

I

生涯にわたる健康づくりと
高齢者の社会参加の促進

目標

高齢者が健康づくりや介護予防の必要性を理解し、積極的に取り組み、いきいきと過ごすことができる

1 第8期計画の主な取り組み内容 ※計画に記載のある主な事業等 すこやかプラン川越 P64

施策の方向性1 健康づくりの推進

- 健康マイレージ事業は、コロナ禍においても気軽に参加できる取組として周知啓発を行った結果、参加人数が年々増加している。
- 健康まつりと歯っぴーフェスティバルは、コロナ禍でも、ウェブサイトを利用して開催した。

施策の方向性2 自立支援・重度化防止に向けた介護予防の推進

- コロナ禍で活動が休止となる自主グループもあったが、再開や活動を継続できるよう、引き続き支援した。
- 介護予防サポーター養成講座は、会場を4会場から9会場に増やして実施。コロナ禍であるため、参加人数の縮小など感染症対策をあわせて実施することで、各地域でより身近に参加してもらえるようになった。
- ときも運動教室では、関係機関と連携・意見交換するなど、より効果的な運営方法を検討しながら実施した。
- いきいき栄養訪問は、対象者の減少があったが、継続して必要な相談、指導を実施した。
- 年度内に70歳になる全市民を対象に、自身の心身に関する簡単なチェックができる元気度チェックリストを送付。市に返信した方には、結果アドバイス票を送付した。また、地域包括支援センターと結果を共有した。
- コロナ禍で教室・講座等を実施できないなかで、包括レターを作成し、住民に対して介護予防について周知・啓発した。

施策の方向性3 高齢者の社会参加と生きがいづくりの促進

- コロナ禍により、介護支援いきいきポイント事業は、新規の利用者や受入施設の登録について、随時個別に対応した。

2 第8期計画の指標の評価 ※詳細は、資料4-2を参照願います。

指標15項目中、順調(A)・達成が3項目、やや遅れている(B)が1項目、遅れている(C)・未達成が7項目・未評価が4項目となっていて、目標に向けて遅れが生じている。

※未達成(B・C)の原因

- 多くの原因は、コロナ禍による参加人数や開催の縮小で、その結果がアンケート結果指標にも影響していると考えられる。

3 アンケート結果及び現場の声等から見える現状 (現場の声…包括・CM・リハ職・拠点・保健推進員・SC等)

健康づくりへの取り組み

- 40 ふだん1日に仕事を含めて肉体労働や激しいスポーツをする時間が「なし」の割合が47.7%
- 40 歯科健診を「定期的に受けていない」の割合が49.8%
- 40 健康を維持するためにしていることや心掛けていることが「特にない」の割合が7.4%
- 40 身近なかかりつけ医師が「いない」の割合が50.9%
- 現 健康診断や人間ドックを、4年以上受けていない人の割合が20.4%
- 現 若い人は、健康に関心を持つきっかけが必要

(凡例)

- ニーズ調査
- 40 40-64調査
- 認 介護認定者調査
- 現 現場の声

本人の状況

- 認 運動器機能リスクありの高齢者は26.5%、
口腔機能低下リスクありの高齢者は30.1%
- 認 介護予防のための通いの場に「参加していない」の割合が83.0%
- 現 週に1回以上は外出していますかについて「ほとんど外出しない」が29.5%
- 現 ときも運動教室は、実施までに時間がかかることや、3か月という短期間が、教室を選択しない原因になっていることがある。
- 現 病気になってから危機感を持つ、ということがある。

地域や社会への参加と生きがいづくり

- 認 今後、社会参加したい活動はありますかについて、「特にない」の割合が58.7%、
地域参加の「地域行事」は8.2%、「参加者として地域づくり・街づくり」は6.0%
- 認 地域住民の有志のグループ活動に、参加者として「参加したくない」の割合が39.7%
- 認 地域のおしゃべり、趣味の集える場を「知らない」の割合が82.2%
- 認 生きがいはありますかについて、「思いつかない」の割合が46.3%

4 現状の課題

課題と対策(内容及び対象者)		効果
課題	本人が健康づくりに取り組めていない、または自身の健康に関心を持っていない	本人が、健康を維持・増進できている
対策	市民全員が、自身の健康に関心を持ち、健康づくりに取り組む 市民 自身の健康に関心を持ってもらう、気づいてもらう場の提供 市民 健康づくりに取り組んでもらうきっかけづくりの場の提供 企業 企業と連携した健康に関する普及啓発	
課題	本人が老いや状態の低下に気づかず、適切な介護予防に取り組めていない	本人が、再び健康を取り戻すことができている
対策	フレイルへの理解を持ち、自身の状態に応じた介護予防への取り組み 市民 老いやフレイルについて理解してもらう講座などの開催 市民 フレイルから回復する場の提供や、方法の情報提供 民生委員や介護 フレイルドミノや社会参加の重要性の理解をするための支援 予防サポーター 包括・社協 地域活動を把握しやすい環境づくりと、趣味グループを自主グループ化する取組の強化	
課題	本人が情報を知らないため、地域での役割や活動参加に至っていない	本人が、何らかの役割(活動)を担っている
対策	地域で役割(活動)を担い、生きがいづくりへつなげる 市民 市ホームページ等での役割(活動)に関する情報を提供する 家族 家族の介護をしても社会参加できるよう、介護の負担を減らす各種制度や相談先に関する情報を提供する	

凡例 包括:地域包括支援センター SC:生活支援コーディネーター CM:ケアマネジャー
拠点:在宅医療拠点センター ※他のシートも同様

(参考) 国の動向

健康日本 21 ※第三次基本的な方向(令和6年度~)

- 健康寿命の延伸・健康格差の縮小
- 個人の行動と健康状態の改善
- 社会環境の質の向上
- ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

第9期介護保険事業計画の基本指針(案)

- 多様な主体によるサービスを含めた総合事業の普及・充実化
- 新型コロナウイルスの流行により低下した通いの場への参加率を向上
- 総合事業において、リハビリテーションの理念等を踏まえた取組が推進されるよう、関係団体・関係機関等を含めた協議の場において、医療や介護の専門職の関与等に関する検討を行う
- 介護サービスの提供時間中に適切に行われる有償ボランティアなどの社会参加活動等について など