

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査について

1 調査の概要について

「介護予防・日常生活圏域ニーズ調査」は「第6期鳥取市介護保険事業計画・高齢者福祉計画」の策定の際の平成25年11月に実施した「日常生活圏域ニーズ調査」にかわるものとして実施したものです。

前回の「日常生活圏域ニーズ調査」と比較したこの調査の変更点は

- (1) 調査対象を要介護認定者以外の高齢者とした（前回は特に限定なし）
- (2) 調査項目の削減
- (3) 国が運営する「地域包括ケア「見える化」システム」への対応により、将来的には他自治体の調査結果との比較や経年的な比較が可能になった（前回は未対応）

といった点が挙げられます。

本市は、要介護認定を受けていない65歳以上の方及び要支援1・2認定者の中から無作為に抽出した5,591名の方を対象に、平成29年2月に調査を実施し、3,946名の方から回答をいただきました（設問数を118問から80問に削減し、調査回収率は60.6%から70.6%へと改善しました。）。

2 調査の目的

高齢者の日常生活実態を把握し、本市における地域を含めた課題整理を行い、今後目指すべき地域包括ケアシステムのあり方とサービス基盤整備の方向性を検討するための基礎資料とするものです。

3 調査の内容

この調査は、国の「地域包括ケア「見える化」システム」に調査結果を登録し将来的に他自治体と比較するために、国が設定した必須33問と、さらに国が設定するオプション項目30問及び市が設定した追加項目17問の合計80問で構成されています。

国の必須項目は「あなたのご家族や生活状況について」「からだを動かすことについて」「食べることについて」「毎日の生活について」「地域での活動について」「たすけあいについて」「健康について」の7つのテーマ、計33問

からなっており、要介護状態になるリスクの発生状況、各種リスクに影響を与える日常生活の状況を把握し、地域の課題を特定することを目的としています。

国のオプション項目30問は、必須項目の7つのテーマについてさらに詳細な設問を行うことで、高齢者の住まい状況や移動手段の実態等より細かな状況把握を目的としています。

市の追加項目17問は、「かかりつけ医の状況」「訪問診療、訪問看護についての利用意向」「人生の最後をどこで迎えたいと思いますか」等在宅医療についての設問項目としています。

4 調査分析状況

現在、調査の集計結果と「地域包括ケア「見える化」システム」に調査結果を登録し、「見える化」されたデータを元に鳥取市における高齢者等の日常生活実態の把握と課題抽出の作業を行っており、「第7期鳥取市介護保険事業計画・高齢者福祉計画」に反映させていきます。

5 「見える化システム」で確認された主な地域の現状

このたびの「介護予防・日常圏域ニーズ調査」で得られたデータを「地域包括ケア「見える化」システム」に登録し、システムの現状分析機能を活用して、地域の現状を確認しました。(次ページに主な5つの現状を掲載しています)

1 「運動器機能」または「転倒」にリスクを抱える高齢者の現状

本市の元気高齢者と要支援認定者のうち36.9%の人が、運動器機能が低下するリスク^{※1}を抱えています。中学校区ごとの比較では、河原が32.5%と一番低く、中ノ郷が42.0%と一番高くなっており、各中学校区ともおおむね40%割前後となっています。

一方で、39.6%の人が転倒しやすいリスク^{※2}を抱えており、中学校区ごとの比較では、用瀬が31.2%と一番低く、国府が44.2%と一番高くなっており、各中学校区ともおおむね40%割前後となっています。

このような運動器の機能が低下している高齢者や、転倒リスクのある高齢者の地域分布も参考にしながら、理学療法士等のリハビリ専門職を地域のサロンなど集いの場に派遣して、介護予防に有効な運動方法の指導を行ったり、本市の介護予防体操「しゃんしゃん体操」の地域への普及促進、あるいは介護予防運動教室「おたっしゃ教室」や民間事業者の運動教室の地域展開により、高齢者が効果的な運動に気軽に取り組める環境づくりを進め、併せて保健師による健康指導や栄養士による食生活改善指導を必要に応じて行うなど、リスク低減に取り組む必要があります。

※1…「15分位続けて歩いていますか」などの運動器機能の低下を測る5つの設問のうち3問以上に該当した人を「運動器機能の低下リスクあり」として判定しています。

※2…「過去1年間に転んだ経験がありますか」との設問で、「何度もある」または「一度ある」のいずれか該当した人を「転倒リスクあり」として判定しています。

2 「閉じこもり」または「うつ病」のリスクを抱える高齢者の現状

本市の元気高齢者と要支援認定者のうち24.0%の人が、閉じこもりリスク^{※3}を抱えています。中学校区ごとの比較では、湖南が20.3%と一番低く、佐治が27.3%と一番高くなっており、各中学校区ともおおむね20%台となっています。

