

介護予防・日常生活支援総合事業

▶ 住民とつくる多様なサービスの提案

# サブスタッフ制度の勧め



こんな課題はありませんか？

地域の介護人材の  
不足を解消  
できないだろうか

元気な高齢者を  
上手く地域の活動に  
巻き込みたい

フォーマルサービスと  
連携できる  
住民主体のサービスは  
つukれないだろうか

お願いにならない  
住民との協働関係を  
構築するには  
どうしたら  
いいのだろうか

サブスタッフ制度とは、介護予防に関わる一定の知識を有し、総合事業対象者の介護予防サービスを介護職員の支援を得ながら提供できる人材を養成し、多様な介護予防サービスを充実させる仕組みです。  
通所型サービスA、通所型サービスB、通いの場の担い手を養成します。



地方独立行政法人 東京都健康長寿医療センター

東京都健康長寿医療センター研究所

(東京都老人総合研究所)

# サブスタッフで地域の未来をつくる

## サブスタッフ制度とは？

**サブスタッフ**とは、介護予防の知識と技術を持ち、守秘義務を負い、通所型サービス事業所職員の支援のもとケアプランに従って自立支援に向けたケアを有償で提供する、通所型サービスAの補助スタッフです。**サブスタッフ制度**では、いつまでも地域で役割が感じられ、多様な主体によるサービスが充実している地域を目指しています。この制度では、①まず通所型サービス事業所にて地域住民を養成し（サブスタッフ養成講座）、②養成講座修了後、サブスタッフは2年間の任期で通所型サービス事業所にて介護予防サービスに従事します。③総合事業対象者への関わり方を学び、経験を積んだ後は、住民主体による通所型サービスBや地域の通いの場のような活動を担うことも期待されます。



## サブスタッフ養成講座の概要 (通所型サービス事業所への委託)

サブスタッフ養成講座は、地域住民が通所型サービス事業所で総合事業対象者向けの介護予防サービスが提供できるようになることを目的とした4カ月間のプログラムです。受講生は通所型サービス事業所に通い、事業所職員による「講義」と「実習」を週に1回ずつ受けます。

### 講義

| 講義番号 | 内容                        |
|------|---------------------------|
| 第1講  | 施設オリエンテーション               |
| 第2講  | デイサービスの要支援者はどんな感じ？        |
| 第3講  | デイサービス利用者の生活目標を共有しよう！     |
| 第4講  | デイサービス利用者との関わりを振り返ってみよう！① |
| 第5講  | 介護予防とは？～要介護の原因と対策～        |
| 第6講  | からだを鍛える                   |
| 第7講  | 低栄養を防ぐコツ                  |
| 第8講  | 噛む力を高める、飲み込む力を高める         |

### 実習

| 講義番号 | 内容                             |
|------|--------------------------------|
| 第9講  | 認知機能の低下を防ぐには？                  |
| 第10講 | デイサービス利用者との関わりを振り返ってみよう！②      |
| 第11講 | 自治体のサービスを学ぼう！                  |
| 第12講 | 街を歩いてデイサービス利用者が見える地域資源を探してみよう！ |
| 第13講 | 地図で自治体の現状を見てみよう！               |
| 第14講 | 地域の現状をみんなで共有しよう！               |
| 第15講 | デイサービス利用者との関わりを振り返ってみよう！③      |
| 第16講 | 私の地域活動参画発表会                    |



「実習」は週1回半日(全13回)実施します。受講生は、利用者のケアプランの目標や内容を把握し、事業所職員の支援のもと段階的に介護予防サービスを提供します。利用者の変化が学習の意欲につながります。

個別訓練の準備中

「講義」は週1回1時間(全16回)実施します。講義はワークブックを輪読することで基本的な知識を共有し、グループワークでこれまでの経験を活かしつつ、知識を深めます。

## サブスタッフの活動の様子

養成講座修了後から、サブスタッフとしての活動が始まります。サブスタッフは、事業所職員と共に利用者に対して介護予防サービスを提供しています。

### プログラムの準備・バイタル測定



まず、会場設営などのプログラムの準備を行い、利用者が事業所に到着したら、利用者自身で行う血圧や体温の計測をサポートします。

### プログラムの見守り



利用者が安全に体操が実施できるよう誘導や見守りをし、必要に応じて運動のアドバイスもします。

### レクリエーション



レクリエーションでは、職員と共に場を盛り上げながら、利用者が楽しんで参加できるように関わります。

**サブスタッフは利用者にとって自立支援となるよう主体的にサポートしており、事業所にとって欠かせない存在となっています。**

## サブスタッフ制度導入から地域展開までの流れ

### Step 1

#### サブスタッフ制度導入

サブスタッフ養成計画・多様なサービスの要綱策定

通所型サービス事業所との調整

### Step 2

#### サブスタッフ養成講座の実施

受講生の募集

サブスタッフ養成講座の実施

通所型サービス事業所にて

### Step 3

#### サブスタッフの地域展開

通所型サービスAでの活躍を支援

通所型サービスBや地域の通いの場での活躍を支援

Step1ではサブスタッフ制度導入として、サブスタッフ養成計画・多様なサービスの要綱を策定し、養成講座実施に向けて通所型サービス事業所との契約や勉強会等の調整を行います。Step2では養成講座の受講生を募集し、通所型サービス事業所にて養成講座を実施します。実施中は、事業所を巡回し、受講生と事業所をサポートします。Step3ではサブスタッフの地域展開として、サブスタッフが通所型サービスAで活躍し、その後は通所型サービスBや地域の通いの場で活躍するサポートを行います。サブスタッフ制度導入から地域展開までの流れの詳細は、サブスタッフ養成講座実施マニュアル(裏面URL参照)をご覧ください。

## 自治体、事業所、サブスタッフの声

### 自治体



- サブスタッフ養成講座を通して、介護予防サービスや地域での介護予防活動の担い手が養成できました。
- 担い手を養成したことで多様なサービスの提供体制ができ、介護予防サービスの充実につながりそうです。

### 事業所

- サブスタッフが介護予防サービスの提供に加わることで、人材不足の解消につながっています。
- 職員がサブスタッフ養成講座を担当することで、職員のスキルアップにもつながりました。
- サブスタッフに事業所の理念やサービス内容を理解してもらうことで、地域にお住まいのみなさんにも愛される事業所になったと感じています。



### サブスタッフ



- 定期的に通所型サービス事業所に通って利用者に関わることは、生きがいや楽しみになりました。
- サブスタッフ養成講座で学んだことが自分自身の介護予防にもつながりました。
- サブスタッフ養成講座を通して地域とつながりができ、自分には縁がないと思っていた通所型サービス事業所が身近に感じられるようになりました。

サブスタッフ制度の詳細は、ホームページより  
**サブスタッフ養成講座実施マニュアル**をご確認ください。

<https://www.tmghig.jp/research/team/fukushi-seikatsu/kaigoyobou/>



お問い合わせ先



東京都健康長寿医療センター研究所  
福祉と生活ケア研究チーム 介護予防研究

〒173-0015 東京都板橋区栄町35番2号 電話：03-3964-3241 (内線 4243)