

介護予防・日常生活支援総合事業

～ インフォーマル型サービス 「栄養サポート薬局」 ～

栄養ケアサポート薬局は、地域の支え合い体制づくりを推進し、地域高齢者の効果的かつ効率的な介護予防の支援等に務め、共生社会の地域づくりを進めます。

一般社団法人 在宅栄養ケア推進基金

代表理事 溝渕 敏水

総合事業(介護予防・日常生活支援総合事業)



出典：平成28年3月 地域包括ケア研究会報告書より

咲かそう、地域包括ケアの花！

～介護保険制度における市町村による事業～

総合事業(介護保険法では、「介護予防・日常生活支援総合事業」として定められています。)は、市町村が中心となって、地域の実情に応じて、住民等の多様な主体が参画し、多様なサービスを充実することで、地域の支え合い体制づくりを推進し、要支援者等の方に対する効果的かつ効率的な支援等を可能とすることを目指すものです。

～介護予防の住民活動に「意味づけ」する～

住民活動の中には、生活支援や社会参加など、自立支援・介護予防につながる要素がたくさんあります。そういった活動を「意味づけ」することです。住民の活動はお願いするものではなく、住民が自主的に活動するものです。その活動に「意味づけ」できれば、住民がさらにやる気になります。

栄養ケアサポート薬局は、介護予防の地域資源へ…

介護予防・日常生活支援総合事業/インフォーマル型サービス 「栄養ケアサポート薬局」

- 高齢者への低栄養チェックにより、薬の多剤併用や薬物体内動態変調による有害事象、病気、認知症/鬱などの精神的要因、口腔機能障害等の“低栄養リスク要因”を医師と協働で追及し、改善策を講じ、低栄養防止によるフレイル予防/介護予防を推進します。
- 少人数の“通いの場(いきいき百歳体操)”の創出に努め、リハビリテーション栄養(低栄養予防による筋力維持)に基づくロコモティブシンドローム予防を推進します。

【取組みの経緯】

高齢者はフレイル(虚弱状態)を経て要介護状態へ移行するが、フレイルは低栄養が起因となることがわかっており、低栄養を防止できれば要介護者の急増を抑止することができる。

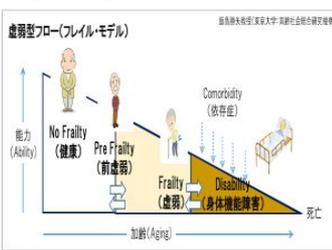
しかし、低栄養の要因は、薬(多剤併用・有害事象)や急性/慢性疾患、精神的要因(認知症・鬱)、口腔機能障害(オーラルフレイル)など多様であることから、専門職によるプライマリケア視点の低栄養チェック(早期発見)の下、多職種連携による改善処置(医療介入)を施す介護予防・日常生活支援体制の整備が重要との見地に至り、高齢者が気軽に訪れ、無料で低栄養チェックと、低栄養予防アドバイスが受けられる「栄養ケアサポート薬局」(保険薬局)の創出を図った。栄養ケアサポート薬局は、薬学的栄養ケアサポートの実践により、多剤併用や薬物体内動態変調による有害事象(低栄養)を予防し、減薬/変薬に務め、高齢者の食力維持による介護予防を推進します。

虚弱(Frailty)⇒フレイル

フレイルとは「虚弱」を意味する英語「frailty」を語源とし、健康と要介護状態の間の心身に陥っている状態のことを指す言葉です。多くの人が健康な状態からフレイルの段階を経て、要介護状態になると考えられています。フレイル状態の段階にある高齢者であっても、日常生活の工夫に取り組むことでフレイルの進行を遅らせたり、健康な状態に戻ることができます。



低栄養からフレイルは発症する



介護予防・日常生活支援サービス事業 ・ 一般介護予防事業 (薬学的栄養ケアサポート)

