

平成 28 年度認知症予防プログラム等モデル事業の実施結果について

平成 29 年 4 月から介護予防・日常生活支援総合事業（以下「総合事業」という。）を開始するにあたり、平成 28 年度に事業実施のあり方を検討するため、認知症予防プログラム及び住民主体サービス（訪問型サービス）についてモデル事業を実施したので、以下のとおり、実施結果の概要を報告する。

区では、これら実施結果を踏まえ、総合事業において、介護予防事業全体の充実を図っていく。

1 認知症予防プログラムの実施結果

（1）事業概要

厚生労働省が定める基本チェックリストによる認知症関連項目該当者 51 名の参加申込みにより、コグニサイズ¹を中心とした運動（6 回/1 コース）を鷺宮体育館において 3 コース実施した。

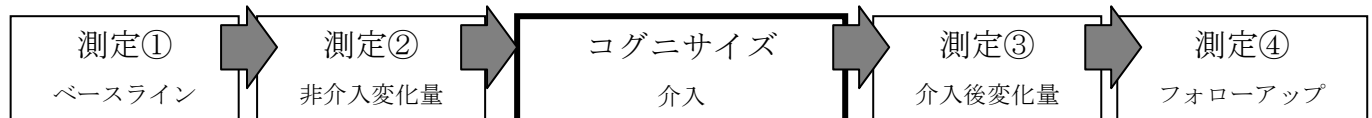
認知症予防プログラムでは、帝京平成大学健康メディカル学部研究班の監修のもと、1 コース 4 回の認知機能、生活機能及び身体機能の測定を実施し、参加者に対する事業効果の検証を行った。

| | 参加申込者 | 参加中断者 |
|----|-------|-------|
| 総数 | 51 | 11 |
| 男性 | 9 | 3 |
| 女性 | 42 | 8 |

（2）分析結果概要

測定は、下図のようにコグニサイズによる介入の前後で実施した。

【認知症予防プログラム】



- ・ 今回の参加者は、基本チェックリストの認知症関連項目該当者であるが、認知症検査（MMSE）²では、ある程度認知機能が維持された者であることが分かった。

¹ 国立長寿医療研究センターが開発した運動と認知課題（計算、しりとりなど）を組み合わせた、認知症予防を目的とした取り組みの総称を表した造語。英語の cognition（認知）と exercise（運動）を組み合わせて cognicise（コグニサイズ）という。

² 認知症の診断用に開発された検査方法。言語性課題と動作性課題から構成され、得点が低いほど認知機能障害を有する可能性がある。

- ・全4回測定完了群（完了者）は、①と④間で、前頭葉機能の優位な向上が認められた。
- ・完了者は、①と③間で基本チェックリスト合計点の優位な改善が認められた。（定期的な認知症予防プログラムへの参加、他者との触れ合い等による行動活性化が考えられる。）
- ・自宅における自主トレーニングの働きかけにより認知症予防プログラム期間中の実施者32名、認知症予防プログラム終了後も継続した者20名。自主トレーニング継続者は、③、④における前頭葉機能数値及び主観的健康観が高値を示し、認知機能の維持に効果が認められた。
- ・全6回のコグニサイズ中、5回以上参加した者の改善効果が顕著に認められた。

（3）課題への対応

- ・参加申込者のうち2割（男性3割）が中断している。今後、平成28年度の参加者に対する追跡調査を実施し、原因究明に取り組む。
- ・軽度認知障害（MCI）³の人を簡便に発見するためのスクリーニング手法を検討する。
- ・認知症予防プログラム終了者への継続支援のあり方を工夫する。

（4）平成29年度の取り組み

総合事業の短期集中予防サービスとして、鷺宮体育館と南部スポーツ・コミュニティプラザの2か所で実施する。また、大学との連携は継続して実施していく。

2 住民主体サービス（訪問型サービス）の実施結果

（1）事業概要

要支援1・2の認定を受けている者、または基本チェックリストによる該当者に、シルバー人材センター会員を派遣し、日常的な家事等の生活援助を行った。

今回の利用者は、ひとり暮らしで運動機能の低下が認められる女性が大半であった。

利用は、1か月につき、4時間を限度とし、1時間につき200円の自己負担とした。

実利用人数は15名（延べ33名）、利用時間数は計100時間だった。

また、シルバー人材センターのモデル事業の従事者は、ほとんどが60歳代半ばから70歳代後半までの女性だった。

（2）分析結果概要

- ・利用時間は、1か月につき4時間を利用している者が多かった。
- ・援助内容は、ほとんどが掃除であり、掃除と買い物、掃除と洗濯の組み合わせもあった。
- ・利用者アンケートでは、「シルバー人材センターの会員は、同年代なので利用しやすい」、従事者アンケートでは、回答者全員が「働くことに生きがいを感じている」と答えて

³ 正常と認知症の中間で、認知機能（記憶、決定、理由づけ、実行など）のうち1つの機能に問題が生じているが、日常生活には支障のない状態を軽度認知障害（MCI）という。

おり、高齢者同士の支えあいの仕組みとなった。

- ・利用ニーズはあったが、対象者の身体機能や認知機能の状況によっては、身体介護を必要とする場合等があり、本サービスの要件に合致しないケースがあった。
- ・モデル事業を通じて、地域包括支援センターによる介護予防ケアマネジメントからサービスの提供に至るまでの事務の流れを確立することができた。

(3) 課題への対応

- ・どのような対象者が住民ボランティアによるサービス提供に適しているか、さらに分析を進め、サービス利用者の定義づけを行うとともに、本サービスに適した人を選ぶためのスクリーニング手法を確立する。
- ・従事者アンケートでは、「要支援者への援助に不安や負担を感じていることは無い」と回答した従事者が多い一方で、「適切な援助の方法等に不安を感じている」と回答した従事者も一部いた。本サービスの従事者を増やすとともに、従事者のスキルアップを図るための取り組みをシルバー人材センターと共に進めていく。

(4) 平成29年度の取り組み

総合事業の住民主体サービスとして実施している。