

「通いの場」を専門職が支援するための 介護予防多職種連携推進事業

～講演スライド・配布資料・講演動画を作成して～

香川県・綾川町国保陶病院長、香川県地域包括ケアシステム学会代表幹事 **大原昌樹**

香川県地域包括ケアシステム学会 **藤井保貴 吉澤潔 岸本裕司 久米川啓**

はじめに

「通いの場」とは、地域の住民同士が気軽に集い、一緒に活動内容を企画し、ふれあいを通して「生きがいづくり」「仲間づくり」の輪を広げる場所であり、地域の介護予防の拠点となる場所でもある。高齢社会を健康長寿で過ごすためにこの通いの場の役割は大きく、全国各地の通いの場において体操や運動をはじめ、料理教室やゲートボールといった趣味活動、耕作放棄地を活用した農業体験、スマホ教室などの生涯学習、子ども食堂と連携した多世代交流など、地域の特色を生かした多様な取り組みが行われている。そういう中で、質の高い介護予防プログラムや相談事業を提供し、通いの場を活性化するため、専門職の役割が求められている。

今回、香川県において専門職の支援を推進するための支援ツールの作成と専門職派遣等の相談窓口を設置したので報告する。

香川県地域包括ケアシステム学会について

香川県地域包括ケアシステム学会は、「地域包括ケアシステム構築に携わる医療、保健、福祉介護、産業界、住民団体を含めた地域包括ケアに関わる関係者の相互理解・情報共有と情報発信および地域への貢献」を目的として、平成31（2019）年1月に設立された。県内の医療・介護関係のほとんどの職能団体、行政（県・17全市町）、大学（香川大学・

香川県立保健医療大学）、四国厚生支局、四国経済産業局および国保直診を含む医療介護機関が参画している。事務局を香川県医師会に置き、理事長は県医師会長、代表幹事を筆者が担っている。

学術集会は年1回開催し、大会長を各団体持ち回りでやっている。第1回（平成31年1月）および第2回（令和元年11月）担当：香川県医師会、第3回（令和3年1月）香川県歯科医師会、第4回（令和3年12月）香川県薬剤師会、第5回（令和4年12月）国立大学法人香川大学、第6回（令和5年12月）香川県看護協会まで、それぞれ開催されてきた。第4回は「リハ薬剤」、第5回は「災害と地域包括ケア」、第6回は「ご当地システムを考えよう」など毎回、各担当団体の特色を生かしたテーマで行われている。

第5回は香川大学学長が大会長で、全学部から参加者があった。各団体が推薦する一般演題は当初10演題程度であったが、最近は30演題以上集まっている。第7回は県社会福祉協議会・県老人福祉施設協議会が合同で担当し、令和6（2024）年12月開催予定である。

これと併行して、広報部会と地域包括ケア部会の2つが部会活動を行っていて、両部会とも医療・福祉・行政等の多職種で構成され、県内の地域包括ケアの充実を目標に実践的な活動を行っている。広報部会はホームページの管理とともに、県内の地域包括ケアに関わる行事・事業を収集し、それを加工し会員向けにメールマガジンを発信している。配信者は現在約350名である。

地域包括ケア部会は今回の事業の主体となる部会である。令和元（2019）年、四国厚生支局と共催で「現場の声を踏まえた在宅医療・介護連携推進フォーラム」を開催した。令和3～4（2021～2022）年度は、香川県から委託を受け、「介護予防多職種連携推進事業」を行った。令和5（2023年）年度は、チームオレンジ結成を支援する際に認知症サポーターが「ステップアップ講座」を受講することが望ましいとされているが、この開催が多くの市町で課題となっていた。これを支援するための講義用資料作成とモデル講座の開催、相談窓口の設置に関する事業を県からの委託事業として行った。令和6（2024）年度からは、認知症予防プログラムの開発とモデル市町での実践を予定している。

通いの場で活用できる支援ツールの作成

「介護予防多職種連携推進事業」ではまず、地域包括ケア部会内に県医師会、歯科医師会・薬剤師会・栄養士会・歯科衛生士会・理学療法士会・作業療法士会・言語聴覚士会・介護福祉士会推薦メンバーによるワーキンググループ（WG）を立ち上げた（リーダー：藤井保貴・香川県理学療法士会副会長）。令和3年度は医療・介護・行政など多職種が集まり、一つの目標に向かって行う取り組みのため、委員間の意思疎通を図るとともに、コロナ禍であったが2市（高松市、丸亀市）の協力でモデル講座を開催した。また、通いの場支援の先進地オンライン視察研修として、山形県「通いの場プログラム集」を作成した県および多職種の方々、大分県杵築市「きつみん体操」の取り組みを市社会福祉協議会担当者から動画を交えた説明を受け、WGメンバーと意見交換した。

令和4年度はさらに10市町においてWGメンバーが講師となり、モデル講座を開催した（写真）。これをもとに専門職支援ツールである以下のものを完成させた。

- ① 講演・講義用スライド（専門職用）：香川県シニア健康アップマニュアル「食事編」「運動編」「睡



写真 WGが講師となってモデル講座を開催

眠編」「入浴編」「排泄編」

- ② 講演・講義用スライド（通いの場リーダー用）：香川県シニア健康アップマニュアル Light 版「食事編」「運動編」「睡眠編」「入浴編」「排泄編」
- ③ 配布資料
- ④ 資料を活用するための講演動画

