

## はじめに

現在、急速に超高齢化・人口減少が進んでおり、社会、経済、医療、介護など様々な側面において、その影響が見込まれております。

特に、大阪府では、単身あるいは夫婦のみの高齢世帯の割合が高く、今後、要介護・支援認定者や認知症高齢者も急増する「都市型高齢化」の進展が見込まれており、団塊の世代が75歳以上となる2025年や、介護需要がピークを迎える2040年代に向け、介護保険制度に関して財政面と介護人材確保面の両方で、その持続可能性が大きな課題となっています。

平成29年に改正された介護保険法において、地域包括ケアシステムの深化・推進が大きな柱となっており、その中で各保険者には、「自立支援・重度化防止」の取組が強く求められています。また、平成30年度介護報酬改定においても、こうした取組を進めるための加算(例えば、リハビリテーション専門職と連携した計画作成についての加算等)の新設等が措置されました。

これからの介護予防は、機能回復訓練などの高齢者本人へのアプローチだけではなく、生活環境の調整や、地域の中で生きがい・役割を持って生活できるような居場所と出番づくりなど、高齢者本人を取り巻く環境の調整も含めた、バランスのとれたアプローチが重要です。

また、地域における介護予防の取組を強化するために、リハビリテーション分野をはじめ、多職種連携による地域ケア会議や住民主体の通いの場の拡大等を促進することにより、高齢者の自立を支援し、生きがい・役割を持って生活できる地域の実現を目指すことが求められています。

今般、大阪府では、生活不活発やフレイル状態等にある高齢者の生活行為の改善に向けた取組を推進するため、介護サービス事業所等が短期集中予防サービス(通所サービス C 等)を行うに当たって、より効果的なプログラムが実施されるよう、運動をはじめ、栄養・口腔等の機能のアセスメントの視点や機能向上に向けたプログラム等をまとめたガイドブックを作成しました。

本ガイドブックの作成に当たって、本ガイドブック作成に向けた検討会座長の埼玉県立大学大学院教授 川越雅弘氏や、作業チーム部会長の株式会社ライフリー代表取締役 佐藤孝臣氏をはじめ、委員である医療・介護の職能団体や事業所、介護予防活動普及展開事業モデル市町の皆様に多大な御協力をいただきましたことに、感謝いたしますとともに、本ガイドブックが自立支援に資するサービス提供への一助になれば幸いです。