

## 戦略計画 5

### 高齢者地域包括ケアシステムの深化・推進

#### 令和 10 年度末の目標

介護が必要になっても、誰もが住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、医療・介護・予防・住まい・生活支援が一体的・継続的に提供される、地域包括ケアシステムを深化・推進

#### 現状と課題

団塊世代の全ての方が後期高齢者になる令和 7 年に向けて、地域包括ケアシステムの中核を担う地域包括支援センターの増設・移転を進め、27 か所体制を整備しました。今後も、団塊ジュニア世代の方が高齢者となる令和 22 年を見据え、高齢者人口の将来推計や地域の人口バランスを考慮し、増設・移転を検討していく必要があります。

令和 22 年には、ひとり暮らし高齢者は約 9 万人、高齢者の 2 人に 1 人がひとり暮らし高齢者となり、認知症高齢者も増加する見込みです。介護サービス事業者に加え、NPO 等の地域活動団体との協働を更に推進し、ひとり暮らし高齢者等を支えていくことが必要です。

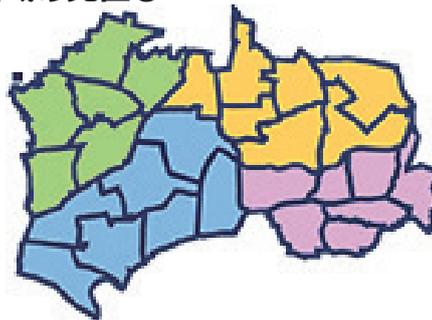
介護施設の整備を着実に進めてきた結果、特別養護老人ホームは都内最多の施設数となっており、入所待機の様子は大きく改善されています。一方、施設老朽化への対応が新たな課題となっています。住み慣れた地域での在宅生活の継続を希望する方を支えるため、医療と介護の基盤整備に引き続き取り組んでいく必要があります。

介護分野では求人倍率・離職率が他産業と比較して高く、慢性的に人材が不足しています。質の高い介護サービスを安定的に提供するため、介護人材の確保・育成・定着支援を強化していく必要があります。

#### 高齢者福祉の日常生活圏域の見直し



【4 地区（福祉事務所単位）】



【27 地区（地域包括支援センター単位）】

## 5年間の取組

### 1 高齢者の生活を支えるコーディネーター力の強化【充実】

高齢者をよりきめ細やかに支えるため、令和6年度から、日常生活圏域を4地区から地域包括支援センターに合わせて27地区とします。支援が必要な高齢者を地域で活動している団体等へつなぐ生活支援コーディネーターを、各地域包括支援センターに1名ずつ配置し体制を強化します。

今後、ひとり暮らし高齢者や高齢者のみ世帯等を、より身近で利用しやすい窓口で支援できるよう、高齢者人口の将来推計や地域の人口バランスを考慮しながら、地域包括支援センターの増設、区立施設等への移転を進めます。

### 2 認知症高齢者や家族介護者への更なる地域支援の充実【新規・充実】

地域包括支援センターに加え、認知症高齢者グループホーム等においても本人や家族への相談を行うなど、介護サービス事業者と連携し、支援体制を強化します。認知症高齢者等を介護する家族の身体的負担を軽減するため、三療師会との連携により、家族介護者への支援を拡充します。

### 3 介護保険施設等の整備【新規・充実】

特別養護老人ホームは、ショートステイなど既存資源の転換等により定員数の確保を図ります。また、老朽化に伴う大規模改修等に対する支援策を検討します。

練馬光が丘病院跡施設において、令和7年度の開設を目指し、区内初となる介護医療院の整備を進めています。特別養護老人ホームで受入れ困難な方が円滑に入所できる仕組みづくりを進めます。

都市型軽費老人ホームは、利用状況や待機者数、ひとり暮らし高齢者数等の推計を踏まえ、整備を進めます。

### 4 在宅生活を支える医療と介護サービス基盤の整備【充実】

地域密着型サービスは、医療・介護双方のニーズを有する高齢者や認知症高齢者の増加が見込まれるため、適切なサービス供給量の確保に向けて整備を行います。また、介護サービス事業者連絡協議会との協働等により、更なる普及啓発に取り組み、利用の促進を図ります。

### 5 介護人材の確保・育成・定着【新規】

練馬光が丘病院跡施設において、令和7年度の開設を目指し、介護福祉士養成施設の整備を進めています。卒業生が区内介護サービス事業所に就職し、定着することを誘導する仕組みを検討します。

