Part 4

通いの場における オーラルフレイルへの対応

運動・栄養・口腔・社会参加を一体的に フレイル対策として実施するグループを立ち上げる場合

―― 事 例 ――

広島県竹原市

保健師が専門職との連携体制を整備して立ち上げた通いの場

1．特　色

- 運動・口腔・栄養プログラムを取り入れた介護予防教室をベースに、通いの場を立ち上げている事例を紹介する。
- 通いの場における専門職（理学療法士・作業療法士・歯科衛生士・管理栄養士・地域包括支援セ

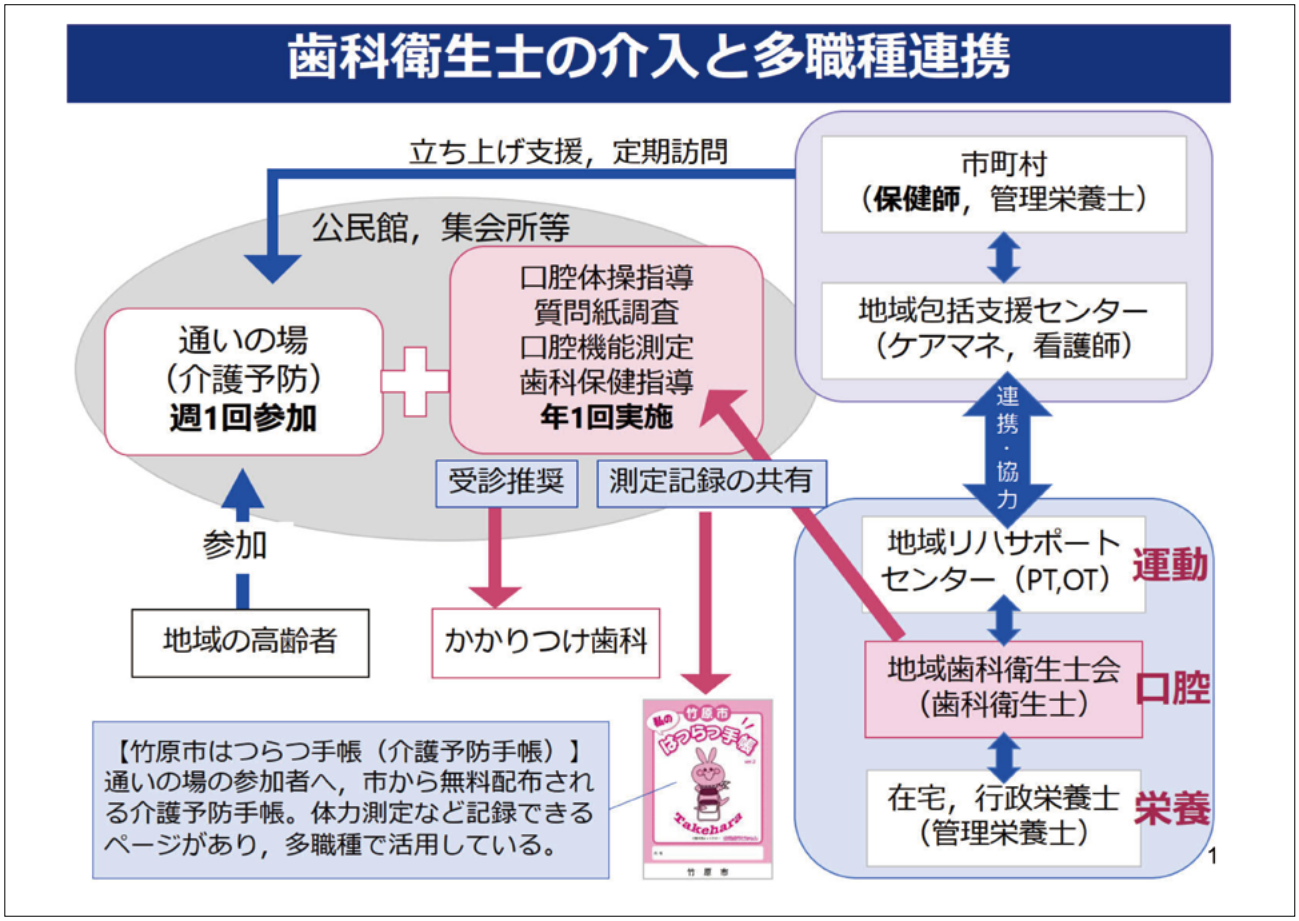


図４―１ ●通いの場における歯科を含む専門職の関わり（歯科衛生士の介入と多職種連携）

出所：厚生労働省　第７回一般介護予防事業等の推進方策に関する検討会　参考資料１

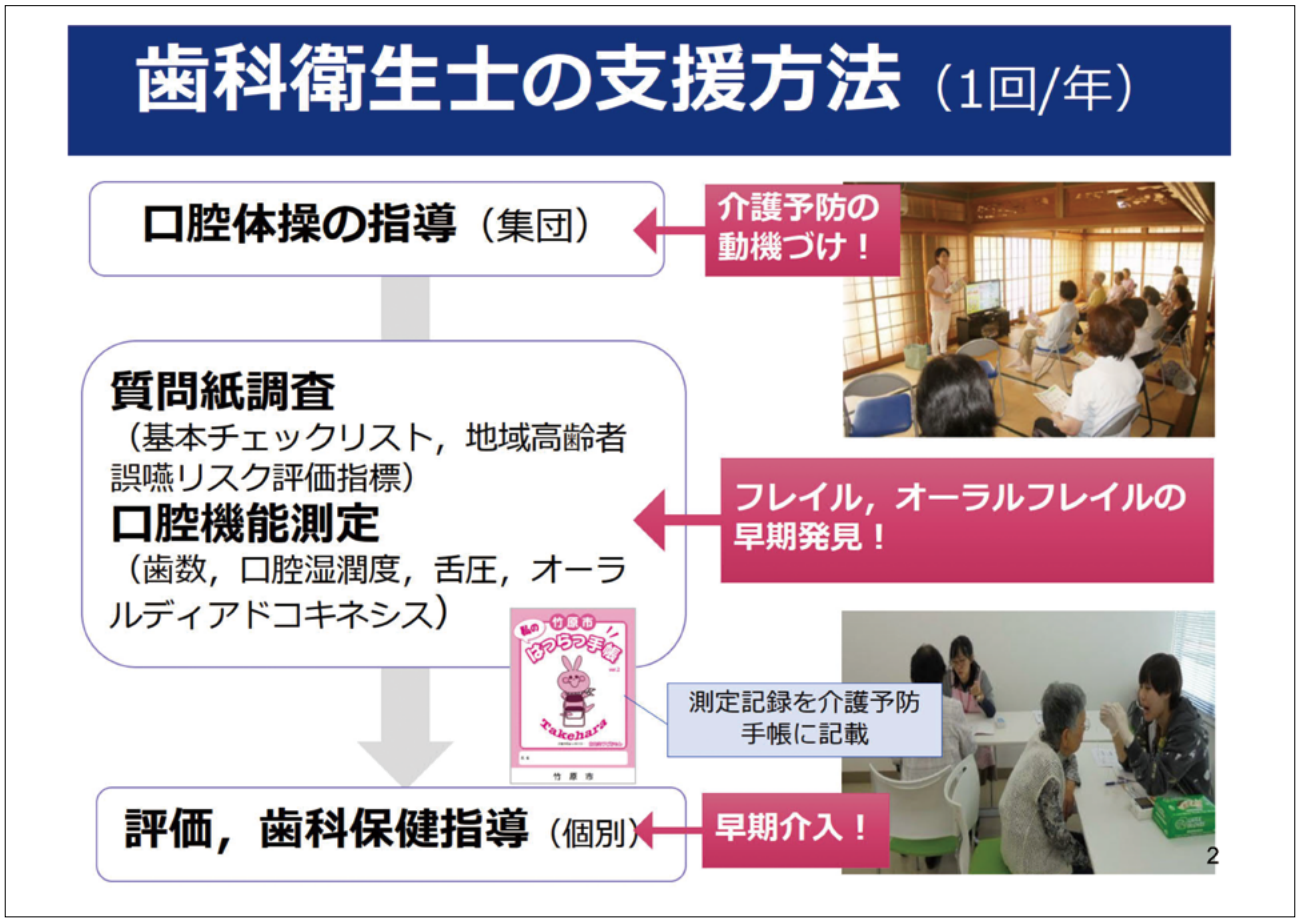


図４―２●通いの場における歯科を含む専門職の関わり（歯科衛生士の支援方法）

出所：厚生労働省　第７回一般介護予防事業等の推進方策に関する検討会　参考資料１

ンター職員・保健師）の支援内容及び連携方法について参考になる。

- 通いの場において、口腔プログラムを毎回実施する、また既存の通いの場等において、新たに口腔プログラムを取り入れる場合にも参考になる。
- 歯科衛生士は、口腔プログラムの指導だけでなく、フレイル予防の視点を持ち、多職種と連携しながら地域住民の健康を支援するのが望ましい。

