いくよう

きょういくときょうようが見つかる

リエイブルメント型短期集中予防サービスの概要について

2026/9/25

加古川市　リエイブルメント型短期集中予防サービス（サービス・活動Ｃ）
実施事業所募集説明会

Copyright © 2026 Ikuyou inc. All Rights Reserved.

プロフィール

（株）いくよう　サービス品質責任者
（一社）日本リエイブルメント協会　代表理事
中村　一朗（なかむら　いちろう）
ichiro.nakamura@ikuyou.co.jp



SC-Cafeチャンネル
（YouTube）

1967年　山口市出身
2002年　防府市役所入所（前職は銀行員、ホテルマン）
2016年　防府市役所高齢福祉課主幹（政策担当）
　　兼　第1層生活支援コーディネーター
2020年～
- 日本応用老年学会理事（2024～）
- 医療経済研究機構　政策推進部　副部長（2022～2026）
- 日本能率協会総合研究所　客員研究員（2025～）
- 国際長寿センター　ディレクター（2020～2024）
- 厚生労働省　老人保健健康増進等事業委員（2017～）
  ※2022年、2025年は短期集中予防サービス関係の事業委員
- 厚生労働省「介護保険における生活支援体制整備推進のための研修」講師（2024～）
- 経済産業省　介護関連サービス産業振興に関する戦略検討会　委員　（2024）
- 東京都短期集中サービス強化推進事業アドバイザー（2021～2023）
- SCカフェ主宰（2021～）

2026年　現職

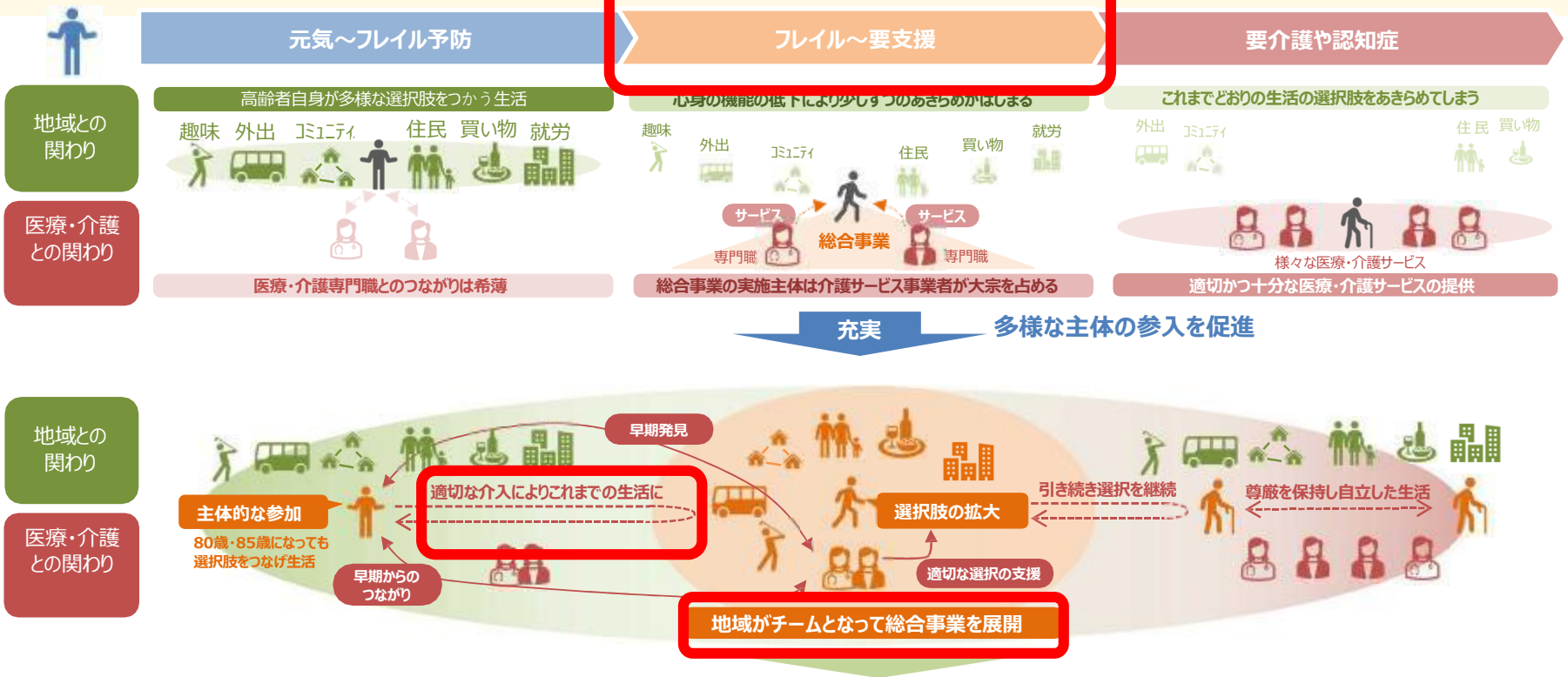
Copyright © 2026 Ikuyou inc. All Rights Reserved.

