

# 第4章 基本施策

**施策の柱1 地域生活支援プログラム**

～住み慣れた地域で、安心して暮らせる社会～

**施策の柱2 認知症サポートプログラム**

～高齢者の尊厳が守られ穏やかに暮らせる社会～

**施策の柱3 生きがい実感プログラム**

～主体的に活動し生き生きと暮らせる社会～

## 施策の柱1 地域生活支援プログラム

～住み慣れた地域で、安心して暮らせる社会～

### 1 医療介護連携システムの推進

#### 【現状と課題】

- 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査では、最期を迎える場所の希望として、45.8%の人が自宅を希望しています。高齢者が住み慣れた地域で、安心して生活を送り続けるためには、介護サービスだけでなく、必要な医療を自宅で受けることができる在宅医療体制の構築が必要です。本市では、光市医師会を中心に在宅医療体制の推進を図るとともに、介護サービスとの連携強化により、切れ目のない一体的なサービスの提供につなげるなど、医療介護連携システムの構築に向けた取組を推進しています。
- また、第7期計画では、病院・診療所・調剤薬局・介護サービス事業所等で検討した「地域医療介護連携情報システム」を導入し医療介護情報の共有化に取り組むとともに、新たな医療介護連携ツールを活用し、多職種連携機能の強化に努めています。
- こうした中、医療・介護の専門職同士の顔の見える関係づくりを促進し、多職種の迅速な情報連携が可能となるよう、地域ケア全体会議を実施するなど、医療・介護現場の視点から、在宅医療を支えるための体制づくりに向けた取組を行っています。

#### 【施策の方向性】

- 高齢者のニーズに応じた介護サービスと在宅医療の提供により、高齢者の質の高い生活を支援するため、引き続き医療と介護のコーディネータ役を担う地域包括支援センターの機能強化に努めます。また、地域ケア会議の開催等による関係機関との情報交換・共有化により、医療介護連携における課題解決に努めます。
- 介護予防・自立支援推進の視点から、適切な医療・介護サービスの提供、機能回復訓練へつなげるためには、医療と介護に加え、理学療法士や作業療法士等のリハビリ職といった多職種との連携が重要となることから、ケアプランの重要性を改めて介護支援専門員等と共有します。

#### 【施策・事業の展開例】

事業名	光市医師会を中心とした在宅医療の推進
内容	光市医師会では、相談に基づき、かかりつけ医による在宅医療へつなげる役割を担うとともに、中学校区を単位とした主治医・副主治医方式等によるグループ診療を推進するなど、在宅医療を推進する中心的な役割を担っています。今後予想される在宅医療のニーズ増大を踏まえ、医師間の連携はもちろんのこと、多職種との連携も強化し、効率的・効果的な在宅医療体制の構築につなげます。

事業名	2つの市立病院を活かした地域包括ケアシステムの構築
内容	急性期及び慢性期医療に機能分化された2つの市立病院は、地域医療連携室や地域包括ケア病棟（光総合病院）、回復期リハビリテーション病棟（大和総合病院）などにより、在宅医療の急変時における受入等の後方支援や、急性期を経過した患者の在宅復帰に向けた医療・リハビリテーション等の提供といった、地域の医療機関の後方支援病院としての役割を果たします。

事業名	医療と介護の連携促進
内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・在宅生活を送るための質の高いサービス提供を目指すためには、在宅医療の推進とともに、切れ目のない包括的なサービス提供体制が必要です。関係者の連携意識を高め、顔の見える関係をつくることにより連携体制を強化するとともに、特に、認知症の早期発見に努め、適切な医療・介護サービスへつなげるなど、認知症施策の推進に努めます。</li> <li>・地域医療介護連携情報システム及び医療介護連携ツールを活用し、医療と介護の連携促進に加え、必要な利用者情報を効率的に共有していきます。</li> </ul>

事業名	在宅医療の情報提供
内容	在宅医療を推進するため、在宅医療や介護の社会資源等をまとめた情報冊子を作成し、市民や介護関係者等に配布します。

## 【目標指標】

項目/年度		H30	R元	R2	R3	R4	R5
地域ケア全体（合同）会議	目標	2回	2回	2回	2回	2回	2回
	実績	2回	2回	0回			
居宅介護支援事業所「入院時情報連携加算」及び「退院・退所加算」の取得率	目標	50.0%	60.0%	70.0%	70.0%	70.0%	70.0%
	実績	47.3%	47.3%	55.5%			

## 施策の柱1 地域生活支援プログラム

～住み慣れた地域で、安心して暮らせる社会～

### 2 地域包括支援センターの機能強化

#### 【現状と課題】

- 総合福祉センター内に市直営の地域包括支援センターを設置し、保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員、認知症地域支援推進員が、その専門性や技能を互いに活かしながらチームで活動し、医療・介護・福祉関係者及び地域住民との連携を図り、地域のネットワークの構築に努めています。また、第7期計画では、支援を必要とする市民が抱える多様で複合的な課題等に対応するため、現行の地域包括支援センターを基幹型センターとして位置付け、令和3年4月から委託センターの増設を行うことで、各地域でのきめ細やかな支援体制を整備しています。
- 一方、主な事業として、介護予防ケアマネジメント事業を含む4事業を行っていますが、介護予防・日常生活圏域ニーズ調査結果では、前計画同様約5割の認知度となっていることから、市民が身近に相談できる入口として、継続して周知を図っていく必要があります。

#### 【地域包括支援センターの主な4事業】

- ①介護予防ケアマネジメント業務
- ②総合相談支援業務
- ③権利擁護業務
- ④包括的・継続的ケアマネジメント支援業務

- また、介護予防支援、権利擁護や生活に関する相談件数の増加など介護の課題に加え、地域住民が抱える課題は、障害や子育て支援等、複雑・多岐にわたることから、地域包括支援センター職員の資質向上や関係機関との連携の促進、さらには、様々な社会資源の活用が必要となっています。

#### 【施策の方向性】

- 地域住民の多様化・複雑化するニーズに対し、フォーマル、インフォーマルな社会資源を有機的に結びつけながら、社会福祉協議会や民生委員児童委員協議会などの関係機関との連携を進めるとともに、光市総合福祉センターの強みである福祉保健行政窓口の総合的な相談・支援体制のさらなる充実を図り、地域共生社会の実現に向けた取組を推進します。
- 従来の介護予防ケアプランを評価・改善することにより、自立支援・重度化防止のための効果的・効率的な介護予防ケアマネジメントを実施します。
- 高齢者が住み慣れた地域で安心して生活が継続できるよう、地域ケア会議を開催し、多職種連携による地域のネットワーク構築を目指します。

- 高齢者一人ひとりが尊厳ある生活を維持できるよう、高齢者虐待や消費者被害への迅速な対応、成年後見制度や地域福祉権利擁護事業等の活用を図ります。
- 地域住民が、地域包括支援センターの存在やその役割を知り、気軽に相談できる場所となるよう、引き続き周知に努めます。

## 【施策・事業の展開例】

事業名	介護予防ケアマネジメント事業
内容	要支援者や事業対象者等の自立支援・重度化防止を図るため、対象者自らの選択のもと、必要なサービスが包括的かつ効果的に実施されるよう、介護予防ケアマネジメントを行います。

事業名	総合相談事業
内容	本人や家族、民生委員・児童委員や地域住民等の様々な相談を受け、的確に状況把握等を行い、専門的・緊急対応の必要性、情報提供による問題の解決の可能性などを判断しながら、適切な機関や制度、サービスにつなげます。

事業名	権利擁護事業
内容	高齢者の人権や財産を守るため、市民等への権利擁護に関する正しい理解の普及に努めます。また、見守り体制の充実や成年後見制度及び地域福祉権利擁護事業の活用により、問題が困難になる前の把握・早期対応を図ります。

事業名	包括的・継続的ケアマネジメント事業
内容	地域ケア会議や介護支援専門員研修などを通して、地域の様々な関係者が連携・協働し、地域資源の活用を図りながら継続的に支援ができるよう必要な指導・助言を行います。

## 【目標指標】

項目/年度		H30	R元	R2	R3	R4	R5
総合相談延件数	目標	3,100件	3,200件	3,300件	3,340件	3,380件	3,420件
	実績	3,487件	3,381件	3,297件			
地域ケア会議開催回数	目標	47回	52回	60回	60回	60回	65回
	実績	42回	43回	32回			

