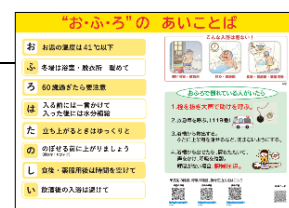


【高齢者の安全対策】 4ー①【転倒・溺死溺水の予防】								
転倒予防・溺死溺水に関する普及・啓発								
課題	客観的課題	・ 高齢者が、けがを負う原因の半数以上は「転倒」であり、その半数は自宅で発生 ・ 骨折は、介護・介助が必要となった原因の上位 ・ 転倒を契機に活動量は減少し、虚弱を加速させる ・ 溺死・溺水は、高齢者の死亡原因の上位						
	主観的課題	・ 転倒予防・溺死溺水対策の普及啓発については、さらなる推進が必要						
目標		転倒予防・溺死溺水対策の周知をさらに促進し、対策を行う高齢者を増やす						
実施者・協働者		NPO 法人、介護サービス提供事業者、久留米市社会福祉協議会、市など						
対象者		高齢者、市民						
実施内容		・ 転倒予防、溺死・溺水対策の周知・啓発						
対策委員会の関わり		・ 啓発物の検討・企画・見直し ・ 転倒予防、溺死・溺水対策の周知・啓発						
2024 年度の実績 (活動実績)		・ 溺死・溺水予防の啓発として、入浴時の注意を呼びかける啓発リーフレットを作成。 高齢者と関連する関係機関を通じて 1,896 部を配付。 ・ 介護予防事業や地域で取り組まれるウォーキング・ラジオ体操等の健康づくりの活動について、身近な地域における活動紹介を行う「久留米市元気 100 年サポートブック」を作成し、1,502 部を配布。 ・ 転倒予防の啓発リーフレット 民生委員・児童委員、地域包括支援センターなど 高齢者と接する機会が多い関係機関を通じ 1,536 部を配布。 ・ フレイル予防のリーフレット 介護予防教室や関係団体等が主催するイベント時に 492 部を配布。 ・ 介護保険住宅改修 要支援、要介護認定の方への保険給付事業として、住宅の手すりや段差解消などの改修などに給付を実施。件数：1,137 件 金額：約 10,152 万円						
(過去 1 年間の改善点)		・ 溺死・溺水予防として、入浴時の注意を呼びかける啓発リーフレットを作成・配布。 ・ 身近な地域の活動を紹介する「久留米市元気 100 年サポートブック」を作成・配布。						
(JISC ヒアリング内容について協議・反映した点)		溺死・溺水予防として、入浴時の注意を呼びかける啓発リーフレットを作成し、高齢者と接する機会が多い関係機関を通じて、配付。						
定量的評価		内容	単位	2020	2021	2022	2023	2024
活動指標	介護保険住宅改修実施件数		件	982	1,048	1,095	1,072	1,137
	転倒予防溺死溺水リーフレットの配付数		枚	1,705	1,140	1,460	380	3,432
短期評価 (意識・知識など)	転倒予防対策の必要性を認識した人の割合 [参加者アンケート調査]		%	89.5	89.6	90.2	90.2	80.6
中期評価 (態度・行動など)	転倒予防対策を行う人の割合（無回答除く） [高齢者実態調査（3 年毎）]		%	-	-	64.5	-	-
	溺死溺水予防対策を行う人の割合（無回答除く） [高齢者実態調査（3 年毎）]		%	-	-	81.5	-	-
長期評価 (外傷発生数など)	「転倒・骨折」によって、介護・介助が必要になった高齢者の割合 [高齢者実態調査（3 年毎）]		%	-	-	23.8	-	-
定性的評価		溺死・溺水予防として、入浴時の注意喚起を図るリーフレットの配布や市窓口の電光掲示、マスコミなどへの情報提供により、啓発を効果的に進めることができた。						
評価結果の活用方針		* アセスメント（外傷等動向調査委員会等による助言や JISC によるヒアリング、定量的・定性的評価などの振り返り）結果をどのように活用するかを記載 溺死・溺水対策の啓発を含め、高齢者を取り巻く課題を分析しながらより効果的な対策を検討していく。						



