

高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施

骨折予防の取組 ～骨折歴のある者への支援～

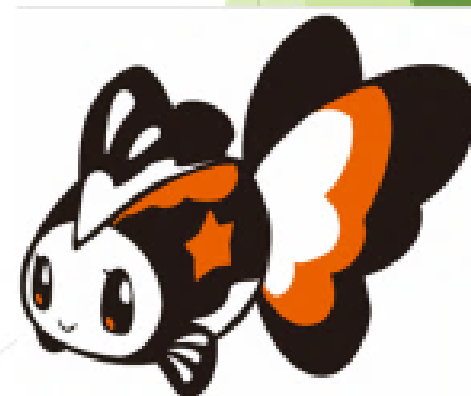
長洲町役場
福祉保健介護課 国保医療係



“長洲町65周年記念キャラクター”

【内容】

- 1.長洲町の概況**
- 2. 高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施
骨折予防の取組 ～骨折歴のある者への支援～**
- 3.課題及び今後の取組**



“ながす羽衣琉金”

1.長洲町の概要

(1) 長洲町の紹介

- 人口15,481人、高齢化率36.6%（令和5年1月末）
- 出生数99人（令和3年度）
- 県の北西部に位置する町（面積：19.44km²）
- 有明フェリーで長崎と熊本をつなぐ県北西部の海の玄関口
- 町の沿岸部には工業地帯が発展し、外国人も多い
- 特産品：金魚、アサリ、海苔、ミニトマト

長洲町



(2) 長洲町における介護保険給付費と認定率の推移

介護給付費は、平成21年度～平成25年度まで年間約6.4%増（約5,000万円～9,000万円増）で推移。
介護予防活動等の増加に伴い認定者（率）が低下していったため、平成27年度以降は、ほぼ横ばいで推移。



(3) 後期高齢者は医療機関受診率が高く、健診受診率は低い。 骨折は、新規要介護認定の原因の上位（令和3年度）

【医療機関・健診受診率】

1. 医療機関受診率

97.3%

(被保険者2,734人中2,600人が医療機関受診)

2. 健診受診率 (健診対象者2,401人)

内科：20.49% (492人受診)

歯科：2.58% (62人受診)



【新規要介護認定となった疾患】

順位	疾患名
1位	認知症
2位	骨折
3位	脳疾患

※令和2年度は、骨折が1位



2.高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施

骨折予防の取組 ～骨折歴のある者への支援～

後期高齢者医療費の骨折にかかる一人当たりの医療費は…
熊本県は、全国で7番目に高い！

長洲町は、熊本県で2番目に高い！（令和元年）

熊本県 市町村別における医療費等の状況

骨折の人口一人当たり 医療費		骨折有病率	
順位	医療費 (円)	順位	有病率 (%)
1位	93,108	1位	14.8
2位 (長洲町)	91,062	2位	12.8
3位	88,787	3位 (長洲町)	12.8
4位	88,114	4位	12.7
5位	83,981	5位	12.6

後期高齢者の入院費・外来費 上位疾患

	入院費	外来費
1位	骨折	高血圧症
2位	パーキンソン病	糖尿病
3位	脳梗塞	関節疾患

長洲町の後期高齢者のうち令和
元年度の骨折にかかった医療費は

2億6千万円！

(総医療費は、29億1千万円)

(令和3年度 くもとコンソーシアム資料より)