【目標指標】

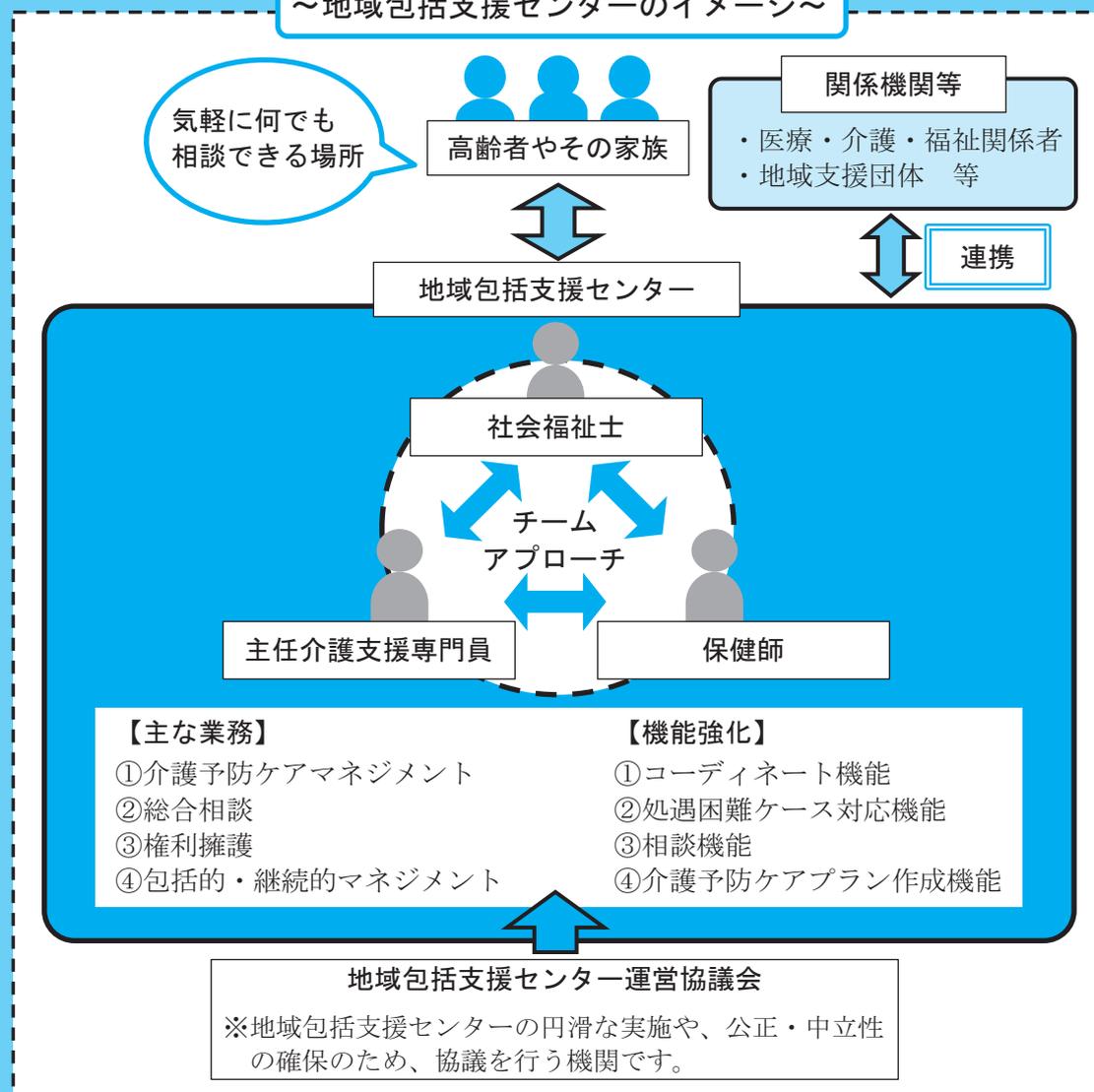
項目/年度		H30	R元	R2	R3	R4	R5
介護支援専門員への支援 延件数	目標	210件	220件	250件	450件	450件	480件
	実績	389件	409件	369件			

解説『地域包括支援センターの役割について』

地域包括支援センターは、高齢者とその関係者が介護・医療・保険・福祉などの生活の困りごとがある際に支援を行う総合相談窓口です。

センターには、社会福祉士や保健師等の専門職が常駐し、相互連携を図るとともに、地域包括ケアシステムの中核的機関として、医療・介護・福祉関係者及び地域住民との連携を図りながら、相談者等の課題を解決したり適切なサービスにつないだりする役割を担っています。

～地域包括支援センターのイメージ～



### 事業ピックアップ『地域ケア会議の取組』

地域ケア会議は、地域包括支援センターが主催し、設置・運営する「行政職員をはじめ医療介護福祉関係者並びに地域の関係者から構成される会議体」で、4種類の会議で構成しています。

各会議では、個別ケースの支援を検討し、問題解決を図るとともに、地域課題を発見・整理・分析し、社会資源の開発、地域づくり、多職種連携の推進、さらには、政策形成に結びつける体制の構築を目指しています。

また、主に困難ケースを対象にした「地域ケア個別会議」に加え、高齢者の自立支援に向けた取組を多職種協働で検討する「自立支援型の地域ケア個別会議」を定期的に開催しています。

会議体系	目的・機能	回数
地域ケア個別会議	<ul style="list-style-type: none"> <li>・個別課題の解決</li> <li>・ネットワーク構築</li> <li>・地域課題の発見</li> </ul>	随時
地域ケア連絡会議	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ネットワーク構築</li> <li>・地域課題の発見</li> </ul>	月1回
地域ケア全体（合同）会議	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ネットワーク構築</li> <li>・資質の向上</li> <li>・人材育成</li> <li>・情報共有</li> </ul>	年2回程度
地域ケア検討会議	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地域づくり</li> <li>・資源開発</li> <li>・政策提案</li> </ul>	年1回程度

## 施策の柱1 地域生活支援プログラム

～住み慣れた地域で、安心して暮らせる社会～

### 3 高齢者支援システムの構築

#### 【現状と課題】

- ひとり暮らし高齢者や認知症高齢者の増加に伴い、支援を必要とする高齢者が増える中、日常生活上の困りごとや外出支援など高齢者の生活支援に対応できる、ボランティアやNPO、事業所などの多様な主体による互助の取組の充実が求められています。
- 本市では、生活支援体制整備事業に取り組み、平成29年度より地域コミュニティ組織を中心に特色ある地域づくりをしている2地区をモデル地区として、見守りや通いの場の創出、外出支援等の生活支援について協議を進めています。
- 第7期計画では、話し合いの場を他の地域に広げ、各地域の課題から必要とする生活支援サービスの内容を協議していますが、交通弱者や地域防災など行政の他分野に関係する課題等も多いことから、地域づくりの視点から、行政の関係所管を巻き込み検討していく必要があります。
- 介護支援ボランティアポイント事業については、介護施設等への訪問活動と、在宅高齢者の生活を地域で支える仕組みを構築し取組を推進してきました。一方、支援を行うボランティアの登録者数は横ばい傾向にあることから、活動する高齢者の新たな生きがいづくりや介護予防の視点から、より取り組みやすく魅力のある活動となるよう、関係機関との対話を進めていく必要があります。
- また、近年の災害や新型コロナウイルスなど新たな感染症の流行により、高齢者が犠牲となる事例が全国各地で発生しています。本市においても、平成30年7月の豪雨により、島田川流域を中心に災害が発生し、個人宅をはじめ介護施設等においても床上浸水等の被害が出ています。このため、日頃から関係機関や介護事業所等と連携し、災害や感染症への対策を充実していく必要があります。

#### 【施策の方向性】

- 現在実施している生活支援体制整備事業の取組を着実に進め、介護支援ボランティアポイント事業をきっかけに地域の担い手が育つよう、地域と行政、社会福祉協議会がともにパートナーとして対話に参加し、互いに知恵を出し合う場を各地域で構築していきます。また、事業の継続性及び安定的な運営のため、総合事業への移行等についても、検討していきます。
- 地域防災計画等に基づき、災害時における自力避難が困難な高齢者の安全確保を図るとともに、県等と連携し、災害や感染症対策に必要な物資の備蓄や調達等に努めます。また、介護事業所における災害対策の計画策定や訓練の実施、国が示した感染症対策マニュアルに基づく事業所の対応等について、定期的な確認及び関係機関との共有に努めます。