2．概　況

	2015年	2025年（推計）
総人口	26,426人	22,361人
高齢者人口	10,065人	9,653人
高齢化率	38.1％	43.0％
後期高齢者人口	5,190人	6,037人
後期高齢者人口／高齢者人口	51.6％	63.0％
要介護認定率（65歳以上）	20.1％	24.0％

平成27年国勢調査より引用、要介護認定率は平成29年５月データより引用

通いの場数	39か所
参加登録者数	約760名
高齢者人口に対する参加率	7.6%

1）広島県：各市町の通いの場の数（令和元年９月末現在）より引用
2）広島県竹原市健康福祉課の報告より（令和元年９月末現在）
3）広島県：各市町の高齢者人口に占める通いの場の参加率（令和元年９月末現在）より引用

3．実施内容

- 各通いの場の参加者は約20名。
- 全ての通いの場において、週１回、「運動」と「口腔」の竹原市オリジナル体操を実施することを必須条件としている。
- 運　動

　理学療法士が監修した竹原市オリジナル体操「竹原はつらつ体操」（約40分）のDVDを用いて介護予防に効果のある体操を実施している。また、理学療法士・作業療法士が、年に2回各通いの場を訪問して運動指導及び体力測定の結果のフィードバックを実施している。

- 口　腔

　歯科衛生士が監修した竹原市オリジナル体操「たけはら介護予防のためのお口の体操」(10分)のDVDを用いて口腔体操を実施している。口腔体操は、摂食嚥下リハビリテーション学会誌の「訓練法のまとめ（2014版)、基礎訓練（間接訓練)」を参考に構成している。また、歯科衛生士が、年に１回各通いの場を訪問して口腔体操の指導、口腔機能の測定（歯数、口腔乾燥状態、オーラルディアドコキネシス等)、測定後の評価を基に歯科保健指導を実施している。

- 栄　養

　管理栄養士が、年に１回各通いの場を訪問して栄養指導を実施している。2019年からは低栄養対策として、チェックシート（食品摂取の多様性得点）を用いて多品目摂取についての講義を実施している。

- 体力測定

　保健師、包括支援センター職員が、年に1回訪問して体力測定（CS-30、TUG、握力、開眼片足立ち、In Bodyによる体組成測定）を実施している。

- 地域づくり

　作業療法士・保健師・生活支援コーディネーター等が、年に１回訪問して通いの場での地域づくりや関係づくりを目指した講義及びグループワークを実施している。

- 連携ツール

　行政は、通いの場の参加者へ「竹原市私のはつらつ手帳」（図４―３）を配布し、介護予防に関する知識や情報の提供、体力測定の結果や体操の参加記録等（図４―４～６）を記入して活用するよう勧めている。専門職は、支援時にこの手帳を活用して個々の状態を把握している。

図４―３●竹原市私のはつらつ手帳

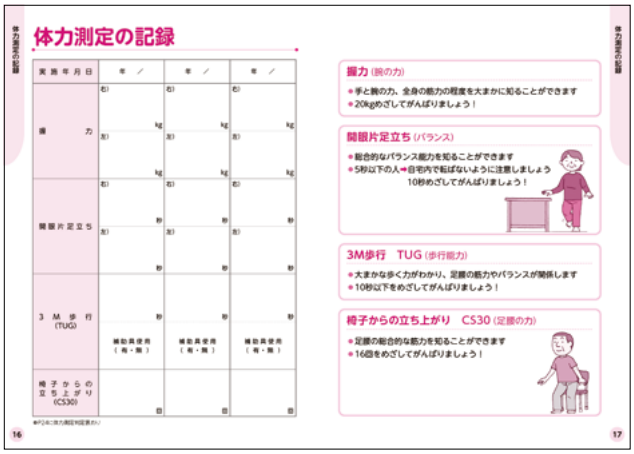


図４―４●体力測定の記録

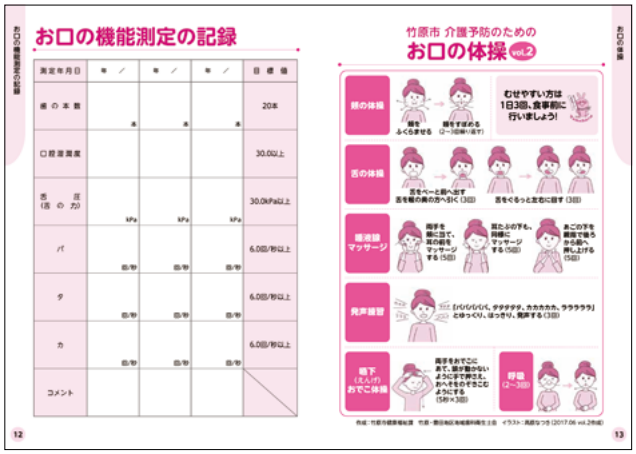


図４―５●お口の機能測定の記録

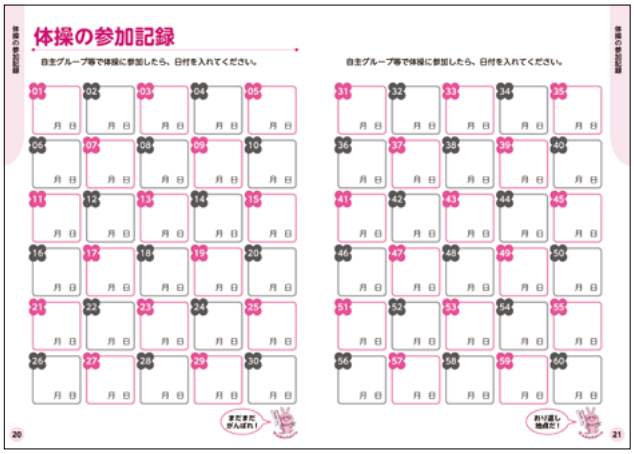


図４―６●体操の参加記録

4．立ち上げの経緯

●2006年（平成18年）、行政は、地域支援事業施行に伴い、介護予防ボランティアの養成（一次予防事業）運動・口腔・栄養改善の要素を含めた「合同プログラム」による介護予防教室（二次予防事業）を開始した。

●2010年（平成22年）、保健師等は、介護予防教室終了後の受け皿づくりを見据え、一次予防事業で養成した介護予防ボランティアに参加を促し、市内第一号となる通いの場を立ち上げた。

●2011年（平成23年）以降、介護予防教室を各地で開催することで徐々に通いの場は拡大した。

●2016年（平成28年）、通いの場の増加に伴い、歯科衛生士・管理栄養士が支援に加わることとなった。

●行政は、立ち上げ後の支援として、専門職の派遣、通いの場のリーダー研修会、交流会を開催している。

5．連携体制

●専門職の派遣は、理学療法士が年２回、作業療法士が年１回、歯科衛生士が年１回、管理栄養士

が年１回である。専門職の日程調整及びグループへの支援計画は、保健師が行っている。

- 通いの場の拡大に伴い、限られた事業所だけでは専門職支援が困難であること、また、2016年（平成28年）から総合事業に移行するためには市内事業所に所属する専門職の支援が必要と考え、行政は、同年５月、「コミュニティサポートネットワーク竹原」を結成した。メンバーは、理学療法士・作業療法士・言語聴覚士・歯科衛生士・管理栄養士・地域包括支援センター職員・保健師である。結成後は、年に数回、通いの場に関わる専門職が定期的に集まり、運動・口腔・栄養が連動した支援を継続的に行うための情報交換会や勉強会を開催している。