後期高齢者医療費の上位と新規要介護となった原因の上位である 骨折予防に取り組む必要がある！（令和元年度実績）

既存の保健事業

- ▶ 骨折は、長洲町の後期高齢者医療費第1位
- ▶ 健診受診勧奨、保健指導
- ▶ 介護予防拠点施設等での健康講話の実施

連携！



**令和2年度から
一体化事業開始！**

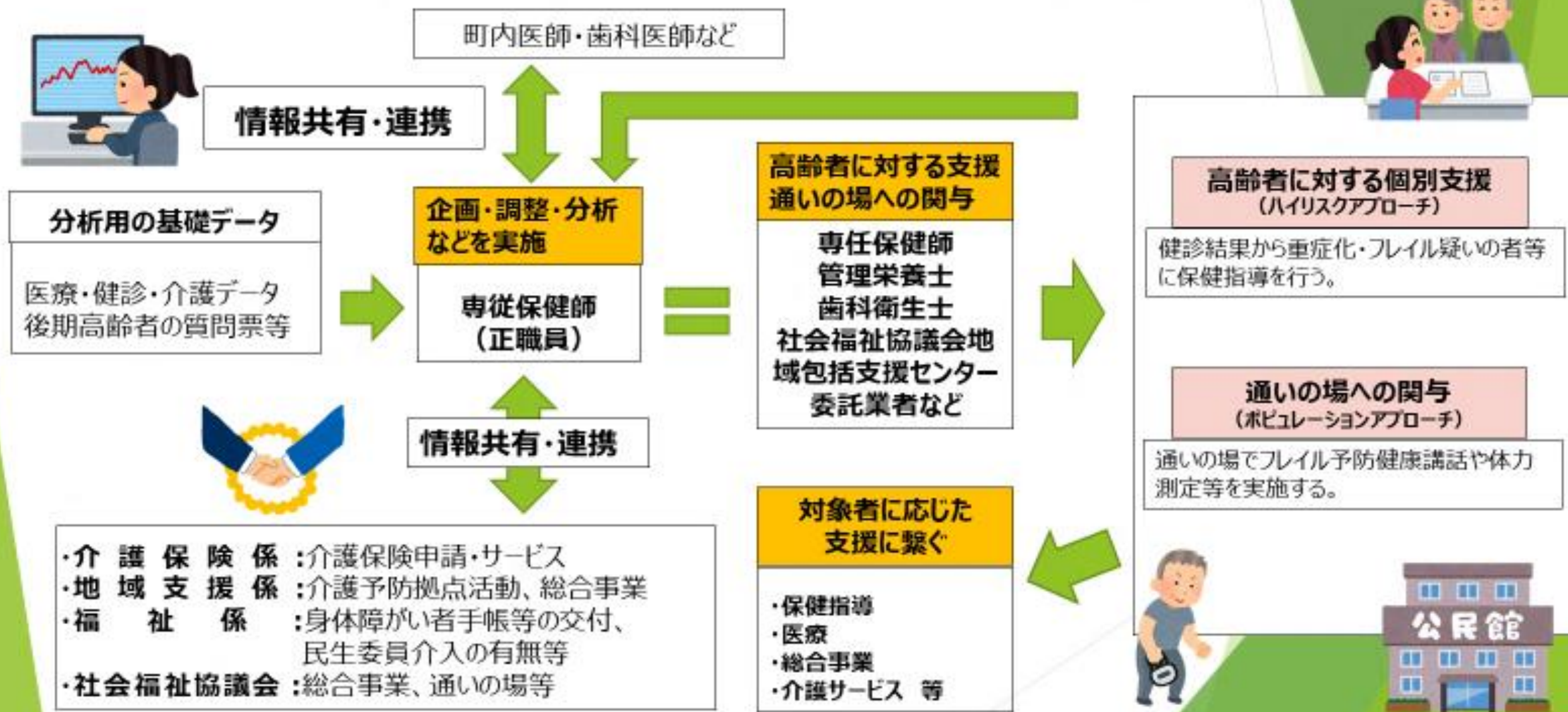
既存の介護予防事業

- ▶ 骨折は、長洲町の新規要介護となった原因の第2位
- ▶ 要介護認定率や認定時の重症化を防ぐため、介護予防拠点施設等で脳トレや、総合事業を実施

骨折順位	令和元年度	令和2年度	令和3年度
後期高齢者医療費	1位	1位	1位
新たに要介護となった原因	2位	1位	2位

高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施の体制（長洲町版）

- 【目標】・高齢者の医療・健診・介護の情報を共有し、町と個人の健康課題を把握する。
・医療や介護等支援が必要な人を把握し、医療や介護サービスに繋げる。



【令和2年度の取組】

1.対象者抽出

- (1) KDB2次加工ツール（E表）より、骨折歴のある者を抽出。
- (2) 対象者は、E表より抽出した475人のうち、以下の項目を全て満たす38人とした。
 - ①町内在住の75～85歳、②要介護認定がない介護給付費未使用者、
③医療レセプトで高血圧、糖尿病、脂質異常症がある者