講演用スライドは、専門職が講演する際に使用するものとそれを簡略化し（Light版）、通いの場のリーダーが使える2つの形式を作成した。それぞれ「食事編」「運動編」「睡眠編」「入浴編」「排泄編」に分かれている。配布資料はA4サイズ1枚に各編のポイントをまとめたもので、専門職や通いの場のリーダーが短時間で説明でき、参加者が持ち帰り自宅でも活用できるものとした。

通常、専門職が通いの場で講演する際、自分の専門分野を中心に講演するため内容が偏りがちになる。この点を考慮し、今回の資料作成では、食事、運動、睡眠、入浴、排泄という分野別とし、それぞれの中に多職種が作成したスライドや資料が入る構成としている。生活習慣ごとに多分野のことがわかり良いことであるが、講演する側にとっては専門分野以外のことが講演しにくいと考えられた。このため、どの専門職が講師になってもスライドや資料が活用できるため、モデル講演動画を作成した。

支援ツールの実際と活用方法

講演用スライドの一部を紹介する（図1～5）。「入浴編」では、最近増加している「ヒートショック」

図1 医師よりのアドバイス：浴室温度の違いによる血圧の変動の比較

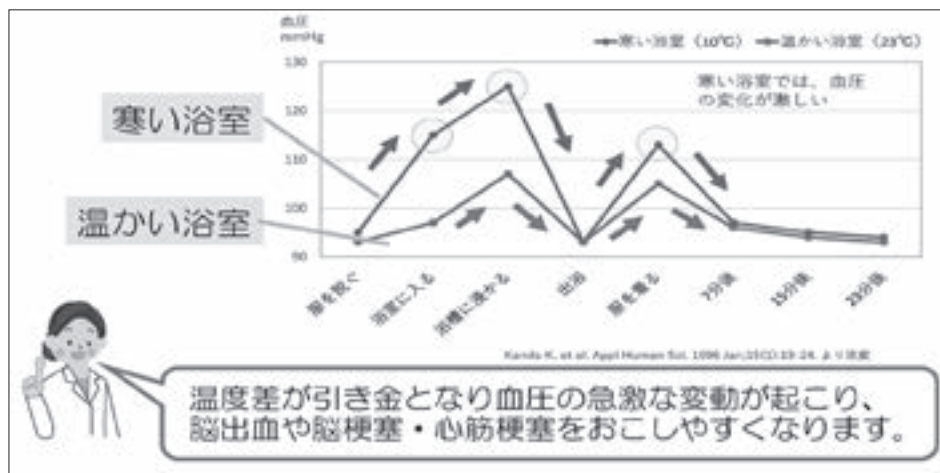


図2 管理栄養士よりのアドバイス：入浴前・入浴後にコップ1杯の水分補給！

入浴で汗が300～500mlも出るので
必ず水分補給しましょう！

- ・入浴前に飲むと、発汗が促されて老廃物が排出されます。
- ・入浴後も失った水分を補給しましょう！

図3 歯科衛生士よりのアドバイス：入浴場面での、あいうべ体操・健口体操

入浴場面での、あいうべ体操・健口体操

入浴中のリラックスタイムには、
あいうべ体操や健口体操をおすすめします！

あいうべ体操は、一日30回。
ペロ回しは、右回り5回左回り5回を3クール。

のことが取り上げられている。医師よりのアドバイスとして、入浴前後の血圧の変動、管理栄養士より入浴前後の水分補給、歯科衛生士より「あいうべ体操・健口体操」、リハビリ職から入浴後のバスタオル体操、薬剤師からは高血圧・低血圧の方の注意点や薬による入浴時の危険性などが示されている（図

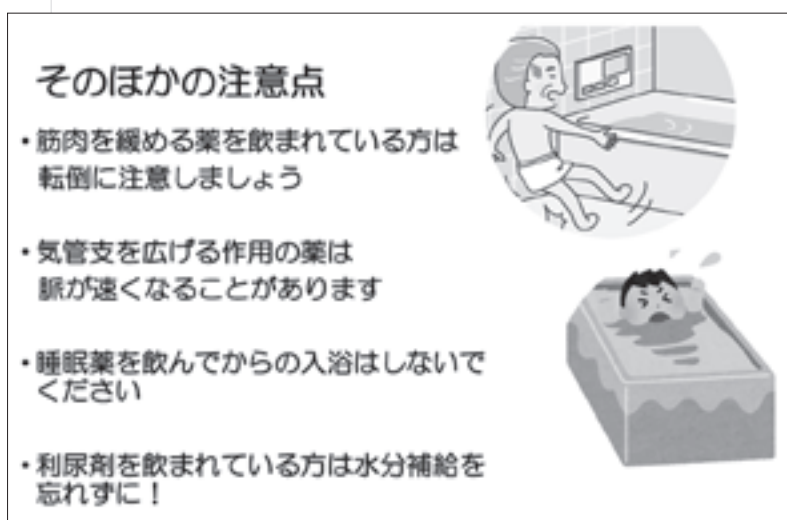
2～6）。

このような構成で、「食事編」「運動編」「睡眠編」「入浴編」「排泄編」が作成されている。Light版は、これを一般の方でも話ができるように簡略化したものの、配布資料はその内容を集約したものとなっている。講演動画は講演用スライドをWGリーダーがモ

