

戦略シート(事業計画)
の最新版はこちら



主要課題
No.18

フレイル予防及び介護予防・地域での支え合い体制づくりの推進



現状

- ▶ 新型コロナウイルス感染症の影響により、高齢者における人と人とのつながりや生活機能および認知機能の低下が懸念される中、これまで以上にフレイル*予防・介護予防の取組の推進と地域での支え合いの体制づくりが必要となっています。
- ▶ フレイル予防の3つの柱として、栄養、運動、社会参加が挙げられます。区ではコロナ禍における高齢者への影響を踏まえ、前期高齢者への介護予防のアプローチや高齢者のデジタルデバイス対策を進め、新たなつながりの創出に努めています。
- ▶ 令和4年度に実施した高齢者実態調査の結果によると、要介護1～5以外の65歳以上の介護保険被保険者(第1号・要支援)、50歳以上の現役世代のいずれについても、地域における会やグループ等への参加は減少傾向にあります。
- ▶ 特に、介護予防のための通いの場への参加については、第1号・要支援で2.0%に留まっています。
- ▶ また、今後区に力を入れてほしいこととしては、特に第1号・要支援の層では「健康管理、介護予防」が36.0%と最も多くなっています。
- ▶ 今後、医療・介護双方のデータを活用し、健康課題等を抽出したうえで、より効果的にフレイル予防・介護予防を推進することが必要です。

関連する主な計画等

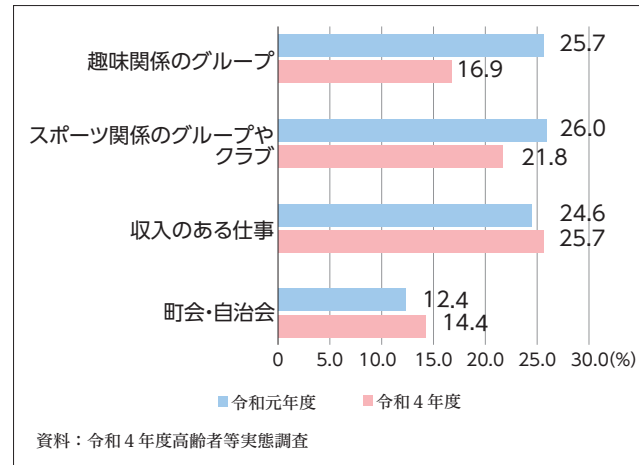
- 文京区地域福祉保健計画(令和6年度～令和8年度)
- 文京区高齢者・介護保険事業計画(令和6年度～令和8年度)

課題解決に向けて取り組むべきこと

- 高齢者自らが健康管理や介護予防に取り組むことができるよう、介護予防に関する知識の普及啓発を推進するとともに、身近な地域で継続して介護予防に取り組める場や、高齢者がいきいきと元気に活動できる場の充実が求められます。
- 元気高齢者には福祉の担い手としての活躍が期待され、社会的役割を持つことにより、生きがいづくり・介護予防を推進する必要があります。

