

1 健康づくりと介護予防・重度化防止の推進

介護予防・健康づくりを推進(健康寿命の延伸)する取組を進めるうえで、保健事業と介護予防を一体的に実施することが必要となります。医療レセプト、介護レセプト、健診データ等を活用することで、疾病等のハイリスク高齢者を抽出し、保健事業と介護予防を一体的に実施し、たとえ要介護状態になったとしても、その人らしく暮らせるよう、高齢者の健康づくりに取り組みます。

(1) 健康づくりの推進

健康教育の実施	現状	<ul style="list-style-type: none"> <li>○健康教育・健康相談・健康診査の実施</li> <li>○関係部署と協働で実施する幅広い年齢層を対象とする「けんこう華齢教室」の開催</li> <li>○糖尿病性腎症重症化予防事業の実施</li> <li>○特定保健指導を実施</li> </ul>
	課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>○健康教育などの事業は参加者固定化の傾向にあるため、新規の参加者の増加</li> <li>○健康づくり推進のため出前講座を含めた健康教育の充実</li> <li>○継続維持実施に加えて、保健事業と介護予防の一体的実施に向けた体制整備</li> </ul>
	今後の取組	<p>継続的で健康な行動を支援することを目的とし、将来的に要介護状態や生活の質の低下を引き起こす危険性が高い生活習慣病の予防や、健康増進等の健康に関する正しい知識について、若年層から普及を図ります。また、地域の要望に応じ、より身近な場所において出前講座を実施します。</p> <p>また、保健事業と介護予防の一体的実施に向けた事業については、関係部署と連携し、協働実施に向けての検討を行います。</p>
健康相談の実施	現状	<ul style="list-style-type: none"> <li>○健康相談、個別支援の実施</li> <li>○特定保健指導を実施</li> <li>○糖尿病性腎症重症化予防事業の実施</li> </ul>
	課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>○健康相談などの事業は参加者固定化の傾向にあるため、新規の参加者の増加</li> <li>○継続実施に加えて、保健事業と介護予防の一体的実施に向けた体制整備</li> </ul>
	今後の取組	<p>家庭・地域等における健康づくりを支援することを目的とし、心身の健康に関する個別の相談に応じ、生活習慣病予防等に必要な取組について、共に考え適切な助言を行います。</p>

健康診査の実施	現状	<ul style="list-style-type: none"> <li>○特定保健指導の実施</li> <li>○個別支援</li> </ul>
	課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>○医療機関委託等、健診やがん検診を受けやすい体制整備</li> <li>○65歳以上でメタボリックシンドロームに該当する人が多いため、生活習慣病のリスクが高くなる前に、予防行動をとることができるよう、若年層に対し正しい知識の普及啓発</li> <li>○継続実施に加えて、保健事業と介護予防の一体的実施に向けた体制整備</li> </ul>
	今後の取組	<p>医療保険者において実施される特定健康診査・特定保健指導により、内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に着目した生活習慣病予防を推進するとともに、高齢者の医療の確保に関する法律に基づく後期高齢者健康診査、がん検診及び骨粗鬆症検診、歯周疾患検診等の実施により、生活習慣病の早期発見・重症化予防を図ります。</p> <p>また、未受診者の受診勧奨や健診の必要性等の啓発活動を強化し、受診率の向上を図ります。</p>
家庭訪問の実施	現状	検診後フォロー及び「こころの相談」による家庭訪問の実施
	課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>○健康教育や健康相談などの事業は参加者固定化の傾向にあるため、新規の参加者の増加</li> <li>○医療機関委託等、健診やがん検診を受けやすい体制整備</li> </ul>
	今後の取組	<p>心身機能の低下の防止や健康の保持増進を図ることを目的とし、健診結果等で健康管理上、訪問指導が必要と認められる人に対し保健師等が訪問し、一人ひとりに応じた保健指導を実施します。</p> <p>また、SNS 相談を開始し、相談体制の拡充を図ります。</p>
食育の推進	現状	<ul style="list-style-type: none"> <li>○健康教育・健康相談・健康診査の実施</li> <li>○町内の食育関連施設との食育連絡会議の実施</li> <li>○男性料理教室等、食育に関する自主グループの育成</li> </ul>
	課題	健康教育や健康相談などの事業は参加者固定化の傾向にあるため、新規の参加者の増加
	今後の取組	住民が様々な経験を通じて、「食」に関する正しい知識と、「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができるよう、食育を推進します。