〔高齢者の安全対策〕4－②【転倒・溺死溺水の予防】

転倒予防のための健康づくり、体力維持、介護予防

課題	客観的課題	・高齢者がけがを負う原因の大半は「転倒」であり、「骨折」につながりやすい ・高齢者の骨折は、介護・介助が必要となった原因の上位である						
	主観的課題	高齢者の多くは「転倒」に不安を感じているが、対策を講じている人は少なく、また継続した取り組みが必要						
目標		地域における転倒予防のための取り組みの活性化						
実施者・協働者		NPO 法人、介護サービス提供事業者、職能団体、地域で健康づくりに取り組む団体、市など						
対象者		・高齢者、市民一般						
実施内容		・年齢と共に低下しがちな体力を維持することを目的に、介護予防プログラムを実践する。 ・地域で行われている様々な健康増進の取り組みに対し、活動助成や周知、広報などを行い、継続的な活動につながるよう支援する。						
対策委員会の関わり		・介護予防プログラムの実践						
2024 年度の実績 (活動実績)		・にこにこステップ運動教室（講師派遣型）（95 回 699 人参加） ・にこにこステップ運動教室の団体参加者等が、より主体的に住民主体の通いの場の運営を行えるように応援講座を実施し、支援を推進（3 回、79 人参加） ・リズムで座ってストレッチ教室（48 回、496 人参加） ・ウォーキング：45 校区でウォーキング大会を実施し、延 7,478 人が参加 市と包括連携協定を締結しているエフコープ生活協同組合と共催で、健康ウォーキングイベント「くるめ健康のびのびウォーク」を11月に開催し、189名が参加 ・ラジオ体操：10 月にラジオ体操講習会及び市民ラジオ体操の集いを開催。 10～11 月をラジオ体操推進月間と位置付け、各校区の協力のもと、校区単位でのラジオ体操実施に取り組んだ。（20 校区実施）  【応援講座の様子】						
(過去 1 年間の改善点)		運動に自信のない高齢者が参加しやすいように、椅子に座って行う運動教室を拡大し、虚弱な状態になるリスクが高い方に対する転倒予防対策につないでいった。						
(JISC ヒアリング内容について協議・反映した点)		SNS を活用した教室等の周知啓発。健康アプリケーションを活用し、本人自身の健康づくりにつながるよう取り組んでいくこととした。						
定量的評価		内容	単位	2020	2021	2022	2023	2024
活動指標	健康ウォーキングの回数、参加者数	回 人	- (※) - (※)	- 2,703	- 6,173	- 7,289	- 7,667	
	「市民ラジオ体操の集い」の回数、参加者数	回 人	- (※) - (※)	- (※) - (※)	1 300	1 300	1 320	
	にこにこステップ&スロージョギング教室の回数 延べ参加者数	回 人	176 2,122	207 1,892	144 1,556	112 1,080	95 699	
短期評価 (意識・知識など)		70 歳以上で健康づくりのために運動をしている方の割合(1 日 30 分以上、週 2 日以上) [市民意識調査]	%	- (※)	52.7	49.9	53.9	55.8
中期評価 (態度・行動など)		高齢者のけがの原因のうち「転倒」の割合[SC 実態調査(3 年毎)]	%	- (※)	49.5	-	-	-
長期評価 (外傷発生数など)		「転倒・骨折」によって、介護・介助が必要になった高齢者の割合 [高齢者実態調査(3 年毎)]	%	-	-	23.8	-	-
定性的評価		住民自身が転倒予防を含む介護予防に継続的に取り組めるよう、健康アプリの活用や教室等を実施した。						
評価結果の活用方針		*アセスメント（外傷等動向調査委員会等による助言や JISC によるヒアリング、定量的・定性的評価などの振り返り）結果をどのように活用するかを記載 健康アプリケーション等を活用し、健康づくり・介護予防の習慣化につながる取組みを推進する。						