一方で、28.9%の人がうつ病のリスク^{※4}を抱えており、中学校区ごとの比較では、低い方では福部19.2%、湖南20.3%、高い方では中ノ郷35.2%、南33.1%となっており、各中学校区で開きがあります。

このような閉じこもり傾向にある高齢者や、うつ病のリスクのある高齢者の状況を踏まえ、地域のサロンといった集いの場を充実、さらに介護予防運動教室「おたっしや教室」や民間事業者の運動教室の地域展開により、高齢者が気軽に交流できる環境づくりを進め、また必要に応じて保健師等の専門職による個別訪問により、リスク低減に取り組む必要があります。

※3…「週1回以上は外出していますか」との設問で、「ほとんど外出しない」または「週1回」のいずれかに該当した人を「閉じこもりリスクあり」として判定しています。

※4…「この1ヵ月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがありましたか」など、うつ病の危険性を測る2つの設問のいずれか1つでも該当した人を「うつ病のリスクあり」として判定しています。

3 「栄養改善」にリスクを抱える高齢者の現状

本市の元気高齢者と要支援認定者のうち10.0%の人が、栄養改善リスク^{※5}を抱えています。中学校区ごとの比較では、低い方では福部3.8%、河原4.5%となっており、高い方では東17.7%、北13.3%となっており、各中学校で開きがあります。

一方で、19.1%の人が独居^{※6}であり、中学校区ごとの比較では、低い方では福部9.6%、湖南10.9%、高い方では北31.8%、西28.4%となっており、各中学校区で開きがあります。

このような栄養状態の悪化は介護リスクの増加につながり、特に一人暮らし高齢者や高齢者夫婦2人暮らしの世帯は、栄養バランスの欠如が心配されます。保健師や栄養士による健康指導の実施、地域での見守り活動の充実強化、あるいは地域包括支援センターの介護予防教室等の開催により、リスク低減に取り組む必要があります。

※5…BMI（体重（Kg）÷{身長（m）×身長（m）}）<18.5に該当した人を「栄養状態にリスクあり」として判定しています。

※6…「家族構成をお知らせください」との設問で、「一人暮らし」に該当した人を「独居」として判定しています。

4 「IADL」にリスクを抱える高齢者の現状

本市の元気高齢者と要支援認定者のうち21.7%の人が、IADLのリスク^{※7}を抱えています。

IADLとは手段的日常生活動作(instrumental activity of daily living)の略で、買い物、調整、洗濯、電話、薬の管理、財産管理、乗り物等の日常生活上の複雑な動作がどの程度可能かを示す指標です。

中学校区ごとの比較では、低い方では北16.8%、鹿野16.7%、高い方では国府28.3%、気高28.0%となっており、各中学校区で開きがあります。

要介護状態に至らない場合でも、IADLの低下は「生活の質」を大きく左右するため、その維持・向上を図ることが必要です。いつまでも自立して生活し続けることができるよう、介護予防の取り組みの充実などが必要です。

※7…「自分で食品や日用品の買い物をしていますか」などの日常生活動作の低下を測る5つの設問のうち3問以上に該当した人を「IADLの低下リスクあり」として判定しています。

5 「参加者」または「世話役」としての高齢者の参加意向

本市の元気高齢者と要支援認定者のうち55.7%の人が、地域での健康づくりや趣味等のグループ活動に参加している、あるいは参加の希望があるとの回答で、いきいきとした地域づくり活動に「参加者」^{※8}をもっておられ、各中学校区とも同じような傾向です。

一方で、そのような活動の企画・運営者である「世話役」として参加意向^{※9}のある人は34.0%と、本市の元気高齢者と要支援者のおおむね3人に1人となっており、加えて一部の中学校区（福部42.9%、鹿野49.0%）では参加意向のある人の高い地域も見られます。

このような皆様の意向を丁寧にくみ取って、家事などの生活を支えるサービスや、住民同士のつながりを中心としたサロン活動など、高齢者自らが能力を最大限に発揮して、その人らしい暮らしをつくっていく仕組みづくりを進めて

いく必要があります。

※8…「地域住民の有志によって、健康づくりの活動や趣味等のグループ活動を行って、いきいきとした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に参加者として参加してみたいと思いますか」との設問で、「是非参加したい」または「参加してもよい」に該当した人を「地域づくりへの参加意向あり」として判定しています。

※9…「地域住民や有志によって、健康づくり活動や趣味等のグループ活動を行っていて、いきいきとした地域づくりを進めるとしたら、あなたはその活動に企画・運営（お世話役）として参加してみたいと思いますか」との設問で、「是非参加したい」または「参加してもよい」に該当した人を「地域づくりへの参加意向あり」として判定しています。