

8 健康づくりと介護予防の推進

(1) 健康づくりの推進

【推進の視点】

がん、循環器疾患、糖尿病、COPD（慢性閉塞性肺疾患）の生活習慣病の予防や高齢化に伴い増加する疾患（ロコモティブシンドローム等）への対策、社会生活を営むために必要な機能の維持及び向上等により、健康寿命の延伸を目指すとともに、あらゆる世代の健やかな暮らしを支える良好な社会環境を構築することにより、健康格差の縮小の実現を目指し、道民の健康増進を総合的に推進していく必要があります。

また、新型インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症などの新興・再興感染症がまん延している状況下においても、道民の感染防止と健康増進の両立を図ります。

【推進方策】

- ・がん、循環器疾患、糖尿病、COPD（慢性閉塞性肺疾患）の生活習慣病の発症予防や重症化予防に向けて、適切な食事・運動、禁煙など健康に有益な生活習慣や社会環境の整備のほか、がん検診や特定健康診査・特定保健指導の実施を促進します。
- ・生活習慣病の発症を予防し、健康寿命を延伸するためには、健康づくりの基本要素となる栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙、歯・口腔の健康など、生活習慣の改善を促進します。
- ・健康を支え守る社会環境の整備を図るため「北海道健康づくり協働宣言」の登録を促進し、関係団体や企業等による健康づくりの環境整備を図ります。

関連事業名	実施主体	概要
道民の健康づくり推進事業	道	北海道健康づくり協働宣言の登録促進等、食習慣改善リーフレットの作成等
公衆衛生看護活動基盤整備	道	市町村における保健活動の課題解決に関する検討会の開催等
地域保健関係職員研修事業	道	保健所、市町村職員等の地域保健関係者に対する研修
栄養関係人材育成事業	道	市町村栄養業務担当者等への技術支援

(2) 介護予防の推進

【推進の視点】

自立支援と重度化防止のためには、要介護状態となる可能性の高い高齢者を早期に発見し、心身機能の維持・改善と生活の質の向上を目指した個別支援を行うとともに、必要なサービスが提供できる体制を整備することが重要です。

このため、要介護状態に至る前の段階から個別事例の課題の検討や、地域に必要な施策を明らかにする「地域ケア会議」の活性化を図る必要があります。

「地域ケア会議」の効果的な展開により、本人へのアプローチだけではなく、生活環境や居場所づくりなど、高齢者本人を取り巻く環境への支援を検討するとともに、リハビリテーション専門職を活用した自立支援に資する取組を推進します。

また、市町村が行う介護予防などの地域支援事業を効果的かつ効率的できめ細かなものとするため、高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施を推進します。

【推進方策】

○高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施

- ・一体的な実施のために医療専門職の配置状況などの確認や取組推進のため、振興局単位での意見交換会を開催し、国が策定した「高齢者の特性を踏まえた保健事業ガイドライン」を踏まえ、「事例の横展開」、「道内の健康課題の俯瞰的把握」、「事業評価」等の広域性を活かした支援を行います。
- ・制度横断的な全世代型の予防・健康づくりを推進するため、国民健康保険、後期高齢者医療、被用者保険及び介護保険の加入者に係る健康・医療データを、さまざまな分析が可能な状態で市町村に提供するとともに、データ活用の支援を行います。

関連事業名	実施主体	概要
地域包括支援センター機能充実事業（再掲）	道	市町村支援のための意見交換会の開催
国民健康保険対策（道国保ヘルスアップ支援事業）	道	市町村に提供する健康・医療データベースシステムの運用、データ加工等

