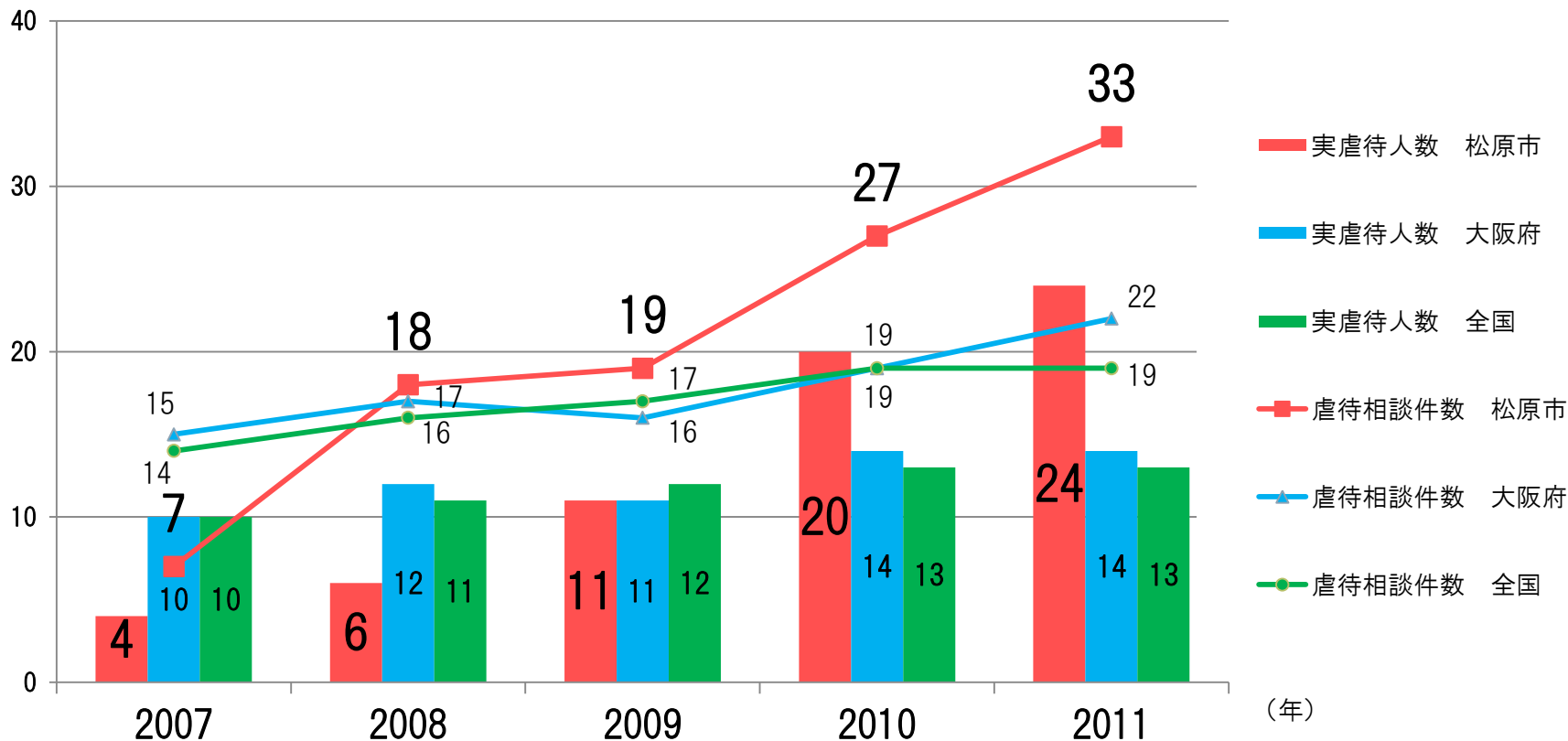
増加する虐待相談件数と実虐待人数



10万人あたりの高齢者にかかる虐待相談件数と実虐待人数

(件・人)

