

第3節

基本方針3	健康づくりと介護予防の推進
-------	---------------

主要施策	3-1 健康づくり事業の推進
------	----------------

施策の方向性	(1) 健康に関する普及啓発
--------	----------------

○ 健康づくりに関する普及啓発 【市民健康課】

保健師や管理栄養士による各種相談や、自治会等地域でのイベントへ出向き、健康の維持・増進、生活習慣病予防に関する適切な情報や学習機会の提供を行い、普及啓発に努めます。

【主な事業】

- 健康相談・健康教育の開催
- 地域での健康づくり事業
- 機能訓練教室の開催
- 食育事業の推進
- インフルエンザ予防対策

施策の方向性	(2) 生活習慣病予防と疾病の早期発見
--------	---------------------

○ 生活習慣病予防と疾病の早期発見 【市民健康課】

「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づき、40歳から74歳の鎌倉市国民健康保険被保険者にはメタボリックシンドロームに着目した特定健康診査、特定保健指導を、75歳以上の人に対しては後期高齢者健康診査を実施し、QOL（生活の質）の維持・向上に努めます。

併せて、各種がん検診等も実施し、疾病の早期発見、早期治療に結びつけることにより、健康の維持、増進を図ります。

【主な事業】

- 特定健康診査・特定保健指導
- 後期高齢者健康診査
- 各種がん検診
- 訪問歯科検診

主要施策**3-2 地域支援事業による介護予防の推進****施策の方向性****(1) 介護予防事業の充実**

65歳以上の方を対象に、要支援・要介護状態にならないよう、介護予防を目的とした教室を開催しています。市で実施する介護予防教室には、総合的に運動・栄養・口腔機能向上を目的とした元気アップ教室、かがやくシニアの総合コース、運動器の機能向上を目的としたからだの元気アップ教室、水中元気アップ教室、認知症予防の脳いきいき健康塾や通所が困難な人を対象とした訪問型があります。

○ 二次予防事業対象者の把握 【市民健康課】

基本チェックリストによる個別調査や地域包括支援センターによる実態把握により、何もしなければ要支援又は要介護状態になるおそれのある二次予防事業対象者を把握し、より多くの人に介護予防教室の参加を促せるよう取組めます。

○ 通所型介護予防事業 【市民健康課】

65歳以上の方が、要介護にならないよう自ら予防し、元気に暮らし続けるよう地域の学習センター等の施設を活用して、運動機能の向上、口腔の機能向上、栄養改善、認知症予防などを目的とした教室の開催に取り組めます。

○ 訪問型介護予防事業 【市民健康課】

体力の低下及び閉じこもり、うつ等で通所が困難な二次予防事業対象者に対して、看護師・理学療法士・管理栄養士等専門職が自宅に訪問し、体力・筋力の維持向上のための指導の実施に取り組めます。

○ 二次予防事業評価事業 【市民健康課】

二次予防事業の参加者の教室開始前と終了後の身体的・精神的な健康度等を比較し、その効果判定の状況や、それらの結果に基づき地域包括支援センターや事業者と効果的な介護予防プログラムについて評価・検討します。

○ 未利用者に対する介護予防事業の普及・啓発 【市民健康課】

介護（予防）事業が必要な方が知らないために利用できないことがないように自治会や老人会、老人クラブなど地域に出向いた際などあらゆる機会を捉え、介護予防事業の周知・啓発に努めます。

○ **地域包括支援センターにおける介護予防ケアマネジメントの充実**

【市民健康課】

基本チェックリスト等により、介護予防教室への参加が望ましいと判定された二次予防事業対象者には、より効果的で、その人に適した介護予防ケアマネジメントを実施します。

施策の方向性	(2) 介護予防に関する普及啓発
---------------	-------------------------

○ **介護予防普及啓発事業 【市民健康課】**

介護予防に関する知識の普及啓発をするため、運動機能の向上や口腔機能の向上、認知症予防等に関するパンフレットの配布をします。また、早期の段階から一人ひとりが介護予防に取り組めるよう、様々なニーズに合わせた教室を各地域で開催できるよう取り組みます。

○ **地域介護予防活動支援事業 【市民健康課】**

介護予防の取り組みを地域に広げていくため、また、生きがい作りのために高齢者が住みなれた地域で安心して暮らせるよう高齢者の健康づくりや介護予防等を行う地域サポーターの養成講座や、地域活動組織の育成・支援のための事業を各地域で実施します。また、身近な地域で、継続的に介護予防が実施できるよう取り組みます。

○ **一次予防事業評価事業 【市民健康課】**

介護予防普及啓発事業や地域介護予防活動支援事業の実施回数や事業内容について評価・検討します。