

厚生労働科学研究費補助金（長寿科学政策研究事業）
総括研究報告書

運動・栄養介入による高齢者の虚弱予防に関する長期的な介護費削減効果の検証と
ガイドライン策定のための研究（H30-長寿-一般-006）

研究代表者 町田修一（順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究所）

【研究の目的】

介護保険法の一部改訂に伴い、平成 27 年 から「介護予防・日常生活支援総合事業」（以下、総合事業）において、市町村が地域の実情に応じて、多様な主体による多様なサービスを充実することで、要支援者等に対する効果的・効率的な支援等を目指すこととなった。この介護予防事業の改訂においては、多様なサービスを提供することを目的として、訪問型サービスにおいては、従来の訪問介護を訪問型サービス A、B、C、D 分け、訪問型サービス C は、体力や ADL の改善に向けた支援を、保健師等による居宅での相談指導により、3～6 か月の短期で行うこととなっている。また、通所型サービスにおいても、A、B、C と区分し、訪問型サービス C は、体力や ADL の改善にむけて、市町村の保健・医療の専門職により、3～6 か月の短期で運動器の機能向上や栄養改善等のプログラムを実施することとなっている。それぞれの介護予防の取り組みは、高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施の動きがある中で、専門職が効果的に通所サービス C、訪問サービス C に取り組み、他の事業と連携する必要がある。また介入内容や各事業の評価についても、十分検討し、有効な PDCA サイクルが回っていく必要がある。

本研究では、（1）市町村での介護予防・生活支援サービスにおいて、特に通所型サービス C および訪問型サービス C の実施状況を把握すること、（2）すでに通所型サービス C や訪問型サービス C を実施している市町村の事例の収集すること、（3）介護予防事業による新規要介護者の減少や介護費抑制の効果を検討、（4）通所型サービス C、訪問型サービス C の実施に際し市町村で活用可能な介護予防のマニュアルを作成することを目的としている。

【研究結果の概要】

昨年度末に実施した訪問型サービス C 及び通所型サービス C の実施状況に関する市町村調査データの入力、データ確認及びデータの解析を行った。その結果、通所型サービス C は約 40%、訪問型サービス C は約 24%の市町村が実施していたが、実施による効果を定期的に把握している市町村は少なかった。また実施できていない理由としては、通所型では受け入れる施設がないこと、訪問型では委託する団体や訪問できる人材の不足がみられた。市町村調査結果をもとに、先駆的あるいは特徴的な実施をしている市町村にヒアリングを始め、対象者の誘い方や実施内容、評価、事業参加後の連携などについて具体的に把握した。また、市町村で実施する際に使用できるようなアセスメント項目や介入方法を提示するために、班員の関連するコホートにおいて、評価や介入内容の検討を始めた。ヒアリング及びコホートにおける検討については、年度末の COVID-19 の広まりにより、途中で中断しているものもある。

【研究の実施経過】

令和元（平成 31）年度は以下を実施した。

（ 1 ）市町村調査結果の入力と解析

全 1,724 市町村に訪問型サービス C 及び通所型サービス C の実施状況に関する調査を昨年度末に配布し、1,049 市町村（回収率 61%）の回答を得た。それらのデータ入力および解析を進めた。その結果、通所型サービス C を実施している市町村は 429 市町村（40.9%）であった。実施前には、健康状態、ADL、社会参加の意欲などを多くの市町村で把握しているが、栄養状態や口腔機能の状態の把握は半数程度であり、また実施後には状況の変化を評価している市町村は少なかった。サービス利用者の状況を定期的に把握している市町村は約半数であった。一方で、終了後に一般型介護予防事業に移行した事例は約 80%みられた。実施していない市町村では、実施していない理由として、受け入れられる施設がないことが約半数の市町村であげられていた。訪問型サービス C を実施している市町村は、246 市町村（23.5%）であった。実施していない理由としては、委託する団体や訪問できる人材がいなかったことが多くみられた。

(2) 市町村のヒアリング

市町村調査結果をもとに、特徴的な事業を行っている、実施例が多いなどの市町村を抽出し、具体的な実施内容や参加者の募集方法、委託先、実施内容などの詳細のヒアリングを行った。数事例実施したところで、COVID-19が広まり始め、市町村へのヒアリングが困難になったため、途中で中断し、次年度に再開予定である。

(3) 運動・栄養のアセスメント方法、介入方法の検討

研究班員の関連するコホートにおいて、運動や栄養のアセスメント及び介入によるそれらの変化を評価し、そのうえで、市町村で実施可能なアセスメント方法や介入方法の例を実施効果や評価基準とともに示すことを目的に検討を行っている。一部、実施しているが、COVID-19の広まりにより一部、中断しているものもあり、次年度、再開する予定である。

【研究により得られた成果の今後の活用・提供】

- ・市町村調査の結果については、資料等として学会誌等での公表を予定している。
- ・各市町村が訪問型サービスC及び通所型サービスCを実施する際に参考にできるように、ヒアリング結果から得た他市町村での実施事例、研究班内で検討した運動や栄養に関するアセスメント法、介入事例などを含む資料を作成し、市町村で活用できるようにする。