出典:厚生労働省 大阪府 松原市 高齢介護課

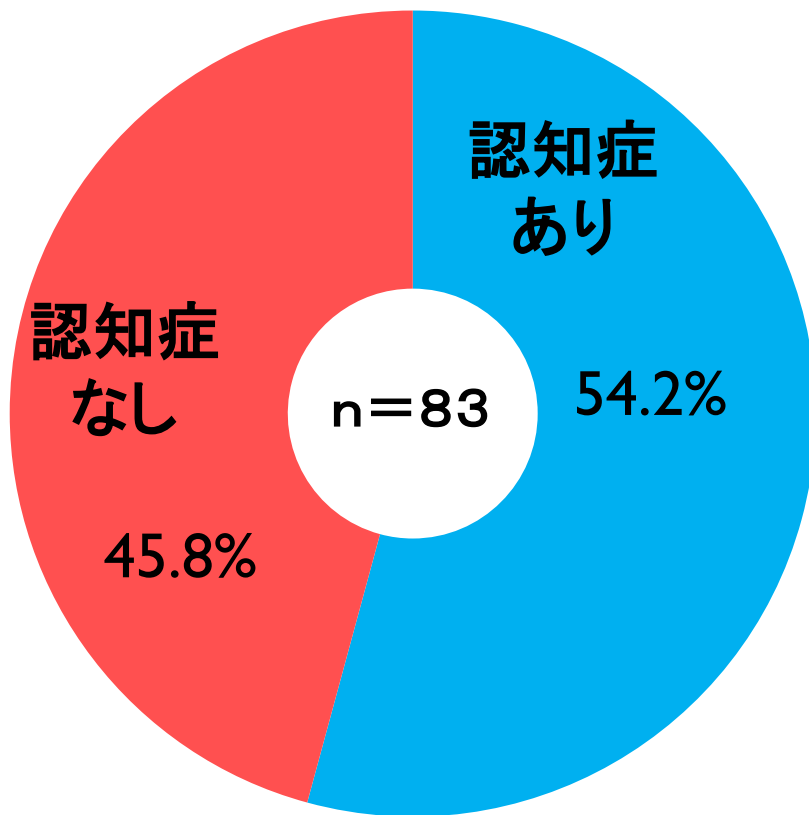


虐待相談件数・実虐待人数とも増加傾向にある

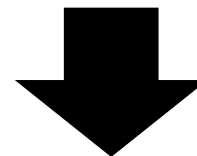


被虐待者の認知症り患別割合

出典：松原市高齢介護課
(2007年～2011年の累計)



認知症・虐待に対する
正しい理解・啓発が必要
(認知症サポーター養成
講座)



認知症高齢者を抱える
家族への支援が大切！

被虐待者の54.2%が認知症あり



データ分析による課題抽出

1. 転倒・転落の原因は運動不足であると感じる人が多い。
2. 高齢者の救急搬送において、転倒・転落によるものが63.7%と一番多く、その発生場所は屋内が59.1%と一番多い。
3. 虐待相談件数は近年増加傾向にあり、10万人あたりの実虐待人数は大阪府や全国より多い。
4. 被虐待者の54.2%に認知症がある。



課題設定と取組

課題1：転倒予防

→ 取組① 身体機能低下の予防

→ 取組② 屋内環境の向上

課題2：虐待防止

→ 取組③ 早期発見、対応ネットワーク

(情報共有)(見守り活動)

→ 取組④ 認知症・虐待の正しい理解・啓発

(認知症サポーター養成講座)



課題1 転倒予防

取組① 身体機能低下の予防

目的	運動器の機能向上
実施内容	わくわく筋カトレーニング教室(一般部門・経験者部門) お達者体操くらぶなど
実施者	松原市・地域包括支援センター・老人クラブ・地区福祉委員
対象者	65歳以上の高齢者



わくわく筋カトレーニング教室
(経験者部門)の様子



お達者体操くらぶの様子

実績

	2011年	2012年	延べ人数
わくわく筋カトレーニング教室 (一般部門)	192回 876人	190回 857人	1,733人
わくわく筋カトレーニング教室 (経験者部門)	75回 2,217人	94回 3,555人	5,772人
お達者体操くらぶ	35回 734人	36回 776人	1,510人



配布しているパンフレット



松原市

高齢者の相談おまかせください

介護サービスを利用したいが、どうしたらよいかわからない。

訪問販売の被害にあってしまった。どうしたらよいのか？

一人暮らしでお金の管理など不安があり心配だ。

介護に疲れて大きな声で怒ってしまった。

認知症の父親が徘徊したり火の不始末で目が離せない。どこへ相談すればよいのか？

こんな困りごとはありませんか？

母が自宅で転倒した。家事や入浴などができずに困っている。どうしたらよいのか？

お住まいの住所で担当が分かれています

国道309号線より西側にお住まいの方は徳洲会へご相談ください。

国道309号線より東側にお住まいの方は社協へご相談ください。

天美北	河合	若林	西野々
天美西	三宅西	三宅中	上田
天美東	田井城	三宅東	西大塚
天美南	高見の里	別所	柴垣
天美我堂	新堂5	大塚	新堂1~4
北新町	岡7	小川	立部
東新町	丹南1	阿保	岡1~6
南新町		松ヶ丘	丹南2~6
		一津屋	

