

計画5 高齢者地域包括ケアシステムの確立

< 5 年 後 の 目 標 >

高齢者が地域で安心して暮らし続けられるよう、医療、介護、予防、住まい、生活支援がその人に合わせて一体的に提供される地域包括ケアシステムを確立

5 か 年 の 取 組

1 一人ひとりに合った医療・介護等の連携を支援

- (1) 練馬・光が丘・石神井・大泉の各高齢者相談センター（※1）に、「医療と介護の相談窓口」を開設し、医療・介護連携推進員を配置します。推進員は、医療・介護の施設や事業所を把握し、高齢者相談センターと支所を拠点に、その人に合った「医療・介護連携チーム」の編成を支援します。
- (2) 急性期から在宅まで切れ目のない医療・介護を提供するため、病院や診療所、介護施設などの地域資源をいかし、医師会等との連携による在宅療養のネットワークを構築します。

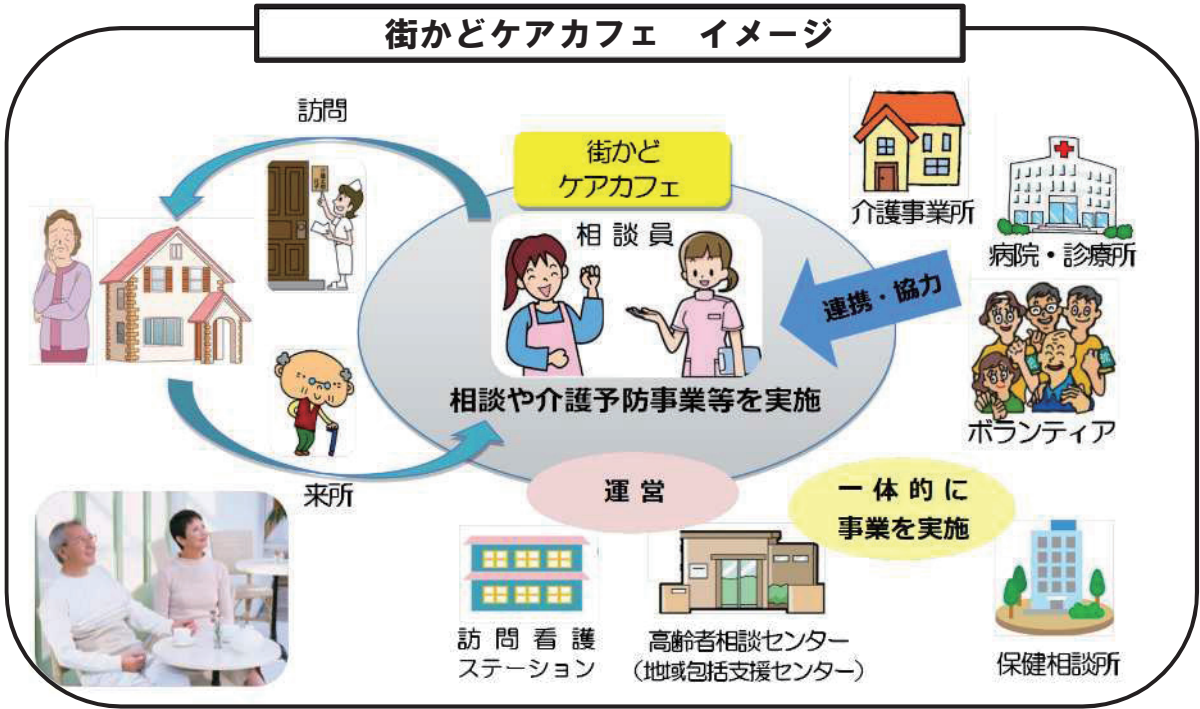
2 介護予防の推進

- (1) 介護予防と日常生活の支援を一体的に行う「介護予防・日常生活支援総合事業」を新たに実施します。
 - ① 高齢者が長く健康で自立した生活を営めるよう、ロコモ体操（※2）の実施会場を増やし、介護予防に取り組むサークルヘリハビリ専門職のアドバイザーを派遣することにより、地域における介護予防活動を支援します。
 - ② 区独自の多様な訪問型や通所型の介護予防・生活支援サービスを提供します。
- (2) 医療・介護・健康の相談と高齢者等地域住民の交流の場となる「街かどケアカフェ」を、区内でも特に高齢化率の高い地域に、当面4か所程度設置していきます。「街かどケアカフェ」は、区立施設や訪問看護事業所等に併設し、高齢者相談センターや保健相談所などと連携して下記のサービスや事業を実施します。
 - ① 介護予防や栄養、口腔ケア、認知症などの相談に応じます。
 - ② 閉じこもりがちな高齢者のご自宅を訪問し、介護予防や健康づくりを支援します。
 - ③ ロコモ体操などの事業を行い、健康づくりを応援します。

3 地域での生活を支援するサービス等を拡充

- (1) 要介護状態になっても、住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるよう、複合型サービスやグループホームといった地域密着型のサービス基盤の整備を促進します。また、特別養護老人ホームなど介護保険施設等の整備を進めます。
- (2) 要介護度2以下で特別養護老人ホームの入所対象とならない方や、経済的に「サービス付き高齢者向け住宅」への入居が困難な方等で、住み慣れた在宅生活の継続を希望する方に、①緊急通報②生活相談③配食を組み合わせて利用できるサービスを新設します。あわせて、自宅のバリアフリー化を支援するため、自立支援住宅改修給付の対象種目拡大と改修費用限度額の引上げを行います。

