



第5章

高齢者の健康増進と 生きがいづくりの推進



第5章 高齢者の健康増進と生きがいのづくりの推進

1節 健康寿命日本一への挑戦

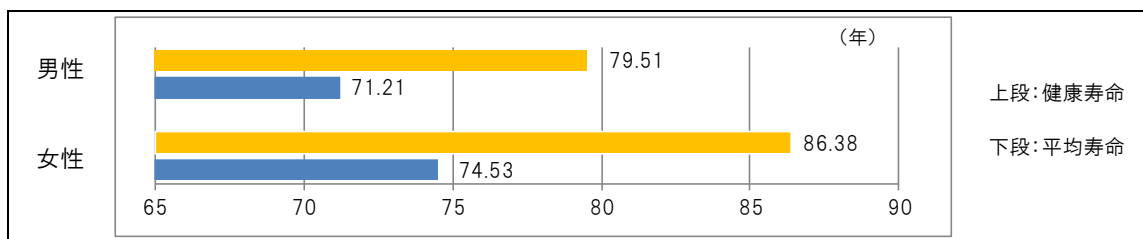
1 健康寿命日本一への挑戦

現状と課題

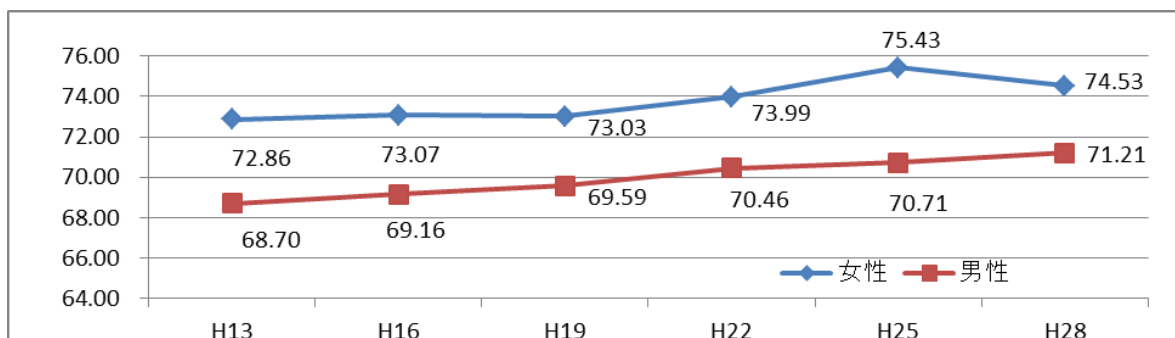
■秋田県健康寿命

- ・ 平成28年の本県の健康寿命は、男性が71.21年（全国46位※）、女性が74.53年（全国33位※）で、男女とも全国平均（男性72.14年、女性74.79年）を下回っている状況にあります。 ※熊本地震により熊本県のデータはなし。
- ・ 本県の平均寿命と健康寿命を比較した場合、その差が、男性では8.30年、女性では11.85年となっています。
- ・ 高齢化率の上昇に伴って、今後も、介護が必要な人や認知症の人も増加していくと見込まれることから、この超高齢社会に対応するためには、単に長生きをするだけでなく、いかに健康寿命を伸ばすかが大きな課題となっています。
- ・ 本県では、県民一人ひとりが健康寿命を延伸し、生きがいや豊かさを実感しながら暮らせる健康長寿社会の実現とともに、全ての人々が地域で活躍し、共に支え合いながら安心して暮らせる地域共生社会の実現を目指します。

□秋田県の男女別平均寿命と健康寿命



□秋田県の健康寿命の推移



出典：平均寿命は、「平成27年都道府県別生命表」(厚生労働省)

健康寿命は、「厚生労働科学研究班資料(平成28年)」(厚生労働省)

今後の取組

◆「健康寿命日本一への挑戦」

- 健康寿命の延伸に向けて、県民一人ひとりの健康意識を高め、行動変容につなげるとともに、行政・民間団体・企業などが様々な場面で主体的に行動するなどの県民運動を推進しながら、「10年で健康寿命日本一」を目指します。

