

雲南圏域の取組

～健康づくり・介護予防・医療を身近な場で～

1部 健康づくりと介護予防 一体的推進の取組

雲南保健所 地域包括ケア推進スタッフ 中島和子

「医療」 「健康づくり・介護予防」

「介護」 「生活支援」 「住まい」

介護予防に取り組むきっかけ

○きっかけ（高齢者福祉課 全県研修会）

H28.9. 平成28年度介護予防推進研修会（出雲 朱鷺会館）

岡山県津山市 安本PTの講演



リハ職に求められていること

「（やってあげる）からの卒業を！」

「（自立支援）に役立ってほしい！」

「（社会参加）の場に必ずつないでほしい！」

「（生活行為）課題の解決を！」

雲南圏域でも、今日のようなリハ職と行政との連絡会を実施したほうがよい

～研修後半：圏域別意見交換から～

経過

- ・ H29 雲南圏域介護予防多職種連携研修
- ・ H29 飯南町長生き体操見学会
- ・ H31 雲南圏域歯科保健対策連絡会との合同会議
- ・ R元 雲南圏域介護予防推進連絡会



雲南圏域フレイル対策連絡会



飯南町長生き体操

人口減少、独居・夫婦のみの高齢者世帯の増加が大きな課題

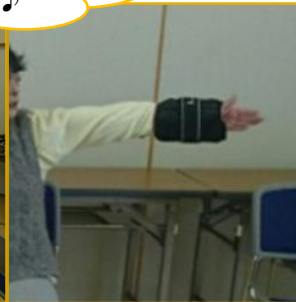
参考：令和元年度
47箇所 約500名の
住民が参加

かよいの場の充実、フレイル予防、地域づくりを目的に平成28年度から
「飯南町長生き体操」を作成、普及展開

♪ゆ～きやこんこ
あられやこんこ♪



前後の準備-整理体操と10分の
休憩を含めて全体で60分間
季節の童謡を歌いながら体操



体力に合わせて重
さを変えられる体
操用錘を使用



どこでも誰でもできるように体
操用パネルを工夫



住民、関係者200名超が参加

H29.7.14 町内研修会
岡山県津山市 安本勝博氏
「介護予防からはじまる
地域づくり」

活動のルール
週に1回以上
3人以上（年齢場所問わず）
希望者は受け入れる

町が錘-パネル-
CDを貸出し
最初の3・4回
は指導

開始時と一定期間
経過後に体力測定
評価

活動1年経過で
血圧計を配布

国・県の動き、位置づけを再確認（R2年度会議にあたって）

○国の動き① ＜H29年度＞

- ・一般介護予防に関し、**都道府県による市町村支援の重要性を明確化**

○国の動き② ＜最近の動き＞

医療保険制度の適正かつ効率的な運営を図るための健康保険法等の一部を改正する法律制定（介護予防と保健事業を一体的に実施する）



保険者機能強化推進交付金の評価指標として**介護予防に関する評価指標**が設定された

「一般介護予防事業等の推進方策に関する検討会」取りまとめ
（令和元年12月13日 厚生労働省資料）より関係部分記載

○県・圏域の動き ＜H30年度～雲南圏域健康長寿しまね推進計画＞

- ・住民主体の**通いの場の充実**
- ・フレイル状態、ロコモにならないよう**運動・栄養・口腔の取組を推進**

各市町・関係団体、がんばってます

R3.2.10.地域包括ケアシステム関係機関
連絡会議（雲南圏域）

	歯・口腔	栄養	運動
雲南市	自立支援型ケア会議、健康教室		
	にこにこ健口教室、H31研修会、オラフレミーティング、歯科衛生士の派遣（アセスメントツール）	低栄養フォロー者の情報提供	うんなん幸運体操(15)
奥出雲町	健康づくり推進協議会、地域ケア会議、健康教室		
	歯と口の相談教室(H30～)		奥出雲いきいき体操(5)
飯南町	自立支援事例検討会、ミニ講座		
	長生き体操の場で健康教室		長生き体操(47)
	歯科保健連絡会、表彰		
	(歯科衛生士会)ニコニコ健口教室に参画 (市立病院) ST訪リハ (歯科医師会) 健診、健康教室	(奥出雲病院) 訪問栄養指導 (リハ学) さばみそば	(リハ学) 地域貢献、短期集中リハ
	(県PT会) 食支援作業部会、出雲市食支援検討会 (県リハ専門職協議会) 口腔栄養研修会		

圏域（保健所）の役割：
各市町の活動を軸に情報交換、国・県の動き含め目線あわせの場面設定？

今年度の取組～コロナ禍の中で～

(～R元年度まで)

介護予防推進連絡会（年3回）とフレイル対策連絡会（年1回）

(R2年度)

