

日頃より、高齢者保健福祉の推進に当たり、格別のご尽力を賜り  
厚くお礼申し上げます。

この度、3月11日（金）衆議院厚生労働委員会におきまして、  
山井委員よりご請求のありました資料について別添のとおり取りま  
とめましたのでお届けいたします。

なお、別添の資料につきましては、改めてご説明に伺わせていた  
だきます。よろしくお願い致します。

平成17年3月16日

厚生労働省 老健局介護予防重点推進本部事務局長

香取 照幸

〔 照会先 老健局総務課  
TEL：3591－0954（直通） 〕

平成16年度の介護予防市町村モデル事業（筋力向上分）の  
現時点における実施状況について

介護予防（筋力向上）モデル事業を実施する51市町村の現段階における実施状況を聴取し、把握できる範囲内でまとめたものである（内訳は別紙）。

なお、本事業は、現在実施中であり、年度終了後に事業実施状況のまとめを行うこととしている。

（現時点における実施事業の概況）

○ 筋力向上事業の実施方法

実 施 方 法	実施市町村数
トレーニングマシンを使用	31
トレーニングマシンとマシン以外（セパト等）の併用	11
トレーニングマシン以外（セパト、チューブ等）の使用	9
計	51

○ 使用設備等に係る費用

使 用 設 備 の 内 容	平 均 額（最高・最低額）
トレーニングマシンの購入	759千円／台 (174万円～40万円)
トレーニングマシンのリース・以外	18千円／台・月 (33円/月～4円/月)
マシン以外（セパト等）の購入	376千円／市町村 (800千円～28千円)
マシン以外（セパト等）のリース	157千円／市町村・月 (300円/月～13円/月)

○ 1市町村当たりの実施者数(3月14日時点までの本モデル事業における実施者数)

実 施 方 法	平均実施者数(最高・最低人員)
トレーニングマシンによる実施	11.5 人 (31人~4人)
トレーニングマシンとマシン以外の併用による実施	9.3 人 (13人~8人)
マシン以外の方法による実施	13.2 人 (21人~10人)

(注) 本モデル事業の実施者は、要支援、要介護1・2の者に限定していることから、ここではその数を計上。

なお、市町村によっては、非該当の者等も含め実施しているところもあるが、事業の対象外であることから把握していない。

○ 事業に従事している職種

従事している職種	市 町 村 数			
	マシンのみ	併 用	マシン以外	計
OT, PT	28市町村	11市町村	5市町村	44市町村
健康運動指導士、トレーナー	23	7	6	36
医師、保健師、看護師	29	11	8	48
その他	6	3	1	10

(注) 市町村によって配置職種は千差万別であり、また、年度途中であることから実働時間は算定できない(年度終了後の事業実績報告により把握)。

# 介護予防(筋力向上)市町村モデル事業(市町村別内訳)

## (マシンを用いた筋力向上【マシン購入】)

市町村	マシンの台数	左の費用	実施者数	関与職種
1	12 台	5,340,000 円	12 人	PT、看護師、健康運動指導士
2	8 台	10,459,300 円	8 人	PT、保健師、看護師、トレーナー
3	8 台	3,412,500 円	20 人	PT、トレーニング指導士、健康運動指導士
4	6 台	3,400,000 円	30 人	PT、OT、医師、保健師、トレーナー
5	6 台	7,400,000 円	12 人	PT、OT、看護師、保健師、運動普及推進員
6	4 台	4,742,850 円	4 人	PT、看護師、トレーナー
7	5 台	5,145,000 円	6 人	大学助教授、保健師
8	5 台	4,935,000 円	11 人	PT、健康運動指導士、保健師、看(準)護師、栄養士、歯科衛生士、運動推進員
9	4 台	2,320,500 円	6 人	PT、PHN、運動指導員
10	4 台	1,785,000 円	8 人	PT、保健師、健康運動指導士、在介センター職員
11	4 台	1,785,000 円	8 人	PT、保健師
12	4 台	2,089,000 円	8 人	保健師、PT、健康運動指導士
13	4 台	1,785,000 円	8 人	PT、看護師、トレーナー、運動補助員
14	4 台	1,600,000 円	16 人	PT、看護師、1級ヘルパー、在介センター職員
15	4 台	1,785,000 円	8 人	PT、看護師、健康運動指導士、保健師
16	4 台	2,100,000 円	5 人	OT、看護師、介護職員
17	4 台	2,221,000 円	15 人	保健師、運動指導員、PT
18	3 台	3,000,000 円	25 人	PT、看護師、保健師