## 【施策・事業の展開例】

事業名	生活支援体制整備事業
内容	高齢者等の生活支援について、地域の多様な事業主体による組織的な体制を整備し、生活支援サービスの充実と互いに支えあう地域づくりを推進します。

事業名	介護支援ボランティアポイント事業
内容	<p>高齢者等が、介護施設等におけるボランティア活動や在宅高齢者の生活におけるちょっとした困りごとを支える活動により、新たな生きがいを見つけ、自らの介護予防を推進します。</p> <p>また、地域の担い手として結び付けていくことで、希薄化している地域の絆の回復に寄与します。</p>

事業名	生活支援サービス
内容	<p>高齢者の地域における生活を支えていくため、介護保険サービスのみならず、高齢者の状況に応じた生活支援サービスを展開します。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・寝具乾燥消毒サービス事業：老衰・障害・疾病等の理由により、寝具類の衛生管理が困難な在宅の寝たきり高齢者や重度障害者に対して、寝具類の乾燥・消毒を行います。</li> <li>・訪問理美容サービス事業：在宅で寝たきり・障害・疾病等のため理美容院へ出向くことが困難な高齢者等が、居宅で理美容のサービスが受けられるよう支援します。</li> <li>・日常生活用具給付サービス事業：おおむね 65 歳以上の要配慮高齢者及びひとり暮らし高齢者に対し、電磁調理器、火災警報器及び自動消火器の日常生活用具を給付することにより、高齢者の在宅生活の援助を行います。</li> <li>・ふれあい訪問収集：分解や運搬が困難な粗大ごみ等の戸別収集をしています。</li> </ul>

事業名	緊急通報体制整備事業
内容	虚弱なひとり暮らし高齢者等に対し、緊急通報装置を貸与し、急病、災害等の緊急時に迅速かつ適切な対応を図るとともに、健康等に関する相談に応じることにより、在宅で安心安全な生活の継続ができるよう支援します。

#### 第4章 基本施策

事業名	在宅寝たきり老人リフト付きタクシー助成事業
内容	在宅の寝たきり高齢者に対し、リフト付きタクシーを利用する際の料金の一部を助成することにより、外出等の日常生活の利便性の向上や生活圏の拡大を図り、社会参加を促進します。

事業名	災害時要援護者登録の推進
内容	近年の地震、台風、水害等様々な災害時において、自力で迅速な避難ができないひとり暮らし高齢者等への支援対策として、こうした方々を把握し、災害時要配慮者名簿の作成・整理を行い、民生委員・児童委員や自治会、自主防災組織等地域での活用を推進します。

事業名	避難確保計画の策定及び訓練の実施
内容	土砂災害警戒区域や島田川洪水浸水想定区域などの区域では、土砂災害や洪水等の災害発生時に迅速かつ円滑に避難する必要があることから、災害の種別に応じた避難に関する計画を作成し、計画に基づいた訓練を実施します。

事業名	災害及び感染症対策に必要な物資の備蓄・調達
内容	災害時に必要な食糧、飲料水、段ボールベッド、マスク等の物資を計画的に備蓄するとともに、非常時において物資の調達が円滑にできるよう、国県等との連携を進めます。

#### 【目標指標】

項目/年度		H30	R元	R2	R3	R4	R5
生活支援体制整備事業 第2層協議体設置数	目標	5地区	5地区	6地区	8地区	8地区	10地区
	実績	4地区	4地区	5地区			
介護支援ボランティア ポイント事業 (ふれあいサポーター数)	目標	230人	250人	270人	210人	220人	230人
	実績	206人	203人	202人			
災害時要援護者登録数 (同意率)	目標	25.0%	26.0%	27.0%	60.3%	63.3%	66.2%
	実績	41.4%	51.0%	51.9%			

解説『高齢者支援システムの充実により、今後の高齢者の生活が大きく変わります！』

生活支援体制整備事業・介護支援ボランティアポイント事業は、10年後の高齢者の生活に影響する事業であり、多様な市民が福祉（公共）の主役になるための種まきをする事業となります。

例えば

要支援2のAさん

76歳



昭和27年生まれの  
元気なBさん

68歳



高齢化が進み、令和12年には、

- ①1.4人で高齢者1人を支える。
- ②後期高齢者が24.2%になる。

保険料が  
2倍になる  
かも。

支えられる側の高齢者に着目

元気にする取組



元気な  
高齢者を

支える側に



1/1.4人

介護人材  
不足

軽度者が  
保険給付  
から外れる  
かも。

必要な介護  
サービスを受  
けられない  
かも。

しかし ゼロからこうした取組を進めるには無理がある

だから、地域に目を向けたとき・・・

- ◆地域コミュニティ組織が中心につながる
  - ◆老人クラブ等が組織化されている(ふれあい・いきいきサロン)
  - ◆「子ども」をキーワードにコミュニティスクール活動が活性化している など
- 顔の見える関係の中で、それぞれの地域の実情に合わせ、『元気な高齢者の社会参加』を進める取組があり、これを『生活支援体制』と結び付けていきます。

生活支援体制

- ・多様な担い手の参加を促す介護予防・日常生活支援総合事業により、
  - ・地域の互助の取組を支援する介護支援ボランティアポイント事業により、
- 10年後のAさん、Bさんは

活動を  
促す手段

Aさん 86歳  
いきいき百歳体操  
に参加し、要支援2  
を維持している。



Bさん 78歳  
仲間との独居の高齢  
者や子どもの見守り  
活動をとおして、や  
りがいを感じている。



## 施策の柱1 地域生活支援プログラム

～住み慣れた地域で、安心して暮らせる社会～

### 4 介護サービス基盤の強化充実と持続可能な制度運営

#### 【現状と課題】

- 在宅生活を支える介護サービスについては、身近な地域での利用を促進する地域密着型サービスを各圏域に整備しています。
- 第7期計画では、今後の高齢化の進行による介護需要の増加を見込み、在宅生活が困難な方への介護施設サービスとして、地域密着型特別養護老人ホームやグループホームの整備を、また、在宅医療の推進・充実が求められる中で、医療・介護が連携した複合型の介護サービスを提供する看護小規模多機能型居宅介護を整備しました。
- 今後も介護サービス基盤の強化充実を図るため、引き続き計画的な施設整備を進めるとともに、全国的に課題となっている介護人材の確保について、本市として新たな取組を検討していくことが求められています。
- 一方、介護保険の持続可能な制度運営を維持していくためには、介護給付等費用適正化事業や介護相談員派遣事業等を通じた介護サービスの質の向上を図るとともに、介護サービス事業所への実地指導や事業所との連携をこれまで以上に強化していく必要があります。また、高齢者の在宅生活を支える場の選択として、近年、有料老人ホーム等が増加していることから、指定権者である県と連携し、質の確保と適切なサービス基盤整備を進めることが必要です。

#### 【施策の方向性】

- 在宅生活を支援するための介護サービスや、在宅生活が困難な方への介護施設サービス等については、今後の需要や介護保険制度の安定的な運営等を踏まえ、計画的に整備していきます。
- 介護人材の確保については、今後、人口構造の変化により現役世代の減少が見込まれることから、これまでの県への側面的な支援や生活支援サービスの担い手の発掘・育成に加え、元気な高齢者の新たな生きがいや介護予防の視点から、介護事業所で介護の専門職をサポートする職種である介護助手の導入について検討します。
- 有料老人ホーム等は多様な介護ニーズの受皿としての役割を担っており、入居者数は増加していることから、県と連携し、適切なサービス利用が図れるよう指導等を行います。

## 【施策・事業の展開例】

事業名	地域密着型サービスの整備
内容	地域密着型の各種サービスについては、圏域ごとに一定数の整備がされていますが、全ての高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、小規模多機能型居宅サービス等の複合的なサービスについて、計画的に整備していきます。

事業名	介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）の整備
内容	これまでの整備促進により、一定数整備できていますが、現時点での待機者に加え、今後の高齢化の伸びを想定し、要介護3以上で在宅生活が困難な方への介護施設サービスとして、計画的に整備していきます。