(3) NPOや高齢者のボランティアなど多様な担い手が、きめ細かな生活支援サービスを提供できる支え合いの体制を整え、介護予防や自立した生活を支援します。そのため生活支援コーディネーターを配置し、生活支援サービス充実のための協議体を設置します。



- ① 区の高齢者人口は現在 15 万人に達し、高齢化率は 21% を超え超高齢社会を迎えました。このうち 75 歳以上人口は約 8 万人で、10% を超えています。団塊の世代が全て 75 歳以上となる平成 37 年以降、さらに高齢化が進んでいきます。また、一人暮らし高齢者世帯は約 4 万 4 千世帯で、その 6 割は後期高齢者です。今後、一人暮らし高齢者の増加と高齢化も進んでいきます。
- ② 平成 26 年 3 月現在、区内の要介護者は約 2 万 3 千人、要支援者は約 5 千 8 百人で、合わせて高齢者人口の約 2 割となっています。今後 10 年間で、要介護認定者は 1 万人増加し、高齢者人口の 25% 近くになる見込みです。
- ③ 区内の高齢者の約 8 割は自宅を所有しており、多くの高齢者が、医療や介護が必要になっても住み慣れた自宅での生活を希望しています。一方、将来の不安や経済的な理由等により、特別養護老人ホームやサービス付き高齢者住宅等への入居を希望する方もいます。できる限り長く、住み慣れた自宅生活を続けられるための支援が求められています。
- ④ 平成 25 年度の高齢者基礎調査では、高齢者が求める施策の第 1 位は、介護予防です。全国健康寿命は男性 71.19 歳、女性 74.21 歳で、平均寿命との差は男性 9.02 年、女性 12.40 年です。介護が必要となる理由の多くは、女性の場合、加齢による筋力の低下、男性の場合、生活習慣病によるものです。健康寿命の延伸のためには、高齢になる前から食事や運動等の生活習慣に留意し、高齢になっても自主的な介護予防の取組を行うことが望まれます。
- ⑤ 高齢化のさらなる進行に伴い、介護とともに医療や生活支援サービス等の需要の増大が見込まれ、様々なサービスが連携して在宅生活を支援する体制づくりが求められます。区は、平成 24 年度から医療、介護、予防、住まい、生活支援が一体的に提供される地域包括ケアシステムの構築に取り組んでいます。平成 26 年 10 月に高齢者相談センター本所 4 か所・支所 25 か所の体制が整いました。この基盤を活用し、高齢者地域包括ケアシステムの確立を一層進めます。

※1 高齢者相談センター… 法令上の名称は「地域包括支援センター」ですが、練馬区では「高齢者相談センター」と呼びます。

※2 ロコモ体操… 筋力低下や転倒による要支援・要介護状態にならないよう、身体機能向上を目的として行う、主にバランスや筋力アップを図る運動