６．歯科との連携

- 2014年（平成26年）、竹原市オリジナル口腔体操のDVD作成に伴い、歯科衛生士は体操の構成、モデル、ナレーションを担当した。
- 2016年（平成28年）からは、年１回、歯科衛生士（２～３名）が各通いの場を訪問し、口腔体操の指導、口腔機能測定及び評価、歯科保健指導を行っている。各通いの場の支援時間は約90～120分である。
- 歯科衛生士は支援開始前、保健師から参加者や会場の雰囲気などの情報を収集し、スムーズな支援が実施できるよう努めている。また、支援時は、口の状態だけでなく、食生活や社会参加、認知機能も含めて観察し、支援後には気付きを保健師へ報告している。
- 歯科衛生士は支援時、オーラルフレイルの早期発見及び口腔疾病予防の観点から、かかりつけ歯科医への定期受診・早期受診を勧めている。
- その他、「竹原市私のはつらつ手帳」にオーラルフレイルに関する情報の記載（図４―７）、口腔体操のリーフレット（図４―８）を行政と作成し、指導時に活用している。

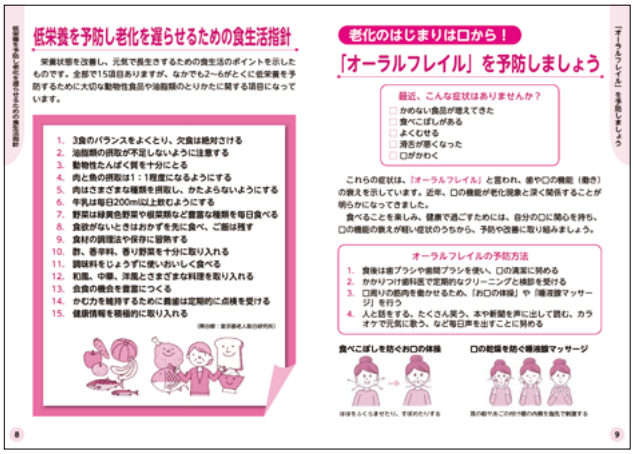


図４―７●オーラルフレイルに関する情報提供

７．事業予算

- 介護予防・日常生活支援総合事業経費：約3,000千円（うち専門職とは委託契約ではなく報償費として予算計上している）。
- 通いの場への補助金等の制度はない。

８．ひとこと

- 竹原市では、通いの場の立ち上げ当初から「運動・口腔・栄養」の視点を持ち支援を進めてきた。この３つの視点は、フレイル対策をしていく上でどれも欠かすことはできないが、保健師だ

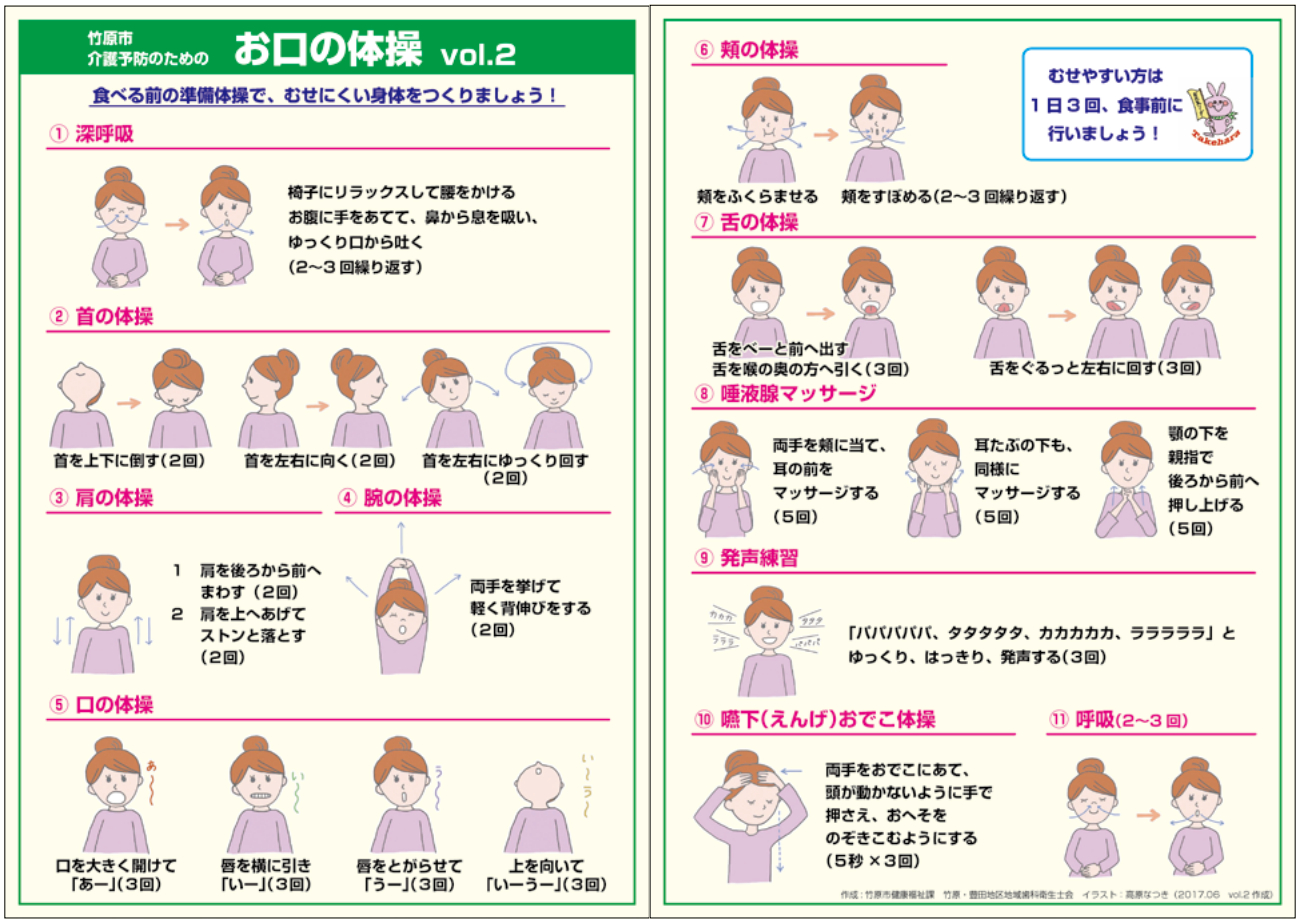


図4―8 ● お口の体操リーフレット

けではとても立ち回らない。それぞれの専門職（それぞれが所属する医療機関や事業所等を含め）の理解と協力を得て初めて、現在の充実した支援が行え、住民を多角的にサポートできている。また、支援に入る専門職が自主的にコミュニティを作り、定期的に勉強会や情報交換を行うことで、支援の方向性も見失わず連携も図れている。それぞれの支援の回数は限られるが、定期的に専門職が介入することで住民のモチベーションの維持・向上のエッセンスにもなっている。今後も引き続き多職種の協力を得ながら住民をサポートしていきたい。（保健師より）

- 竹原市の通いの場において、歯科衛生士は、オーラルフレイルの予防だけでなく、フレイル予防を意識し、多職種と連携しながら支援するよう努めている。効果的な支援を行うためには、制度や政策、地域住民のことを把握している保健師との連携は欠かせない。行政が目指す地域づくりについて各専門職が理解し、活動目的を共有できていることが、包括的な支援に繋がっていると考える。保健師と専門職が信頼関係と連携体制を構築することが、地域住民の健康を支える上で重要と思われる。（歯科衛生士より）

体操等をメインとした自主グループに口腔に関するコンテンツを追加する場合

事 例

高知県高知市

住民主体の介護予防活動（筋力向上と一体的に取り組む口腔体操）～かみかみ百歳体操～

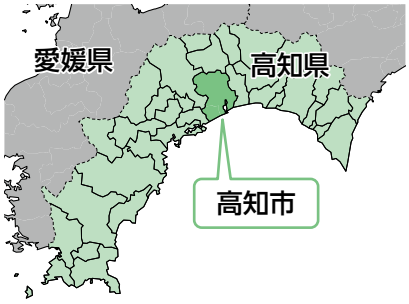
1．特　色

- 住民主体の介護予防活動として、2002年度（平成14年度）から取り組んでいる筋力向上を目的とした「いきいき百歳体操」の口腔機能版として2005年（平成17年）に「かみかみ百歳体操」を考案。
- いきいき百歳体操と一体的に、週１から２回、地域の体操会場で住民が主体となって継続して実施。
- 体操会場をサポートする住民ボランティアとして「いきいき百歳サポーター」を定期的に養成。口腔に関しても学んでもらうことで、意識の向上や、住民への普及啓発に繋がっている。
- 気道感染予防の観点から、口腔体操だけでなく口腔ケアについても啓発できる機会を設け、日常のセルフケアや、かかりつけ歯科医への定期的な受診について歯科衛生士が助言。