【令和2年度の取組】

2. 支援の流れ



【専従保健師】

- ① 対象者の情報収集。
 - ② 支援者に訪問を依頼。
- ※ 支援者：専従保健師と管理栄養士、
地域包括支援センター。
- ③ 対象者に訪問の通知を送付。



【支援者】

- ① 訪問にて対象者の健康状態を把握。
- ② 対象者の健康状態に応じた保健指導や総合事業の案内等を実施。
- ③ 対象者への継続支援。



【情報共有】

- ① 訪問終了後は、専従保健師、管理栄養士、地域包括支援センターで情報を共有。
- ② 継続支援が必要な対象者は、再度健康状態の把握や保健指導・総合事業の案内等を実施。



訪問の通知に
「後期高齢者の
質問票」を同封

骨折について詳しく尋ねるため
骨折の部位について質問を追加。
質問票をもとに対象者の健康
状態を把握。

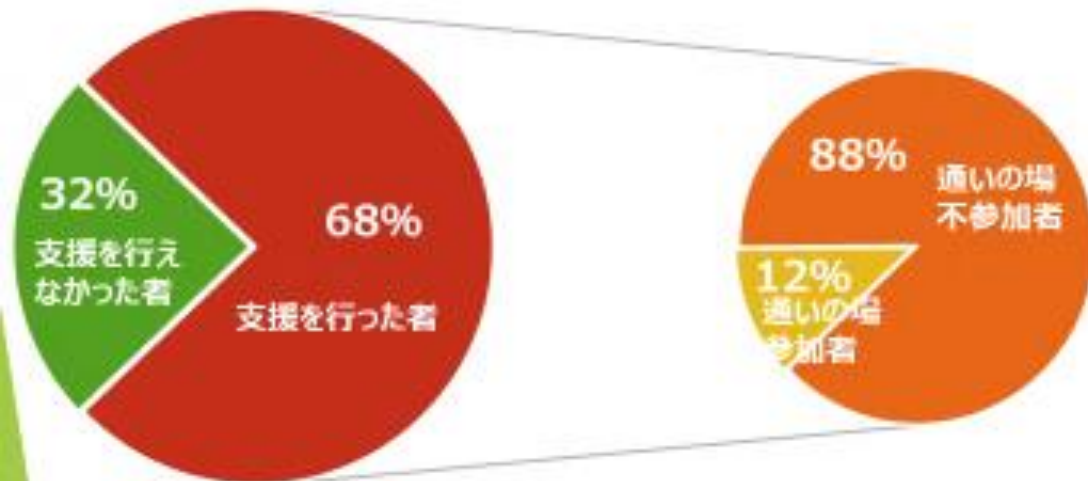
	質問文	回答
8	この1年間に転んだことがありますか	①はい ②いいえ
9	過去1～3年の間に骨折はしましたか	①はい（足・手・腰） ②いいえ



【令和2年度の取組】

【事業結果及び評価】

骨折歴のある者への支援（割合）



骨折歴のある者への
支援の割合

支援を行った者のうち
通いの場参加者割合

- ①対象者の83%は、健診未受診者のため支援前の対象者の健康状態は不明だった。
- ②支援を行った者は68%、支援を行えなかった者は32%だった。
支援を行えなかった者は、入院や介護サービス等を開始しており、支援対象者から外れた。
- ③支援を行った68%のうち、44%はフレイル状態だった。