◆高齢者の健康維持と介護予防の推進

- 高齢者の健康維持と介護予防に向けて健康・生きがいづくりを支援するとともに、適切な運動指導等を通じて、高齢者の生活機能の維持・向上を図ります。
 - (1)ねんりんピック秋田大会を契機とした健康・生きがいづくりへの支援
 - (2)ロコモティブシンドロームやフレイル予防の普及啓発
 - (3)健康運動指導士等による各年代に応じた疾病予防指導
 - (4)体力づくりのための運動指導・出前講座の実施
 - (5)「秋田県民の食生活指針」に基づく適正な食生活の啓発
 - (6)運動教室への参加促進による引きこもり防止と予防活動の推進
- 歯科医師会、保健医療団体、市町村等と連携しながら歯と口腔の健康増進により、全身の健康増進を図ります。
 - (1)高齢者を対象とした口腔機能の低下予防（オーラルフレイルの予防）の推進
 - (2)医療・介護職への口腔ケアの知識普及と歯科専門医との連携促進

目 標 値

□健康寿命

(単位:年)

	平成28年 (現状値)	平成30年	平成31年	平成32年	平成33年
男性	71.21	71.71	72.21	72.71	73.21
女性	74.53	74.98	75.43	75.87	76.32

資料:厚生労働科学研究班資料(H28年)

※「第3期ふるさと秋田元気創造プラン」(平成30年度～平成33年度)にも同様の数値目標を掲げている。

□要介護2以上の者(65歳以上75歳未満)が被保険者に占める割合

(単位:%)

	平成29年 (現状値)	平成30年	平成31年	平成32年	平成33年
要介護2以上の者 (65歳以上75歳未満)	2.13	2.08	2.03	1.98	1.93

資料:厚生労働省「介護保険事業状況報告月報」

※「第3期ふるさと秋田元気創造プラン」(平成30年度～平成33年度)にも同様の数値目標を掲げている。

2節 社会参加の促進

1 社会参加の促進

現状と課題

■高齢者の社会参加の意義

- ・ 高齢者が豊かな経験や知識・技能を生かして自分の役割を見だし、生きがいを持って積極的に社会参加することができ、生涯にわたって心身ともに健康で生き生きと暮らせる、「生涯現役社会」の実現が望まれています。
- ・ 平成29年に実施した県民意識調査では、60歳代の61.6%と70歳以上の68.0%が「社会活動・地域活動」に「関心がある」、または、「ある程度関心がある」との結果がでています。
- ・ 深刻な人材不足が懸念される本県では、元気な高齢者が社会を支える担い手として活躍することが期待されています。
- ・ また、社会を支える担い手になってもらうことにより、社会的役割や自己実現を果たすことが、介護予防にもつながると言われています。

■老人クラブ会員数の減少

- ・ 地域に根ざして自主的に健康づくりや仲間づくり、環境美化などの活動を行っている本県の老人クラブは、平成28年度末時点で1,674クラブ、会員数は66,086人で、60歳以上人口に占める加入率は、15.2%となっています。
- ・ 本県では、一定の規模を有する老人クラブに、市町村を通じて活動に対する助成を行っていますが、クラブ数、会員数とも年々減少しています。

■高齢者の個別訪問活動の弱体化

- ・ 地域での見守り体制の整備を目的として、老人クラブが行っている、個別の訪問活動（＝友愛訪問活動）は、人口流出や高齢化による単身高齢者世帯の増加や、自殺率が依然として高い本県においては、孤立防止や自殺予防のための効果的な取組であることから、その取組を支援しています。
- ・ しかしながら、老人クラブ数の減少等により、友愛訪問活動を行うクラブ数も減少傾向にあります。

■社会参加の場の確保

- ・ 老人クラブ活動の活性化は、その波及効果として、県内全域での高齢者の社会参加の促進につながることから、クラブの役割や活動を積極的に周知していく必要があります。