事業名	介護給付等費用適正化事業
内容	ケアプランによるサービス提供の適正性の検証や、適切な介護報酬請求のための必要な情報提供、さらには、サービス利用者に対する給付費通知などを行い、介護給付費の適正化を推進します。

事業名	介護相談員派遣事業
内容	介護相談員を市内介護サービス事業所へ派遣し、介護サービス利用者の疑問や不満を聞き取るなど、利用者と施設との橋渡し役として、事業者にもその内容を伝え、介護サービスの苦情を未然に防止するとともに、利用者の不安の解消を図るなど、介護サービスの質の向上に努めます。

事業名	地域密着型サービス事業所等への指導・監査
内容	地域密着型サービス事業所等に対して、指導監査を行うなど、技術的な助言を行い、より適正にサービス提供できる体制の確保に努めます。また、有料老人ホーム等については、県と連携し、適切なサービス利用が図れるよう指導等を行います。

事業名	介護サービス事業所との連携
内容	定期的開催される運営推進会議や、介護サービス毎に連携組織として立ち上がっている「グループホーム連絡協議会」「小規模多機能型居宅介護連絡協議会」等との連携を進め、情報の共有や介護サービスの質の向上に努めます。

事業名	介護保険制度の普及啓発と情報提供
内容	高齢者が主体的にサービスを選択する参考として、介護サービスのパンフレットを作成し、様々な機会を通じ積極的に情報提供を行うなど、介護保険制度の普及・啓発に努めます。

事業名	介護助手普及推進事業
内容	高齢化の進行や現役世代の減少による介護人材不足の解消を図るとともに、元気な高齢者の新たな生きがいや介護予防の視点から、介護事業所で介護の専門職をサポートする職種である介護助手を導入します。

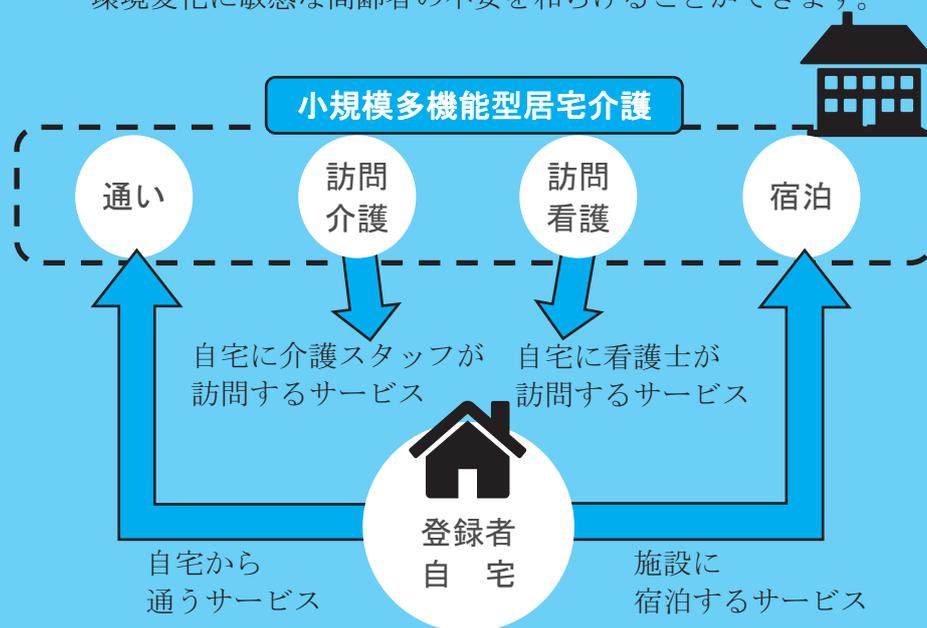
【目標指標】

項目/年度		H30	R元	R2	R3	R4	R5
地域密着型サービス事業所等への実地指導実施数	目標	8件	9件	9件	9件	9件	9件
	実績	11件	10件	11件			
介護給付等費用適正化事業の主要5事業の実施	目標	5事業	5事業	5事業	5事業	5事業	5事業
	実績	5事業	5事業	5事業			

事業ピックアップ『小規模多機能型居宅介護・看護小規模多機能居宅介護』

小規模多機能型居宅介護は、本人の様態や希望に応じて、「通い」「訪問」「宿泊」を柔軟に組み合わせ、必要な支援をします。(看護小規模多機能居宅介護は訪問看護が加わる。)

【ポイント】顔なじみの職員が通い・訪問・宿泊に対応するため、環境変化に敏感な高齢者の不安を和らげることができます。



## 事業ピックアップ『特別養護老人ホームの整備』

現在の特別養護老人ホームの床数や待機者のうち入所の必要性が高いと推測される人数、今後の高齢化の伸び等を総合的に勘案し、第8期計画では以下のとおり、特別養護老人ホームを整備します。

## 【第8期計画中の特別養護老人ホーム整備計画】

第7期計画実績	第8期計画目標値		
	令和3年度	令和4年度	令和5年度
5施設（403人）	3施設（29人） （6人） （2人）	1施設（29人）	-

## ※令和3年度

- ・1施設（29人）は、ショートステイから地域密着型特養への転換を予定
- ・1施設（6人）は、ショートステイから広域型特養への転換を予定
- ・1施設（2人）は、ショートステイから広域型特養への転換を予定

## 令和4年度

- ・1施設（29人）は、地域密着型特養の新設を予定

## 【参考】日常圏域別の特別養護老人ホーム整備状況（令和3年1月末現在）

区分	指定区分	施設区分	定員
浅江地区	市指定	従来型	20
	県指定	ユニット型	63
		合 計	83
島田・上島田・三井・周防地区	県指定	ユニット型	131
光井・室積地区	県指定	ユニット型	80
	市指定	ユニット型	29
		合 計	109
大和地域	県指定	従来型	80
合 計	県指定		354
	市指定		49
	合 計		403

※従来型：多床室等

※ユニット型：個室

※定員が29人以下の施設区分について市指定（地域密着型サービス）

## 施策の柱2 認知症サポートプログラム

～高齢者の尊厳が守られ穏やかに暮らせる社会～

### 1 認知症を予防し、早期発見・対応を図る

#### 【現状と課題】

- 高齢者人口の増大に伴い、認知症高齢者の著しい増加が予測される中、認知症高齢者対策の推進は、超高齢社会における喫緊の課題となっています。
- 認知症施策については、認知症の予防や早期発見の視点から、これまで認知症予防講演会等を実施し、広く市民への認知症に対する啓発を行ってきましたが、参加者の固定化や若い世代の参加が少ない傾向にあります。認知症の発症は、若い頃からの健康づくりも重要と考えられることから、若い世代や新たな参加者へのアプローチが重要となっています。
- また、相談窓口として地域包括支援センターで週に1回「もの忘れ相談日」を開設していますが、令和元年度の相談が延7人と減少傾向にあることから、さらに市民への周知を行うとともに、総合福祉センターに設置している「認知症スクリーニング～もの忘れ相談プログラム～」等の積極的な活用や、平成29年度に設置した認知症初期集中支援チームによる支援により、認知症の早期発見・早期対応を図る必要があります。

#### 【施策の方向性】

- 認知症予防については、若い世代からの生活習慣病予防が重要であることから、健康教育や出前講座等を通じて、個々にあった運動・食事・休養等についての健康づくりを推進します。また、高齢期においても、健康的な生活習慣や身体機能の維持改善につながる取組を行っていきます。
- もの忘れ相談プログラム機器については、もの忘れの有無がチェックでき、操作も簡単なものとなっていることから、広報媒体を通じて市民への周知を図り、出前講座やいきいきサロン等での活用をさらに進めます。
- 「もの忘れ相談日」の周知を図り、もの忘れや認知症に関して気軽に相談できる体制を整備し、本人・家族の不安軽減に努めます。
- 平成29年度に設置した認知症初期集中支援チームについては、光市医師会や認知症疾患医療センターなど関係機関と連携を図りながら、認知症の方やその家族に早期に関わり、早期診断・早期対応に向けた支援に取り組みます。

