

第8期 練馬区高齢者保健福祉計画・  
介護保険事業計画

施策2 ひとり暮らし高齢者等を支える  
地域との協働の推進

検討資料

令和2年7月9日  
第8回 練馬区介護保険運営協議会

# 1 目標

- ひとり暮らし高齢者や高齢者のみ世帯が地域で安心して暮らせるよう、地域包括支援センターを中心とした身近な地域での相談支援体制を強化するとともに、地域全体での見守りや支え合いの輪を広げます。

# 2 現状

- 令和2年1月1日現在、区内のひとり暮らし高齢者は約5万3千人。核家族化の進行や、未婚率の上昇等を背景に、令和7年には約5万8千人に増加する。団塊ジュニア世代が高齢者となる令和22年には約8万9千人に増加すると見込まれる。  
また、区内の高齢者のみ世帯は、約2万9千世帯。令和7年は横ばいで推移するが、令和22年には約3万3千世帯に増加すると見込まれる。
- ひとり暮らし高齢者は、自宅に閉じこもりがちで、運動量や他者との接触が少ないことから、身体・認知機能が低下しやすい傾向がある。ひとり暮らし高齢者の要介護認定率は32.2%で、高齢者複数世帯（14.7%）の2倍を超えている。
- 練馬区高齢者基礎調査によると、介護が必要となった場合に、自宅での生活を希望するひとり暮らし高齢者は36.2%。高齢者のみ世帯と比較して、約15ポイント低い。ひとり暮らし高齢者の多くは、住み慣れた地域で暮らし続けることに不安を抱えている状況がうかがえる。
- 練馬区高齢者基礎調査によると、日常生活で困った場合の相談先について、高齢者一般の約7割は「家族・親族」と回答をしている。ひとり暮らし高齢者は、同居の家族・親族がいないことから、日常生活の悩みごとや困りごとを抱え込み、孤立しがちである。

## 2 現状

- 平成30年4月から、練馬・光が丘・石神井・大泉に各1か所ある高齢者相談センター本所と支所25か所の体制を、地域包括支援センター25か所体制に再編し、支援機能を強化した。  
令和元年度は181,929件の相談に対応している。  
一方、練馬区高齢者基礎調査によると、地域包括支援センターの認知度は、前回、前々回と比較して向上しているが、要支援認定者および要介護認定者においては、いまだ「知らない」という回答が約2割を占める。
- 老々介護やダブルケア、8050問題など、高齢者の生活上の課題は複合化・複雑化している。令和元年度から、ひとり暮らし高齢者などの心身の状態を把握し、介護保険や介護予防事業、見守り活動等につなげるため、高齢者実態調査を実施した。
- 平成30年度から、ひとり暮らし高齢者および高齢者のみ世帯の高齢者が地域で孤立することのないように、全地域包括支援センターにおいて、職員と区民ボランティアが自宅を訪問し、介護予防など、個々の状況に応じた支援につなぐ「ひとり暮らし高齢者等訪問支援事業」を実施した。令和元年度の訪問件数は12,913件にのぼり、介護保険認定申請等8,798件の支援につなげた。
- 平成30年度から、緊急通報、生活相談、配食等を組み合わせた在宅生活支援事業に、緊急時の自宅への駆けつけサービスを加えた「高齢者在宅生活あんしん事業」を実施し、令和元年度は1,808人が利用した。また、練馬区シルバー人材センターと連携し、軽易な家事援助を地域の高齢者が担うシルバーサポート事業を実施し、令和元年度は340人が利用した。
- 平成26年度から、援助を必要とするひとり暮らし高齢者を地域団体や民間事業者等と、地域全体で見守る体制を整える高齢者見守りネットワーク協定を締結している。令和元年度までの協定締結団体は累計で37団体にのぼっている。また、コンビニの従業員等を対象として「N-impro（ニンプロ）」を活用した認知症対応型研修を実施し、地域の見守り体制を強化している。

## 2 現状

- 災害時の要支援者対策として、避難行動要支援者名簿の情報を継続的に更新するとともに、災害時に一般の避難拠点での避難生活が困難な要援護者を受け入れる福祉避難所を41か所指定した。
- 練馬区高齢者基礎調査によると、終末期や死後の手続き等における不安について、不安がある高齢者では、「遺品整理」と「死後の公共料金の解約や役所への届け出」が高く、他にも「金融機関への連絡」「相続」など多岐にわたっている。
- 練馬区高齢者基礎調査によると、高齢者一般では約1割がボランティア活動に参加している。一方、地域活動に対し、「関心・興味のあるテーマがあれば参加したい」（高齢者一般 36.1%、これから高齢期 43.7%）と回答した人は、「活動したくない・関心がない」（高齢者一般 22.0%、これから高齢期 17.7%）を上回っており、参加意欲があることがうかがえる。
- 平成27年度から、ボランティア等を担い手とした生活支援サービスの資源開発、サービス提供主体間のネットワークの構築等を行う「生活支援コーディネーター」を配置。ボランティア・地域福祉推進センターに配置される地域福祉コーディネーターが兼務して実施した。
- 平成27年度から、地域で高齢者を支える人材を育成する「高齢者支え合いサポーター育成研修」を実施し、令和元年度までに369人が修了した。育成された高齢者支え合いサポーターは、コーディネーターの支援のもと、地域の集いの場や介護保険施設等で活躍している。平成30年度より、研修修了後一定期間を経過したサポーターを対象に新たにスキルアップ研修を実施し、令和元年度までに170名が受講した。