○介護予防の観点からの各種活動の推進

- ・市町村の介護予防事業に対して、振興局（保健所）に設置している「市町村支援チーム」により、技術的な助言、支援を行うとともに、保健師、歯科衛生士、作業療法士、理学療法士等の専門職の派遣等を行うなどして、効果的な介護予防事業が推進されるよう支援します。
- ・介護予防事業に関わる関係者等に対し、介護予防事業や地域ケア会議の実践に関する知識と技術向上を目的とした研修を実施します。
- ・市町村における介護予防事業の実施状況を調査、検証するとともに、効果的な先進事例について情報提供を行います。
- ・介護予防と生活支援サービスを総合的に提供する介護予防・日常生活支援総合事業が着実に推進されるよう、先進事例の情報提供などを行います。
- ・地域ケア会議が効果的かつ継続的に運営できるよう、市町村支援の技術を持ったアドバイザーを養成し現地支援を実施するとともに、必要な技術を習得するための研修を実施します。
- ・地域の保健・医療・福祉・介護の専門職等に対し、自立に資する地域ケア会議の意義や効果、専門職の役割等について理解を深めるための研修を実施します。
- ・介護予防事業をはじめ、住民主体の自主グループの形成と育成を支援するリハビリテーション専門職による現地支援を実施します。

関連事業名	実施主体	概要
地域包括支援センター機能充実事業（再掲）	道	市町村や地域包括支援センターが行う地域支援事業を支援するため、振興局職員等を派遣し、個別支援や評価を実施
自立支援・重度化防止等市町村支援事業（再掲）	道	市町村支援の検討、介護予防関連事業従事者研修会の開催等、地域ケア会議を運営、参加する市町村職員や専門職へのアドバイス、会議立上げ等の支援を行うアドバイザーを養成、効果的な会議の運営のため、市町村、地域包括支援センター職員を対象に司会のスキルを習得する研修を実施、市町村等が開催する地域ケア会議に対し、アドバイザーによる現地支援の実施、地域ケア会議に参加する専門職等に対し、研修の実施

関連事業名	実施主体	概要
地域リハビリテーション指導者養成等事業（再掲）	道	市町村が行う介護予防事業や住民主体の自主グループに対し、リハビリテーション専門職による現地支援を実施、リハビリテーション専門職に対し、研修の実施

取組事例

北海道 池田町

住民主体の助け合い活動の推進（池田町）

事例紹介

池田町では、官民一体となって「いくつになっても社会参加が「生きがい」であると実感できる」まちを目指し、住民主体の助け合い活動を、地域包括ケアシステムに「目に見える形」で組込んだ施策を展開している。

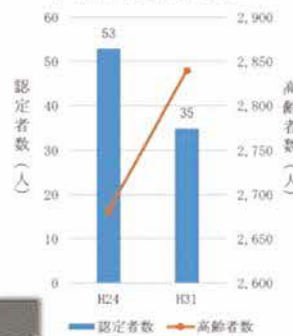
まちづくりの主役は住民であり、町と社協の役割は「生きがい探しのきっかけづくりと伴走的支援」と位置づけ、介護予防の拠点であるサロンや介護予防事業の運営、ボランティア活動など住民が主体的に活躍するための学びの場と活躍の機会を提供し、単に支援する側・される側の一方通行の関係ではなく、「お互いさま」の活動を生み出している。



成果

約34%減

新規要支援認定者数



約53%減

介護予防訪問・通所介護給付費



（写真左）ボランティア活動など、住民が主体的に活躍するための学びの場の様子。
（写真右）地域交流の場のひとつ。床の網を踏まないよう、ゆっくり慎重に歩く「ふまねっと運動」に取り組んでいる様子。

○地域リハビリテーション支援体制の整備

- ・地域の関係機関等と連携し、機能訓練等を必要とする高齢者等に対して適切なリハビリテーションサービスが提供されるよう支援します。
- ・高齢者リハビリテーション推進体制の構築に向けた市町村の取組みを支援するため、市町村・地域包括支援センターとリハビリテーション専門職の連携強化を図るための研修を実施します。

関連事業名	実施主体	概要
地域支援事業交付金（再掲）	市町村	一般介護予防事業（地域リハビリテーション活動支援事業）に対する助成
地域リハビリテーション指導者養成等事業（再掲）	道	市町村・リハビリテーション専門職等に対し、研修の実施