2．概　況

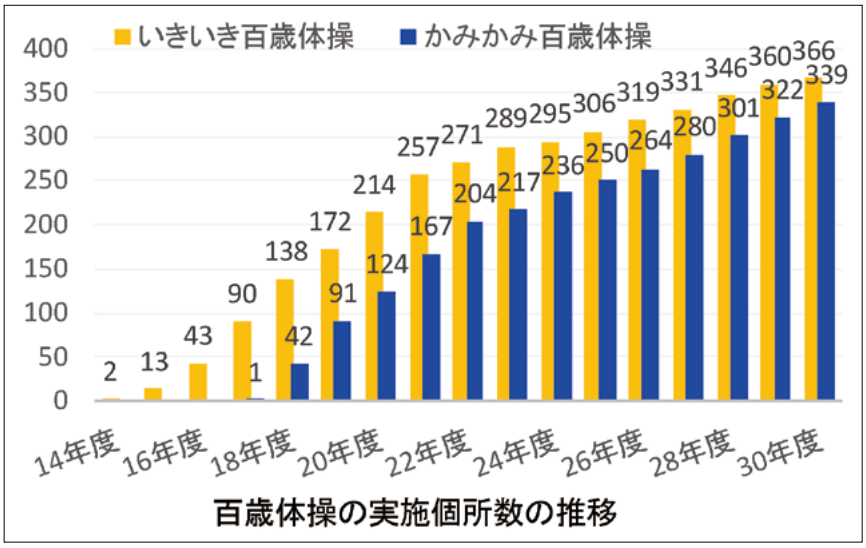
	2015年	2025年（推計）
総人口	336,359人	313,653人
高齢者人口	90,954人	96,703人
高齢化率	27.0%	30.8%
後期高齢者人口	43,949人	56,890人
後期高齢者人口／高齢者人口	48.3%	58.8%
要介護認定率（65歳以上）	20.9%	22.5%

平成27年国勢調査より引用、要介護認定率は平成29年５月データより引用



通いの場数	364会場
参加登録者数	7,944人
高齢者人口に対する参加率	8.3%

令和元年度高知市体操会場アンケート結果より



3．実施内容

- 各会場の参加者数は５名～70名
- 高知市オリジナルの「かみかみ百歳体操」（16分）のDVDを用いて住民主体で週１から２回実施している。
- いきいき百歳体操（筋力向上）を半年間実施している会場に、かみかみ百歳体操を紹介し、希望があれば導入していく。かみかみ百歳体操導入会場は340会場で導入率は93％（令和元年度高知市体操会場アンケート調査より）。
- 導入時に歯科衛生士が３回介入。かみかみ百歳体操の目的や効果、体操方法を説明し、併せて口腔機能チェックや舌清掃実習等を実施。
- かみかみ百歳体操開始３か月、６か月、１年後に歯科衛生士が訪問し、継続支援として体操内容の確認や口腔ケアの状況確認等も実施している。
- １年後フォローの訪問時に、口腔ケア健康講座の実施について働きかけ、希望する会場には歯科衛生士を派遣している。
- 口腔ケア健康講座の内容は、誤嚥性肺炎予防のための日常のセルフケアとして「歯・舌・入れ歯」の清掃と、かかりつけ歯科医への定期的な受診について啓発し、体操と一体的に継続して取り組むことを勧めている。

4．立ち上げの経緯

- 2006年度（平成18年度）の地域支援事業の創設を契機に、高知市でも筋力向上だけでない介護予防の意識づくりに重点をおき、地域に広がっている「いきいき百歳体操」の場を活用した口腔機能向上にも取り組むこととし、2005年（平成17年）９月に「かみかみ百歳体操」を考案した。

5．連携体制

- 体操会場を支援する専門職としてインストラクター（かみかみ：歯科衛生士、いきいき：看護

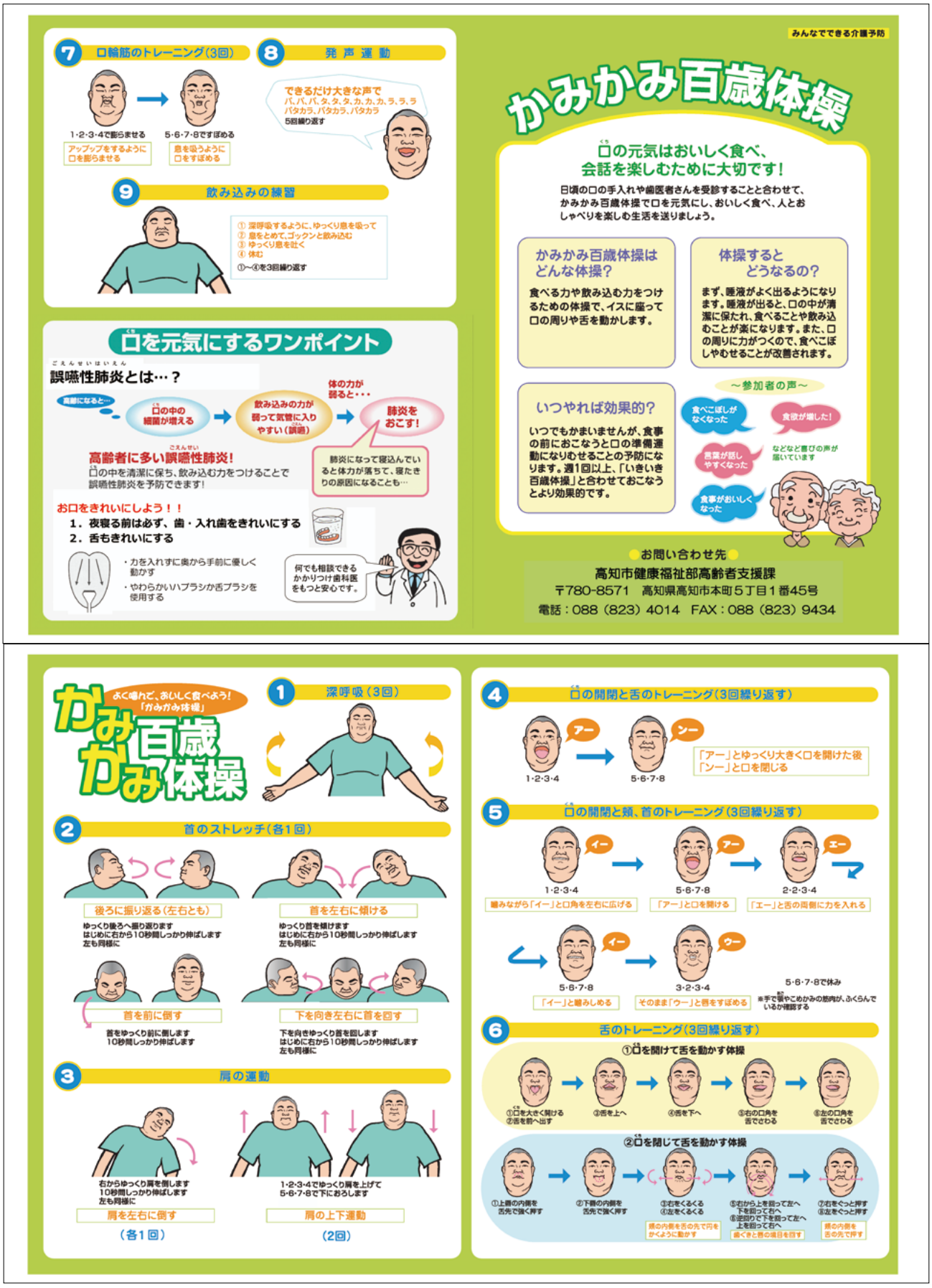


図４―９●「かみかみ百歳体操」パンフレット

師、理学療法士、作業療法士）を養成。導入時や継続支援に携わっている。

- 理学療法士、保健師、看護師、歯科衛生士、事務職が連携し、会場へのフォローアップや、事業全体の評価、見直しを行っている。毎月介護予防担当者会を実施している。

6．歯科との連携

- かみかみ百歳体操は2005年（平成17年）に保健所歯科医師が考案。2012年（平成24年）に見直しを行い、歯科医師、理学療法士の助言の下、保健所歯科衛生士が改良。
- 他の媒体としては、体操指導用の「かみかみ百歳体操」パンフレット（図４―９）、日常のセルフケア定着を啓発するための誤嚥性肺炎予防チラシ、誤嚥性肺炎予防と定期的な歯科受診を動機づけるための口腔ケアパンフレットを作成し、実施会場を中心に歯科衛生士が指導する際に配布している。
- 体操会場での指導は、臨時歯科衛生士とかみかみ百歳体操インストラクターが中心に実施。
- 2014年（平成26年）に保健所内に設置した口腔保健支援センターが毎月実施している歯科口腔保健担当者会（市役所内の歯科専門職の情報交換の場）において、実施状況の確認や検討、情報共有を行っている。