活用方針	市民に対する啓発について、より効果的な方法を検討していく
------	------------------------------

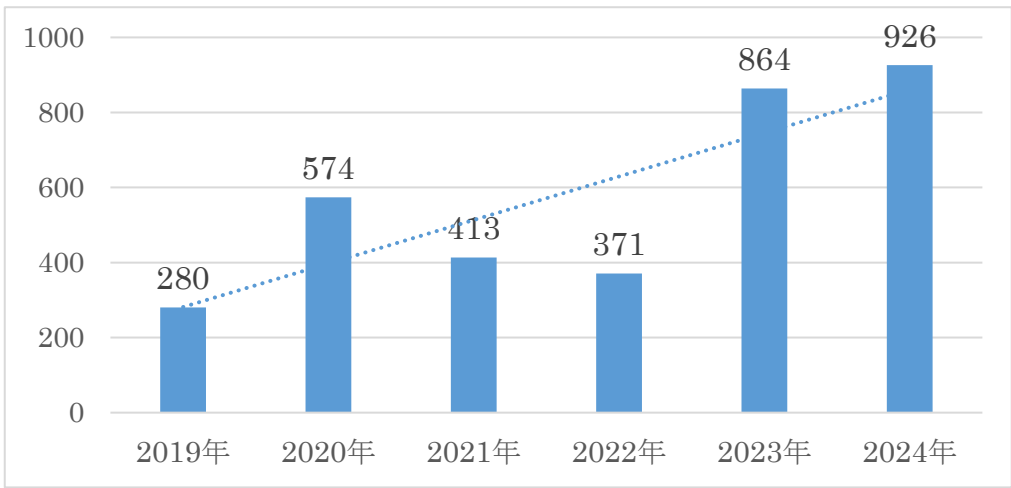
2024年度取り組み実績

高齢者の安全対策委員会

重点取り組み項目	No	具体的施策名
転倒予防	4-①	転倒予防・溺死溺水に関する普及・啓発
	4-②	転倒予防のための健康づくり、体力維持、介護予防
高齢者の虐待防止	4-③	虐待や認知症に関する啓発、高齢者の見守り

ア. 主な成果〈数値で表せるもの〉

市民や介護事業者向け虐待防止研修の参加者数



市民や介護事業者向け虐待防止研修の参加者数は、電子申請の活用等により、2024年度は926名と2019年度の280名と比べ、約3倍以上になった。

介護保険住宅改修

要支援、要介護認定の方への保険給付事業として、住宅の手すり設置や段差解消などの改修などに給付を行い、住宅環境の面から転倒予防を推進した。

件数:1,137 件 金額:約 10,152 万円



イ. 主な成果〈数値で表せないもの〉

転倒予防、溺死・溺水予防に関する普及・啓発

- ・入浴時の注意を呼びかける啓発リーフレットを作成し、高齢者と接する機会が多い関係機関を通じて配付を行った。
- ・介護予防事業や地域で取り組まれるウォーキング・ラジオ体操等の健康づくりの活動について、身近な地域における活動紹介を行うパンフレット「久留米市元気 100 年サポートブック」を作成し周知を行った。

転倒予防のための健康づくり、体力維持、介護予防

- ・運動に自信のない高齢者が参加しやすいように、椅子に座って行う運動教室を拡大し、虚弱な状態になるリスクが高い方に対する転倒予防対策につないでいった。

介護者の負担軽減を図るための支援

- ・家族介護教室のアンケートや介護者同士の意見交換の場において、在宅介護の苦労や率直な思いを聞かせていただくことで、支援が必要と思われる世帯への支援制度・相談先等の情報提供につながった。



ウ. 2024 年度で最もアピールできる事例（成果があった、工夫したなど）

転倒予防、溺死・溺水予防に関する普及・啓発

- ・入浴時の注意を呼びかける啓発リーフレットを作成し、高齢者と接する機会が多い関係機関を通じて配付を行った。
- ・介護予防事業や健康づくりの活動について、庁内外関係課から多様な取り組みを集約し、二次元バーコードで多くの情報をコンパクトに伝えることができるよう工夫した「久留米市元気 100 年サポートブック」を作成し周知を行った。

エ. 2024 年度に新規・拡充・変更した内容

転倒予防、溺死・溺水予防に関する普及・啓発【新規】

- ・入浴時の注意を呼びかける啓発リーフレットを新たに作成し、高齢者と接する機会が多い関係機関を通じて、配付を行った。
- ・高齢者等が日常生活で立ち寄る商業施設でにこにこステップ運動教室やリズムで座ってストレッチ教室を実施し、幅広く周知啓発を実施した。
- ・介護予防事業や地域で取り組まれるウォーキング・ラジオ体操等の健康づくりの活動について、身近な地域における活動紹介を行うパンフレット「久留米市元気 100 年サポートブック」を作成し周知を行った。

転倒予防のための健康づくり、体力維持、介護予防

- ・運動に自信のない高齢者が参加しやすいように、椅子に座って行う運動教室の開催場所を増やし、虚弱な状態になるリスクが高い方に対する転倒予防対策につないでいった。

オ. 2024 年度に関係機関や団体、市民の主体性や協働性を推進するために実施した取組（関係機関との連携強化や市民啓発等を含む）

「市民の自主的な健康づくりの支援」

・介護予防事業や地域で取り組まれるウォーキング・ラジオ体操等の健康づくりの活動について、身近な地域における活動紹介を行うパンフレット「久留米市元気 100 年サポートブック」を作成し周知を行った。

「くるめ見守りネットワーク」の実施

・地域住民や個人宅を訪問する事業者、市などの関係機関が協力して、地域全体で見守り活動を行う「くるめ見守りネットワーク」に取り組み、日常生活における異変を早期に発見し、支援につなげた。