○感染症対策を踏まえた介護予防の推進

- ・感染症がまん延している状況下においては、これまで地域の通いの場を利用していた方々をはじめ、多くの高齢者が外出を控え、生活が不活発な状態が続くことにより、身体機能や認知機能が低下して要介護状態の手前であるフレイル（虚弱）と呼ばれる状態に陥ることが懸念されます。このような状況においても、介護予防の取組が継続されるよう、関係機関と連携の上、研修会の開催や専門職員を派遣するなど、市町村への支援を行います。
- ・自宅でできる体操や ICT を活用した介護予防の取組を支援するとともに、民間事業者と連携した優良事例を情報発信し、横展開を図ります。

関連事業名	実施主体	概要
地域リハビリテーション指導者養成等事業（再掲）	道	市町村が行う介護予防事業や住民主体の自主グループに対し、リハビリテーション専門職による現地支援を実施、リハビリテーション専門職に対し、研修の実施
高齢者通いの場 ICT 活用推進モデル事業	道	「通いの場」の利用を控えている高齢者に、ICT を活用した健康確認や体操等の実施など、多様な支援モデルを構築する

9 アクティブシニアの活躍支援

【推進の視点】

高齢者の方々が住み慣れた地域で生きがいを持って暮らすためには、意欲と能力等を十分に発揮し、知識や技能を最大限活用しながら、年齢に関わりなく働き続けられることが重要です。

このため、高齢者の方々の再就職に向けた職業能力の開発をはじめ、65歳を超えても働くことができる職場の拡大などを促進するとともに、市町村や地域の企業、経済団体等の関係機関と連携しながら高齢者雇用に係る機運を醸成していきます。

明るく活力に満ちた高齢社会を確立するためには、「支える側」と「支えられる側」という画一的な関係ではなく、世代を超えて地域住民が共に支え合う地域づくりを進めることが重要であり、生涯学習や文化・スポーツ活動の推進、ボランティアや趣味等を通じた社会参加の促進など、高齢者の多様性と自主性を十分に考慮しながら、必要な支援を行ってまいります。

【推進方策】

○就業機会の拡大

- ・北海道就業支援センターにおいて、働く意欲のある高齢者の方々を対象に、カウンセリングやセミナーを実施するほか、ハローワーク等と連携した職業訓練の実施、合同企業説明会の開催などを通じ、ものづくり産業や人手不足分野への就業を促すなど、高齢者の方々の円滑な求職活動をサポートします。
- ・生きがいを得るための就業機会を提供する「シルバー人材センター」への活動支援等を通じ、高齢者が経験や知識、技能などを生かすことができる、多様なニーズに対応した就業機会を提供します。
- ・「アクティブシニア」をはじめとする地域住民を対象に研修を実施し、生活支援の担い手等の就業機会の確保に向けた支援に努めます。
- ・「北海道労働政策協定」に基づき、国や関係機関と連携して、高齢者雇用に関する情報提供などの広報・啓発活動を行います。また、70歳までの就業機会の確保・推進等を通じ、高齢になっても働くことができるよう、企業等へ働きかけるなど、高齢者の雇用に係る機運を醸成します。
- ・市町村や経済団体等の関係機関と連携し、官民連携プラットフォームを設置の上、コーディネーターを配置し、明確な就労意思を持っていない高齢者の潜在的な人材の「掘り起こし」と企業の「新たな求人の創出」の連動した事業の実施により、新規就業を促進します。

関連事業名	実施主体	概要
北海道就業支援センター事業	道	就業支援窓口である北海道就業支援センターを運営し、求職者に対する就業及び職場定着を支援
高齢者労働能力活用事業費補助金	団体	シルバー人材センターの健全育成や設置促進事業に対する助成
介護予防・生活支援サービス等充実支援事業（再掲）	道	アクティブシニア等に対する研修の実施等
潜在人材掘り起こし推進事業	道	官民連携プラットフォームを設置し、高齢者等の潜在的な人材の掘り起こしと企業の新たな求人の創出を連動し、新規就業の促進と地域の人材確保を図る。