(2) 介護予防事業の推進

介護予防把握事業	現状	保健部局、医療機関、民生委員・児童委員など関係機関と連携し情報を把握
	課題	収集した情報の整理及び管理
	今後の取組	収集した情報等を利用することにより、閉じこもり等に対する何らかの支援を必要とする高齢者を把握し、介護予防活動へつなげます。
介護予防普及啓発事業	現状	○シルバーリハビリ体操、けんこう華齢教室、ノルディック講習会や大会等を実施 ○感染症等対策による自粛下における介護予防についての啓発チラシを、広報、HP、新聞折り込みを利用し実施
	課題	○広報・ホームページを利用しつつ、より有効的な広報媒体の工夫が必要 ○感染症等による自粛下における新しい生活様式に対応した介護予防の運営及び支援方法
	今後の取組	介護予防に関する基本的な知識を普及啓発するため、出前講座やイベントの開催、広報紙やホームページを活用するなど、介護予防に関する情報を住民に提供します。 また、感染症等による新しい生活様式に対応した介護予防の運営及び支援方法について検討を続けていきます。
地域介護予防活動支援事業	現状	○シルバーリハビリ体操活動支援 ○新たな通いの場の立ち上げ支援
	課題	○一般介護予防事業の拡充 ○多種多様な活動及び団体の拡充
	今後の取組	地域において、グループで継続して介護予防に取り組めるように自主グループの育成を行います。 また、その組織や既存の組織が継続的に活動できるよう支援します。
シルバーリハビリ体操指導士の養成及び活動支援	現状	○シルバーリハビリ体操の3級、2級、1級の指導士養成及び運営支援 ○シルバーリハビリ体操指導士養成に係る町内施設リハビリ専門職との連携 ○他市町との指導士交流研修会の実施
	課題	○シルバーリハビリ体操指導士の育成と人材確保 ○シルバーリハビリ体操指導士に対するフォロー体制の構築
	今後の取組	いつでも、どこでも、誰でも、安全にできる「シルバーリハビリ体操」を地域に普及させる指導士(3級・2級・1級)を養成するとともに、組織の育成や活動を支援します。 ※3級指導士:地域に出向いて体操を普及させる。 2級指導士:指導士の中心的役割を担う。 1級指導士:専門職とともに、3級指導士を養成する。



### (3) 介護予防・生活支援サービスの実施

#### ① 介護予防・生活支援サービスの実施

サービス種別	内 容	
訪問型サービス	要支援者等に対し、入浴、排せつ、家事などの日常生活上の支援を提供します。	
	訪問介護	(訪問介護従前相当サービス) 介護予防訪問介護同様サービス(身体介護・生活援助)
	訪問型サービスA	(緩和した基準によるサービス) 調理、掃除等の生活援助
	訪問型サービスB	(住民主体による支援) 住民ボランティア等による生活援助
	訪問型サービスC	(短期集中予防サービス) ・通所型サービスCの利用者に対するアセスメントを中心とした訪問 ・保健師等による自宅での相談指導等
	訪問型サービスD	(住民主体による支援) 移送前後の生活支援
通所型サービス	要支援者等に対し、機能訓練や集いの場などの日常生活上の支援を提供します。	
	通所介護	(通所介護従前相当サービス) 介護予防通所介護同様サービス
	通所型サービスA	(緩和した基準によるサービス) ミニ・デイサービス等閉じこもり防止や自立支援に資する通所事業
	通所型サービスB	(住民主体による支援) 体操・運動等の活動、会食等
	通所型サービスC	(短期集中予防サービス) 日常生活に支障のある生活行為を改善するために、運動機能向上・栄養改善などのプログラムを複合的に実施
介護予防ケアマネジメント	要支援者等に対し、総合事業によるサービス等が適切に提供できるようケアマネジメントを行います。	
	ケアマネジメントA	(介護予防支援と同様サービス) ケアプラン作成→サービス担当者会議開催→ケアプラン決定→モニタリング(おおむね3か月毎)
	ケアマネジメントB	(緩和した基準によるサービス) プロセス等を簡略化 ケアプランは作成するが、サービス担当者会議は省略、モニタリングは間隔を開ける
	ケアマネジメントC	(緩和した基準によるサービス) 初回のみ実施 ケアマネジメントの結果を通知し、ケアプランは作成しない