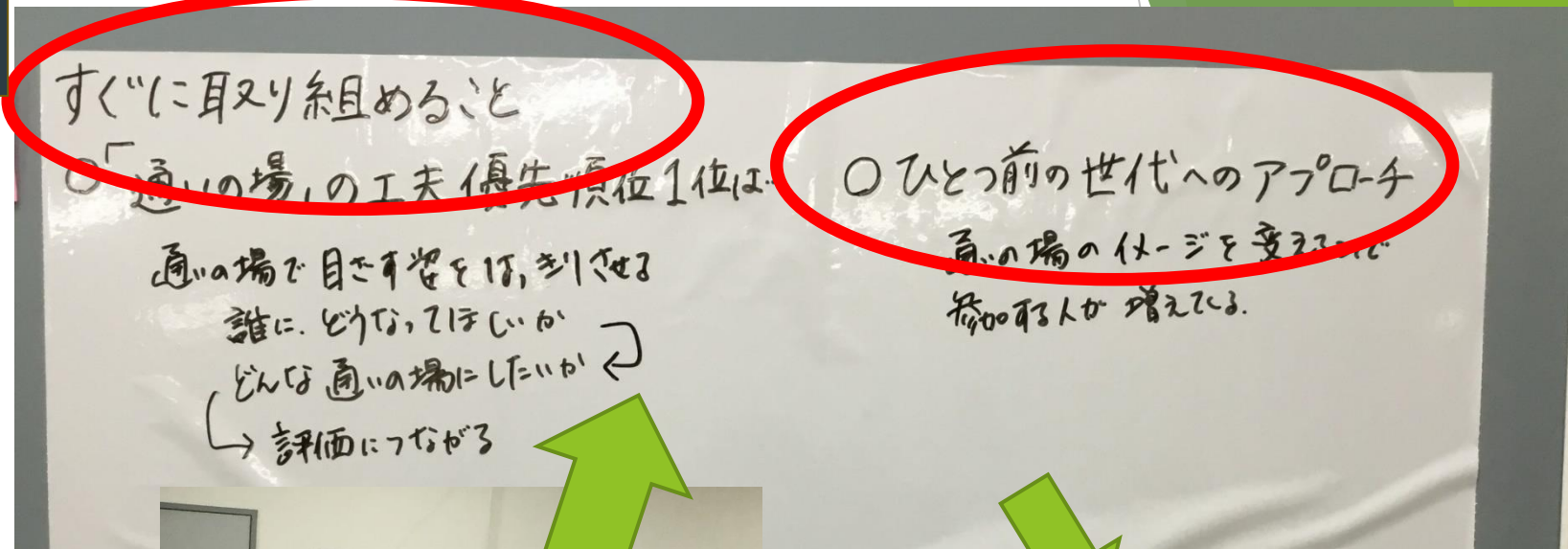
- ・「介護予防検討委員会」として年1回（R3. 1. 6. 開催）＝回数減
- ・大事にしてきた「意見交換」＝感染対策を意識して実施
- ・「健康づくりと介護予防の一体的推進」について情報共有
＝後期高齢者医療広域連合に出席依頼
- ・通いの場を支援する有資格者（医療機関含め）が少ない
＝意思統一が必要
- ・PDCAサイクルを意識する＝事業、ライフステージの視点で