令和６年改正：地域がチームとなった総合事業へフルモデルチェンジ

○ 高齢者の地域での生活は、医療・介護専門職との関わりのみならず、地域の住民や産業との関わりの中で成立するもの。また、高齢者自身も多様な主体の一員となり、地域社会は形作られている。

○ 総合事業の充実とは、こうした地域のつながりの中で、地域住民の主体的な活動や地域の多様な主体の参入を促進し、医療・介護の専門職がそこに関わり合いながら、**高齢者自身が適切に活動を選択できる**ようにするものである。

○ 総合事業の充実を通じ、高齢者が元気なうちから地域社会や医療・介護専門職とつながり、そのつながりのもとで社会活動を続け、介護が必要となっても必要な支援を受けながら、住民一人ひとりが自分らしく暮らし続けられる「地域共生社会」の実現を目指していく。



地域の人と資源がつながり地域共生社会の実現や地域の活性化

Copyright © 2026 Ikuyou inc. All Rights Reserved.

出典：厚生労働省　介護予防・日常生活支援総合事業のガイドライン

サービス・活動Cの類型の改正（令和6年改正）

第1 総合事業の実施に関する総則的な事項

第2 サービス・活動の類型（多様化するサービス・活動の典型例）
ロ 通所型サービス
a（略）
b（略）
c 保健・医療専門職が3～6か月の短期間に支援を行うサービス・活動（通所型サービス・活動C）
・個人の活動として行う排泄、入浴、調理、買物、趣味活動等の生活行為に支障のある者を対象に、保健・医療専門職が、居宅や地域での生活環境を踏まえた適切な評価のための訪問を行った上で、おおよそ週1回以上、生活行為の改善を目的とした効果的な介護予防プログラムを実施する。その際、単に高齢者の運動機能や栄養といった心身機能にだけアプローチするのではなく、高齢者本人を取り巻く環境へのアプローチも含めたバランスのとれたものとすることで、日常生活の活動を高め、家庭や社会への参加につなげる。
（略）

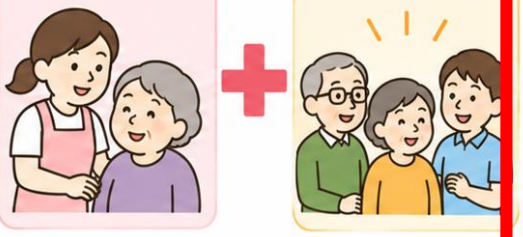
Copyright © 2026 Ikuyou inc. All Rights Reserved.

介護サービスだけで支える地域から、地域全体で支えられる地域へ



1 介護サービスとの併用

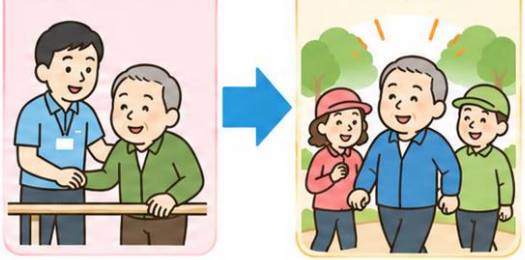
介護サービス ＋ 地域資源



両方をうまく使って
安心した生活を

2 介護サービスからの移行

介護サービス → 地域資源



介護サービスの適切な介入により
地域を活用した生活へ

3 地域資源を優先

地域資源 → 必要な場合に介護サービス



まずは地域の力を活用
必要な場合に介護サービス

Copyright © 2026 Ikuyou inc. All Rights Reserved.