図4 リハビリ職よりのアドバイス：入浴後のバスタオル体操



図5 薬剤師よりのアドバイス：そのほかの注意点



デルとして講演したもので、睡眠編は実際の現場での収録となっている。動画は専門職が参考にするとともに、これを実際の通いの場等で放映し活用いただくことも可能である。

これらの成果物は、香川県地域包括ケアシステム学会ホームページに掲載している。「地域包括ケア推進事業」から「通いの場で使える講演資料・動画ダウンロードページ」に入ると、ダウンロードできるようになっている。スライドはPDF ファイルとなっているが、学会ホームページ「お問い合わせ」フォームから連絡いただければ、パワーポイントのファイルも送付可能である。各編だいたい40分程度の講演を想定している。その一部を用いることも

問題ない。ただし、それぞれのスライドの内容を変えることはできない。Light 版、配布資料、講演動画も同じ場所に掲載されているので、希望される方は自由にご活用いただきたい。

専門職派遣相談窓口設置

支援ツールの作成とともに、今回の事業の柱は「多職種連携市町支援チーム」の結成であった。市町が通いの場から専門職派遣要請を受けたが自市町だけでは対応困難な場合に、各職能団体につながる仕組みである。本事業参画団体の協力を得て、通いの場等に講師を派遣する支援チーム、相談窓口担当者を

県下5ブロックに分けて作成し、「香川県地域包括ケアシステム学会多職種連携市町支援チームMAP」としてホームページに掲載した。

支援チームはリハビリ専門職を中心に、薬剤師、管理栄養士、歯科衛生士、社会福祉士で構成されている。設置から約1年で15件の講師派遣があった。この相談窓口は、市町が通いの場を支援する体制構築などで専門職団体の協力が必要な場合にも活用していただくことも想定している。なお、令和5(2023)年度に「チームオレンジ設立支援事業」を行ったが、この相談窓口も本窓口を活用している。

考察

厚生労働省「介護予防・日常生活支援総合事業等（地域支援事業）の実施状況に関する調査」¹⁾において、2019（令和元）年度全国で通いの場の数は12万8,768か所、参加率6.7%であり、2013（平成25）年度と比べると数は約3.0倍、参加率は約2.5倍の伸びを示している。

香川県でも通いの場は増えているが、令和元（2019）年参加率5.1%と全国よりも低く、県は、「第8期香川県高齢者保健福祉計画（令和3～5年度）」において、最終年度の目標を7.0%に設定し、通いの場への支援を行うこととした。しかし、新型コロナウイルス感染の影響があり、令和3（2021）年の調査では4.2%とさらに低下していた。このため、第9期（令和6～8年度）計画の施策の展開を、「地域全体への自立支援等に関する普及啓発を行うとともに、自立支援、介護予防の観点から実施する地域ケア会議、通いの場等において、介護予防に向けた課題の解決や取組みが促進されるよう、関係機関・団体と連携し、各医療専門職の市町への広域派遣調整や市町職員等への研修を実施します」とし、目標を再度7.0%と設定した。

このような背景もあり、学会が委託を受けたわけ

であるが、本事業を通して多職種の連携がより深まるとともに、モデル事業を通して市町が各職種の役割を再認識したり、連携が深まったことの意義は大きいと考えている。

支援ツール作成において苦労した点は、各編に各専門職のアドバイスを数枚のスライドでまとめようとするため、どうしても内容が盛りだくさんになることであった。当初、文字が多いスライドも多かった。このため、その内容を絞り、話したいことは講師に伝えてもらうようにノートに記載することとした。図については著作権に触れる可能性のあるものを抜き出し、差替えや削除を行った。講演動画については、まとめの時期になりその必要性を認識し、急遽作成した。この評価は高く、リハビリ方法を確認するなど活用している講師が多いと聞いている。

なお、専門職を支援するツールとして、厚生労働省「地域がいきいき集まろう通いの場」ホームページの通いの場に関するダウンロード・リンク集や山形県ホームページ「通いの場プログラム集」も合わせて参考にしていただきたい。

まとめ

本事業において、通いの場等を支援する資料・動画を作成するとともに、医療・介護に携わる多職種が専門分野を超えて「通いの場」を支援できる環境を整備した。本事業の成果が実際の通いの場の支援に効果があるように、今後、広報に努力していきたい。国保直診においても、本成果物をご活用いただきたい。

●参考文献

- 1) 厚生労働省老健局老人保健課：「介護予防・日常生活支援総合事業等（地域支援事業）の実施状況に関する調査」。
厚生労働省ホームページ
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000141576_00007.html
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000141576_00010.html