松原市地域包括支援センター 徳洲会
天美東7丁目13番26号 松原徳洲会病院5階
TEL.334-3439

松原市地域包括支援センター 社会福祉協議会
上田3丁目1番25号 成協信用組合ビル4階
TEL.349-2112

この冊子は著作権に配慮し、再生紙のみで印刷されています。

©(株)現代けんこう出版 印刷委託・複製を禁じます。

配布枚数 2012年度 2,065枚



課題1 転倒予防

取組① 身体機能低下の予防

高齢期こそ必要な^{あし}脚の筋カトレーニング

歩くために必要な脚の筋カトレーニング方法です。体力や筋力にあわせて毎日少しずつ無理のない範囲で行いましょう。

※いすをサポートとして使いましょう。

- ※ 回数はあくまでも目安です。体力や体の状態にあわせて回数を設定してください。
- ※ 動作は4秒が基準です。4秒かけてゆっくり行い、4秒かけてゆっくり戻しましょう。
- ※ 息を止めたり、カんだりしないようにしましょう。

1 かかと上げ



2 脚の横上げ



3 スクワット



膝の痛みを予防・改善するための^{あし}脚上げ運動

膝の痛みは、適切な運動で予防改善が期待できます。痛いからといって、動かないとますます悪化してしまうこともあります。膝のまわりの筋肉を鍛えると、次の3つの効果により膝の痛みを軽減させることができます。

- ① 筋肉が鍛えられることで膝関節が安定し、膝への負担が減る
- ② 軟骨細胞が活性化し、すり減りにくくなる
- ③ 体重が減ることで膝への負担が減る

※膝の痛みが強い方、膝に腫れがある方、膝が大きく変形している方、調子の優れない方は、運動をしてはいけません。膝の痛みで医師の治療を受けている方は、運動を行う前に医師に相談しましょう。

1 脚上げ・いすに座って



2 脚上げ・床に横になって



3 脚上げ・床に横になって(横向き)



老人福祉センターで転倒予防の運動を行っている様子

実施者

- ・地域包括支援センター
- ・地区福祉委員
- ・老人クラブ
- ・民生委員
- ・社会福祉協議会
- ・NPO法人 介護支援の会 松原ファミリー等



課題1 転倒予防

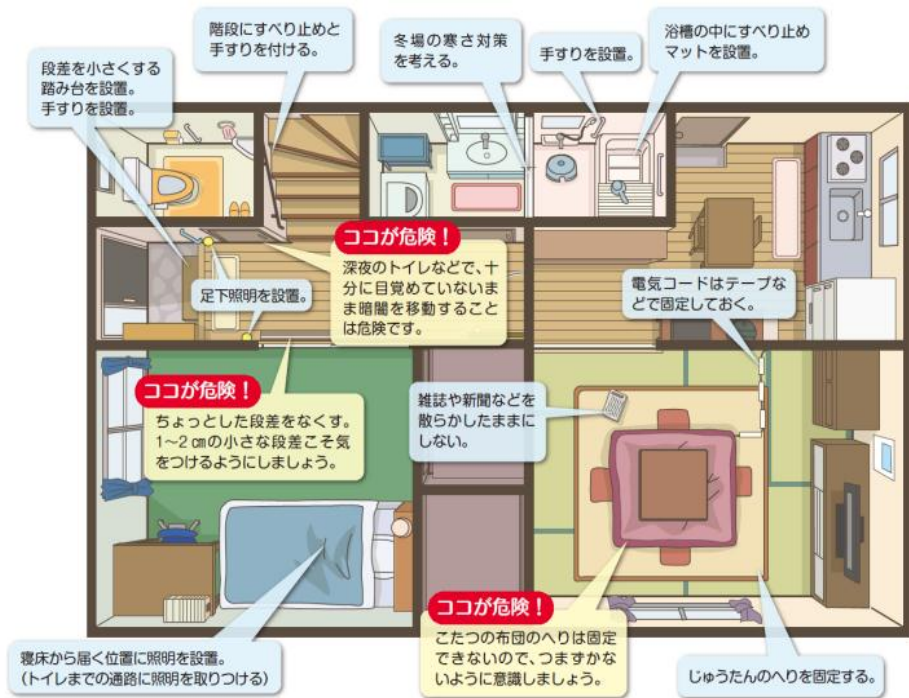
取組② 屋内環境の向上

実施内容: サロンでのパンフレット配布による屋内危険個所の周知

住環境づくり

家の造りを見直して危険を減らそう

住み慣れた自宅は安全だと思いがちですが、本人が自覚しているよりも脚が衰えているとわずかに1~2cmの段差でもつまずく原因になります。転倒しやすい場所をなくしたり、事故の起こりやすいところを把握して住宅内で起こる転倒やけがを予防しましょう。