□秋田県の老人クラブ数及び加入状況の推移

	平成25年	平成26年	平成27年	平成28年	平成29年
老人クラブ数(クラブ)	1,825	1,793	1,746	1,711	1,674
老人クラブ会員数(人)	81,562	77,227	72,199	68,998	66,086
60歳以上における加入率	19.1%	18.0%	16.7%	15.9%	15.2%

資料：長寿社会課調べ

※クラブ数、会員数は各年3月末現在、60歳以上人口は各年1月1日現在

今後の取組

◆高齢者の社会参加の促進

- ・ 高齢者の社会参加につながる場所や機会を増やし、様々な形で高齢者の社会参加を支援します。
- ・ 働ける間は働きたいという、元気で就労意欲のある高齢者の就労や、ボランティア活動を通じた地域貢献活動を支援します。
- ・ 地域社会とのつながりが希薄な高齢者と地域との交流が促進されるよう、ボランティア、NPO、企業、自治会、老人クラブなど、様々な主体が取り組む生活支援（見守り・配食・外出支援・サロン）の推進により、地域で支える体制を支援します。

◆老人クラブ活動への支援

- ・ 人口流出や高齢化が進む中、健康づくりや地域貢献活動などを行う老人クラブの役割は、今後ますます重要となります。
- ・ 老人クラブは、市町村が実施する地域支援事業の担い手としての役割を期待されていることから、老人クラブが行う会員増強運動を始め、より魅力あるクラブ活動が行えるよう、引き続き支援します。

◆高齢者の個別訪問活動への支援

- ・ 今後、単身高齢者世帯や認知症高齢者の増加が見込まれ、地域での見守り体制の強化がますます必要となることから、老人クラブが行う友愛訪問活動への取組が各地域で行われるよう、引き続き支援します。

第5章 高齢者の健康増進と生きがいのづくりの推進

目 標 値

□高齢者の社会参加の割合

(単位: %)

平成28年 (現状値)	平成30年度	平成31年度	平成32年度	平成33年度
61.6	63.0	64.0	65.0	66.0

資料: 総合政策課「県民意識調査」

※この目標値における「高齢者」とは60歳以上の人であり、「社会参加」とは仕事や地域活動等(趣味や健康づくり、生涯学習を含む。)に参加している人のこと。

※「第3期ふるさと秋田元気創造プラン」(平成30年度～平成33年度)にも同様の数値目標を掲げている。

2 健康・生きがいのづくりの促進

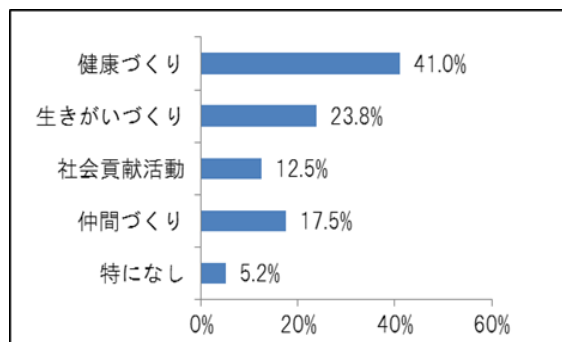
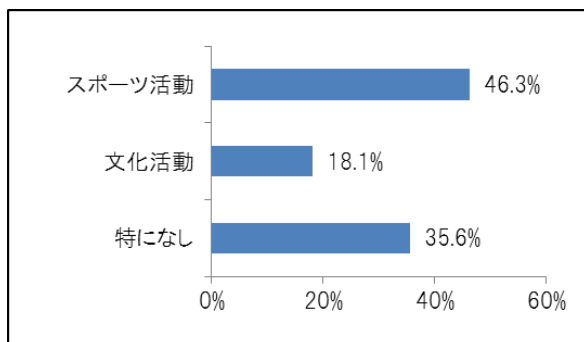
現状と課題

