

## 施策の柱2 高齢者が住み慣れた地域で暮らせるまち

### 区の基本姿勢

令和7年に、団塊世代の全ての方が75歳以上の後期高齢者となります。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確立することが不可欠です。

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、前期高齢者（65～74歳）に限れば約95%が元気高齢者です。元気で意欲のある高齢者が働き続けること、積極的に社会参加活動を行うことは、健康増進や介護予防につながります。また、福祉分野の労働力不足が叫ばれるなか、元気高齢者を地域の担い手として期待する声も上がっています。

一方、ひとり暮らし高齢者が増加するなか、コロナ禍の影響などにより外出機会が減少することで、高齢者が社会から孤立するリスクの高まりや、フレイル<sup>※</sup>等の問題が深刻化することが懸念されています。一人ひとりの状態に合わせた支援の充実、見守りの強化、介護予防へ参加しやすい環境整備が重要です。

介護保険施設等の整備や医療と介護が連携した在宅療養ネットワークの構築に取り組むとともに、高齢者一人ひとりに合ったサービスを提供することで、住み慣れた地域での暮らしを支えます。

### 施策の方向性

- ・ 地域包括支援センターをより身近で利用しやすい窓口にする。
- ・ オンラインを活用した介護予防・フレイル予防事業を展開する。
- ・ 高齢者一人ひとりの健康課題を解決する「高齢者みんな健康プロジェクト」を充実する。
- ・ 高齢者や家族が安心して暮らせるよう、高齢者の見守り体制を強化する。
- ・ 介護保険施設等を着実に整備するとともに、在宅サービスを充実する。
- ・ 働く意欲がある高齢者が、元気に働き続けられる機会を増やす。
- ・ 高齢者が長年培ってきた知識・経験等を活かした地域活動を応援する。

※フレイル・・・加齢による心身の活力（筋力や認知機能など）や、社会的な側面（人との交流など）の活力が低下し、生活機能障害、要介護状態に陥りやすくなった状態



介護予防・フレイル予防講座



街かどケアカフェ



特別養護老人ホーム（仮称）おおいずみの里 イメージ

## 戦略計画 5

### 高齢者地域包括ケアシステムの確立

#### 令和 5 年度末の目標

介護が必要になっても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確立

#### これまでの主な取組

##### 1 地域包括支援センターの移転

地域包括ケアシステムの中核機関である地域包括支援センターを、区内 25 か所に設置しています。より身近で利用しやすい窓口にするため、令和元年度以降、3 か所を介護施設内から区立施設へ移転しました。

##### 2 特別養護老人ホーム等の施設整備・在宅サービスの充実

令和元年度から3年度までの間に、特別養護老人ホームは6施設（344人分）、都市型軽費老人ホームは4施設（80人分）、看護小規模多機能型居宅介護は4施設（112人分）を整備し、施設数はいずれも都内最多です。

##### 3 成年後見制度の利用の促進

認知症高齢者の増加に対応するため、令和2年3月に成年後見制度利用促進基本計画を策定し、練馬区社会福祉協議会の権利擁護センターを中核機関と位置付けたほか、新たに練馬区社会福祉協議会による法人後見を開始しました。

#### 新型コロナ感染拡大への対応

特別養護老人ホームなどの施設では、感染症対策を徹底しながらサービスを継続しました。区は、施設の従事者等に対し、区独自の特別給付金を支給したほか、感染予防物品購入費用やPCR検査費用などの補助を行いました。また、「感染予防アドバイザー」派遣による感染症予防対策の支援や、施設に罹患者がした場合の、法人の枠を超えた応援体制構築に取り組みました。更に、高齢者の一時宿泊先の確保、自宅へのヘルパー派遣事業など、自宅で高齢者を介護している家族が新型コロナに罹患した場合の体制を整えました。

## 今後の課題

団塊世代の方が全て後期高齢者になる令和7年度を見据え、身近な地域で医療や介護の相談ができる体制を充実する必要があります。

ひとり暮らし高齢者や高齢者のみの世帯が増加するなか、コロナ禍で外出機会が減少することなどにより、認知機能、身体機能の低下が懸念されます。認知症の方への支援や、高齢者を見守る体制の強化が必要です。

切れ目のない医療・介護サービスを提供していくため、施設整備の促進とともに、障害のある高齢者の増加など、複合化、複雑化した生活上の課題に対応できる人材の確保・育成が求められています。

## 令和4・5年度の主な取組

### 1 地域包括支援センターの増設・移転、医療・介護連携の推進【充実】

地域包括支援センターの増設、区立施設等への移転に向けた準備を進めます。各地域包括支援センターは、練馬区医師会が運営する医療連携・在宅医療サポートセンターと連携して、在宅療養ネットワークの強化に取り組みます。また、高齢者の健康について総合的に支援を行う「高齢者みんな健康プロジェクト」を充実します。