⇒①～③ 健診受診勧奨や保健指導等の支援が重要

- ④3疾患がある者は重症化しやすい傾向が見られた。

⇒3疾患の有無で重症化しやすいのか、調査が必要。

- ⑤支援を行った者のうち88%の者は、通いの場不参加者で、不参加理由は「多忙」、「人と関わるのが苦手」等だった。

⇒参加者の興味や関心に合わせた案内が必要。

- ⑥事業対象者数に比べて支援を行える専門職に限りがある。

⇒業者に支援を委託できるか検討。

骨折歴のある者の対象者基準及び実施体制（業者に委託する等）の見直しが必要。



【令和3年度の取組】

【令和2年度からの変更点】

1.ハイリスクアプローチ

- (1) 対象者は、令和2年度の基準に加えて3疾患の有無で対象者を分けた。
- (2) 対象者の健康状態の調査については、業者に委託した。

- ①町職員からの支援との重複を避ける為、事前に職員へ対象者の情報共有。
- ②対象者の通知に、支援の流れについて記載した資料を追加。

対象者の興味・関心に合わせて通いの場を案内できるように、アンケートを追加。

- ③業者が支援した結果で保健指導や総合事業等の案内が必要な者には町や地域包括支援センターが再支援を行った。

- ④再支援の際は、熊本県後期高齢者医療広域連合から提供されたツールを活用し、後期高齢者の質問票の回答結果を基に個人票を作成。対象者への再訪問時にフレイル状態の説明時に利用した。



後期高齢者の質問票個人結果		
健康状態	あなたの現在の健康状態はどうか。	あまりよくない
心の健康状態	毎日の生活に満足していますか。	やや満足
栄養	1日3食きちんと食べていますか。 6か月間で2kg以上の体重減少がありましたか。	はい いいえ
口腔	半年前とは比べて歯の痛みがひどくなったことはありませんか。 食事や会話などで悩むことがありますか。	はい いいえ
運動	以前に比べて歩く速度が遅くなったことはありませんか。 この1年間に転んだことがありますか。 ウォーキング等の運動を週1回以上していますか。	はい はい いいえ
通いの場づくり コーディネーター	週に1回以上は参加していますか。 みんなから支援や友人と付き合っていますか。 仲間が欲しいと、身元を頼られる人がいますか。	いいえ はい はい
認知	周りの人から「いつも同じことを聞かされる」と言われていますか。 今日が何月何日かわからない時がありますか。	いいえ はい
【質問票からの結果】		