7．事業予算

- 臨時歯科衛生士人件費　約300万円
- インストラクター報償費　約40万円
- 体操会場支援（DVD複製含む）、各種講座消耗品等　約５万円

8．ひとこと

- 現在高知市内の300箇所以上の会場で、いきいき百歳体操（筋力向上）と併せてかみかみ百歳体操が普及している。既存の住民組織（地域の体操会場）を上手く活用することで、多くの市民や幅広い層へのアプローチができ、口腔に対して関心が低い層にも働きかけることができている。口腔体操単独では、関心がある層だけが実施することとなり、ここまでの広がりや継続は難しかったのではないかと考える。同じ目的を持った事業と一緒に取り組むことで、口腔機能を維持・向上させる体操の取り組みが継続できている。

9．風　景

図４―10●かみかみ百歳体操指導の様子

図４―11●映像をみながら体操している様子

図４―12●大きな声で「パタカラ……」（かみかみ百歳体操の様子）

地元歯科衛生士会が派遣歯科衛生士の育成、確保等の実施体制を整えている場合

―― 事 例 ――

北海道札幌市

札幌市の住民主体の介護予防活動の場への歯科衛生士の派遣（札幌市地域口腔機能向上専門職派遣事業）

1．特　色

- 札幌市では、地域の介護予防活動を行う介護予防センターを市内53か所に設置し、住民主体の介護予防活動の支援を行っている。
- 通いの場におけるプログラムとしては、運動プログラム（体操）を基本として、希望する通いの場に対して、歯科衛生士や栄養士を派遣し健康教育を行っている。
- 通いの場への歯科衛生士の派遣は、原則１回（最大２回）で、高齢者自身に口腔に興味を持た

目的

地域における介護予防活動に取り組む又は関心のある高齢者及び介護予防活動の従事者に対し、口腔機能向上に係る専門職が技術支援及び指導を行い、地域の実情に応じた効果的・効率的な介護予防に関する取組を推進する。

口腔機能向上に係る専門職派遣の概要

一般介護予防モデル事業を実施している介護予防センターが開催又は支援する短期間集中型介護予防教室及び住民主体の介護予防活動の場において、介護予防の取組がより効果的に実施されるよう技術支援を行う。（一般社団法人　北海道歯科衛生士会委託）

1回の基本プログラムは90分を基本としているが、主催者の希望等により、下記の内容から、いくつか組み合わせたプログラムを実施している。

①歯科衛生士による講話40分コース
②歯科衛生士による講話20分コース
③口腔機能を使ったゲーム（所要時間1種10分、2種まで対応可能）
④お口のかんたんチェック

歯科衛生士による講話

口腔機能を使ったゲーム

図４―13●札幌市の住民主体の介護予防活動の場への歯科衛生士の派遣（2018年度開始）
札幌市作成資料

せ、口腔体操などを主体的かつ継続的に取り組む動機づけや歯科医療機関への受診等を促すことを目的としている。

- 歯科衛生士の派遣については、北海道歯科衛生士会が札幌市から受託しており、独自の従事者向けマニュアルの作成のほか、プログラムを実施する人材を育成するため、地域の歯科衛生士を対象に「派遣登録希望者のための介護予防研修会」を実施し、派遣可能者数は約80名（初年度。2019年度（令和元年度）は約40名）確保している（図４―13）。

2．概　況

総人口	約196万人
高齢者人口	約53万人
高齢化率	27.1%
第1号被保険者数	53万人
第1号被保険者の要介護等認定率	21.4%
住民主体の通いの場	1,150か所 （前年度比＋203か所）
通いの場の参加者数	23,209人 （前年度比＋4,179人）
高齢者人口に占める 住民主体の通いの場への参加率	4.4% （前年度比＋0.7ポイント）

2019年10月現在

3．実施内容

- 介護予防センターが開催又は支援する短期間集中型介護予防教室及び住民主体の介護予防活動の場において、介護予防の取組がより効果的に実施されるよう技術支援を行う。
- １回の基本プログラムは90分を基本としているが、主催者の希望等により、下記の内容から、いくつか組み合わせたプログラムを実施している。
  ①歯科衛生士による講話40分コース
  ②歯科衛生士による講話20分コース
  ③口腔機能を使ったゲーム（所要時間１種10分、２種まで対応可能）
  ④お口のかんたんチェック

4．派遣歯科衛生士の登録制度について

札幌市は、非常に多くの高齢者の通いの場があることから、歯科衛生士会会員はもちろん、札幌歯科医師会を通じた呼びかけも行っている。また、派遣歯科衛生士向けのマニュアルを新たに作成した他、当日のプログラム等の演習等を含む研修を毎年実施し、研修への参加を必須要件としている。

登録と研修への参加については、札幌歯科医師会の全面的な支援が得られており、歯科医療機関に勤務する歯科衛生士も積極的に参加、登録している。これは、地域の高齢者のオーラルフレイルに積極的に対応していくべきとの札幌歯科医師会の理解と姿勢があるためであり、歯科医師会と歯

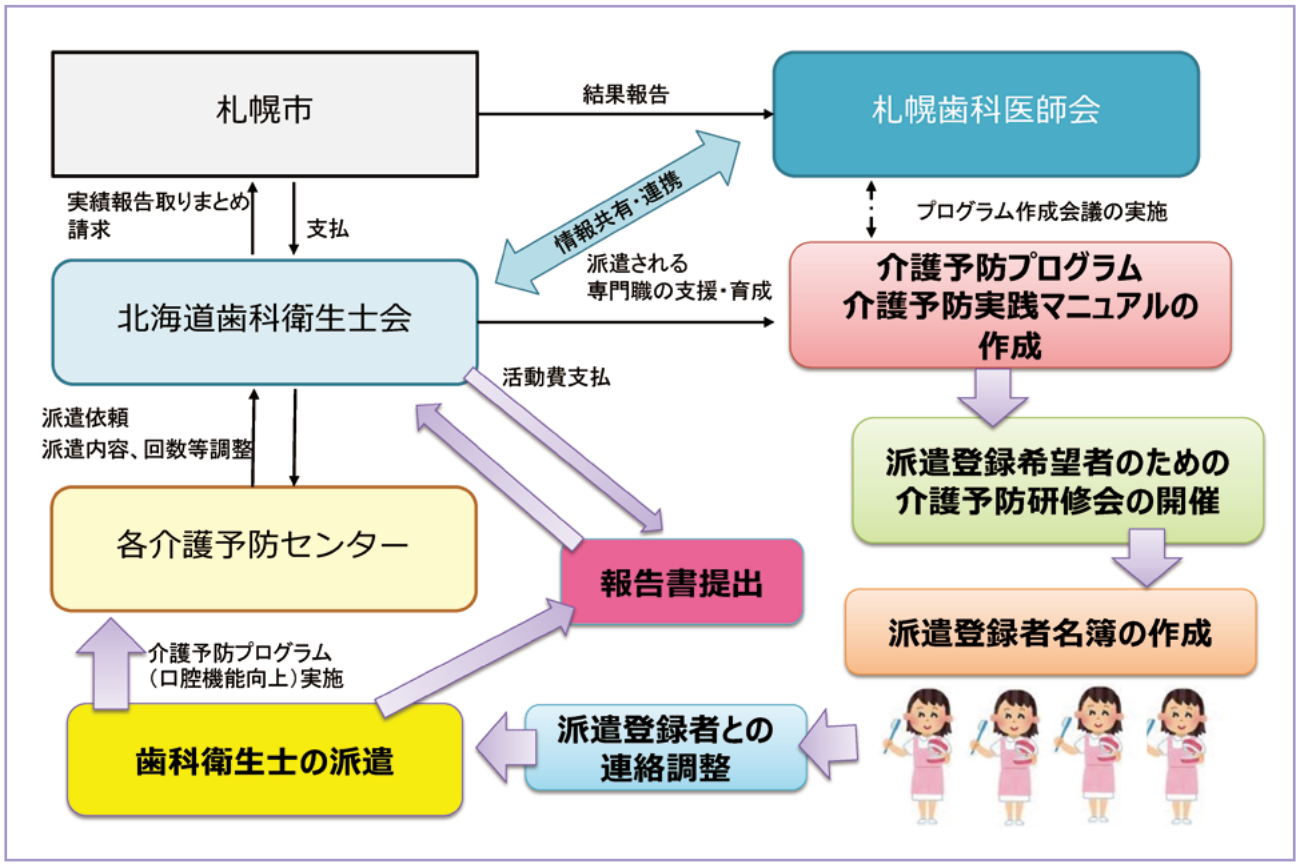


図４―14●歯科衛生士派遣の流れ

科衛生士会との密接な連携体制が構築されている（図４―14）。

５．立ち上げの経緯

札幌市では、高齢者が要介護状態に至るのを予防（介護予防）するためには、社会性の維持と健康管理が必要であることから、地域の介護予防センターを中心として、介護予防に資する住民主体の介護予防活動の充実に取り組んでいる。