### 3 課題と取組

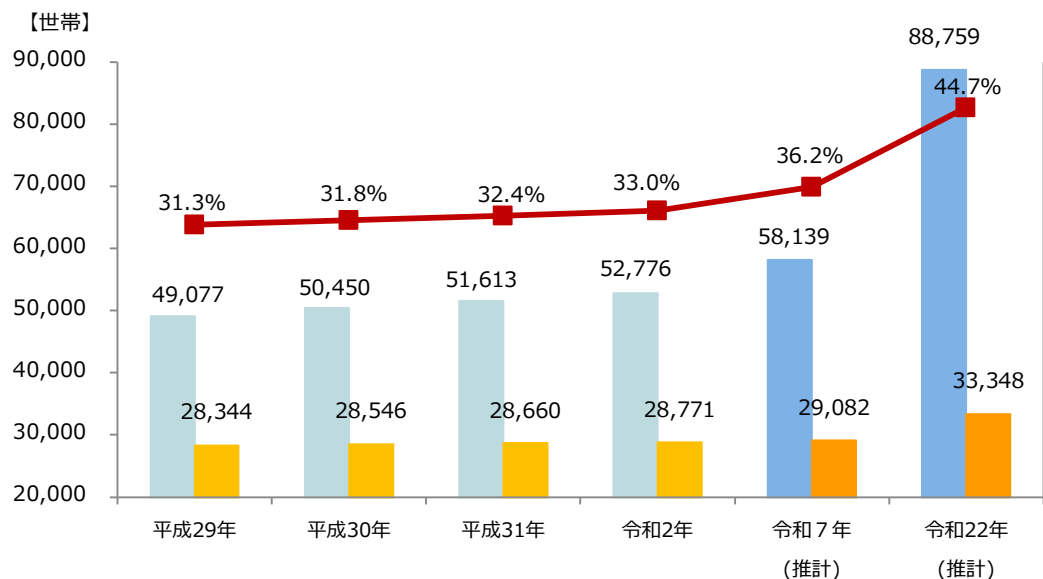
- 今後も増加が見込まれるひとり暮らし高齢者や高齢者のみ世帯を支援するため、身近な地域の相談体制を強化する必要がある。
  - ➔ 高齢者の身近な地域の相談体制を強化するため、地域包括支援センターの増設、担当区域等の見直しを行ってはどうか。
  
- 地域との協働により、ひとり暮らし高齢者や高齢者のみ世帯、認知症の方の状況を把握し、地域の相談体制や見守り・支え合いの体制を更に強化していく必要がある。
  - ➔ 高齢者の実態把握にあたっては民生委員と連携を強化していくべきではないか。
  - ➔ 地域団体や、区民に身近な事業者と連携して街かどケアカフェの充実に取り組んでいくべきではないか。
  - ➔ コンビニの従業員等を対象とした「N-impro(ニンプロ)」の実施を通じて地域の見守り体制を強化してはどうか。
  - ➔ 「高齢者支え合いサポーター育成研修」の充実と地域団体で活動する担い手の育成をしてはどうか。
  - ➔ 支援が必要な高齢者を地域団体等につなげるため、地域ケア会議等を活用し生活支援コーディネーターと地域包括支援センターの連携を強化してはどうか。

### 3 課題と取組

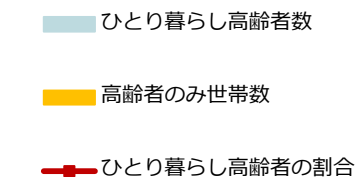
- 高齢者のみ世帯が老々介護等による課題を抱え込まないように、世帯に合った支援を行う必要がある。
  - ➔ ひとり暮らし高齢者および高齢者のみ世帯の高齢者が地域で孤立することのないように、ひとり暮らし高齢者等訪問支援事業の強化を図る必要があるのではないか。
  - ➔ 高齢者の生活習慣病の重症化予防と介護予防の観点から、ひとり暮らし高齢者等訪問支援事業に医療専門職が関与する仕組みを設けてはどうか。
  - ➔ 「家族介護者アセスメント」について情報提供の充実を図る必要があるのではないか。
  - ➔ 老々介護等世帯の課題について、多職種が協働して取り組む仕組みを設けてはどうか。
  - ➔ 高齢者在宅生活あんしん事業の充実を図ってはどうか。
  
- ひとり暮らし高齢者等が、死後の不安や災害時の不安を抱えず、安心して過ごすための支援が必要である。
  - ➔ 高齢者が抱える死後についての多様な不安を軽減する取り組みが必要ではないか。
  - ➔ 避難行動要支援者の安否確認体制を強化すべきではないか。
  - ➔ 福祉避難所の充実を図ってはどうか。