会議のようす①



全体説明

グループ
ワーク



コメント
後期高齢者医療広域連合・県ケア室



グループワークの工夫
・マスク着用
・壁にシート貼る
・人数5人まで など



会議のようす②

グループワークから

★通いの場の内容を運動だけでなく、栄養・社会参加などパックで実施。健康づくりの場面で通いの場について啓発を

★通いの場の目指す姿を明確にすること、1つ前の世代に「通いの場のイメージ」を変えることで参加増

★本日の会の継続。身近な好事例を紹介。口コミで広がる仕組み。色々な機関・職種と顔なじみになること

★世代間交流を意識。子どもへの発信から親世代に情報が

～所内振り返り～

市町の活動の状況がわかる

～電話による聞き取りから～

後期高齢など、（今まで接点が少なかったが）接点を持つことが出来て、今後、つながりやすくなった

国などの方向を理解し、それぞれの活動・役割をふまえ、意見交換でき、今までで一番よかった。来年も開催して欲しい

最近、（コロナ対策のため）グループワークがなかったが、意見交換出来たことが良かったし、とてもうれしかった



保健所が健康増進・医事難病と出席されており、保健所が縦割りではなくチームとしてすすめようとしている事が伝わった

病院でリハを受ける方は、これまでの生活の結果。地域とつなげて考えることが大事

通いの場、多職種で考えることがフレイル対策につながる

「健康長寿のフレイル対策」と「介護予防」をつなげて考えることができた

今後の方向性

キーワード
・ つなげる
・ PDCAサイクル

○継続開催（年に1回は開催）

圏域としての方向性を各市町・リハ職等と確認・つながる

○日常業務・会議での情報をもとに、各市町の取組支援

保健所の日々の業務での情報収集、所内で定期的に共有し支援

会議での検討につなげる

○健康づくりと介護予防をつなげる

「健康長寿しまね」と「通いの場」「介護予防（フレイル対策）」の連動、
地域の活動を後押し＜地域の力、住民の力での展開（成果を確認）＞

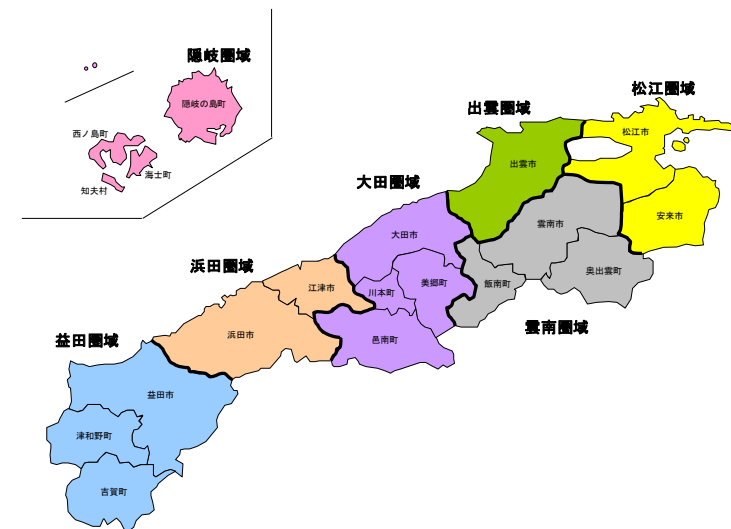
○社会資源と介護予防をつなげる

少ない社会資源の中、医療機関との連携、多職種との連携

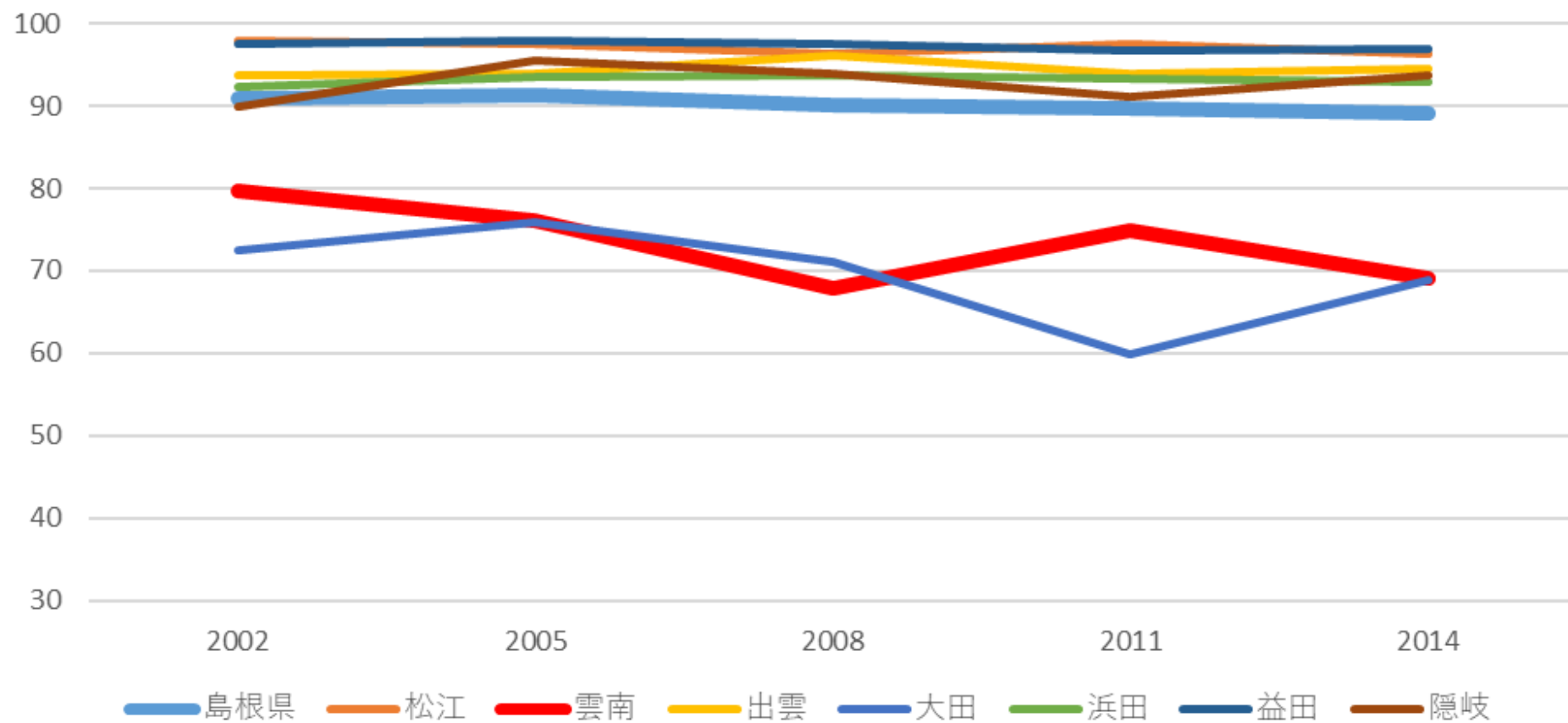
2 部 受療動向の分析から

雲南保健所 医事難病支援課 上野明則

圏域内完結率

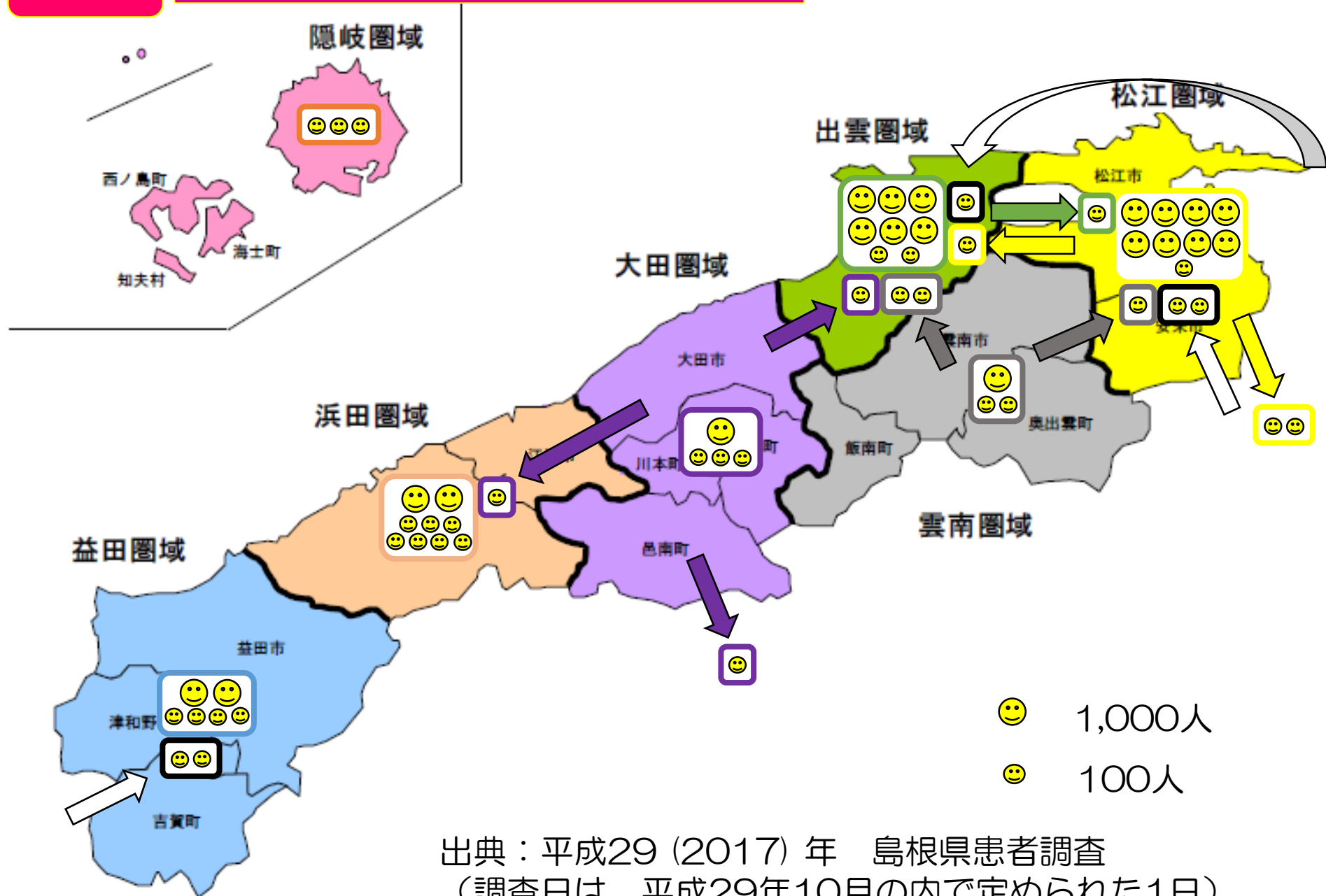


圏域内完結率 (外来、病院、島根県患者調査)