■健康・生きがいのづくりへの気運の高まり

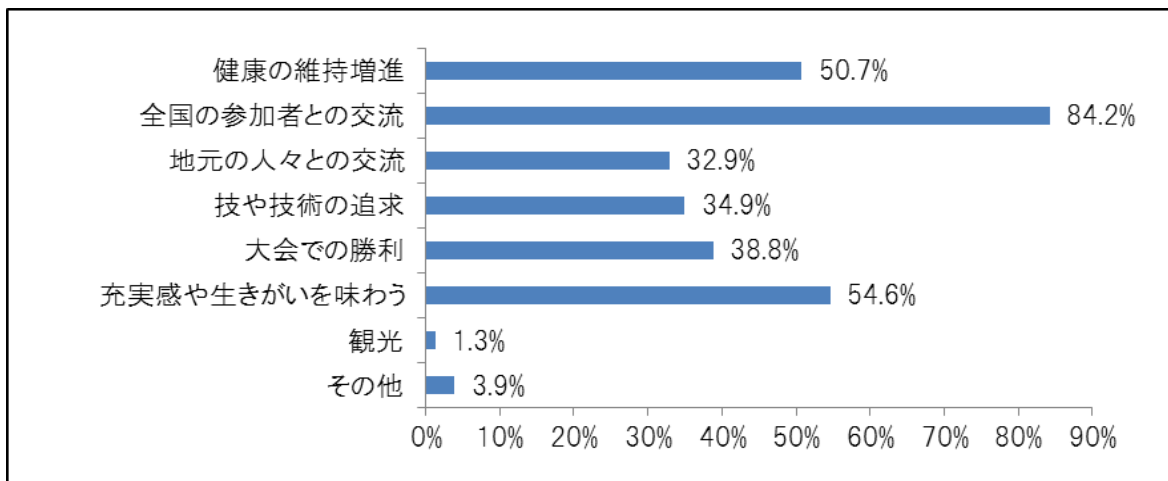
- ・ 自由時間の増加や健康志向の高まりにより、体力の向上、生きがいのづくりなどを目的とした生涯スポーツへのニーズは高くなっています。
- ・ 「ねんりんピック秋田2017」のアンケート(一般参加者)においても、スポーツ活動に取り組んでみたいと回答した方が5割近くとなっており、大会を通じて健康づくりへの関心が高まっています。
- ・ このように、「ねんりんピック秋田2017」の開催を契機に、高まった高齢者の健康づくりや生きがいのづくり、仲間づくりなどの社会参加への気運を活かし、今後の継続的な活動に繋げ、高齢者の生きがいや交流の場を創出するなど、社会参加を促進していく必要があります。

□「ねんりんピック秋田2017」アンケート結果より

- ・ 今後取り組みたい活動(一般参加者)
- ・ 大会をきっかけとして、今後取り組みたいこと(一般参加者)



- ・ 大会に参加した理由(県内選手団:複数回答)



今後の取組

◆スポーツや文化活動を通じた健康・生きがいづくりへの支援

- ・ 高齢者を中心とした健康と福祉の祭典である「全国健康福祉祭(ねんりんピック)」への本県選手団の参加に対し引き続き支援を行い、参加者が帰県後、地域のスポーツ活動に積極的に取り組めるよう啓発活動に努めます。
- ・ 県版ねんりんピック(「いきいき長寿あきたねんりんピック」)への支援を強化し、全県域での継続的な開催などにより、スポーツ参加者の拡大を図ります。
- ・ 老人クラブなどが行う民俗芸能イベントや文化祭等への支援を強化し、高齢者の地域活動や仲間づくり、伝統芸能の継承等による世代間交流を促進します。

目 標 値

□いきいき長寿あきたねんりんピック目標参加者数

(単位:人)

	平成28年度	平成29年度	平成30年度	平成31年度	平成32年度
参加者数	2,244	2,301	2,700	2,800	3,000

資料:「第3期秋田県スポーツ推進計画」(平成30年度～平成33年度)