# 参考データ

## 1 ひとり暮らし高齢者数・高齢者のみ世帯数の推移

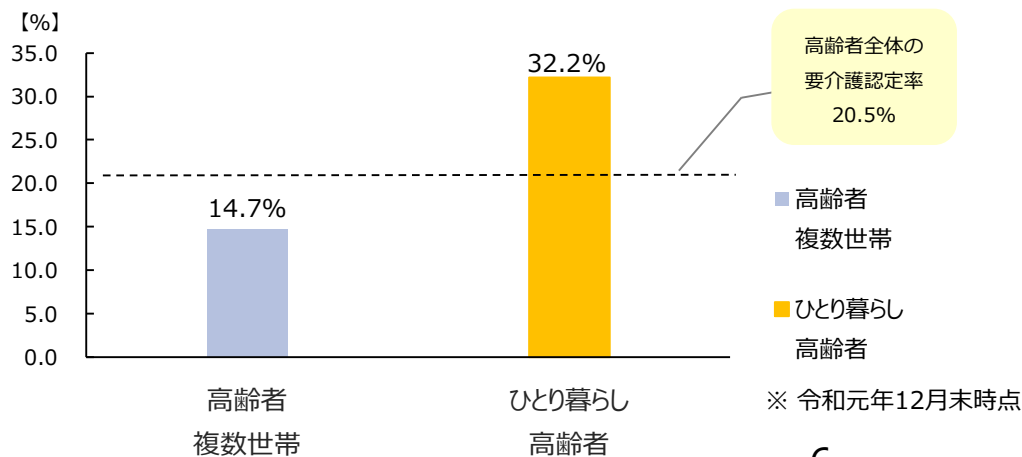


- ・ひとり暮らし高齢者数は令和2年から令和7年に約5,000人増加し、令和22年までに約36,000人増加すると見込まれる。
- ・高齢者のみ世帯数は令和22年までに約4,600世帯増加すると見込まれる。