要支援状態になって元の生活が取り戻せる地域へ

https://www.mhlw.go.jp/content/12300000/001085690.pdf
厚生労働省：地域づくり支援ハンドブック

2010年代からイギリスを中心にデンマークやノルウェーなどで医療モデルとして実施し、効果を上げている取組みを寝屋川市が研究事業として実施

Copyright © 2026 Ikuyou inc. All Rights Reserved.

リエイブルメントサービスの特徴

1 短期・集中型

週1回・2時間×12回
限られた期間で成果を出す

明確で具体的な生活目標を本人と事業所間で同意してサービスを開始することが重要

2 日常生活で再現できる支援

・手を触れない
・家にない器具を使わない

日常の工夫で、自分で取り組める

3 自立を促す面談

セルフマネジメントシートを活用し、その内容をポジティブにフィードバックする動機づけ面談で行動変容へ

サービス依存を生まない

「サービスで良くなる」ではなく

“自分で良くする力”

を引き出す

2時間の支援だけでなく、
通所間の生活を重視

次の通所までの6日と22時間の生活に着目

振り返り → 改善 → 実践

→ PDCAで自立支援



生活課題の改善と維持を実感し、
社会参加（家庭内外）へつなげる

もともとやってきた生活を目指し、
日常生活の活動を高め、
家庭や社会への参加につなげる取り組みです。



この取組みは、厚生労働省令和７年度老健事業「短期集中予防サービス（サービス・活動C）の効果的な実施に関する調査研究事業」の手引書に採用されました。

Copyright © 2026 Ikuyou inc. All Rights Reserved.

リエイブルメントサービスプログラム例（通所）

到着後
- バイタルチェック 他者交流

10:00
- 集団での筋力トレーニング ストレッチ

10:15
- 集団体操（脳トレ・地域資源への移行プログラム）

11:50
- 送迎

12:00


リエイブルメント セルフマネジメントシート

記載期間 年 月 ／ 週目

目標とする生活の姿 / そのために（） / 1かけて頑張ること

日々のために毎日取り組む内容

日時	場所	サービス内容	体調	1	2	3	4	4	5	6	7	取り組んだ後の一言

この１週間で得た、できたこと・気づいたこと / セラピストからのメッセージ

次回の面談時にご準備

いくよう 確認者

- セルフマネジメントプログラム（面談等）
- 運動機能向上プログラム：個人・集団で随時実施
- 口腔機能向上プログラム（必要時：期間中1回以上）
- 栄養改善プログラム（必要時：実施の場合2回以上）
- 地域支援への移行プログラム
- IADLプログラム

上記のプログラム全て同時進行で行う

- ☑ 利用時間中に何かを**提供し続けるサービスではありません！**
- ☑ 残り**6日と22時間**の過ごし方が大切であることを意識づけ

セルフマネジメントプログラム（リエイブルメントの最重要ポイント）

- セルフマネジメントシートを用いて、一週間を一緒に振り返りながら行う
- 利用者のできている部分に**ポジティブフィードバック**を行う。
- 日々の生活の中で行っていることに一緒に**意味づけ**をしていく
- 成功体験の積み重ねにより**自己肯定感**が高まる
- 新しいチャレンジへの**意欲**が生まれ、生活課題の解決につながる

➡ 意欲的に自分自身を管理できる ＝ **セルフマネジメント能力が高まる**



Copyright © 2026 Ikuyou inc. All Rights Reserved.