入浴事故を予防する

お風呂は、急激な血圧の低下による意識障害や脳卒中、心筋梗塞が起こる危険性もあります。入浴中の事故にも注意しましょう。

入浴するときの注意点

- 低めの湯温(39~41度)で入浴し、長湯をしない。
- 部屋との温度差が大きにならないように、脱衣所や浴室を温めてから入浴する。(冬は特に注意)
- 食事直後や深夜には入浴しない。
- 高血圧や心臓に慢性疾患を持つ方は、半身浴が望ましい。

介護保険のサービスも利用できます

介護保険では、身体状況に応じた住宅改修や福祉用具の購入・貸与とサービスを提供しています。要介護等の認定を受けて介護保険を利用することで費用の自己負担を軽減できます。詳しくは、市役所高齢介護課におたずねください。



サロンで屋内危険個所の説明をしている様子



課題2 虐待防止

取組③ 早期発見、対応ネットワーク

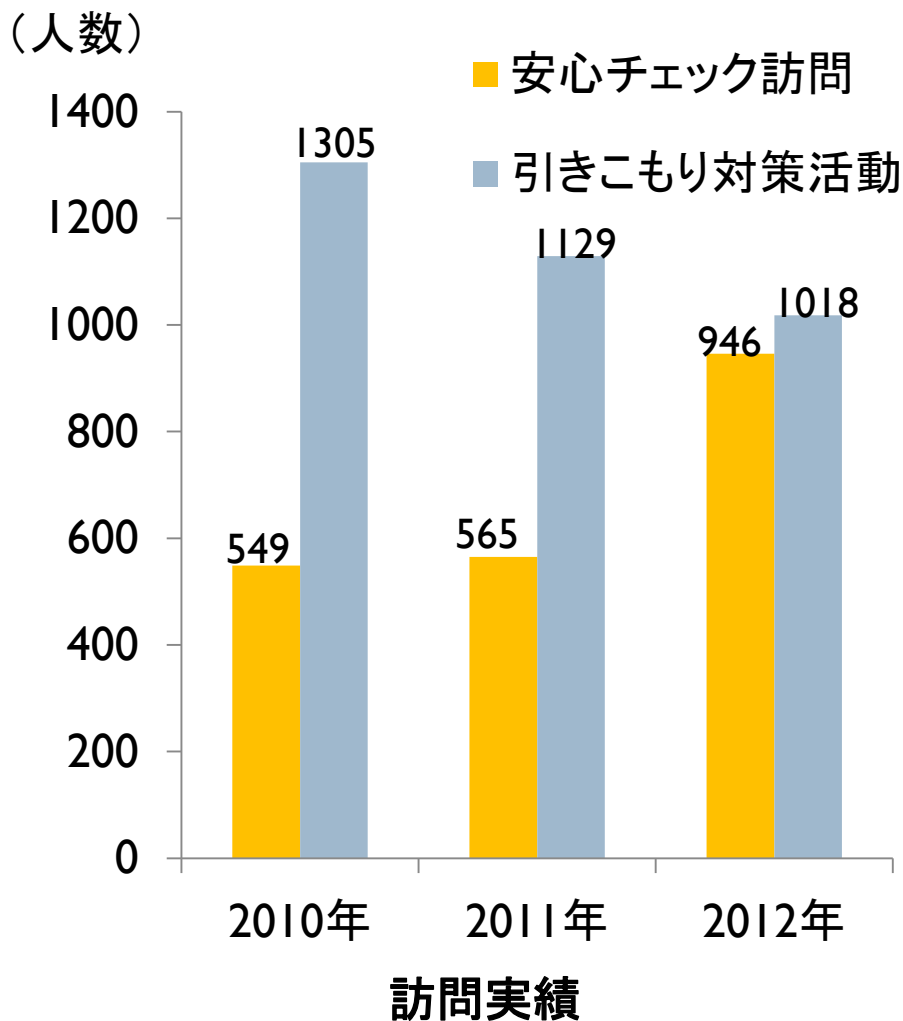




課題2 虐待防止

取組③ 早期発見、対応ネットワーク

出典 松原市社会福祉協議会、高齢介護課



安心チェック訪問をしている様子

実施者

- ・地域包括支援センター
- ・地区福祉委員
- ・老人クラブ
- ・民生委員
- ・社会福祉協議会
- ・町会



課題2 虐待防止

取組④ 認知症・虐待の正しい理解・啓発

認知症サポーター養成講座の様子

シンポジウムの様子



認知症キャラバンメイト・サポーターの登録者数

出典:松原市 高齢介護課

	2009年	2010年	2011年	2012年	延べ人数
キャラバンメイト 養成講座等	42名		27名	2名	71名
サポーター養成 講座		8回 376名	13回 562名	15回 534名	1,472名



