

介護予防事業の推進に関する

調査研究事業

事業の目的

本研究事業では、平成21年度から実施している介護予防実態調査分析支援事業（以下、モデル事業とする）の効果を継続的に検証するためにデータを収集して分析を行うとともに、モデル事業が円滑に支援されるよう、外部有識者の支援も得ながらモデル事業の進捗管理を実施した。さらに、実際の事業実施地域にヒアリング調査を実施して、取り組み状況や問題点や課題、工夫点などを把握し、平成24年度から実施される新しい介護予防事業の枠組みに資することを目的として実施した。

事業の概要

本調査研究事業では、平成21年度から引き続き、介護予防実態調査分析支援事業（モデル事業）の実施支援を行うとともに、モデル事業の効果分析を行った。構築したモデル事業実施枠組み、及びプログラムの内容を評価するとともに、全国のモデル事業実施自治体のうち4地域について取組事例調査を実施して実態を把握した。

今年度のモデル事業実施スキームは、「A：介護予防事業のシステム面を強化したモデル」および「B：より効果が見込まれる介護予防プログラムを実施するモデル」である。A、Bは、さらに「A-1：基本チェックリストの全数配布・回収」、「A-2：介護予防教室の重点的な周知・開催」、「B-1：運動器疾患対策プログラム（膝痛・腰痛対策、転倒・骨折予防対策）の実施」、「B-2：複合プログラム（栄養改善、口腔機能向上に関するプログラムを主とし、従来の運動器の機能向上プログラムを付加）の実施」「B-3：認知機能低下予防プログラムの実施」に区分される。モデル事業実施地域数は、A-1が18地域、A-2が10地域、B-1が12地域、B-2が10地域、B-3が3地域であった。

1) 各モデル事業別の実施状況

A：介護予防事業のシステム面を強化したモデル

A-1は、基本チェックリストを全高齢者に配布し回収する事業であり、基本チェックリストの回収率を上げることで、より多くの特定高齢者候補者の選定や特定高齢者施策の参加率の向上につなげることができるかを検証した。今年度内に特定高齢者候補者の把握まで実施した18地域の状況について、平成21年度の全国値と比較したところ、該当圏域の高齢者数に占める基本チェックリスト配布割合（18地域合計：70.9%、全国値：52.2%）、基本チェックリスト実施者率（回収率）（18地域合計：55.0%、全国値：30.1%）、特定高齢者候補者率（18地域合計：16.5%、全国値：7.1%）と、ともにモデル事業実施地域の値が全国値を上回っており、全数配布の効果が認められた。

A-2は、圏域内の高齢者400人程度に対して、介護予防教室の開催を重点的に周知し、参加率をあげる（5割以上を目標）ことにより、より多くの特定高齢者候補者の選定や特定高齢者施策の参加率の向上につなげることができるかどうかを検証した。介護予防教室の内容は、地域の実情や介護予防事業の課題を踏まえたものとし、運動器の機能向上、口腔機能の向上、認知症などをテーマに開催した地域が多かった。介護予防教室の周知方法としては、手紙を出す、回覧板等で周知する、老人会などで周知する等が多く、参加促進のフォローは、電話や訪問によるものが多かった。その結果、今年度内に特定高齢者候補者の把握まで実施した10地域の状況（介護予防教室参加者に対する各割合）と、平成21年の全国値（該当圏域内の高齢者数に対する各割合）を比較したところ、基本チェックリスト配布割合（10地域合計：96.4%、全国値：52.2%）、基本チェックリスト実施者率（回収率）（10地域合計：90.0%、全国値：30.1%）、特定高齢者候補者率（10地域合計：19.0%、全国値：7.1%）と、モデル事業実施地域の値が全国値を上回っており、モデル事業の効果が認められていた。このことから、介護予防教室に広く参加してもらい、その場で基本チェックリストを実施して特定高齢者候補者を特定することによる効果がうかがえた。