※ 令和7年および令和22年は、平成31年1月1日時点企画課人口推計に基づき算出

## 2 ひとり暮らし高齢者・高齢者複数世帯の要介護認定率



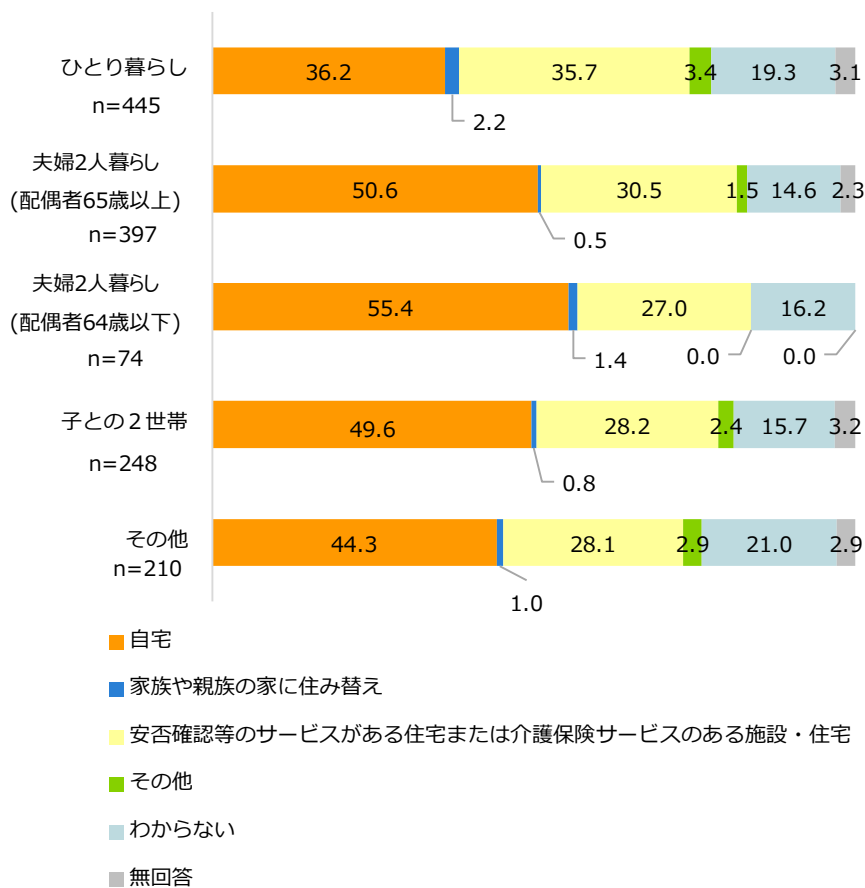
ひとり暮らし高齢者の要介護認定率は、複数世帯の要介護認定率の2倍を超えている。

※ 令和元年12月末時点

# 参考データ

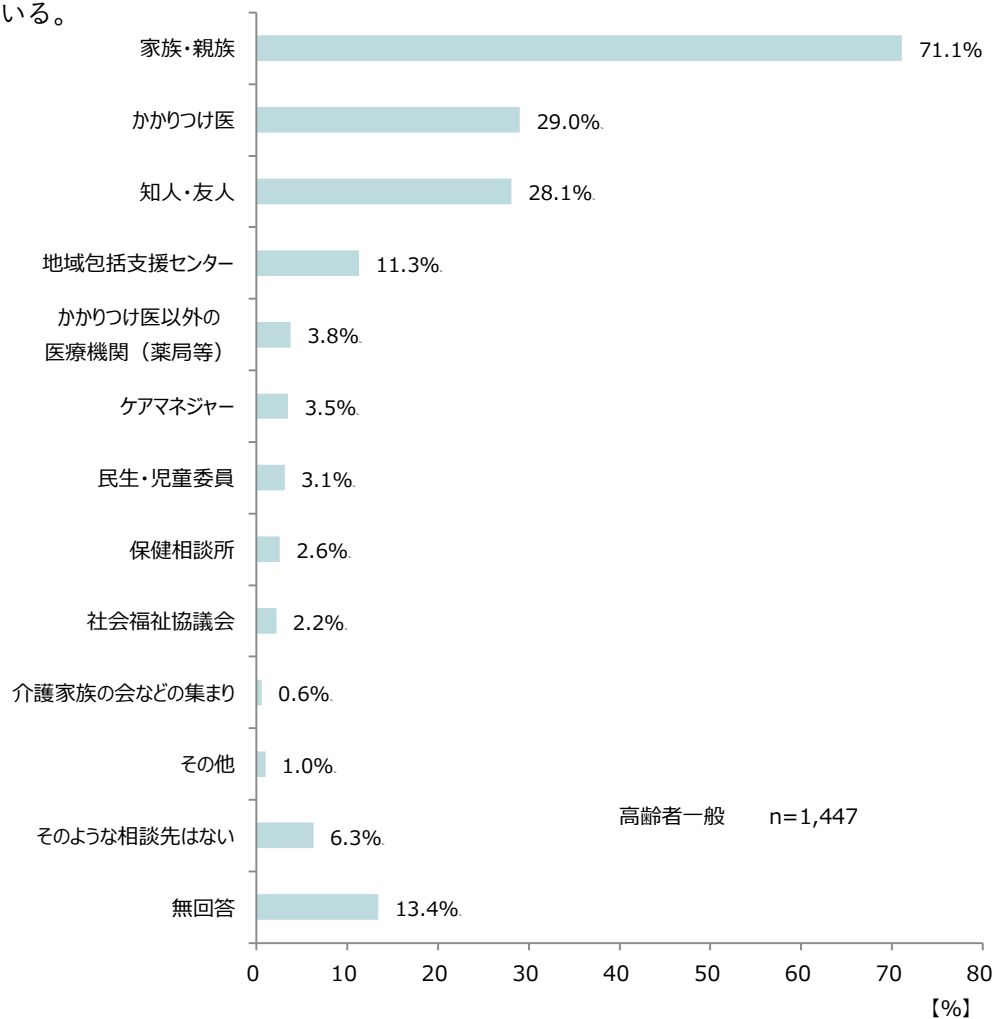
## 3 介護が必要になった場合に希望する暮らし方

高齢者一般では、自宅での生活を希望するひとり暮らし高齢者は、高齢者のみの夫婦2人暮らし世帯と比べて約15ポイント低くなっている。



## 4 日常生活で困ったことがあった時の相談先

「家族・親族」が最も高く、7割を超えている。



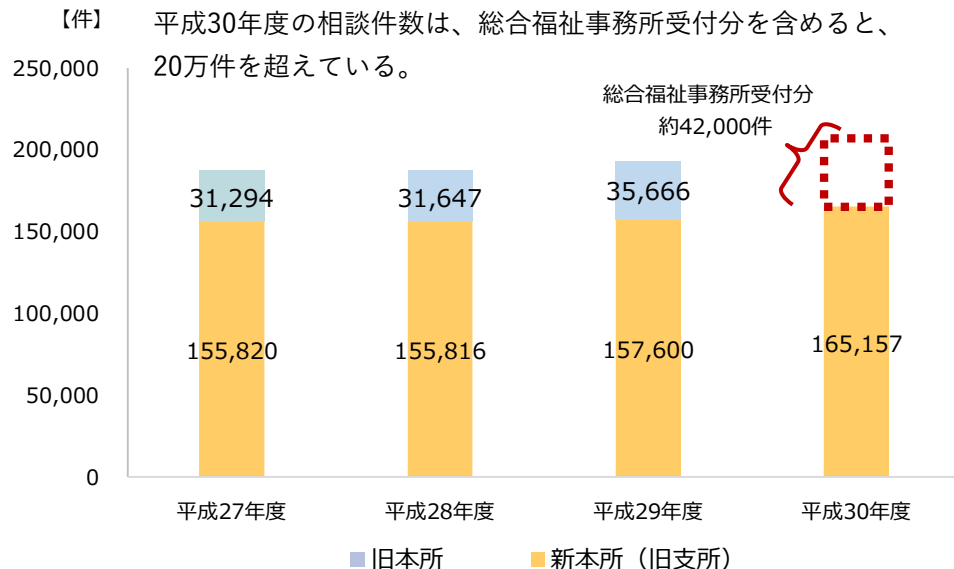
出典：令和元年度練馬区高齢者基礎調査