住民主体の介護予防活動に対する専門職の派遣は2017年度（平成29年度）にリハビリテーション専門職から開始し、2018年度（平成30年度）より歯科衛生士及び栄養士の派遣が追加されることとなり、口腔の事業については北海道歯科衛生士会に委託されることとなった。

６．連携体制

- リハビリテーション専門職、栄養士
- 全体プログラムとしては、図４―15の通りであり、リハビリテーション専門職による運動の取組を基本として、口腔と栄養の健康講話が追加できる構成となっている。社会参加、運動、口腔、栄養を一体的に進めることで高齢者のフレイル対策を推進するプログラム構成である。

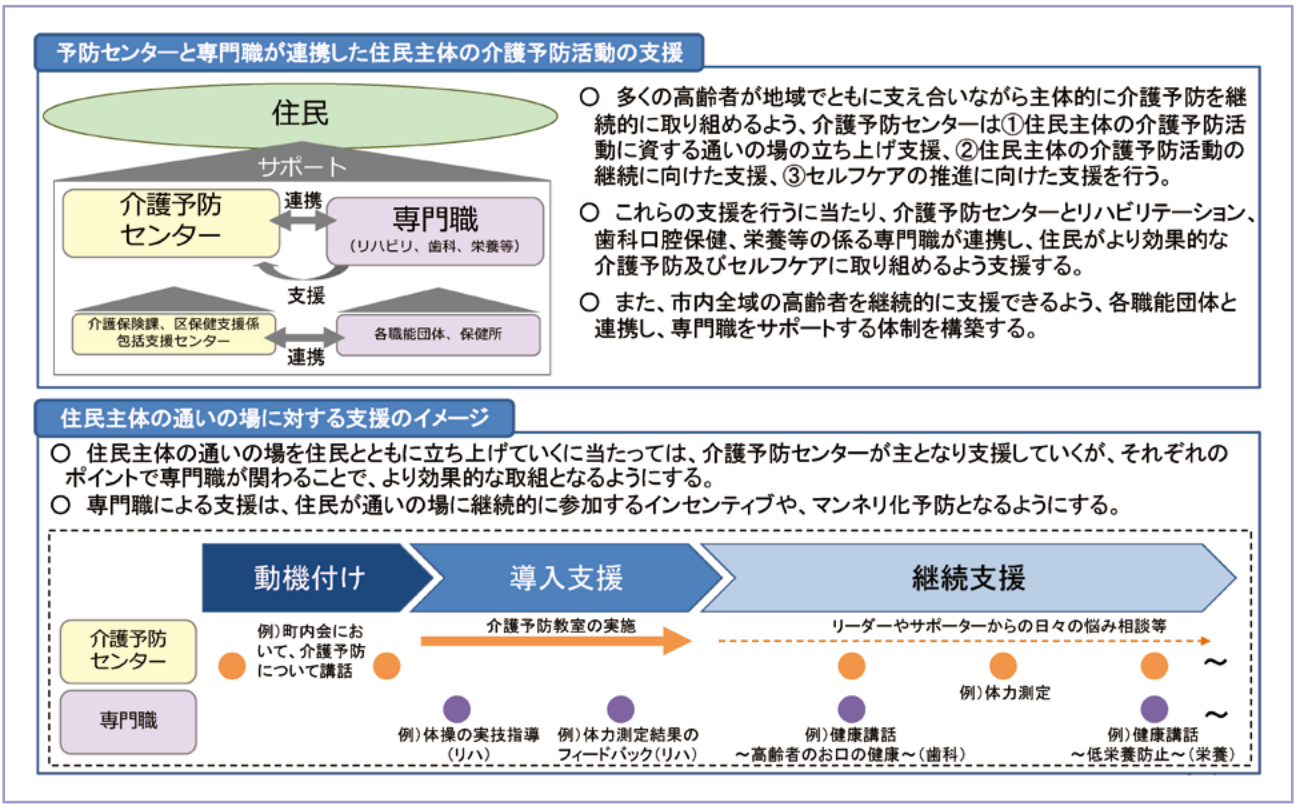


図４―15●札幌市の住民主体の通いの場に対する介護予防活動の専門職支援のイメージ

札幌市作成資料

7．歯科との連携

●札幌歯科医師会

8．事業予算

約460万円（約400回分の派遣経費及び事務経費等）

9．ひとこと

歯科医師会の協力もいただいてはいるが、平日に開催される介護予防教室に派遣する歯科衛生士を確保するのは、容易なことではない。しかし、この事業を通じて地域の高齢者と口腔の大切さを楽しく一緒に考える機会を得た歯科衛生士は回数を重ねるごとに力をつけてきている。３年目となる次年度に向けて、介護予防センターや参加者からのアンケート等を参考に、実施した歯科衛生士と共にプログラムの見直しを行い、運動や栄養との連携などまだまだ改善が必要ではあるが、この事業が全道展開出来るよう、地域に寄り添った歯科衛生士会の役割を果たしていきたいと考えている。

10. 風　景

図４―16●口腔機能を使ったゲームの様子

図４―17●口腔体操の指導の様子

図４―18●派遣歯科衛生士による口腔機能の講話

通い（会食）の場、買い物支援の場を歯科専門職が企画運営する場合

事 例

香川県まんのう町琴南地区

移動手段を失った高齢者の食支援 ～地域ボランティアと医療介護専門職で運営する買い物ツアー～

1．特　色

- 地元大手スーパーと提携し、送迎付き、会食、スーパー買い物ツアーをまんのう町国民健康保険造田歯科診療所が企画。2019年（令和元年）５月より毎月１回、開催。
- 利用者は運転免許の返納など移動手段を失い買い物に不自由している高齢者。ボランティアは地域住民に加え、歯科医師、歯科衛生士、薬剤師、看護師、理学療法士、作業療法士、管理栄養士、介護福祉士など医療介護の専門職。
- 会食の場で口腔の問題に歯科医師や歯科衛生士が相談を受けたり、買い物の食材選びで管理栄養士がアドバイス（糖尿病、高血圧のケースなど）。
- 買い物ツアーへの利用者勧誘は、主に民生委員が担当。住民の信頼を受けているので、利用者が集まりやすい。

2．概　況

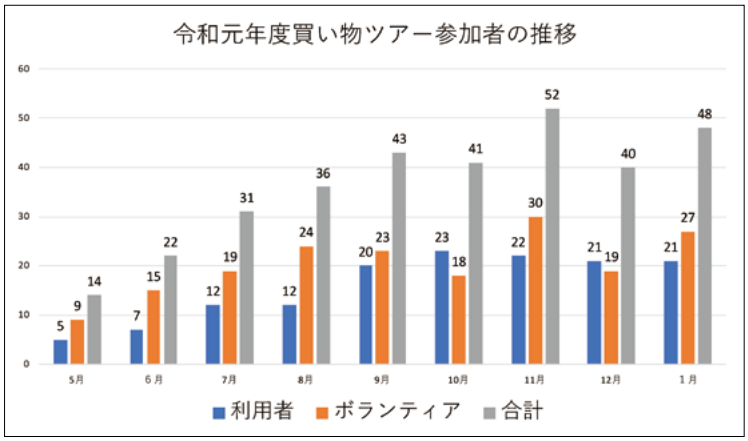
まんのう町の概況（令和２年２月１日現在）

総人口	18,467人 （男性：8,926人、女性：9,541人）
世帯数	7,509世帯
面積	194.45平方km
高齢者人口	6,724人
高齢化率	36.4%
要介護（要支援）の認定者総数	1,387人 （平成30年４月30日現在）