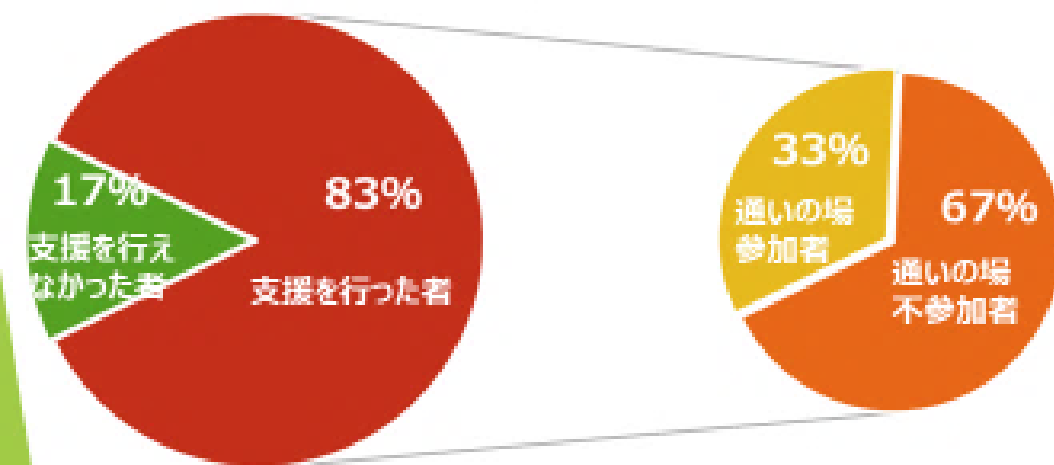
【令和3年度の取組】



1. ハイリスクアプローチ

【事業結果及び評価】

骨折歴のある者への支援（割合）



骨折歴のある者への支援の割合

支援を行った者のうち通いの場参加者割合

- ①対象者の83%は、健診未受診者のため支援前に対象者の健康状態は不明だった。
- ②支援を行った者は83%、支援を行えなかった者は17%だった。
支援を行えなかった者は、「新型コロナウイルス感染症の罹患が心配」、「支援不要」と回答があったため、支援を行えなかった。
- ③支援を行った者のうち、87%はフレイル状態で、栄養指導や総合事業の案内等の再支援が必要だった。
- ④3疾患がある者は、病気のコントロール不良や肥満者が多く転倒していた。
3疾患がない者は、BMIが22以下で、関節疾患がある者や筋力が少なく転倒しやすかった。両者とも生活の不便さを感じていなかった。
- ⑤支援を行った85%のうち67%の者は、通いの場不参加者で、不参加理由は「多忙」、「人と関わるのが苦手」等だった。

⇒対象者は、健診未受診や通いの場不参加のため、自身の健康状態に気づく機会が少なく、支援に繋がりにくい。



対象者が自身の健康状態について気づけるように健診受診の勧奨やツールの活用等を行い、早期介入・予防に繋げる支援を検討する。



【令和3年度の取組】

2.ポピュレーションアプローチ

《高齢者実態調査》

元気あっぷ体操参加者等の体力測定時に、各種測定とアンケート調査、講話を実施。結果を分析し、パンフレットを作成した。

※パンフレットは、令和4年度の体力測定時に配布と説明。

※元気あっぷ体操は、介護予防を目的に介護予防拠点施設等で実施する住民主体（元気あっぷリーダー）の体操である。

【測定項目】

- ・体力測定：握力、片脚立ち、5m歩行、TUG
- ・身体測定：身長、体組成
- ・口腔機能：口腔水分、オーラルディアドコキネシス
- ・アンケート等：後期高齢者の質問票、歯科・食生活・食意識に関する調査

《シニア男性向け健康教室》

高齢男性の仲間づくりや男性の地域デビュー、食の自立等を目的に専門職の健康講話や体操等を週1回全12回の教室を実施。教室終了後は、参加者の健康状態に応じて通いの場や総合事業等に繋いだ。

《プラスあっぷ教室》

総合事業のA型でフレイル予防のため参加者の健康・健診状態に応じて栄養や歯科保健指導を実施。

《その他各団体事業での講話》

食生活改善推進員、婦人会、老人クラブ連合等



健口くんハンディ



口腔水分計
ムーカス

口腔機能検査



体力測定（5m歩行）



フレイル健康講話



【令和3年度の取組】

2.ポピュレーションアプローチ

【評価・実績】長洲町高齢者実態調査結果より

長洲町内25か所、246人(60代2割、70代5割、80代以上割)を対象に実施

(1) 体格がやせ及び肥満の者は、筋肉量の割合が少なく転倒しやすい傾向にあった。

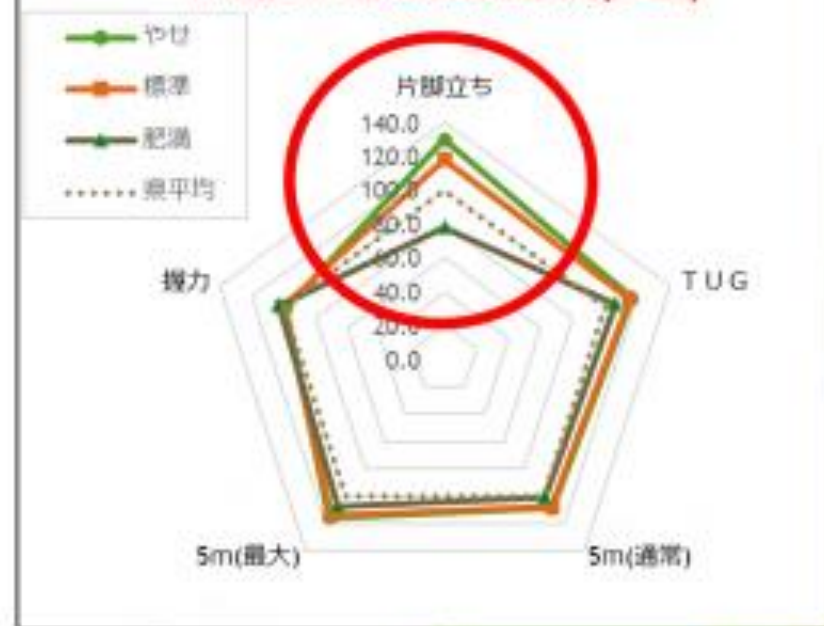
年代別BMI判定割合



体格別筋肉量の割合 (女性)