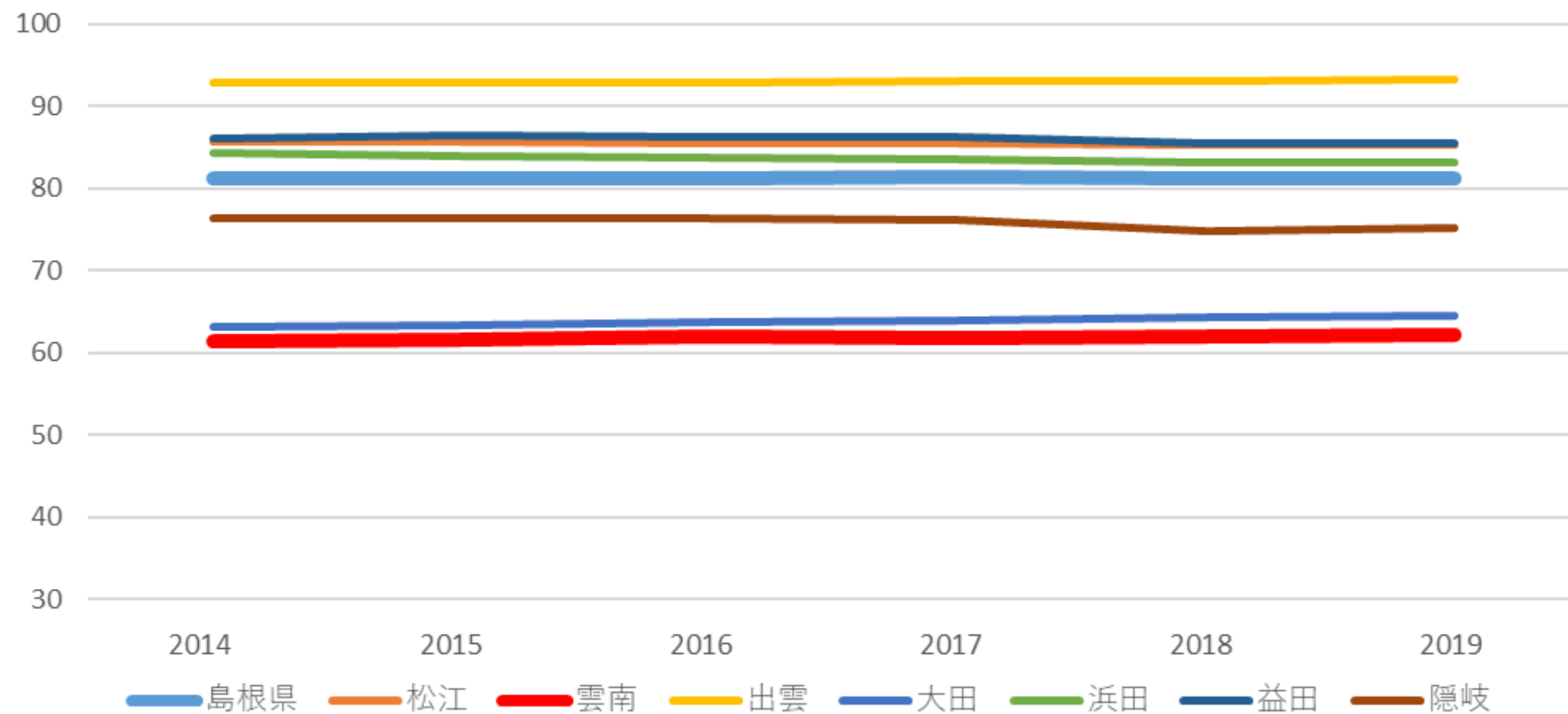


外来

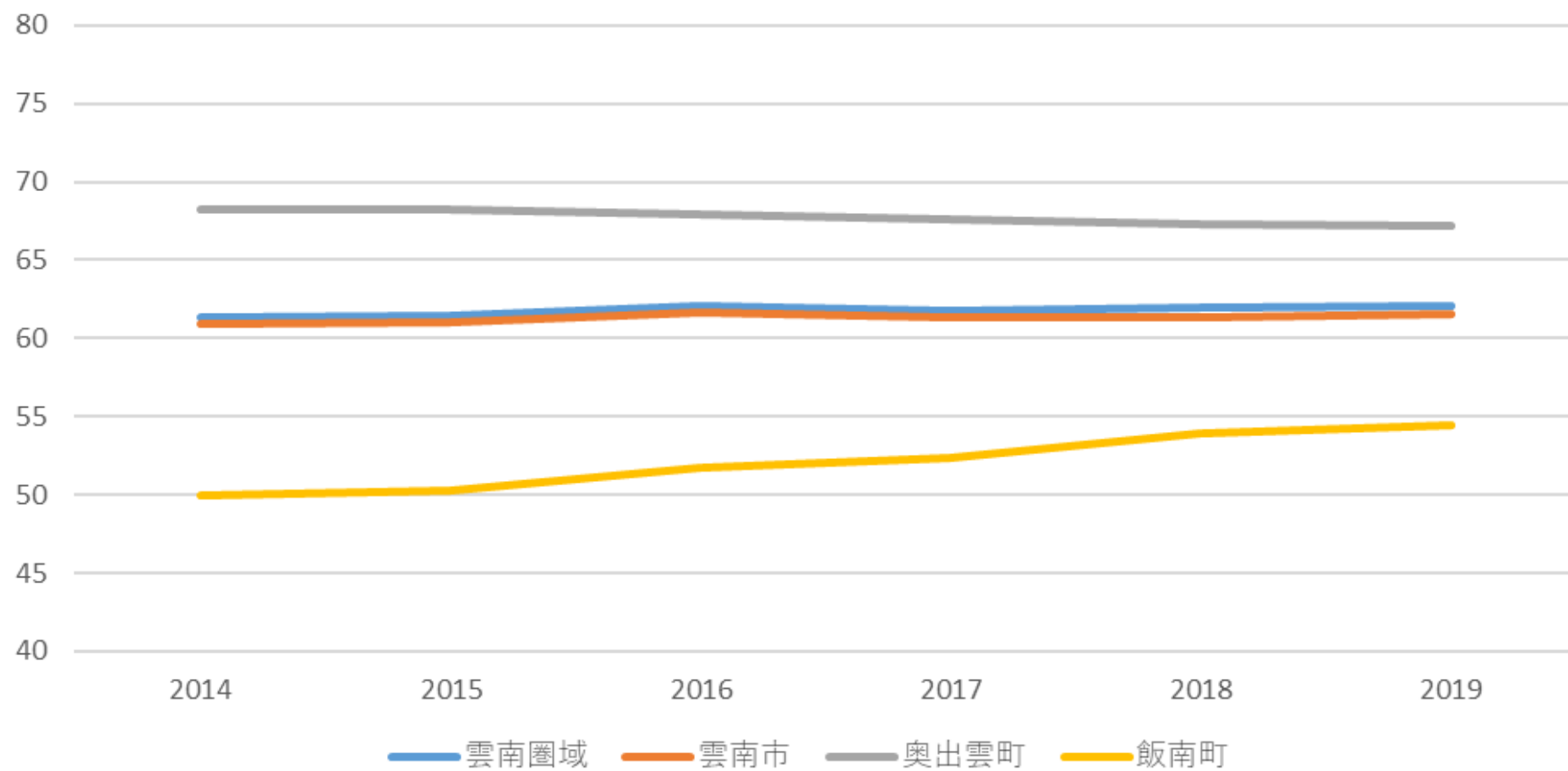