計 93 台 65,305,150 円 210 人

## (マシンを用いた筋力向上【既存設備の活用】)

市町村名	マシンの台数	左の費用	実施者数	関与職種
19	26 台	0 円	31 人	PT、OT、トレーナー、看護職、介護職
20	11 台	0 円	4 人	PT、保健師、健康運動指導士、トレーナー、2級ヘルパー
21	7 台	0 円	8 人	PT、看護師
22	6 台	0 円	5 人	PT、運動指導員、介護職員
23	2 台	0 円	10 人	看護師、ケアマネジャー、トレーナー

計 52 台 0 円 58 人

## (マシンを用いた筋力向上【マシンレンタル】)

市町村名	マシンの台数	左の費用	実施者数	関与職種
24	8 台	33,600 円/月	14 人	PT、看護師、運動指導員
25	6 台	67,618 円/月	12 人	PT、保健師、看護師
26	6 台	195,000 円/月	19 人	PT、保健師、看護師、健康運動指導士
27	5 台	105,000 円/月	6 人	PT、OT、看護師、トレーナー、介護職員
28	6 台	105,000 円/月	8 人	PT、保健師、看護師、介護職員
29	4 台	64,995 円/月	10 人	PT、保健師、健康運動指導士、看護師
30	3 台	40,000 円/月	8 人	PT、OT、保健師、看護師、トレーナー
31		委託費の内訳が不明のため未計上 円/月	11 人	看護師、トレーナー

計 38 台 611,213 円/月 88 人

## (マシンを用いた筋力向上とマシンを用いない筋力向上の併用【購入】)

市町村	実施した内容	使用した設備等	左の費用	実施者数	関与職種
1	マシンを用いた筋力向上トレーニング、 レッグバンドを用いた運動、転倒予防体操 等	マシン1台 エアロバイク1台、レッグバンド、バラ ンスパッド	790,000 50,000	8人	PT、健康運動指導士、保健師
2	マシンを用いた筋力向上トレーニング、ゴ ムチューブトレーニング	マシン6台 エアロバイク4台、エラストックチュ ーブ20本	4,500,000 0	9人	OT、保健師、健康運動指導士
3	マシンを用いた筋力向上トレーニング、ス トレッチ	マシン4台 カーディオメッドサイクル4台	6,950,000 1,200,000	8人	PT、OT、保健師、看護師
4	マシンを用いた筋力向上トレーニング、セ ラバンドを用いた運動	マシン4台 体力測定器、セラバンド	1,800,000 1,930,000	13人	PT、管理栄養士、保健師、看護師
5	マシンを用いた筋力向上トレーニング、ス トレッチ、ゴムチューブを用いた運動、バラ ンスマットを使用した運動	マシン3台 バランスパッド、トレーニング用マット等	3,133,000 627,000	6人	健康運動指導士、ヘルスケア トレーナー、PT、看護師、保健師
6	マシンを用いた筋力向上トレーニング、ス トレッチ運動、自重を使った筋力運動・体 操	マシン4台 バランスクッション、マット	2,121,000 174,000	9人	PT、健康運動指導士、看護師、 保健師、栄養士、介護支援専門 員
7	マシンを用いた筋力向上トレーニング	マシン4台 バランスボール8個、バランスマット15 枚、フィットライン15枚	5,726,700 258,300	10人	PT、健康運動指導士、保健師、 看護師
計		マシン26台	25,020,700	63人	

## (マシンを用いた筋力向上とマシンを用いない筋力向上の併用【既存設備等の活用】)

市町村	実施した内容	使用した設備等	左の費用	実施者数	関与職種
8	マシンを用いた筋力向上トレーニング バランス訓練 疼痛緩和のためのプログラム	マシン4台	0 0	9人	PT、看護師、介護職員
9	マシンを用いた筋力向上トレーニング、セ ラバンド、ダンベル、重錘バンド等を用いた 運動	マシン4台 セラバンド、ダンベル、重錘バンド等	0 0	8人	PT、OT、健康運動指導士、看護 師
10	マシンを用いた筋力向上トレーニング、平 行棒・ウオーキングマシン等を用いた運動	マシン3台 平行棒1対、ウオーキングマシン1台、 エアロバイク4台	0 0	9人	PT、OT、看護師、介護士
計				26人	

## (マシンを用いた筋力向上とマシンを用いない筋力向上の併用【レンタル】)

市町村	実施した内容	使用した設備等	左の費用	実施者数	関与職種
11	マシンを用いた筋力向上トレーニング 、バランス運動	筋トレマシン6台	155,000/月	13人	保健師、PT、健康運動指導士、 看護師
計				13人	

