

はじめに

介護保険制度における介護予防とは、①高齢者が要介護状態になることをできる限り防ぐ（発生を予防する）こと ②要介護状態になっても状態がそれ以上に悪化しないようにする（維持・改善を図る）ことを目指しています。

今後、高齢化が進む中で、重度な要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される地域包括ケアシステムの構築を推進していく必要があります。介護予防は非常に重要な要素となります。

具体的な取り組みの中では、単に高齢者の口腔や運動機能、栄養状態といった特定の機能を改善することだけを目指すものではなく、これらの心身機能の改善や環境調整などを通じて、一人ひとりの高齢者ができる限り要介護状態にならないで、自立した日常生活を営むことができるよう支援することを目的として行われるものであり、高齢者自身のやる気を引き出し、生きがいや自己実現のための取り組みを総合的に支援することによって、生活の質（QOL）全体の向上を目指すものです。

本マニュアルは、このような考えに基づき、介護予防事業に携わる市町村や事業者等関係者の方々に、事業を効果的かつ適切に実施していただけるようその実施方法等について具体的に解説しましたので、ご活用いただければ幸いです。

最後に、本マニュアルの作成にあたり、ご審議いただきました岐阜県介護予防推進・評価委員会及び「運動器の機能向上」、「口腔機能の向上」、「栄養改善」部会の委員の皆様に対し、厚くお礼申し上げます。

令和5年5月

岐阜県健康福祉部高齢福祉課