② 訪問型サービス見込量

指標		令和3年度	令和4年度	令和5年度
訪問介護 (訪問介護従前相当サービス)	サービス量 (人/年)	283 人	300 人	315 人
	サービス量 (回/年)	1,565 回	1,659 回	1,742 回
訪問型サービス A	サービス量 (人/年)	417 人	423 人	428 人
	サービス量 (回/年)	1,785 回	1,810 回	1,832 回

③ 通所型サービス見込量

指標		令和3年度	令和4年度	令和5年度
通所介護 (通所介護従前相当サービス)	サービス量 (人/年)	890 人	939 人	985 人
	サービス量 (回/年)	5,073 回	5,352 回	5,615 回
通所型サービスA	サービス量 (人/年)	331 人	331 人	331 人
	サービス量 (回/年)	1,185 回	1,185 回	1,185 回

#### (4) 住民運営の通いの場の充実

住民が運営する通いの場づくりの促進	現状	○地域もりもり教室の開催と通いの場の立ち上げ及び運営支援 ○体操指導士会主催の体操教室の実施 ○体操指導士の支援
	課題	○通いの場の場所の確保 ○住民のニーズの集約 ○活動を支援するスタッフの不足
	今後の取組	地域住民が学び、考える機会(介護予防教室)を提供するとともに、その後の主体的な活動につながるように、住民組織であるシルバーリハビリ体操指導士会と協働して、アプローチと支援を行います。 住民主体の通いの場等に専門職が積極的に関与し、フレイル予防等の重要性について周知します。
ミニ・デイホーム事業の推進	現状	町内全地域で、ミニ・デイホーム事業の実施
	課題	支援者の確保
	今後の取組	地区社会福祉協議会が実施する高齢者のための憩いの場を提供するとともに、趣味活動を通じた生きがいづくりや仲間づくりを行うミニ・デイホーム事業を支援します。

#### ●評価指標

指標	現状 (令和元年度実績)	目標		
		令和3年度	令和4年度	令和5年度
通いの場の数の増加(新規)	2箇所	1箇所	1箇所	1箇所

#### (5) 地域リハビリテーション活動の充実

地域における介護予防の取組の機能強化を図るため、地域ケア会議、住民運営の通いの場等へのリハビリ専門職等の関与を促進します。

#### (6) 口腔ケアの推進

口腔ケアの推進	現状	歯周病や口腔に関する講演会の実施
	課題	○口腔ケアの重要性の周知 ○口腔機能に関する正しい知識の普及啓発
	今後の取組	口腔機能向上プログラムについて、関係専門職団体、地区社会福祉協議会、民生委員・児童委員、老人クラブ等の地域高齢者団体、その他関連の会議等の場を活用し、口腔ケアの意義・内容・効果等について十分に情報提供し、地域における普及啓発の協力体制を確保します。 また、口腔機能が低下する恐れのある高齢者に対し、嚥下や咀嚼機能の向上を目的とした教室を開催します。 40歳以上の節目年齢の対象者にクーポン券を発行し、定期的な歯周疾患検診の受診への動機づけを行います。

●評価指標

指標	現状 (令和元年度実績)	目標		
		令和3年度	令和4年度	令和5年度
歯周疾患検診の受診者数の増加	163人	200人	210人	220人

(7) 自立支援、重度化防止の推進

自立支援、重度化防止に向けた地域ケア会議の開催	現状	○地域課題検討会議の実施 ○地域ケア会議実施に向けての研修会を実施
	課題	地域課題の抽出と施策への反映
	今後の取組	高齢者の自立支援に向けた適切なケアマネジメントを実施するため、地域ケア会議における多職種による自立に向けた検討を行う仕組みをつくとともに、ケアマネジャーや専門職への研修を行います。 また、地域ケア会議及び生活体制整備など関係事業と連携し推進を行います。
自立支援に関する住民や事業者の理解の促進	現状	○地域課題のニーズアンケートを実施 ○自立支援型地域ケア会議実施に向けてのケアマネジャーや町内関係事業所、民生委員・児童委員等を対象とした研修会を実施
	課題	地域課題の抽出と施策への反映
	今後の取組	高齢者の自立支援と重度化防止に関して、住民や事業者の理解を深めるため、普及啓発を図ります。