## 【施策・事業の展開例】

事業名	認知症予防啓発事業
内容	認知症に対する正しい理解を深め、認知症の予防が図れるよう、生活習慣病対策の推進、認知症予防に関する出前講座、認知症予防講演会に取り組みます。 また、認知症についての啓発を図るとともに、早期発見・早期対応に向けた取組を推進します。

事業名	もの忘れ相談日
内容	もの忘れや意欲の低下が気になる方の相談に応じ、認知症や MCI の方へ早期対応し、健康や介護予防、生活支援、医療、介護サービスについてのアドバイスを行うなど、認知症の予防や悪化防止を図ります。

事業名	認知症初期集中支援推進事業
内容	認知症又は認知症の疑いのある高齢者等に対し、医療・介護の専門職で構成された認知症初期集中支援チームが家庭訪問や会議を開き、決定されたケア方針に基づき支援を行い、早期診断・早期対応を図ります。

事業名	認知症初期スクリーニング
内容	市HPに認知機能のチェックができる「認知症簡易チェックサイト」を開設し、認知症に関する情報を発信します。

## 【目標指標】

項目/年度		H30	R元	R2	R3	R4	R5
認知症に関する相談 延件数	目標	510件	530件	580件	600件	620件	640件
	実績	730件	599件	411件			
認知症に関する出前講座 回数	目標	23回	26回	30回	30回	30回	30回
	実績	28回	19回	3回			
認知症初期集中支援 チーム対応件数	目標	10件	12件	15件	15件	15件	18件
	実績	4件	6件	1件			

## 施策の柱2 認知症サポートプログラム

～高齢者の尊厳が守られ穏やかに暮らせる社会～

### 2 認知症を理解し、地域で支える

#### 【現状と課題】

- 認知症は誰にでも起こりうる病気と言われる一方で、周りや地域の人たちの理解はまだまだ進まず、偏見や誤解により、的確な支援を受けることができない認知症の方も多くいます。
- 認知症の方やその家族が安心して住み慣れた地域で暮らしていくためには、認知症を正しく理解し、偏見をなくす取組が必須と考え、光市認知症を支える会と市との協働事業である「認知症啓発事業」をモデル地区で実施しましたが、各地域での取組に広げていくことが大切と考えます。
- また、地域全体で見守り、支えていくことが大切であり、そのためのネットワークを作っていくことが必要です。
- そのため、本市では、認知症サポーター養成講座や認知症サポーターレベルアップ研修等を実施し、地域で認知症の方やその家族を支える体制づくりに取り組みました。
- ひかり見守りネットは、行方不明時の情報提供を介護福祉関係のみならず、民間事業所・団体や市民へ拡充し、より多くの方に捜索協力いただける体制を整備することができ、協力事業者も増加しています。また、本市のみならず近隣市町への捜索協力依頼ができる広域的な支援体制の整備も進んでいます。
- こうした支援体制に加え、アプリやSNSを活用し認知症の方が安全に外出でき、行方不明になった場合でも早期発見・保護ができる仕組みを構築している自治体もあることから、先進事例の取組について研究していく必要があります。
- 一方、軽度認知症の方のほとんどは、認知機能の低下を自覚し、地域との関わりを避けるなど、不安な生活を送られていることから、認知機能が低下しても地域での関わりが保たれ、生きがいややりがいを持って生活ができる場として、認知症カフェやふれあい・いきいきサロン等の設置を推進することが必要です。

#### 【施策の方向性】

- ひかり見守りネットについては、認知症高齢者等の家族の理解を進め、登録者の増加に向けた活動を進めるとともに、協力機関についても、引き続き、増加に向けた活動を実施していきます。
- 行方不明になった認知症の方が早期に自宅に戻れるよう、アプリやSNSを活用した取組について導入を検討します。
- 認知症カフェは、孤立しがちな認知症の方やその家族がほっとひと息つきたい時に気軽に立ち寄り、地域住民や専門家等との交流を通して、地域に溶け込みながら安心して暮らしていくための「場」及び介護者が気軽に相談できる「場」となることから、各地

域での展開を進めていきます。

**【施策・事業の展開例】**

事業名	ひかり見守りネット（認知症高齢者等見守りネットワーク事業）
内容	認知症により家に帰れなくなるおそれのある高齢者等の情報を事前に登録し、見守り協力機関と情報の共有により、地域での日常的な見守りの強化と危険の未然防止に努めます。また、行方不明が発生した場合は、協力機関との連携により、早期発見・保護に向けた支援を行います。

事業名	認知症サポーターの養成と活動の支援
内容	認知症サポーター養成講座を通して、認知症を正しく理解し、地域で認知症の方やその家族を温かく見守るサポーターを養成します。 また、認知症サポーターの活動の場の拡大として、ボランティアとしての活用も検討します。

事業名	認知症高齢者等声かけ訓練
内容	認知症高齢者が行方不明になったと想定した声かけ訓練を実施し、行方不明高齢者の早期発見や地域における見守り支援の強化、さらには、認知症高齢者への理解を促進します。 この取組は、地区社会福祉協議会等に委託し、地域住民に加え、小中学生の参加も増加していますが、今後も市内全体に広がるよう、地域住民等の随時の実施に対し支援していきます。

事業名	認知症カフェ運営補助事業
内容	認知症高齢者が住み慣れた地域で安心して生活が送れるよう、身近な地域で認知症高齢者等本人や家族、地域住民が気軽に集い、ふれあいの場となる「認知症カフェ」の開設を推進するため、運営団体の開設や運営に係る費用の一部を助成します。

【目標指標】

項目/年度		H30	R元	R2	R3	R4	R5
認知症サポーター養成 講座受講者延人数	目標	8,800人	9,400人	10,000人	10,600人	11,200人	11,800人
	実績	8,713人	9,201人	9,280人			
ひかり見守りネット (登録者数)	目標	70人	80人	90人	92人	94人	96人
	実績	80人	81人	87人			
ひかり見守りネット (協力事業者数)	目標	200者	230者	260者	265者	265者	270者
	実績	184者	184者	183者			
認知症カフェ開設数	目標	8箇所	10箇所	11箇所	10箇所	10箇所	10箇所
	実績	6箇所	7箇所	5箇所			

事業ピックアップ『ひかり見守りネット（認知症高齢者等見守りネットワーク事業）』

【ひかり見守りネットとは】

現在、高齢者の4人に1人が、認知症又はその予備軍の可能性があるとされ、今後も増加が見込まれています。

認知症によって起こる行動として、場所や時間の見当がつかなくなり、自宅に帰れなくなることがあり、最悪、生命の危機にさらされる可能性も生じてきます。危険を未然に防ぎ、早期発見・保護に努めることで“認知症になっても安心して暮らせるまち光”を実現するため、みんなで温かく見守り、困っているときにはサポートするネットワークです。

【見守りネットのしくみ】

1 事前登録・危険の未然防止（通常の見守り体制）

認知症で家に帰れなくなるおそれのある高齢者の情報を光市（基幹型地域包括支援センター）に事前登録します。

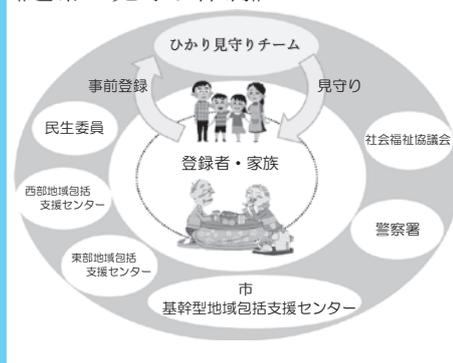
※登録情報は、以下の機関で共有し見守り支援を行います。

- (1) 光警察署
- (2) 光市民生委員・児童委員
- (3) 光市東部地域包括支援センター
- (4) 光市西部地域包括支援センター
- (5) 光市社会福祉協議会