B：より効果が見込まれる介護予防プログラムを実施するモデル

B-1は、膝痛・腰痛対策、転倒・骨折予防対策に着目した運動器疾患対策プログラムを実施し、プログラムの有効性をRCT（無作為化比較試験）で検証した。

まず、圏域内の高齢者に対し、運動器疾患対策プログラムへの参加意向についてのアンケートを実施し、特にハイリスクの高齢者（痛みの症状がある高齢者等）を抽出して参加対象者とした。次に、参加対象者を先行群と待機群に無作為に割り付け、各々事業説明会を行い、先行群に対して3ヶ月間のプログラムを実施して、その前後の身体状況を先行群及び待機群において、第1回評価と第2回評価の差分を作成し、Wilcoxonの順位和検定を実施して群間比較を行った。また、先行群、待機群それぞれの各群におけるプログラム開始前（第1回評価）および開始後（第2回評価）について、Wilcoxonの符号付順位和検定を実施して群内比較も行った。その結果、群間比較においては、体力測定項目（TUG、5m最大歩行）、主観的健康感、JKOM、JLEQ、SF-8、WHO-5、転倒リスク評価について、有意な改善効果が認められた。群内比較においても、その結果、JKOM、JLEQ、転倒リスク評価などの多くの項目において、先行群（介入群）の方が待機群よりも有意に改善している一方、待機群で改善した項目はほとんど認められず、プログラムの実施効果が実証された。

B-2は、栄養改善、口腔機能向上に関するプログラムを主とし、従来の運動器の機能向上プログラムを付加した「複合プログラム」を実施した。栄養改善、口腔機能向上の各プログラムを、運動器の機能向上プログラムと組み合わせて実施することで、各機能及び生活機能の維持・向上が図られたかをRCT（無作為化比較試験）で検証した。

まず、圏域内の高齢者にアンケート調査を実施してハイリスク者（栄養状態または口腔機能の低下がみられる高齢者等）を選定するとともに、別ルートで特定高齢者を集め、プログラムの参加対象者とした。

アンケートから抽出した参加者および別ルートで集めた特定高齢者を、先行群と待機群に無作為に割り付け、各々事業説明会を行い、先行群に対して3ヶ月間のプログラムを実施して、その前後の身体状況を先行群及び待機群において、第1回評価と第2回評価の差分を作成し、Wilcoxonの順位和検定を実施して群間比較を行った。また、先行群、待機群それぞれの各群におけるプログラム開始前（第1回評価）および開始後（第2回評価）について、Wilcoxonの符号付順位和検定を实

施して群内比較も行った。

その結果、群間比較においては、口腔機能項目（発音・嚥下機能（力））、栄養改善項目（達成度）、体力測定項目（開眼片足立ち）、SF-8について、有意な改善効果が認められた。群内比較においても、その結果、高次生活機能得点、口腔機能項目（発音・嚥下機能）、栄養改善項目（行動変容、食事摂取量、達成度）などの多くの項目において、先行群（介入群）の方が待機群よりも有意に改善しており、プログラムの実施効果が実証された。

B-3は、3地域を対象として、認知機能低下予防プログラムを実施したものである。介入プログラムは軽度の体操、ウォーキング、ゲーム要素のある運動など、身体の活動性を増加させる運動を週2回、3カ月の期間で実施した。その結果、高崎、板橋両地区とも、対照群に比し介入群で記憶を中心とする認知機能の維持が確認された。また大府市においても同様に介入群で有意に認知機能の向上や維持が確認され、3地域ともに運動介入の認知機能維持に対する有効性が確認された。

2) 平成23年度事業に向けて

平成22年度は、モデル事業が開始されてから2年目にあたり、前年度から参加している地域においては、概ね順調に事業が進んでいると考えられる。

また、平成22年度は8月に地域支援事業の実施要綱が改正され、生活機能評価が義務付けられなくなった一方、基本チェックリストの全数配布を実施することとなった。この「基本チェックリストの全数配布」については、平成21年度の本研究事業の成果が活用されたものと考えられ、本研究事業でモデル事業の進捗を把握し、その効果を検証していくことは、効果的な介護予防事業の実施に大きく寄与しているものと言える。

平成23年度は、モデル事業の最終年度であるため、3年間を通じた効果検証、職種別従事時間分析、継続的評価分析等について総括を行うことが必要となる。地域支援事業の実施要綱の改正により、「特定高齢者候補者」「特定高齢者」の文言が廃止され、「二次予防事業対象者」となったことから、特にA-1、A-2においては、3年間の総括を行う際に、比較対象（例えば特定高齢者候補者割合と二次予防事業対象者割合を比較するなど）や生活機能評価の実施有無等について留意する必要がある。

さらに、平成23年度においては、平成24年度から始まる新たな介護予防事業についてのマニュアル作成を行う必要がある。本研究事業で取り組んできた3年間のモデル事業効果を総括した成果は、マニュアル作成に十分に活用されることが期待される。

◆本件に関するお問い合わせ先◆

〒100-8141

東京都千代田区永田町2-10-3

株式会社三菱総合研究所 人間・生活研究本部

TEL 03-6705-6024 FAX 03-5157-2143