

## はじめに

平成18年4月に改定された介護保険では、介護予防が重視されるようになりました。言うまでもなく、介護予防は要介護状態になることをできるかぎり防ぎ、たとえ介護を受けるようになってもそれが進行することのないようにすることです。したがって、介護状態の発生の根本の予防という意味では、糖尿病や脳卒中等の疾病の予防や交通事故の予防も大きな意味では介護予防の範疇に入るかも知れません。その範囲は膨大になりますから、この介護予防マニュアルは、主として特定高齢者や虚弱高齢者を対象として、国により指摘されている運動能力の向上や栄養の改善、口腔ケア、閉じこもりの予防など地域包括支援センターが取り組む活動にしぼって検討されたものです。

しかし、地域包括支援センターでは、どのようにすればそれが可能になるかについては、まだ明確な方法がわかってはいません。各地で試行錯誤を続けているところです。地域によってその手法は異なるでしょうし、優先の順位も変わってくると思われます。

地域の介護予防事業は市町村の地域包括支援センターが中心に行うものですが、立ち上がったばかりの多くのセンターは何をどうすべきか、模索中であると思います。また、地域によって事情が違い手法も異なってくると思います。

担当する指導者は、このガイドブックの内容を参考として、それぞれ各市町村の実情に合わせ、独自の介護予防事業を組み立てていただければと思います。

平成19年3月

平成18年度茨城県介護予防推進委員会

委員長 大田 仁史