

令和8年度 第8回練馬区介護保険運営協議会 会議要録	
日 時	令和8年5月20日（水） 午後5時30分から午後7時
場 所	練馬区役所西庁舎5階 庁議室
出席者	<p>（委員 20名）</p> <p>市川会長、内藤会長代理、岩月委員、岩橋委員、太田委員、小山委員、竹中委員、野間委員、細山委員、下郡山委員、関口委員、山崎委員、奈良委員、臼井委員、加藤(雄)委員、志寒委員、永沼委員、石川委員、加藤(均)委員、早瀬委員</p> <p>（区幹事 5名）</p> <p>高齢施策担当部長、高齢社会対策課長、高齢者支援課長、介護保険課長、地域医療課長、ほか高齢社会対策課職員4名</p>
傍聴者	2名
議 題	<p>（1）第10期練馬区高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画の検討について</p> <p>①施策案 元気高齢者の活躍と健康づくり・フレイル予防の推進</p> <p>②施策案 高齢者を支える地域との協働の推進</p>
資 料	<p>1 次 第</p> <p>2 委員名簿および座席表</p> <p>3 資料1 元気高齢者の活躍と健康づくり・フレイル予防の推進 施策検討報告書</p> <p>4 資料2 高齢者を支える地域との協働の推進 施策検討報告書</p> <p>〔参 考〕</p> <p>1 介護保険状況報告（4月分） ※当日机上配布</p>

1 開 会

【会長】

ただいまより、第8回練馬区介護保険運営協議会を開催します。委員の出席状況、傍聴者の状況の報告および配付資料について事務局からお願いします。

【事務局】

<出席状況、傍聴者の状況報告、配布資料の確認>

2 議 題

【会長】

それでは、議題（1）「第10期練馬区高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画の検討について ①施策案 元気高齢者の活躍と健康づくり・フレイル予防の推進」について、高齢社会対策課長よりお願いします。

【高齢社会対策課長】

<資料1 「元気高齢者の活躍と健康づくり・フレイル予防の推進 施策検討報告書」についての説明>

【会長】

ご質問、ご意見はありますか。

【委員】

フレイル予防に関して、「高齢者一人一人の興味・関心に合わせて無理なく活躍し、地域の担い手として社会参加・社会貢献を続けられる地域社会を目指す」というものがありますが、高齢者が外に出るための施策がどの程度あるのか、まず疑問です。というのも、リタイア組は結構プライドが高く、「地域のために動くのは面倒くさい」と、そういう言葉を聞いたことがあります。アプローチするにも、こういう問題はまずそこから考える必要があるのではないかと思いますがいかがでしょうか。

【高齢社会対策課長】

非常に課題だと思っています。最初の説明の中で、【活動意欲が高い層】と【活動意欲がゆるやかな層】に分けましたが、積極的に動く方は様々な教室に参加して、どんどん健康になっていく一方で、なかなか参加されない方もいらっしゃいます。特に男性に関しては、区が行う事業に対する参加率が非常に低い傾向にあるので、どうしたら参加していただけるのか考えることも大事だと思います。

一方で、就労している方も増えているので、我々の活動に参加していただかなくても、働く中で体を動かしていたり人とのつながりもあつたりと、それはそれで介護予防につながっているとも考えられます。興味や関心、いろいろな社会参加のあり方があると思うので、今後はSNSを活用するなど、方策について我々も検討しているところです。引き続き、ぜひアイデアを頂ければと思います。

【会長】

民間施設に行っている人も結構いらっしゃいますが、そこはどのように把握していますか。

【高齢社会対策課長】

私も民間のジムに通い始めたのですが、圧倒的にシニアの方が多く、それもまた社会参加だと思いますし、行政が特に関わらなくても、ご自分で健康管理をされておられる方がいることは調査の中でもある程度把握しています。民間施設でのトレーニング参加やプール利用などを含めて把握し、いろいろな参加の形を促せるような仕組みを考えていきたいと思っています。