## (マシンを用いない筋力向上【購入】)

市町村	実施した内容	使用した設備等	左の費用	実施者数	関与職種
1	セラバンドを用いた運動	セラバンド10本	27,594	21人	PT、OT
2	ソフトダンベル、ハンドグリップ、 トレーニングチューブ、 スチールバンド、バランスマット、エクササ イズマットを用いた運動	ソフトダンベル42個、ハンドグリップ21個、 トレーニングチューブ40本、スチールバンド77 個、バランスマット10個、エクササイズマッ ト20個	797,396	13人	医師、PT、保健師、看護師、在介 センター職員
3	バランスパッド、セラバンド、重錘バンド、ア ンクルリストを用いた運動	バランスパッド13枚、セラバンド3本、 重錘バンド3kg24個、重錘バンド5kg12 個、アンクルリスト2kg13セット	318,738	12人	PT、看護師、トレーナー、保健 師、介護職員
4	椅子、マット及びステップ台を用いた運動	椅子20脚、歩行器20台、ステップ台20 台、マット20個、心拍計20個、万歩計20 個	800,000	10人	運動指導員、保健師、看護師、 介護職員
5	メディシングリップボール、トレーニング チューブ、セラバンドを用いた運動	メディシングリップボール10個、リズミーファ イター3個、アレー6個、トレーニングチュ ーブ10本、トレーニングラバー13本、セラバン ド5セット、コーナーポスト4本	158,741	11人	医師、健康運動指導士、PT、介 護士
6	ステップ台運動、セラバンドを用いた健康 体操、つぎ足運動、座位の運動、立位の 運動、腕の運動	ステップ台9つ、セラバンド17本	169,890	17人	保健師、トレーナー
7	床運動、水中運動 ボール、チューブ等を使用した運動	プール、ボール11個、チューブ11本	360,000	11人	健康運動指導士、保健師
計			2,632,359	95人	

## (マシンを用いない筋力向上【レンタル】)

市町村	実施した内容	使用した設備等	左の費用	実施者数	関与職種
8	転倒予防教室	介護予防支援システム、プロジェク ター、スクリーン	300,000/月	14人	保健師、看護師
9	ボディスパイダー、ストレッチマット等を用 いた運動	ボディスパイダー・ balan 座布団・スト レッチマット	13,400/月	10人	PT、医師、運動指導員
計				24人	

# 介護予防市町村モデル事業実施市町村一覧

(平成16年11月30日現在)

都道府県	市町村名	実施事業				
		筋力向上	栄養改善	閉じこもり予防	フットケア	口腔ケア
北海道	江別市	○				
北海道	奈井江町	○				
北海道	美幌町	○				
北海道	美瑛市	○				
青森県	十和田市	○				
岩手県	宮古市			○		○
宮城県	米山町		○	○		○
秋田県	南外村		○			
秋田県	横手市	○				
山形県	山形市			○		
山形県	尾花沢市	○				
山形県	白鷹町			○		
山形県	鶴岡市	○	○			
福島県	保原町	○				
茨城県	水戸市			○	○	
茨城県	土浦市	○				
栃木県	大田原市	○				
埼玉県	和光市	○	○		○	
千葉県	柏市		○	○		
千葉県	我孫子市	○	○			
東京都	品川区	○				
東京都	練馬区	○				
東京都	足立区	○	○			
東京都	稲城市	○				
神奈川県	横浜市		○			
神奈川県	川崎市	○	○		○	
富山県	上市町		○	○		
富山県	小杉町			○		
福井県	丸岡町	○				
山梨県	牧丘町	○				
長野県	上田市	○				○
長野県	茅野市		○	○		
長野県	箕輪町	○				○
愛知県	師勝町			○		
滋賀県	大津市	○	○	○		
滋賀県	米原町			○		
京都府	綾部市		○			
京都府	加茂町			○	○	○
大阪府	八尾市	○				
大阪府	羽曳野市	○	○			

# 介護予防市町村モデル事業実施市町村一覧

(平成16年11月30日現在)

都道府県	市町村名	実施事業				
		筋力向上	栄養改善	閉じこもり予防	フットケア	口腔ケア
大阪府	松原市	○				
大阪府	和泉市	○				
大阪府	枚方市	○				
兵庫県	神戸市	○				
兵庫県	篠山市			○		○
奈良県	大和高田市	○				
奈良県	五條市	○				
奈良県	生駒市	○				
和歌山県	みなべ町	○				
和歌山県	御坊市			○		
鳥取県	鳥取市	○				
鳥取県	南部町	○	○			
岡山県	中央町	○				
岡山県	西栗倉村	○				
広島県	広島市	○				
山口県	周防大島町	○				
山口県	平生町	○				
徳島県	小松島市	○				
香川県	東かがわ市	○				○
愛媛県	四国中央市			○		
高知県	須崎市		○			
福岡県	新宮町	○				
長崎県	佐世保市	○	○			○
熊本県	熊本市	○				
熊本県	阿蘇町		○			
大分県	臼杵市	○	○	○		○
宮崎県	宮崎市	○				○
宮崎県	北郷町	○				
鹿児島県	和泊町	○	○			
鹿児島県	伊集院町	○				
沖縄県	石川市	○				
71		51	20	17	4	10