外来患者の雲南圏域完結率 = 80%



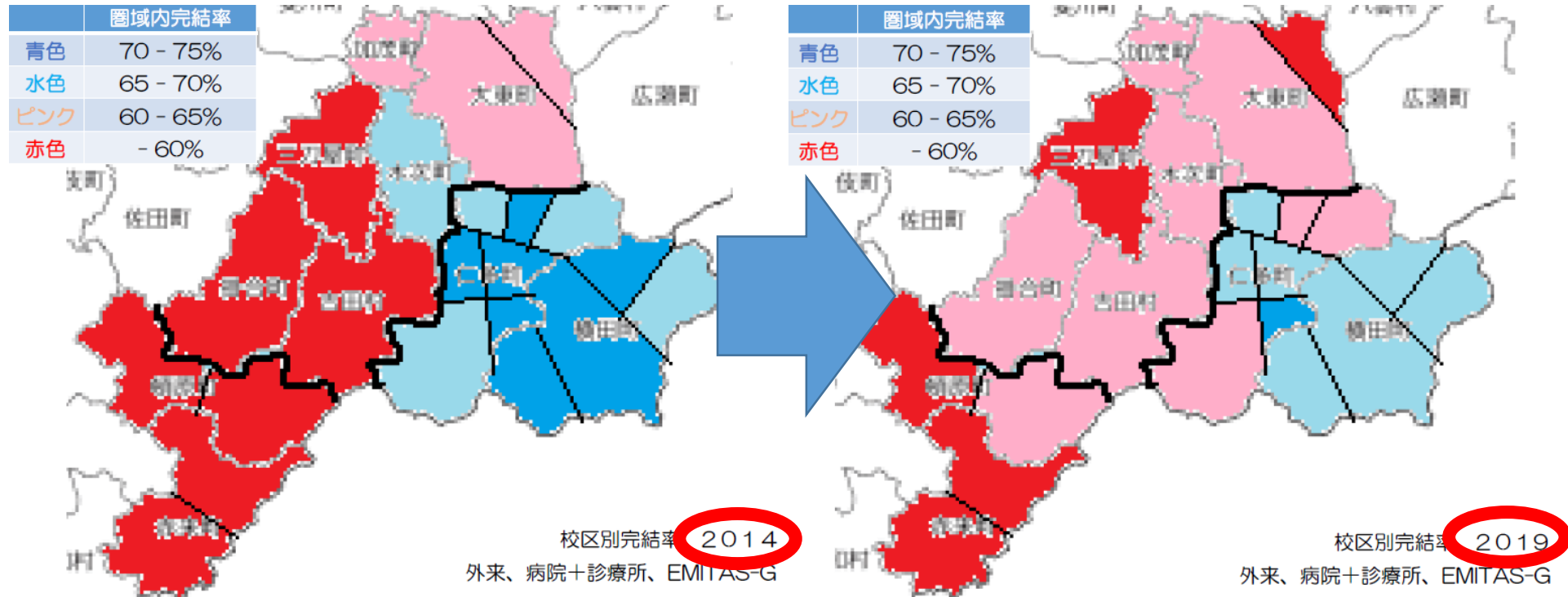
圏域内完結率 (外来、病院 + 診療所、EMITAS-G)