【会長】

ご自身で動く意思を持っている方たちは自分たちで参加できるからこそ、どう資源などが提供されているか、情報はどのように伝わるかについて何かあればお話しください。

【高齢者支援課長】

地域への参加について、一人一人の高齢者のニーズが多様化していることを実感しています。今までのように、「何か一つ教室を作って解決する」というやり方はなかなか通用しないので、区民の方たちが選択できるための情報提供がとても重要だと思っています。自分たちで情報を取りに行き、合うものを探しチョイスする高齢者も増えてきているので、情報を多く提供できるような環境づくりも重要だと考えています。

【委員】

高齢者の健康・フレイル予防に取り組む環境作りということでは、積極的な活動を求める方へセカンドキャリアの応援事業などを、元気高齢者の活躍の場としてシルバー人材センターなどを紹介していくと思いますが、地域包括支援センターにこういった方がご相談に来た時に、どこに相談をつなげばいいのかまだ分かっていない部分もあるので、相談窓口を明確化してほしいと思っています。

また、筋力向上トレーニングや介護予防、フレイル予防事業がありますが、筋力向上トレーニングを受けた後、どこでその活動を活かしていくのかということを見ると、地域につながる社会資源がとても少ないと思っていますし、運動である程度筋力が向上した方が、継続していく術がないということも問題かと思っています。我々は、常設型の「街かどケアカフェ」の運営を令和7年4月から委託を受けており、1日延べ50人ぐらいの方がいらっしゃいます。いくつかプログラムがありますが、その中でも運動したい方がとても多いです。ただ、スペースが狭かったりとなかなか運動できる場所が少なく、各地域包括支援センターでも、地区区民館を使ったりして運動できる場所を探したりしています。民間のジムに行くなど、お金を払って運動できる方はいいですが、「一人で運動しなさい」といってもなかなかできない方が多いので、どこか体育館を開放していただくなど、公的な場所で運動を続けられるといいのではと、普段から思っています。

次に男性高齢者について事例の共有をさせていただきます。地域包括支援センターの生活支援コーディネーターが、退職された男性高齢者だけを集めたカフェを開いており、どんどん人が増えています。男性高齢者も、女性に交わるのではなく男性だけで集まっていただくと皆さんとても楽しそうにされてい

ますので、そういう活動が今後増えていくといいと思っています。

最後に、地域包括支援センターでは介護予防プランの作成や街かどケアカフェ運営等、介護予防のいろいろな事業を行っていますが、練馬区の介護予防に対しての目標や方向性について、地域包括支援センターが分かるように説明する機会や現場から意見を聴取していただく機会が欲しいと思っています。各係からいろいろな委託事業が降りてきますが、私たちとしてもなかなかその理解が深まっておらず、高齢者に向けて、どの事業を使ってどのように支援していくのがいいのか、とても悩んでいるところです。

【高齢社会対策課長】

様々なご意見を頂いたので、包括的な回答になりますが、区民の方に向けてどう情報等をお伝えできるかということがとても大事だと思っています。今回の高齢者基礎調査でも、高齢の方でスマートフォンをお持ちの方の率は、前回調査、前々回調査から飛躍的に伸びています。スマートフォン等を通じて情報を取る方もいらっしゃると思うので、今後はそういった情報提供の機会が必要だと思っています。

それ以外にも、運動の場として公的な施設を使えるようにということや男性の活動の場について、また、区の方向性を伝える機会があればというお話もありました。高齢者の方にとっての相談窓口についても含め、しっかりとつなげられるような仕組みを、ご意見を伺いながら作っていければと思います。

【委員】

高齢者の外出を促すことに関して、1点よろしいでしょうか。映画券というものが以前あったと思います。高齢者が家から出るということが促されていたように思ったのですが、なくなってしまい、お楽しみがないと外へ出ないという高齢者の話を聞いたのですがこちらはいかがでしょうか。