※平成28, 29年度は実績(長寿社会課調べ)。

3節 健康維持と介護予防の推進

1 介護予防の推進(自立支援、介護予防、重度化防止)

現状と課題

■市町村が実施する「介護予防・日常生活支援総合事業」(総合事業)の取組状況

- ・ 平成26年度の介護保険法の改正により、「新しい介護予防・日常生活支援総合事業」(総合事業)を、平成29年4月1日から全ての市町村で実施することとなり、現在、県内全ての市町村が総合事業に移行(導入)しています。
- ・ 総合事業においては、要支援者に対する訪問介護及び通所介護が、全国一律の予防給付から、生活支援サービスを含めた市町村の地域支援事業へと移行されています。

■介護予防への取組

- ・ 要支援の方の多様なニーズに対し、民間や住民主体等による様々な生活支援サービスの提供が可能となったことから、地域の実情に応じたサービス提供体制の整備が求められています。
- ・ 高齢者がその有する能力に応じて自立した生活を送ることができるよう、保険者機能の強化による自立支援や重度化防止の取組が重要となっています。
- ・ 多職種が参加する地域ケア会議においては、ケアマネジメント力の向上が期待されていますが、現状としては、未開催の市町村もあり、効果的な介護予防を実施するためにも「地域ケア会議」の開催を推進していく必要があります。

今後の取組

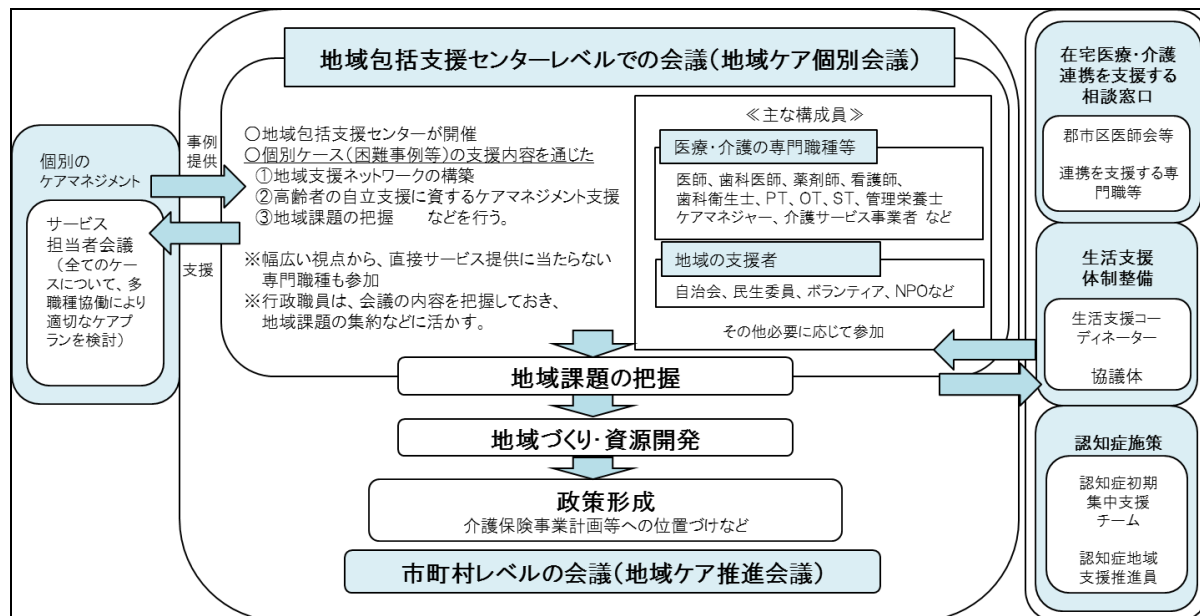
◆「地域ケア会議」の機能向上の推進

- ・ 市町村が総合事業を円滑に推進できるよう、生活支援コーディネーター等に対する情報交換会を開催し、県内の好事例等の情報共有を図ります。
- ・ 弁護士、司法書士、社会福祉士、リハビリ専門職等の派遣により、広域的、かつ、専門的な支援を行い、「地域ケア会議」の機能強化を促進します。
- ・ 自立支援や介護予防を主体とした「自立支援型地域ケア会議」のモデル市町村の設置など、早期の導入に向け支援します。