自立支援

生活機能の維持改善

①免疫力・抵抗力の維持向上

高齢者が低栄養に陥ると免疫力・抵抗力が低下し、感染症などのリスクが高まります。低栄養チェックにより、低栄養の原因を追及し改善策を講じます。

②筋肉量の減少を予防

薬学的栄養ケアサポートと多職種連携によりサルコペニア(筋肉減弱症)を予防します。

③食力の維持向上

薬剤の有害事象による食欲不振、唾液分泌抑制、嗅覚障害、消化管蠕動運動抑制、味覚障害、悪心嘔吐等を予防し、食力の維持向上を図ります。

④転倒リスクの回避

高齢者は薬剤の多剤併用により転倒リスクが高まります。薬学的栄養ケアサポートの下、処方医師と共同で多剤併用の対策(減薬・変薬)を検討します。

⑤ロコモティブシンドローム予防

いきいき百歳体操や運動量に合わせたエネルギー・タンパク質を補給し、最適な運動を行うことで、筋肉量の維持向上を図ります。

⑥薬剤性認知障害の予防

加齢に伴う代謝・排泄能の低下、吸収遅延、感受性亢進、血液脳関門の脆弱化など身体的変化による薬剤性認知障害ファクターを追及・対策を講じます。

⑦防災体力の維持向上

低栄養予防により、自力で避難し、長期間の避難所生活に耐えうる防災体力の維持向上を図ります。今後の多重災害時の備えとして重要です。



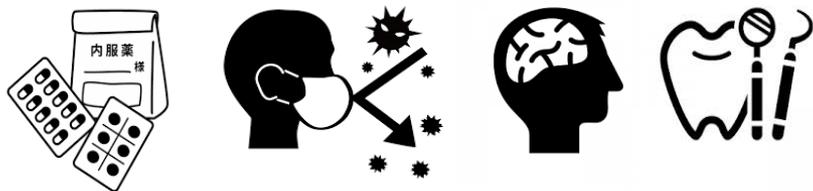


栄養ケアサポート薬局(薬剤師)

高齢者が低栄養になると、体力・免疫力・抵抗力が下がり、要介護リスクが高まるので、いきいき百歳体操の前に、低栄養チェックして、低栄養リスクのある方は、低栄養要因を改善し、エネルギー・タンパク質をしっかり摂って、体操を行いましょ！
低栄養状態で体操を行うのは危険です！

低栄養チェック

多職種による低栄養原因の探求→処置



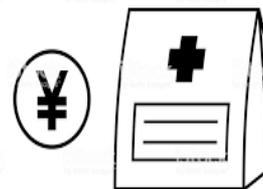
エネルギー・タンパク質の摂取



いきいき百歳体操



健康寿命の延伸



医療費適正化



農産品の消費拡大

いきいき百歳体操は、次のステージへ…

背景

高齢化により医療費及び介護給付費ともに増加している



医療費/介護給付費の主な原因疾患に筋骨格系疾患(転倒・骨折を含む)が起因している

運営上の課題

課題①

男性の参加者が極端に少ない。
サロンも含めて、いわゆる「通いの場」は、男性から敬遠される傾向にある。

課題②

本当に参加して欲しい方がたくさんいるが、最寄りの会場(公民館等)までの交通手段がなく、徒歩で通うことも困難なため参加していただけない。

課題③

3ヵ月以上、参加しないと効果を実感できず、飽きて辞めてしまう方がいる。
体操の効果が際限なく上昇するわけではないため、モチベーションの維持が難しい

課題④

日中様々な活動(農作業・グランドゴルフ等)を行っている方が多く、「自分は、体を動かしているから必要ない」と考える方が多い。

課題⑤

世話人に負担がかかっているグループもあり、持続させるためには、サポーターの養成を行う必要がある

低栄養予防と運動で
サルコペニア予防!

少人数のコミュニティ!
家の近くで体操ができる

薬局内で、いきいき百歳体操!!

対策

+

栄養ケアサポート薬局

処方箋受付



新たな全世代・全員活躍型の生涯活躍のまちの展開へ…

地方創生の観点から、中高年齢者が希望に応じて地方や「まちなか」に移り住み、地域の多世代の住民と交流しながら、健康でアクティブな生活を送り、必要に応じて医療・介護を受けることができる地域づくりを推進

地域交流拠点→
商店街・ロコモKO

多世代交流
運動

定期的な
低栄養
チェック

← 栄養ケアサポート薬局
(調剤薬局・ドラッグストア)

低栄養原因
の追求・対処

← 医師・歯科医師

元気で、魅力的で
もっと幸せを感じる
ことのできる
共創の町づくり

食品企業・食品卸→
量販店・小売店
農業生産者

食の供給
(フレイルケア)

食力の維持
(多職種連携)

← 歯科医師・管理栄養士
医療/福祉関係者

食の消費拡大による
地域経済活性化

介護予防・自立支援