●評価指標

指標	現状 (令和元年度実績)	目標		
		令和3年度	令和4年度	令和5年度
後期高齢者の要介護認定率の維持	24.5%	25%	26%	27%



## 2 高齢者からの社会参画の促進

高齢者が地域社会において自立した生活を営むためには、生活機能の維持だけでなく、生きがいを持って生活を送ることが大切です。そのため、高齢者が趣味や特技、サークル等を通じて地域社会と交流できる場や高齢者がこれまでに得た技能や経験を活かしたボランティア活動を通じて地域や社会を構成する一員として社会貢献できる場を提供していきます。

### (1) 生涯現役で活躍し続けられる社会環境の整備

社会参画しやすい環境づくり	現状	○地域交流活動や三世代交流会の実施 ○ひとり暮らし高齢者の集いの実施
	課題	○地域力の育成 ○担い手の確保
	今後の取組	各地区や公民館等で行われる三世代交流会などを通じ、生きがい・健康づくりとあわせて自分の能力や経験を活かせる新たな場を見つけられる機会を提供し、地域活動への参加を促進します。

### (2) 生きがいや健康づくりにつながる活動の促進

老人クラブ活動への支援	現状	○老人クラブ活動支援のための補助金の支給 ○老人クラブ会員の減少
	課題	○老人クラブへの加入率の低下 ○会員の高齢化により活動の維持が困難
	今後の取組	老人クラブは、仲間づくりや生きがい・健康づくりなど、生活を豊かにする楽しい活動を行うとともに、個々の知識や経験を活かし、地域諸団体と協働し、地域を豊かにする社会活動に取り組む、地域を基盤とする高齢者の自主的な組織です。 老人クラブの推進する高齢者の知識・技能の伝承、社会奉仕活動や健康増進事業等の活動を支援するとともに、会員の意識改革、若手高齢者等の新規加入の促進、人材育成等、活性化に向け、引き続き支援を行います。
コミュニティセンター等の利用促進	現状	自治会活動、子ども会、老人クラブなど幅広く利用
	課題	施設維持管理
	今後の取組	高齢者に、教養の向上、レクリエーション等のために気軽に利用できる場を提供し、高齢者の心身の健康増進を図るための施設としてコミュニティセンター等を設置していきます。 町内に5か所のコミュニティセンターと8か所の老人集会所があり、今後も地域に密着した施設として、自治会と連携して利用の促進を図ります。

生涯学習の充実	現状	生涯学習の充実
	課題	○幼児、男性、高齢者の参加できる魅力ある講座の開設 ○町民文化祭については、参加者の高齢化により参加団体が減少傾向 ○高齢者が参加しやすい魅力ある講座の開催
	今後の取組	公民館等を拠点とし、高齢者大学や高齢者向け教養講座を開設、社会参加の場の提供を行います。 また、介護予防・ボランティアポイント事業と連携をとりながら参加者の拡大を図ります。 図書館では、朗読 CD の充実や図書館の本の公民館等での貸出返却の利用促進を図り、図書を通じた生涯学習の支援を行います。
スポーツ・レクリエーションの充実	現状	○筆の里スポーツクラブによる生涯スポーツの実施 ○公民館や町民体育館等による各種レクリエーション及び行事の実施
	課題	参加していない人への普及啓発
	今後の取組	筆の里スポーツクラブなどで、高齢者も無理なくできるニュースポーツを普及するとともに、楽しく体力づくりを行えるメニューを増やし、高齢者一人ひとりが、年齢、体力、目的等に応じて気楽に参加し、楽しむことができる生涯スポーツやレクリエーション活動の推進を図ります。
敬老事業	現状	○敬老会の実施 ○80歳及び100歳の敬老祝い金の支給
	課題	感染症等対策による新しい生活様式に対応した開催の検討
	今後の取組	毎年9月の老人保健福祉月間に高齢者を対象とした敬老会を開催しています。今後は、感染症等対策に伴う「新しい生活様式」に対応した開催を検討します。 また、長寿祝金を支給します。

