# 第３章　計画の基本的な考え方

## １　基本理念

全国的に高齢化が進展している中、本市においても、人口総数に占める 65 歳以上人口の割合（高齢化率）が令和５年（2023 年）では 28.6%、令和７年（2025 年）では 29.1%、更に令和 22 年（2040 年）では 38.1%となる見込みとなっています。

このような状況の中、長寿社会の将来像は、高齢者ができる限り健康で、住み慣れた地域でいきいきとした暮らしを送ることができ、たとえ介護や支援が必要となっても、地域全体で支え合うことができる社会を実現することにあります。

上位計画である第６次宝塚市総合計画は、「基本構想」と、行政が取りまとめる「基本計画」及び市民が取りまとめる「地域ごとのまちづくり計画」で構成されており、今まで以上に地域の取組を重視する方針となっています。本計画においては、自らが望む場で暮らし続けることができるように、サービスの量・質を充実させていくとともに、高齢者がいきいきと地域で活躍できるよう、社会参加の機会の確保や生活支援の担い手の育成を進め、地域活動の充実を図る必要があります。

また、地域共生社会実現のための取組の方向性を明らかにすることで、従前から取り組んでいる「地域包括ケアシステム」の更なる深化・推進を図り、2025 年問題の先にある、2040 年問題を意識した中・長期的な視点を持った取組を推進していく必要があります。

このような状況を踏まえ、これまでの計画の基本理念である「健康で、安心して自分らしくいきいきと暮らし続けられるまち宝塚」を継承し、その実現に向けて高齢者施策を推進していくものとします。

**健康で、安心して自分らしくいきいきと**
**暮らし続けられるまち宝塚**

# ２　基本方針と施策の体系

『健康で、安心して自分らしくいきいきと暮らし続けられるまち宝塚』を実現するため、以下の３つの基本方針を定め、市民・関係団体・事業者・行政の協働により、高齢者施策を展開していきます。

## （１）自分らしくいきいきと暮らせる高齢者のいきがいづくり

高齢者が自分らしくいきいきと暮らすためには、高齢期になっても身体・生活機能を維持し、活動的で生きがいを持てる生活を営めるようにすることが重要になります。

そのため、自らが積極的に健康づくりや介護予防・重度化防止に取り組みたいと思えるような施策とともに、高齢者だけでなくあらゆる住民が役割を持ち、活躍できる施策を推進します。

## （２）住み慣れた地域で暮らし続けられる生活支援体制の構築

高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けるためには、各種制度により生活継続のための支援が提供される体制の構築が必要です。家族の介護負担が軽減され、介護を理由とする離職者を無くすことにもつながります。また、高齢期になって生じる様々な困りごとを家庭で抱え込まず、身近な地域で解決できるようにすることも重要です。

そのため、地域包括支援センター等の相談支援機関を強化し、認知症等で判断能力が十分でない状態になっても、尊厳を持って生活ができる支援体制を整える施策とともに、在宅生活での困りごとに対応する生活支援や屋内外でのバリアフリー化・安全化を図り、地域における見守り・支えあいの活動を促進する施策を推進します。

## （３）介護が必要になっても安心して暮らせるサービスの充実

介護が必要になっても安心して暮らすためには、介護保険制度が安定的持続的に運営されることが重要になります。

そのため、介護保険におけるサービス基盤を整え、介護保険財源を活用して地域をつくっていく地域支援事業を充実させるとともに、医療ニーズと介護ニーズを併せ持つ高齢者を支援するための連携体制の構築を目指します。また、令和 22 年（2040 年）に向けて引き続き給付の適正化、人材確保、サービスの質の向上等にも取り組み、総合的に施策を推進します。