動機づけ面談の具体的手法

1 1週間の振り返りを一緒に行う

- 何が出来た？・何が難しかった？
- 何を取り組んだ？
- 何に気付いた？・気になったことは？



2 肯定的側面をとらえて ポジティブフィードバックを行う

非肯定的側面（と思われる）部分については、
再構築支援（気づきを促し、語りを組み替え、
行動の方向性を一緒に整える）を行う。



3 課題に対しての解決法を提案、一緒に考える。

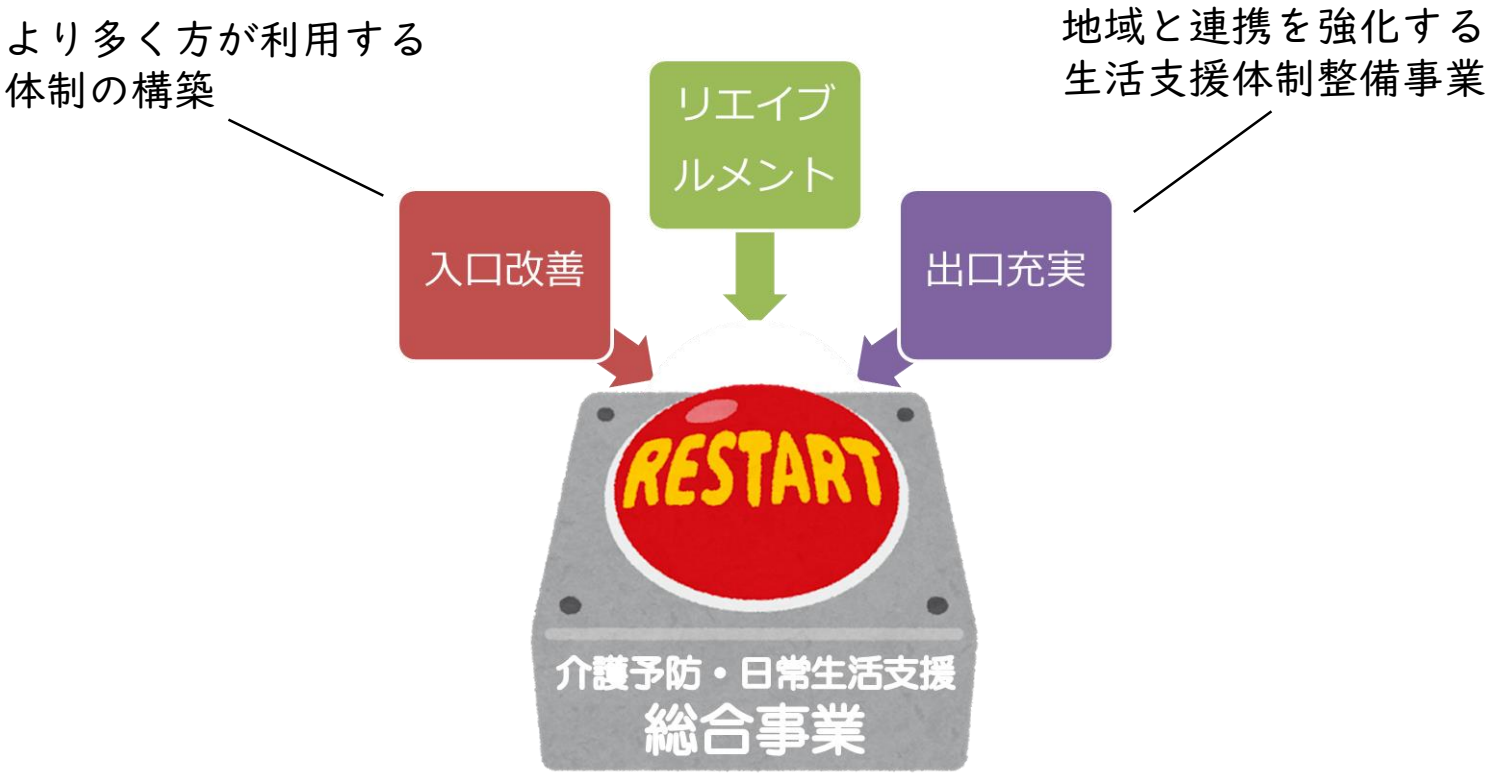


4 次に向かっての取り組みの方針を一緒に考える（生活の工夫、運動等）できれば自己決定を取り入れる。



Copyright © 2026 Ikuyou inc. All Rights Reserved.

リエイブルメント：加古川市全体で進めていく事業



リエイブルメント事業所が総合事業の中心となりますが、
加古川市の高齢者支援に関わる全員で取り組む事業です。

Copyright © 2026 Ikuyou inc. All Rights Reserved.