【高齢社会対策課長】

「いきいき健康券事業」のことかと思います。ご自身で選んでいただくメニューの中に映画券というのがありましたが、実際にはご利用される方が少なかったなどの事情があって外させていただきました。いきいき健康券自体は、公衆浴場や豊島園の庭の湯、はり・灸・マッサージなど、いろいろなことをご提供できているかと思います。様々なご意見を頂く事業ですので、皆さんのご意見を頂きながら見直しを検討していきたいと思います。

【委員】

練馬区老人クラブ連合会は、「健康で長生きし、住みよい社会を作ること」を目指して活動を進めており、4月現在、99クラブが存在し5,275の方がいらっしゃいます。高齢者が健康を維持するために、今までの豊富な経験を生かして、特に認知療法、なおかつ健康寿命を伸ばすための活動をしています。たとえば、クラブのサークル活動・老人大学教室など、一人一人の楽しみと生きがいに基づいて実施しています。

高齢者が増加していますが、会員数の減少は目立ってきています。それを解決するために、地域包括支援センターの方々と町会とで連携しながら、一人でも多くの高齢者が社会で何らかの貢献をしていただけるよう、会員増強運動を進めています。令和8年4月、うれしいことに二十数年ぶりに富士見台に新しいクラブが誕生しました。この勢いを無駄にしないように、これからの認知療法・地域貢献・まちづくり

に、みんなで手を携えて進んでいきたいと思っています。

【会長】

その他、いかがでしょうか。

【委員】

行っている事業の中で、リタイアされた方や元気な高齢者の方へお仕事を紹介するという事業があったかと思いますが、数としてどのくらいなのかをお聞きしたいです。また、生活支援コーディネーターが各地域包括支援センターに配置されているかと思っています。私たちの地域でも、「毎朝6時半にラジオ体操で集まる」「集まって歌を歌う場所ができる」などの活動で生活に張りが出る人がたくさんいたり成果が出ており、地域包括支援センターの方は頑張っていらっしゃると思っています。区が、このような生活支援コーディネーターの方の実績をどのように評価されているのか、また、こういう事業もあった、新しく出来上がった、といったものがあれば、教えていただきたいです。

【高齢社会対策課長】

シニアセカンドキャリアの事業かと思っています。こちらの事業は令和元年度に開始した、高齢者の方に就業先や地域活動をご紹介して社会参加につなげていくというものです。令和7年度は、6回セミナーを開催し154人が参加、32名の方が就業したという実績になります。

【高齢者支援課長】

生活支援コーディネーターの活動について、実績をご報告いたします。生活支援コーディネーターは「地域で何らかの活動に参加したい」あるいは、「自分が担い手として活躍したい」という高齢者のコーディネート業務を行っています。令和7年度、ご相談に対してご案内した件数が、27か所の地域包括支援センター全体を合わせて265件となります。また、地域のいろいろな資源で活動しているコーラス・ダンスなどの団体、生活支援をしているNPO団体・送迎ボランティアの方々も含めると、この6、7年の間に把握している数が819件程になりました。この集めた情報を、どのようにこれから展開していくのかが、今後の課題と思っています。

また、地域課題を解決していく、という役割も持っています。たとえば、南田中団地で「買い物に行くのがなかなか難しい」という地域住民の声を受け、その地域の生活支援コーディネーターが自治会長と連携し移動販売車の誘致を行い、地域の方が気軽に買い物ができる機会を設けた、という実績があります。

練馬区としては、27人の生活支援コーディネーターは、実にこの2年間、意欲的に活動してくれていると思っています。それをもっと皆様に知っていただき、つながっていければというのがこれからの課題と考えています。

【委員】

今の事例もそうですし、有料老人ホームの食堂が空いている時間を利用して地域の方が4、5人集まって体操を行ったりと、地域にある社会資源でいろいろやっていることもたくさんあるようなので、そういうものをせっかくなのでもう少し分かるようにしていただければと思います。奥さんを介護されている