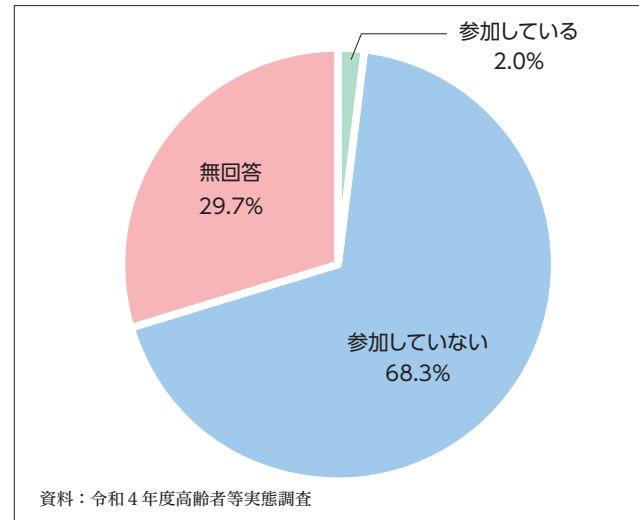
関連データ

①地域とのつながり・地域活動



令和4年度と元年度を比較すると、「趣味関係のグループ」や「スポーツ関係のグループやクラブ」において、参加状況が低下しています。

②介護予防のための通いの場への参加状況



区内在住の65歳以上の高齢者を対象に令和4年度に実施した調査では、介護予防のための通いの場への参加率は、2.0%に留まっています。

4年後の目指す姿

元気高齢者が地域活動や様々なサービスの担い手となり、住民主体の通いの場等を活用しながら、介護予防と生きがいづくりが推進され、区民の健康寿命*の延伸が図られている。

計画期間の方向性

●フレイル予防及び介護予防の推進・活動の場の充実

身近な地域で介護予防活動に取り組むことができる機会を提供し、望ましい健康行動の実践を促します。また、住民同士が助け合い、支え合う地域環境の構築に取り組むとともに、ハイリスクな高齢者を早期に発見し、適切なサービスにつなげていきます。

●社会的役割を担うことによる生きがいづくり

区民ボランティアが地域で自発的なフレイル予防活動を推進する役割を担えるよう、支援していきます。また、地域活動の活性化が図られるよう、相談・支援に応じるとともに、活動につながっていない地域の個別の事案等を、適切な活動に結び付ける参加支援にも取り組んでいきます。

手段(当初事業計画)

事業番号	計画事業(所管課)	年次計画				令和6年度事業費(千円)
		令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	
73	介護予防事業の推進 [高齢福祉課]	▶健康質問調査 (生活機能が低下する高齢者の把握、介護予防活動の案内) ▶文の京介護予防体操・介護予防ボランティア養成講座 【ポジティブ・シニアをつなぐ応援プロジェクト】 ▶シニアのためのフィットネス教室(民間フィットネスクラブの利用)				34,833
74	文の京フレイル予防プロジェクト [高齢福祉課]	▶フレイルサポーター養成講座 ▶フレイルチェック、保健師等専門職との連携、出張型フレイルチェック ▶フレイル予防教室				2,688
75	地域介護予防活動支援事業(通いの場) [高齢福祉課]	▶「住民主体の通いの場」開設・運営費補助 ▶リハビリテーション専門職の派遣				8,820
76	生活支援体制整備事業 [高齢福祉課]	▶生活支援コーディネーターの配置 ▶生活支援コーディネーターによる地域人材の発掘及びつながりづくり				33,936
66	小地域福祉活動の推進 [福祉政策課]	▶社会福祉協議会に地域福祉コーディネーターを配置 ▶住民同士の支え合い体制づくり				36,059
77	元気高齢者の社会参画支援事業 [高齢福祉課]	▶ミドル・シニア社会参加推進事業(ミドル・シニア講座、絵本の読み聞かせ講座) ▶元気高齢者が活躍!介護施設ワークサポート事業(介護施設お助け隊、介護施設就業体験セミナー) 【ポジティブ・シニアをつなぐ応援プロジェクト】 ▶高齢者のスマホ使い方教室 ▶出張講座等の実施 ▶スマホデビュー応援補助(令和6年度事業終了)				30,170
78	ふれあいいきいきサロンへの助成 [福祉政策課]	▶高齢者等の地域での交流の場(社会福祉協議会が実施)				3,690
79	シルバー人材センターの活動支援 [高齢福祉課・介護保険課]	▶シルバーお助け隊、買物支援おたがいさまサービス(シルバー人材センター会員の派遣)				55,392

*フレイル 加齢により心身の活力(筋力、認知機能、社会とのつながりなど)が低下した状態。フレイルの兆候を早期に発見して正しい対処をすれば、フレイルの進行を抑制したり、健康な状態に戻したりできる

*健康寿命 東京都保健所長会方式による65歳健康寿命のこと。65歳の人が、何らかの障害のために要介護認定を受けるまでの状態を健康と考え、その障害のために認定を受ける年齢を平均的に表すもの