取組の評価方法 ①

課題：転倒予防

①成果目標 ②成果指標 ③測定方法(頻度)

取組	活動目標	短期(認識)	中期(行動)	長期(状態)
身体機能低下の予防	・教室参加者数の増加	①介護予防対策の必要性を認識している割合の向上 ②介護予防対策の必要性を認識した割合 ③教室の事前事後評価(体力測定)と終了時アンケート調査(1年間の集計)		①転倒により救急搬送された件数の減少 ②転倒により救急搬送された件数 ③救急搬送データ統計(1年ごと)
屋内環境の向上	・リーフレット配布枚数の増加	①屋内での転倒につながる危険因子を知った人の増加 ②屋内危険箇所の周知割合 ③アンケート調査(1年ごと)	①転倒につながる危険因子を取り除いた人の増加 ②環境改善の実施率 ③アンケート調査(3年ごと)	①屋内での転倒転落により救急搬送された件数の減少 ②屋内での転倒により救急搬送された件数 ③救急搬送データ統計(1年ごと)



取組の評価方法 ②

課題：虐待防止

①成果目標 ②成果指標 ③測定方法(頻度)

取組	活動目標	短期(認識)	中期(行動)	長期(状態)
早期発見、対応ネットワーク (情報共有) (見守り活動)	見守り活動の充実	<ul style="list-style-type: none"> ①地域の高齢者の把握数を増加 ②把握した地域の高齢者数 ③市・地域包括支援センターのデータ 	<ul style="list-style-type: none"> ①見守りから相談につながった件数の増加 ②見守りから虐待相談につながった件数の増加 ③地域包括支援センター等事業統計 	<ul style="list-style-type: none"> ①虐待件数の減少 ②虐待件数 ③地域包括支援センター等事業統計
認知症・虐待の正しい理解・啓発 (認知症サポーター養成講座)	認知症、虐待について正しく理解する人を増やす	<ul style="list-style-type: none"> ①認知症・虐待に対する理解者の数を増やす ②認知症に対する理解者の数 ③アンケート(イベント時)を実施(1年ごと) 		<ul style="list-style-type: none"> ①虐待件数のうち認知症患者の占める割合の減少 ②虐待件数のうちの認知症患者の割合 ③地域包括支援センター等事業統計



現時点での到達点

【転倒予防】

- ・高齢者が集まる会合等でパンフレットを用いて、地域団体が主体となって、自宅内での転倒の危険性が高い場所を啓発し筋力トレーニングを実施することで、転倒やけがを予防するための工夫について理解し、実践する人が増加している。
- ・新たな介護予防事業の取り組み（やさしい筋力トレーニング教室）や実施回数の拡充（転倒予防教室・太極拳教室）を実施することで教室参加者数の増加につながっている。



現時点での到達点

【虐待防止】

- ・高齢者の安全対策委員会に参加する団体同士が意見交換をすることで、高齢者虐待の早期発見・早期対応のためのネットワーク強化につながっている。
- ・認知症サポーター養成講座を市民や市職員向けに実施することでより多くの理解者が増加している。



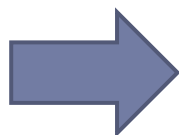
気づきと今後の課題と方向性

セーフコミュニティ活動を始めての気づき

- ・これまで以上に各団体の連携強化を目指す機運が生まれた
- ・各団体が活動内容を共有することで、取組の効果が大きくなることを実感できた

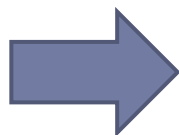
今後の課題と方向性

転倒予防



- ・介護予防に関心を持ったり、取組む事の必要性を理解し、実践する人を増やす
- ・転倒予防に取組む必要性についてパンフレットを用いて地域や団体に啓発し普及させる

虐待防止



- ・地域の見守り活動を充実するための団体を徐々に増やし、地域住民で情報共有できる体制づくりを進めていく
- ・認知症サポーター養成講座を受講する人を増やすことで正しく理解する人を増やす



ご清聴ありがとうございました

絆でつくる みんなのセーフコミュニティ まつばら