

# 群馬県地域リハビリテーション支援センター

## ニュースレター 33号

2019. 12. 11

### 第18回群馬地域リハ研究会のお知らせ

【日時】 令和2年2月1日(土)13:30 ~ 15:30 (受付開始13:00)

【場所】 群馬県公社総合ビル ホール (前橋市大渡町1-10-7) 【参加費】 無料

【駐車場】 無料 (建物東側の駐車場は、詰め込み駐車となります。陸橋を挟んだ駐車場もございますのでご利用ください。駐車スペースに限りがありますので、公共交通機関をご利用いただくか、乗り合わせでご来場くださいますようお願い申し上げます。詳しくはHP <http://www.grsc.biz/> をご覧ください。)

【単位認定】 日本理学療法士協会:新人教育プログラムC-4 高齢者の理学療法

日本作業療法士協会:基礎研修自由選択1ポイント(予定)

日本言語聴覚士協会:生涯学習プログラムポイント対象

プログラム

【挨拶】 13:30 ~ 13:40

【講演】 13:40 ~ 15:30 「フレイル予防と骨粗鬆症」



日本は人生100年時代といわれ、未曾有の超高齢社会に直面しています。

高齢者の脆弱性骨折に伴う医療費増加に歯止めをかけるためにも骨粗鬆症対策は急務です。大腿骨近位部骨折を起こすとその後の入院・治療・介護費用が5年間で1540万円にのぼるともいわれています。骨粗鬆症治療は医師任せでは進まない現状があり、「骨粗鬆症バミューダトライアングル」からいかに患者を救い出すか長年の課題となっています。日本骨粗鬆症学会は多職種連携による治療介入(骨粗鬆症リエゾンサービス:Osteoporosis Liaison Service:OLS)を提唱しました。それに伴いメディカルスタッフの資格として「骨粗鬆症マネージャー制度」が導入されました。群馬県内の登録者数は2019年4月時点、21名で全国(3061名)と比較してまだまだ少ないのです。群馬県ではその骨粗鬆症マネージャーが中心となり2018年6月、多職種・多施設のメディカルスタッフによる「群馬県骨粗鬆症サポーター協議会」を発足しました。一人でも多くのメディカルスタッフに「骨粗鬆症サポーター」として骨粗鬆症治療に参画していただけるきっかけになればと思っています。本講演では骨粗鬆症予防の根底であるフレイル予防の重要性をはじめとし、当院での骨粗鬆症検査・治療の現状やOLSの取り組みそして群馬県骨粗鬆症サポーター協議会などについても触れる予定です。

群馬県立心臓血管センター 整形外科部長 鈴木 秀喜 先生

【お申込み方法】令和1年12月2日(月)より受付開始、先着300名様

① お名前、職種、所属、ご連絡先FAX番号またはメールアドレスをご記入いただき、お申込み先までFAXを送信ください。または、

② 群馬県地域リハビリテーション支援センターHP

(<http://www.grsc.biz/>) 内の申込フォームより、お申込み下さい。

【お申込み・お問い合わせ先】 群馬地域リハ研究会事務局 TEL&FAX 027-220-8966

### 群馬県地域リハビリテーション支援センター活動報告

群馬県地域リハビリテーション支援センター長 山路雄彦

皆様におかれましては、日頃より、群馬県地域リハビリテーション支援センターの事業にご協力をいただきましてありがとうございます。

群馬県地域リハビリテーション支援センター(以下、当県支援センター)や地域リハビリテーション広域支援センタ

一(以下、広域支援センター)の事業活動の基本となっております群馬県地域リハビリテーション推進指針(以下、推進指針)が、第3版に改訂されて、その運用が始まり1年半以上が経過しました。この新たな推進指針下での、これまでの当県支援センターの活動と今後の活動、さらには今年度から始まった「フレイル予防事業」について報告いたします。