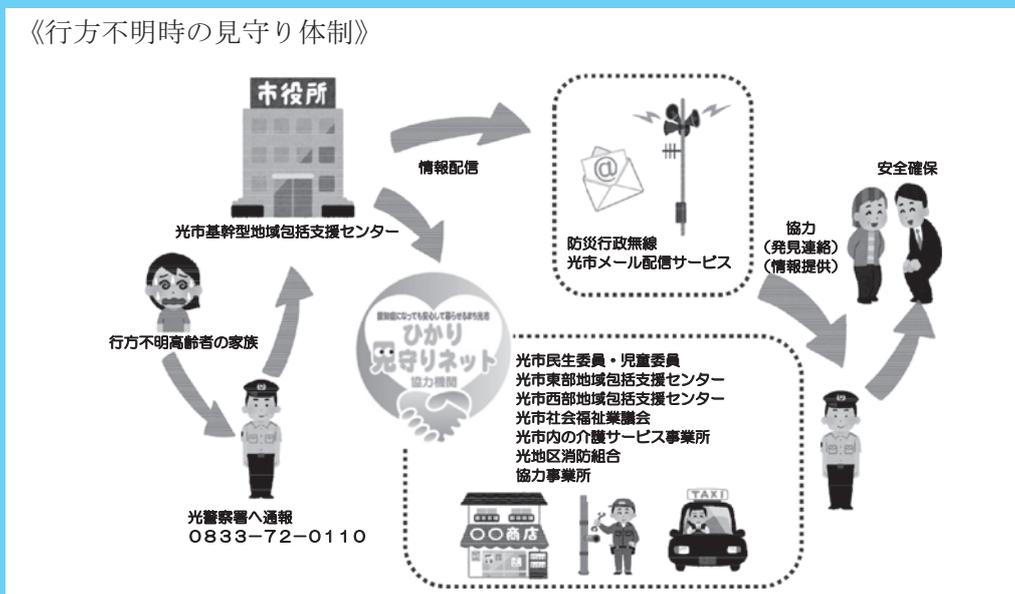
2 情報配信・早期発見（行方不明時の見守り体制）

行方不明が発生し警察署より協力要請があった場合は、基幹型地域包括支援センターから“ひかり見守りネット協力機関”へ捜索情報を配信します。また、家族等の希望によりメール配信サービスと防災行政無線を活用して、広範囲に捜索の協力を呼びかけます。

《通常の見守り体制》



《行方不明時の見守り体制》



## 施策の柱2 認知症サポートプログラム

～高齢者の尊厳が守られ穏やかに暮らせる社会～

### 3 権利擁護体制の確立

#### 【現状と課題】

- 高齢者が住み慣れた地域でその人らしい生活を継続するためには、高齢者一人ひとりの尊厳や権利が守られなければなりません。しかし、認知症による判断能力の低下のため、金銭管理等生活に支障を抱えている方や、消費者被害等の権利侵害を受けている高齢者等が増加しています。
- こうしたことから、関係機関や自治会、ボランティアなどが連携して認知症高齢者等を見守っていただけるよう、各種研修会や講演会を通して市民等への権利擁護に関する正しい理解の普及を図り、ネットワークの強化や、相談・通報等による関係機関との連携など、迅速に対応できる体制をさらに推進していく必要があります。
- 第7期計画では、「成年後見制度利用促進体制整備事業」に着手し、成年後見制度の利用が必要な方が円滑に利用できる体制を整えるため、中核機関の体制と役割を検討しましたが、今後は、中核機関での協議等を進め、制度の普及・啓発を進めていく必要があります。

#### 【施策の方向性】

- 虐待予防について、障害者虐待と共通する課題が多いことから、分野を超えて連携し取り組んでいきます。
- ひとり暮らし高齢者や認知症高齢者の増加により、判断能力が不十分な高齢者の尊厳や権利、財産を保全するため、本市における成年後見制度利用促進体制を構築し、市民への制度の普及・啓発に努めます。

#### 【施策・事業の展開例】

事業名	権利擁護啓発事業（虐待予防講演会）
内容	<p>高齢者虐待のない地域づくりを目指し、地域住民等を対象とした虐待に対する正しい理解と未然防止等についての知識を深めるための講演会を実施します。</p> <p>また、関係機関や自治会、ボランティアなどに対し、各種研修会や講演会を通して、権利擁護に関する正しい理解の普及や見守り体制の充実に努めます。</p>

事業名	成年後見制度利用支援事業
内容	認知症により判断能力が不十分な高齢者の財産管理や契約などの支援及び権利を擁護するため、成年後見制度の周知を図るとともに、必要な方には、申立て支援や制度利用に係る費用を助成します。

事業名	成年後見制度利用促進整備事業
内容	成年後見制度利用促進に向けた体制整備のため、中核機関の設置や市の計画策定を進め、地域における権利擁護支援の地域連携ネットワークの構築や安心して成年後見制度を利用しやすい環境の整備を図り、高齢者等が暮らしやすい社会の実現を目指します。

事業名	地域福祉権利擁護事業
内容	判断能力が不十分な為、日常生活に困っている方に対して、自立した地域生活が安心して送れるように、社会福祉協議会が福祉サービス等の利用援助を行う事業の普及・活用を図ります。

## 【目標指標】

項目/年度		H30	R元	R2	R3	R4	R5
成年後見制度活用支援 延件数	目標	80件	85件	90件	100件	100件	110件
	実績	98件	83件	135件			
地域福祉権利擁護事業 活用支援延件数	目標	40件	45件	50件	40件	40件	50件
	実績	33件	35件	5件			

## 施策の柱2 認知症サポートプログラム

～高齢者の尊厳が守られ穏やかに暮らせる社会～

### 4 認知症高齢者等に対する包括的・継続的な支援体制の整備

#### 【現状と課題】

- 認知症高齢者やその家族への支援については、認知症の早期発見・対応を軸に、認知症の症状に応じた適切な介護サービスはもちろんのこと、地域やボランティア等の支援が受けられる仕組みを構築していくことが重要です。
- 本市では、認知症地域支援推進員を配置し、認知症疾患医療センターを含む医療機関や介護サービス及び地域での支援サービスをつなぐ連携支援を推進しています。また、認知症の方やその家族を支援する相談支援を行いました。
- また、認知症の状態に応じた適切なサービス提供の流れをまとめた認知症ケアパスを作成し、認知症の方とその家族への継続的な支援を行うとともに、地域・医療・介護関係者がケアパスを目標共有ツールとして活用し、多職種連携の仕組みづくりを目指しているところです。
- こうした取組は開始して間もない状況ですが、認知症への対応は喫緊の課題であることから、より実行力のある包括的・継続的な支援体制となるよう、課題の整理等についても分析していく必要があります。

#### 【施策の方向性】

- 包括的・継続的な支援体制を構築していくため、地域包括支援センターを中核に位置付け、地域・医療・介護関係者等がつながる仕組みづくりを進めていきます。
- 地域包括支援センターに配置している認知症地域支援推進員が核となり、認知症初期集中支援チームの効果的な活用や、医療・介護・地域関係者等が有機的に連携し、認知症の方の容態の変化に応じた適時・適切な切れ目のない支援を提供します。

#### 【施策・事業の展開例】

事業名	認知症地域支援推進員の配置
内容	認知症地域支援推進員は専門的な視点を持ち、認知症疾患医療センターや医療機関、介護サービス及び地域の支援機関をつなぐ連携支援や、認知症の方やその家族を支援する相談業務を行うコーディネーターとしての役割を担います。

事業名	認知症ケアパスの普及
内容	<p>認知症ケアパスとは、認知症の容態の変化に応じた適切な医療・介護サービス・地域での支援サービスや、ケア方法等を明示したもので、認知症の方とその家族が、いつ、どこで、どのようなサービスを利用できるのかわかるようになっていきます。また、支援者が目標を共有するツールとしても活用しています。</p> <p>認知症ケアパスを広く普及し、多職種連携の仕組みづくりを促進することで、一体的・継続的な支援を行えるようにします。</p>

## 【目標指標】

項目/年度		H30	R元	R2	R3	R4	R5
認知症地域支援推進員 配置人数	目標	1人	1人	1人	1人	1人	1人
	実績	1人	1人	1人			
認知症地域支援推進員 対応件数	目標	410件	425件	465件	500件	530件	560件
	実績	266件	384件	423件			