●評価指標

指標	現状 (令和元年度実績)	目標		
		令和3年度	令和4年度	令和5年度
老人クラブ会員数の増加	1,020 人	1,000 人	1,020 人	1,040 人

### (3) 人材育成と活躍の場の提供

ボランティア活動に関する活動の促進及び啓発の推進	現状	○介護予防・ボランティアポイント事業の実施 ○ボランティア講座(災害ボランティア研修会を含む)の実施 ○手話入門講座開催
	課題	○「介護予防・ボランティアポイントカード」の普及啓発 ○ボランティアセンターの普及啓発
	今後の取組	社会福祉協議会ボランティアセンターを拠点とし、情報の収集と発信の機能を強化し、地域のボランティアのネットワーク化に取り組みます。また、ボランティアを必要とする人とボランティアを行いたい人の調整やボランティアに関する相談・活動及びボランティア活動に対する意識を高めるための講座や教室の開催を支援するとともに、高齢者の参画を促進します。 また、「介護予防・ボランティアポイントカード」及びボランティアセンターの普及啓発を推進します。
情報提供の充実	現状	未実施
	課題	情報提供に係る内容の整理が必要
	今後の取組	老人クラブ、高齢者能力活用協会、NPO 法人、各種ボランティア団体など関係団体等と連携し、様々な活動団体の情報を集約し、一元的に提供します。



#### ◆ すこくまポイントカード(熊野町介護予防・ボランティアポイント事業)とは ◆

高齢者の健康づくりや介護予防の地域活動を促進するため、そのきっかけづくりとして、高齢者が行うボランティア活動や健康づくり・介護予防に取り組む活動の実績に基づきポイントを付与し、集めたポイント数に応じて奨励金を支給します。

○対象者は？

熊野町に住所を有し、1月1日現在で40歳以上の人です。

○「すこくまポイントカード」はどこでもらえる？

役場高齢者支援課、町内公民館等

○どんなときにスタンプを押してもらえる？

- ・事前に登録いただいたボランティア活動団体等で、ボランティア活動や教室等に参加したとき
- ・町主催の事業等に参加したとき(対象となる事業等は、広報などでお知らせします。)

○ポイントを貯める期間は？

1月1日から12月末までの1年間です。

○登録しているボランティア活動団体等は？

町ホームページで確認できます。また、随時新しいボランティア活動団体等の登録を受け付けます。



### 3 高齢者の就業機会の確保

高齢者がこれまでに得た技能や経験を活かし、地域や企業での支え手・担い手としての就労の場を提供していきます。

#### (1) 高齢者の能力活用の充実

熊野町シルバー人材センターの充実	現状	熊野町高齢者能力活用協会の事業活用
	課題	○会員の増員 ○新たな事業展開への支援
	今後の取組	<p>熊野町高齢者能力活用協会は、定年退職後等の高齢者に対して、収入を副次的なものと捉え、生きがいと健康づくりを目的とし、一般の雇用関係に基づかない地域に密着した補助的・短期的な仕事を提供しています。</p> <p>熊野町では、平成元年発足の「生きがい事業団」が、町内関係各機関の支援体制を得て、平成11年6月「熊野町高齢者能力活用協会」として発展改組、その後「熊野町高齢者能力活用協会」と「熊野町人材センター」を改組しました。令和3年4月から「熊野町シルバー人材センター」としての活動を開始し、体制整備を推進していきます。今後も、高齢社会を活力あるものとするため、高齢者に活躍の場を提供するなど、活動の支援を行います。</p> <p>また、就労的活動支援コーディネーターの配置等、介護予防に絡めた新たな事業展開の支援を検討します。</p>

#### (2) コミュニティビジネス展開の仕組みづくり

コミュニティビジネス展開の仕組みづくり	現状	○住民参加型まちづくり施設整備事業への補助 ○まちづくり協働事業への補助
	課題	新規団体への補助金利用の周知
	今後の取組	<p>地域における人材、ノウハウ、施設、資金等を活用し、生きがいや居場所などをつくり出すことで地域(コミュニティ)等におけるニーズや課題に対応するコミュニティビジネスの活動へ参画する仕組みを構築します。</p>