体格別体力測定結果比較(女性)



※県平均：H28



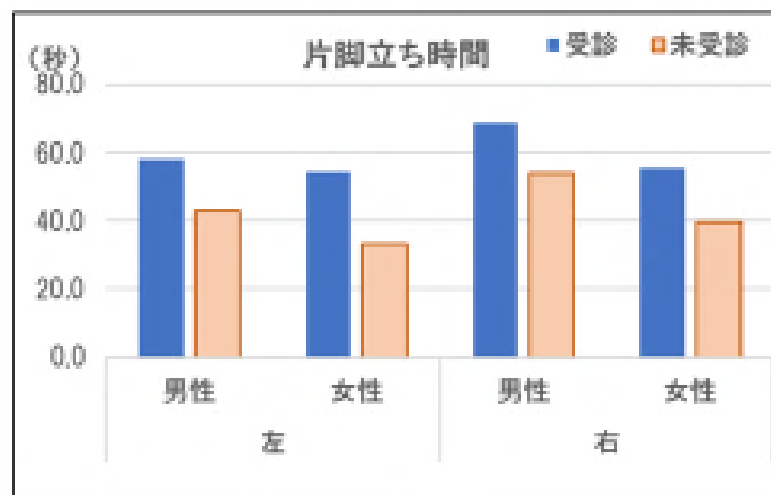
【令和3年度の取組】

2.ポピュレーションアプローチ

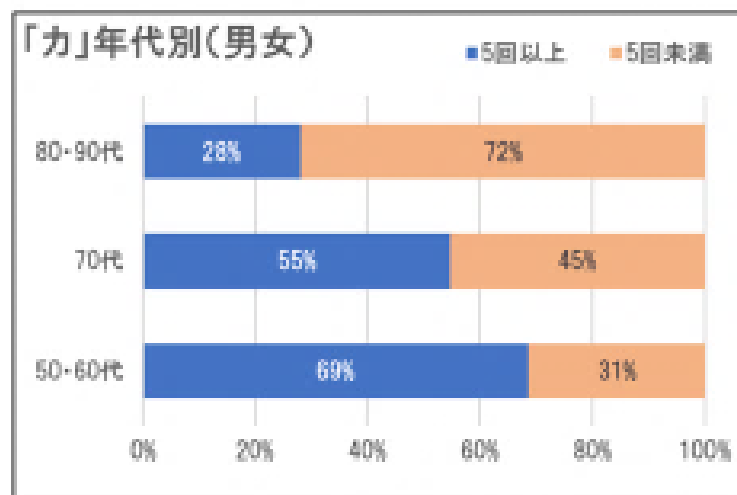
【評価・実績】長洲町高齢者実態調査結果より

- (2) たんぱく質を多く含む食材を毎食食べている者や、歯の定期検診に行っている者のほうが身体のバランスをとれる筋力があり、片脚立ちの測定結果が良かった。
- (3) 口腔機能の検査結果では、年代が上がるにつれ口腔機能の低下がみられた。

歯の定期検査受診の有無と片脚立ち時間



口腔機能検査・オーラルディアドコネシス（年代別）



1秒間に「カ」を5回以上
言えなかった者は、嚥下
力低下が疑われる

歯科の定期検診に行っている者は、しっかり噛める機能が維持できていると考えられる。
食べる機能を維持する事は、バランスの良い食事がとれ、筋力アップにつながる。
⇒そのため、身体のバランスが取れることにより、片脚立ち時間が長くなったと考えられる。