## 施策の体系

| | | | |
|---|---|---|---|
| 健康で、安心して自分らしくいきいきと暮らし続けられるまち宝塚 | 1<br>自分らしくいきいきと暮らせる高齢者のいきがいづくり | (1)健康づくり・介護予防・重度化防止の推進　★ | ア　健康づくり・生活習慣病予防の推進 |
| | | | イ　介護予防・重度化防止の推進 |
| | | (2)いきがいづくりの促進 | ア　社会参加・交流の促進 |
| | | | イ　生涯学習等の推進 |
| | | | ウ　雇用・就労への支援 |
| | 2<br>住み慣れた地域で暮らし続けられる生活支援体制の構築 | (1)在宅生活を支える多様な支援の充実 | ア　生活支援サービスの充実 |
| | | | イ　介護家族の支援 |
| | | (2)安心して住み続けられる住まい・まちづくり | ア　住まいの確保・居住環境の向上 |
| | | | イ　暮らしやすい生活環境づくり |
| | | | ウ　生活安全対策の推進 |
| | | (3)見守り・支えあいの促進　★ | ア　地域の見守り体制の整備 |
| | | | イ　生活支援コーディネーター（地域支え合い推進員）の配置 |
| | | (4)地域包括支援センターの機能強化 | ア　地域包括支援センター機能強化に向けた体制整備 |
| | | (5)地域ケア会議の推進 | ア　地域ケア会議の推進 |
| | | (6)認知症施策の推進★ | ア　普及啓発と本人発信支援 |
| | | | イ　認知症の発症を遅らせる支援と重度化防止の支援 |
| | | | ウ　医療・ケア・介護サービス・介護者への支援 |
| | | | エ　認知症バリアフリーの促進・若年性認知症の人への支援・社会参加支援 |
| | | (7)高齢者の権利擁護と虐待防止 | ア　高齢者の権利擁護の推進 |
| | | | イ　虐待や暴力の防止に向けた取組の充実 |
| | 3<br>介護が必要になっても安心して暮らせるサービスの充実 | (1)医療・介護の連携★ | ア　在宅医療の充実 |
| | | | イ　医療と介護の連携強化 |
| | | (2)介護サービスの基盤整備 | ア　施設・居住系サービス等 |
| | | | イ　地域密着型介護サービス |
| | | (3)地域支援事業の充実 | ア　介護予防・日常生活支援総合事業 |
| | | | イ　一般介護予防事業 |
| | | | ウ　包括的支援事業（地域包括支援センターの運営） |
| | | | エ　包括的支援事業（社会保障充実分） |
| | | | オ　任意事業 |
| | | (4)介護保険事業の円滑な運営 | ア　低所得者への配慮等 |
| | | | イ　介護給付の適正化 |
| | | | ウ　介護人材の育成、確保 |
| | | (5)サービスの質の向上 | ア　相談体制の充実 |
| | | | イ　ケアマネジャーへの支援 |