出典：令和元年度練馬区高齢者基礎調査



# 参考データ

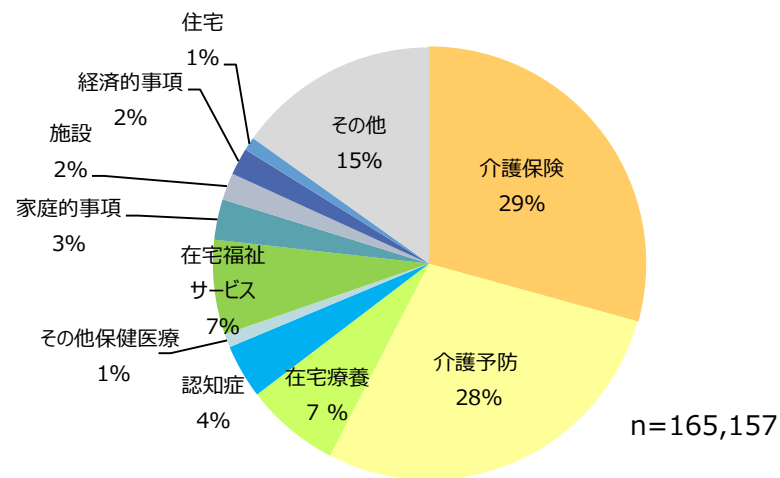
## 5 地域包括支援センター相談件数の推移



出典：平成30年度練馬区地域包括支援センター運営協議会資料

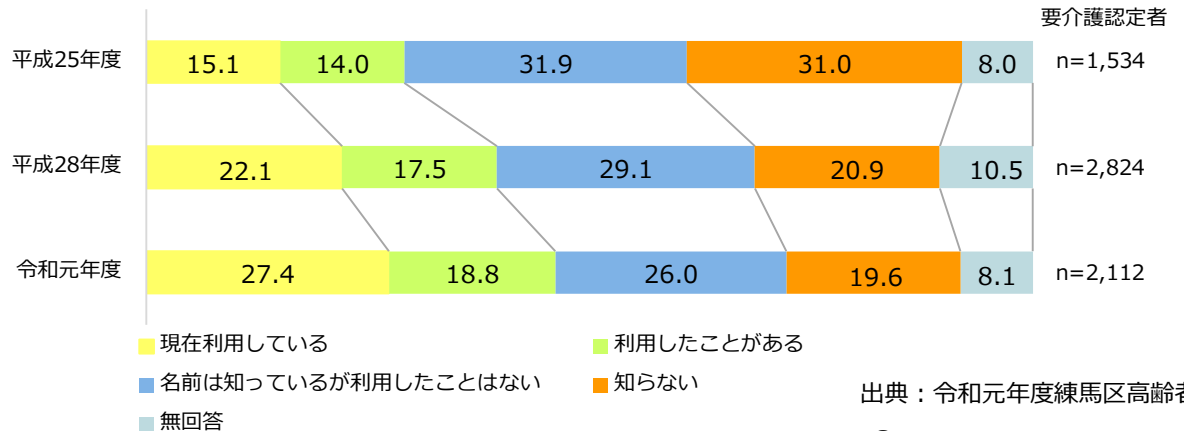
## 6 地域包括支援センター相談内容の内訳

相談内容は、介護保険と介護予防を合わせると約6割となっている。



出典：平成30年度練馬区地域包括支援センター運営協議会資料

## 7 地域包括支援センターの認知度



要支援認定者+  
要介護認定者

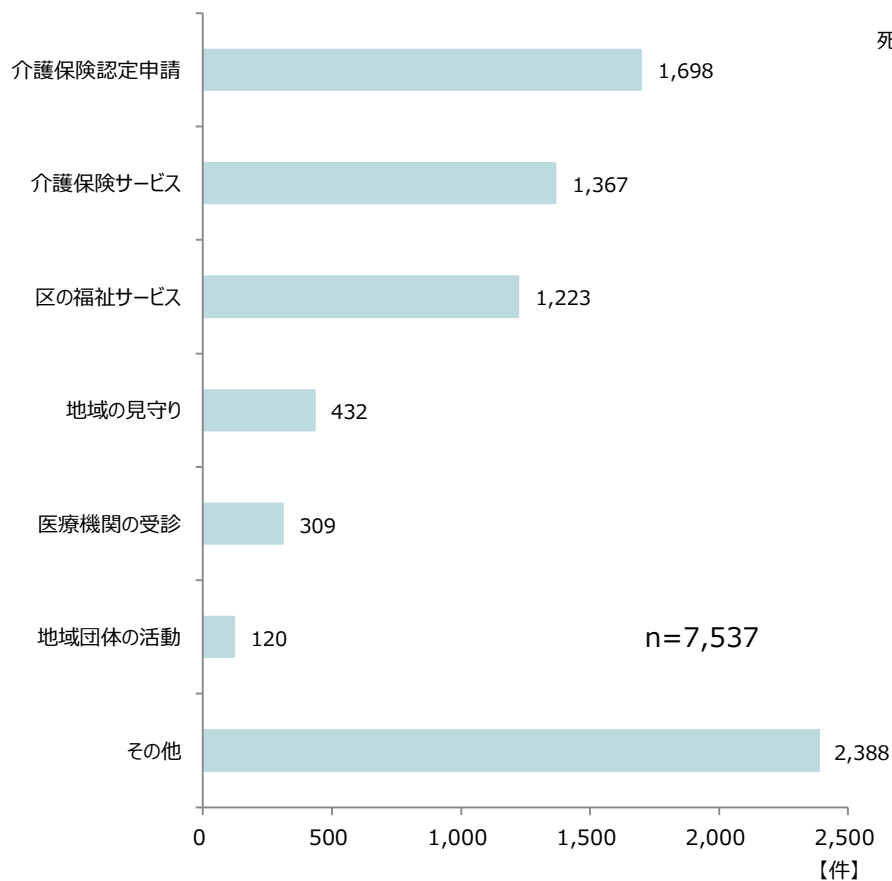
地域包括支援センターの認知度は、前回、前々回調査と比較して向上しているが、要支援認定者および要介護認定者の約2割が「知らない」と回答している。