### 2 認知症高齢者や見守りに関する支援の充実【新規】

認知症に早期に気づき適切な支援を受けられるようにするため、練馬区医師会と連携して「もの忘れ検診」を実施します。また、訪問支援事業や民生委員等と連携した見守りに加え、高齢者本人や介護する家族に対し、見守りICT機器の活用事例を紹介し、利用を促進します。

### 3 特別養護老人ホーム等の整備【充実】

特別養護老人ホームを5施設（456人分）増設・増床するほか、都市型軽費老人ホームなどの整備を行います。

### 4 練馬光が丘病院跡施設における複合施設の整備【充実】

医療・介護の複合施設の整備を進め、令和5年度に着工し、令和7年度中の開設を目指します。介護分野では、介護医療院、看護小規模多機能型居宅介護（共生型障害福祉サービス併設）、介護福祉士養成施設等を整備します。

### 5 練馬福祉人材育成・研修センターの充実【充実】

令和4年4月に、介護・障害分野の研修センターを統合し、介護サービスと障害福祉サービスの共通課題への対応力を強化します。

## 戦略計画 6

### 元気高齢者の活躍と健康づくり・介護予防の推進

#### 令和 5 年度末の目標

高齢者が就労・地域活動等で活躍できる仕組みや身近な場所で健康づくり・介護予防に取り組める環境を整備

#### これまでの主な取組

#### 1 「シニアセカンドキャリア応援プロジェクト」・「はつらつシニア応援プロジェクト」の実施

高齢者の起業を促進する「高齢者向け起業・創業セミナー」や、趣味や特技を活かした地域活動を応援する「はつらつシニア活躍応援塾」を開催しました。

#### 2 高齢者の福祉分野での活躍を促進

元気高齢者が介護保険施設で清掃や洗濯などの軽作業を行う介護施設業務補助事業は、特別養護老人ホームのほか、認知症対応型グループホームや介護老人保健施設に業務範囲を広げ、就業を希望する高齢者が地域で活躍しています。

#### 3 区独自の介護予防事業の拡充

地域住民が気軽に集い、介護予防や健康について学んだり相談できる地域の拠点「街かどケアカフェ」を、30 か所に拡充しました。また、高齢者と地域団体をつなぐ「はつらつシニアクラブ」を 18 か所で実施し、多くの高齢者が参加しています。令和 3 年度から、健康課題を抱える高齢者を支援する「高齢者みんな健康プロジェクト」を開始しました。

#### 新型コロナ感染拡大への対応

緊急事態宣言下においても、介護予防に取り組めるよう、「街かどケアカフェ」や「はつらつシニアクラブ」等について、開催規模を縮小するなど感染症対策を徹底し、順次再開しました。また、リハビリ専門職を活用したオンラインによる健康教室等を、はつらつセンターで開始しました。

## 今後の課題

コロナ禍で、高齢者の外出機会が減少し、フレイル<sup>※</sup>等の問題が見えないところで深刻化することが懸念されており、身近な場で介護予防に取り組める環境づくりを進める必要があります。また、健康課題を抱える高齢者を適切な支援につなげる取組を強化する必要があります。

従来 of 対面式・集合形式での活動が制限されるなかでも、継続して介護予防に取り組める環境を整えることが必要です。また、コロナ禍を契機に、様々な手続きのオンライン化が進んでおり、不慣れな高齢者への支援の充実が必要です。

活力ある地域社会を維持するためには、就労を含め高齢者が積極的に社会活動に参加するための支援を充実していくことが必要です。

## 令和4・5年度の主な取組

### 1 「高齢者みんな健康プロジェクト」の充実【充実】

区が保有する医療・健診・介護等のデータを活用し、高齢者保健指導専門員と地域包括支援センターが連携して健康状態等を把握し、個別訪問や、教室事業の案内などによって、高齢者一人ひとりの状態に応じた支援を充実します。

### 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、地域住民のサロン活動との協働や敬老館の機能転換により増設します。

### 3 オンラインによる介護予防事業の充実、スマホ教室の実施【充実】

リハビリ専門職を活用したオンラインによる健康教室等を、敬老館や街かどケアカフェで展開していきます。また、高齢者がスマートフォンを使って、行政サービスの手続きや買い物等ができるよう、「スマホ教室」を開催します。

### 4 シニアセカンドキャリア応援プロジェクトの充実【充実】

就職や起業、地域活動について学ぶセミナーの内容を充実し、関連する区の事業について個別に相談できる機会を設けます。

### 5 元気高齢者介護施設業務補助事業の拡充【充実】

元気高齢者が軽作業等の就労を行う介護施設等を拡大します。

※フレイル・・・加齢による心身の活力（筋力や認知機能など）や、社会的な側面（人との交流など）の活力が低下し、生活機能障害、要介護状態に陥りやすくなった状態