#### 【推進指針改訂後の活動】

推進指針には、地域リハビリテーション推進体制の構築の理念として、「全ての人が、住み慣れた地域で、その人らしくいきいきと生活できるよう、生活が豊かになることを目指すリハビリテーションの視点から、地域住民と保健・医療・福祉・介護等の関係機関をつなぎ、適切な支援が切れ目なく提供できる体制を整備する」ことが挙げられています。この理念実現のために以下の5つの基本方針を設けています。①地域リハビリテーション実施機関に対する支援機能の強化、②多職種による更なる連携の推進、③住民参加の促進、④市町村と広域支援センター等との連携強化、⑤地域リハビリテーションに携わる人材の育成です。そして、当県支援センターの役割も5項目明記されています。推進指針改定後の活動と今後の活動について、この役割の項目毎に報告致します。

##### (1)広域支援センターへの支援

広域支援センターへは、研修会講師紹介、助言、指導、教材開発などの人的・技術的支援を要請やその必要性に応じて適宜行っております。これらに加えて、各市町村で実施する地域リハビリテーション活動支援事業に関する事業の広域支援センターへの橋渡しに注力しております。例としては、リハビリテーション関連団体が、市町村などから受けていた介護予防や地域ケア会議などを広域支援センターへ移行することなどです。

##### (2)広域支援センター相互間の連携・情報共有の促進・(3)リハ従事者の連携促進

リハビリテーション専門職のネットワーク構築が、介護予防推進リーダーや地域ケア会議推進リーダー、それと同等の育成システムでの人材育成が進み、リハ従事者の連携も徐々にとられるようになってきました。地域による状況の違いはありますが、広域支援センター内での連携・情報共有は進んでいると思われまます。しかしながら、広域支援センター相互間での連携・情報共有は、まだこれからという状況です。広域支援センターの関係者の皆様からは、他の広域支援センターの運営方法などについての情報が得たいとの要望を頂いております。このことから、今年度内に、群馬県リハビリテーション協議会とは別に、広域支援センター相互間の情報交換の場を設ける予定でおります。その際には、ご協力頂きますようお願いいたします。

リハ従事者の連携促進とともに研修会によるリハ従事者の研修会等による地域リハビリテーション啓発活動も行っております。昨年度の第17回地域リハ研究会は、フレイルに関する講演と報告、介護福祉士の役割と介護福祉士からみた地域リハビリテーション(介護福祉士会 小池昭雅会長)でした。今年度の第18回地域リハ研究会は、フレイル予防事業にも関係するものとして、既に紹介しております骨粗鬆症の講演を群馬県立心臓血管センターの鈴木秀喜先生にお願いしております。

##### (4)広域支援センター等と連携した介護予防サポーター養成

今まで通り広域支援センター等と連携して、介護予防サポーターの養成を支援してきました。今年度は、介護予防サポーター初級の教材の改定に伴い、フレイル予防事業も展開することとなりました。フレイル予防事業の概要は次頁に記載いたします。

##### (5)地域リハ支援施設の普及・増加への取り組み

広域支援センターと協力して地域リハビリテーション活動を推進する地域リハ支援施設を増やし、地域リハビリテーション実施機関に対する支援機能を強化することになっております。このことは、当県支援センターの活動として、とくに重要なものの一つと捉えて活動しております。具体的な活動としましては、広域支援センターが開催する地域リハ支援施設への説明会などに参加しております。また、広域支援センターの担当者、県関係者とともに施設への説明に同行することもあります。このような関わりから、広域支援センターや施設から様々な要望も伺っております。いただきました要望には、できるだけお応えすべく関係各所に働きかけていきたいと考えております。現在までに県下全ての広域支援センターに向けて、これらの展開ができていないわけではありませんが、今後もこのような形での広域支援センターへの支援は継続して参ります。

この他に、このレターニュースの発行やホームページによる地域リハビリテーション情報発信を行っております。

#### 【群馬県フレイル予防事業について】

事業概要としては、健康寿命の延伸・介護予防の取組を強化するため、高齢者の介護予防の取組に加え、市町

村及び関係団体等と連携し、運動・栄養・口腔・社会参加等に着眼したフレイル予防の取組を推進するものです。

事業内容は、(1)フレイル予防標準テキスト作成、フレイル予防普及啓発講演会、(2)フレイル予防インストラクター養成研修、(3)フレイル予防のための実証事業、(4)広域支援センターによる普及啓発、の大きく4つの事業からなります。