出典：令和元年度練馬区高齢者基礎調査

# 参考データ

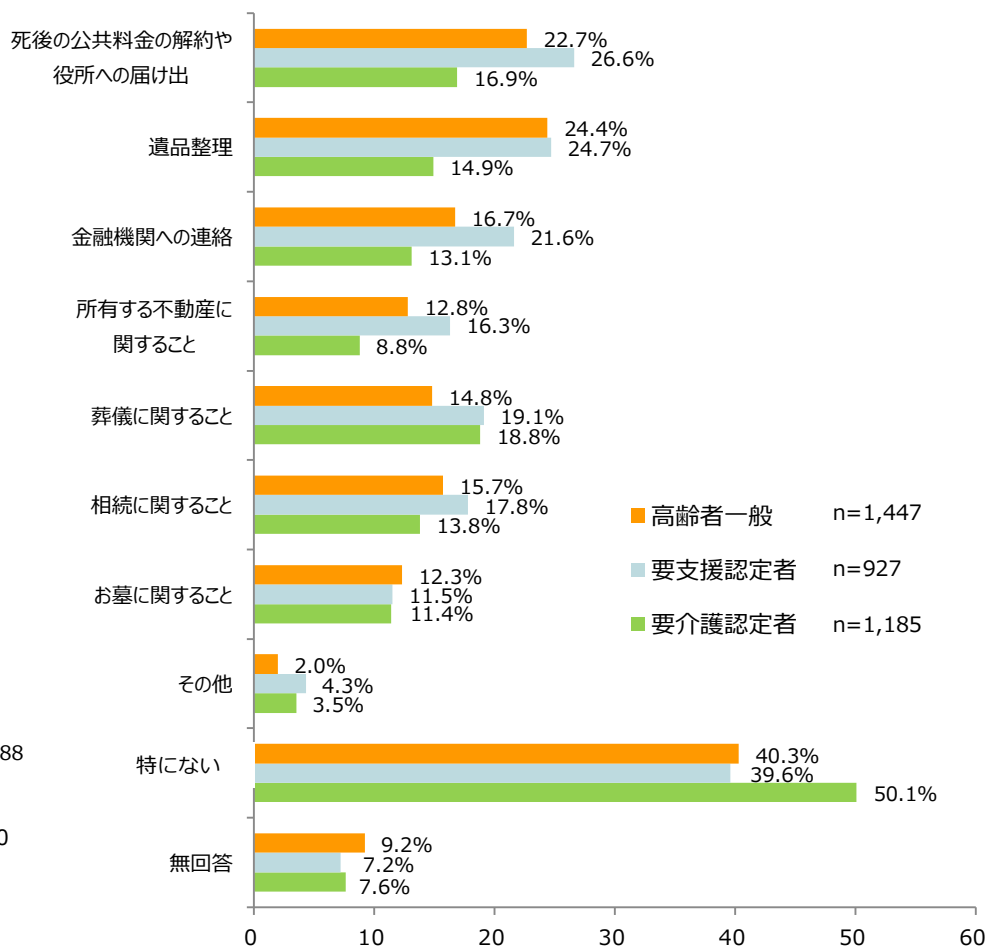
## 8 ひとり暮らし高齢者等への訪問支援後につなげた支援

「介護保険認定申請」が最も多く、「介護保険サービス」「区の福祉サービス」と続いている。



## 9 終末期・死後の手続き等で不安なこと

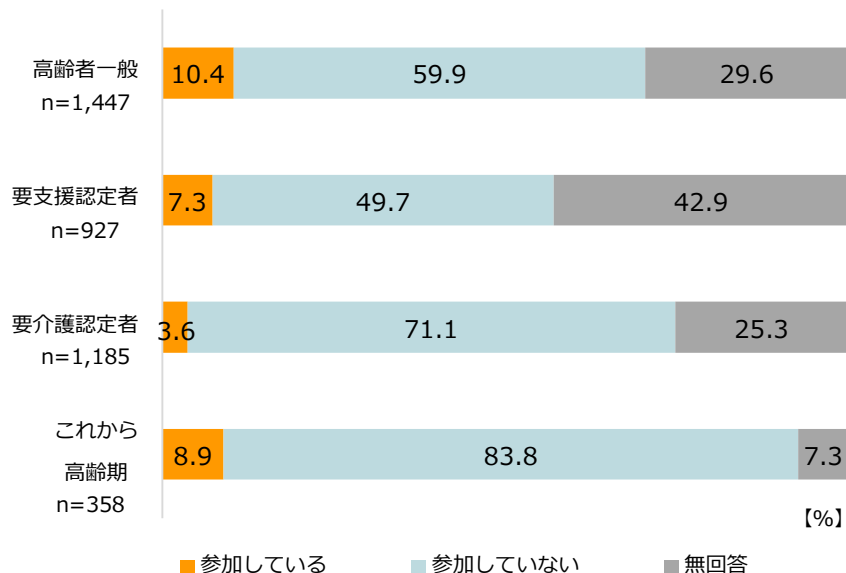
不安がある高齢者では、「遺品整理」と「死後の公共料金の解約や役所への届け出」が高くなっている。