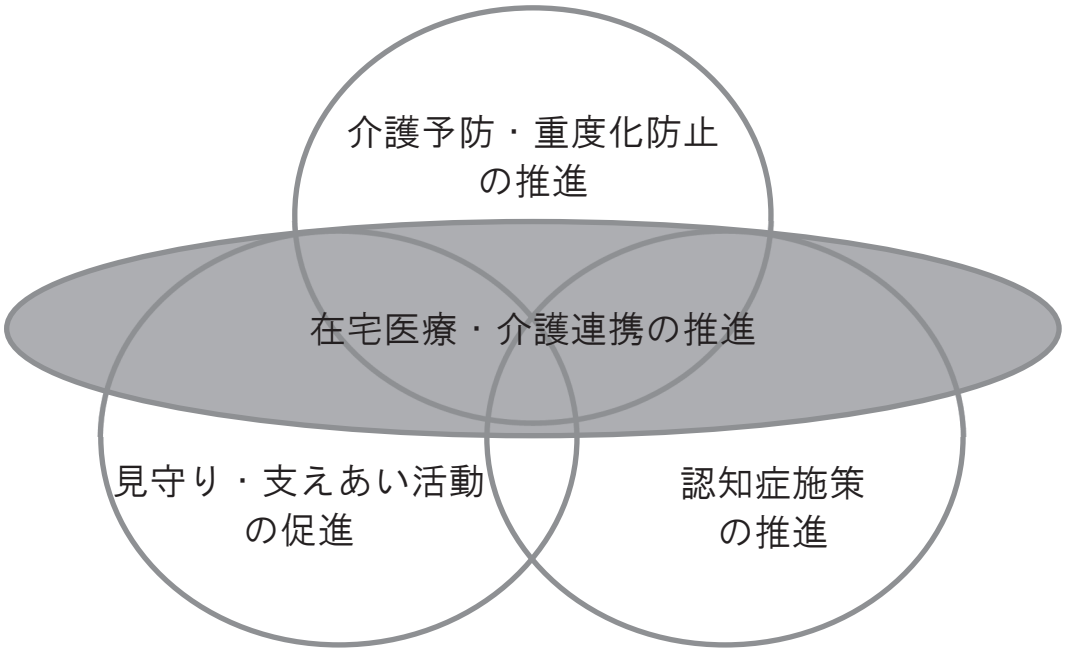
★・・・重点取組

## ３　重点取組

本市では、実施したアンケート結果や地勢的な特徴から、次の４つを重点取組として位置づけます。

１　介護予防・重度化防止の推進
２　見守り・支えあい活動の促進
３　認知症施策の推進
４　在宅医療・介護連携の推進

この４つの重点取組は相互に関連するものであり、介護予防・重度化防止の推進、見守り・支えあい活動の促進、認知症施策の推進は、一体的に進めることで、それぞれにおいて相乗効果が得られます。更に、在宅医療・介護連携の推進によって先の３つをつなぐことで、高齢者のＱＯＬ（生活の質）の向上に効果的なものとなる関係にあります。



## 重点取組１：介護予防・重度化防止の推進

要介護認定を受けていない人及び要支援１・２の人を対象としたアンケート結果では、外出を控えていると回答した人の約５割が、足腰などの痛みを理由に挙げています。閉じこもりを予防するためには、健康なときから介護予防に取り組み、支援を必要とする状態になっても重度化を防ぐことで、できる限り長く身体機能を維持することが重要です。

また、同アンケート結果では、約８割の人が趣味を持ち、更に約５割の人が地域づくり活動への参加意向を持っています。国においても高齢者の社会参加が介護予防・重度化防止に効果があると示されていることから、楽しみや生きがいを持ちながら地域で活動する機会を増やすことで、介護予防や地域活動の活性化につながると考えます。

そのため、以下の関連施策を連携させて、介護予防・重度化防止を推進します。

**評価指標**

| 指　標 | 現状 | 計画 | | |
|---|---|---|---|---|
| | 令和２年度 | 令和３年度 | 令和４年度 | 令和５年度 |
| 65歳以上の新規認定者の認定申請時年齢 | 80.4<br>（平成30年度） | 80.5 | 80.7 | 80.9 |
| 通いの場への参加率（通いの場の参加者人数／高齢者人口） | 8.5%<br>（令和元年度） | 上昇 | 上昇 | 上昇 |
| 「いきいき百歳体操」活動グループ数 | 140 | 150 | 160 | 170 |
| 介護予防サポーター養成講座受講修了者数（累計） | 315 | 355 | 395 | 435 |
| 短期集中（個別）リハビリテーション実施加算算定者数（認定者1万人対） | 141.14<br>（令和元年度） | 142.24 | 142.97 | 143.82 |
| 訪問型サービスＣの利用者数 | ― | 60 | 66 | 73 |

【主な関連施策】

基本方針１－（１）健康づくり・介護予防・重度化防止の推進

基本方針１－（２）いきがいづくりの促進

基本方針２－（３）見守り・支えあいの促進

基本方針２－（５）地域ケア会議の推進

基本方針２－（６）認知症施策の推進

基本方針３－（２）介護サービスの基盤整備

基本方針３－（３）地域支援事業の充実

## 重点取組２：見守り・支えあい活動の促進

本市の地勢的な特徴として、高度成長期から近年に至るまで、斜面丘陵地にニュータウンが開発され、特定の世代の人が移り住むことが多かったことから、それらの地域では特定の世代の人口割合が多い状況が見られます。このまま時代の推移とともに高齢化が進むと、ひとり暮らし高齢者や高齢者のみの世帯が同時期に急増し、老老介護による家庭の介護負担の増加、サロンなどの通いの場、商業施設や医療機関などへのアクセスが困難になる等の問題が一気に出現することが想定されます。今後、住み慣れた地域で暮らし続けられるようサービスの充実及び地域における支え合いを進める上で、客観的なデータを利活用し、地域ごとの特性に応じた課題を把握し、対応していく必要があります。