## 施策の柱3 生きがい実感プログラム

～主体的に活動し生き生きと暮らせる社会～

### 1 生きがいをづくりの促進

#### 【現状と課題】

- 高齡化の進行に伴い、支援を必要とする高齡者が増加する一方で、生きがいやライフスタイルの多様化により、元気で活動的な高齡者も増えています。
- このような状況の中、それぞれが持つ生きがいは、学習・労働・地域貢献・趣味など様々ですが、高齡者が心豊かに生きがいを感じ、充実した生活を送るために、自らが持つ経験や知識を活かし社会参加をすることは、介護予防の観点からも非常に有効です。
- 本市では、各地域でふれあい・いきいきサロンが立ち上がり、高齡者の交流の場となっていますが、生活支援体制整備の充実や介護支援ボランティアポイント事業等の活動につなげることで、元気な高齡者の社会参加や生きがいをづくりのさらなる促進が期待できます。
- また、こうした高齡者の活動の場を、コミュニティ・スクールの活動と結びつけ、子どもと大人の世代間交流につなげる事例や、介護サービス事業所が地域資源の一つとして世代間交流に参加し、介護サービス利用者が子どもたちを支援する取組も生まれていることから、こうした魅力的な取組を地域で共有し推進していくことが重要です。

#### 【施策の方向性】

- 高齡者の生きがいをづくり活動は、憩いの家やコミュニティセンター、自治会館など多様な場所で展開されています。本市では、超高齡社会を迎え、高齡者が住み慣れた地域で生き生きと生活していくために、コミュニティ協議会単位で生活支援体制を整備し、互助により支えあいながら生活していくスタイルを目標として事業展開を図っています。今後は、各地域で開催されているふれあい・いきいきサロンや地区の老人クラブなどが、高齡者の交流や生きがいの場として重要な役割を担うものと考えます。
- また、憩いの家の老朽化が進んでいることなども踏まえ、今後の活動拠点のあり方について検討していく必要があります。

#### 【施策・事業の展開例】

事業名	地域ふれあいサロン活動支援事業
内容	<p>市内 84 箇所で実施しているふれあい・いきいきサロンについては、高齡者の交流と自発的な介護予防の取組につながることから、活動支援を行うとともに、サロンのない地域や自主運営が難しいサロンに対し、新たな立ち上げや運営支援などに取り組んでいきます。</p> <p>また、サロンへの看護師の派遣やいきいき百歳体操の普及活動を通して、健康づくりや活動の活性化につなげていきます。</p>

事業名	生涯学習サポートバンク事業
内容	職業・趣味・生活などで身につけた知識や技能を講師や指導者として役立てたいと考えている人の登録を促進するとともに、その活用に努めます。
事業名	ことぶき教室
内容	老人クラブが各地域で実施する、健康や年金、介護保険、医療制度など身近な暮らしに関することや、郷土史や環境問題などの幅広い講演会や研修会等を支援し、高齢者の多様な社会参加を推進します。
事業名	高齢期における学習機会の充実
内容	高齢者の生きがいづくりや日々の生活のリズムづくりという視点から、趣味や教養、健康維持に関する学習機会の充実に努めます。
事業名	世代間交流事業
内容	<p>地域の高齢者が、中学生リーダー等との交流を通じて、自らが有する知識や経験、技術を活かし、教育支援や地域の伝統文化の継承などを行っています。</p> <p>核家族化等により、家庭での世代間の交わりが減少しつつある中、子どもたちの豊かな心の成長につながるだけでなく、高齢者の生きがいづくりにもつながっていることから、今後も継続して実施していきます。</p>
事業名	憩いの家の活用
内容	<p>憩いの家は、高齢者の心身の休養と健康の増進を図るための活動拠点として、さらには、趣味、教養、レクリエーション活動を通じた地域の高齢者相互の親睦や憩いの場として設置し利用されています。</p> <p>一方で、施設の老朽化や利用者の固定化などの問題もあることから、身近な地域での憩いの場の展開も含め、地域活動拠点のあり方について検討します。</p>
事業名	三島温泉健康交流施設「ゆーぱーく光」の活用促進
内容	<p>三島温泉健康交流施設は、入浴や憩いの場としてだけでなく、健康教室やウォーキング等の交流行事も開催されています。</p> <p>今後も、高齢者をはじめ市民福祉の向上と健康交流に加え、地域の交流拠点や活性化につながるよう、施設の積極的な活用を図ります。</p>

事業名	敬老行事
内容	<p>敬老の日を中心に各地区で祝いの行事が開催されていますが、高齢化等に伴い、参加率が伸びていない状況です。</p> <p>コミュニティ・スクールの取組と連携するなど事業内容を見直す地域もあることから、市内外の先進的な取組を参考にし、より多くの高齢者の参加につながる行事の開催に向けて取り組めます。</p>

事業名	長寿者祝品支給
内容	<p>節目を迎える高齢者等に対し、祝品を支給することで、敬老の意を表し、高齢者の外出の機会の提供と福祉の増進を図ります。</p>

事業名	老人クラブ活動の支援
内容	<p>老人クラブは、地域を基盤とした高齢者の自主的団体として、生きがいや健康づくり、高齢者相互の支えあい、社会奉仕等を行い、地域間や世代間の交流を深め、地域に根ざした活動を行っています。特に見守り活動では重要な役割を担っています。</p> <p>老人クラブの会員数は、高齢者人口の伸びと比べると、減少傾向にあります。今後の高齢社会を支える重要な互助の役割を担っていることから、団塊の世代が後期高齢者になる前に、加入促進や組織の活性化に向けた対応について、新たな視点を加えた取組が必要となっています。</p>

事業名	ボランティア活動への支援
内容	<p>元気な高齢者に地域福祉の担い手としてボランティア活動に参加してもらうためには、参加したい活動と支援が必要な活動をコーディネートする必要があることから、各地域での生活支援体制を活用して、ボランティア活動を支援します。</p> <p>また、生涯学習等で学んだことをボランティア活動に活かすため、生涯学習センターとも連携を取り、参加促進を図っていきます。</p>

事業名	就労の促進
内容	<p>高齢者に対する就業の機会を確保するために積極的な活動を行っているシルバー人材センターについて、介護人材が不足する中、介護分野におけるヘルパー事業の役割はますます重要となることから、会員の増強に向けた取組を引き続き支援します。</p>

【目標指標】

項目/年度		H30	R元	R2	R3	R4	R5
地域ふれあいサロン活動 支援事業サロン数	目標	92箇所	96箇所	100箇所	104箇所	108箇所	112箇所
	実績	86箇所	85箇所	84箇所			
老人クラブ (会員数)	目標	3,750人	3,780人	3,800人	3,500人	3,550人	3,600人
	実績	3,596人	3,571人	3,471人			
老人クラブ (単位クラブ数)	目標	68クラブ	68クラブ	68クラブ	67クラブ	67クラブ	67クラブ
	実績	67クラブ	67クラブ	65クラブ			

### 事業ピックアップ『地域資源の一つとして介護サービス事業所が

#### コミュニティ・スクールの取組に参加』

##### 取組例

- 小学校の夏休みサマースクールで、介護サービス利用者が『赤ペン先生』になる。
- 小学校の総合学習で実施する火おこし体験で、介護サービス利用者が『火おこし先生』になる。



##### 取組の魅力的なところ

- 子どもにとって  
…日頃関わる機会が少なくなった高齢者との交流ができる。
- 学校にとって  
…介護事業所のスタッフと関わり、学校で職場体験ができる。
- 介護サービス利用者にとって  
…子どもから元気をもらう、自立支援・介護予防の視点。
- 介護サービス事業所にとって  
…個別レクリエーションの充実。



合わせ技で一石二鳥の取組

## 施策の柱3 生きがい実感プログラム

～主体的に活動し生き生きと暮らせる社会～

### 2 健康づくりの促進

#### 【現状と課題】

- 豊かで充実した人生を送るには、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間である「健康寿命」を延ばすことが大切であり、そのためには、日頃から「自分の健康は自分で守る」という意識をもち生涯を通じて市民一人ひとりが健康づくりに主体的に取り組むことが必要です。
- 特に、新規に要支援・要介護の認定を受けた方の主な原因疾患のうち、「脳血管疾患」については、生活習慣病が影響することも多く、「転倒・骨折」についても、食生活や普段の適度な運動等により防げる可能性のある疾病であることから、疾病予防や健康づくりに関する知識の普及啓発等を行い、疾病の予防・早期発見を図ることが大切です。
- 一方、疾病予防や健康づくりの重要性について、関心はあってもなかなか一人では行動する一歩を踏み出せない人も多くいることから、ふれあい・いきいきサロンやいきいき百歳体操など、みんなで取り組める「場」をこれまで以上に意識して各地域で展開することが求められています。