# 参考データ

## 10 ボランティアグループへの参加状況

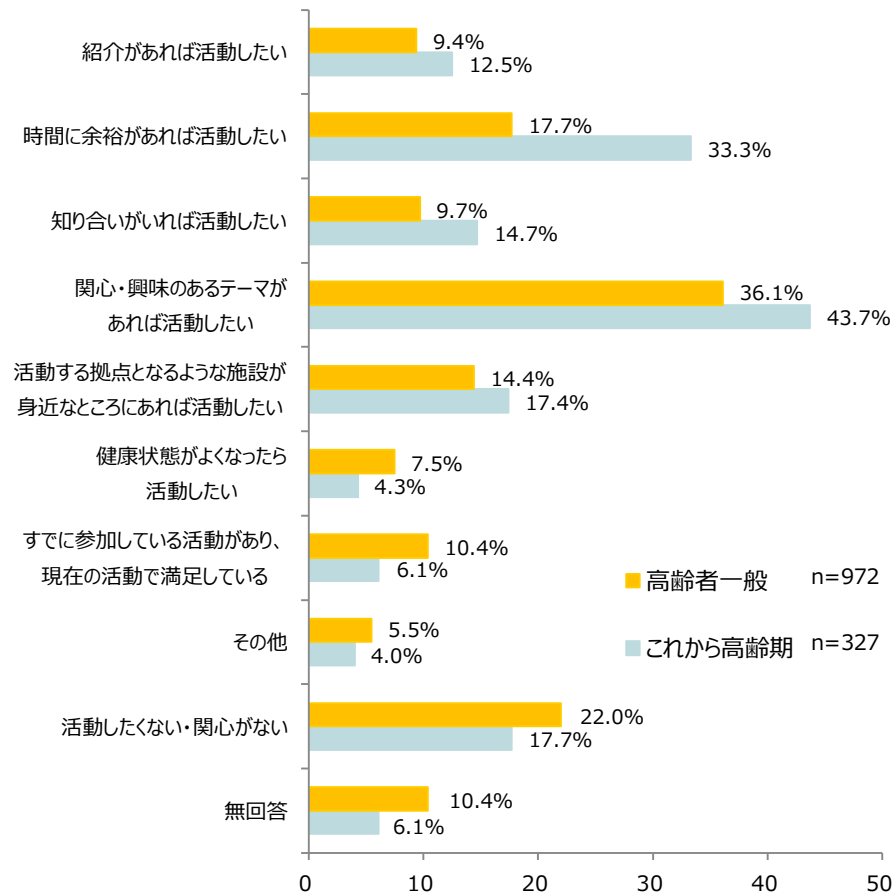
高齢者一般では、約1割がボランティア活動に参加している。



出典：令和元年度練馬区高齢者基礎調査

## 11 地域活動に参加するきっかけ

地域活動に参加していない高齢者等の参加するきっかけとしては、「関心・興味のあるテーマがあれば活動したい」が最も高くなっている。



出典：令和元年度練馬区高齢者基礎調査

# 現在の主な取組

## ひとり暮らし高齢者等訪問支援事業

・令和2年度当初予算 242,989千円

### 事業内容と実績（令和元年度）

平成30年4月から、区内25か所の地域包括支援センターの訪問支援員が、ひとり暮らし高齢者・高齢者のみ世帯の自宅を訪問し、必要な支援につなげる「ひとり暮らし高齢者等訪問支援事業」を実施

#### 訪問支援員による支援

##### ◆社会福祉士などが訪問支援

地域包括支援センターの訪問支援員（社会福祉士等の福祉・介護の専門職）が、地域のひとり暮らし高齢者や高齢者のみ世帯の自宅を訪問。

専門職の視点で、高齢者の生活実態や心身の状態を把握し、一人ひとりに合った支援につなげる。

##### ◆地域の見守り体制を構築

民生委員や町会・自治会等、地域の関係者や、区と見守り協定を締結するコンビニエンスストアなどの事業者と連携し、地域における高齢者の見守り体制を構築する。



支援につなげる

#### 支援の内容

##### ◆元気な高齢者

これからも元気で地域で暮らせるよう「街かどケアカフェ」をはじめとする地域の介護予防事業を案内

##### ◆支援が必要な方

介護保険サービスや区の福祉サービス事業をご案内し、サービスの利用を支援

##### ◆見守りが必要な方

ひとり暮らしで不安という方や認知症の方など、日常적인見守りが必要な方に対しては、区民ボランティア、民生委員、町会・自治会等と連携をとり、高齢者を見守る。

- |           |                      |        |         |
|-----------|----------------------|--------|---------|
| ・平成30年度実績 | 全面実施（地域包括支援センター25か所） | 見守り実人数 | 13,279人 |
| ・令和元年度実績  | 全面実施（地域包括支援センター25か所） | 見守り実人数 | 12,913人 |

# 現在の主な取組

## 高齢者実態調査

・令和2年度当初予算 16,580千円

### 事業内容と実績（令和元年度）

- ・ 住み慣れた地域で安心して生活が続けられるよう、65歳以上のひとり暮らし高齢者および高齢者のみ世帯の方(介護保険サービス利用者および生活保護受給者を除く)の実態調査を実施。
- ・ 健康長寿チェックシート25項目を活用し、緊急時の連絡先等も加えて調査。
- ・ 調査対象を3区分に分け、3年を1サイクルにして調査。

➤回答者に対しては、調査結果と介護予防事業等の案内を添えた結果を通知

➤調査の結果、支援が必要な方に対して、地域包括支援センターによる訪問支援

### 【令和元年度実績】

- ・ 70歳以上ひとり世帯の方を対象に実施
- 対象者 27,387人
- 回収者 20,240人

令和元年度 高齢者実態調査 結果通知書

お住まいの地区を担当する地域包括支援センター  
**桜台地域包括支援センター**（令和2年3月22日に下記住所に開設されました）  
 桜台1丁目22番9号（桜台地域包括支援センター） TEL03-5946-2311