そのため、以下の関連施策を連携させながら、日常生活圏域である地区・ブロック、小学校区、自治会圏域などの範囲における生活資源や地域活動の特性に合わせて、実態を把握、分析し、住民主体の活動を促進し、日頃の関係づくりや支え合う仕組みづくりを一層推進します。

**評価指標**

| 指　標 | 現状 | 計画 | | |
|---|---|---|---|---|
| | 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | 令和5年度 |
| 見守り・支えあい活動に取り組む活動グループ数 | 155<br>（令和元年度） | 160 | 165 | 170 |
| サロン箇所数 | 197<br>（令和元年度） | 215 | 220 | 225 |
| 地域福祉住民向け講座（各種）の参加人数 | 123<br>（令和元年度） | 140 | 150 | 160 |

【主な関連施策】

基本方針１－（１）健康づくり・介護予防・重度化防止の推進

基本方針１－（２）いきがいづくりの促進

基本方針２－（３）見守り・支えあいの促進

基本方針２－（５）地域ケア会議の推進

基本方針２－（６）認知症施策の推進

基本方針３－（３）地域支援事業の充実

## 重点取組３：認知症施策の推進

要介護認定を受けていない人及び要支援１・２の人を対象としたアンケート結果では、約８割の人が認知症の人や高齢者等を地域の中で見守ることが大切だと回答している一方で、認知症に関する相談窓口を知っていると回答した人が約２割にとどまるなど、認知症に関する普及啓発をより推進する必要があります。

また、在宅で介護を受けている人を対象としたアンケート結果では、認知症の程度が重い人の介護者が不安を感じることとして、認知症状への対応を挙げた人が多くいましたが、訪問系サービスの利用回数が多くなるにつれて、不安を感じる人が少なくなっています。認知症への対応などにおける介護者の負担を軽減するためのサービスの充実が必要です。

そのため、以下の関連施策を連携させて、認知症施策を推進します。

**評価指標**

| 指　標 | 現状 | 計画 | | |
|---|---|---|---|---|
| | 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | 令和5年度 |
| 認知症サポーター数（累計） | 14, 500 | 15, 500 | 16, 500 | 17, 500 |
| 「認知症に関する相談窓口を知っていますか」の問に対して、「はい」と回答した人の割合 | 21. 5% | ― | ― | 30% |
| 小規模多機能型居宅介護新規整備数 | 7<br>（既存数） | ― | 1 | 1 |

【主な関連施策】

基本方針１－（１）健康づくり・介護予防・重度化防止の推進

基本方針２－（３）見守り・支えあいの促進

基本方針２－（６）認知症施策の推進

基本方針２－（７）高齢者の権利擁護と虐待防止

基本方針３－（１）医療・介護の連携

基本方針３－（２）介護サービスの基盤整備

## 重点取組４：在宅医療・介護連携の推進

在宅で介護を受けている人を対象としたアンケート結果では、要介護３以上で訪問診療を利用している人の約９割が訪問系サービスも併用していることから、医療を必要とする重度な要介護者においては、医療と介護を両方利用して生活している実態が明らかになっており、今後医療と介護が連携し、本人が暮らしたい場所で暮らし続けられる体制を整えることが重要です。

そのため、以下の関連施策を連携させて、在宅医療と介護の連携を推進します。

**評価指標**

| 指　標 | 現状 | 計画 | | |
|---|---|---|---|---|
| | 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | 令和5年度 |
| 「人生の最期を迎えるときが来た場合、最期はどこで過ごしたいと思いますか」との問に対して、「最期まで自宅で過ごしたい」と回答した人の割合 | 33.1% | ― | ― | 上昇 |
| 居宅介護支援の受給者における退院退所加算の算定回数（人口10万人対） | 488<br>（平成30年度） | 490 | 494 | 497 |
| 「人生の最期を迎えるときにおける医療や療養について、考えていますか」との問に対して、「考えている」と回答した人の割合 | 51.8% | ― | ― | 上昇 |

【主な関連施策】

基本方針２－（１）在宅生活を支える多様な支援の充実

基本方針２－（３）見守り・支えあいの促進

基本方針２－（４）地域包括支援センターの機能強化

基本方針２－（６）認知症施策の推進

基本方針３－（１）医療・介護の連携

基本方針３－（２）介護サービスの基盤整備