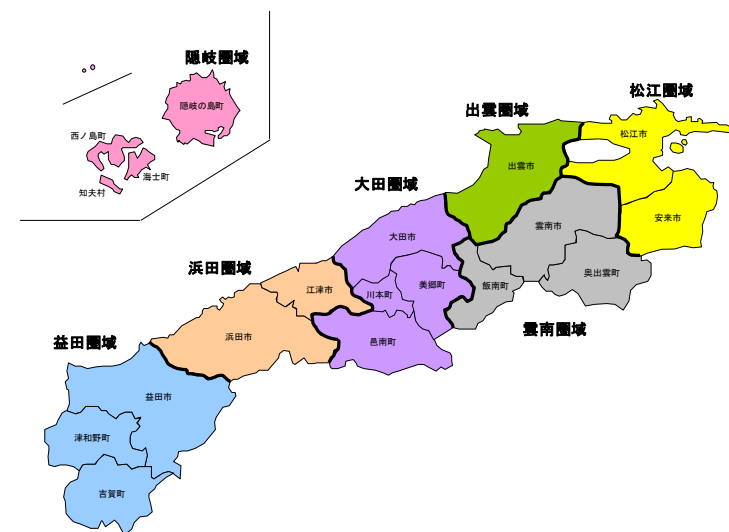
市町別圏域内完結率（外来、病院＋診療所、EMITAS-G）



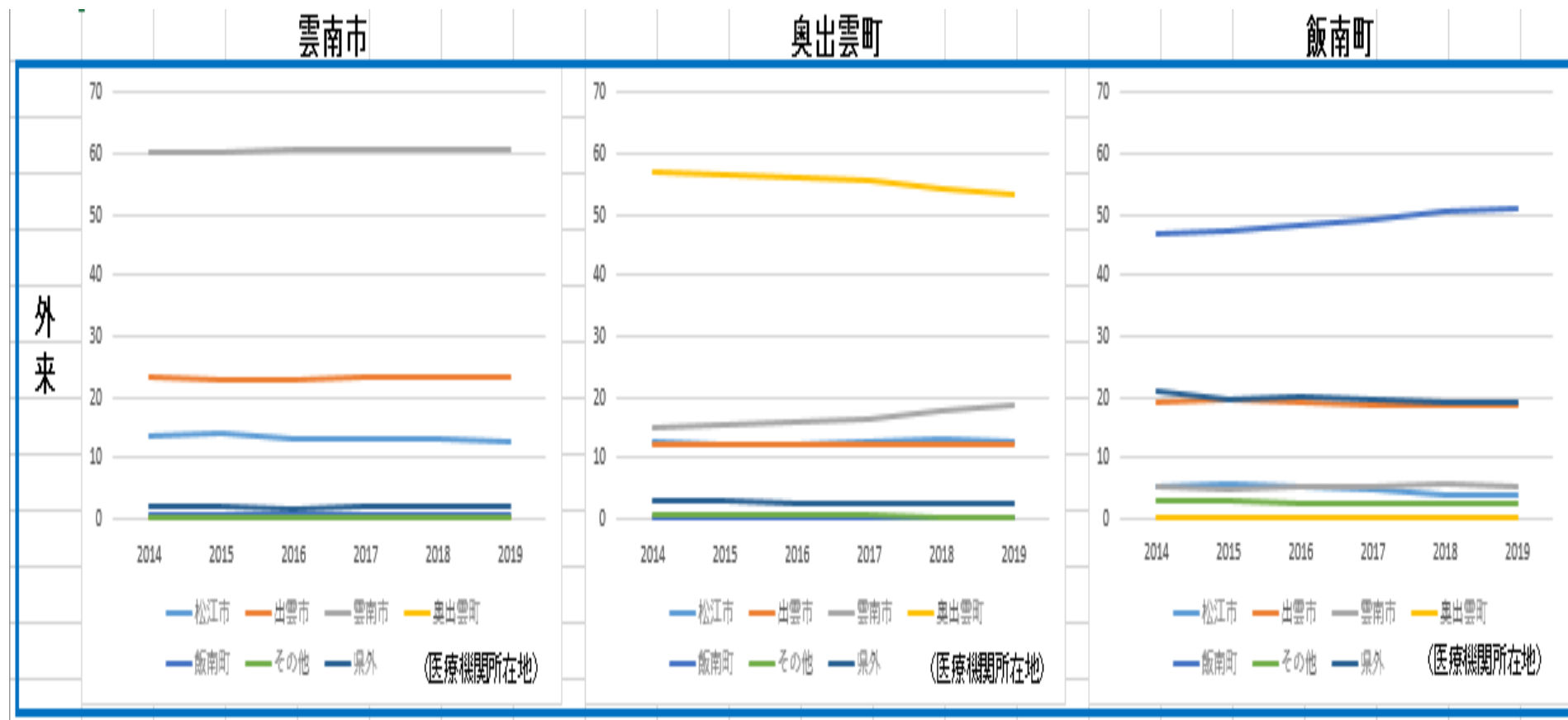
圏域内完結率（外来）



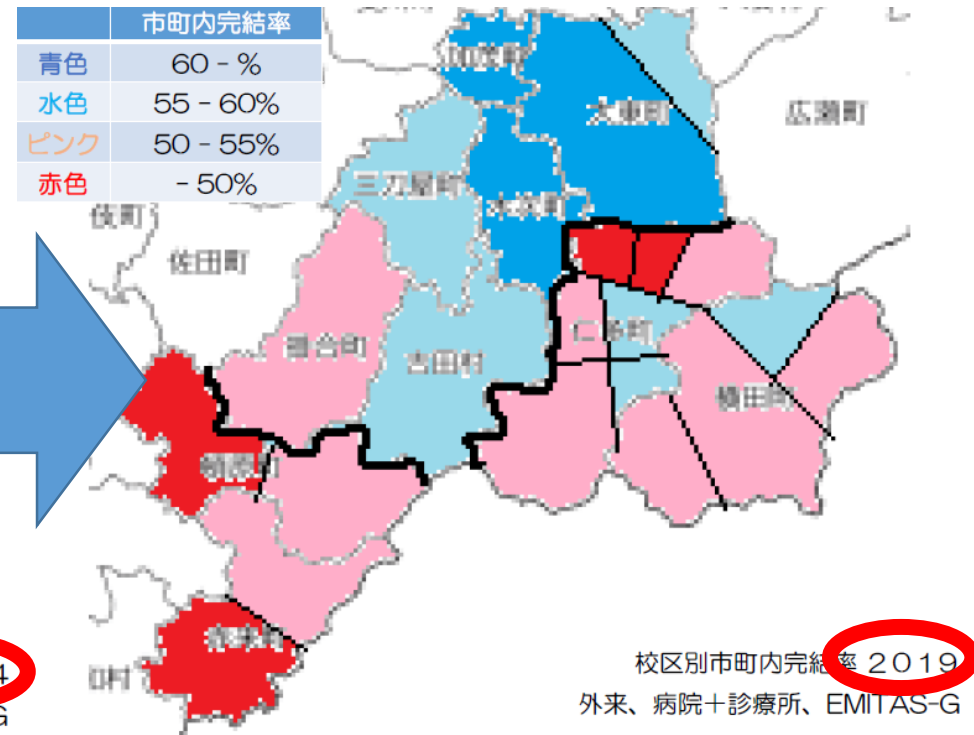
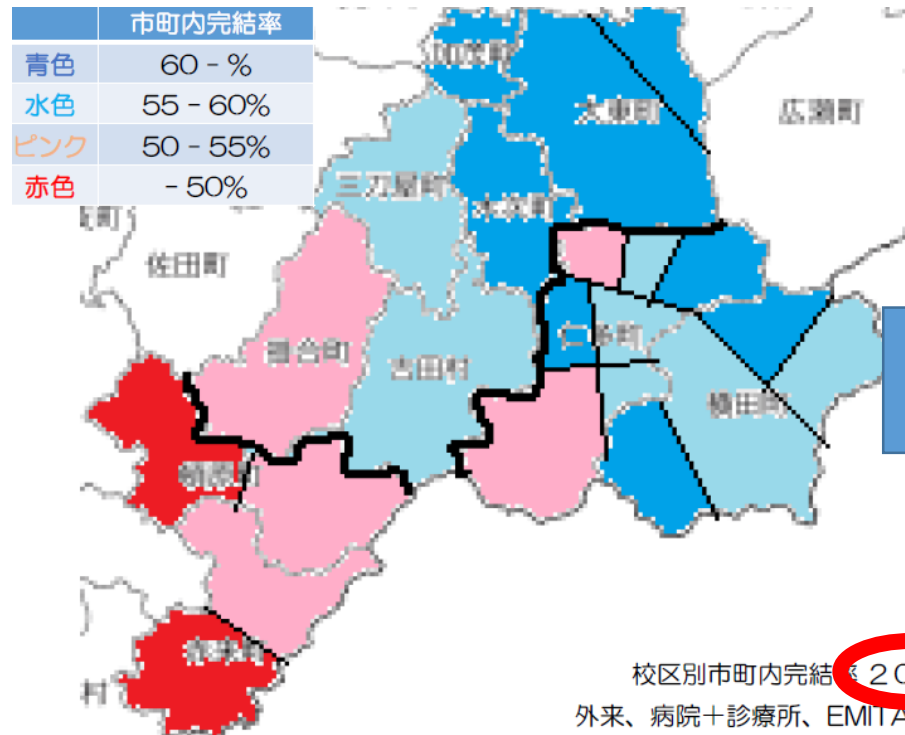
市町内完結率