住み慣れた地域で安心して暮らしているように、保健師・看護師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどの専門職が連携をとりながら、高齢者とその家族を支える地域的な役割をご担ってください。

質問項目	回答	結果とアドバイス
1. 1人で簡単に1人で外出していますか	いいえ	<b>生活機能</b> 0 /20a 心配ありません (10点以上で注意)
2. 日用品の買物をしていますか	いいえ	<b>運動機能</b> 0 /5a 心配ありません (5点以上で注意)
3. 親類の会し入れをしていますか	いいえ	<b>栄養</b> 0 /2a 心配ありません (2点以上で注意)
4. 友人の集まりをしていますか	いいえ	<b>お口の健康</b> 0 /3a 心配ありません (3点以上で注意)
5. 家族や友人の相談のついでですか	いいえ	<b>認知機能</b> 0 /3a 心配ありません (3点以上で注意)
6. 高齢者手帳や介護保険の用紙が手元に立上っていますか	いいえ	<b>こころの健康</b> 0 /5a 心配ありません (5点以上で注意)
7. 15分程度歩いてみますか	いいえ	
8. 90分程度歩かれていますか	いいえ	
9. 10分程度歩かれていますか	いいえ	
10. 転倒に対する不安はありますか	いいえ	
11. 6か月間2週間以上の休養減少がありましたか	いいえ	
12. 高齢者生活者（本人の収入） 身元 17308 扶養 63 総 277		
13. 半年以上休んでいないものがあつたことがありますか	いいえ	
14. お酒やタバコを飲むことがありますか	いいえ	
15. 10日以上休んでいないものがあつたことがありますか	いいえ	
16. 前年と比べて体の動きが鈍くなっていますか	いいえ	
17. 歩行が安定しているように感じていますか	いいえ	
18. 歩行が安定しているように感じていますか	いいえ	
19. 歩行が安定しているように感じていますか	いいえ	
20. 今日の日付がわかるようになりますか	いいえ	
21. (この調査)毎日の生活に支障はない	いいえ	
22. (この調査)ほぼ毎日支障を受けている	いいえ	
23. (この調査)ほぼ毎日支障を受けている	いいえ	
24. (この調査)毎日の生活に支障はない	いいえ	
25. (この調査)毎日の生活に支障はない	いいえ	

結果通知書に関するお問い合わせ 桜台地域包括支援センター 高齢者実態調査係 電話 (03) 5946-4582 FAX (03) 5946-2310

▲回答者へ送付する結果通知書

# 現在の主な取組

事業名	事業概要	令和元年度実績
<b>1 ひとり暮らし高齢者等を支える相談支援体制の強化</b>		
地域包括支援センターの再編	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区立施設等への移転、センターの増設、担当区域の見直しを行う。	①新体制による運営 ②移転・増設・担当区域の見直し計画の策定
ひとり暮らし高齢者等訪問支援事業	11ページ参照	
<b>2 ひとり暮らし高齢者等が安心して生活できるサービスの充実</b>		
高齢者在宅生活あんしん事業	ひとり暮らし高齢者や高齢者のみ世帯の在宅生活を支援するため、見守り事業や配食サービスと緊急時の自宅への駆けつけサービスを一体的に提供する。	利用者数 1,808人
コンビニエンスストアとの連携による見守り体制の強化	N-impro(ニンプロ)：コンビニの店長や店員の立場になり、認知症の方と接する時の対応について考えるカードゲーム形式の研修プログラム。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・コンビニ2社と高齢者見守りネットワーク事業協定を締結</li> <li>・ニンプロリーダーを養成 94人(累計 156人)</li> <li>・ニンプロ研修や体験会を実施 28回 567人</li> </ul>
災害時対応訓練の実施	介護・障害福祉サービス事業者等との連携による要援護者に対する災害時の生活支援体制を強化する訓練を実施する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・事業所との検討会を7、11月に実施</li> <li>・安否確認結果報告訓練を9月に実施</li> <li>・安否確認訪問訓練を避難拠点1か所で11月に実施</li> </ul>
福祉避難所の指定	区内の高齢・障害福祉施設等に災害時に一般の避難拠点での避難生活が困難な要援護者を受け入れる福祉避難所を指定する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・福祉避難所の指定 41か所</li> <li>・マニュアルに基づく訓練を実施</li> </ul>

## 現在の主な取組

事業名	事業概要	令和元年度実績
<b>2 ひとり暮らし高齢者等が安心して生活できるサービスの充実</b>		
練馬区高齢者葬儀・家財処分生前契約補助の実施	高齢者自身の将来の不安および高齢者が賃貸住宅に入居する時の貸主の不安を解消するために、見守りサービス・葬儀の実施・残存家財の片付けをあらかじめ居住者が契約する「あんしん居住制度」の契約事務手数料の半額（上限27,000円）を補助する。	実績なし
高齢者見守りネットワーク事業協定	ひとり暮らし高齢者などを地域で見守るために、民間団体等と「高齢者見守りネットワーク事業協定」を締結している。協定団体の職員等が高齢者の居宅を訪問した際に異変に気がついた場合、地域包括支援センターなどに速やかに連絡し、区は安否確認など必要な対応を行う。	協定締結先 37団体