#### (1)フレイル予防標準テキスト作成、フレイル予防普及啓発講演会

〈フレイル予防標準テキスト作成〉

介護予防サポーター初級テキストの改訂版として、フレイル予防の観点からフレイル予防標準テキストを作成しました。2019年3月フレイル予防標準テキスト作成ワーキンググループを立ち上げ、フレイル予防標準テキスト案を作成しました。同年9月に2回、医療関連職の6団体より推薦をいただきました委員の方を含めたフレイル予防標準教材検討委員会でご意見をいただき、フレイル予防標準テキストを作成しました。標準テキストは4章に分かれており、第1章はフレイルの知識、第2章はフレイルの予防、第3章はフレイルの評価、第4章は群馬県の取り組みから構成されています。今後、図表などの形を整えて、介護予防サポーター初級のテキスト同様に広域支援センターに配布や当県支援センターホームページに掲載する予定です。

〈フレイル予防普及啓発講演会〉

2019年7月25日に群馬県と当県支援センター共催で、フレイルの第一人者でおられる東京大学高齢社会総合研究機構(ジェロントロジー:総合老年医学) 教授 飯島勝矢先生をお招きして、「なぜ老いる?ならば上手に老いるには—フレイル予防を通じた健康長寿のまちづくり」と題してフレイル普及啓発講演会を開催いたしました。群馬会館に多くの方々のご出席をいただきました、ここで御礼を申し上げます。講演内容は、人生100年時代を見据えた、地域包括ケア(まちづくり)の基本概念と課題解決型実証研究から得られた知見をご紹介しました。飯島先生が展開されておられる地域での活動は、集いの場への参加高齢者のモチベーションも高く、男性の比率が高いことに感銘を受けました。この理由には、参加しているサポーターの方々にも一定レベルの質を求められていることにあると思われ、我々が簡単に手を出せるものでは無いような感想を持ちました。それでも、飯島先生は、このような活動を始めるのであれば、飯島先生もしくは関係者が指導に来て頂けるようなこともお話し頂きました。

飯島先生の講演とともに、群馬県内での事例紹介として、伊勢崎市長寿社会部地域包括支援センター課長 補佐 宮田昌弘様より、伊勢崎市の介護予防の取り組みについてご紹介頂きました。

#### (2)フレイル予防インストラクター養成研修会

作成したフレイル予防標準テキストを使用して、介護予防サポーター、食生活改善推進員、歯科口腔保健サポーター、フレイル予防推進リーダーなどの地域のリーダーにフレイル予防を普及するフレイル予防インストラクターの研修会を2019年10月15日に群馬県市町村会館にて開催しました。フレイル予防インストラクターは、市町村職員とともに、地域リハ支援施設を含めた広域支援センターのリハ専門職に担って頂く予定となっております。ご協力をお願いいたします。

#### (3)フレイル予防のための実証事業

モデル市町村である前橋市、伊勢崎市、安中市でフレイル予防に関する養成研修会を開催するとともに、フレイルチェックの実施を予定しています。フレイル予防に関する養成研修会では、介護予防サポーター、食生活改善推進員、歯科口腔保健サポーター、フレイル予防推進リーダーを対象に、フレイル予防インストラクターがフレイル予防標準テキストを用いてフレイル予防を普及するものです。こちらの対象者は、名称も含めて市町村の今までの介護予防サポーターの活用状況によって、各々の市町村の運用に委ねる予定です。フレイルチェックは、フレイル予防に関する研修会受講者が「通いの場」等で、高齢者にフレイル予防を普及するものです。

#### (4)広域支援センターによる普及啓発

県民・リハビリ専門職に向けたフレイル予防に関する普及啓発を予定しております。

#### 群馬県地域リハ支援センター事務局便り(2019年4月～2019年12月)

4/16	ニューズレター32号発送
4/24	フレイル予防事業第2回WG会議
6/28	第1回モデル市町村打合せ会議
7/5	平成30年度群馬県地域リハビリテーション事業報告書発送
7/25	令和元年度フレイル予防講演会
7/31	フレイル予防事業第3回WG会議
9/6	第1回フレイル予防サポーター養成標準教材検討委員会
9/26	第2回フレイル予防サポーター養成標準教材検討委員会
10/4	フレイル予防インストラクター養成研修会打合せ会議
10/15	令和元年度フレイル予防インストラクター養成研修会(講師派遣)
12/11	ニューズレター33号発行