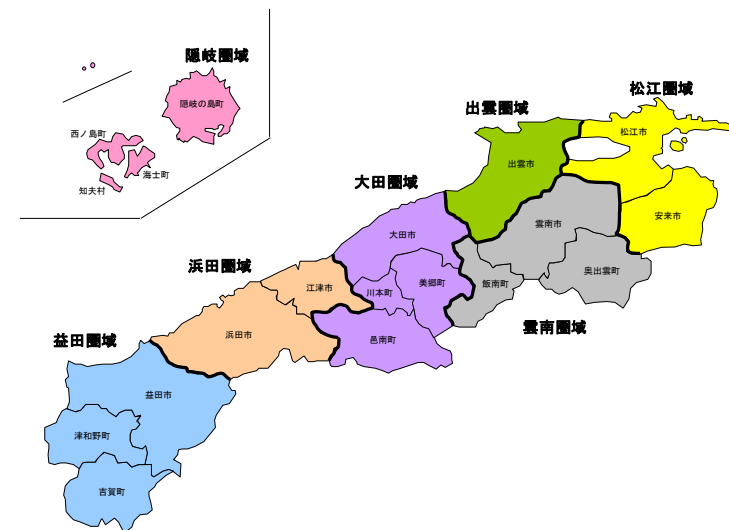
医療機関所在地も市町別にみると



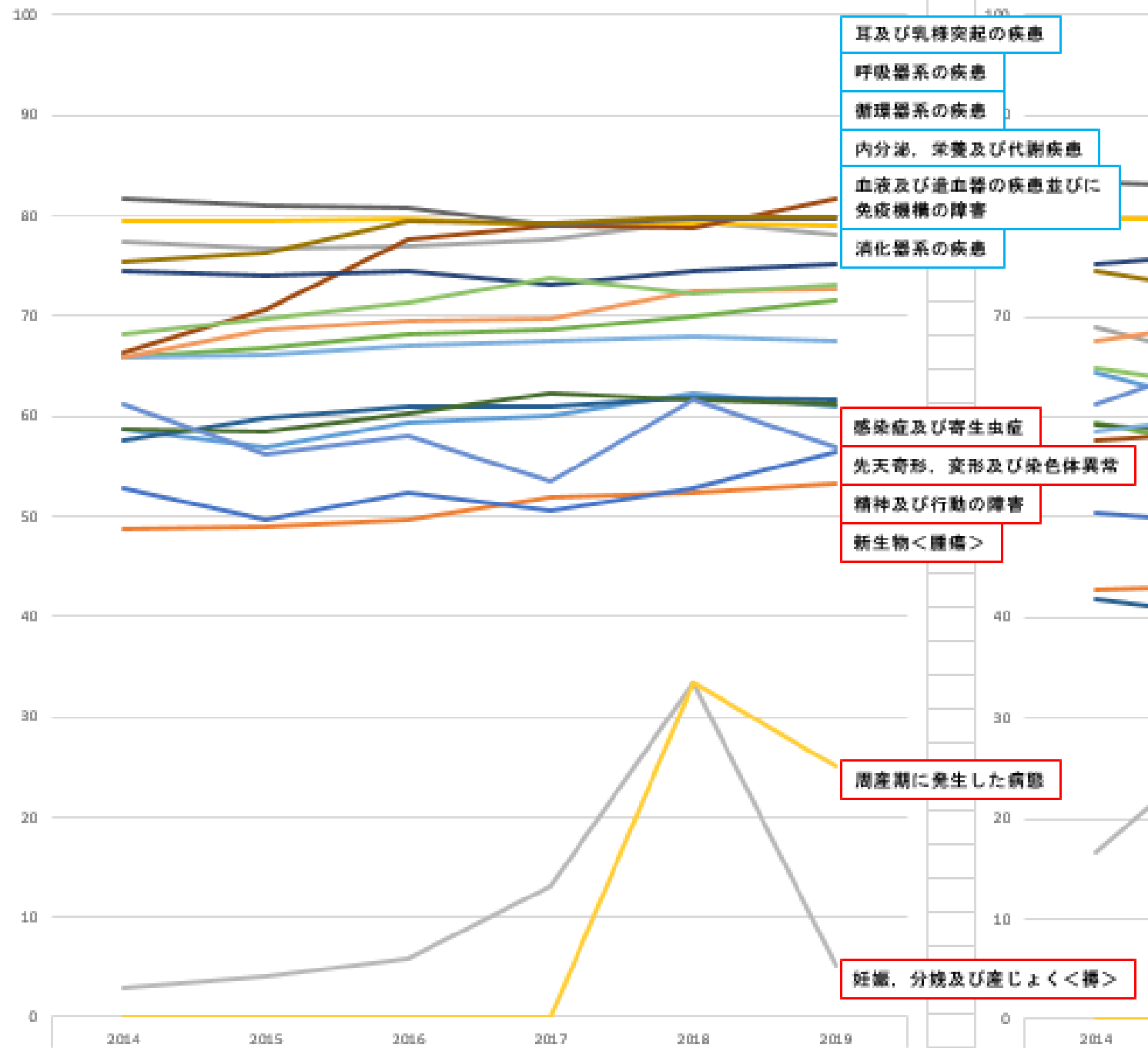
市町内完結率（外来）



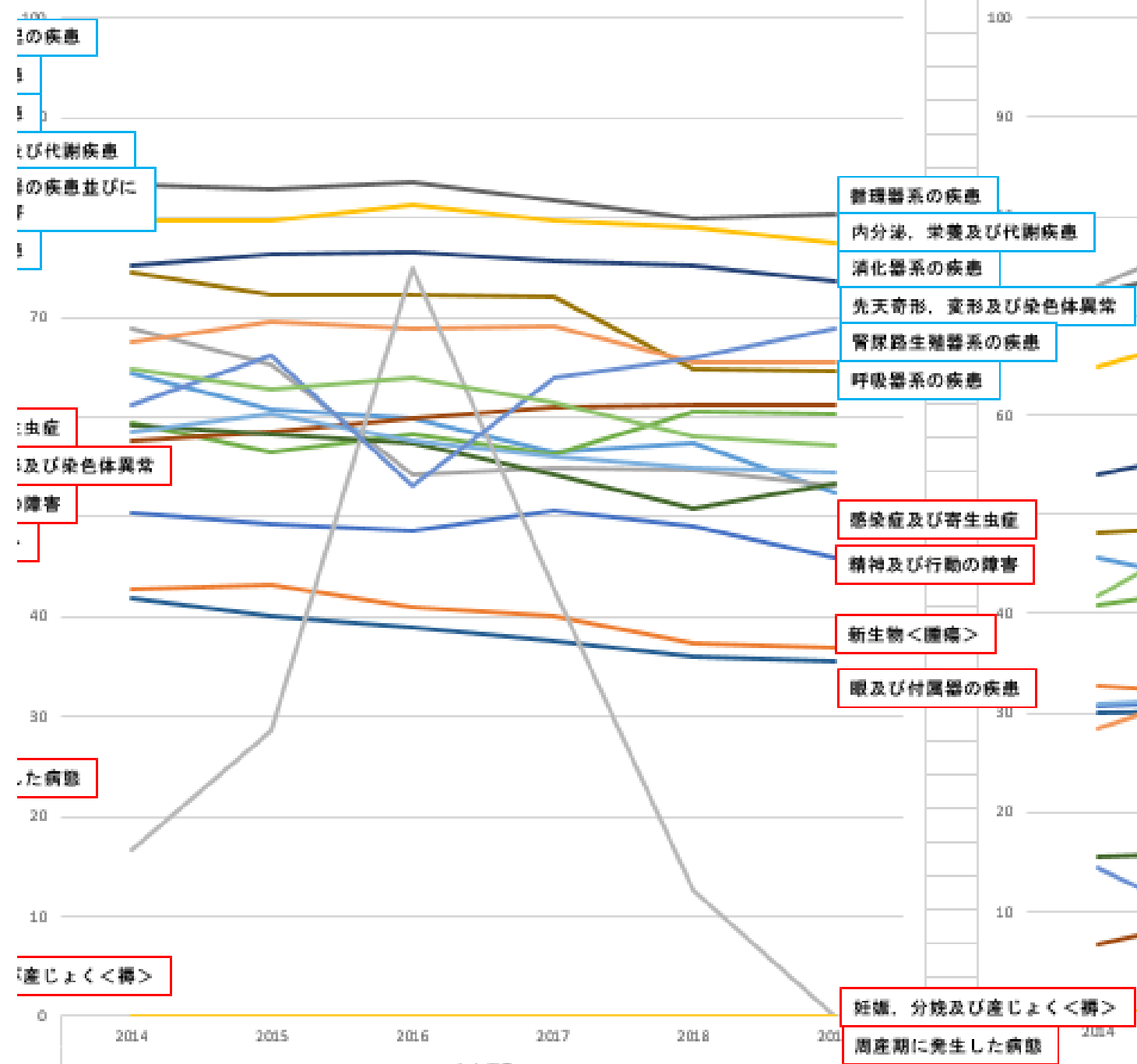
疾患別完結率



雲南市



血山聖母



飯南町

死因

発生時期

産じょく<褥>

妊娠、分娩及び産じょく<褥>

周産期に発生した病態

糖尿病

内分泌、栄養及び代謝疾患

血液及び造血器の疾患並びに免疫機構の障害

呼吸器系の疾患

消化器系の疾患

損傷、中毒及びその他の外国の影響

筋骨格系及び結合組織の疾患

先天奇形、変形及び染色体異常

皮膚及び皮下組織の疾患

耳及び乳様突起の疾患

0

10

20

30

40

50

60

70

80

90

100

2014

2015

2016

2017

2018

2019