旦那さんの体力が落ちてきているからそういった場所に行けるように時間ヘルパーをあてがおうとか、私たちが介護の人と工夫できたり、介護支援専門員の方のシャドーワークにもつながったりも思うので、私たちにも分かるように報告いただけるとありがたいです。

【会長】

他にないかありますか。

【委員】

「練馬つながるフェスタ」という、町会・自治会・NPOをつなげて応援するというフェスティバルの実行委員をしていますが、生活支援コーディネーターさんがその場に出てくださいるようになりました。生活支援コーディネーターさんと地域活動団体のリーダーさんが交流してコラボレーションをするという現場も見ていますので、きっと生活支援コーディネーターさんがやっている実績というのは、数字に表われない部分も含めて大きくあるのではないかと感じています。

「つながるカレッジねりま」というのもありまして、そちらでは地域活動の担い手を育てるというニュアンスの事業なのですが、地域活動団体のリーダーさんたちが高齢化しており、若い世代の担い手を育てていくことも必要なのではないかと考えています。生活支援コーディネーターの皆さん、地域包括の皆さんに改めて感謝いたします。

【会長】

続いて、「②施策案 高齢者を支える地域との協働の推進」について高齢者支援課長よりお願いします。

【高齢者支援課長】

<資料2 「高齢者を支える地域との協働の推進 施策検討報告書」の説明>

【会長】

ご質問、ご意見はありますか。

【委員】

「現状と課題」について、報告書のとおりだと思っています。地域活動で行う業務も本当に多岐にわたっていて、現在の職員数で対応するにはとても負担が大きいのが現状だと思っています。

このところ、8050問題とか複雑化した課題を抱える高齢者のいる世帯が増えており、発見のきっかけの7割以上が地域包括支援センターというのは、そのとおりだと思っています。身元保証人のいない人など頼れる身寄りがない高齢者の増加もありますし、地域包括支援センターがこれから高齢者の問題だけでなく、高齢者のいる世帯やその家族も含めた問題への相談体制の強化が求められていますが、負担も大きくなっているのが現実だと思っています。

その負担軽減の対策として今回いろいろ計画していただいている中で、各地域包括支援センターの受け持ち世帯を減らし地域包括支援センターを増設、というのが出ていますが、担当地域が変更になると引継ぎ作業が大変負担ということもありますので、職員の増員ということで対応していただいたほうが負

担は少ないかなと思います。

介護予防マネジメント作成の負担については、DXの推進・ケアプラン連携システムの導入は、もししていただけるのであれば本当にありがたいです。今、ケアプランや提供票も紙ベースでやり取りしている状況なので、郵送料もばかにならないというのが現状です。地域包括支援センターだけではケアプランが持ちきれない状況も続いているので、居宅さんが委託を受けていただけるように委託料がもう少し上がらないかなとか、そのように考えています。

また、「複合的な課題を抱える高齢者への対応」としては、課題の発見や支援の部分で、高齢者訪問支援員が一人暮らしの高齢者のところへ訪問する専門職ですが、生活支援コーディネーターも本当によく動いていると思います。私たちの地域包括支援センターだけでも、1年で800人の方のデータが降りてきています。一人一人、電話をしたり訪問したりしながら、何かお困りのことはないかと状況を把握するために、本当によく地域を動いてくれているなと思います。

先ほど引きこもりの話で、どのようにして外に出ていただくかという話もありましたが、高齢者訪問支援員がそういった方に対して、なかなか連絡が取れなくてもしつこく訪問や関わりをもち、地域の資源につないだりということをしてきています。