琴南地区の概況（平成31年４月30日現在）

総人口	2,183人
面積	82.79平方km
高齢者人口	1,052人
高齢化率	48.2%

○主な移動手段は自家用車、運転できない者は路線バスやデマンドタクシーを利用
○買い物は町中心部のスーパー（車で20分程度）、移動販売を利用
○医療機関などの生活サービスは極めて少ない



３．実施内容

- 利用者数は20名～25名（2019年（令和元年）５月～2020年（令和２年）１月の実績：延べ143名）。
- ボランティアは民生委員など地域住民と歯科医師、歯科衛生士、薬剤師、看護師、理学療法士、作業療法士、管理栄養士、介護福祉士など医療介護の専門職など約20名（2019年（令和元年）５月～2020年（令和２年）１月の実績：延べ184名）。
- 毎月、歯科診療所で買い物ツアーのチラシを作成し、民生委員が高齢者世帯に配布。申込用紙には身体的な状況、食事で気を付けないといけないことなどのコメントを本人、家族に記入してもらう。
- 当日、ことなみ未来食工房（宅配弁当事業所：後述）のメンバーが車で利用者自宅までお迎えに行き、旧琴南中学校に集まる。歩行困難者などの送迎はリハビリ専門職、介護士などが担当。
- 旧琴南中学校に集合後に、町から無料で借りるバス（運転手付き）でボランティアとともに、大手スーパーに移動し、買い物。買い物中は、ボランティアが一人ひとりの利用者に付き添う。食材選択にアドバイスが必要な利用者は管理栄養士が担当。
- 買物終了後に、中学校に戻り、ことなみ未来食工房（配食弁当）スタッフが作った、昼食をみんなで食べる。
- 口腔の状態が気になる人は歯科医師や歯科衛生士が相談を受ける。
- 時々、スペシャルゲストのシンガーソングライターによるミニコンサートを開催、参加者も一緒に歌う。映像作家が作成した地元の映像を披露するなど、楽しんでもらう。
- 会食後に自宅に車でお送りする。

4．立ち上げの経緯

- 平成28年より、香川県医療介護総合確保基金の助成により、まんのう町琴南地区後期高齢者を対象に「在宅高齢者の食べる楽しみ」に関する悉皆調査を実施（図４―19）。高齢者の低栄養には「口腔機能の低下」と「食べる楽しみの喪失」が、食べる楽しみの喪失には「食材の調達困難」が影響していることが明らかとなった。また、食事が楽しくない理由の1位は「孤食」であり、高齢者の低栄養に対しては社会課題の解決に向けた取り組みが必要であることの認識を地域で共有するようになった。
- 2016年（平成28年）に廃校となった琴南中学校跡地利活用の取り組みとして、住民の主体性を育みつつ、住民同士で支えあえる連絡会「ことなみ未来会議」を設置（図４―20）。
- 2017年（平成29年）に、ことなみ未来会議・高齢者部会が住民ボランティアで運営する配食見守りサービス「ことなみ未来食工房」の運用を開始し、毎日60食の弁当を高齢者世帯に配達。
- へき地には移動販売が来るが「欲しいものがない」、子や嫁が時々買い物をしてきてくれるが、「食材は自分で選びたい」との声が大きく、スーパー買い物ツアーを、ことなみ未来会議高齢者部会（町立歯科診療所のスタッフがメンバー）で企画。