◆多職種連携による介護予防への取組

- ・ 理学療法士、作業療法士、言語聴覚士等のリハビリテーション専門職が、多職種と連携して実施する自立支援、介護予防、重度化防止の取組を支援します。

□地域ケア会議による個別ケース検討から政策形成への展開イメージ



資料：厚生労働省

第5章 高齢者の健康増進と生きがいの推進

2 介護予防を担う人材の育成

現状と課題

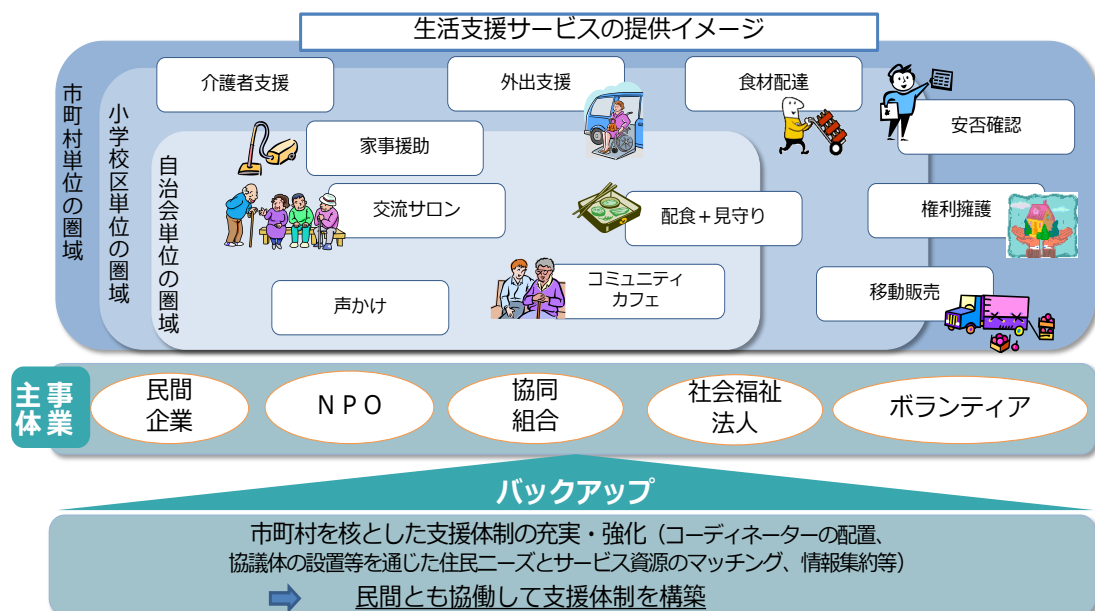
■市町村が実施する「包括的支援事業」の取組状況

- ・ 各市町村では生活支援コーディネーター（地域支え合い推進員）の配置や協議体の設置など、体制の整備を行い、平成30年度より、全市町村に生活支援コーディネーターが配置され、生活支援体制整備事業の全面実施が行われています。
- ・ 地域の実情に応じた多様な生活支援サービスの取組を推進するためにも、生活支援コーディネーター等の円滑な活動が求められています。

今後の取組

◆研修等による人材育成に対する支援

- ・ 地域資源の開発や地域のニーズと地域支援のマッチング等を行う生活支援コーディネーターを対象とした情報交換の場を設けます。
- ・ 市町村が実施する総合事業において、高齢者の在宅生活を支えるため、町内会やボランティア、NPO、民間企業、社会福祉法人、協働組合などの多様な事業主体による生活支援サービスが提供されるよう、先進事例の紹介や研修会の開催などの支援を行います。



資料：厚生労働省