8050問題とか複合的課題を抱える世帯への支援としては、地域包括支援センターだけでは抱えきれないので、関係機関との連携が本当に重要だなと思っています。特に地域包括支援センターに相談があるときには、虐待の相談が上がってくることが多いです。本当に緊急性が高い中では、区で重層的支援体制整備事業というのがありますが、そこに相談している暇はないということのほうが多く、やはり日常的に相談できる行政側の調整機関が必要ではないかと思っています。現状としては、福祉事務所の高齢者支援係が中心になっていろいろなところとつないでくださったりしていますが、これからケースが増えるということになると、ここも問題かなと思っています。

経済的な困窮の対応については、地域包括支援センターと生活サポートセンターが連携している数が少ないと感じておりまして、それぞれの役割を知った上で今後連携していく必要があるかと思うので、互いの業務を知る機会をつくってほしいと思っています。

身寄りのない高齢者の対応としては、権利擁護センターの「終身サポート事業」が始まりましたので、地域包括支援センターに、どういう事業なのかということの説明する機会をつくっていただきたいと思っています。

自力で避難することができない高齢者の問題としては、個別避難計画の作成も地域包括支援センターに委託されています。ただ、数としては多くないと思っています。増やすためにも、地域の民生委員・町会・商店街・事業者等々、災害時の課題や役割を共有する必要があるので、地域ケアセンター会議を利用しながら、何が地域で課題なのか、それぞれどんな役割を果たすのかということは今後も話し合っていきたいと思っています。

最後にお願ひですが、様々な事業がそれぞれの区の係から降りてきます。地域包括支援センターにどれだけのものが委託されているのかを、区側でちゃんと把握し、1つ1つの事業に丁寧な説明をしていただきたいということ、今回の意見として言わせていただきたいです。

【高齢者支援課長】

今回この計画を策定するに当たり、昨年12月から1月にかけて少しずつ地域包括支援センターの方の

ヒアリングをさせていただきました。その中で、とても負担感を持っているということは私たちも切実に感じているところです。私たちが地域包括支援センターに期待しているのは、専門職の集団・専門職の窓口なので、その専門職たるところが発揮できる環境をどうつくっていったらいいのかが重要だと思っています。頂きましたご意見を整理し、計画の中に落とし込めればと思いますので、別途お話をさせてください。

【会長】

担い手が孤立しないことを協働で取り組み、チームアプローチをどのように築いていけるかが、最も重要です。民生委員もそうですが、負担が大きいと疲れ切ってしまう、そして継続している職員も早めに辞めてしまうケースもあると思います。それを何としても防いでいくような協働した取組が必要だと思います。いかがでしょうか。

【委員】

2か月に1回程度、民生委員も含めての交流を図っています。3月に定年退職された生活支援コーディネーターの方が素晴らしい方でした。外出したがる男性がたくさんいらっしゃる話もありましたが、この方は男性の集まりである健康クラブをつくりました。自分でチラシを作成して男性のお宅に家庭訪問をされ、この3月いっぱい7人の男性の方が老人クラブに入る形となり、素晴らしいと思いました。

【委員】

私どもも、そういった形のノウハウを、担い手を育てるという観点からもご指導を引き続きと思っています。コーディネーターは非常に件数も多いですし、仕事のきめ細かさを求めていくと、どんどん疲弊して詰まってしまうことがあります。地域力や地域資源をいかに活かしていけるか、いかにそういった地域資源をコーディネートしていけるか、地域の中で見守りをしていけるかなど、それぞれ地域包括支援センターの方々には苦勞なさっていると思います。核になるのは地域コーディネーターですが、いろいろな素敵なクラブ活動などを地域全体でやっていくのだというところを前面に出していただき、地域で広げていく、そこがリンクしていくといいのかなと思って、日々報告を受けております。

【会長】

ぜひリンクできる方法、どのようなことが考えられるかを提案していただきたいと思います。ここは行政が全部表に出るというよりも、それぞれの職種や関わりのある団体が積極的に具体的な提言をしていただきたいと思います。