## フレイル予防インストラクター養成研修会 報告と感想

老年病研究所附属病院 理学療法士 齋藤徹

今回、私は前橋地域リハビリテーション広域支援センターの一員として、10月15日に開催されたフレイル予防インストラクター研修に参加させていただきました。

最初に、群馬県健康福祉部地域包括ケア推進室より、フレイル予防事業についての説明がありました。説明はこれまでの介護予防の取り組み、フレイル予防事業の背景、今年度以降の事業内容についてのお話でした。

これまでの介護予防の取り組みでは、地域リハビリテーション支援センターや介護予防サポーター制度についての説明がありました。

フレイル予防事業の背景としては、地域包括ケアシステムの構築や介護予防サポーターの養成や活動に差があること、介護予防サポーター養成教材見直しの必要性が挙げられておりました。そこで介護予防に加えてフレイル予防に焦点を当てた教材を作成し、介護予防事業の推進や住民のフレイル予防の意識向上及び通いの場の設置・促進を目的として事業が行われるとのことでした。

今年度のフレイル予防事業については、現在までにフレイル予防推進リーダー養成標準教材の作成やフレイル予防普及啓発講演会・フレイル予防インストラクター養成研修の開催が行われており、今後はモデル市による実証事業が行われるとのこと。実証事業ではフレイル予防推進リーダー養成講座の実施や推進リーダー自身の通いの場等での実践、取り組み前後での評価が実施されるとのこと。これらの事業は次年度以降も継続され、さらに各市町村において様々なフレイル予防に関する事業が行われるものと思われます。

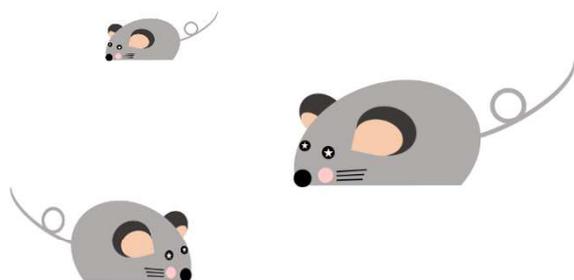
次に、フレイル予防推進リーダー標準教材作成ワーキンググループのメンバーより、フレイル予防推進リーダー養成標準教材についての説明がありました。

教材は現段階で145ページものスライドで構成されており、住民向け・専門職向けにそれぞれ資料を選択して使用できるように作成されています。教材はフレイル予防推進リーダーの養成だけでなく、介護予防サポーターのフォローアップや健康関連サポーターの学習にも使用することを想定されて作成されているとのこと。教材の内容は、フレイルの定義や要因、構成要素(身体、口腔・栄養、精神・心理、社会)などの基本的な内容から、フレイルの予防・評価方法について、さらに群馬県での取り組みについて知ることができるものとなっています。この教材は今後の事業で使用されていく中でブラッシュアップされていくそうです。

今回の研修では参加者の方々が非常に熱心に受講されているのを感じ、皆さんのフレイル予防における関心の高さについて非常に驚きました。私もフレイル予防を通して地域住民の方たちがその人らしく生活できるように支援が行えればと、改めて感じることができました。

また、私は以前よりフレイルについて研修会や文献で学ぶ機会があり、さらに広域支援センターでの介護予防事業や市町村の体力測定会などに参加した経験から、フレイル予防の必要性について強く感じておりました。今後前橋市がモデル市としてフレイル予防事業の実証事業を行うことになり、以前より学んでいた知識や今回の研修にて学んだことをフレイル予防に活用できればと思います。これからも地域住民の方たちの健康のためにもフレイルについて多くのことを学んでいこうと思います。

最後に、今回の研修会を開催して下さった事務局や講師の先生の皆様に感謝申し上げます。



### 編集デスク

山路雄彦

山上徹也

角田祐子

発行

群馬県地域リハビリテーション支援センター

連絡先

群馬県地域リハビリテーション支援センター事務局

群馬大学大学院保健学研究科内

Tel/Fax: 027-220-8966

E-mail: tsunoday@gunma-u.ac.jp