## 元気高齢者の活躍と健康づくり・フレイル予防の推進

### 令和 10 年度末の目標

多くの高齢者が就労・地域活動等で活躍できる場の提供と、一人ひとりのライフスタイルに合った健康づくり・フレイル<sup>\*</sup>予防に取り組める環境の整備

### 現状と課題

区内の高齢者の約 8 割は要介護認定を受けていない、いわゆる「元気高齢者」であり、地域の担い手として様々な場面での活躍が期待されています。意欲のある高齢者が働き続けられる場や地域活動に参加できる場の提供をさらに進める必要があります。

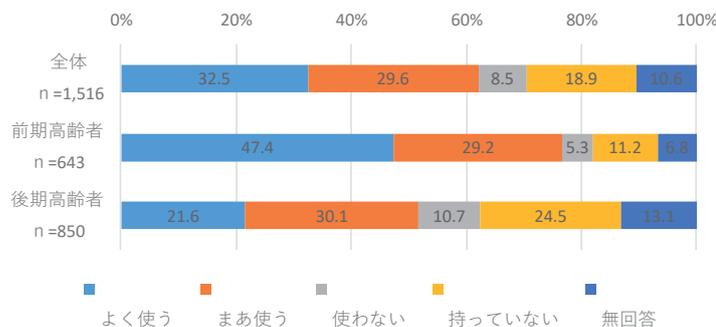
高齢者が住み慣れた地域で、孤立せずに暮らし続けるためには、人と人とのつながりが重要です。特に、高齢の男性は孤立しやすい傾向にあります。身近な地域で交流や相談等ができる通いの場の充実が必要となっています。

一方、近年スマートフォンを活用し、インターネットでの情報収集や SNS で友人・家族との交流を楽しむ高齢者が増えています。デジタル技術を活用した健康づくりやフレイル予防等の新たな取組を進めていく必要があります。

また、民間通話会社による 3G サービスが令和 8 年に全て終了する予定であり、いわゆる「ガラケー」の大部分が利用できなくなるため、スマートフォンへの移行を支援する取組が必要です。

健康に課題を抱える高齢者を医療・健診・介護等のデータから把握し、個別訪問などにより支援する「高齢者みんな健康プロジェクト」などの取組を進めてきました。重症化予防に向け、今後も生活習慣の改善をきめ細かく支援していくことが必要です。

スマートフォンの保有率（区内高齢者）



出典：令和 4 年度練馬区高齢者基礎調査

※フレイル …老化により心身機能の活力（筋力や認知機能など）や、社会的な活力（人との交流など）が低下し、要介護になる危険性が高まっている状態

## 5年間の取組

### 1 元気高齢者の活躍の場を拡大【充実】

高齢者が長年培ってきた知識や経験を活かして、様々な場面で活躍できるよう、就職先や地域活動などを紹介し、希望に沿った社会参加に繋がります。

元気高齢者が特別養護老人ホームなどで清掃や洗濯等の補助業務を行い、介護職員の負担軽減を図っています。今後、デイサービスセンターなどの小規模事業所が利用しやすい仕組みづくりを進め、就労の場を拡大します。

シルバー人材センターと連携して、シニアのスマホ相談員を養成し、町会・自治会や街かどケアカフェ等へ派遣します。

### 2 街かどケアカフェの充実【充実】

交流・相談・介護予防の拠点となる「街かどケアカフェ」を多様な地域団体との協働や区立施設の機能転換等により増設します。

### 3 スマホアプリ「フィット&ゴー」を活用したフレイル予防の充実【充実】

60歳から自らフレイル予防に取り組めるアプリ「フィット&ゴー」を充実します。フレイル推定AIを搭載し、一人ひとりの興味関心に合ったイベントや介護予防事業の情報を発信し、社会参加や健康づくりの後押し、孤独になりがちな高齢者の外出・交流のきっかけとします。

### 4 デジタル格差解消を目指した取組の推進【充実】

スマホ教室を短期集中的に実施し、高齢者のデジタル格差の早期解消を目指します。高齢者がスマートフォンの基本操作等を気軽に相談できるよう、はつらつセンターにスマホ相談窓口を設けます。

### 5 高齢者みんな健康プロジェクトの拡充【新規・充実】

保健師等の専門職を増員し、ハイリスク高齢者への個別支援を強化します。また、練馬区薬剤師会との連携により、「多剤服薬」等の方を対象に、服薬指導・健康相談を個別訪問や薬局窓口等で実施します。