他に何かありますか。

【委員】

自力で避難することができない高齢者という分野になりますが、私たち介護支援専門員は個別避難計画というものを、ご本人が許可していれば作成しているのですが、数としては非常に少ない数です。こちらがDX化されているのかということと、違った形の避難訓練のときに出す書類とどう相まっているのか、その辺りが、出している側からするとよく把握できていません。また、私は東京DMATに入っていますが、

八丈島での対応のときに、DX化されているものの共有があり、他の地域から来た人たちが動きやすかったです。そのような形に練馬区のものも出来上がっているのか、その辺りを教えていただけたらと思います。

【高齢社会対策課長】

約1年前の数字になりますが、区の中で避難行動要支援者名簿に登録されている方が約2万8,000人いらっしゃいます。令和6年度から計画作成を開始しましたが、既に作成されているのは昨年度の8月の時点で約1万1,000人です。3分の1は超えていっているけれども2分の1には満たないというところで、まだまだと思っており、区としてはもっと進めていく必要があるという課題認識を持っています。その他、今いただいたご意見についても確認し、次回お答えできるようにいたします。

【会長】

続いてその他、何かありますでしょうか。

【高齢者支援課長】

第7回開催時、委員より、終身サポート事業などについて、生活支援専門員の方への周知を依頼されていましたが、介護サービス事業者連絡会の計画部会でのご説明を実施済み、社会福祉協議会・地域包括支援センターへのご説明もそれぞれ調整し実施予定であることをご報告いたします。

3 閉 会

【事務局】

< 次回の開催予定の連絡 >

【高齢者施設担当部長】

本日も、さまざま貴重なご意見を頂きましてありがとうございます。生活支援専門員の立場や、地域包括支援センター長の立場のお話を伺う中で、私どもも聞き及んでいるつもりではありましたが、詳細や負担感の大変さというところを肌で感じ切れていない部分が現実にあったかと思っています。

地域包括支援センターについて、課題や事業がどんどん増えていく一方で、区としても増設や人員増に取り組んでいるところですが、最前線で頑張っていることに改めて感謝申し上げます。

地域との協働の推進について、生活支援コーディネーター等々という話をさせていただきましたが、私どもが蓄積した情報をどのように地域に展開していくのか。広く地域の方にご理解いただき、参加しよう、考えてみようと思ってもらえる提供の仕方の工夫や、介護支援専門員や事業者向けに直接使えるデータの提供も必要ですし、その辺りも検討の材料として今考えていますので、また詳細はご相談させてもらえればと思います。

元気高齢者やフレイル予防の話ですが、皆さんおっしゃっていただいたとおり、自分から動こうという方もたくさんいらっしゃる一方で、家に閉じ籠もってしまう方が特に男性に多くみられています。場合によっては70歳まで働くのは当たり前だということや、現役世代のときに仕事等で地域との関係性が希薄

化している中で、そのまま年を重ねられた方の考え方がいきなり変わる、人生観が変わるということはないわけですから、そういった方々に対してのアプローチというものは、今までのやり方も大切にしつつ、違うやり方というものも考えていかなければと思っています。今までは少なかったSNSやデジタルでつながるといっても、つながりの1つとしては大切で、現在の高齢者はそういったところに有益性を持っていたり、趣味の活動をしている方も多いので、そういった視点も入れて取り組めるといいかと思っています。

最後になりますが、私どもが危機意識を持っているのは、プレシニアやこれから高齢期を迎える方々のこれまでの過ごし方が、平成の頃と大分違っているということです。いわゆる就職氷河期世代の方々が団塊ジュニアと少しかぶっており、2040年を迎えるとその方たちが高齢期に上がってきます。区としても、今年度5月から氷河期世代の方々に対する現状の把握としてアンケートを取らせてもらい、そういった支援の施策を来年度につなげていこうと思っています。

高齢者支援という1つの柱の中で、高齢者を取り巻く環境に合わせて、様々な相談機関や支援機関が一緒になり、一層充実していくように進めてまいりたいと思っています。

【会長】

これもちまして、第8回練馬区介護保険運営協議会を閉会します。

以 上