地域ケア会議の実施

・高齢者虐待を含め高齢者が抱える個別課題について、多様な専門職や地域の支援者が多様な視点から検討を行い、課題解決を支援するための地域ケア会議を実施

カ. 分野横断的に行っていること

「くるめ見守りネットワーク」の実施

・地域住民や個人宅を訪問する事業者、市などの関係機関が協力して、地域全体で見守り活動を行う「くるめ見守りネットワーク」に取り組み、日常生活における異変を早期に発見し、支援につなげた。

地域ケア会議の実施

・高齢者虐待を含め高齢者が抱える個別課題について、多様な専門職や地域の支援者が多様な視点から検討を行い、課題解決を支援するための地域ケア会議を実施

キ. 取り組みを進める上での課題

転倒予防、溺死・溺水予防

- （ア）溺死・溺水は高齢者の死亡原因の上位となっており、自宅の浴槽での溺死・溺水予防に関する効果的な啓発が必要
- （イ）自主的に転倒予防を含めた介護予防に身近な場所で取り組める環境をより多くの高齢者につくっていくことが必要
- （ウ）転倒の主な原因は身体面と環境面によるものがあるため、この視点でより一層の啓発を行うことが必要

虐待や認知症に関する啓発、高齢者の見守り

- （エ）虐待や認知症を正しく理解する市民の割合をより高めていく必要がある
- （オ）虐待防止のため、家族を介護されている方の負担軽減となるような支援を引き続き行っていくことが必要

ク. 見直しや改善を検討したい事項

転倒予防、溺死・溺水予防

- （ア）溺死・溺水予防については、これまで公的機関、介護サービス提供事業所等に行ってきた周知啓発に加えて、効果的な新たな啓発先を検討する。
- （イ）身近な場所で転倒予防を含めた介護予防活動ができるよう住民主体の自主グループ活動の推進と、継続した取り組みへの支援
- （ウ）転倒予防の啓発リーフレットを見直す。

虐待や認知症に関する啓発、高齢者の見守り

- （エ）高齢者向けの出前講座等の際に、虐待についての周知も行うことで認知度を高める。
- （オ）家族介護者の意見やニーズを踏まえた家族介護教室の講座内容の見直しを検討する。

2025年度取り組み方針

高齢者の安全対策委員会

	具体的施策	2025 年度取り組み方針
①	転倒予防・溺死溺水に関する普及・啓発	<u>転倒予防・溺死溺水予防の周知啓発をさらに促進し、対策を行う高齢者を増やす</u> ・転倒予防啓発リーフレット及び溺死・溺水予防啓発リーフレット、ポスターを用い、啓発手法(SNS の活用など)を検討し、更なる普及啓発を行う。 ・これまで公的機関、民生委員・児童委員、介護サービス提供事業所等に行ってきた周知啓発に加え、新たな啓発先を検討する。 ・介護保険住宅改修の制度について、必要な方が利用できるよう周知を継続して行う。
②	転倒予防のための健康づくり、体力維持、介護予防	<u>地域における転倒予防のための取り組みの活性化</u> ・年齢と共に低下しがちな体力を維持することを目的に、介護予防に効果のある「にこにこステップ運動」などの介護予防プログラムを実践する。 ・住民主体で介護予防活動を継続できるよう、介護予防の自主活動グループづくりや、通いの場の運営を支援する講座を開催する。 ・地域で行われているラジオ体操やウォーキングなどの様々な健康増進の取り組みに対し、活動助成や周知、広報などを行い、継続的な活動につながるよう支援する。 ・健康アプリケーション等を活用し、健康づくり・介護予防の習慣化につながる取組みを推進する。
③	虐待や認知症に関する講演会・学習会の開催	<u>虐待や認知症について正しく理解する人、事業所の増加、意識向上</u> ・虐待や認知症に対する理解を深めるための機会を提供する(出前講座、講演会)。 ・在宅介護を行う方向けの支援と介護負担を軽減する取り組みを推進する(家族介護教室の開催)。 ・認知症の人とその家族を地域で見守り支援する仕組みづくりを継続的に実施する(認知症サポーター養成)。 ・認知症サポーター養成講座を受講した企業や団体等にオレンジ協力隊として活動してもらうことで、市全体で認知症の方を支える雰囲気づくりを行う(オレンジ協力隊養成講座)。 ・介護サービス提供事業所向けに、虐待防止研修を継続的に実施する。 <u>関係機関等及び地域全体で連携して高齢者を見守り、虐待の未然防止・早期発見・早期対応を行う</u> ・地域ケア会議や見守りネットワークを活用し、地域の多様な社会資源を活用した支援体制を構築し、高齢者虐待の早期発見・対応に努める