#### 【施策の方向性】

- 健康づくりの取組については、ふれあい・いきいきサロンやいきいき百歳体操など、みんなで取り組める「場」の推進や、各種検診の実施、疾病予防・早期発見を図る取組など、様々な角度からの支援を進めます。

#### 【施策・事業の展開例】

事業名	食生活改善事業
内容	栄養改善や健康維持及び介護予防の強化を図るため、高齢者を対象にした料理教室を、食生活改善推進協議会や地域活動栄養士会と連携し開催し、高齢期の食を学ぶ機会を提供します。

事業名	転倒骨折予防教室
内容	要支援・要介護状態の要因となることが多い転倒骨折を未然に防止するため、各地域で体操教室を開催し、運動機能の維持・向上や健康の維持増進を図ります。

事業名	はり・きゅう施術費助成
内容	高齢者の生活と心身の安定を図るとともに、健康増進を目的とし、はり・きゅう施術費の一部を助成します。

事業名	健康づくりの推進事業（まもる：健診・検診、計画）
内容	定期的な健診・検診や予防接種を受けるなど健康を意識し、自らの健康状態を把握するとともに、健康管理を習慣化することを支援します。

事業名	健康づくりの推進事業（うごく：運動）
内容	日常生活の中で動くことを意識し、ウォーキングやいきいき百歳体操など自分にあった運動習慣を身に付け、継続する取組を推進します。

事業名	健康づくりの推進事業（たべる：食）
内容	疾病予防や健康づくりのための正しい食生活改善の知識の普及啓発を行い、朝食や野菜の摂取等、適切な食生活の実践を推進します。 また、食文化の継承や食の安全の確保も含め、家族や仲間ともに食生活を改善するための取組を支援します。

事業名	健康づくりの推進事業（なごむ：こころの健康）自殺対策推進事業
内容	日常生活の様々なストレスを軽減し、笑顔で過ごすことができるよう、こころの健康や休息の確保に向けた取組を支援します。 また、こころの不調に気付いて必要な支援につなぐ役割を担う「ゲートキーパー」の育成支援に努めます。

## 【目標指標】

項目/年度		H30	R元	R2	R3	R4	R5
転倒骨折予防教室 参加者数	目標	300人	300人	300人	300人	300人	300人
	実績	237人	231人	234人			
サービス提供事業所数 ※リハビリテーション関係	目標	-	-	-	10事業所	10事業所	11事業所
	実績	-	-	-			

## 施策の柱3 生きがい実感プログラム

～主体的に活動し生き生きと暮らせる社会～

### 3 介護予防事業の充実

#### 【現状と課題】

- 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査における各種リスクの発生状況では、「認知機能の低下（45.2%）」「口腔機能の低下（36.0%）」「転倒リスク（29.8%）」「IADLの低下（17.0%）」の結果となっており、介護予防の取組や要支援状態からの自立の促進、さらには、重度化防止に向けた取組を推進していくことが大切です。
- 本市では、平成29年度より、介護予防・日常生活支援総合事業を実施していますが、これまでの介護予防給付に相当するサービスに加え、基準を緩和したサービスや専門職等が行う短期集中予防サービスの提供など、利用者の個々の状況に応じた魅力あるサービスについて、事業所と連携し取り組んでいく必要があります。
- 平成28年度から推進しているいきいき百歳体操は、身近な地域での通いの場の創設や地域住民が主体的に実施できる介護予防や自立支援、社会参加の機会となっており、各地域で取組が進んでいます。一方、コーディネートする世話人の負担や新型コロナウイルス感染症対策により、活動が停滞する団体もあることから、状況に応じた行政の適切な支援が必要となります。
- また、介護予防の取組をさらに進めるため、医療・介護レセプト等のデータ分析をとおしてハイリスク高齢者を抽出し、より専門的かつ個別的な支援につなげることが求められています。

#### 【施策の方向性】

- 平成29年度に導入した「介護予防・日常生活支援総合事業」については、利用状況を分析するとともに、介護サービス事業者のみならず、NPOや地域住民等の多様な主体が参画できるよう、普及啓発に取り組みます。
- いきいき百歳体操の普及に当たっては、リハビリ専門職や保健師など多職種が連携し、地域住民の自主的な活動の支援や効果的な心身機能の維持・向上の支援を推進します。
- また、いきいき百歳体操等の通いの場において、医療・介護レセプト等のデータを活用し、保健師等による保健指導等の支援につなげるなど、介護予防と保健事業の一体的な取組を強化し、より一層の予防支援に取り組みます。

## 【施策・事業の展開例】

事業名	介護予防・日常生活支援総合事業（現行相当サービス・基準緩和サービス）
内容	要支援1・2及び事業対象者を対象に、これまでの介護予防給付に相当するサービスに加え、基準を緩和したサービスなど、介護予防・自立支援・重度化防止の観点から、利用者の個々の状況にあったサービスが受けられるよう、介護サービス事業所との連携を進めます。
事業名	介護予防・日常生活支援総合事業（短期集中予防サービス）
内容	一時的な生活機能の低下がみられるが、専門職等による短期集中予防サービスの支援により回復が見込まれる方については、生活機能改善のための運動器機能向上プログラムのほか、状態に応じた口腔機能向上プログラム及び栄養改善プログラムを組み合わせ提供し、利用者の介護予防を図ります。
事業名	介護予防普及啓発事業
内容	介護予防に関する知識の普及や啓発により、高齢者の介護予防意識や予防事業への参加促進を図るため、健康づくり・介護予防に関する出前講座や講演会の実施などの取組を推進します。
事業名	いきいき百歳体操普及事業
内容	地域住民が身近な地域の通いの場で主体となって行うことのできるいきいき百歳体操の普及を通して、高齢者の介護予防や自立支援、社会参加を促進します。
事業名	地域リハビリテーション活動支援事業
内容	いきいき百歳体操や地域ケア個別会議にリハビリ専門職を派遣し、高齢者の自立支援に向けた助言等を行うことにより、介護予防の取組を総合的に支援します。
事業名	保健事業と介護予防の一体的実施
内容	医療・介護レセプト等のデータを活用し、保健師等による保健指導等の支援につなげるなど、より一層の予防支援の取組を推進します。

【目標指標】

項目/年度		H30	R元	R2	R3	R4	R5
介護予防・日常生活支援総合事業（基準緩和サービス事業者数）	目標	10事業者	10事業者	10事業者	10事業者	10事業者	10事業者
	実績	10事業者	10事業者	10事業者			
いきいき百歳体操実施団体数	目標	18団体	30団体	42団体	48団体	54団体	60団体
	実績	17団体	25団体	29団体			
地域リハビリテーション活動支援事業支援回数	目標	22回	24回	24回	25回	26回	28回
	実績	22回	20回	15回			

事業ピックアップ『いきいき百歳体操普及事業』

いきいき百歳体操とは

- 地域の身近な場所で、映像や音楽に合わせて行う体操
- 準備体操・筋力運動・整理体操で構成。ゆっくりとした動きや椅子に座っての動きが中心 ⇒体力が低下している方でも参加可能。
- 筋力運動では、一人ひとりの体力に応じて負荷を変えられる「重り」を手首や足首に着けて運動 ⇒無理なく効果的に筋力をつけることが可能

自主的に「いきいき百歳体操」に取り組みたい団体を応援します

- ①おおむね65歳以上の5人以上のグループ
  - ②週1～2回の自主活動が3箇月間以上継続できるグループ
- 2つの条件を満たすグループに対して、自主活動に向けた支援を4回行います！

体操の評価

【客観的評価（1回目と12回目に測定）】

- ①バランス能力（開眼片足立ち） 84人/121人（69.4%）が維持・改善
- ②歩行能力（5m歩行） 89人/121人（73.6%）が維持・改善

【主観的評価】

- 気持ちが明るくなった（48.6%）
- 友人、知人ができた（43.8%）
- 体操以外の日にも出かけるようになった（36.8%）
- 体力がついたと感じる（35.4%）
- 立ったままで靴下を履く、正座をするなど日頃の動作が楽になった（27.0%）
- 階段の上り下りが楽にできるようになった（23.0%）
- 参加者が楽しんで来られるので、やりがいを感じる（リーダー）