○生涯学習の充実

- ・道民の専門的・多様化する学習ニーズに対応するため、産学官の連携による生涯学習を支援する体制の整備を図り、高齢者を含めた幅広い年齢層に、様々な学習機会を体系的に提供します。

関連事業名	実施主体	概要
ほっかいどう生涯学習ネットワークカレッジ事業	道	地域活動実践講座等の主催講座の実施と、高等教育機関、市町村、企業、民間教育事業者等の講座実施者の協力による連携講座の実施

○文化・スポーツ活動の促進

- ・高齢者の生きがい・健康づくりを促進するため、多様なニーズに対応した文化・スポーツ活動への取組を支援します。

関連事業名	実施主体	概要
明るい長寿社会づくり推進事業	団体	高齢者スポーツ大会等に対する助成

○社会活動等の促進

- ・アクティブシニアの活躍を支援するため、共助・互助による地域づくりの意義等の共有や介護分野での就労や生活支援の担い手など、多様な社会活動を紹介するセミナーを開催するとともに、コーディネーターの配置により、個々のニーズに合った地域活動への橋渡しを行います。

- ・北海道社会福祉協議会が行う高齢者の社会活動の振興のための指導者（シニアリーダー）育成事業を支援します。
- ・高齢者が地域の支え合いの担い手の一員として、より積極的に役割を果たしながら活躍するために、一人暮らし高齢者への声かけなどを行う友愛訪問や、子どもの見守りなどの子育て支援、地域文化の伝承活動といった世代間交流事業等の社会奉仕活動を行う老人クラブなどの活動を支援します。

関連事業名	実施主体	概要
介護予防・生活支援サービス等充実支援事業（再掲）	道	アクティブシニア等に対する研修の実施等
明るい長寿社会づくり推進事業（再掲）	団体	社会活動振興指導者育成、仲間づくり支援事業等に対する助成
老人クラブ活動推進費補助金	団体	老人クラブが行う社会奉仕活動等に対する助成、老人クラブ連合会が行う健康づくり支援事業等に対する助成

○高齢者に配慮した環境の整備

- ・「北海道福祉のまちづくり条例」に基づき、高齢者等が利用しやすい建物、道路、公園、公共交通機関などの整備のほか、高齢者等を含む全ての人々がお互いに理解を深め、支え合う「心のバリアフリー」を促進し、福祉のまちづくりを総合的に推進します。
- ・通院や買い物支援など地域住民の日常生活を支えるため、国や市町村と連携しながら、バス路線の維持やデマンド交通の導入に対して補助するなど地域公共交通の確保に取り組みます。

関連事業名	実施主体	概要
福祉のまちづくり推進	道	福祉のまちづくりサポーター制度の導入、福祉のまちづくりセミナーの開催等
すべての人にやさしいまちづくり推進事業	道	道立施設のバリアフリー化
生活交通路線維持対策事業	道	乗合バス、廃止代替バス事業の路線維持
地域づくり総合交付金（再掲）	道	デマンド交通導入に対する補助

○住民主体による地域づくりの推進

- ・高齢者が地域から孤立することがないように、民生委員や町内会等のネットワークによる見守り体制の構築を支援するとともに、住民主体の通いの場の立ち上げ等に対して助成するなど、地域で高齢者を支える取組を支援します。
- ・市町村に対して、振興局（保健所）に設置している「市町村支援チーム」を派遣し、技術的な助言、支援を行うとともに、先進的な市町村の活動事例等を紹介します。

関連事業名	実施主体	概要
地域支援事業交付金（再掲）	市町村	住民主体の通いの場の立ち上げ等（一般介護予防事業）、地域に応じた高齢者支援（任意事業）等に対する助成
地域包括支援センター機能充実事業（再掲）	道	市町村支援の検討、住民参加型の地域づくりに関する技術的な助言、支援