【令和3年度からの変更点】

1.ハイリスクアプローチ

- ## ●健診受診勧奨と受診者の重症化・フレイル予防の実施

健診受診結果から重症化・フレイル該当者を抽出し、町と地域包括支援センター、業者と連携して実施する。

2.ポピュレーションアプローチ

- ## ●げんきアップ体操教室参加者等への健康講話

令和3年度に高齢者実態調査で作成したパンフレットを用いて健康講話を実施する。

- 長洲町 丈夫な身体づくりプロジェクト **NEW!**

長洲町老人クラブ連合会加入者を町が包括連携をしている企業と連携して参加者にフレイル予防の健康講話や体操を実施すると共にサプリメントを配布する。

丈夫な身体づくりプロジェクト
リモートで運動教室を開催



丈夫な身体づくりプロジェクト
参加者に体力測定結果票を
配布予定

長洲町
丈夫な身体づくりプロジェクト
体力測定結果表

44 何國氏の政治的行動を述べたこと
 45 1944年の政治的行動に賛成した事、為政者の職務に
 2 賛成の理由を述べよ。





【令和4年度の取組】

骨密度検診と骨折予防を合わせて周知！
イベント参加者に関心を持ってもらえた！

骨密度検診受診勧奨



転倒予防啓発 くまもとコンソーシアムより提供



広報ながす11月号
転倒者数が増える時期に合わせて町の骨折に
関する現状と転倒予防等について掲載

はじめよう！
骨折予防のための「丈夫な身体づくり！」

高齢者は、栄養や身体のパランスの悪化で転倒・転落から骨折や大けが等に繋がります。骨折によって病院入院や介護が必要となる可能性が高くなります。今までの楽しみや趣味を続けられるように、「骨折しにくい丈夫な身体」や「転びにくい環境」を作りましょう。

◆健康高齢者が特待で医療や介護が必要になったら…
(長洲町の割合)

骨折の1人当たりの医療費 県内2位！
※75歳以上の20人に1人は骨折で入院。

骨折が介護が必要になった割合 2位！
※1位は福岡県です。

骨折が原因で要介護状態になると、毎月介護費用の約5万円がかかります。

◆「丈夫な身体」を維持するには、食事、運動、生活習慣、医師診察が大切です

食事 + 運動 + 生活 + 医師

- ・骨の材料となるカルシウムを多く含む食品を積極的にとりましょう。
- ・1日30分程度の散歩や園外での運動が有効です。転倒予防には、転倒予防体操が有効です。
- ・運動を続けて筋肉や骨密度、骨の健康を維持しましょう。
- ・医師を定期的に受診し、適切な治療を受けましょう。

◆転びにくい環境をつくりましょう！

高齢者の56%が家や施設等で転倒しています。

転倒予防のポイント

- ・照明器具の点検・点滅を止める。
- ・床の滑り止めを貼る。
- ・段差の解消、踏み切りや段差の解消。
- ・浴室・トイレの滑り止めを貼る。
- ・浴室・トイレの滑り止めを貼る。
- ・浴室・トイレの滑り止めを貼る。

◎ 食生活・運動に関すること：高齢者課 0976-31139、すこやか館 0976-7171
転倒予防や介護に関すること：長洲町地域包括支援センター 0976-2114

3.課題及び今後の取組

課題及び今後の取組

1.骨折歴のある者は健診未受診者が多いため、町が対象者の健康状態を把握することが難しい。

- ▶これまでの取組結果や医療費分析等を町民へ周知する。
骨折予防のため、健診の受診勧奨や保健指導に注力する。

2.通いの場や総合事業に繋がりにくい。

- ▶対象者が自身の健康状態に気づけるような機会やツールの活用。
興味や関心を持てるような事業や周知を行う。

課題及び今後の取組

3.事業の実施体制と連携。

- ▶ 町の健康課題に応じた事業の実施と町内関係者（町の団体や医療機関等）と連携する。

4.事業評価と成果の設定。

- ▶ 一体化事業としての総合的な評価、成果を設定する。