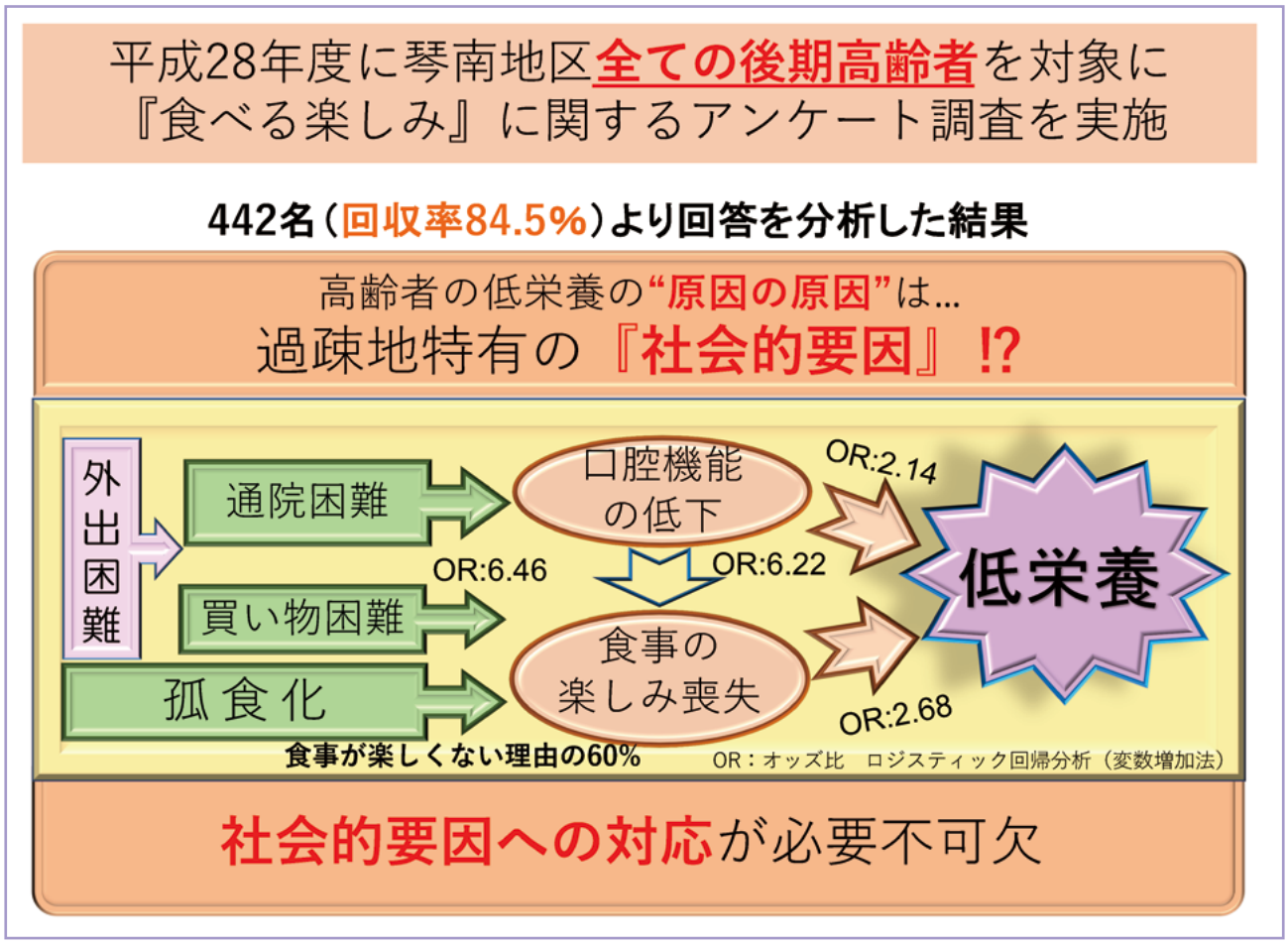


図４―19●過疎地における高齢者の低栄養の原因
～琴南地区後期高齢者を対象とした「食べる楽しみ」調査結果より～

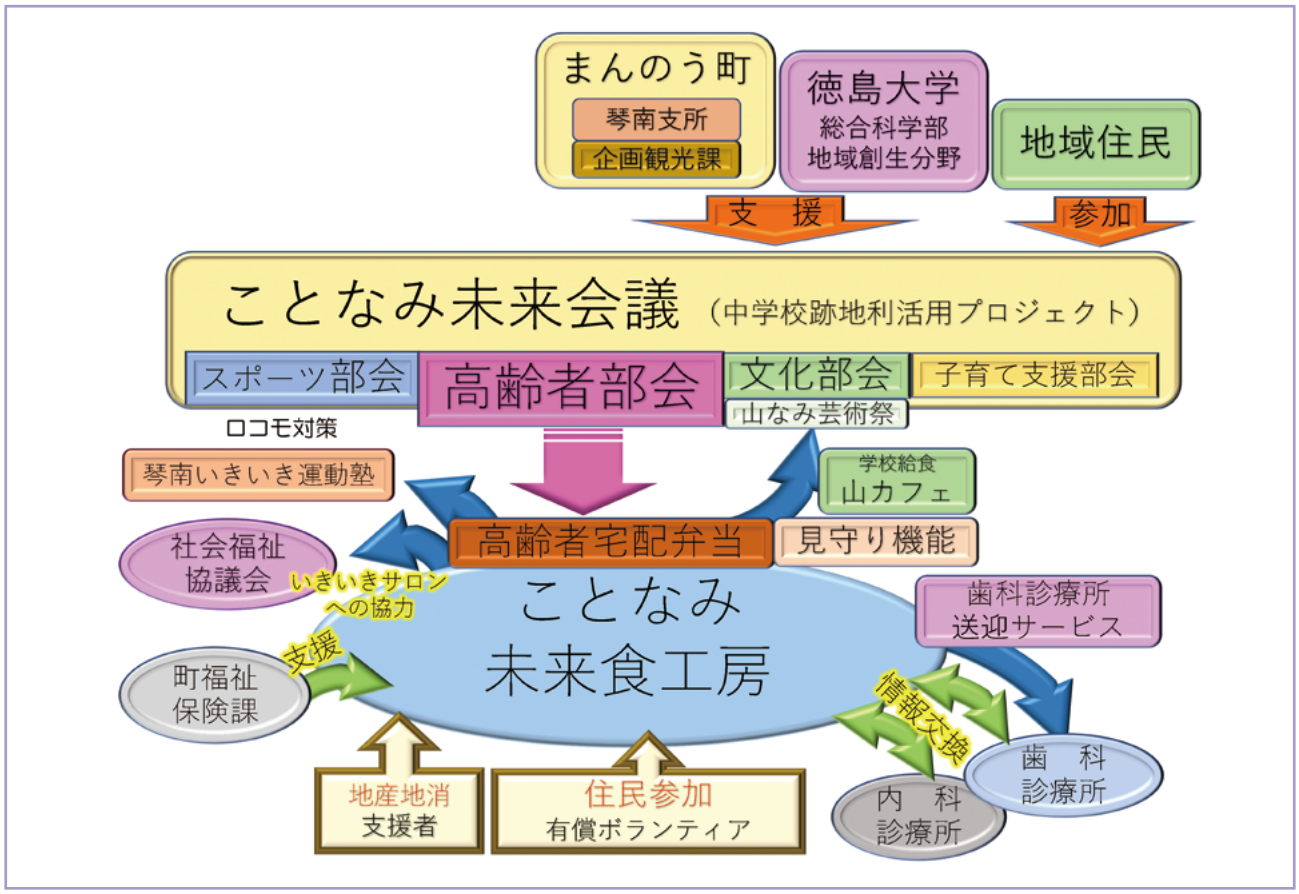


図４―20●「ことなみ未来会議」と配色見守りサービス「ことなみ未来食工房」の活動図

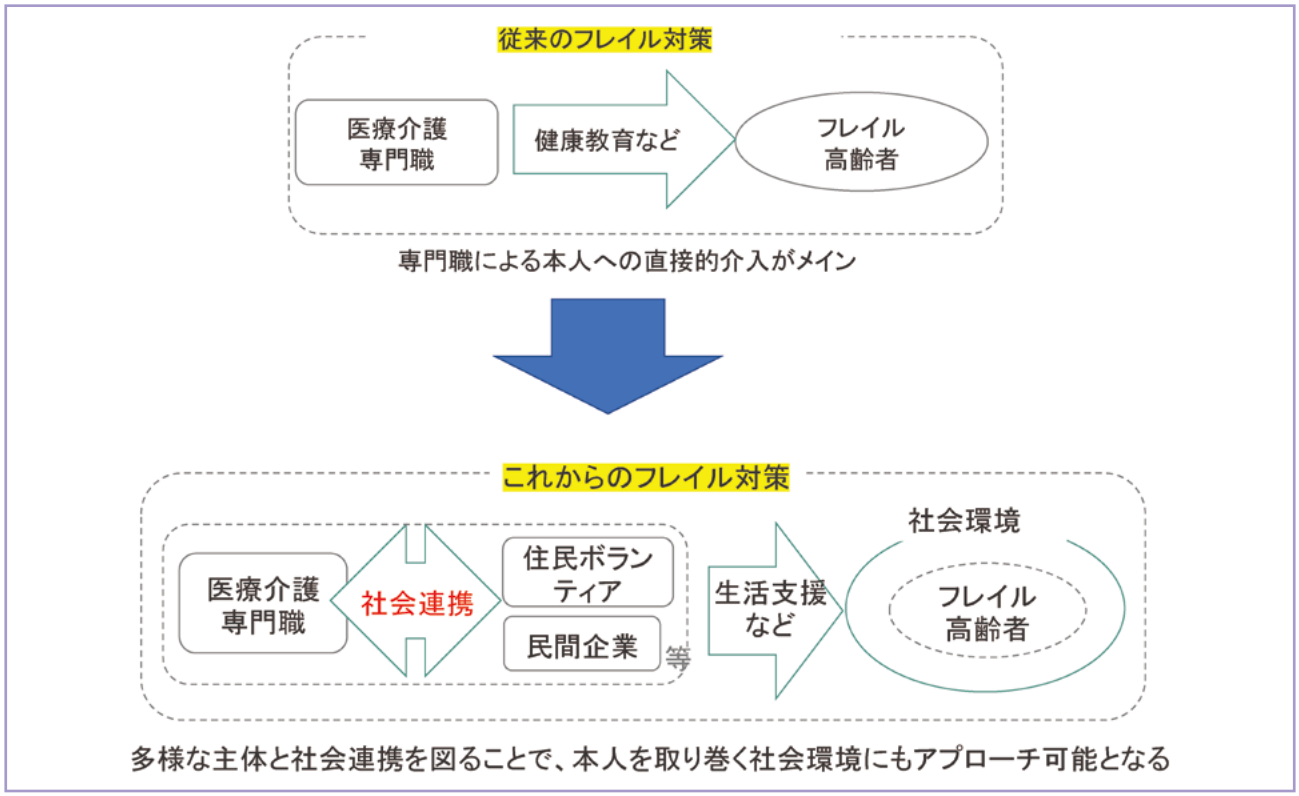


図４―21●多様な主体との社会連携による、新しいフレイル対策

5．連携体制

ことなみ未来会議・高齢者部会（まんのう町国民健康保険造田歯科診療所スタッフもメンバー）が中心となり企画運営。地域の民生委員、町内外の薬剤師、看護師、理学療法士、作業療法士、管理栄養士、介護福祉士など医療介護の専門職と連携。高齢者の低栄養防止コンソーシアム香川が活動支援。まんのう町琴南支所、まんのう町議会議員もボランティアとして参加。

6．歯科との連携

香川県医療介護総合確保基金助成による香川県歯科医師会事業「在宅高齢者の食べる楽しみの支援体制整備事業」の一環としての取り組み。まんのう町国民健康保険造田歯科診療所のスタッフがことなみ未来会議・高齢者部会のメンバーとともに企画運営。

7．事業予算

- 利用者から徴取する食事費：500円/人
- 香川県医療介護総合確保基金助成事業「在宅高齢者の食べる楽しみの支援体制整備事業」予算210万円より、必要分（歯科衛生士の人件費等）

8．ひとこと

本企画は運動（スーパーで歩く）、栄養（美味しい食事を食べる、管理栄養士が食材選びをアドバイス）、口腔（食事、会話、口腔の困りごとの相談）のすべての要素が含まれる介護予防だと思われる。高齢者の低栄養防止のみならず買い物ツアーで数十年ぶりに再会した高齢者がいるなど高齢者の生きがいづくりにも効果がある。ボランティアも高齢者（最高齢は80歳）が多く、利用者のみならず、支援者の介護予防にもなっている。とにかく利用者も支援者も楽しくワクワクする企画が一番。

9．風　景

図４―22●毎月歯科診療所で作成するチラシ
買い物ツアーチラシ７月（左）、10月（右）

図４―23●買い物ツアーでの食事風景「みんなで食べるとおいしいね」

図４―24●ボランティアも含めると約40名でスーパーに

図4―25●シンガーソングライターによるミニコンサート

図4―26●数十年ぶりの再会を喜び合う

図4―27●みんなで食べるとおいしい、食が進む

図4―28●ご夫婦で参加、車いすでも大丈夫